



Semana del Mayor

Intensa programación en los centros con gimnasia, concursos, visitas...

Financiado por:



JUNTA DE ANDALUCÍA
CONSEJERÍA DE LA PRESIDENCIA

Organizado por:

LA VOZ
DE CÁDIZ ES



Los mayores durante la merienda de convivencia en la que pudieron disfrutar de churros con chocolate

Il Semana de las Personas Mayores en **El Palmeral-Asansull**

Queremos seguir aportando, participando, ayudando y disfrutando

Residencia de Mayores El Palmeral

Desde el pasado año 2015, en la Residencia de Mayores El Palmeral y la Unidad de Estancia Diurna El Junquillo, ambos centros de la Entidad Asansull, decidimos transformar el Día del Mayor, que se celebra el 1 de octubre, en algo más grande, en una semana llena de actividades y eventos en

los que nuestros mayores sean los protagonistas, y disfruten acompañados de familiares y profesionales. Este año 2016, además, se nos han unido los mayores residentes del CAIM María Luisa Escribano, último proyecto dedicado al Mayor de Asansull.

El primer día inauguramos una exposición fotográfica que mostraba todas las actividades que

hacemos en la vida diaria: talleres, salidas de ocio, excursiones, etc. Además, presentamos el concurso literario «Abre tu corazón y que salgan tus palabras», en el que invitábamos a usuarios, familiares y profesionales a que escribieran unas palabras dedicadas a nuestros mayores. Para finalizar ese día tuvo lugar una ruleta de talleres: en diferentes espacios de la residencia, los usuarios participantes pudieron elegir un taller especial en el que participar. Ofrecíamos Musicoterapia, Maquillaje de Eventos y Risoterapia. Todos los talle-

res tuvieron un gran éxito y nuestros mayores disfrutaron muchísimo.

El segundo día tuvo lugar el desfile de moda, en el que las modelos fueron nuestras mayores más atrevidas, que desfilaban desprendiendo elegancia y glamour gracias a los diseños aportados por las profesionales del centro. Tras el desfile tuvo lugar la elección y coronación del Rey y la Reina Senior de Asansull, a los que todos los presentes agasajaron con aplausos y a los que se impusieron sus correspondientes coronas de reyes.



El tercer día se celebraron las Gerontolimpiadas: una actividad a través de la cual nuestros mayores tuvieron la oportunidad de demostrar sus buenas capacidades físicas en las distintas modalidades deportivas (bolos, arco, pesca, tiro de latas...). Fue una actividad bastante atractiva para nuestros mayores y que consiguió un alto grado de participación. Esa misma tarde, para reponer fuerzas después de las olimpiadas, celebramos el esperado Concurso de Repostería, al que se presentaron más de 20 platos y que

Ha habido varios concursos, unas Gerontolimpiadas y mucha convivencia

culminó con una merienda de convivencia después del fallo del jurado.

El cuarto día se llevó a cabo una Jornada de Cine y Tertulia en la UED El Junquillo, en la que se proyectó la película «Volver a Empezar»; después de la misma se celebró una pequeña charla y los usuarios participantes almorzaron juntos en la unidad.

Por último, para finalizar esta semana tan intensa, nuestros mayores, junto a sus familiares y profesionales, disfrutaron de un desayuno de convivencia con churros y chocolate. Además, se procedió a la entrega de premios de los concursos de Repostería y Literario, así como a la entrega de medallas a las vencedoras de las Gerontolimpiadas.

Ha sido una semana muy intensa llena de actividades y emociones que estamos deseando repetir.



Los mayores pudieron jugar, entre otros, a los bolos

Semana del Mayor en SARquavitae Micaela Aramburu

Toda una semana repleta de actividades para celebrar la Semana del Mayor

SARquavitae Micaela Aramburu

La semana pasada celebramos en nuestro centro la Semana del Mayor, una semana llena de acciones en las que todos disfrutamos a lo grande.

Organizaron actividades para todos los gustos: lúdicas, físicas y deportivas. Para iniciar esta gran semana participamos en

una sesión de bingo especial. Es nuestro juego favorito y donde las rimas no pueden faltar: «¡El 15, la niña bonita!».

También, aprovechando el buen tiempo, competimos en una sesión de bolos, de petanca, en un partido de baloncesto al aire libre y en un concurso de baile donde todos fuimos demostrando nuestras destrezas y habilidades en cada modalidad.

Muchos de nosotros fuimos premiados con un diploma, donde hacía mención al mejor bingüero, mejor bailarín, cantante y mejor jugador.

¡Qué gran semana! Felicidades a todos los mayores.

Semana del Mayor en PuertoLuz

Una semana fuera de lo común y de lo más divertida

JOSÉ MANUEL PÉREZ
Residencia de Mayores PuertoLuz

En estas últimas semanas se ha llevado a cabo la Semana del Mayor en nuestro Centro de Mayores PuertoLuz. Un acontecimiento muy importante para nosotros. La semana estuvo llena de talleres y actividades programadas con mucha ilusión por las «Las Chicas de Rosa» (psicólogas y terapeutas del Departamento de Psicología y Terapia Ocupacional). Nos encontrábamos nerviosos al no saber qué nos tenían preparado.

Realizamos un Taller de Arcilla, algo novedoso porque no habíamos hecho algo parecido en ninguna ocasión. Tenían todo el material preparado y sólo faltaba ponernos «manos a la obra». Montse, la terapeuta, estuvo toda la mañana enseñándonos cómo hacer figuritas de barro, que luego pintaríamos y venderíamos en nuestro particular mercadillo.

El miércoles, con un grupo de residentes, nos trasladamos al parque de los Toruños. Allí nos reunimos con tres grupos más para celebrar una convivencia, con motivo de ese gran problema que es el Alzheimer.

Los grupos fueron: nuestro centro de mayores de aquí del Puerto de Santa María, La Torre, otro que vino de Jerez de la Frontera (éste era

de discapacitados), Afamedis, y otro centro de Cádiz de la Unidad de Día Santa Clara.

Esta actividad es sumamente importante, no sólo por lo que se trataba, que es dar a conocer y que la sociedad se dé cuenta de que, desgraciadamente, la enfermedad del Alzheimer existe y que hay que buscar una solución, por lo menos para aliviar un poco el gran problema degenerativo. Por otra parte, está la integración entre personas discapacitadas y personas mayores, que tanto beneficia a los dos colectivos.

Las actividades que realizamos al aire libre fueron un Taller de Gerontogimnasia, llevado a cabo por los fisioterapeutas del centro; jugamos al paracaídas que tantas ri-

Se han hecho excursiones, juegos, talleres...

sas provoca en nosotros, por lo divertido que es, y no pudo faltar una partida al bingo.

El jueves, como actividad pionera, pusimos en marcha un Taller de Repostería en nuestra sala de terapia «La Casita», donde los compañeros y compañeras estuvimos elaborando galletas, palmeritas y magdalenas que luego tomamos en la merienda y la verdad es que nos salieron ¡super ricas!

Por la tarde, tuvimos la suerte de contar con el grupo Son Latino, el cual nos deleitó con bailes de salsa, merengue y bachata.



Los mayores hicieron deliciosos pasteles en el Taller de Repostería

El viernes tuvimos dos actividades: por la mañana, campeonato de juegos de mesa, los tradicionales parchís, oca y dominó, donde acudieron residentes de nuestro Centro de Día Santa Clara y de la Residencia La Torre.

Fue un rato muy divertido, ya que nos trasladamos a nuestra infancia y recordamos aquellos maravillosos recuerdos.

La última actividad de la semana fue de ilusión. El mago Jaime Peinado realizó varios juegos de magia con la participación de niños y mayores. Entre truco y truco, actuó el ventrílocuo Makko que, con tres de sus muñecos, nos dejó boquiabiertos con pequeñas parodias de lo más divertidas.

Y así finalizó una jornada de lo más variada y fuera de lo cotidiano para todos.

Exitoso mercadillo

SARquavitae Micaela Aramburu celebra su III Mercadillo Solidario con gran afluencia de público

SARquavitae Micaela Aramburu

Con motivo del XXV Aniversario de SARquavitae, el mes de agosto ha sido destacado por la actitud de calidad e innovación de nuestros trabajadores y residentes. Por ello, el pasado 29 de septiembre, el centro SARquavitae Micaela Aramburu celebró su III Mercadillo Solidario. Un mercadillo compuesto principalmente por manualidades hechas con material reciclado.

Con mucha ilusión e imaginación, todos nos pusimos manos a la obra para que en nuestro puesto no faltara ningún detalle. Bonitas ovejitas hechas a mano con bastoncillos, preciosos broches con tapones, abanicos pinta-

dos y una enorme variedad de complementos de crochet realizados por nuestra artesana particular, Ángeles Astorga, o más bien Angelita, como le gusta que la llamen cariñosamente. Es toda una artista. ¡Menudas obras de arte!

Además de la venta de objetos realizados por los residentes, se organizó una recogida de ropa, alimentos no perecederos y material escolar. Asociaciones como AGAMAMA, Cáritas, Afanas, ADACCA y Parroquia de Loreto colaboraron en nuestro mercadillo vendiendo sus productos.

Muchas gracias a todos los que, de una forma u otra, colaboraron. Y que no os falte nunca ese espíritu solidario.



Angelita con algunas de sus obras de crochet

Descubriendo la magia de la poesía

MARÍA PÉREZ GÓMEZ Y JOSEFA PÉREZ FERNÁNDEZ Residencia de Mayores de Cruz Roja San Fernando

Desde el año pasado formamos parte del Taller de Poesía de Manuela Casal, voluntaria y también familiar de un residente. Se trata de una actividad de las muchas que componen el programa de actividades de ocio y tiempo libre de la residencia.

El curso pasado comenzamos buscando autores ol-



Participantes en el taller de poesía

vidados y desconocidos que Manuela fue encontrando. M^a Pepa y Rogelia realizaron pinturas y escribieron poemas propios y, posteriormente, fuimos recitando y leyendo poesía durante las sesiones.

A final del curso pasado, tuvimos un encuentro especial donde recitaron Rogelia, M^a Pepa, Luis, mi hija, mi nieta y yo, y nos dieron además, una copia de un libro que creamos. Este año, continuamos. De hecho, hemos tenido la primera de las sesiones del taller de poesía y estamos muy ilusionados.

Taller de carpintería

Filiberto continúa con los trabajos en madera que comenzó Manuel en la casa de las Hermanitas de los Pobres

FILIBERTO Hermanitas de los Pobres

Me llamo Filiberto y entré en la casa de las Hermanitas de los Pobres el día 30 de mayo de 2006. Tras mi ingreso, me presentaron a un residente que se llamaba Manuel. Era sordo y trabajaba en un taller que tenían en la casa de carpintería. Me comentó el tipo de trabajo que se realizaba allí, y la verdad es que me llamó mucha la atención y decidí unirme a él. Juntos aprendimos mucho. Hacíamos camas pequeñas de muñecas, moisés, armarios

de juguete y carros para las chucherías con cajones, grandes y pequeños.

Al poco tiempo, el número de ancianos y residentes aumentó. Contábamos también con ayuda de voluntarios a los que les llamó mucho la atención las cosas que hacíamos aquí. Mi amigo Manuel falleció a los años y decidí continuar con los nuevos compañeros que se unieron y con los voluntarios.

Actualmente, contamos con Antonio, buena persona, maravillosa y trabajadora que nos ayuda en el día a día con esta actividad. Seguimos



Filiberto con algunos de los trabajos realizados en el taller

trabajando con la madera y realizamos muchos trabajos manuales. Contamos con una exposición dentro de la casa con todo lo que ha-

mos. Principalmente, nos encargamos de cortar, lijar, pintar y montar las piezas de madera para crear diversas obras (cunas de muñecas, moisés... Todo lo nombrado con anterioridad). Me encanta trabajar en el taller, pasamos mucho tiempo en él y es genial estar todos juntos trabajando.

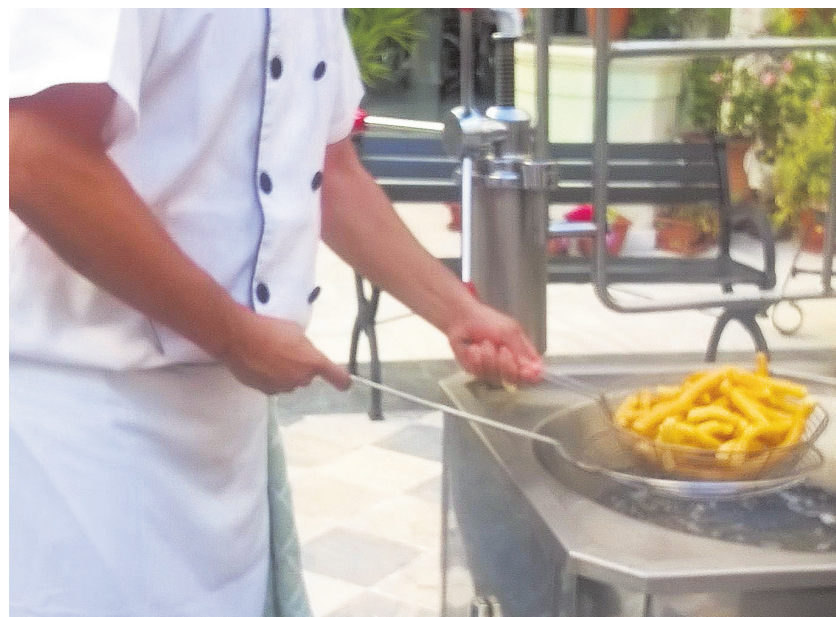
Es genial estar
todos juntos
trabajando

Celebración de la Semana del Mayor

M^a JESÚS MORENO Residencia y Unidad de Estancia Diurna Fragela

La semana pasada pudimos disfrutar de la Semana del Mayor, y lo hicimos de la mejor manera con nuestros abuelos.

Con el bingo solidario comenzamos nuestra semana, continuamos con la ofrenda de nardos a nuestra patrona la Virgen del Rosario y cerramos la semana con la churrada y chocolatada familiar, todo un éxito, en la que nuestro querido



El chocolate con churros puso el broche final a esta semana

churrero llevaba todos los utensilios para pasar una tarde ideal.

No pudieron disfrutar más nuestros abuelos y no-

Hicimos una
ofrenda de flores
a nuestra patrona

sotros con ellos y los familiares.

¡Nos encanta compartir nuestras vidas con todos vosotros!



Vamos a conocer el nuevo puente de Cádiz

Salidas al aire libre donde se rompe con la rutina diaria

Residencia de Mayores Reifs de Chiclana

Una de las actividades de terapia incluidas en nuestro calendario de salidas fuera del centro, y casi la más atractiva para ellos, es visitar el puente nuevo de Cádiz, de 3 kilómetros sobre la Bahía, que une Puerto Real con la capital.

Desde que se inauguró el Puente de la Constitución de 1812, también llamado «La Pepa», a finales de septiembre del año pasado, el departamento de Psicología y Terapia de la Residencia Reifs Chiclana puso en marcha lo que había sido una idea

que nos rondaba por la cabeza desde hacía meses: que nuestros mayores pudieran conocer dicho puente, ya que éste es referencia en toda Europa y está considerado uno de los mejores proyectos de ingeniería moderna de los últimos tiempos.

La idea de ir a visitarlo ha sido muy bien acogida, tanto por residentes como por familiares. Incluso todos querían ir el primer día, ya que era una actividad donde pasaban toda la mañana fuera del centro. Aún tenemos lista de espera, ya que vamos un

día a la semana en un grupo de ocho personas.

Aprovechando que pasamos por la Avenida de la Bahía, hacemos una parada para que se bajen y puedan contemplar el precioso paisaje relajante y las dimensiones del puente visto desde fuera. Disfrutando de las espectaculares vistas se toman un refresco y aperitivo antes de emprender el camino de regreso a casa.

Toda una experiencia que les hace salir de la rutina diaria y pasar un buen rato.



Nuestra sala de terapia «La Casita»

JOSÉ MANUEL PÉREZ
Residencia de Mayores PuertoLuz

Por fin tenemos nuestra ansiada «casita». Ya podemos hacer uso de ella y disfrutarla. Todo comenzó con la vaga idea de montar una sala de terapia que fuera la simulación de una casa; con su cocina, salón, dormitorio, etc., donde pudiéramos pasar el tiempo recordando los momentos felices de nuestro

pasado. Aquella época donde pasábamos la mayor parte de nuestro tiempo ocupadas en las tareas del hogar.

Para montar esta sala todo el personal del centro se implicó y comenzaron a donar muebles que ya no les servían y, así, de esta forma, poco a poco, nuestra casita empezaba a ser una realidad. Con mucho cariño, trabajo y esfuerzo pudimos inaugurar nuestra sala de terapia «La Casita».



Dos días a la semana subimos con las «chicas de rosa» (Departamento de Psicología y Terapia Ocupacional) a realizar actividades como

«La Casita» recrea un auténtico hogar para los mayores

taller de costura, repostería, manualidades, etc. Todo ello bajo un ambiente acogedor y cálido, el cual propicia que hablemos de nuestras vidas y compartamos experiencias muy personales. Momentos muy especiales para todos.



Taller de Hidroterapia

Los usuarios de la Residencia Nuestra Señora de la Caridad comienzan un taller de Terapia Acuática

UED Ntra. Sra. de La Caridad de Sanlúcar de Barrameda

Como viene siendo habitual por estas fechas, los usuarios de nuestra residencia, así como los de nuestra UED retomamos los talleres de Hidroterapia.

Ya desde el año pasado venimos disfrutando de este proyecto innovador donde nuestros residentes trabajan en el medio acuático consiguiendo mayor bienestar y autonomía y retrasando, en la medida de lo posible, el proceso de envejecimiento mediante el cuidado de las funciones fisiológicas, la prevención de la capacidad arti-

cular, muscular y la limitación corporal de la actividad.

Los beneficios que obtenemos no sólo se ven reflejados

en el plano orgánico, sino que son mucho más sustanciales en el plano psicológico. Encontramos un claro aumento en su autoestima, en su capacidad de socialización y en su bienestar emocional. Tanto es así que algunos trasladan con verdadera pasión a sus compañeros cómo ha sido su primera experiencia dentro de una piscina, pues muchos de ellos nunca habían disfrutado de un baño en ese medio acuático.

Gracias al acuerdo de colaboración con AFANAS-Sanlúcar, disponemos de sus magníficas instalaciones para llevar a cabo di-

cho taller, y en pequeños grupos asistimos junto con nuestro fisioterapeuta y nuestra animadora a la terapia acuática.

Una experiencia totalmente enriquecedora que hace a

Con ello se apoya el envejecimiento activo

nuestros residentes mucho más felices a través de una clara apuesta por el envejecimiento activo.



Los mayores durante el Taller de Hidroterapia

Gerontogimnasia en SARquavitae Micaela Aramburu

SARquavitae Micaela Aramburu

Para nuestras fisioterapeutas, la fisioterapia, más que su profesión, es su estilo de vida. Su objetivo no es sólo que las personas tengan la mejor calidad de vida posible, sino que además disfruten con cada ejercicio o actividad programada.

Nuestros talleres de gerontogimnasia son talleres llenos de vida, de ilusión, de

compañerismo y de bienestar. Juegos con aros, picas, pelotas o globos. Cada taller es diferente y adaptado a nuestras capacidades.

Siempre comenzamos con un previo calentamiento para preparar así nuestro aparato locomotor y evitar lesiones, finalizando con ejercicios respiratorios para una completa relajación. Sin duda, una de nuestras actividades favoritas del centro, ya sea al aire libre en verano,



en nuestro solarium o en el mismo gimnasio. El movimiento y la diversión están

asegurados. No olvidéis que el ejercicio es vida y que no tiene edad.



Mi recuerdo más bonito

¡Qué importante es valorar lo que se tiene y aprovechar cada segundo de nuestra vida!

ANA RODRÍGUEZ
UED El Hogar del Abuelo

Habitualmente me vienen a la mente recuerdos de mi vida, recuerdos de mis momentos más felices, en los que encontré la felicidad plena con muy poco. Será que hace dos años que me falta mi marido y siento algo de nostalgia, por eso ahora me gustaría hablar de mi recuerdo más bonito.

Cuando nos casamos, mi marido y yo no teníamos muchas cosas, me refiero a lo material. Tuvimos un hijo a los pocos meses de casarnos y éramos felices, vivíamos con lo justo y comíamos cosas que costaban poco.

Recuerdo que cuando mi marido fue a la base a pedir trabajo dijo que si tenían un puesto para él, y allí le dijeron que sí, así que empezó a trabajar allí. Al tiempo de estar trabajando, le dieron un coche que estaba roto. Mi marido, con mucho humor, fue arreglándolo hasta que consiguió ponerlo en marcha y que fuese seguro. Re-

Éramos felices con lo poco que teníamos

cuerdo cuando me dijo que podíamos montarnos, ¡qué alegría más grande!

Me encantaba ver a todos mis niños dentro del coche

y ver que nuestras posibilidades de ir a sitios habían aumentado. Los momentos más felices eran en verano, cuando llenábamos el coche con nuestros hijos y nues-

tra comida para pasar un día disfrutando en la playa. Cogíamos nuestra cesta de palma, metíamos la comida, carne en salsa en muchas ocasiones, tortilla y, por supuesto, la sandía. Qué bien sienta la comida en la playa, parece que sabe mejor. Todos cargados con nuestras sombrillas, toallas y, sobre-

todo, con mucha ilusión, lo pasábamos en grande.

Ahora lo pienso y le doy gracias a Dios por lo que nos ha dado. Me encanta retroceder mentalmente en el tiempo y, acordarme de todos esos momentos, me llena de felicidad. ¡Qué importante es valorar lo que se tiene y aprovechar cada segundo de nuestra vida!



Ana rememora momentos como los días en la playa con su familia

Marinero competente

Trabajar en la mar es un trabajo muy sufrido

FRANCISCO AGUILAR
CR Conil Solidario

Me llamo Francisco Aguilar, soy de Algeciras y os voy a contar quién he sido y quién soy ahora.

De niño me gustaba mucho la pesca y con 9 años mi abuelo, que no quería que me hiciera un golfo, me mandó a la mar y con él estuve pescando pez espada, tiburón... Por suerte, salió una orden de la Comandancia Marina que permitía que jóvenes como yo nos hiciéramos marineros con el consentimiento materno.

Con 14 años ya iba yo en un barco grande de pesca:

era el más joven de a bordo. Fui creciendo y, con 16 años, ya era contraestre en un barco, con 16 hombres a mi cargo. Ascendí y llegué a la Marina Mercante y me embarqué en un velero de mercancía que iba a Gijón, Santander, Asturias... Estuve embarcado hasta los 19 años, cuando me obligaron a ir a la mili.

Entre los años de navegación y la mili, conocí a Antonia. La vi barriendo la puerta de la casa y me enamoró. Estuvimos de novios y, en el año 54, nos casamos. Yo estaba embarcado unos tres meses y luego volvía a casa unos 10 días. En esos días nos íbamos al cine, hacíamos las tareas de la casa, hacía redes para sacar más dinero y salir adelante y aprovechábamos... para hacer el amor. Tuvimos tres chiquillos. En mis últimos años de trabajo



estuve en Mauritania, Daca, Sierra Leona, Monrovia, Costa de Marfil, la Isla de Cabo Verde, en las Azores, las Canarias y las Islas Madeira. Me jubilé a los 61 años pero seguí pescando en el Estrecho. Salía por la mañana y a la tarde llegaba a la casa.

Hace siete años me operaron de la columna y necesitaba ayuda. Mi mujer empezó a tener despistes y también necesitaba ayuda, así que nos vinimos a un centro residencial en Conil de la Frontera. Aquí llevo más de cinco años y estamos muy contentos. Nos tratan muy bien y nos quieren mucho, tanto a

mí como a Antonia. No nos falta de nada, estamos muy bien cuidados, vamos a la playa y, todos los viernes, a la calle.

Además, me gusta aprovechar mi tiempo y hacer cosas que me recuerden a mi pasado. Hago hamacas de red y las vendo en el centro por 38 euros. Son de muy buena calidad y no se estropean aunque estén a la intemperie. Y si no, que pregunten a la mayoría de los trabajadores de aquí, que tienen una. También hago los trabajos manuales que aquí me mandan. Así que aquí vivo entretenido y nunca me aburro.

El amor a los 80, ¿y por qué no?

JOSÉ
Residencia San Isidro
Labrador

Nací en Setenil de las Bodegas el 17 de julio de 1933. Mi adolescencia se desarrolló en idas y venidas hacia el país vecino, Francia, durante diez largos años.

Con mi soledad y los achaques de la edad, decidí que era el momento de dejar mi casa e ingresar en la residencia de la localidad. Aquí transcurría mi vida con total nor-



José y Ana han encontrado el amor en esta residencia

malidad, buena comida, aseo, buenos compañeros, paseos, etc. Pero el destino me tenía

guardado el mejor de los regalos, tras seis años en el centro, el día 13 de agosto de

2014 ingresa en la residencia una nueva residente, Ana, procedente de la localidad vecina, Olvera. Nuestro amor no surgió de repente e incluso diría que fue ella la que se interesó al tiempo por mi persona. Tras risas, bromas y acercamientos, y casi sin darnos cuenta, se fue forjando el amor. Quién me iba a decir que a mis 83 años y a sus 83 íbamos a encontrar el amor y la felicidad.

Ahora compartimos algo más que un edificio, compartimos sentimientos, risas, lágrimas y el resto de nuestras vidas.



El significado de la palabra aprender

«Un soneto me manda hacer Violante, / y nunca me he visto en tanto aprieto...»

JORGE
SARquavitae Monte Alto

Algo así me ocurre desde que Elo, nuestra querida psicóloga, me sugirió que escribiera una de mis habituales chorradas sobre lo que entiendo por «aprender». Aunque me temo que no tendrá el mismo final feliz del soneto de Lope.

Vaya por delante que no tengo ninguna formación en temas como éste, más algunas lecturas dispersas, por lo que sólo podré dar alguna de mi impresión, seguramente errónea.

En primer lugar, me pregunto qué es aprender. No lo sé a ciencia cierta y aún no encontré una respuesta satisfactoria (como tampoco la encontré cuando busqué una definición de inteligencia), aunque debe ser algo así como adquirir nuevos conocimientos, mejores actitudes y adecuar comportamientos.

Como ejemplo, recuerdo muy bien la admiración y multitud de interrogantes que me asaltaron cuando vi, al microscopio y por primera vez, cromosomas vivos en células de piel de cebolla. Para pensar y, como consecuencia, aprender, a ver si pudiese llegar a saber qué era

lo que tenía delante de los ojos. Podría decir que, para mí, aprender significa transgredir y para ello me valgo de dos fecundos conceptos griegos: la doxa y el episteme, entendiendo el primero como el conocimiento infundado, dogmático, «porque lo dijo aquél», contrariamente al conocimiento sólidamente construido, basado en premisas, en conocimientos anteriores o en el mismo razonamiento.

Aprender significa también, y tremendamente importante, adquirir la capacidad de razonar y de tomar conciencia de la propia capacidad de razonamiento. Sin olvidar que aprender implica descubrimiento y fascinación por el inabarcable conocimiento humano.

Hace unos días leí algo de un divulgador científico, Adrián Paenza, comentando la capacidad y productividad de los ordenadores a propósito de la aparición, el pasado mes de mayo, de un programa que ganó cinco partidas consecutivas al campeón mundial de Go

Aprender implica descubrimiento y fascinación

(juego de mesa ampliamente difundido en Oriente, mucho más complicado que nuestro ajedrez). Decía Paenza que un ordenador, por mágico que parezca, cuando se desenchufa, no es más que un

montón de chatarra. Los ordenadores no han llegado a la Tierra en un meteorito, sino que son creación humana debida a un aprendizaje previo. Como también lo son las vacunas, la práctica sanitaria, las matemáticas, las artes, la filosofía y muchísimo más. Hemos avanzado, desde que nos tirábamos piedras unos a otros, hasta hoy, gracias a que muchos, antes que nosotros, aprendieron. Sabemos que el progreso de la humanidad no ha transcurrido a un ritmo uniforme. Al contrario, su desenvolvimiento ha seguido un patrón caprichoso de adelantamientos y retrocesos. Pero es indudable que la humanidad seguirá ese camino esperanzador.

Aun así, dejando de lado el deslumbramiento por los conocimientos adquiridos por la especie, lo que sí creo es que nunca podré dejar de aprender aunque también sé que, indefectiblemente, llegaré a la convicción socrática: «Sólo sé que no sé nada».





Un gran cambio en mi vida

Cambié mi ciudad y mi vida por estar cerca de mi familia y acabar con la soledad

TERESA

Hermanitas de los Pobres

Me llamo Teresa, tengo 87 años y soy de Alcañiz, en el Bajo Aragón. Y, como dice la jota: «*En las costeras de un cerro / a orillas del Guadalupe / es Alcañiz una joya / que lleva Teruel al pecho*».

He trabajado como encargada en un taller de confección y mi marido era transportista. Con el trabajo de los dos, mis dos hijos estudiaron en la Universidad de Zaragoza. Hoy mi hijo es psiquiatra en Barcelona y mi hija es profesora en El Puerto de Santa María.

Yo llevaba dos años jubilada cuando murió de un infarto mi marido. Me quedé muy sola, era aún joven (64 años) y no me acostumbraba a esa soledad.

Cuando pasaron unos años seguía sintiéndome igual de sola y me daba miedo ponerme enferma sin nadie a mi lado. Mis hijos tardarían horas en llegar ante cualquier situación. Le pedí a mi hija que buscara una residencia en El Puerto para estar a su lado.

Ella me decía que aún era joven, que buscara un apartamento cerca de su casa, pero yo quería dejar las comidas a solas y cerrar las puertas de un piso y seguir sola.

A través de una compañera del instituto que tenía aquí a su madre, conoció la residencia de las Hermanitas de los Pobres.

Mi hija llamó y un verano, cuando estaba pasando unos días aquí, visitamos la residencia acompañadas por la anterior madre, Sor Inés. Me encantaron las



instalaciones: las habitaciones, la capilla, los jardines... Nos fuimos decididas a que el próximo verano volvería y me convertiría en una nueva residente. Ese invierno estuve mejor: pensaba en que era el último año de estar sola.

Llegó el verano, hice un gran equipaje, cerré mi casa sin ninguna pena y me viene a El Puerto. Pasé los días de prueba mientras iba acondicionando mi habitación y me instalé definitivamente.

Desde entonces han pasado más de tres años que se me han ido volando. Tengo independencia e intimidad en una habitación donde hago encaje de bolillos, mi mayor afición, y vivo acompañada. Veo mucho a mi hija, estoy perfectamente atendida por las her-

manitas y las empleadas. Algunas compañeras se han convertido en amigas, casi familia. Como Milagros, que me ha acompañado en las comidas desde mis primeros días de prueba.

También he sufrido alguna pérdida, como mi querida Pepita, pero pienso que, desde el cielo, nos sigue acompañando en las comidas.

Como veis sólo tengo buenas palabras para mi estancia en la residencia y me siento mucho mejor desde que estoy aquí, excepto por una cuestión: cuando toda mi familia temía cómo llevaría el tema de las comidas por lo tiquismiquis que soy, desde que he llegado he engordado algún kilito, ¡qué se le va a hacer!