

# La Panera



PÁGINA 6

El fotógrafo callejero



PÁGINA 13

Manuela Bodas recibe varios premios literarios



PÁGINA 25

Viaje a la India



PÁGINA 30

El museo Sierra Pambley de León

NUESTRO TEMA:

## Los Mayores ante la actualidad (2ª PARTE)

PÁGINAS 14 A 23



Junta de Castilla y León



EJEMPLAR GRATUITO

Edita:

Gerencia de Servicios Sociales de Castilla y León.

Equipo de Redacción:

Felicitas Barrio González, Pablo Barrio García, Prisciliano Castillo Arredondo, Nely García, Emilia González Álvarez, Jesús Martínez Herrero, Ángel Sánchez del Palacio, Ángeles Tascón Cuesta.

Coordinación:

Mercedes González Rojo.

Imágenes cedidas por:

Marcos de la Cuesta García, Mercedes González Rojo, Ángel Sánchez del Palacio, Rosenda Pellitero. Centros de Personas Mayores León I y León II. ServiEscuela Siglo XXI.

Diseño gráfico,

Maquetación e Impresión: RSP Sistemas Gráficos, S.A.

Depósito Legal: LE-1482-2002

**Agradecimientos:** El equipo de redacción agradece una vez más a cuantas personas colaboran con su material o su trabajo a la consecución de esta nueva revista.

La redacción de la revista no se hace responsable ni está necesariamente de acuerdo con las opiniones que se dan en esta revista.

SUMARIO

Editorial	
<b>Para Antonio Pereira, contador de sueños.</b> <i>Por Mercedes G. Rojo</i>	3
¿Quiénes somos? Hoy se presenta...	
<b>Semblanza de Nely García</b>	5
Cultura y tradiciones	
Parte 1: OFICIOS QUE SE PIERDEN	
<b>El fotógrafo callejero.</b> <i>Por Jesús M. Herrero</i>	6
<b>Nota de participación</b>	7
Parte 2: DESDE LA TRADICIÓN	
<b>Poesía a las antiguas labores del campo.</b> <i>Por Sabina Robles</i>	8
Noticias breves	
<b>José María Merino, Premio Castilla y León de las Letras</b>	10
<b>Filandones de primavera con participantes de nuestra revista</b>	11
<b>Tardes de tertulia y debate en el Centro Colón</b>	12
<b>Premios literarios para nuestra colaboradora Manuela Bodas</b>	13
Nuestro tema:	
LOS MAYORES ANTE LA ACTUALIDAD (2ª PARTE)	
<b>El papel de los mayores en la sociedad actual.</b> <i>Por Fely Barrio</i>	14
<b>La evolución de la sociedad vivida por los mayores.</b> <i>Por Nely García</i>	17
<b>Cuando se llega a mayores (abuelos).</b> <i>Por Jesús M. Herrero</i>	18
<b>Cambios en la familia, la escuela y la comunicación en los últimos años.</b> <i>Por Pablo Barrio</i>	20
<b>Los cambios en la mujer rural.</b> <i>Por Rosenda Pellitero</i>	21
<b>Los mayores de hoy.</b> <i>Por Ángeles Tascón Cuesta</i>	22
Opinión y participación	
<b>Sin afanes polémicos: Arreglos en el pavimento.</b> <i>Por Pablo Barrio García</i>	24
<b>Viaje al sur de la India.</b> <i>Por Carmen Fuertes González</i>	25
Salud y calidad de vida	
<b>Optimismo, dinamismo y moderación.</b> <i>Por Emilia González Álvarez</i>	26
Sección Cultural	
PÁGINAS DE CREACIÓN	
<b>Crisis.</b> <i>Por Nely García</i>	28
<b>Los pajarillos.</b> <i>Por Emilia G. Álvarez</i>	29
PARA SABER MÁS:	
<b>El museo Sierra Pambley de León.</b> <i>Por Pablo Barrio García</i>	30
Agenda y datos de interés	
ACTIVIDADES DE LOS CENTROS	
<b>Semana Cultural en los Centros León I y León II</b>	32
<b>Excursiones de los Centros</b>	33
OTRAS ACTIVIDADES Y DATOS DE INTERÉS	
<b>Tertulias de cine en el Musac</b>	34
<b>Cruz de Oro de la Orden Civil de la Solidaridad Social</b>	34
<b>El año Darwin</b>	35

EDITORIAL

# Para Antonio Pereira, contador de sueños

Por MERCEDES G. ROJO

*A Antonio Pereira, con el cariño y la admiración de una aprendiz de escritora.*

Ha muerto Pereira.

Caen sobre mí a bocajarro estas palabras mientras busco la dominical rutina de periódico y aperitivo. Miro el montón de hojas de papel sin asumir el sentido del mensaje lanzado hasta que cojo entre mis manos el diario y encuentro tu nombre y tu foto en su portada.

¡Ha muerto Antonio Pereira?, exclamo e interrogo a la vez como si no hubiera oído las palabras anteriores.

¡Eso acabo de decirte! –.Me siento derrumbada con el periódico en las manos, increíble aún por la noticia. Ayer mismo hablabamos de ti, de tus cuentos, de tus poemas, de tu fuerza creadora... y, en la desapacible atmósfera de una mañana en la que parece aún no querer prender la primavera, me viene de golpe el recuerdo del primer encuentro que tuve contigo. Más que contigo con tus palabras, porque nunca llegué a concertar en carne y hueso. Sin embargo me fui empapando de tus frases, de los personajes que poblaban tus historias, a través de todos tus relatos. Y envidié desde el principio



la maestría en entretejer como una espléndida tela de araña una a una las palabras en torno a los más variados asuntos, alrededor de hechos cotidianos y sencillos.

Nuestro primer encuentro fue entre palabras, porque "Palabras, palabras para una rusa" fue el primer relato tuyo que tuve entre mis manos, y como en los oídos de aquella dama rusa que se dejaba estremecer –momentáneamente enamorada– por la voz melodiosa que deslizaba en sus sentidos oraciones y poemas, me dejé atrapar por la cadencia de la historia que llenó de sonrisas mi lectura. Vinieron después otros



Una emotiva viñeta del humorista Lolo en la sección de humor de La Crónica.

relatos, más palabras, esa iglesia ortodoxa oculta tras las pesadas cortinas de un hotel soviético que fue mi primera experiencia para contar cuentos, la hija del general relatando el encuentro con un primer y único amor destinado al fracaso... Y "las peras", las malditas peras protagonistas de esa deliciosa historia que pudimos ver traspasada a imágenes en el Filandón que compartiste en el cine con otros contadores de sueños, y donde me vi sorprendida por la presencia de Carmina en el reparto, compañera de colegio a quien nunca como entonces había notado tanto su acento berciano.

Durante años he releído tus relatos una y otra vez, envidiando la facilidad con que tus historias te atrapaban con esa sencillez de lo cotidiano y lo sentido. Durante mucho tiempo tus libros han estado en mi mesilla y en el fondo de mi mochila cuando salía buscando la tranquilidad de esos paisajes que a veces pueden reconocerse en tu obra, esperando que tal vez pudiéramos coincidir en algún momento y lograrse entonces acercarme a saludarte, a conocerte de primera mano, a conseguir de tu pluma algunas palabras manuscritas como un recuerdo sagrado del maestro para alguien que intentaba aprender de tu experiencia, de tu saber hacer, de tu saber contar.

Tus historias han poblado mi bagaje de aprendiz de escritora junto a aquellos otros que tantas veces escuché de boca de mi padre. En vuestra distancia, algo había que os unía, la sorpresa siempre acechando en el relato, una cotidianeidad convertida en extrañeza, una especial magia a la hora de contarlos escondiendo en las palabras la fuerza incontenible de esos narradores heredados de la tradición más profunda, esos contadores que curaban con sus palabras las dolencias de sus pueblos, como las dulces palabras de un turista curaron por un momento la profunda tristeza de aquella rusa que el azar puso en su camino.

Tus libros han sido fieles compañeros durante muchas horas, durante muchos días, compañeros de viajes, compañeros de insomnio. Y ahora que te has ido, que no puedes ya echar más leña al fuego porque la vida se te escapó como mansa lluvia en un día de soleada primavera, dejándonos huérfanos de tus relatos para siempre, seguiré buscando en tus palabras el aliento para seguir contando, aún sabiendo que no podré acercarme ni un poquito a tu maestría.

El maestro ha muerto, pero la fuerza de sus palabras quedarán para siempre prendidas en los libros que las recogieron.

¿Quiénes somos?

HOY SE PRESENTA...



## Semblanza de Nely García

Por NELY GARCÍA

Al igual que a alguno de mis compañeros no me resulta fácil hacer mi presentación, no obstante intentaré dar unas pinceladas sobre mi persona y mi vida.

Nací en un pueblo de León en 1938. En los años 60 emigré con mi familia a Francia, como tantos españoles lo hacían en esa época.

En la capital francesa descubrí el arte y me apasionó, tuve unos años de gran actividad pictórica. También me enganchó la filosofía pues siempre me había preocupado el significado de la vida.

De regreso a León, y después de un paréntesis, continué mis exposiciones en Madrid, Pamplona, Oviedo, León, etc. Fui alumna de la 1ª promoción en la Universidad de la Experiencia y allí empezó a interesarme la poesía, y desde entonces la utilizo como otro medio de expresión. En la actualidad tengo parte de mi obra colgada en Internet.

Los años vividos me enseñaron a aceptar la vida tal como es, y calladamente nació en



mí un amor hacia ella, quizás por el hecho de sentir su brevedad, y procuro estar activa en los campos que me interesan mientras las fuerzas me acompañen.

En cuanto a la revista, intentaré poner mi granito de arena, en la medida de mis posibilidades, para que su lectura les sea grata.

Espero no haber sido demasiado pesada.

Sin más me despido de todos ustedes con un saludo afectuoso.

# El fotógrafo callejero

Por JESÚS M. HERRERO

En la actualidad, las cámaras fotográficas están construidas con las técnicas más avanzadas para obtener las fotografías. En esta faceta, las actuales no se parecen, en apenas nada, a las que se utilizaban en los años de mil novecientos cincuenta hacia atrás.

Las cámaras actuales, con su avanzada tecnología, están preparadas para realizar toda clase de transformaciones con las mismas fotografías. Una vez sacada la fotografía, se puede ampliar y verla al momento, si no está al gusto del fotógrafo se la puede eliminar, cambiar de color, etc. También las tenemos incluidas en los teléfonos móviles y en otros tipos de cámaras que se utilizan para hacer vídeos. Es impensable donde se llegará con estas técnicas tan sofisticadas.

Nos vamos a centrar principalmente en este escrito en recordar a los antiguos fotógrafos callejeros que acudían, para realizar su trabajo en la calle, a las ferias y mercados con aquellas "cámaras" tipo mueble cuadrado montado sobre un trípode, de una altura aproximada de un metro cuarenta centímetros. Tenían un objetivo que tapaba un cierre extraíble y en la parte trasera llevaba una manguera de tela, por la cual el operador miraba para realizar la fotografía. Cuando ya tenía la escena enfocada, sacaba el tapón delantero para que el objetivo pudiera captar la fotografía. En ese momento ya tenía la imagen cap-

turada. Luego manipulaba dentro de la cámara y ya sacaba las fotografías. Después las pasaba a un recipiente que tenía colgado en la cámara con agua, allí las metía y en esta labor empleaba un tiempo no inferior a la media hora, más o menos. Una vez realizada la entrega de las fotos, cobraba sus honorarios que, aunque en aquella época no eran muy elevados, para las gentes más humildes sacarse una fotografía era todo un lujo.

Yo, que ya tengo una edad por encima de los setenta años, no conocí a ninguno de mis abuelos, y por supuesto en fotografía tampoco. De mi padre, que falleció joven, no tengo ninguna. En cambio sí que tengo fotos de mi madre, pero porque las saqué yo. Esto, en esta época que estamos no sucede; antes pecábamos por defecto y ahora pecamos por exceso total en este campo.



## NOTA DE PARTICIPACIÓN

Sigue abierta la participación en esta y otras secciones de nuestra revista. Insistimos en resaltar la importancia de que los trabajos sean personales.

El tema elegido para nuestra próxima revista es "AYER Y HOY DE NUESTRA ESCUELA", que podrá ser enfocado desde distintos aspectos.

Para facilitar nuestro trabajo:

El/la informante deberá especificar como datos personales su nombre, dirección, D.N.I. y edad ( que serán de uso exclusivo para el equipo de redacción de la revista). En la publicación –salvo que se nos especifique lo contrario– sólo aparecerá el nombre del correspondiente colaborador.

**La presentación de los trabajos** deberá ser perfectamente legible, para facilitar correctamente la transcripción de los mismos, no aceptándose trabajos escritos a mano.

### Fecha última de recogida de los trabajos:

2 de septiembre para que puedan entrar en el siguiente número. Los recogidos después de esta fecha pasarán al archivo de reserva de la redacción, que los irá rescatando para los siguientes números.

**Lugar de recogida:** Centros de Personas Mayores León I y León II, especificando: para la revista "La Panera", o a través de cualquiera de los miembros del equipo de redacción.

**RECORDAMOS que no será publicado ningún texto –por muy interesante que nos parezca– que no aparezca firmado y suficientemente especificada la identidad del/de la autora, es decir, que no aceptamos la colaboración de personas anónimas. Sin embargo cualquier colaboración podrá aparecer por deseo expreso de su autor/a, sin firma o bajo seudónimo.**

DESDE LA TRADICIÓN

# Poesía a las antiguas labores del campo

Por SABINA ROBLES



*Pensemos por un momento lo que el mundo ha cambiado y lo duros que antes eran los trabajos en el campo.*

*Se araba con las parejas y del arado agarrados, para hacer la sembrera todo se sembraba a mano.*

*Qué calores se pasaba cuando llegaba el verano, se segaba con la hoz, también picaban los cardos.*

*Más tarde con la guadaña había que engavillarlo, cuando llegaron las máquinas decíamos ¡qué era un milagro!*

*Para llevarlo a la era con los carros acarrearlo luego tirarlo y tenderlo ya después se va trillando.*

*Con las parejas de vacas también burros y caballos todos en la misma trilla deprisa para acabarlo.*

*Los que trillaban con vacas con la hijada las guiaban, y las daban picotazos porque si no se paraban.*

*Los burros y los caballos los guiaban con la tralla dándoles buenos trallazos y corrían que volaban.*

*Al atardecer se atropaba todo junto en un montón, pinándolo con las horcas y se llamaba parvón.*

*Cuando venía el aire nos poníamos a limpiar con la máquina de Dios, pues no teníamos más.*

*Así se sacaba el grano, y luego se acerendaba, y con mimo se envasaba para llevarlo a la plaza.*

*Hacía falta dinero para gastos de la casa, pagar las contribuciones y comprar las alpargatas.*

*¡Cómo eran aquellos tiempos! todo estaba muy mirado, si la cosecha era corta había que calcularlo.*

*Con un costal de trigo se solía ir al molino sobre el lomo del borrico a otros pueblos por caminos.*

*Se amasaba en maseras con hurmiente natural, las hogazas de dos kilos para que duraran más.*

*Aquellos hornos tan sanos hechos de adobe y de barro daban al pan buen color y un exquisito sabor.*

*Se hacían buenas rosquillas coquitos y mantecadas, con el calor que quedaba y no se perdía nada.*

*Fueron tiempos muy escasos a muchos les cuesta creerlo que nunca más los veamos pero está bien recordarlos.*

*Hablemos algo del agua necesaria ahora y siempre había antes muchas fuentes de manantial permanente.*

*Para lavarse la ropa se buscaba alguna fuente, y si nos caían lejos ir en burra era frecuente, para llevar tabla y calderos y los montones de ropa.*

*Qué ejemplos y qué recuerdos, las mujeres de aquel tiempo trabajaban sin descanso en la casa y en el campo.*

*Ahora ya es una delicia, lavadora, friegaplatos, y apenas nos queda tiempo para oír misa y rosario.*

*Cómo han cambiado los tiempos para bueno y para malo, le demos gracias a Dios por el progreso de hoy.*

*No podemos olvidarnos del tiempo de las matanzas los chorizos y jamones que al humo se les curaba.*

*Cuando íbamos a trillar el chorizo y el jamón no tenían que faltar para así participar.*

*Qué buena merienda hacían a la sombrita del carro se sentaban en el suelo porque no tenían banco.*

*Tampoco se echaba en falta escabeche con cebolla la hogaza grande de pan y el buen vino por la bota.*

*Cha cha cha... todos a un son Después de tanto calor disfrutaban con humor de alegría, paz y unión.*

*Les contaremos un poco del trabajo de los hombres, segaban todo a guadaña los trigos, alfalfa y mieses.*

*Sembrábamos remolacha a mano y llegada la recolección con la horca se sacaban y una a una se esculaban con la hoz.*

*Para llenar bien el carro se tardaba una semana y en los carros se llevaba para pesar en la báscula.*

*Se regaba desde pozos, la noria el agua sacaba y los pobres caballitos todo el día se cansaban.*

*Si hablamos de la vendimia, recuerdo carros cargados*

*con cestos llenos de uvas a costilla acarreados.*

*En los trabajos de casa a los hombres les tocaba cuidar y limpiar las vacas y diariamente ordeñarlas.*

*Expliquemos lo más grande que es la comunicación ya se escriben pocas cartas y también causa dolor.*

*Los móviles hoy en día nos tienen ilusionados, pues no necesitan puerta para entrar a visitarnos.*

*Celebrábamos Navidades con muchísima alegría invitándonos a dulces que en nuestras casas se hacían.*

*Cantábamos villancicos... Esta noche es Nochebuena y mañana Navidad... tomábamos una copa y mucha Felicidad...*

## NOTICIAS BREVES

## José María Merino, Premio Castilla y León de las Letras

El pasado día 23 de abril el escritor leonés, recientemente convertido en académico de la Real Academia de la Lengua y cuyo discurso de entrada leyó el día 19 de abril, recibió otro de los galardones más apreciados de la Literatura de nuestro país: el Premio Castilla y León de las Letras. Se une así al elenco de escritores y escritoras de distintos campos literarios que lo ostentan, relacionados con nuestra provincia por diversos motivos como Antonio Gamoneda, Victoriano Crémer, Antonio Colinas, Antonio Pereira, Luis Mateo Díez, Eugenio de Nora, Elena Santiago, Josefina Aldecoa o Raúl Guerra Garrido.

El escritor, de 67 años de edad, se encuentra en uno de los momentos más proclives de su creación y acaba de presentar también su última novela "La sima", una buena recomendación de lectura para el periodo vacacional que se nos aproxima.



Los encuentros se han organizado desde la Concejalía de Cultura y Patrimonio del Ayuntamiento de León.

## Filandones de primavera con participantes de nuestra revista

Tres han sido los encuentros literarios que han tenido lugar en los meses de abril y mayo en la línea de "filandones". Bajo el título genérico de "El reino de los Niños" distintas personas ligadas al mundo literario han compartido durante casi dos horas, poemas, cuentos y otros elementos de la tradición oral con el público asistente de todas las edades. En los encuentros, organizados desde la Concejalía de Cultura y Patrimonio a través de la red de Bibliotecas Municipales, han participado entre otros la poeta Sarita Valladares, habitual colaboradora de nuestra revista, y nuestra coordinadora Mercedes G. Rojo, que compartió con el público varios de sus relatos y poesías. Junto a ellas, han leído también sus obras diversos escritores y escritoras en un abanico

de edades que han mostrado la forma de escribir y contar de las distintas generaciones. Nombres como Alejandro Valderas, Rafael Saravia, M<sup>a</sup> Dolores Otero, Camino Ochoa, M<sup>a</sup> Nieves Martínez, Isi González o Beatriz Berrocal, han acompañado a grandes y chicos en un interesante viaje hacia la recuperación de la oralidad, que esperamos pueda ampliarse a otros tiempos y otros espacios.

El primero de los encuentros se llevó a cabo en la biblioteca de Armunia, el segundo en el Centro Cívico del Crucero y el tercer encuentro está previsto para el día 29 de mayo en el Salón de Actos del Ayuntamiento de León, en la calle Alfonso V. Será a las 19,00 horas, por si aún llegamos a tiempo de disfrutarlo.



José María Merino se había convertido, el pasado 19 de abril, en académico de la Real Academia de la Lengua.

## Tardes de tertulia y debate en el Centro Colón

El pasado día 13 de mayo, de la mano de la Comisión de Cultura del Centro de Personas Mayores León I (Colón) se ha inaugurado una nueva actividad que pretende crear un nuevo espacio de participación para cuantas personas estén interesadas en ella. Se trata de una serie de encuentros cuya finalidad es generar espacios donde las personas socias de este Centro podamos charlar entre nosotras e intercambiar opiniones, preocupaciones, etc. Surgen así estas **"Tardes de debate"** donde a modo de tertulia podemos expresarnos sobre temas que puedan resultarnos de interés. Con la intención de darle mayor dinamismo a esta propuesta se ha pensado que inicialmente estos encuen-

tros puedan estar moderados por una "persona ajena" al grupo y versen sobre un tema previamente fijado.

En esta primera ocasión el contenido elegido ha sido **"la familia y la educación"** y ha estado moderado por la coordinadora de esta revista, Mercedes Glez. Rojo. Así mismo, la actividad ha sido oficialmente presentada por Nati, directora del Centro.

Las siguientes sesiones ya tienen definido el tema sobre el que se conversará y debatirá aunque las fechas están aún por establecer. Para mayor información de ellas no hay más que acudir al tablón de anuncios del Centro.



En el Centro León I (Colón) se ha inaugurado una nueva actividad, las tardes de debate, donde quien esté interesado puede participar e intercambiar opiniones.



Manuela Bodas colabora desinteresadamente con el equipo permanente que realiza "La Panera".

## Premios literarios para nuestra colaboradora Manuela Bodas

Manuela Bodas, autora del hermoso Editorial que abrió las páginas de nuestra revista anterior nº 25, obtuvo el pasado mes de abril el galardón del "VI Concurso Literario de Relato Breve Parkinson Astorga", premio de relatos de carácter nacional que en breve podremos leer en la correspondiente publicación que se realiza a beneficio de la Asociación Parkinson Astorga (EPA). En el mes de febrero había resultado finalista en la categoría de Poesía del "IV Certamen de Poemas y Cartas de Amor Rumayquiya" y también en el mes de abril fue presentado en la Feria del Libro de la Bañeza un libro coral conteniendo uno de

sus relatos, finalista en el concurso "Relatos bajo el puente" del 2008.

En "La Panera" nos gusta saber de los éxitos de aquellas personas que desinteresadamente colaboran con el equipo permanente de la revista para que ésta siga llegando a nuestro público lector con variadas propuestas que procuramos en todo momento sean de interés y de calidad.

Desde aquí enviamos a Manuela nuestra más cariñosa enhorabuena. Felicidades y que continúen los éxitos y las publicaciones.

# El papel de los mayores en la sociedad actual

Por FELY BARRIO

*“Y los que dicen que la vejez no es apta para gestionar cosas, no aducen nada, se parecen a los que dicen que el piloto no sirve para nada en la navegación, puesto que mientras unos trepan por los palos, otros corren por el puente, otros vacían la sentina, él se queda sentado en la popa sujetando el timón. No hace las mismas cosas que los jóvenes, pero hace cosas mayores y mejores. Las cosas grandes no se hacen con las fuerzas, o la rapidez, o la agilidad del cuerpo, sino mediante el consejo, la autoridad y la opinión; cosas de las que la vejez no solo no está huérfana sino que incluso suele acrecentarlas”.*

**Marco Tulio Cicerón (Siglo I a.C.)**

Según las estadísticas, la población española de 60 años de edad en el año 2010 sobrepasará las 8.300.000 personas, esto significa que la sociedad padece un creciente envejecimiento. Este cambio cuantitativo ha propiciado un gran cambio cualitativo.

Hace algunos años el espejo era la juventud y no se aceptaba lo que venía de los mayores. En una ocasión el presidente de los geriatras y gerontólogos españoles, el doctor Guillén dijo: **“En una sociedad en la que prima el poder y la belleza, los ancianos no tienen sitio”**. Este razonamiento, al igual que el que Cicerón expresó hace veintiún siglos (con el que encabezó mi escrito), se encuentra en plena vigencia.

La sociedad se ha esforzado y ha logrado alargar la vida invirtiendo en ese logro can-

tidades considerables de dinero y esfuerzo, pero es absurdo derrochar tanto esfuerzo y dinero para, una vez logrado el objetivo, continuar postergando a las personas mayores. Alargar la vida ha sido un logro grande pero incompleto.

El envejecimiento de la población es uno de los factores más preocupantes, crea dependencia, los mayores necesitan más ayuda, ya sea con residencias, centros de día o asistencia a domicilio, fisioterapeutas para no tener que esperar varios meses a que les llegue el turno para hacer rehabilitación... Esto, con ser imprescindible para una parte de las personas mayores, no es la panacea para el problema. El tema es mucho más amplio, pasa por enseñar a los mayores a ser autónomos, potenciando su talento y habilidad. Pasa por enseñarles a llenar el exten-

so caudal de tiempo libre del que disponen empleando su experiencia y saber.

Encontrarse actualmente con tanto tiempo libre en la jubilación no supone inactividad ni vacío para llenar las horas de ocio sino que, al contrario, abre un extenso abanico de posibilidades. Para muchas personas supone poder hacer lo que les gusta y que durante la época de actividad no pudieron hacer.

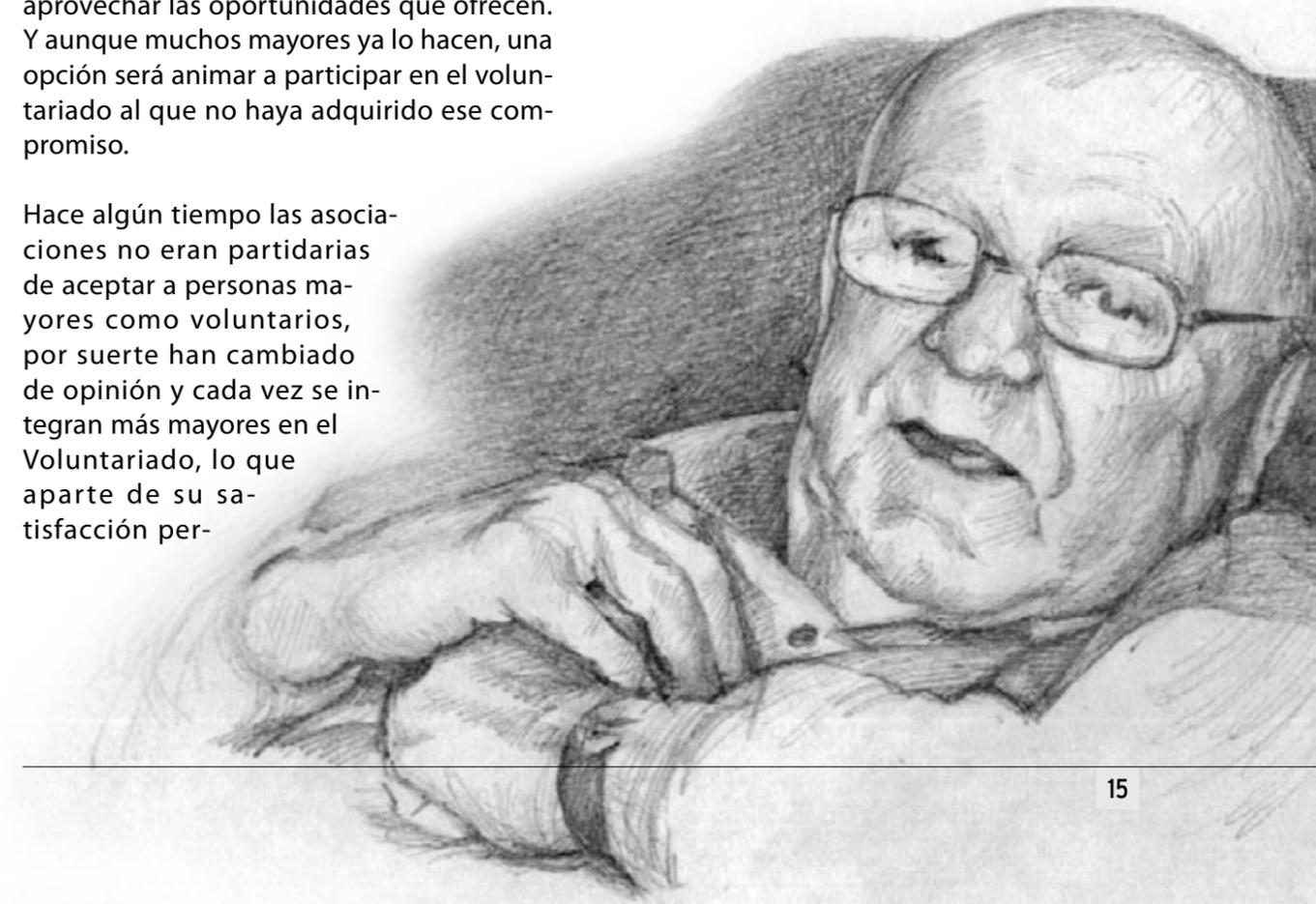
Hay que reconocer y alabar que en los hogares del pensionista de Ayuntamientos, Junta..., haya talleres para que no se entumezca la mente y ejercicios para avivar la motricidad. Participar en estos talleres supone romper el aislamiento, mantener una conversación, escuchar a los demás, hacer amigos, en fin favorecer la autoestima y sentirse útil. Aunque las plazas ofertadas son insuficientes y a veces el caramelo que ofrecen tenga una bonita envoltura pero decepcione, es lo que hay y merece la pena aprovechar las oportunidades que ofrecen. Y aunque muchos mayores ya lo hacen, una opción será animar a participar en el voluntariado al que no haya adquirido ese compromiso.

Hace algún tiempo las asociaciones no eran partidarias de aceptar a personas mayores como voluntarios, por suerte han cambiado de opinión y cada vez se integran más mayores en el Voluntariado, lo que aparte de su satisfacción per-

sonal porque se sienten útiles, es un maná enorme por las horas libres de que disponen, pudiendo prestar sus servicios en horarios en que a otros voluntarios les sería imposible.

En el siglo XXI las personas mayores piden que no se las vea como un sujeto pasivo, como una rémora social asociada a la soledad. Envejecer no significa ni retiro, ni declive. La progresión personal no termina al ser mayor, muy al contrario, alcanza una extensión más fértil que puede incluso dar cosechas excelentes si se aprovecha de forma inteligente por los Padres de la Patria, y si los medios de comunicación colaboran para erradicar las prevenciones que existen sobre las personas mayores.

No digamos que todos pero hay medios hablados y escritos que a veces se pasan un buen trecho respecto a la visión que tienen de los mayores. Los medios de comunicación tienen mucho poder y ese poder





La progresión personal no termina al ser mayor, muy al contrario, alcanza una extensión más fértil que puede incluso dar cosechas excelentes si se aprovecha de forma inteligente.

conlleva también mucho compromiso y respeto. Por otra parte la responsabilidad que la persona ha contraído particular y generalmente con la sociedad no termina al cumplir años, se ve con una nueva mirada y se expresa de manera distinta. Ni mejor, ni peor, distinta pero igualmente válida.

Las personas mayores hoy demandan un envejecimiento dinámico, quieren tomar las decisiones que conciernen a su presente o futuro a la vez que aceptar las responsabilidades que esto exige; no son ni quieren ser un rebaño al que se coloca en el redil y sigue adelante sin desviarse de los límites; propugnan las relaciones interregionales, las personas de diferentes edades deben participar en las decisiones y avances en todas las parcelas por igual, de esta manera la sociedad saldría beneficiada aprovechando el saber adquirido a lo largo de los años

por los mayores, y los jóvenes aprenderían a respetarlos y a envejecer sin complejos; piden participar en las decisiones de la sociedad, disfrutar de una mejor calidad de vida recibiendo atenciones asistenciales más amplias y que los gobiernos, de cualquier color que sean, tengan en cuenta que fuera de la época de elecciones el colectivo de los mayores también existe.

Desde unos años atrás el método de vida de las personas mayores ha cambiado considerablemente, la mayoría vive en su casa por decisión propia, ya sean casados o viudos, aunque procuran vivir cerca de sus hijos y mantienen con ellos, al igual que con sus nietos, una comunicación constante, sin que la ancianidad ni la forma de vida coarte ningún sentimiento sino que, todo lo contrario, los funde en el crisol del corazón y ganan en calidad y ternura.

## La evolución de la sociedad vivida por los mayores

Por NELY GARCÍA

Las sociedades nunca están estáticas, pero hay tiempos donde su evolución, avanza muy lentamente. España estuvo así desde los años cuarenta hasta los sesenta, aproximadamente.

El comienzo de la emigración hacia Europa fue el punto de partida. A los españoles, se nos olvida fácilmente que hemos sido un pueblo de emigrantes. Yo he sido una de ellos...

Recuerdo cuando llegué a París, todo me parecía nuevo. Venía de un país que estaba casi en el llamado Tercer Mundo. Eran pocas las casas que disponían de agua corriente y nuestro nivel económico era muy precario. A todo esto se añadía la libertad de expresión y la ausencia de prejuicios que existía en Europa. Nos dimos cuenta que había otras formas de ver la realidad.

Con nuestros primeros envíos de divisas, España empezó a moverse, a evolucionar, y lo hizo a pasos acelerados. En sólo algunas décadas hemos pasado de ser una sociedad con complejos a otra integrada entre las primeras del mundo.

Cuando vuelvo a París me doy cuenta de que todavía nos superan en cultura y en sanidad, pero en calidad de vida les superamos. Creo que la democracia ha tenido mucho que ver.



A los españoles se nos olvida fácilmente que hemos sido un pueblo de emigrantes.

Los cambios siempre traen consigo los pros y los contras; habrá gente que añore el pasado. En la mayoría de los casos creo que se debe a que fueron vivencias de juventud y de alguna manera lo idealizan.

Los jóvenes han sido revolucionarios en todas las épocas pero los sentimientos siempre serán los mismos, aunque algunos valores hayan cambiado. El gran paso de tener muy pocas cosas en la infancia a nadar en la abundancia los lleva a una transición difícil. El estar acostumbrados a que todo se lo den, cuando llegan a la edad adulta, les cuesta aceptar que para conseguir cosas tiene que haber esfuerzo.

Creo que las nuevas tecnologías, los avances en sanidad y el nivel económico, nos proporcionan una calidad de vida que nunca antes habíamos tenido.

# Quando se llega a mayores (abuelos)

Por JESÚS M. HERRERO

En la actualidad, se ha generado un cambio que podríamos decir total respecto al trato que hace unas décadas se les daba a las personas mayores en el ámbito familiar, sobre todo a los abuelos/as.

En el conjunto de las familias, salvo excepciones, se han convertido en los incomprensidos lo que desemboca en frustraciones cuando llegamos a la triste madurez, sobre todo si se tienen nietos adolescentes poco comprensivos que lo único que desean de los abuelos es que éstos sean espléndidos con ellos

Al llegar a viejos, en algunos sitios, no hacemos más que estorbar, pero no piensan los desagradecidos que ellos tendrán que llegar.

económicamente. Si éstos les satisfacen sus deseos, son muy buenos; en caso contrario, si su petición no es atendida, esto ya acarrea problemas de convivencia.

Qué más quisieran los abuelos que poder satisfacer las demandas que les hacen, si para ello dispusieran del poder adquisitivo necesario. Lo que pasa es que a veces éstos se encuentran en situación de no poder complacer sus pretensiones, lo que genera actitudes diferentes que resumimos en un variado muestrario biográfico que seguidamente exponemos. En nuestros inicios, nos enseñaron a hacer el conjunto de las cosas con cordura, nos inculcaban el respeto a nuestros mayores, no teniendo tantos vicios menores ni mayores. Apenas fuimos a la escuela, por tener que colaborar para la cazuela.

Nos enseñaron pocas materias, pero sí la de la urbanidad. En la actualidad, todos a estudiar para tener buena cultura, pero para querer y respetar no se necesita de mucho estudiar. A veces los abuelos reprenden dando buenos consejos, a lo que ellos te replican, que tú ya estás muy viejo, tú ya no entiendes de nada, estás pasado de rosca. ¡Qué



Los estudios, escasos, cuando aprendíamos a andar ya nos enseñaban a trabajar.

pena llegar a viejos! A muchos abuelos les sucede esto que estoy relatando. Que se lo tenga Dios en cuenta por lo mucho que a veces están pasando.



Hemos pasado calamidades, hambre, frío y otros sinsabores, soportándolo con amor, pensando que a nuestros descendientes no les falte lo mejor.

# Cambios en la familia, la escuela y la comunicación en los últimos años

Por PABLO BARRIO

En la familia se han producido muchos cambios, desde luego. Antes, por ejemplo, la autoridad patriarcal era manifiesta, quedando la mujer (la esposa) relegada a los quehaceres de la casa, la crianza de los hijos y que no le faltase nada de lo que le apeteciese a su marido.

Los hijos, asimismo, generalmente tenían un enorme respeto a su padre, que a veces podía confundirse con verdadero temor.

En el presente la mujer ya no está sometida al marido (aunque siempre haya algún maltratador, desgraciadamente) e, incluso, con su trabajo puede permitirse separarse y sacar adelante a sus hijos. Éstos, a su vez, han adquirido más independencia y libertad, incluso algunas veces demasiada, lo que puede convertirse en libertinaje con todos los peligros que entraña.

Con respecto a los cambios en la escuela sin duda han sido demasiado bruscos. Se ha pasado de "la letra con sangre entra" a la falta de respeto, e incluso la agresión a los maestros. Quizá alguna culpa tengamos nosotros que, al ser una generación sumisa y sojuzgada, no supimos educar ni formar a nuestros hijos correctamente al pensar (y hacer) eso



Se ha pasado de "la letra con sangre entra" a la falta de respeto, e incluso la agresión, a los maestros.

de "ya que yo no lo tuve, a ti que no te falte". Y nuestros hijos a su vez a los suyos les permiten demasiado, como fruto de esa misma libertad recibida.

Los cambios en la comunicación han sido espectaculares. Hace muchos años, aparte de la prensa, el único medio de comunicación era la radio. Se escuchaba "el parte", además de las dedicatorias de Radio Andorra y los seriales de novelas y consultorios sentimentales. Afortunadamente la radio como medio de comunicación sigue en primera línea. Actualmente la comunicación no tiene fronteras. Con la T.V., los ordenadores e Internet, el avance ha sido gigantesco. ¿Qué dirían nuestros abuelos si levantasen la cabeza y vieses, por ejemplo, la imagen de una persona que está a miles de kilómetros charlando tranquilamente con nosotros...? El progreso en las comunicaciones sigue adelante. Yo envidio lo que podrán ver mis nietos...

# Los cambios en la mujer rural

Por ROSENDA PELLITERO

La pregunta es: ¿Bajo mi punto de vista, cómo ha sido el progreso de la mujer en el ámbito rural?

Creo que en mi generación fue cuando se empezó a dejar de ver a las mujeres arando con sus hijos a cuestas o durmiendo en un surco, mientras las madres seguían haciendo las tareas del campo.

Ahora que lo pienso, creo que los hombres llevaban con ellos a sus mujeres un poco por su propia comodidad. Porque a mí, de pequeña, mi padre me llevaba con él para que estuviera delante de las vacas para que no anduvieran mientras él cargaba el carro, cosa que también hacían las mujeres. A veces con su ingenio lo hacían mejor, podría confirmarlo.

Como ahora todo se ha mecanizado se trabaja menos y, aunque las mujeres sigan conduciendo tractores, ordeñando vacas, etc., ya no es lo mismo porque todo se hace más rápido y con menos esfuerzo. Pero sigo creyendo que las mujeres son las que, habiendo trabajado más, nunca se jubilan. Aunque hayan trabajado fuera de casa y cobren una jubilación seguirán cuidando de los nietos. Aunque al colegio los lleven los abuelos, ellas están ahí de comodines para preparar la comida y demás.

Olvidándonos de los extremos creo que hemos mejorado, no tanto como nos gustaría,



Las mujeres son las que, habiendo trabajado más, nunca se jubilan.

basándonos en la educación y la cultura, porque hoy día ya hasta los pueblos han llegado las clases de adultos, donde la mayoría del alumnado son mujeres, y en la universidad, donde he asistido, más del 90% eran féminas.

Cuando yo era pequeña en el pueblo sólo estudiaban los chicos y a las chicas las formaban para llevar la casa y educar a los hijos y, como sus hermanos estaban estudiando, ellas terminaban marginadas y sin parar de trabajar en el campo.

Comparando las tres generaciones puedo decir; mi padre de día me llevaba con él y por la noche me enseñó a leer y escribir y a hacer cuentas. Yo a mis hijos les hacía leer y les ayudaba a hacer los deberes. Ahora mis hijos juegan con sus niños a aprender cosas así que, todos hemos hecho lo mismo con arreglo a los tiempos que nos ha tocado vivir. Pero sigo pensando que, aunque trabajen los dos y el marido comparta las tareas de la casa y el cuidado de los niños, siempre es la mujer la que se preocupa de que comamos y de qué ropa nos vamos a poner.

# Los mayores de hoy

Por **ÁNGELES TASCÓN CUESTA**

El mayor en la actualidad estudia, viaja y hace deporte. Debemos seguir potenciando su participación activa en la sociedad actual. La jubilación te da algo más que una tranquilidad económica todos los meses. A través de nuestros Centros conseguimos entrar en contacto con otras personas mayores, lo cual nos enriquece conociendo otras diferentes realidades.

Cada vez acudimos más a la Universidad, a los llamados INTERCAMBIOS INTERGENERACIONALES. Éstos nos aportan unos conocimientos que anteriormente no hemos podido adquirir, pero a la vez sentimos una gran satisfacción al comprobar que también nosotros transmitimos a los jóvenes experiencias que valoran y aprenden.

Cuando acudimos a nuestros talleres de pintura, lectura, gimnasia, etc., conseguimos revivir nuestra adolescencia que nos trae unos recuerdos muy emotivos. Pero también nos proporcionan el contacto con otros mayores que se convierten en nuevas amistades y nos aportan nuevos conocimientos a través de sus vivencias y su forma de ver la vida.

Otra de las actividades que realizamos son las excursiones. Conocemos bonitos paisajes, monumentos y sitios nuevos, cosa que hace que nos sintamos mejor y llenos de vida. Por último quiero destacar el compañerismo que surge en nuestros viajes y en las diversas actividades que realizamos en el centro. Podemos decir que la vida no termina con la jubilación sino que por el contrario empieza. Es una de las etapas que debemos disfrutar más intensamente, sobre todo en

la actualidad en la que la sociedad se preocupa tanto por nosotros y en que cada vez nos ofrecen más oportunidades.

En esta línea me gustaría reseñar mi experiencia sobre una actividad concreta. El pasado 31 de Marzo miembros de los Centros de Colón y San Isidoro asistimos en Salamanca a la conferencia “**¿Se puede retrasar el proceso de envejecimiento del cerebro?**” impartida por D. Francisco Mora Teruel, doctor en Medicina por la Universidad de Granada y en Neurociencias por la de Oxford, y profesor de Fisiología Humana en la Facultad de Medicina de la Universidad de Madrid, dentro del programa de charlas y conferencias de gran interés cultural que desde hace unos años viene ofreciéndonos la Obra Social Fundación la Caixa.

Dado el interés de la misma, que viene a enlazar con lo anteriormente dicho, pasaré a hacer un breve resumen de ella:

“Hasta el año 2000 se pensaba que ciertas enfermedades estaban relacionadas con el envejecimiento. Pero los más recientes estudios han demostrado que muchas patologías dependen en buena medida del estilo de vida previo que haya llevado el individuo,



Acudiendo a los diferentes talleres entramos en contacto con otros mayores que nos aportan nuevos conocimientos a través de sus vivencias y su forma de ver la vida.

lo que incluye la alimentación y el patrón dietético a lo largo de su vida, el ejercicio físico y, en general, los hábitos personales y sociales adquiridos. El dolor no es cosa de la edad, no es una enfermedad, simplemente es un proceso fisiológico. Se puede envejecer bien o se puede envejecer mal.

El 75% de la longevidad depende de nosotros, tenemos que practicar hábitos saludables. Todos los días mueren neuronas en nuestro cerebro, pero todos los días nacen otras nuevas, de veinte a treinta mil. Entonces, una pregunta nos debemos plantear, ¿qué se puede hacer para mantener el cerebro más joven? Una de las opciones sería comer menos ya que solemos comer un 30% más de lo debido. También debemos practicar alguna actividad física aeróbica, a través de la cual se forman nuevas neuro-

nas. Sin olvidar el ejercicio mental, asistir a conferencias, estudiar un idioma, escuchar música, realizar excursiones y acudir a los centros en los cuales podemos realizar numerosas actividades.

Debemos adquirir hábitos saludables, no fumar, beber poco. Dormir en una habitación totalmente oscura, con esto se consigue un aumento de la melatonina.

Y, como resumen, un consejo que si se pone en práctica nos hará sentirnos mucho mejor. “Cuando te levantes por la mañana piensa y repítete a ti mismo: hoy voy a tener un buen día, muy bueno. Todo va a ir bien. A continuación, mírate en el espejo y sonríe”. Tenemos que dar sentido a nuestra vida, ayudar a los demás nos hará sentir mejor y al final eso nos reportará un beneficio.

## OPINIÓN Y PARTICIPACIÓN

## Sin afanes polémicos: Arreglos en el pavimento

Por PABLO BARRIO GARCÍA

En ocasiones, una conversación intrascendente sobre cualquier tema puede dar lugar a reflexiones que, si no hubiese surgido hablar de ello, acaso nunca habría tenido la menor importancia para nadie ni se analizaría en profundidad, aunque mereciese la pena ser conocido y divulgado.

Viene esto a cuento porque, no hace demasiado tiempo, paseando por la Calle Ancha y la Catedral con unos amigos, al ver las obras que estaban realizando en el pavimento de toda la zona, uno de ellos comentó:

- “¿Pero cuándo terminarán de arreglar esto de una vez?”
- “Es cierto - terció otro -, “cuidao” que llevan tiempo echando parches por toda la calle, la plaza y otras calles cercanas, y nada...”
- “¡Y eso que esta zona es peatonal y apenas soporta tráfico!”
- “Lo que yo quisiera saber -volvió a decir el que habló primero- es quien paga todas las obras que se han hecho y las que se es-



tán haciendo... porque mucho me temo que lo pagaremos todos los leoneses.”

- “Hombre, no creo, todas las obras tendrán su periodo de garantía... digo yo, vamos. Yo si hacía un trabajo tenía que responder durante un tiempo del mismo. Esto es igual. La empresa que lo pavimentó, durante el tiempo que fuese tendría que responder... Es que si no... vamos.”
- “Lo malo es si la empresa solo vendió el material y la obra la hizo el Ayuntamiento... La empresa con reponer el material que sale malo a lo mejor ya cumple... Y a lo peor se acabó ese tiempo que dices que daría.”

La polémica estaba servida. Como en la canción de “La Tarara”, unos decían que sí y otros decían que no. Yo me limité a tomar buena nota de lo que decían unos y otros, y sus comentarios me han dado pie para escribir esta reseña que, sin afanes polémicos, les transmito a Vds. para que sigan discutiendo sobre la pregunta clave que surgió dando un simple paseo por la Calle Ancha y la Plaza de Catedral: **“¿Quién paga los arreglos que se han hecho y se están haciendo en el pavimento? ¿Todos los leoneses o la empresa cuyos materiales han salido tan malos?”**. Esa es la cuestión.

## Viaje al sur de la India

Por CARMEN FUERTES GONZÁLEZ

Me pongo a escribir sobre mi viaje a la India, pero es difícil expresar en palabras lo que siento, lo que he vivido, lo que lucho por no olvidar.

La primera vez que visité la India, el norte, quedé fascinada y ahora que he vuelto la fascinación es aún mayor.

La India es color, el color de los vistosos saris que las mujeres llevan con elegancia innata; es olor, el olor a jazmín de las guirnaldas con que nos dan la bienvenida, adornan y ofrecen a sus dioses, y es sabor de sus ricas y sabrosas comidas.

El sur es como la madre conservadora de todo lo indio: su tradición, su literatura, su música, su espiritualidad, se vive en sus maravillosos templos; las filigranas de sus columnas nos trasladan al mundo de sus dioses. Brahman, Shiva, Vishnú, con sus leyendas esculpidas en piedra, nos trasladan al mundo mágico de la India.

Pero nada comparado en belleza a las personas: sus miradas profundas, sus sonrisas, sus manos juntas en señal de saludo, su hospitalidad, su agradecimiento, nos demuestran la riqueza de su vida interior, su dignidad. Los maravillosos campos de arroz, las plantaciones de té, las palmeras, los lagos y canales bordeados de cocoteros al atardecer es una experiencia y una paz únicas y un paisaje difícil de igualar. Los mercados con sus verduras, frutas de colores vivos nos demuestran su finura y delicadeza. El tráfico es un caos,



En la India los ancianos son queridos, respetados y cuidados por sus hijos.

personas, coches, motos, bicicletas, vacas y perros conviven en las calles en hermosa armonía.

En la India no existen las residencias, los ancianos son queridos, respetados y cuidados por sus hijos que viven muy cerca unos de otros. La familia es muy importante.

Los niños, el futuro, con sus uniformes multicolores siempre en grupo, cogidos de la mano dándose fuerza, nos dicen al mundo lo importante de sus valores, de sus sentimientos, porque en la India yo no he visto “pobreza”, he visto “dignidad”.

# Optimismo, dinamismo y moderación

Por EMILIA GLEZ. ÁLVAREZ

Hace unos 20 años conocí a un catedrático que impartía clases en la Universidad de León. Ya era mayor y falleció años después pero me quedaron unos buenos recuerdos de él. Me decía que nunca era tarde para saber si la mente estaba abierta para captarlo todo, que toda nuestra vida estamos aprendiendo aunque seamos mayores. Él ya estaba jubilado y tenía mucho tiempo libre y entonces podía hacer lo que le gustaba. Todos los días se levantaba temprano, hacía yoga, desayunaba y leía la prensa, más tarde se ponía a escribir el libro que había empezado hasta llegar el mediodía que después de comer reposaba un rato. Tenía un buen amigo que era médico, a la vez que cuidaba de su salud le dio estos consejos que él nunca olvidó: que fuera siempre optimista, dinámico y moderado, y él procuraba ponerlo en práctica cada día y más aún a esa edad aunque a veces tenía que tener mucha fuerza de voluntad.

¿Qué es una persona **OPTIMISTA**? Es aquella que ve las cosas y las juzga mirando siempre el aspecto más favorable de ellas. A veces las personas mayores suelen decir "ya me canso", "ya no puedo más" o "no tengo ilusión por hacer nada", ¡ay si yo fuera joven lo que haría! Y yo les digo, dad gracias a la vida porque seguís viviendo y tenéis muchos medios a vuestro alcance, lo que no tuvieron nuestros antepasados. Sed realistas, nace-



mos, vamos creciendo en todos los aspectos en cada etapa de nuestra vida, envejecemos y morimos, es ley de vida y todos lo sabéis muy bien ya que habéis vivido muchos años y con mucha experiencia.

¿Qué es ser **DINÁMICO**? Es la persona activa que siempre está dispuesta y presta para emprender algo, suele tener mucha energía, está estimulada y se adapta muy bien a los cambios y al desarrollo de la existencia. Este catedrático me decía que procuraba estar activo siempre aunque le costase trabajo por los años que tenía y sus achaques. Cada día se planteaba una meta que le estimulara para tener el cuerpo y la mente ocupados y así poder realizar el trabajo que le daba una satisfacción al llegar la noche, sin prisa ni con pausa.

¿Qué es ser **MODERADO**? Es aquella persona que reduce y disminuye la intensidad de algo que ella ve excesivo. Está comprobado que en todas las etapas de nuestra vida de-



Hay que tener fuerza de voluntad y procurar ser siempre optimista, dinámico y moderado.

bemos de ser prudentes, moderados y no abusar de las cosas que nos perjudican. El catedrático me decía que procuraba beber poco y fumar nada, comer le gustaba mucho pero se privaba de varios alimentos porque



le hacían daño. Debemos ser prudentes a estas edades, en nuestros años jóvenes nos podíamos permitir ciertos vicios o excesos que ahora no podemos.

Está claro que la máquina de nuestro cuerpo hay que cuidarla toda la vida para luego al ser mayor tener una vida más saludable, porque a veces creemos que con unas pastillas podemos solucionar nuestros problemas de salud. Por eso, con mucha fuerza de voluntad, debemos cuidarnos para tener una salud medianamente óptima.

Y en este escrito os quiero desear a todos muchos años de vida, con salud y que disfrutéis de ella ya que vale la pena seguir viviendo. Por eso os doy este consejo: "nunca dejes de empezar ni empieces nunca a dejar".

# Crisis

Por NELY GARCÍA

*Se le mueven los pilares  
al mundo del poderío,  
sobresaltada la gente,  
se está muriendo de frío  
por el aire que despide  
la riqueza y el tronío.*

*Los que no tenemos nada  
atónitos contemplamos,  
los consejos que nos dan,  
y salir de la estacada  
pues tenemos que salvar  
a un puñado de villanos.*

*¿Acaso no fueron ellos,  
que tuvieron la osadía,  
de llenar bien sus arcones  
con nuestras economías?  
Y los pobres con su rumbo  
nunca tendrán soluciones.*

*El mundo de la razón  
no se puede comprender,  
y nos duele el corazón  
de no poder aprender.*

*Y si el ciclón se aproxima  
siempre a los mismos destruye,  
el poder desde la cima  
emprende su vuelo y huye.*



# Los pajarillos

Por EMILIA GONZÁLEZ ÁLVAREZ

*Ha pasado el crudo invierno  
llega una nueva estación  
que anuncia la primavera  
con sus rayos de sol.*

*Los árboles ya tienen hojas  
sus yemas van a brotar  
para que salga la flor  
y su fruta madurar.*

*De rama en rama los pajarillos  
saltan de acá para allá,  
y sus trinos nos deleitan  
al oírles cantar.*

*Somos alegres y felices  
el sol nos da luz y calor  
para seguir caminando  
con esperanza y amor.*

*En el taller de prensa  
estamos inspirados y contentos  
al llegar la primavera  
y seguimos escribiendo.*



# El museo Sierra Pambley de León



Por **PABLO BARRIO GARCÍA**



La Casa que hoy alberga el Museo Sierra-Pambley, fue construida en el año 1848 por D. Segundo Sierra-Pambley, hijo mayor de D. Felipe que había fallecido en 1823. La familia era poseedora de una cuantiosa fortuna en fincas, localizadas sobre todo en la comarca de Laciana, el Bierzo y la zona del Órbigo, así como dehesas en Tábara (Zamora) y grandes extensiones de tierras de pastoreo por la zona de San Emiliano.

D. Segundo, con 41 años, arregló la casa con idea de casarse aquel mismo año de 1848, pero el matrimonio no se celebró aunque la casa quedó puesta con todos los elementos...y el buen hombre... soltero.

Siempre vivió solo, alternando sus estancias entre Madrid, León, Hospital de Órbigo (cuando el esquila de las ovejas), y Villablino en verano. Murió en el año 1873 y La Casa la heredó su sobrino D. Francisco Fernández Blanco y Sierra-Pambley, el cual hace la misma vida que su tío, muriendo también soltero en 1915, a la edad de 88 años. Este D. Paco, como le gustaba ser llamado, en una reunión en Villablino durante el invierno de 1885 junto con sus muy ilustres amigos, los señores D. Gumersindo de Azcárate, D. Francisco Giner de los Ríos, y D. Manuel Bartolomé Cossío, sembró la semilla que fructificó en la creación de la Fundación Sierra-Pambley, dedicada a la libre enseñanza. Desde

su inicio en 1887 hasta 1936 en que se le confiscan todos sus bienes, desarrolla una amplia labor cultural. Durante 40 años está en otras manos hasta que, en 1978, vuelve Azcárate del exilio y reclama al Estado todos los bienes de la Fundación, que le son devueltos aquel mismo año, reanudando su función pedagógica. Actualmente, siguen vigentes tres centros; en Villablino, donde se realizan todo tipo de eventos culturales, en Hospital de Órbigo, dedicado a la formación de jóvenes y adultos, y la escuela de León en la que se imparten clases de español para inmigrantes, entre otras actividades.

Por lo que respecta al Museo en sí diremos que fue inaugurado en el año 2006 y consta de dos partes bien diferenciadas como son la Sala Cossío, donde se explica la historia de la Fundación, y La Casa que, arreglada en el año 2000, representa la vida de una familia acomodada e ilustrada del siglo XIX. El visi-



El Museo Sierra-Pambley, inaugurado en 2006, muestra la vida de una familia ilustrada del siglo XIX.

tante encuentra una casa con toda clase de detalles y lujos que eran novedades para la época, como los muebles, vajillas, cubiertas, tejidos, etc. etc. Baste decir que fue el primer cuarto de baño y el primer retrete con cisterna que hubo en León. La Casa está tal cual la dejó, amuebló e ideó para la celebración de su frustrada boda D. Segundo.

Consta de 22 estancias decoradas originalmente, todas muy interesantes, pero no detallaré las mismas por falta de espacio, y por no desvelar su contenido, para que, quien

lo visite, pueda apreciarlo por sí mismo. A todo el que sienta añoranza por el pasado, o simple curiosidad por saber cómo vivía una familia ilustrada y con posibles a finales del siglo XIX, le recomiendo la visita a este singular Museo, ya que saldrá ampliamente satisfecho.

Finalmente quiero agradecer a Teresa, cuidadora y guía de este Museo Sierra-Pambley, su amabilidad para conmigo, proporcionándome los datos precisos para poder pergeñar estas líneas. Gracias Teresa.

# Semana cultural en los Centros León I y León II con clausura del Curso 2008-2009

Una vez más, con la llegada del verano, los Centros de Mayores ponen punto final a la actividad de un nuevo curso. Así, en la primera semana de Junio se llevará a cabo la Semana Cultural que todos los años sirve como clausura al mismo. Aunque el programa se encuentra a disposición de todos los socios y las socias en los respectivos centros, pasamos a continuación a especificarlo para cuántas personas tengan interés en él. Desde esta redacción aprovechamos la ocasión para desear a todo el mundo una agradable participación y que disfruten las vacaciones veraniegas que a partir de este momento comienzan para la mayoría.

**CLAUSURA DE ACTIVIDADES**  
CURSO 2008/09

**Notas**

- 1.- Todos los actos de la tarde, tendrán lugar en la Obra Social de Caja España, C/ Santa Nonia, a las 17,00 horas. Plazas limitadas hasta completar el aforo.
- 2.- La exposición de trabajos realizados en los distintos talleres podrá visitarse en las instalaciones de la Obra Social los días 1, 3 y 4 en horario de tarde.
- 3.- Para las actividades de la mañana es necesario inscribirse en los respectivos Centros.

En la realización de algunas actividades ha colaborado la Universidad de León.



**Del 1 al 4 de junio de 2009**

Organiza:




**CENTROS DE PERSONAS MAYORES**  
**LEÓN I Y LEÓN II**

Entidades colaboradoras:






Lunes 1 de junio	Martes 2 de junio	Miércoles 3 de junio	Jueves 4 de junio
<p><b>Mañana:</b> <b>A las 10,30 h.</b> Visita guiada: <i>"Conoce "El Parque de Quevedo".</i> Reunión en la entrada peatonal.</p> <p><b>A las 11,00 h.</b> Visita a la <i>Fundación Carriegos.</i> Salida buses Avda. Padre Isla, n.º 2 a las 10,40 h. Socios del C.P.M. León I</p> <p><b>Tarde:</b> <b>A las 17,00 h.</b> Inauguración de la Semana Cultural.</p> <p>Charla sobre <i>Risoterapia.</i> A cargo de Dña. M.ª Cruz García. Pertenece a la Asociación Mundial de Dinámica y Terapia de la Risa.</p> <p>Actuación del <i>Grupo de Bailes de Salón del C.P.M. León I.</i></p>	<p><b>Jornada al aire libre en el parque de la Candamia</b></p> <p><b>De 11 a 11,30 h.</b> Recepción de participantes.</p> <p><b>A las 11,30 h.</b> Celebración de la Eucaristía.</p> <p><b>A las 12,15 h.</b> Actuación de los grupos: Sevillanas de los dos Centros y Bailes de Salón del Centro León II.</p> <p><b>A las 13,00 h.</b> Baile vermouth.</p> <p><b>A las 14,00 h.</b> Tiempo para la comida, cada uno de su cesta.</p> <p><b>A las 17,30 h.</b> Baile amenizado por la Orquesta <i>"Duo Latino".</i></p>	<p><b>Mañana:</b> <b>A las 10,00 h.</b> Visita guiada a la exposición: <i>"Itinerario religioso de Alejandro Magno".</i> Instituto Bíblico y Oriental. Colegiata de San Isidoro. Para socios del Centro León II.</p> <p><b>A las 11,00 h.</b> Visita guiada: <i>"Esculturas de León al aire libre".</i> Salida de la Plaza de Botines. Duración aproximada: 1h. 30 minutos Para socios de los dos Centros.</p> <p><b>Tarde:</b> <b>A las 17,00 h.</b> Teatro: Actuación del <i>Grupo de Teatro del C.P.M. León II.</i></p> <p>Actuación de los <i>Grupos de Pandereta y Bailes Regionales de los dos Centros.</i></p>	<p><b>Mañana:</b> <b>A las 10,00 h.</b> Visita guiada a la exposición: <i>"Itinerario religioso de Alejandro Magno".</i> Instituto Bíblico y Oriental. Colegiata de San Isidoro. Para socios del Centro León I.</p> <p><b>A las 11,00 h.</b> Visita a la <i>Fundación Carriegos.</i> Salida buses Avda. Padre Isla, n.º 2 a las 10,40 h. Socios del C.P.M. León II</p> <p><b>Tarde:</b> <b>A las 17,00 h.</b> Actuación de la <i>Academia de Danza "Piluca".</i> Actuación de los <i>Coros de ambos Centros de Personas Mayores de León ciudad.</i></p>
			

## Excursiones de los Centros

Como todos los años desde que entra la Primavera, los Centros de Personas Mayores León I y León II, han preparado un amplio programa de excursiones de todo tipo que se prolongan de abril hasta la llegada del otoño, por lo que una parte importante de ellas ya han sido realizadas a la hora de llegar a vuestras manos esta nueva revista. Pero aún hay tiempo de participar en las programadas de junio a septiembre.

En los meses veraniegos (julio-agosto), son ya tradicionales las salidas playeras a distintas localidades de la vecina Asturias que además de sus playas nos ofrecen bellas poblaciones para disfrutar.

En el resto de los meses las propuestas son más diversas.



Para más información se puede consultar los programas de excursiones que, junto a las bases de participación en los viajes, están a disposición de todas las personas socias en los Centros León I y León II.

OTRAS ACTIVIDADES DE INTERÉS

## Tertulias de cine en el Musac

En el MUSAC, y a lo largo del año, todos los viernes a las 17 horas se llevan a cabo tertulias de cine. Esta actividad se organiza en ciclos de 6 películas cada uno. Los dos últimos, han estado dedicados a películas nórdicas. En líneas generales se trata de cine con gran carga reflexiva, sobre las sociedades, entre otras muchas cosas.

La inscripción para asistir a cada uno de los ciclos se efectúa en el mismo Musac, siendo su precio de 6 € (incluye 6 sesiones de tertulia y café). También se puede acudir exclusivamente a ver la película, en cuyo caso la entrada es libre y gratuita. Actividad muy interesante y recomendable para todas aquellas personas interesadas en ver cine de calidad.

DATOS DE INTERÉS

## Cruz de Oro de la Orden Civil de la Solidaridad Social

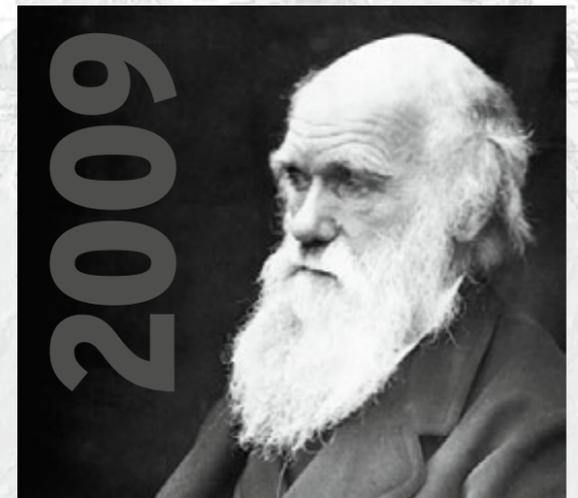
El pasado día 9 de marzo, una representación de la CONFAV (Confederación de Federaciones y Asociaciones de Viudas "Hispania") recogió en el Palacio de la Zarzuela la Cruz de Oro de la Orden Civil de la Solidaridad Social, en justo reconocimiento al movimiento asociativo de las viudas que empezó en España hace más de 50 años y a tantas mujeres que han dado sentido a su viudedad a través del servicio a estas asociaciones, de raíz cristiana, pero abiertas a todas las viudas por el solo hecho de serlo. Este reconocimiento, que fue entregado personalmente por S.M. la Reina doña Sofía, fue hecho oficial en el B.O.E. nº 14 del viernes 16 de enero de 2009, "en reconocimiento al apoyo a las viudas y huérfanos para superar situaciones de dificultad social y personal" realizado por estas entidades. Es este un importante reconocimiento social que han

merecido entidades y personas quizás más conocidas socialmente.

El motivo de mencionarla en estas páginas es para dar a conocer a todo nuestro público lector la labor de unas asociaciones que tienen entre sus filas a muchas mujeres mayores, cuya situación económica y social es a menudo precaria. En esta Confederación, de carácter estatal, se encuentran inscritas cuatro asociaciones de viudas repartidas por toda la geografía leonesa que pueden orientar y acoger a cuantas mujeres en esta situación así lo demanden. Acudiendo a sus sedes pueden informarse de las actividades que realizan y los programas que ofrecen. Podemos encontrarlas en León (Centro Loyola. Gran Vía San Marcos), en La Bañeza, en Veguellina de Órbigo y en Astorga (Pza. San Miguel, nº 4).

## El año Darwin

Si en el número anterior de nuestra revista hicimos alusión al hecho de que este año se celebra el año Mundial de la Astronomía, en esta ocasión hemos de hacer alusión al hecho de que es también el Año Darwin, fecha en la que se conmemoran los 150 años de la "Teoría de la evolución de las especies por selección natural", una de las teorías científicas más importantes de la historia.



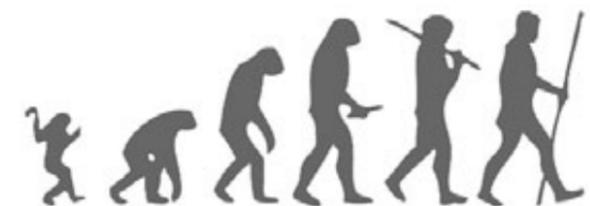
Este año se celebra el bicentenario del nacimiento de Charles Darwin y el 150 aniversario de la teoría de la evolución.

Aunque dicho año dio comienzo el 1 de julio de 2008, se dará por terminado el 24 de noviembre de este 2009, fecha que coincide con la publicación de su obra "El origen de las especies", obra que en principio no había pensado dar a conocer hasta después de su muerte. La primera fecha citada coincidiría con la presentación de su teoría en la Sociedad Linneana de Londres, junto a la de Alfred Wallace que va un poco en la misma línea, a través de dos importantes científicos de la época. Así mismo, el 12 de febrero se habrían conmemorado también los 200 años del nacimiento de Charles Darwin.

La teoría de la evolución ha sido objeto de continuos ataques y críticas desde que se enunció por primera vez, y en estos momentos resurgen con ímpetu las teorías creacionistas de la mano de las poderosas iglesias estadounidenses. Sin embargo los científicos se sienten atacados, quizás porque en esta época de gran aumento del conocimiento sería de esperar que en los países más desarrollados las ideas creacionistas apenas tuvieran eco, ya que lo que atacan se sustenta en una sólida base de eviden-

cias científicas. En parte el Año de Darwin, además de una conmemoración histórica, pretende ser la respuesta de la Ciencia al auge creacionista en algunos países y para ello se han preparado numerosas actividades en torno a este hecho, muchas de ellas desde la Universidad de Cambridge que, entre otras, tiene anunciado un gran Festival Darwin entre el 5 y el 10 de julio próximos. Este festival versará sobre "la ciencia, la sociedad, la literatura, la historia, la filosofía, la teología, el arte y la música que tienen su origen en la vida, la obra, el trabajo y el tiempo de Charles Darwin", uno de los miles de acontecimientos y proyectos que se han preparado y que se pueden consultar a través de la red.

Para saber más podemos consultar en Internet las páginas que aparecen bajo el epígrafe **www.darwin2009**.





**CONVIVENCIA  
INTERGENERACIONAL**  
**PROGRAMA DE ALOJAMIENTOS COMPARTIDOS**  
Una experiencia de solidaridad entre generaciones



Universidad de León



Junta de  
Castilla y León



Servicios Sociales  
de Castilla y León

