

La Panera



Clausura de los cursos
de Iniciación e Internet



Aquellas "máquinas"...



Los Centros de Mayores
en la Expo de Zaragoza



Presentado un libro
de juegos

NUESTRO TEMA:

Los Mayores
frente a las
**nuevas
tecnologías**



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, 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, Fernando Geijo Rodríguez, 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

El ansia del saber. *Por Mercedes G. Rojo* 3

Cultura y tradiciones

Parte 1: OFICIOS QUE SE PIERDEN

Las bordadoras. *Por Emilia González* 4

Parte 2: DESDE LA TRADICIÓN

Recuerdos de otros tiempos. *Por Laudelina Monge Monge* 5

Parte 3: JUEGOS TRADICIONALES

Mis juegos infantiles en la ciudad de Astorga. *Por Ángel del Palacio* 8

Nota de participación 7

Noticias breves

Clausura de los cursos de Iniciación e Internet 8

Estrenado un vídeo sobre la vida de Manuela Rojas 9

Nuestro tema:

Los mayores frente a las nuevas tecnologías

Aquellas maquinas... *Por Prisciliano Castillo Arredondo* 10

Acercando las nuevas tecnologías a nuestros mayores. *Por Antonio Silván* 14

Los mayores frente a las nuevas tecnologías. *Por Nely García* 16

Las nuevas tecnologías. *Por Fely Barrio* 17

Opinión y participación

Los Centros de Mayores en la Expo de Zaragoza. *Por Angelines Tascón* 19

Un verano diferente. *Por Emilia González* 21

Mis años en la Educación de Adultos... *Por Rosenda Pellitero* 22

Las pequeñas cosas. *Por Nieves P. Rodríguez* 24

El poder creativo de la edad

En literatura no hay edad. 25

Sección Cultural

PARA SABER MÁS

Babia. *Por Fernando Geijo Rodríguez* 26

PÁGINAS DE CREACIÓN

Las hojas y el viento. *Por Pablo Barrio* 28

El sol en huelga. *Por Diego Llamazares* 29

La vieja puerta. *Por M.ª del Carmen Díez Velasco* 30

Agenda y datos de interés

DATOS DE INTERÉS

Sobre el Centro Integral de Alzheimer en León 34

Presentado un libro de juegos con autoría de nuestra coordinadora 34

Teléfonos útiles 35

EDITORIAL

El ansia del saber

Por MERCEDES G. ROJO

Durante años, mi ejercicio profesional me ha puesto en contacto con el mundo de las Personas Mayores que, a menudo, me ha sorprendido gratamente en una serie de aspectos que en otros colectivos de menor edad pasan más desapercibidos

Uno de ellos, quizá el más relevante desde mi punto de vista, es la necesidad de formarse en campos en los que antes no pudieron hacerlo, de adquirir nuevos conocimientos, de compartir su tiempo junto a otras personas, ante un profesorado que les pone al día en numerosos aspectos que despiertan su interés actualmente.

Y, llegado el otoñal mes de septiembre, con la caída de la hoja y la entrada en letargo de la naturaleza, parece que esos aspectos -en vez de languidecer- despiertan ante el impulso de una savia nueva y se acrecientan en los mayores esas inmensas ganas de aprender. Ha sido la posibilidad de ser testigo de ese "ansia de saber", la que me ha llevado a escribir estas líneas que, una vez más, sirven de presentación para esta revista "La Panera".

El argumento tiene también una intrínseca relación con el tema central de nuestra publicación, "Los mayores ante las nuevas tecnologías", porque el mismo nunca hubiera sido abordado desde este ámbito sin esa necesidad de adquirir nuevos conocimientos, de seguir formándose, que muchas personas sienten cuando llegan a ese momento de la vida en que -abandonadas ya sus obligaciones laborales- comienzan a tener de nuevo tiempo para ellas mismas.

Y es agradable descubrir cómo parte de ese tiempo se elige cubrir a través de la formación.

Durante casi dos meses he podido observar de primera mano como personas de diferentes edades pasaban a interesarse por cursos y acciones formativas diversas. Pero quizá lo que más me ha llamado la atención ha sido la demanda sobre los cursos de la Universidad de la Experiencia y cómo, en dos días, se ha movilizado todo el alumnado de una pequeña ciudad que terminó su ciclo de estudios en junio pasado cuando se han visto frente a la oportunidad de mantenerse ligados al proyecto a través de la posibilidad de cursar asignaturas optativas.

Esta ilusión, este empuje, estas renovadas "ansias de aprender", me indican que el otoño no es una época para el letargo sino una etapa donde la vida late aún con fuerza esperando reverdecer cargada de ideas, de palabras, de poder creativo... Tal como nos lo siguen demostrando día a día desde estas páginas nuestros colaboradores, ya sea a través de su propio trabajo, ya sea a través de la muestra de otros personajes desde los que desde aquí nos hacemos eco.

Las bordadoras

Por EMILIA GONZÁLEZ

Yo viví hace tiempo en un pueblo cerca de la capital leonesa, en mi misma calle había un taller de bordadoras a mano. La dueña se llamaba Feli, y de su trabajo vivían su madre viuda y ella. Sus clientas las tenía en León. Bordaba para los señores ricos, ya que otras familias no podían permitirse ese lujo. Os estoy hablando de hace muchos años.

Entonces las telas venían en piezas y se compraban a medida para hacer un juego de cama, la cimera y la bajera y el almohadón. La tela era blanca, de la marca "Viuda de Tolra", por ser un algodón muy bueno y fino. Todo el trabajo era bordado a mano, menos la sábana bajera que era a vainica ciega. Feli pagaba por los bajos de la vainica a tres pesetas metro. Siempre tenía chicas que se lo hicieran.

A ella no le faltaba trabajo. La señora iba a su casa y elegía ella misma el dibujo que quería para el juego de cama. Le encargaban que en el centro de la sábana cimera pusiera las letras iniciales de los apellidos de su marido y ella. Estas letras eran bordadas a realce. También para los manteles y sábanas bajeras compraban la tela más fuerte. Esta bordadora tenía unas manos especiales, hacía toda clase de bordados, "realce", "arenilla", "filitiré", "bodoques", "festón" y muchos más. Tenía chicas a las que enseñaba a bordar. Las madres las mandaban a aprender el oficio y a la vez iban comprando telas para hacer su propio ajuar y tenerlo hecho cuando se casaran.

Recuerdo de niña que, con la maestra, en la escuela, todas las tardes teníamos una hora dedicada a la costura y en un trozo de tela

blanca, nos enseñaba a dar las primeras puntadas y toda clase de cosidos, hasta que lo terminábamos. Luego lo lavábamos y lo almidonábamos. El mío todavía lo conservo como recuerdo de mi infancia y lo he enmarcado.

Yo recuerdo que a mi madre le hice un mantel pequeño y unas servilletas a punto de cruz, de unas sábanas de hilo de mi abuelo usadas. Todavía lo recuerdo, eran unas manzanas de colores, y el dobladillo a "vainica ciega". A mi hermana mayor la mandó mi madre a aprender el oficio con Feli, y nos hacía muchos bordados para la casa. Aún recuerdo el peinador que nos bordó, lo poníamos cuando estábamos arregladas para ir a bailar o al cine y nos peinábamos.

Con estas líneas quiero hacer un homenaje a aquellas bordadoras a mano, y si queda alguna que siga haciéndolo a ella también, pero sobre todo a Feli, aunque ya no está entre nosotros. Las recuerdo con todo cariño porque con su paciencia, puntada a puntada, hacían unos bordados maravillosos, que siguen estando en mi recuerdo y guardados en los armarios y que son pura artesanía, porque hoy en día no se usan, pero tienen un gran trabajo y valor.

Recuerdos de otros tiempos

Por LAUDELINA MONGE MONGE

*Corrían los años 40
tal vez 30, qué más da,
cuando engrosamos la lista
de un partido judicial.*

*Eran años de penuria,
de escasez y de difteria,
de criar hijos para el Cielo
y vivir en la miseria.*

*En familias numerosas
nacimos la mayoría,
compartiendo habitación,
y agua corriente no había,*

*No había pan,
no había calor,
y sin embargo sí había
algún que otro sabañón.*

*Qué decir de las nevadas.
Eran fuertes y abundantes,
cortando comunicaciones
y aislando a los habitantes.*

*Calzábamos las madreñas
cuando llegaba el mal tiempo
calle arriba, calle abajo,
sin pisar en pavimento.*

*Aprendimos el catecismo
como fuente de valores
y tratábamos de "usted"
a nuestros progenitores.*

*Jugábamos todo el día
en la calle sin cuidado,
pues la protección venía
del resto de los hermanos.*

*Heredábamos la ropa
de los hermanos mayores,
sin pensar en el tamaño
ni en la moda, ni colores.*

*El trabajo era nuestra meta.
Casi ninguno estudiaba,
pues para pagar estudios
el dinero no llegaba,*

*Al maestro le temíamos
mucho más que a una tormenta,
pues su mensaje decía:
"la letra con sangre entra".*

*Al sacerdote de turno
mucho le respetábamos
y corríamos hacia él
para besarle la mano.*

*A pesar de todo esto
éramos muy felices
y la frase "me aburro"
nunca, nunca yo la dije.*

*En fin, aquello ya pasó,
vivamos ahora el presente,
con la vista hacia el futuro,
mirando siempre de frente*



Mis juegos infantiles en la ciudad de Astorga

Por **ÁNGEL S. PALACIO**

No sé por qué se me ha pasado por la mente el recordatorio de mis juegos infantiles, cuando transcurría el último quinquenio de los años 30 y primero de los 40, testigos de una lucha fratricida entre españoles y una posguerra de fatigas y necesidades no satisfechas

Afortunadamente, mi niñez transcurrió en una ciudad próxima, de excelso pasado por cuanto tuvo especial relevancia durante el período de la invasión romana de la península, en la que fue Convento Jurídico y por la que pasó el Emperador Augusto, debido a lo cual tomó el nombre de Astúrica Augusta.

Los niños en aquellas calendas no poseíamos para nuestro entretenimiento los juguetes sofisticados de que hoy disponen, pues a lo sumo los Magos nos obsequiaban con algún camión o tren de madera u hojalata. Entonces, las horas de asueto, las pasábamos en la calle, de la que éramos dueños y señores, por cuanto que los escasos vehículos que circulaban por ellas, utilizaban la tracción animal, como caballos, mulos o bueyes.

El domicilio de mis padres se encontraba al principio de la calle que unía el centro con la estación del Ferrocarril del Norte, en pleno barrio de Puerta del Rey, conocido como el "Barrio de los Judíos" debido a que en su iglesia parroquial se encontraba la sede de la Hermandad de la procesión conocida como "de los Judíos", que salía los Viernes Santos de madrugada.

Como era natural, los niños, al carecer de televisión y otras comodidades dentro del ho-



Juego de Las Habas

gar, las horas de asueto las pasábamos en la calle y constituíamos pandillas para jugar en grupos. Nuestros juegos esencialmente eran competitivos y existía rivalidad entre nosotros. Como ejemplo, citaré alguno de ellos, como el de las Chapas, la Piola, el juego del Peón y el Escondite.

El primero consistía en dibujar en el suelo unos rectángulos y con las chapas de las gaseosas, empujándolas con el dedo, tratar de alcanzar el final antes que el adversario.

El segundo, la "Piola" me parece era una especie de saltos sucesivos, unos sobre otro, mientras éste permanecía agachado, manteniéndose la cadena hasta que nos cansábamos de ello.

El juego del Peón, Trompo o Peonza, consistía en una pieza de madera de forma cónica con una especie de púa de hierro y sobre el que se enrollaba una cuerda para lanzarlo al suelo y hacerlo bailar. Su competitividad era la duración del Peón sin caerse, por lo que el ganador era aquél que duraba más tiempo bailando. Este juego, naturalmente, se podía llevar a cabo solo en lugares con piso de tierra sin asfalto ni pavimento. Había dos formas que recuerde de lanzarlo, una levantado el brazo y lanzarlo contra el suelo de forma que cayese de pico y otra, más fácil, lanzándolo de forma horizontal con el espigo hacia abajo. En ambos casos, para que el peón bailase había que quedarse con la cuerda en la mano.

También jugábamos a otro juego, que no recuerdo el nombre, que consistía en subirse a la espalda de otro, permaneciendo así hasta que se soltaba porque se cansaban los brazos. Normalmente, los jugadores nos turnábamos pasado a ser portones los que antes estaban encima.

En el escondite los participantes a veces éramos del mismo sexo y otras jugábamos mezclados con las chicas. En este juego, bien conocido hoy, nos dividíamos en dos grupos: uno que se escondía y otro que se veía obligado a encontrar al anterior.



Juego del Peón, Trompo o Peonza

La bigarda o palitroque, consistía en una especie de palo corto que se situaba encima de una piedra saliendo parte de él para que permitiera golpearlo con otro palo o paleta de manera que cuando se elevaba del suelo, se pudiera sacudirle con toda la fuerza posible para que alcanzase la mayor distancia hasta caer al suelo.

Aparte de estos juegos, también practicábamos, a veces, otros un poco peligrosos, como subir a los árboles, tirarnos piedras unos a otros, jugar con carburo o echar una bala de fusil, que recogíamos en un lugar situado en las proximidades del cuartel al que llamábamos el "Sierro", donde practicaban los militares, sólo por ver el agujero que hacía la bala en las paredes de barro que cercaban los huertos próximos.

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.

Dado que en este número no hemos podido incorporar todos los textos dedicado al tema de "LOS MAYORES FRENTE A LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS", hemos decidido mantener el mismo para la próxima revista, admitiéndose aún más colaboraciones al respecto.

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, mejor si es a máquina u ordenador.

Fecha última de recogida de los trabajos: 10 de noviembre 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 - del que desconozcamos su procedencia, es decir, que no aceptamos la colaboración de personas anónimas, aunque de cara a la publicación éstas si puedan mantener su anonimato ante los lectores bajo un seudónimo.

NOTICIAS BREVES

Clausura de los cursos de Iniciación e Internet 2007 / 2008



Algunos de los participantes en uno de los cursos con la profesora encargada de impartir las clases

Una vez más, el día 6 de junio del año en curso, se celebró en el Aula de Informática del Centro de Día León II, la entrega de los correspondientes diplomas por haber asistido a las clases y prácticas de Iniciación e Internet a 24 alumnos, 12 por cada materia, personas mayores socias de los dos centros de día, dependientes de la Gerencia de Servicios Sociales, de la ciudad de León, con asistencia de la profesora que impartió las clases y alguno de los voluntarios de Informática de León, que participan en la formación práctica de los mismos.

Estrenado un video sobre la vida de Manuela Rejas

El pasado día 20 de septiembre tuvo lugar a las 20:30 horas de la tarde, en la localidad de Veguellina de Órbigo, el preestreno del cortometraje sobre Manuela Rejas que bajo el título "Violeta y el baúl americano" nos presentó un emotivo recorrido por la vida de una mujer llena de coraje que ha sabido salir adelante con la fuerza de su trabajo y apoyada en su potencial creativo. El realizador del corto, que en breve será presentado en un importante festival de cortometrajes de allende los mares, homenajeó a la protagonista al tiempo que advirtió que se representaba en ella a toda una serie de mujeres que, durante las duras épocas en que les tocó luchar, tuvieron la fuerza suficiente para enfrentarse a una sociedad que limitaba las libertades de las mujeres aún más que las de los hombres, aprendiendo a salir adelante con méritos propios y a luchar por su propia familia. El acto congregó a un importante número de personas que llenaron la sala a rebosar, acompañando con su presencia este momento tan especial para ella. También una representación de La Panera estuvo allí, puesto que en repetidas ocasiones hemos podido hacernos eco de su trabajo en nuestras páginas.



Manuela Rejas, una mujer adelantada a su tiempo, en una de sus actuaciones

Aquellas máquinas...

Por PRISCILIANO CASTILLO ARREDONDO

Las nuevas tecnologías nos han desbordado; ya no somos capaces de seguirlas y mucho menos entender su manejo y funcionamiento; están muy lejos de las primeras máquinas que conocimos.

Entonces, -estoy hablando de hace sesenta y tantos años- no había tecnología, todo era manual; las únicas máquinas que veíamos eran la de afeitar, la de hacer chorizos, la engavilladora y la de limpiar, y deja de contar. El funcionamiento de todas ellas nos intrigaba pero, haciendo un seguimiento más o menos concienzudo, llegábamos a entenderlo.

Por ejemplo la de afeitar no era de funcionamiento muy complicado: veías cómo el padre mojaba la brocha en un tazón con agua caliente; la pasaba una y otra vez por un jabón en forma de supositorio pero mucho más gordo, hasta que se formaba mucha espuma; se la pasaba por la cara, embardunándose-la bien; cogía la cuchilla "La Palmera", la ponía sobre

una pieza que me parece que se llamaba cabecero; luego el peine, lo atornillaba en el mango y se la pasaba una y otra vez por la cara. Cuando terminaba se pasaba un jabón transparente por la cara, que debía de escocer pues siempre ponía esa cara que se pone uno cuando algo te escuece. Daba gusto después pasarle la mano por la cara; la tenía más suave que la mía. Si intentabas tocar alguna de las piezas te daba un manotazo: "Quita, rapaz, que te puedes cortar con la cuchilla".



Trabajando con una aventadora

La de hacer chorizos ya era más complicada, con el huso sinfín, las cuchillas, la ceranda -así la llamábamos- por cuyos agujeros salía la carne picada, el embudo y la manivela. La recuerdo roja por fuera y blanca de porcelana por dentro; se clavaba en un banco con unas puntas gruesas que luego se doblaban -hubiera sido más fácil con tirafondos, se ponían y quitaban mejor, pero es que entonces todavía no había tornillos-. Asombrados, veíamos cómo el padre iba lle-

nándola por arriba con grandes trozos de carne, apretando, a la vez que daba vueltas a la manivela; la carne picadita salía por los agujeros de la "ceranda". Más nos llamaba la atención cuando era la carne picada y adobada; antes la madre había colocado la tripa por el exterior del embudo que quedaba toda plegada; luego cogía el extremo libre pues según iba dando mi padre vueltas a la manivela se llenaba saliendo del embudo dando lugar al chorizo que siempre tomaba

forma circular en el balde, donde los "apara-ba" mi madre.

La engavilladora era más complicada. Como había muy pocas en el pueblo, la primera que salía (que era casi siempre la de mi padre) llevaba un montón de chavales detrás de aquel armatoste estrafalario: el padre sentado en el sillín que salía fuera de la rueda grande (la motriz), inclinado para la izquierda; el tablero triangular inclinado para la derecha, casi rozando la rueda pequeña; las rodadas tampoco coincidían con la de los carruajes por lo que traqueteaba más. Llegada a la tierra, nos apretujábamos alrededor de la máquina mientras el padre realizaba las operaciones previas: darle a una manivela, bajar un gato, volver a darle a la manivela para el lado contrario, sacar la rueda pequeña del eje, bajar el tablero, meter la rueda en otro eje que llevaba éste, darle más a la manivela, subir el gato y otra vez a la dichosa manivela. No entendíamos nada de tantas operaciones. Luego venía soltar el cordel que sujetaba los rastros. Con la galga baja inclinaba más o menos la parte del tablero donde iban las cuchillas. Traqueteadando, cruzando los surcos y linderos, se acercaba al centenal y allí ocurría lo que tardábamos mucho en explicarnos: movía una palanca y los rastros empezaban a girar con movimientos sincopados, la cinta con las cuchillas también empezaba a deslizarse entre los dedales con un ruido estremecedor, las cañas de centeno, doblando las espigas, dócilmente iban cayendo sobre el tablero, mientras los rastros una y otra vez bajaban acariciándolas para que se acomodaran formando un montón, hasta que -¡oh prodigio!- un rastro sin que supiéramos por qué, parece que les decía "hala, hala, fuera todas" y sin contemplaciones, arrastrándose a lo largo del tablero, las tiraba a tierra formando una gavilla.

Sería más tarde cuando entenderíamos que la rueda grande -la motriz-, cuando se daba

a una palanca, por medio de engranajes ponía en movimiento los rastros y las cuchillas; el echar la gavilla fuera era porque el padre pisaba un pedal que, por medio de unos cables, hacía girar una pieza y entonces la base del rastro que pasaba por allí hacía otro recorrido que daba lugar a que se modificara su trayecto.

La aventadora, algo más simple, era como un enorme cajón de madera o de hierro cerrado con chapas de hojalata; consistía básicamente en un bombo donde unas aspas, movidas por una manivela que había en el exterior, daban viento; a su vez, por medio de una biela y una barra, se producía un movimiento de vaivén a unos cribos colgados en la parte posterior. Con la vienda se echaba la mies molida de la parva o parvón en la tolva que había en la parte superior. El viento impulsaba la paja fuera, mientras lo que pesaba un poco iba cruzando los distintos cribos, zarandeados por el vaivén que antes he dicho; el grano bajaba por un plano inclinado en la parte delantera formando el muelo. Por otro plano inclinado, más estrecho, en la parte de atrás salían las granzas: palos, trozos de espigas, piedras, etc. Si se seguían los distintos procesos se comprendía el funcionamiento.

Relato todo esto porque aquellas máquinas más pronto o más tarde llegaba uno a saber cómo funcionaban, podía uno explicárselo. Recuerdo el maestro que tuve en la escuela preparatoria del Seminario, don José López, que nos obligaba a que todos los días teníamos que hacerle una pregunta sobre algo que no sabíamos. Lo que más preguntábamos era cómo funcionaban las cosas, una bombilla, el motor de un coche, los cohetes, la radio, etc. él nos explicaba todo y más o menos lo entendíamos.

Yo hice lo mismo con mis alumnos, pero llegó un momento en que yo ya no era capaz de



Una antigua radio y un moderno reproductor multimedia, contraste entre dos épocas

explicar las cosas nuevas que iban saliendo, me era imposible entender su funcionamiento: cómo funcionaba la televisión, el transistor, el mando a distancia, el casset, el láser, y no digamos cuando empezó el ordenador, Internet, la Playstation, los mp3 y mp4 .

Antes era cuestión de girar un botón hacia la derecha o la izquierda; aquellas llaves de la luz, de loza con un pequeño travesaño, que le dadas para un lado o para otro; para encender o apagar girabas los botones de la radio para sintonizar o variar el volumen. Luego empezaron los interruptores-pulsadores que apretabas con el dedo índice; por eso entonces nos gustaba tanto pulsar los botones de los timbres de las casas; ¡las carreras que dábamos cuando salían ya con el palo en la mano! Yo creo que desde entonces nos ha empezado a crecer el dedo índice de darle a los pulsadores hasta parecerse a los de ET; ahora a los niños les crecen los índices y los pulgares, de darle a la videoconsola, los videojuegos y las teclas del móvil para enviar mensajes.

Antes ibas a comprar un televisor y lo más que te decían era si tenía UHF o no. Ahora ves los catálogos que te ponen: Pantalla LCD, alta definición real Full HD 1920 x 1080p. TDT integrado, contraste dinámico 10000:1 panel negro puro, sistema avenced Súper View, reductor de movimiento, sistema aquos I.link, sonido SRS Surround, OPC avanzado, respuesta 4ms,.HDMI. Demo.1060437.

Y no digamos si se trata de un ordenador Procesador Intel Chorree TM 2 Dúo T8300 (2,40 Ghz, FSB 800 Mhz, 3MB, EMT64), 3072 MB memoria DDR2, Gráfica ATI Radeon HD2400 hasta 1024 HM, disco duro de 250 GB, Bluetooth v. 2.0 + EDR.

¿Qué diablos significan todos estos datos? Hay que hacer primero un curso de inglés y otro de tecnología para saber de qué va.

Pero no podemos dejar todo esto de lado y decir que ya no está uno para estas cosas, que uno ya pasa de todo. No podemos hacernos los esnobistas, los que pasan de todo y consideran que están por encima de esos "chismes". No cabe duda de que nos facilitan la vida -el trabajo que me hubiera quitado un ordenador para preparar lecciones, exámenes, planes de centro y toda la burocracia que lleva últimamente la enseñanza-. Tenemos que tomar de estas tecnologías lo que nos sea útil, lo que mejore nuestra calidad de vida, dejando a un lado lo superfluo o inútil, evitando las adicciones obsesivas. Nos costará adaptarnos, tendremos que leer una y otra vez el manual de instrucciones, interpretarlo (pues cada vez vienen más incomprendibles) pedir ayuda a los nietos, probar una y otra vez hasta estropearlo si llega el caso, quitar el miedo a usarlos. No hacerlo es recular hacia el analfabetismo.

Acercando las nuevas tecnologías a nuestros mayores

Una Castilla y León digital, conectada al mundo

Por **ANTONIO SILVÁN RODRÍGUEZ**

Consejero de Fomento de la Junta de Castilla y León

Como responsables públicos, desde la Junta de Castilla y León tenemos un reto y una obligación esencial: queremos que nuestros mayores estén conectados al mundo a través de las nuevas tecnologías en la era digital en la que estamos plenamente instalados

La Junta de Castilla y León, consciente de este hecho, dispone de un amplio abanico de actividades e iniciativas encaminadas a que nuestros mayores utilicen las nuevas tecnologías, se familiaricen con ellas, en igualdad de oportunidades con el resto de colectivos y ciudadanos de nuestra Comunidad. Nuestro principal objetivo como Comunidad Autónoma es alcanzar una "Castilla y León Digital", plenamente conectada al mundo y queremos que nuestros mayores participen de ese gran objetivo con el fin último de mejorar su calidad de vida y su desarrollo personal. Desde la Junta de Castilla y León queremos una generación de personas mayores activa, participativa y conectada a la sociedad digital del conocimiento, a Internet en igualdad de oportunidades con el resto de la sociedad.

Gracias a las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) las personas mayores se convierten en protagonistas, en personas activas, plenamente identificadas con la sociedad digital del conocimiento. Las nuevas tecnologías, al servicio de las personas mayores contribuyendo a incrementar sus niveles de información, de ocio, de comuni-

cación, de gestión de actividades cotidianas, entre otras. Queremos que las nuevas tecnologías formen parte de la vida cotidiana de nuestros mayores.

Por todo ello, desde la Consejería de Fomento de la Junta de Castilla y León tenemos el compromiso claro de proporcionar a nuestros mayores una formación personalizada, plenamente adaptada a sus necesidades.

En este sentido, recientemente, la Junta de Castilla y León, a través de la Consejería de Fomento, ha firmado un convenio de colaboración con la Fundación Orange para la puesta en marcha del Proyecto EDAD. Este proyecto tiene como objetivos el fomento, difusión y formación digital de las personas mayores que permite la divulgación de una cultura de la Sociedad Digital del Conocimiento.

El proyecto de **Estimulación Dinámica y Alfabetización Digital (EDAD)** es una iniciativa de formación para personas mayores en materia de nuevas tecnologías adaptada a sus necesidades que facilita el acceso a la información, a Internet.



Página web del proyecto EDAD

En definitiva, es un programa que facilite el acceso al uso de la tecnología utilizando el potencial de ésta, como sistema de rehabilitación cognitiva y prevención del deterioro intelectual.

El **proyecto EDAD** nace de la inquietud de algunos profesionales de la psicopedagogía y de la sensibilidad de ORANGE con el objetivo esencial de animar a nuestros mayores a "conectarse al mundo de las nuevas tecnologías" contribuyendo a su integración absoluta en igualdad de condiciones y oportunidades con el resto de los ciudadanos en el mundo de la Sociedad de la Información.

Pero además de esta novedosa iniciativa, la Junta de Castilla y León, dentro del **Programa Iníci@te**, viene desarrollando actividades formativas específicas para mayores desde hace varios años realizando más de 1.300 actividades formativas para más de 14.000 personas mayores de Castilla y León. Una formación personalizada, adaptada y totalmente sensible a las necesidades de nuestros mayores.

Además, y dentro de las actividades formativas, me gustaría recordar que no sólo atendemos las necesidades de las personas mayores residentes en las ciudades, sino también a aquellas personas mayores que residen en los pueblos de nuestra provincia y del resto de la Comunidad. Por ello, disponemos de una amplia red de cibercentros, más de 700 en todo el territorio, que se erigen en

espacios tecnológicamente avanzados y con personal cualificado para ofrecer formación totalmente gratuita. Son centros de acceso libre que permiten "abrir las puertas" al mundo de las nuevas tecnologías y de la sociedad de la información. También estamos llevando todo este nuevo mundo de la sociedad digital del conocimiento por todos los rincones de la Comunidad a través del "Ciberbús", un autobús que forma e informa a los ciudadanos y, especialmente a nuestros mayores, en el mundo de las nuevas tecnologías.



Página web del programa Iníci@te

Nuestros mayores también cuentan con una Comunidad Virtual del Programa Iníci@te que es un espacio elaborado exclusivamente para promover el uso inteligente de Internet por parte de este colectivo. Este apartado pretende fomentar la interactividad y poner a disposición de los usuarios una información completa en cuestiones de la más inmediata actualidad que sean de su interés. De esta forma, facilita la información a los castellanos y leoneses y busca establecer con ellos un vínculo directo de comunicación.

En definitiva, múltiples opciones, infinidad de iniciativas que persiguen un objetivo muy claro cuál es que nuestros mayores "estén conectados al mundo" a través de las oportunidades que ofrece la sociedad de la información. Por tanto, desde la Junta de Castilla y León queremos una generación de personas mayores activa, participativa y conectada a la sociedad digital del conocimiento, a Internet en igualdad de oportunidades con el resto de la sociedad.

Los mayores frente a las nuevas tecnologías

Por **NELY GARCÍA**

Las nuevas tecnologías son, informática, video y telecomunicaciones. Estas avanzan a velocidad de vértigo, nos ofrecen gran cantidad de posibilidades, no son exclusivas de los jóvenes, los mayores también podemos utilizarlas y disfrutarlas, ellas nos ofrecen entre otras muchas cosas la posibilidad de abrimos al mundo.

Yo les voy a hablar de internet a través de mi experiencia. Viví varios años en París en los cuales tuve una actividad pictórica intensa. Por razones que no vienen al caso, en los años 90 volví a León apartándome del arte, creyendo que para mí estaba muerto. Con el paso del tiempo sentí la necesidad de volver a pintar y así lo hice. Pero no estaba en París donde solía desenvolverme fácilmente. Me di cuenta que León era un pueblo, para alimentar mi esperanza pensaba: *"Cuando me jubile me iré a vivir a una gran ciudad"*.

Con los años no disminuye el potencial creativo ni el intelectual, pero sí la capacidad de movimiento y otras muchas cosas relacionadas con el físico. Por primera vez comprendí

que ya no era joven. Este darme cuenta me sumió en un sentimiento de tristeza, hasta que descubrí la "web". Con esfuerzo, yo sola, creé una página y un blog de esos gratuitos (no están muy bien, espero mejorarlos) donde colgué mi obra. Este hecho me devolvió la ilusión y me estimula para seguir creando. De esta manera vivo en León, que es una ciudad tranquila y bonita, y al mismo tiempo tengo una pequeña ventana abierta al mundo.

Seguramente habrá otras personas con inquietudes diversas y estos medios les pueden señalar nuevos campos. Aprovechemos todas las oportunidades que la vida nos ofrece mientras podamos, pues vivir es un reto constante de superación.



Las nuevas tecnologías

Por **FELY BARRIO**

No olvidemos que la tecnología forma parte de nuestras vidas desde hace tiempo: usamos un medio de transporte para desplazarnos de un lugar a otro, usamos el teléfono para toda clase de llamadas, mandamos un fax lo mismo a personas que estén cercanas o en otro país, enviamos un "e-mail" para comunicarnos con amigos y familia y podríamos citar una diversidad de tecnologías con las que convivimos diariamente.

En los últimos años cobran notoriedad la información y la comunicación mediante las nuevas tecnologías. Estos poderosos instrumentos han cobrado gran relevancia en el avance social transformando básicamente la forma de vida del género humano.

Nuestro planeta cambia a pasos de gigante en todas las esferas sociales mediante las nuevas tecnologías. Es obvio que éstas están dando la vuelta al futuro de la humanidad, trabajo, cultura, distracción, política, lo que obliga a adoptar nuevas formas de comunicación.

La información nos llega a espaldas en tiempo record, prácticamente tenemos la noticia en el instante en que se produce, lo que no está tan claro es que esta forma de información sea la panacea para mejorar la vida de la humanidad. Nadie sabe dónde se llegará con las nuevas tecnologías, y no todos sabemos discernir entre la avalancha de información que nos bombardea cada segundo. La tecnología es una herramienta y es el hombre quien debe manejarla sabiamente.

Entre todas estas novedades Internet tiene especial atractivo. La red posee miríadas de información, nos brinda un sin fin de posibilidades, podemos intercambiar información

con personas que están a miles de Km, ofrece incontables mares de datos, culturales, políticos, medioambientales, de trabajo... El mayor inconveniente es que no siempre son fiables y a veces te sale una información imbécil por no emplear una palabra más fuerte, que hay mucho "listo" navegando por la red.

Otro dato a tener en cuenta es que las nuevas tecnologías no están al alcance de todos y, como siempre, se quedan al margen los más desfavorecidos por la fortuna. Esperemos que no se cumpla la afirmación que hizo Cebrián en el informe emitido por el Club de Roma sobre la sociedad del siglo XXI, donde afirma:

"Las diferencias entre los distintos estamentos sociales se verán agigantadas por esta nueva frontera existente entre los ciudadanos enchufados y los desenchufados. De un lado emergerían estamentos pertenecientes a sociedades con privilegios y acceso a informaciones de uso restringido, frente a otros estamentos que, bien por motivos tecnológicos o culturales, estarían al margen de esa sociedad de la información y de la comunicación."

Neil Postman, adopta un punto de vista crítico y en la documentación que entregó al



Los cursos de informática para adultos ayudan a evitar la marginación de sectores sociales frente a el cambio tecnológico

Congreso Internacional sobre Educación Infantil, celebrado en Tel-Aviv (Israel), encontramos algunos elementos para una reflexión en relación a las nuevas tecnologías en general y particularmente de algunas de las limitaciones o riesgos que éstas pueden entrañar. Postman señala siete premisas o aspectos del cambio tecnológico:

1. *Todo cambio tecnológico tiene ventajas, pero debemos ser conscientes de sus desventajas. El Televisor, por ejemplo, ha significado un adelanto incuestionable para la transmisión de información, pero también su uso ha traído una disminución del tiempo de comunicación entre las personas.*
2. *Las ventajas y desventajas de las nuevas tecnologías no están distribuidas justamente. La tecnología de la información y de la comunicación transmite y desarrolla conceptos de política que benefician de forma específica a algún grupo social.*
3. *Toda nueva tecnología lleva implícita una idea o un prejuicio. En una cultura sin televisión la imaginación ocupa un papel importante, no siéndolo tanto en una cultura en que las imágenes nos vienen dadas.*
4. *Toda nueva tecnología lleva en sí un conflicto, el conflicto del poder por el control. Es importante conocer lo que implican estas luchas por el poder dentro del ámbito escolar.*

5. *Los cambios tecnológicos pueden penetrar y modificar las estructuras sociales, trayendo cambios impredecibles e irreversibles.*

6. *Las nuevas tecnologías suelen mitificarse y aceptarse como dones de la naturaleza. Esta percepción mágica puede ser peligrosa, pues lleva a aceptarla sin someterla a análisis, revisiones y cambios críticos.*

7. *Las nuevas tecnologías y los medios de comunicación no son la misma cosa. Entre un medio de comunicación y su tecnología correspondiente existe una relación similar a la que existe entre la mente y el cerebro. No estamos indefensos ante ella, podemos conocerla y domarla, haciendo que se comporte debidamente.*

No hay más remedio que adaptarse a las nuevas tecnologías sino queremos perder el tren. No obstante deberíamos pensar que tenemos un sin fin de artilugios para comunicarnos, pero resulta paradójico que mientras más medios de comunicación tenemos a nuestro alcance, mientras más rápido nos enteramos de las noticias, más solos nos encontramos. Para darse cuenta de la soledad que envuelve al ser humano no hay más que oír algún programa de radio donde la gente llama para contar sus historias, una gran mayoría de personas se encuentran solas y esto a mí como al "PIYAYO" me da pena y me causa un respeto imponente.

Los Centros en la Expo de Zaragoza

Por ÁNGELES TASCÓN

A las 6.30 de la mañana del pasado 19 de Junio, salíamos de la plaza de Guzmán hacia Zaragoza, para visitar la Expo. Éramos 54 personas de los centros de Colón y San Isidoro, hay que destacar la buena convivencia y el buen humor que tuvimos durante toda la excursión.

También es de alabar el trabajo del guía que fue impecable. Se preocupaba de todos los detalles para facilitarnos el acceso a los pabellones. En el hotel estaba pendiente de todos los fallos que pudieran surgir. Quedamos muy contentos de las cenas que nos servían en el hotel. Eran de gran calidad, abundancia y de presentación muy refinada.

3 de la tarde.

Empezamos el recorrido: La "Torre del agua" con 76 m. de altura, es el elemento vertical más reconocido del recinto. La superficie total del edificio supera los 21.000 m². Hasta la planta 7^a se sube en escalera mecánica. El que quiere continuar hasta la planta 24, que es la última, lo tiene que hacer a pie. Se sube por una rampa que resulta bastante cómoda. Nos atrevimos a hacer el recorrido un número considerable de personas. El único elemento decorativo de esta torre es una gota de agua de grandes dimensiones, que resulta espectacular.



"Pabellón puente", es una hermosura de arquitectura, de lo más vanguardista. Está diseñado por una arquitecta irakí, que en estos momentos está considerada la mejor del mundo. Es de tránsito peatonal. En España no hay ningún otro edificio cuyos pilotes centrales alcancen tanta profundidad: 72,50 metros bajo la superficie del río Ebro. Para construirlo se han empleado 6.600 toneladas de acero y 9.000 piezas de revestimiento de fachada. Alberga la exposición: "Agua, recurso único".

Visitamos varios pabellones, y nos trasladamos al hotel.

Al día siguiente visitamos el acuario fluvial. Es el acuario de agua dulce más grande de Europa. Habitan en él 5.000 ejemplares de 300 especies de fauna características de varios ríos del mundo, están distribuidos en 60 peceras y terrarios.

El "Palacio de Congresos" cuenta con 22.285 m², distribuidos en nueve plantas. El auditorio tiene capacidad para 1.500 espectadores.



Fluvi, la mascota de esta exposición

Disfrutamos mucho en el pabellón de Alemania. Se hacía un recorrido en barca. A la vez proyectaban un vídeo, te daba la sensación de formar parte de esta proyección.

No participé en el pabellón de Japón, pero todo el mundo decía que había sido el mejor. Les daban unas gafas para ver la película y disfrutaban mucho.

También me gustó el pabellón de Tailandia. Los personajes de la película parecían reales y daba la sensación que se salían de la pantalla.

El agua es el principal elemento decorativo que todos los países participantes han incluido en sus pabellones. Es un derroche de imaginación digna de admirar.

El pabellón de Castilla y León está decorado con miles de botellas de vino.

El sábado día 21 a las 2 de la tarde nos despedíamos de la Expo. ¡Cómo nos habría gustado estar un día más!

En esta exposición no solamente se aprende de la problemática del agua. También es una oportunidad de pasárselo muy bien.

La Torre del Agua, el edificio más emblemático de esta exposición



Un verano lleno de ilusión

Por EMILIA GONZÁLEZ

Este pasado verano fue diferente para mí. Me comprometí a cuidar a mi biznieta. Siempre me han gustado los niños, y ahora he tenido la oportunidad de cuidar a esta niña.

De soltera en la escuela de párvulos di clase y enseñe las primeras letras y números a los niños más pequeños, educándoles a la vez, como se hacía en aquella época.

Siendo casada, cuando tuve mis hijos el cuidado de ellos era una entrega total, igual de día que de noche, con la responsabilidad que conlleva ser madre.

Pasaron los años, mis hijos me hicieron abuela y yo era aún joven y, como mis hijas trabajaban, cuidaba a mis nietos, a la vez de atender a mi propia familia, aunque solo eran unas horas, mientras trabajaban ellas. A veces me desplazaba alguna temporada a Madrid cuando me necesitaba mi hijo, para cuidar a su niño. Como a mí me ha gustado viajar lo hacía con gusto; a él lo llevaba al parque a jugar donde yo también disfrutaba viendo que era feliz.

Con la experiencia y paciencia que he tenido con ellos ahora sé mejor como tratarlos y me duele reprimirles o darles un cachete.

Últimamente mi nieta me ha hecho bisabuela de una preciosa niña que ya tiene dieciocho meses. Aun teniendo yo más años he estado cuidándola este pasado verano. Por la mañana la llevaban a la guardería; yo iba por ella al mediodía. La traía a mi casa donde le tenía preparada la comida, le daba de comer y la acostaba a la siesta. En ese momento era

cuando la niña se acordaba de su mamá y a veces lloraba, yo le cantaba o le contaba un cuento para dormirla. Ella tiene un muñeco que se llama Dulce, y con él era muy feliz. Una vez que su mamá olvido traer a Dulce tuve que llamarla para que lo trajera. Dormía dos horas, la levantaba, le daba la merienda, la ponía guapa y me la llevaba al parque a jugar y compartir con otros niños los juegos que allí había. Al atardecer la traía a casa y jugaba con sus juguetes hasta que venía su mamá. La niña se volvía loca de contenta, dejaba los juegos, iba corriendo a abrazarla, la hacía recoger sus juguetes. Me daban la nieta y la niña un beso y se despedían hasta el día siguiente.

Disfruté mucho con ella ya que es una niña buena y no me dio mucha guerra, pero el tiempo que la tuve estaba pendiente de ella para que no le pasara nada.

Por la tarde terminaba cansada pero fui muy feliz y disfruté un montón.

Aunque he renunciado este verano a las vacaciones en la playa no me pesa porque la satisfacción que me ha dado mi biznieta ha sido positiva al darme ilusión, alegría y saber que todavía he podido cuidar de este bebé.

Mis años en la educación de adultos: un recuerdo emocionado



Por ROSENDA PELLITERO

En el Centro de Adultos he aprendido muchas cosas buenas. Quizá la más importante sea haber aprendido que el mejor descanso es, sin duda, la actividad.

Hace veintiún años me sentía agobiada de trabajo y me propuse ir al Centro de Adultos para, a la vez que descansaba, aprender multitud de cosas entre las que está el "saber escuchar a los demás". Me emociono al recordar que mi hijo, cuando estudió Magisterio, eligió como una asignatura optativa la "Educación de Adultos". Cuando el profesor de la universidad le preguntó el porqué de esa elección, él le dijo: "quiero saber cómo es este nivel de enseñanza porque mi madre se siente muy orgullosa de haber sido alumna del Centro de Adultos".

Del profesorado que he tenido en el aula de Armunia me he quedado con lo mejor de cada uno de ellos porque, además de maestros, eran buenos psicólogos:

- Del primero aprendí a superar el reparo a salir a la pizarra.
- Del segundo, a saber organizarme para sacar esas dos horas para mi formación personal.
- Del tercero, aprendí a perder el miedo de subir a un escenario .

Rosenda acompañada de algunos profesores y alumnos del Centro de Adultos

- Y, con el cuarto maestro, la emoción de ver culminado mi esfuerzo con el título de Graduado con 60 años.
- El quinto fue el actual director, que me introdujo en la afición por la música coral y por la importancia que tiene, por ejemplo, el saber respirar. A propósito, conviene decir que fue él quien puso las bases del coro San Roque que tenemos en Armunia.

Guardo también un grato recuerdo de cómo, entre todos los alumnos, fuimos capaces de copiar íntegro el Quijote en el año de su centenario. En la biblioteca del Centro están los cuatro tomos, bellamente encuadernados, con los nombres de profesores y alumnos que lo copiamos en su día.

En estas clases existe un extraordinario nivel de comprensión y convivencia porque el profesorado es cariñoso y atento y a su vez, nosotras comunicamos nuestras experiencias.

Recomiendo a todos y a todas, la asistencia a estas clases como una terapia muy buena para sobrellevar las dolencias y tristezas que trae consigo la vida misma. A veces curan más estas clases y estos momentos de encuentro que las medicinas que tomamos.

Espero que seáis muchas las que, como yo, os animéis a venir al Centro de Adultos Faustina Álvarez García de León. Os esperamos.

Las pequeñas cosas

Por NIEVES P. RODRÍGUEZ

Cuando se habla de felicidad se piensa que se trata de algo grande, total. Pero la vida, la experiencia, nos demuestran que no es así. La felicidad total no existe; lo sabemos todos porque lo vivimos, pero depende de nosotros mismos el tener muchos momentos felices.

A veces soñamos con hacer un viaje maravilloso, pero si no podemos realizarlo por la razón que sea, entonces, saquemos partido a esa pequeña excursión a la que nos hemos apuntado, y al final del día veremos que hemos disfrutado sin ir muy lejos. Sólo hay que prestar atención a lo que nos rodea. Jugar una partida con los y las amigas, ese puede ser un rato feliz. Si nos gusta la lectura ¿quién no se siente de maravilla leyendo un buen libro? Si tenemos alguna afición también nos gustará realizarla y ver el resultado. Charlar con las amistades, tomar un café charlando de todo un poco, dar un paseo, salir al campo a ver de cerca la naturaleza son otros pequeños motivos para ser felices. Por otra parte, la vida hoy nos ofrece muchas comodidades que nos hacen la vida más agradable y fácil.

Comparando nuestra vida de la niñez y juventud con la de ahora, la diferencia es muy grande. No le damos importancia a muchas cosas pues no recordamos cuando no las teníamos y no las tenían nuestros padres: la maravilla de pulsar una llave y tener luz, tocar un mando y ver televisión, calor para cocinar o calentar la casa... Muchas puertas se abren sin que las toquemos, escaleras y ascensores que nos elevan, los automóviles se bloquean y desbloquean a distancia, etc., etc. Así se podría seguir mucho rato, sin



Jugar en compañía, un placer sencillo al alcance de todos

contar lo que ahora tenemos la gente mayor para hacernos la vida más fácil, entre ello las excursiones, los balnearios, cursos de diferentes materias, bailes, descuentos en muchas cosas y así podríamos seguir enumerando, pero no es necesario. A las personas mayores se nos ve felices, en general. Pero si hay alguien desanimado que piense que hay motivos para sentirse felices prestando atención a las PEQUEÑAS COSAS DE CADA DÍA.

EL PODER CREATIVO DE LA EDAD

En literatura no hay edad

Hoy en esta sección no vamos a realizar la semblanza de ninguna persona, no especialmente conocida, que en su etapa de "tercera edad" destaque por su poder creativo



En esta ocasión vamos a reseñar un acto cultural que tuvo lugar en León en fechas recientes en el que coincidieron diversos personajes de nuestra vida cultural, en concreto literaria, en los que se unen la longeva edad con su poder creativo, incluso en esta etapa. Así hemos de reseñar que el pasado día 29 de septiembre, y durante una semana, comenzaron a un tiempo los Congresos de Escritores de España y Literatura Leonesa, tras su presentación oficial, el día 26 de septiembre por el ministro de Cultura, César Antonio Molina.

Si lo destacamos aquí es porque en ellos han ocupado lugares de honor escritores leoneses que han llegado a lo más alto en el campo literario, así como otros "pesos pesados" que con una importante edad se encuentran en momentos creativos muy enriquecedores.

El VIII Congreso de Escritores de España se celebró en León del 29 de septiembre al 4

de octubre, bajo la denominación de "Pensamiento y Libertad". Estaba prevista su clausura por el premio Nobel de Literatura 1998, el portugués José Saramago, quien a última hora no pudo desplazarse hasta nuestra ciudad por problemas de salud.

Paralelamente se celebró el Congreso de Literatura Leonesa que organiza El Diario de León, este año referido al *relato literario*. Inaugurado con una conferencia de nuestro premio Cervantes, Antonio Gamoneda, bajo el título *Poesía y Pensamiento*, durante dicho Congreso se homenajeó al escritor Antonio Pereira uno de los más grandes del género literario al que fue dedicado el evento. Varios escritores leoneses participaron en el homenaje, entre ellos Alfonso García, Ernesto Escapa, Carmen Busmayor, César Gavela, Nicolás Miñambres, José Enrique Martínez, María Fe Santiago Bolaños, José Carlos G. Boixo, además de Luis Mateo Díez y José María Merino.

Todo un lujo para nuestra ciudad que durante una semana respiró ambiente literario por todos sus poros.

Babia

Por **FERNANDO GEIJO RODRÍGUEZ**

La Comarca de Babia está situada en el noroeste de la provincia de León. Limita al este con Luna, por el norte con Asturias, al sur con Omaña y al oeste con Laciana. Su superficie es de 325 Km²

Posee amplios valles, donde predominan los prados de regadío. Gil y Carrasco escribía sobre Babia como la Comarca “esmeralda” como belleza por el intenso y bello color verde de sus praderas y paisajes.

Combinando con sus amplios y llanos valles contrasta la verticalidad de sus altas montañas: Peña Ubiña, con 2.417 m., Morro Negro (La Majúa), Cuetalvo (Torre), La Cañada (Riolago), etc., que tienen unos 2.180 m. todos ellos, en plena Cordillera Cantábrica. Goza

de bellos paisajes adornados por la diversa policromía de su flora.

Es también rica en la fauna por su diversidad de especies silvestres y de aves. La trucha es de gran fama en sus diversos ríos, si bien el principal es el Luna. Es digna de estudio en geología y arqueología de la prehistoria, poblada por celtas, astures, etc.

La principal riqueza actual es la ganadería (vacuno y equino), la minería y el turismo.



El Palacio de Riolago, declarado monumento de interés cultural

Hacia el año 1.910 tenía unos 4.500 habitantes. Desde 1.950, y de forma progresiva, padece la desgracia de la despoblación. Hoy no llega a los 2.000 habitantes. Consta de 28 pueblos en los que, en general, sus gentes tienen el estímulo de cuidar y mejorar sus edificaciones. Posee un BIC, o sea, un monumento de interés cultural, que es el Palacio de Riolago, cuya construcción se prolonga del final de siglo XIV al XVI. Perteneció a la familia “Quiñones” (Conde de Luna, M. Montevirgen, Señorío de Riodelago, hoy, Riolago). Sufrió incendio total el 22 de Julio de 1.915 y fue abandonado. En 1.978 y 79, fue restaurado y fue Premio “EUROPA NOSTRA, (Londres, 1.989). Hasta 1.999 estuvo abierto al público. Desde ese año permanece cerrado. Está previsto, sea el Centro de Interpretación del Parque Natural de Babia y Luna, aún sin crear.

La Comarca tiene mucho estímulo por la educación y la cultura. Desde 1.900 no hay analfabetismo alguno, es más, varios de sus “mozos” iban a “dar escuela” a pueblos de Asturias. Gustaban mucho de su folklore y de sus tradiciones. En los inviernos, se reunían en animadas y humanas tertulias: por las tardes, un rato al “solicheiro”; luego, en una ó más cocinas, de “calecho”, hasta la hora de cenar; y después, de “filandón”. Las mujeres se juntaban a hilar, tejer y hablar; “mucho falar y poco filar”, decían los hombres, que conversaban de temas de actualidad, cultura y del pasado. También se leía algún libro o el periódico, que antaño, era conocido como “el papel”. Jugaban a la brisca y, en días señalados, se jugaban el “fervido”, que era vino caliente con azúcar, un gran animador para la alegría y la charla.



Una clásica estampa en el invierno babiano

La expresión, frase o dicho de “ESTAR EN BABIA”, que es muy común en España e Hispanoamérica, tiene un significado imaginativo como de estar “ausente” o “ensimismado”, pensando en algo bello y humano. La histórica expresión, muy popular, es de tradición muy antigua; y además, tiene su origen documentado.

Sabido, es que a los Reyes de León, les gustaba ir a cazar, pescar y descansar a Babia. Les agradaban los valles, los paisajes, los ríos y lagos. Así se alejaban del Trono y de los graves problemas que daba la guerra de la Reconquista, y los que creaba el Condado de Castilla y la grave secesión que hubo de Portugal respecto al Reino de León.

Entonces, cuando los nobles y gentes del “pueblo llano” iban al Palacio de León a pedir audiencia al Rey, el secretario les contestaba: “¡Es imposible! “El Rey está en Babia”. Esta frase está argumentada al encabezar un documento, que es un FUERO dado para una población o villa y que comienza así: “Estando en Babia, a ocho de Septiembre de 1.167...”. El Rey era FERNANDO II.

Las hojas y el viento

Por PABLO BARRIO

*Cual hojas de árbol caduco
somos la persona humana;
en primavera florece verde,
esplendorosa, lozana.*

*Resiste el viento que azota
la rama en que está prendida
que esa rama es la familia
del árbol de nuestra vida.*

*Disfruta durante un tiempo
de un verano caluroso,
nada le afecta, resiste,
todo le parece hermoso.*

*Mas, cuando llega el otoño
todo cambia de repente;
ya no aguanta tanto al viento,
se siente débil e inerte.*

*Hay hojas que se creen fuertes
¡No saben que están muriendo!
Y se aferran a su rama...
Pero terminan cayendo.*

*Una tras otra, despacio,
consumidas, arrugadas, secas,
moviéndose al son del viento
que las arrastra entre muecas.*

*Disfrutemos nuestro otoño
pues ya jóvenes no somos
asidos a nuestra rama
todo el tiempo que podamos.*

El sol en huelga

Por DIEGO LLAMAZARES GUTIÉRREZ (11 años)

El Sol, cansado de salir un día tras otro, decide negarse a seguir haciéndolo. Las personas, alarmadas deciden hablar con él. Cuando al día siguiente llegan a la casa del Barrio Las Nubes, calle Los Astros, n° 1, llaman al timbre y se oye "a mi Sol querido que me da luz y calor para el invierno". Cuando se abrió la puerta, ¡ah! una luz les cegó a todos y de repente se oye.

- Ups, lo siento, poneros esto.

Y les entrego, a cada uno, unas gafas de sol.

- Gracias -respondieron al unísono-. ¿No serás el Sol?

- Sí, ¿por qué?.

- Queríamos preguntarte ¿por qué no te asomas por la tierra desde ayer?

- Es que estoy cansado de tanto entrar y salir. ¿Por qué no se lo pedís a la luna?.

- Lo haremos.

- Vive en la calle Los Nocturnos, entre las estrellas y el Lucero del Alba.

- Gracias, y hasta otra.

Cuando llegan a casa de la Luna y llaman al timbre se oye. "Luna, Lunera, Cascabelera, debajo la cama tienes la cena".

Cuando se abre la puerta una luz tenue pero potente pregunta.

- ¿Quiénes sois?

- Somos hombres de la Tierra y venimos a pedirte si puedes suplantar al Sol.

- ¡Ah! Ya tengo bastante con dormir por el día y trabajar por la noche. Así que fuera de aquí.

Ahí, solos y sin ninguna solución, de pronto a uno se le ocurre una idea. Reúnen al Sol y a la Luna y les proponen un horario de manera que en Verano el Sol estará más tiempo y en invierno al contrario. Y así nacieron los usos horarios.

Mi vieja puerta

Por M.^a del Carmen Díez Velasco

Me gusta contemplar la vieja puerta. El domingo pasado volví a verla. Estaba cerrada, más yo veía tras ella, como se ve tras una cristalera. Veía, más que adivinaba, el suelo terroso regado y barrido tantas veces. A su lado derecho la cantarera, incrustada en un trozo de pared vaciado en forma rectangular. Agua cristalina y fresca.

¡No hay agua en el botijo!, oía decir alguna vez. Era una indicación más que una orden.

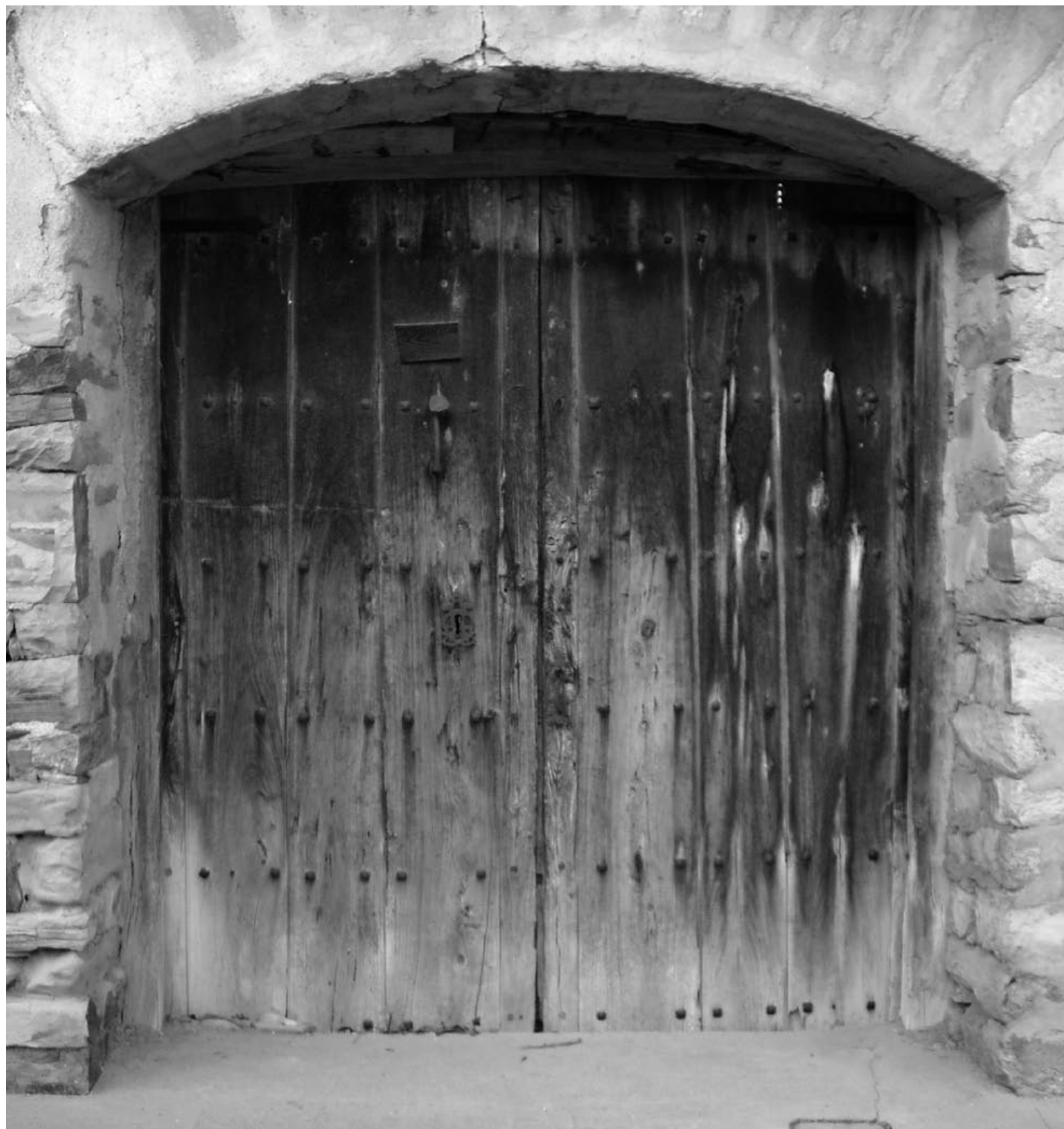
¿Dónde están mis abuelos, mi tía cogiendo el botijo o el cántaro?

¡Silencio! Hay un volver la mirada hacia un hondo silencio.

Todo pasó, marchad pensamientos tristes, y contaré otra historia.

Las naturalezas invisibles de mis abuelos en la imagen del Universo, mejor y lejos de la vida presente, las naturalezas invisibles que un día abrazaron y besaron a su nieta, siguen estando ahí.

Martina, sentada al volante del coche pensaba y miraba a través de la ventanilla. Allí buscaba sus raíces. Mientras permanecía con el codo apoyado y la mano recogiendo su cabeza inclinada, recibía la caricia necesaria y afectuosa de la naturaleza invisible de sus abuelos. Su es-



píritu impregnaba todo el ambiente del momento.

Con sus 48 años a cuestas, marinera de la vida, se creía anciana y se sentó para escuchar..., porque su barco había llegado a puerto, después de diferentes tormentas; tiempos de niebla, frío y nieve; y cuando su alma iba a la deriva, divisó una luz lejana, que la buscaba y la atraía.

No hay gaviotas, pero sí cigüeñas, palomas, golondrinas; no hay mar ni puerto, pero sí paz, silencio, aire puro, recuerdo de un amor que nunca la abandonó.

Tú, amiga mía, te criaste en la ciudad, tus ojos y tus oídos no se asombraron ante escenas muy diversas; no fue el río quien con sus murmullos envió su voz a tus oídos, ni el viento, que suena como un coro en las noches de invierno, cuando al borde de las llamas, el calor y la luz se extendían; ni acaso creíste en la eternidad de tu pensamiento, ahuyentando así el miedo y el temor. Por eso, marinera de la vida, vuelves al calor amoroso que aún despide esa puerta. Pasados tantos años, mil pensamientos cruzan tu soledad, mil pensamientos buscan amor, sueño que visite tu alma, el sueño que es cosa amable y placentera.

Se miró en el espejo retrovisor. ¿Qué me ocurre? ¿No había contado a sus hijos los días felices de vacaciones en la casa de sus abuelos? ¿No había hablado del silencio, la humildad, el cariño a la vida, que despedía la convivencia con sus abuelos?

De repente sintió deseos de salir a respirar el aire, se ahogaba, pero al volverse para abrir la portezuela del coche, dio

un viraje que le hizo alcanzar con los ojos el palomar, la despensa de tantas comidas sabrosas. Junto con el corral, los dos habían amenizado las comidas de los domingos y las fiestas patronales.

¡Ah las fiestas!, ¡qué alegría!, la reunión familiar, los invitados, las mozas y los mozos, que hacia el amanecer dormían en el suelo desplazados de su cama por las mozas.

El río donde se pescaban los cangrejos. Sus colas hacían la succulenta y riquísima tortilla, hoy inalcanzable en su sabor.

Y las eras, remanso de gavillas donde, una vez trilladas, se amontonaba el grano separado de la paja. ¡Aquellos círculos una y otra vez...!

Ella volvió en sí al oír ladrar unos perros, su corazón se sobresaltó, ¿qué estaba pasando? El escenario se cubrió con un telón, abrió de nuevo el coche para recogerse en él. Afortunadamente, en el tablero de mandos estaba la fotografía de su esposo e hijos, y el aire fresco había despejado su mente; volvió a inclinarse sobre la ventanilla y cayó en la cuenta que existía un límite borroso entre el ayer y el hoy, había algo nebuloso... que no había visto hasta ahora. Olvidaba que la rapidez en el cambio de la sociedad, la desestabilizó; los espacios, el tiempo y las realidades, habían cubierto las pupilas con la duda y la incertidumbre, mientras los estragos del tiempo, habían hecho presencia en el rostro.

¿Se estará apoderando de mí el síndrome de la soledad? No es mediodía. Ella era como yo, la voz, los rasgos de los ojos cuando afrontó la muerte están acentuándose en los míos... A través de mi madre recibí su herencia...

Una situación tiene muchas facetas. Tengo que escoger una de acuerdo con mis senti-

mientos... Estoy envejeciendo, me encuentro conmigo misma y a solas. Vine hasta aquí atraída por el deseo de hallar un hilo en la vida y poder conectar.

Soy una esposa atrapada en la difícil comunicación, me resulta todo como un combate moral... y recuerdo en los momentos difíciles la visión cariñosa de los abuelos entre sí.

Suprimió el doloroso pensamiento y rápidamente se fijó en la ventana de al lado, donde vio ir a la cama a los viejos abuelos, casi cogidos de la mano.

No tenían coche, ni televisión, ni ordenador, ni piso, ni rica ropa, pero sí limpia, no tenían teléfono, ni casi médico ¿Qué tenían entonces? Tenían el sueño que busco, la paz que deseo, el valor de la vida que apreciaban, el amor entre ellos.

¿Cómo puedo poseer todo eso al lado de mi televisión, coche... comodidades...?

¡Vaya tardecita se dijo! Pero en tanto me atraiga esa puerta y la ventana, sabré que existe algo más eterno..., y mientras lo sepa seré más feliz que en la ignorancia de una vida inútil, quejumbrosa, dolorosa. En el amor y el recuerdo de los abuelos, me salvaré.

Una ráfaga de viento, levantó una voluta de polvo y paja delante de la puerta, y pensó una vez más lo feliz que había sido tras ella.

Nunca nos enteramos de la dicha que poseemos. A alguien lo había oído decir, y aquella tarde lo comprobaba por sí misma.

Ser amado y amar es una de las experiencias más ricas que pueden experimentar los humanos. ¡Le pareció tarde para aprenderlo! Estos cambios, se dijo, me hicieron olvidar aquello que es perdurable, que nunca será viejo...

Llevar dibujada siempre una sonrisa, callar con sabiduría ¿Dónde lo leí? ¡Ah sí!, en un salmo en la escuela.

El sol hacía rato que se había ocultado. La serenidad del desahogo y el recuerdo, la invadieron. Le pareció que todo ocurría como en un santuario, cuando dirigió la mirada al cielo... y encontró una estrella que brillaba al atardecer, ¡la estrella de los pastores!, el lucero vespertino. Creyó ver que desde allí la contemplaban los abuelos, que un día, con su dedo, habían señalado el lucero. Mientras, en la lejanía, el tintineo de las campanillas de un rebaño avisaba que se acercaba la hora de volver a casa.

Cuando regresaba, pensó que no iba a darse por vencida, tenía claro, que no iba a conseguir lo mejor de cada cosa, pero sí iba a encontrar beneficios más prácticos: aprender a escuchar el mensaje de los abuelos para no convertir su vida en un consumo que arruinaba los sentimientos, crispaba los nervios y convertían la vida en quejas y lamentaciones.

Allí en la lejanía... estaba su familia, la riqueza que poseía, incluidos sus padres que ya pertenecían a la "Edad de oro", algo que a ella le sorprendía, porque no sabía dónde "colocarlos".

Se fijaba más en aquello que estaba mal y no veía lo que estaba bien. Tenía problemas de mente, no eran graves, pero distorsionaban el pensamiento malinterpretando las acciones de los otros, creando problemas o agravándolos.

Decía una cosa y oían otra, en su vida se cruzaban los malentendidos. Las cosas son como son, no como las vemos y ahí está, creo, mi problema.

Mis abuelos creían en el compromiso, en la lealtad, en la confianza.

¡Ay los malentendidos, cuanto nos hacen sufrir! Son los fantasmas en el bosque de nuestros pensamientos.

Necesito volver a creer, estoy harta de hacer cosas, harta de divertirme porque los otros lo hacen, harta de salir y entrar, acompañada siempre por la caja de pastillas. Estoy bajo una tensión nerviosa. Necesito salir de este período difícil y saldré. Haré que retornen los sentimientos afectuosos y de amor. Voy a ensayar otros valores más positivos.

Aquella tarde y aquella luz que sin saber la atraía, iba a cambiar la vida de Martina, la de su familia y quién sabe si la influencia del pensamiento cambiaría otras vidas.

Todo por una vieja puerta que se negó a convertirse en dinero en la tienda de un anticuario. ¡Gracias, vieja puerta!, por ti me he salvado y por ti he sabido que estamos aquí para algo más que engañar o mentir, que existe la búsqueda de la verdad como un gran valor.

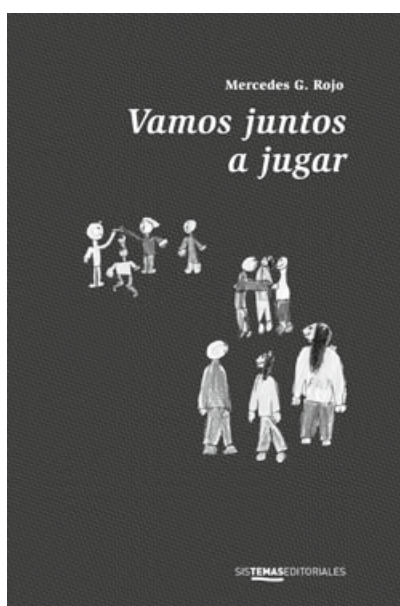
Fantasías, dirá alguien, fantasías... Ideas y espíritu nos hacen volver a la vida, cuando creíamos que ésta nos estaba abandonando, gracias a ellas regresamos al redil de la alegría, al redil del amor.

Esta tarde revoloteaban a mi alrededor todos los espíritus de las nubes, de las aguas; el del cariño de los seres que nos amaron y amamos.

DATOS DE INTERÉS

Presentado un libro de juegos con autoría de nuestra coordinadora

El pasado día 4 de octubre, nuestra coordinadora Mercedes Glez. Rojo, presentó un libro en Astorga, de la mano de la Asociación de Viudas "Virgen de Fátima". La publicación, titulada "Vamos juntos a jugar...", recoge hasta 40 juegos populares de los que las personas de nuestra edad practicábamos en nuestra infancia trabajados en los Talleres de Memoria que ella desarrolla con esta Asociación, y algunos de los cuales han sido previamente publicados en nuestra revista, en la sección de Cultura y Tradiciones.



ños y niñas de 7 y 8 años los conocieron, los aprendieron y practicaron para después plasmarlos en dibujos que luego han servido para ilustrar el libro.

Un bonito trabajo que la Asociación pone a la venta para el conocimiento, uso y disfrute de todas aquellas personas que quieran recordar su infancia y compartirla con las generaciones posteriores. El libro puede conocerse en la propia biblioteca del Centro que cuenta con un ejemplar del mismo.

Para más información nuestro público lector puede ponerse en contacto con la Asociación a partir del correo electrónico: viudasastorga@yahoo.es

Dichos juegos han sido además objeto de una experiencia intergeneracional, ya que Mercedes ha llevado los mismos a las aulas del Colegio de La Milagrosa, donde ni-

Sobre el Centro Integral de Alzheimer de León

La implicación de la Reina D^a Sofía da el espaldarazo a la implantación del Centro Integral de Alzheimer en León, objetivo por el que la asociación de enfermos de Alzheimer de nuestra ciudad (AFA) lleva años luchando.

los nueve responsables de la Fundación Reina Sofía, para llevar adelante el proyecto.

El centro se convertirá en un referente nacional pues además de prestar asistencia a los enfermos dedicará tiempo a la investigación.

El presidente de la Junta de Castilla y León, el alcalde de León, y la junta directiva de la Asociación mantuvieron en el pasado mes de septiembre una reunión de trabajo con

Se espera que sea a finales del 2009 cuando estén terminadas las obras. La Reina prometió asistir a la inauguración si su agenda así se lo permite.

Teléfonos útiles

En esta sección seguimos incluyendo algunos teléfonos de utilidad con el fin de facilitar el acceso a la información que a veces se convierte en un proceso largo y complicado. Si a lo largo de la vida de esta revista,

se detectase por parte de los lectores errores en este sentido o ausencias que pudieran resultar de interés, nos gustaría que se lo notificaran al equipo de redacción, con el fin de subsanar el error o la ausencia.

ADMINISTRACIÓN DE CASTILLA Y LEÓN

Club de los 60. Información sobre los "Programas de Mayores"	☎ 902 10 60 60
Plan Gerontológico y Programas de Mayores	☎ 913 44 88 88
Gerencia Territorial de Servicios Sociales. León	☎ 987 25 66 12

SERVICIOS SOCIALES

Instituto Nacional de la Seguridad Social (INSS)	
Centro de Atención e Información. Avda. de la Facultad. León	☎ 987 21 87 37

TELÉFONO DORADO

Servicio Social para paliar la soledad de las Personas Mayores	☎ 900 22 22 23
Teléfono de la Esperanza	☎ 987 87 60 06
Unidad de clases pasivas.	
Delegación de Hacienda. León	☎ 987 87 78 00
Pensiones no contributivas. Gerencia de Servicios Sociales. León	☎ 987 29 61 00

SEGURIDAD

Policía Local de León	☎ 092
Policía Nacional	☎ 091
Protección Civil. Plaza de la Inmaculada, 6. León	☎ 987 22 22 52

Otros teléfonos de interés

Teléfonos de urgencia

Abastecimiento de agua. León. C/ Ordoño II, nº 10	☎ 987 895 720
Abastecimiento eléctrico. Iberdrola	☎ 901 202 020
Información del estado de las carreteras y puertos de montaña	☎ 900 123 505
Oficina comarcal de Información al Consumidor. León	☎ 987 895 592
Emergencias. Teléfono único: Policía. Bomberos. Sanitarias.	☎ 112
Bomberos. Urgencias	☎ 080
Hospitales: Complejo Hospitalario "Altos de Nava"	☎ 987 234 900
Hospital "Monte San Isidro"	☎ 987 227 250
Obra Hospitalaria "Ntra. Sra. De Regla"	☎ 987 236 900
Procurador del Común de Castilla y León	☎ 987 279 517 - 987 270 095

Teléfonos de servicios varios

Radio Taxi. León	☎ 987 261 415
AEROPUERTO DE LEÓN "Virgen del Camino". C/ La Ermita s/n	☎ 987 877 700
Iberia información	☎ 987 877 718
Aeropuerto Barajas. Información	☎ 91 30 58 343
Aeropuerto Villanubla (Valladolid). Información aérea	☎ 983 415 400
Estación RENFE. C/ Astorga 11. Información y reservas (www.renfe.es)	☎ 902 240 202
Estación FEVE (Vía estrecha). Avda. Padre Isla, 48 (www.feve.es)	☎ 987 271 210

Asesoramiento Jurídico y Psicológico para las Personas Mayores

toma nota...
...te sacará
de dudas

