

Los mayores en Aragón



Comarca del Matarraña

ENTIDADES DE FECOJUPEMA

Asociación Hogar de Pensionistas
MAZALEÓN

Asociación Hogar de Pensionistas SAN MIGUEL
VALJUNQUERA

Asociación Jubilados Ntra. Sra. de La ASUNCIÓN
CALACEITE

Asociación Jubilados
VALDETORMO

Asociación Jubilados
ARENS DE LLEDÓ

Asociación Hogar de Pensionistas
LA FRESNEDA

Asociación Jubilados
TORRE DEL COMTE

Asociación Jubilados y Pensionistas SAN COSME y SAN DAMIÁN
LA PORTELLADA

Asociación Jubilados VIRGEN de la MISERICORDIA
CRETAS

Hogar de Pensionistas UNIÓN VALDERROBRESE
VALDERROBRES

Asociación Pensionistas UNIÓN
FUENTESPALDA

Asociación VIRGEN de la CONSOLACIÓN
MONROYO

Asociación Jubilados EL PARRIZAL
BECEITE

Asociación Pensionistas TASTAVINS
PEÑARROYA DE TASTAVINS

Colabora:



→ **Servicios de quiropodia:**
callosidades, papilomas,
uñas encarnadas,
tratamiento láser hongos...

→ Estudio biomecánico
de la pisada

→ 3D Scan Sport Podoactiva,

→ Diseño y fabricación de
plantillas personalizadas



JUNIO 2016
Núm. 87

LOS MAYORES EN ARAGÓN
Medio de Difusión del
CONSEJO ARAGONÉS DE LAS
PERSONAS MAYORES
C/ Franco y López, nº 4
50005 ZARAGOZA
Tels.: 976 434 606 / 618 910 584
info@coapema.es
www.coapema.es

Portada:
Tema: Comarcas Aragonesas
Comarca del Matarraña
(Teruel)
Asociaciones que componen
la Federación Comarcal de
Jubilados y Pensionistas
de la Comarca del Matarraña

Redacción:
Carmen Checa
Pilar Andía
José Luis Gil

Coordina:
Elvira Benabarre
admon@coapema.es

COLABORAN:

Fotografía:
Estudio Nueva Imagen
Eduardo Gracia
Angel Gracia
José Luis Gil

Textos:
Fco. Javier Iriarte
Rafael Martí
Carmen Checa
Elvira Benabarre
Mariano Benedí
Juan Luis Camps
Ismael Gerique
Román Nogués
M^a José Martín
Francisco Morales
Digna M^a Royo
José Luis Artero
Eloy López
María Aladrén
Irene Fca. Baños
José Luis Gil
Edita y comercializa:

●●●●
VITALPLUS
-consultores-

C/ Cinco de Marzo, 4, 4º B
50004 ZARAGOZA
pdonoso@vitalplusconsultores.com
Pascual Donoso 669 817 249

Diseño e Impresión:
GRAFICAS CESAR, S.L.
Depósito legal: Z-1931/91
Distribución gratuita.
La dirección de la publicación
no se hace responsable
de los artículos firmados.

El pasado día 18 de junio se celebró la fiesta de las Personas Mayores de la Comarca, a la que asistieron cientos de Personas, y en la que el Presidente, don Fco. Javier Iriarte, el Secretario, don José Luis Gil y el Tesorero, don Miguel Rillo, de la Comisión Permanente del Consejo Aragonés de Personas Mayores, tuvieron la alegría y el placer de compartir un encuentro de hermandad con las Asociaciones de la amable y fascinante región del Matarraña

Deliberadamente decimos amable y fascinante región, porque la acogida de sus gentes es una mezcla de simpatía, amabilidad y hospitalidad.

Por otra parte, es una inesperada satisfacción, el sentirse tan acogido en los lugares de esas colinas del Matarraña, que guardan con una elegante timidez los secretos de su historia, su cultura, su tradición y su lengua. Todo es una agradable sorpresa.

Es fácil comprender, que aquellos pueblos iberos, algo aventureros, algo artistas y algo grafiteros rupestres, que se asentaron en estas tierras hace miles de años, eligieron esta zona por su belleza, por su naturaleza y por la paz que inspira su paisaje, que juega un poco al escondite con los locos acelerones de la otra civilización

Y cuando uno visita cualquiera de sus pueblos, se asombra de la magnífica preservación de sus municipios, llenos de historia, con monumentos perfectamente conservados, que inspiran firmeza y solidez sin dejar de mostrar su belleza

Los moradores del Matarraña saben conservar los tesoros de su patrimonio, los valores culturales y los sentimientos tradicionales, con respeto y cariño como los mejores aragoneses

Ha sido un magnífico encuentro el de la Portellada 2016. Felicitamos efusivamente a sus organizadores y les agradecemos su invitación y acogida

Francisco Javier Iriarte - Presidente COAPEMA

Sumario

- Rafael Martí. Presidente de la COMARCA DEL MATARRAÑA.....	4
- Agenda COAPEMA.....	6
- Agrupación ganadera Arcoiris.....	7
- Asociacionismo COAPEMA.....	8
- PARTICIPACIÓN. La Magia del Voluntariado.....	9
- SALUD. ¿Renuncias a un buen Ternasco de Aragón porque te cuesta masticarlo?.....	10
- ES NOTICIA. Convenio de colaboración con Fundación Rey Ardid.....	12
- ASOCIACIONISMO. COAPEMA visita Morata de Jalón.....	12
- SALUD. TERMALISMO.....	13
- BUEN TRATO. Fundación Rey Ardid abanderada del buen trato a las Personas Mayores.....	14
- BUEN TRATO. V Seminario Buen Trato a Personas Mayores – COAPEMA.....	15
- COAPEMA estuvo. Jornada sobre el 30 Aniversario de la Ley General de Sanidad.....	16
- AGENDA. Reunión con el Director Gral. de Acción Exterior del Gobierno de Aragón.....	17
- FERMA. Jornada de Puertas Abiertas para Mayores.....	18
- PROTAGONISTAS: LOS MAYORES. XXV Encuentro de la Comisión Permanente de COAPEMA con las Asociaciones de Mayores de Aragón.....	19, 20, 21
- El hablar del Matarraña.....	22
- COAPEMA ESTUVO EN... IV Encuentro de Personas Mayores de la FECOJUPEMA.....	23
- NUESTROS PUEBLOS. Calaceite (Teruel).....	24
- Arqueología al Matarraña.....	25, 26
- TRABAJO SOCIAL. El Centro de Día como recurso de apoyo a las familias cuidadoras.....	27
- MENTE SANA. Demencias.....	28
- ES NOTICIA. Premio SEN Enfermedades Neurológicas 2015.....	29
- El Ahorro.....	30, 31
- JURIDICO. El Impuesto de Sucesiones condiciona la libertad de testar en Aragón.....	32, 33
- RELATOS. La Rogativa.....	34
- COAPEMA ESTUVO EN... III Congreso de Unión de Jubilados y Pensionistas UGT Aragón.....	35
- PAGINA ABIERTA. La ternura.....	36
- PSICOLOGÍA. Seis sombreros de colores.....	37
- CON BUEN GUSTO. Menú de verano.....	38



Rafael Martí Casals

*Presidente de la Comarca
del Matarraña/Matarranya*

La Comarca del Matarraña/Matarranya, ofrece un rico e impresionante patrimonio natural, cultural, arquitectónico y gastronómico del cual estamos muy orgullosos de poder contribuir a su difusión, mantenimiento, dinamización y promoción desde la institución comarcal.

Pero además, lo más importante de la Comarca del Matarraña/Matarranya, no son sus espacios naturales, sus edificios históricos, etc. El mayor y más rico patrimonio de este territorio son sus gentes. Sin estas personas que habitan cada uno de los 18 pueblos nuestra identidad no sería la misma.

La Comarca del Matarraña/Matarranya tiene en sus gentes dinámicas, participativas, alegres, voluntariosas, su mayor riqueza. Prueba de ello es la gran cantidad de asociaciones que existen en nuestros municipios que son el motor dinamizador de la gente y de los pueblos, que nos caracterizan y nos dan identidad como territorio y que desde la entidad comarcal intentamos apoyar con todos los medios posibles a nuestro alcance, ya sean económicos, logísticos, técnicos, etc.

Mención especial merecen las personas mayores de nuestra comarca, organizadas no sólo en asociaciones, sino también en una Federación Comarcal de jubilados y pensionistas del Matarraña (FECOJUPEMA), que desde su formación ha sido un revulsivo en el impulso de la actividad y de la promoción de la salud de las personas mayores de nuestro entorno. Desde estas líneas quiero agradecerles la gran labor que realizan en nuestra comarca, tanto desde la Federación como desde las asociaciones que la conforman para que sigan luchando y reivindicando su papel crucial en nuestros municipios como agentes dinamizadores y promotores de valores, salud, entusiasmo y trabajo en todo el territorio.



Comarca del Matarraña/Matarranya:

un territorio,
nuestro
compromiso.



Reunión de la Comisión Permanente de COAPEMA con la Consejera de Ciudadanía y Servicios Sociales

El 10 de mayo la Comisión Permanente de COAPEMA celebró una de sus reuniones ordinarias de trabajo, incorporándose a la misma la señora Consejera de Ciudadanía y Servicios Sociales, doña María Victoria Broto y el Director Provincial del IASS, don Eduardo Traid. Con ellos, entre otros, se trataron temas como el Convenio Económico del Consejo con el IASS, la necesidad de modificación y/o actualización de la Ley 3/1990 de 4 de abril, de creación del Consejo; la solicitud de los aragoneses residentes en el extranjero de la tarjeta sanitaria cuando visitan su ciudad natal; la Ley del Voluntariado, Incorporación de los Hogares del IASS en Aragón que todavía no forman parte de COAPEMA; actualidad de la Ley de la Dependencia o de conciertos del Gobierno de Aragón en cuanto a plazas residenciales, centros de día, etc.



Todo ello fue abordado con la mejor disposición; los vocales de la Permanente de COAPEMA pudieron intercambiar con las autoridades impresiones relativas a lo anteriormente expuesto, actuando como portavoces de las personas mayores que representan por sus entidades.

El desarrollo de la reunión fue enriquecedor para ambas partes, llegando al estudio de posibles compromisos, que en sucesivas reuniones se irán determinando.

Redacción COAPEMA

XXV Aniversario de la Asociación de Personas Mayores "San Roque" de Sabiñán

COAPEMA fue invitada a asistir a los Actos Conmemorativos preparados para tal evento, siendo el Presidente, Dr. Iriarte; el Tesorero, Sr. Rillo; y el Secretario, Sr. Gil; sus representantes.

Recibidos por el Presidente de la Asociación, don Tomás Olvés, y su junta directiva, comenzaron la jornada con la visita a la Residencia de Mayores del IASS quienes, acompañados por la Agrupación "Amigos de la Jota", hicieron las delicias de los residentes.

Seguidamente, en la iglesia parroquial de Santiago Apóstol, tuvo lugar la misa baturra en honor a la Asociación "San Roque" haciendo el párroco un recorrido por lo acontecido en los 25 años de existencia de la Asociación. La Jornada culminó en un almuerzo de hermandad entre socios y autoridades municipales y comarcales.

Nuestra más sincera felicitación por esos 25 años de existencia y el deseo de que sigan con su actividad, siempre bien demostrada



Redacción COAPEMA

AGENDA
2016

Agrupación ganadera ARCOIRIS

La Agrupación GANADERA ARCOIRIS nace en 1990 como cooperativa de segundo grado, aunque nuestra andadura comienza en 1978 con la fábrica de piensos. Está formada a su vez por 5 cooperativas ganaderas que son "los pilares" del grupo, además de otras 10 sociedades que complementan a las 5 cooperativas base, como son Matadero, Sala de despiece, etc. y 10 empresas participantes que, ofrecen asesoramiento y servicios técnicos diversos, destinados tanto al socio como a mejorar la producción y comercialización de nuestros productos. Hoy en día hay una plantilla 370 trabajadores y un total de, más o menos, 560 socios.

Ubicada en uno de los parajes más bonitos de la provincia de Teruel, La comarca del Matarraña, es un rincón de gran belleza, abrupto y accidentado con un microclima que lo hace especial, siendo idóneo para el secado y maduración de los jamones de Teruel.

No en vano se le conoce como uno de los GRUPOS GANADEROS más importante en ARAGÓN y cuenta con un amplio palmarés de galardones, reconocimiento que nos hace seguir con ilusión para que sea y siga siendo el motor económico y de desarrollo de esta nuestra comarca.

Bajo el lema "La unión hace la fuerza y somos presente y futuro", en GRUPO COOPERATIVO ARCOIRIS apostamos por ofrecer la máxima calidad en todos los productos alimentarios que genera la ganadería de nuestros socios en el territorio.

Productores de Cerdo y Conejo por excelencia aseguramos la trazabilidad alimentaria al 100% ya que tenemos un control exhaustivo sobre todos los procesos de producción; desde la fabricación de piensos hasta la comercialización de nuestros productos, tanto en fresco y en curado.

Comprometidos con nuestra tierra y sus gentes siempre hemos apostado por el desarrollo de la misma con diferentes acciones, ya sea en colaboraciones con el departamento de deportes de la comarca, con asociaciones sin ánimo de

lucro y, cómo no, con otro de los motores económicos de nuestra comarca, el "Turismo", entre muchas otras.

Con turismo desde siempre muy unidos comenzamos una andadura que nos ha traído muy buenos resultados, para ello ponemos nuestras instalaciones a disposición de la agencia de Turismo Matarraña encargada de hacerles de guía por nuestro secadero, un recorrido que sin duda no deja a nadie indiferente ya que en él descubren cómo se elabora uno de nuestros productos ESTRELLA, el JAMÓN.

Desde aquí les invitamos a conocer este proceso de MADURACIÓN DEL JAMÓN. Para ello pueden ponerse en contacto con Luis a través de:

turismomatarraña@hotmail.com o bien llamando al 630 88 75 59.

Si provienen de asociaciones de Jubilados que pertenezcan a COAPEMA se les dará un trato especial, cortesía del Grupo Cooperativo Arcoiris en colaboración con Turismo Matarraña.

www.grupoarcoiris.com

EL TERRITORIO NUESTRO COMPROMISO

Logos displayed:

- GANADERIA GUCO UNIDA COMARCAL
- coincir
- CIAR
- INCO
- AVIBA
- GRUPO DE EMPRESAS ARCOIRIS**
- 3 REYES
- MATADERO COMARCAL DE VALDEPEÑAS, S.L.
- GRANJA GUCO
- ESYPU
- BigMat Bricas
- Trans ARCOIRIS
- ARCOIRIS G. GENERAL
- correduría + seguros ARCOIRIS
- Montajes generales Matarraña S.L.
- Centro de Tecnología
- GEINVAL
- ARCOIRIS del Bajo Aragón
- SATBergantes
- 3 REYES Central de Tiendas
- LA RINCONADA del sabor
- VERSUCO
- Unidad y Atención al cliente
- cotecnica
- SERBAN

- SUS GENTES NUESTRO FUTURO -

COAPEMA participa en la Semana Cultural del Hogar de Mayores IASS de Alcañiz

El 9 de junio el presidente de COAPEMA, don Fco. Javier Iriarte, junto con el tesorero, don Miguel Rillo, el secretario, don José Luis Gil y el vocal, don Ismael Gerique, visitaron el Hogar de Personas Mayores IASS de Alcañiz, en la celebración de su Semana Cultural. Allí, fueron recibidos por el Director Provincial de IASS de Teruel, don Antonio Sánchez; el director del Hogar, don Fernando Navarro; el presidente de la Junta Directiva, don Antonio Alejo, acompañado de su Junta Directiva y el presidente de la Comarca del Bajo Aragón, don Manuel Ponz Ferrer.

En la programación de la tarde abrió el acto don Antonio Sánchez; dando paso a la conferencia ofrecida por el Profesor en Derecho, don José Luis Artero quien habló sobre Sucesiones, Herencias y Testamentos en Aragón; Normativa Foral y Fiscal; en representación de ILEX Abogados, (Despacho colaborador con COAPEMA).

A continuación, el Dr. Iriarte hizo una exposición sobre la actividad y los fines de COAPEMA. Presentó a los miembros de la Comisión Permanente que le acompañaban y estos,



expusieron sus responsabilidades dentro de la Entidad.

Finalmente, la interesante jornada culminó con la entrega, por parte del Hogar, de la solicitud de ingreso en COAPEMA; documentación que recibió con sumo agrado el señor Gil.

Redacción COAPEMA

COAPEMA se reúne con los responsables de Ayerbe, Biscarrués, Bolea y Loarre

El 13 de junio varios de nuestros representantes se personaron en distintas localidades oscenses con el propósito de crear una Federación de Asociaciones de Personas Mayores. Para ello, el presidente, señor Iriarte, acompañado por distintos vocales de la Com. Pte., hablaron con las autoridades competentes de cada localidad.

Acompañados en todo momento, por José Antonio Santolaria, presidente de la Asociación de Mayores de Loarre, quien ha ayudado a coordinar las visitas, se reunieron, primeramente, en el ayuntamiento de Ayerbe con su alcalde, don Antonio Biescas, y la concejal de Servicios Sociales, doña Marisa Latorre; y, el presidente y la vocal de la Asociación de Personas Mayores de Biscarrués, don Álvaro Uruén y doña Dora Banzo, respectivamente.



En la reunión el Dr. Iriarte les presentó la Entidad e invitó a sus acompañantes, señora Checa, y señores Rillo y Gil, a dar cuenta de su cometido en las líneas de trabajo de COAPEMA. Se hizo especial hincapié en las ventajas del asociacionismo entre personas mayores, invitando a sus oyentes a la creación de un ente que englobara un buen número de asociaciones de personas mayores de la Comarca, con el fin de dar identidad y la importancia que se merece este colectivo en la zona.

Los cuatro municipios manifestaron un gran interés, unos por crear su propia asociación de personas mayores para luego, crear entre todos, una federación. Tarea en la que se han comprometido a trabajar lo antes posible.

Por la tarde, recibidos en el Ayuntamiento de Bolea, por su concejal de Cultura, don José Luis Rufas, dijo también, estar muy interesado en el proyecto.

Agradecemos desde estas líneas, la buena acogida que nos dispensaron en todo momento, en especial resaltar la inestimable labor de José Antonio Santolaria, quien nos acompañó y nos abrió las puertas de todos sus coetáneos y pueblos vecinos.

Gracias a todos deseando que lo antes posible podáis formar parte del Consejo Aragonés de la Personas Mayores. ¡El placer será nuestro!

Redcción COAPEMAa

El XVIII Congreso Estatal de Voluntariado



El XVIII CONGRESO ESTATAL DE VOLUNTARIADO se va a celebrar en la ciudad de Huesca. Ese fue uno de los acuerdos del Pleno del Consejo Territorial de Servicios Sociales y del Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia, en su sesión de 4 de marzo de 2015.

A partir de entonces, el área de Voluntariado en la Dirección General de Participación Ciudadana, Transparencia, Cooperación y Voluntariado, dependiente del Departamento de Ciudadanía y Derechos Sociales de Gobierno de Aragón, es la encargada de coordinar con los responsables del Ministerio, las Plataformas y Coordinadoras de Voluntariado de Aragón y los representantes locales y comarcales de la capital altoaragonesa, su organización.

El lema del Congreso en su décimocava edición es "*La Magia del Voluntariado*", para destacar los beneficios de esta acción en las personas, las en-

tidades, la sociedad y sus destinatarios. Con el propósito de ofrecer un espacio de encuentro en torno a la *magia transformadora del Voluntariado*, compartiendo una visión positiva desde el ámbito de la participación, innovación y solidaridad.

El Congreso se celebrará del 24 al 26 de noviembre y los contenidos de estudio de las jornadas se centrarán en tres líneas temáticas:

- Gestión del conocimiento y promoción de la innovación y calidad
- Diversidad y potencialidades desde la nueva normativa
- Participación, innovación y solidaridad a través del voluntariado.

Todo ello para:

- Compartir la diversidad y potencialidades que ofrece la nueva normativa sobre voluntariado y

tercer sector.

- Exponer conocimientos actualizados relacionados con la educación y el aprendizaje a lo largo de la vida de las personas para la construcción de una sociedad justa e igualitaria.
- Abordar las tecnologías de la información y comunicación como elemento de gestión del conocimiento y promoción de la innovación y calidad.

Asimismo, se prevé la asistencia de la Casa Real para hacer la entrega de los Premios Estatales de Voluntariado.

Animamos a participar en estas "jornadas de formación", tanto para quienes ya cultivan la actitud de voluntariado, como para quienes están pensando en colaborar con la parte de la Sociedad que nos necesita.

Redacción COAPEMA

¿Renuncias a un buen Ternasco de Aragón porque te cuesta masticarlo?

Si, además, te incomodan las semillas de las fresas, los frutos secos se meten por cualquier hueco y ya no te ríes a carcajadas porque te falta seguridad, puedes poner fin a esta situación.

La calidad de vida es muy importante, y no puedes renunciar a ella si tú prótesis se mueve, no se te ajusta bien, te molesta y hasta en ocasiones no te entienden bien porque te impide hablar correctamente.

Actualmente las prótesis y los implantes gozan de una aceptación excelente y de un alto nivel de adaptabilidad gracias a los avances de la ciencia y la tecnología.

Las prótesis de última generación, diseñadas por ordenador, sin necesidad de aguantar las incómodas tomas de impresión con masilla, aseguran un ajuste impecable. Los diferentes materiales (zirconio, porcelana...) y formatos (prótesis fija, sobre implantes, removibles...) proporcionan la misma seguridad que tus propios dientes. También te las puedes llevar en el día.

Los implantes son una excelente solución para reponer las piezas dentales, ya que no ponen en riesgo al resto de piezas. Las intervenciones son más sencillas, menos invasivas y no ocasionan ningún tipo de molestia. Los implantes y la prótesis fija se colocan el mismo día, por lo que ¡puedes volver a comer cacahuetes desde el primer momento!

Nuestras prótesis dentales están garantizadas por escrito, te evitamos así problemas en caso de deterioro o rotura.



Facilitamos diferentes formas de financiación, lo que contribuye a que el "arreglo" dental no suponga una carga económica importante.

Volverás a disfrutar de los pequeños placeres que te brinda la vida, a reír y a comer de todo, bueno, a comer de todo con medida, ¡que hay que vigilar la salud!

No olvides prestar atención a tu boca ante cualquier sensibilidad o molestia en las encías o piezas, puede ser síntoma de sufrir alguna patología. Es recomendable acudir a revisiones periódicas para mantener la boca en perfectas condiciones. Hazte una antes de salir de vacaciones y evitarás sorpresas desagradables.

pasatiempos



Actividad Mental
Centros de Mayores
"Terminillo"
y "Rey Fernando"

ADELANTASTE	ATRAVIESA	ENANO	SALE
ALARMA	AVISA	ESCASOS	SASTRES
ALUMNA	AVISE	ESPOSA	SIESTA
APLAUSOS	CAL	OCASIÓN	SOL
ASOMÁIS	CUAJADA	PASAS	TROTARE
ATRAPA	DOMA	RENTAS	



SOPA CON
MENSAJE Y
AUTOR

E	L	A	T	R	A	V	I	E	S	A	E	A	P	L	A	U	S	O	S
C	U	A	J	A	D	A	E	S	C	A	S	O	S	H	O	M	B	R	E
O	E	S	D	O	M	A	A	T	R	A	P	A	B	U	E	N	O	A	A
C	R	S	C	U	A	N	D	O	T	R	O	T	A	R	E	A	E	L	L
A	E	A	S	S	A	S	T	R	E	S	S	H	A	C	E	V	N	A	U
S	N	L	O	M	E	J	O	R	E	S	A	V	I	S	E	I	A	R	M
I	T	E	L	A	S	O	M	A	I	S	A	P	A	S	A	S	N	M	N
O	A	L	O	S	A	D	E	L	A	N	T	A	S	T	E	A	O	A	A
N	S	S	I	E	S	T	A	D	E	M	A	S	C	A	L	M	A	S	H

El mensaje nos dice: _____
El autor es: _____

**STOP
RONQUIDOS**

PUEDEN
SER
**SÍNTOMA
DE APNEA**

**TARIFAS
AHORRO
en
IMPLANTES**



Centro Dental Torres Lear

Pº INDEPENDENCIA 5, entlo.

50001 Zaragoza

L-J de 9.00 a 20.00

V 9.00 a 15.00

976234333



**OFERTA EXCLUSIVA PARA
SOCIOS o FAMILIAR DIRECTO
DE COAPEMA**

- Primera visita, estudio de ronquido y limpieza dental **GRATIS.**
- **Descuentos especiales.**
- 12 meses de financiación **SIN INTERESES.**



www.torresclinicadental.com
clinatorres@hotmail.com



**NUESTRO LABORATORIO DE
PRÓTESIS GARANTIZA**

**ENTREGA EN EL DÍA
ÚLTIMAS TECNOLOGÍAS
TODO TIPO DE PRÓTESIS**

Convenio de colaboración entre el Consejo Aragonés de las Personas Mayores y la Fundación Rey Ardid



Los doctores don Fco. Javier Iriarte, presidente de COAPEMA y don Alfonso Vicente, presidente de la Fundación Rey Ardid.

El pasado 31 de mayo, en las dependencias de la Residencia Ibercaja Rey Ardid Juslibol de Zaragoza, tuvo lugar la firma de un convenio específico de

colaboración entre COAPEMA y Fundación REY ARDID.

El objeto principal de ambos entes es establecer líneas de colaboración para proporcionar servicios en situación de ventaja a los socios de las Entidades que componen COAPEMA.

FUNDACIÓN REY ARDID ofrece condiciones especiales en los diversos servicios que dispone de atención a las personas mayores, tales como plazas residenciales, centros de día, ayuda a domicilio, adaptabilidad, reformas en el domicilio y asesorías.

CONJUNTAMENTE, las dos entidades se comprometen a:

- ✓ Avanzar en líneas de actuación en temas de voluntariado, así como la realización de actividades por voluntarias y voluntarios.
- ✓ Hacerse eco y apoyar cuantas peticiones y reivindicaciones realicen a favor de las personas mayores.
- ✓ Difundir sus respectivas actividades en beneficio del colectivo de Personas Mayores.

✓ Y, trabajar en:

- Jornadas técnicas
- Desarrollo de contenidos técnicos
- Informes específicos, tanto estudios sobre la realidad de las personas mayores como de investigación
- Formación específica en aspectos que están generando brecha generacional y que pueden impedir a las personas mayores el disfrute normalizado de su entorno social
- Actuaciones de sensibilización respecto a las necesidades de las personas mayores
- De forma específica, ambas entidades se comprometen a impulsar y desarrollar propuestas para la mejora del proyecto de Ciudades Amigables con las Personas Mayores del Ayuntamiento de Zaragoza
- Cualquier otra sugerencia ratificada por ambas partes.

Redacción COAPEMA

asociacionismo

COAPEMA visita Morata de Jalón

A petición de un grupo de vecinos de Morata de Jalón, encabezado por don Antonio Maestro Gil, los señores presidente, don Fco. Javier Iriarte; tesorero, don Miguel Rillo y, secretario, don José Luis Gil, todos ellos de COAPEMA, se desplazaron a dicha localidad con el fin de informarles y colaborar en su voluntad de crear una Asociación de Personas Mayores.

El Sr. Maestro, manifestó la necesidad de tener una Asociación, ya que las Personas Mayores de Morata así lo están solicitando, por ello pidió asesoramiento a COAPEMA. Por lo que la delegación de COAPEMA prometió dar es-



pecial atención al asunto y, agilizar lo más posible su tramitación.

Sólo queda felicitar a estas personas por su entusiasmo, demostrando, una vez más la inquietud y ganas de hacer

de las Personas Mayores. Desde COAPEMA agradecemos su excelente acogida y la confianza depositada en nosotros.

Redacción COAPEMA

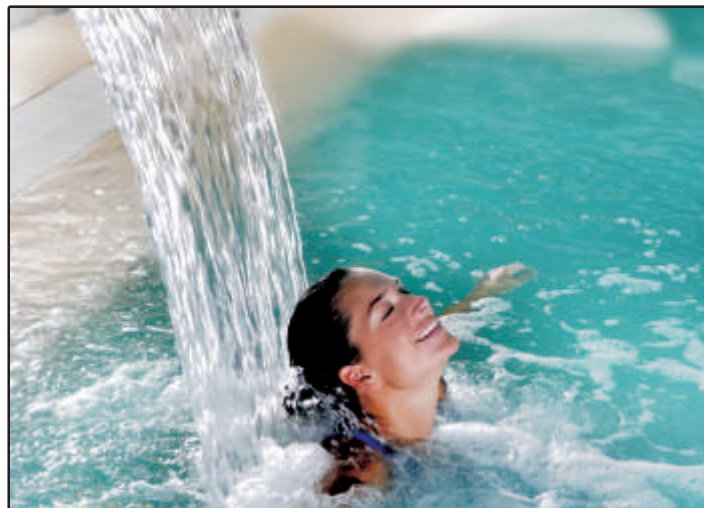
Termalismo

Las aguas minero-medicinales del Balneario de la Virgen ya fueron utilizadas por los romanos para curar las heridas producidas en el campo de batalla y les dieron el nombre de "agua de las ninfas". En el siglo XII al aparecer la imagen de la Virgen que había estado oculta para preservarla de la invasión árabe, se atribuyeron a estas aguas propiedades milagrosas ya que, al bañarse en una piscina situada entre las rocas, curaban sus heridas al igual que sucedía con el ganado. Durante siglos se siguieron utilizando estas aguas, hasta que en 1.828 comenzó la actividad del Balneario de la Virgen, siendo declaradas de utilidad pública en 1.888.

La temperatura del agua emergente es de 34º, bicarbonatadas, sulfatadas, sus cualidades las hacen útiles en el tratamiento de dolencias reumáticas, riñón, artritis, varices, tensión arterial, afecciones bronquiales.

La principal acción es la diurética y uricosúrica, facilitando el arrastre de sedimentos, dificultando la formación de cálculos y favoreciendo la eliminación de toxinas y arenillas.

Aplicadas en baños producen aumento de la circulación periférica mejorando la oxigenación y el aporte de nu-



trientes a los tejidos, produciendo analgesia, relajación, mejoría de la movilidad y disminución de la sobrecarga de las articulaciones. Todo ello repercute en una mejoría en la evolución de las patologías que conlleva a una mejor calidad de vida de los pacientes que acuden al balneario.

Por vía inhalatoria actúan sobre el aparato respiratorio favoreciendo la hidratación de las mucosas respiratorias, fluidificando las secreciones y facilitando su expulsión.

TURNOS DE TERMALISMO DEL IMSERSO 2016



Turno de 11 noches:

TEMPORADA BAJA (Febrero y Diciembre) • Precio 375 €
TEMPORADA MEDIA (Marzo, Abril, Mayo, Octubre y Noviembre) • Precio 413,50 €
TEMPORADA ALTA (Junio, Julio, Agosto y Septiembre) • Precio 438,80 €

Turno de 9 noches:

TEMPORADA BAJA (Febrero y Diciembre) • Precio 309,30 €
TEMPORADA MEDIA (Marzo, Abril, Mayo, Octubre y Noviembre) • Precio 338,60 €
TEMPORADA ALTA (Junio, Julio, Agosto y Septiembre) • Precio 359,90 €

Por persona en habitación doble en régimen de pensión completa, incluyendo servicios de termalismo: Visita médica, Jacuzzi/baño de burbujas+chorro a presión + gruta húmeda/nebulizaciones + lago natural termal

reservas@balneariodelavirgen.es
www.balneariodelavirgen.es

Tfno: 976 848 220
Fax: 876 872 772

TRANSPORTE GRATIS

La Fundación Rey Ardid, abanderada del buen trato a las personas mayores



El buen trato a las personas mayores ha sido protagonista destacado del mes de junio en el ámbito del cuidado y el bienestar de este colectivo. La ONU designó hace ya varios años el 15 de junio como el Día Mundial de la Toma de Conciencia del Abuso y Maltrato en la Vejez, cuya finalidad es poner de manifiesto la oposición a todo tipo de abusos hacia las personas mayores, así como ensalzar todas aquellas prácticas que indiquen un buen trato hacia ellas.

La Fundación Rey Ardid centra desde hace 25 años todas sus actuaciones alrededor de las personas, poniendo el foco en mejorar las oportunidades, el bienestar y la calidad de vida de diversos colectivos desfavorecidos en nuestra sociedad. Las personas mayores son un pilar fundamental en la Fundación Rey Ardid y por este motivo la conmemoración de un día dedicado a mejorar la relación con ellas tiene un significado especial para esta entidad.

Con motivo de este Día Mundial, la Fundación puso en práctica una “declaración de buenos tratos” desarrollada en común por las diferentes comisiones representativas de todos los centros que gestiona.

Según datos de la ONU, entre el 4% y el 6% de las personas mayores a nivel mundial han sufrido maltrato en alguna de sus formas, físico o psicológico. Y es que, como indica Carlos Iglesias, Director del Área de Mayores de la Fun-

dación Rey Ardid, “si nos alejamos del buen trato nos acercamos al maltrato”. Por eso, se debe tener muy presente la perspectiva y opinión de nuestros mayores sobre lo que ellos mismos consideran que es ser tratados adecuadamente. Carlos Iglesias recordaba que “en ocasiones, cuidadores y familiares se centran en lo que ellos consideran mejor para sus mayores, sin darse cuenta de que son personas adultas, con experiencia y capacidad para tomar decisiones y expresar sus deseos”.

Precisamente éste es el aspecto que se pretende impulsar desde la Fundación Rey Ardid mediante esta “declaración de buenos tratos”. A través de una comisión representativa formada por los residentes de centros de día y residencias gestionadas por la Fundación, se han puesto en común opiniones, experiencias y puntos de vista que las personas mayores valoran en su relación diaria con sus cuidadores. Promover la toma de decisiones, garantizar su intimidad, adecuar el ambiente a sus gustos y necesidades, dirigirse a ellos de forma correcta, educada y paciente; empatizar con ellos y prestarles más atención son algunos de los puntos clave de esta declaración. Sin duda, un paso más en el esfuerzo constante de esta organización por mejorar cada día el bienestar de las personas mayores, imprescindibles en nuestra sociedad.

V Seminario Buen Trato a Personas Mayores

Un año más, COAPEMA, en su labor de prevenir el maltrato y fomentar el Buen Trato a Personas Mayores, trasladó el 15 de junio a Ejea de los Caballeros, la celebración del V Seminario de Buen Trato a Personas Mayores, una fecha simbólica por ser designado por Naciones Unidas como el Día Mundial de Toma de Conciencia del Abuso y Maltrato en la Vejez.

Los objetivos planteados fueron: concienciar y sensibilizar del abuso y maltrato a las Personas Mayores. Promover una cultura del buen trato y formación entre los profesionales y personas en contacto directo con Personas Mayores. Humanizar el cuidado y la atención diaria, especialmente con los más dependientes e informar de los recursos de protección y abuso existentes.

La jornada se desarrolló en el Hogar de Mayores IASS, su presidente Liborio García, junto con el Dr. Javier Iriarte, presidente de COAPEMA, realizaron la apertura de este Seminario, que despertó gran interés entre los asistentes tanto por el tema a tratar, como por los ponentes que acudieron para exponer diversas situaciones de la problemática considerada.

El contenido de las ponencias fue magnífico.

La primera de ellas, fue a cargo del Dr. Javier Iriarte, habló del "Riesgo del maltrato a Personas Mayores", exponiendo de una manera general todos los modos y maneras con los que los mayores son o pueden sentirse maltratados, y la falta de medidas para evitarlos. Pudiendo presentarse como maltrato físico, emocional, psíquico o sexual, incluyéndose también el abuso en cuestiones económicas. Los servicios sociales y de salud, necesitan tener los medios necesarios para detectar y resolver este problema.

Seguidamente, fue María Peña, de la Comisión de Tutela y defensa judicial de adultos del Gobierno de Aragón, quien expuso varios puntos interesantes y dignos de tener en cuenta sobre "La protección jurídica de las personas

mayores. Recursos legales de protección".

La ponente analizó diferentes aspectos de la legislación actual y cómo aplicarla correctamente para proteger a las personas mayores más frágiles, aclarando aspectos y dudas sobre la incapacidad, (que puede ser promovida por cualquier persona, aunque la vía habitual son los servicios sociales), tutela (parcial o total), curatela, autotutela, voluntades anticipadas, testamento y, la defensa judicial.

Explicó a los asistentes que la principal protección de las Personas Mayores es decidir con antelación cómo quieren ser protegidos antes que decidan otros.

A continuación, hubo una mesa redonda en la que se habló de "Buenas prácticas en residencias y en el entorno familiar" en la que intervinieron:

Paquita Morata, gerente de Arade, trasladó a los asistentes las líneas de trabajo por las que la Asociación de Residencias trabaja en pro de favorecer las buenas prácticas en sus Residencias, velando por la calidad de los servicios, priorizando por la formación de los profesionales, las reuniones de equipo y el registro de todas las actividades realizadas por cada uno de ellos.

Por parte de la Fundación Rey Ardid estuvieron Sofía Conches, trabajadora social y Mónica Ferrer, fisioterapeuta, quienes informaron del protocolo de actuación para el Buen Trato que se

realiza en la Residencia Delicias, en lo referente a la acogida del residente y su familia, la atención a las necesidades de las personas mediante la aplicación del PAI (programa de atención individualizada de cada residente) y valoración geriátrica integral de todo el equipo de trabajo (social, psicológico y asistencial).

Y, la Fundación Elvira Otal, representada por Irama Zubiaur, que dio a conocer a los asistentes el proyecto Alzheimer que están llevando en la Residencia Elvira Otal de Ejea, la estimulación multisensorial a través del jardín de los sentidos. El programa de respiro familiar "Refréscate", así como los programas intergeneracionales que se están realizando en Ejea y los pueblos de la Comarca.

Por parte de los cuidadores familiares, dieron su testimonio Chema Binacua y Jesús Yera. Cada uno de ellos, dentro del entorno en el que realizan su trabajo, mostraron diferentes puntos de vista para el buen desarrollo del trato con las personas mayores y la protección de sus derechos.

COAPEMA con estos Seminarios, quiere hacer un llamamiento a la sociedad en general, y ayudar en el fomento y la promoción del Buen Trato hacia las Personas Mayores.

Quede ahí el agradecimiento a todos los que han contribuido a la promoción y buen desarrollo de este Seminario.

Redacción COAPEMA



La Jornada sobre el 30 Aniversario de la Ley General de Sanidad

El Presidente de Aragón, Javier Lambán, junto al consejero de Sanidad, Sebastián Celaya, fueron los encargados de inaugurar la Jornada sobre el 30 aniversario de la Ley General de Sanidad, con la que el Departamento quiere resaltar la importancia que tuvo la aprobación de esta norma para garantizar un sistema sanitario universal y equitativo para todos los ciudadanos.

Con sus palabras, el señor Lambán recordó que, con la Ley 14/1986 General de Sanidad, los españoles accedimos a un sistema universal y gratuito de salud, después de venir de un sistema de beneficencia. "En 1986 ingresamos en un nuevo modelo donde se garantizaba el derecho a una sanidad de forma universal, gratuita y equitativa, mediante la prestación de un servicio de calidad". Desde entonces, añadió Lambán, se ha trabajado bien en las instituciones porque conseguimos que el nuestro se haya convertido en uno de los mejores de Europa". E, instó a los expertos a mejorar la eficiencia del Sistema para garantizar su viabilidad a largo plazo.

Por su parte, el consejero de Sanidad, Sebastián Celaya, destacó también la importancia de la promulgación de esta norma hace 30 años. Y mencionó también los retos que se presentan de cara al futuro para asegurar "otros 30 años más de avances en un sistema garantista". Entre ellos, "la universalidad, equidad y sostenibilidad financiera" del sistema.

Tras la inauguración tuvo lugar un primer panel en el que se analizó el impacto de la ley y sus retos de futuro. Los expertos José Manuel Freire y Javier Rey del Castillo fueron los protagonistas de esta primera parte de la jornada, moderados por Carmen Ruiz, directora de informativos de Aragón Radio.

Freire señaló que la Ley General de Sanidad marcó "un antes y un después" y es "un hito en la política española", si bien plantea retos para poder tener "en el futuro una sanidad más fuerte".

Por su parte, Rey del Castillo puso el contrapunto a esta visión. Y desde una perspectiva crítica, indicó que se debe poner de relieve no solo lo que se hizo, también lo

que se dejó por hacer, concluyendo que "es un momento excelente para ver qué cosas se hicieron mal y regularlas".

En un segundo panel se abordaron diferentes áreas temáticas. Josefa Ruiz, secretaria general de Salud Pública de la Junta de Andalucía, disertó sobre la Salud Pública; haciendo hincapié en que la norma se hizo "con una mirada de futuro, avanzada para su tiempo", sentando las bases del desarrollo de la salud pública. Apuntado también algunos de los retos que se plantean de cara al futuro, como es el "abordaje de las demandas ciudadanas".

Mercedes Alfaro, directora del Instituto de Información Sanitaria del Ministerio de Sanidad, desgranó la evolución de la Atención Primaria, con un hito que se produce en 1991: la definición de una cartera de servicios específica. E hizo alusiones al papel de los profesionales como gestores, dado que de ellos depende "el 70%" del gasto sanitario.

El psiquiatra Álvaro Monzón manifestó la dificultad en la puesta en marcha del sistema de salud mental que marcaba la ley, pero también el "profundo cambio" que supuso en la concepción de la ciudadanía de la salud mental, avanzando en su normalización.

Por último, la representante de la "Asociación de Vecinos Manuel Viola", Isabel Antón, destacó como "aspecto fundamental" de la ley, la promoción de la salud y también su referencia acerca de los derechos y los deberes de los ciudadanos.

El Departamento de Sanidad del Gobierno de Aragón ha querido conmemorar con esta jornada el 30 aniversario de la Ley General de Sanidad, gracias a la cual se reguló y desarrolló el derecho a la protección de la salud y a la atención sanitaria. La norma, que se promulgó el 25 de abril de 1986, transformó la concepción de seguro social vinculado a las cotizaciones de los trabajadores, en un sistema público basado en los principios de solidaridad, accesibilidad, equidad y participación en la gestión y el control.

Redacción COAPEMA



Reunión con el Director General de Acción Exterior del Gobierno de Aragón

Carmen Checa
Vocal C. Permanente COAPEMA
Asoc. Viudas "Isabel de Aragón" Zaragoza



El día 31 de mayo en el Departamento de Participación Ciudadana del Gobierno de Aragón, estuvimos reunidos la Junta Directiva de COAPEMA con don Miguel Miranda, Director General de Acción Exterior. Con esta reunión se sentaron bases de trabajo y colaboración entre COAPEMA y Participación Ciudadana del Gobierno de Aragón, teniendo como asunto principal a tratar todo lo relacionado con el Voluntariado.

El presidente, don Fco. Javier Iriarte hizo una breve exposición de COAPEMA, programas, actuaciones, seminarios, charlas, voluntariado etc..., dando paso a los miembros de la permanente allí presentes para que expusieran sus funciones, así como las actividades que están desarrollando dentro de la entidad.

Don Miguel Miranda comentó los diversos trabajos llevados a cabo en su departamento, como director general de Acción Exterior y los proyectos que hay pendientes, algunos de ellos muy interesantes para nuestra organización. Comentó que el anteproyecto de Ley de Voluntariado de Aragón data de 1996, siendo el autonómico dentro de la Ley Estatal mucho más amplio, en septiembre saldrá a la luz el proyecto de participación, creando un mapa de actores, para saber a quién le corresponde la Sección informativa y a quién la Sección de retorno, para ello la convocatoria será a través del Gobierno de Aragón, dirigido a Asociaciones y/o Agrupaciones locales y/o comarcales, creando grupos de trabajo para que con las aportaciones recibidas, la autoridad competente determine si son o no viables para su resolución.

Nos comentó que tenía especial interés en el registro de aragoneses en el exterior con la intención de tener un contacto más fluido con ellos y poderles informar de diversas materias como la economía, cultura, vivienda o



empleo en Aragón. Esto estrecharía vínculos con los aragoneses que por un motivo u otro están fuera de nuestra Comunidad y les facilitaría cualquier información que les fuera de interés.

Se solicita información sobre las coberturas del voluntariado, ya que este es un tema que preocupa, al igual que los programas de intercambio de asociados aragoneses con otras Comunidades o Países. Esto podría favorecer a todos los miembros de COAPEMA que quisieran participar y no cabe duda que sería una experiencia que podría aportar muchos beneficios por toda la reciprocidad cultural que con llevaría. Vinculado con esto, son las relaciones que el Gobierno de Aragón quiere mantener con las distintas Casas de Aragón o Centros Aragoneses y la Tarjeta Sanitaria para los residentes aragoneses en el exterior que quieran regresar a sus lugares de origen.

Se nos informa que el próximo Congreso Estatal de Voluntariado se celebrará en Huesca del 24 al 26 de noviembre, siendo uno de los encuentros más importantes para el sector, dirigido a personas y organizaciones que se muevan en el entorno de la tarea solidaria. Teniendo como propósi-

to profundizar en los aspectos que afectan al voluntariado y dar visibilidad social a una labor en la que participan cinco millones de personas en España. Es este Congreso una oportunidad para fomentar y reconocer la labor de los voluntarios, mejorar la gestión y actualizar conocimientos.

Tienen prevista su asistencia los Reyes de España y COAPEMA está invitada a dicho evento, por lo que el Dr. Iriarte comenta que se estudiara la coordinación de las tres provincias para poder asistir el máximo número de asociados posible. Se nos ofrece la posibilidad de colaborar activamente en este Congreso, aceptando COAPEMA muy gustosamente esta participación.

Otro tema tratado fue el Encuentro que la Federación de Comunidades Aragonesas del Exterior realizó en el pasado mes de junio en Benabarre (Huesca), el presidente le comenta el interés de COAPEMA de participar en estos encuentros anuales; en este sentido cabe comentar que COAPEMA forma o formaba parte de la citada Federación.

Fue una reunión interesante y esperamos que fructífera por todo lo que puede aportar a nuestro colectivo.

¡Participa!

- 28 DE AGOSTO -

JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS PARA MAYORES



PROGRAMA:

DOMINGO 28 DE AGOSTO

10.30: **Recepción oficial a miembros de COAPEMA**

11.00: **Visita a la feria**

13.00: **III Concurso de habilidad con el tractor y
longanizada popular.**

¡Anímate y participa! Premio especial para
miembros de COAPEMA

Y por la tarde... **Visita a los expositores, feria de la
cerveza artesana y... ¡mucho más!**

*Infórmate en tu asociación
o en COAPEMA*

XXV Encuentro de la Comisión Permanente de COAPEMA con las Entidades y Asociaciones de Mayores en Aragón

Desde primera hora de la mañana de un día soleado, los asistentes disfrutaron de una intensa jornada, visitando la ciudad y descubriendo su patrimonio, también realizaron una ofrenda de frutos y flores a su patrona y, disfrutaron de una comida de hermanamiento en la que no faltó el folklore aragonés y el entretenimiento.

Barbastro recibió el último sábado de mayo a COAPEMA en su XXV Encuentro de Mayores en Aragón. Una cita que ha alcanzado su cuarto de siglo de vida y que organiza anualmente la Entidad. Con la que se pretende homenajear el importante papel que juega este colectivo en la Sociedad.

El programa se organiza de forma alternativa en las tres provincias aragonesas con el propósito de dar a conocer el patrimonio cultural e histórico de las distintas localidades que componen la Comunidad Autónoma. Y, en este 2016 le correspondía

el turno a Huesca, en la que la ciudad elegida fue Barbastro; "...por su belleza para pasear por sus calles, por su entorno y su infraestructura, capaz de acoger y recibir tal número de personas".

Alrededor de 1.500 personas mayores llegaron a Barbastro. Unos, en coches particulares y, otros muchos, distribuidos en 25 autocares, procedentes de 80 entidades y asociaciones correspondiendo 60 de ellas a distintas localidades de la comunidad autónoma aragonesa.

A las 10 de la mañana ya les esperaba un buen grupo de voluntarios, quienes, a partir de entonces, serían sus guías a lo largo del día.

En la plaza Julieta, como primer punto de encuentro de todos, fueron recibidos por la corporación municipal del ayuntamiento de Barbastro, dando el saludo de bienvenida el señor alcalde, Antonio Cosculluela, acompañado por Fco. Javier Iriarte, presi-

dente de COAPEMA. Desde ahí, todos juntos partieron hasta la Catedral, donde fueron recibidos por el señor Obispo de la Diócesis Barbastro-Monzón, don Ángel Pérez, quien dirigió unas amables palabras a todos los asistentes. Igualmente, el presidente Iriarte, de COAPEMA, quiso aprovechar, el recogimiento que inspira este maravilloso recinto de la Catedral de Barbastro para recordar muy emotivamente, a todos aquellos familiares y amigos que nos han dejado.

Seguidamente, hizo alusiones a diversas inscripciones que recorren las paredes del templo y, que, estas mismas se irían adornando con las flores y frutos que en nombre del Consejo Aragonés de Personas Mayores se ofrecieron a la Virgen de la Asunción, bajo la presidencia de Monseñor Perez Pueyo. Acompañados por la Coral Barbastrense, bajo la dirección de don Julio Broto Salameró.

■ ■ ■





A continuación, los participantes, divididos en grupos, realizaron visitas guiadas por la ciudad, conociendo sus atractivos turísticos y patrimoniales, para reunirse, después en el Pabellón del Recinto Ferial para compartir una comida de hermandad. A la que no pudieron faltar el alcalde de Barbastro, don Antonio Coscuilluela; la consejera de Ciudadanía y Derechos Sociales del Gobierno de Aragón, doña M^a Victoria Broto; el director provincial del IASS Huesca, don Eloy Torre y, el presidente de la Comarca, don Jaime Facerías, entre otras autoridades locales y comarca-

También la consejera dedicó palabras de reconocimiento a todos los allí reunidos, asegurando que el trabajo del Consejo Aragonés de las Personas Mayores (Coapema) es fundamental para diseñar las políticas de las personas mayores". Ya que



"hay que apostar por dar un impulso a las políticas con las personas mayores" y añadió que "si se mejora la calidad de vida de estos aragoneses, se mejora la de los pueblos".

Para la organización del evento, el Consejo Aragonés de las Personas Mayores ha contado con el apoyo incondicional del Ayuntamiento de Barbastro, a través de la concejala

de Bienestar Social, doña M^a José Grande, quien en todo momento ayudó en la coordinación con el resto de entes colaboradores de la Ciudad, desde el voluntariado del Hogar de Mayores IASS de Barbastro, la Asociación de la Tercera Edad "Hermanos Argensola", Cruz Roja y Protección Civil, etc. así como con la Comarca del Somontano o el Consejo Regulador de la Denominación de Origen Somontano.

COAPEMA, una vez más está satisfecho con el éxito de este XXV Encuentro, por la participación tan entusiasta como numerosa y, tan alegre como fraternal de sus participantes y colaboradores. Todo ello dentro del marco del orden, respeto y amistad durante toda la celebración.

¡Muchas gracias y, hasta el próximo Encuentro!

Elvira Benabarre



Agradecimientos:



En la Ciudad de Barbastro y Gracia cuna de los Argensola, Lupercio y Bartolomé

Por: Benedí Martínez, Mariano

*Hoy, con un credo franqueza
mi trasgo, maño del Ebro
se hace juglar, en Barbastro,
se, de un hito magno que besa
por el razonado empeño
de una hermandad, dulce y plena.*

*La guirnalda, el mes de mayo
y por más gloria en decir
en la cuna de Argensola,
hoy por hoy, pensil preclaro
donde testas de buen fin
muy por el Mayor "abogan"*

*En sus siglas miel... "Coapema"
jel Consejo Aragonés,
un baluarte de entusiastas,
que, ante todo son banderas
con un temple sin doblez
y nobleza en la prestancia.*

*Seguid así "Coapema"
como en Barbastro en tal hora
siendo sembléz de alegrías
algo que a muchos alienta
para no sentirse sombras
en sus otoñales vidas.*

*Ya, la mejor bendición
a este gran sinfín de logros
que alcanzáis... "Coapema"
y de noble corazón
a parar alto y con gozo
Barbastro en tal duce fecha.*

*Posdata:
La magia del Somontano
adula, con voz vivaz,
embriaga de alto contento
y por más... te hace soñar.*



Fray Luis Urbano, 40 - 50002 ZARAGOZA
T. 976 42 46 91 M. 659 19 37 33
✉ graficasesar@gmail.com

Ismael Gerique

Vocal C.

Permanente COAPEMA

FECOJUPEMA



El hablar del Matarraña El parlar del Matarranya

La Comarca del Matarraña está situada en el sureste de la provincia de Teruel, limita con Tarragona y Castellón. Está formada por 18 municipios, con unos 8.500 habitantes.

La Edad Media tuvo un protagonismo destacado en el origen de la lengua. La lucha de los cristianos contra los árabes en el siglo XII, fue cuando se llevó a cabo la repoblación del Matarraña, llegaron de las tierras catalanas de Lérida y trajeron su lengua, la catalana. Las siguientes oleadas de repoblación, incluidos aragoneses, explica las diferencias lingüísticas del Bajo Aragón-Matarraña.

El árabe ha dejado profunda huella en el catalán del Matarraña. Muchos topónimos son de origen árabe. Su río principal, el Matarraña procede del árabe (RamiaMatraniya) Río del (obispo) Metropolitano. Riud`Algars (Río del Lugar)



Dependencias de la Asociación de Jubilados "Virgen de la Misericordia" de Cretas (Teruel). Con su presidente, José Lombarte.



Visita del Presidente, Manuel Sancho con su esposa, de la Asociación de Jubilados "El Parrizal" de Beceite, (Teruel) a COAPEMA.

La lengua hablada en la franja oriental de Aragón es de filiación lingüística catalana. Es un catalán propio de Aragón, con sus características específicas, según los pueblos y comarcas, es una lengua nuestra. Es complicado explicar a los Aragoneses que el catalán es una lengua propia de Aragón. Hasta, a algunos de los padres, les da vergüenza decirlo y apoyarla. El catalán es una lengua usada en la comunicación oral y se sigue transmitiendo a sus hijos. El castellano predomina en la comunicación escrita. La iglesia,

según pueblos, utiliza el catalán en la predicación. La denominada Franja de Ponent, pertenece desde la Edad Media a Aragón. Su cultura popular es profundamente aragonesa. Por lo tanto, se trata de una lengua propia de Aragón y no importada.

Tenemos un autor importante de estas Tierras: es Desideri Lombarte, uno de los mejores autores que refleja nuestros sentimientos, el paisaje y su gente. Dice, en unos versos de su poema NATRES, NOSOTROS:

*¿Com volen que parlem?
¿Que parlem comvullgem?
A n'ells los és igual.
Lo d'escriure i llegir,
més val deixar-ho estar.*

*¿Cómo quieren que hablemos?
¿Qué hablemos como queramos?
A ellos les da igual
lo de escribir y leer,
más vale dejarlo estar.*

Fuentes: Artur Quinta i Font. Filólogo historiador.
Instituto de Estudios altoaragoneses.

IV Encuentro de personas mayores de la Federación Comarcal de Jubilados y Pensionistas de la Comarca del Matarraña, La Portellada (Teruel)



Alternando las localidades que componen la Federación, esta vez correspondió celebrar el Cuarto Encuentro de FECOJUPEMA en La Portellada (Teruel).

El día 18 de junio se reunieron alrededor de 400 personas mayores pertenecientes a todos los pueblos que componen la Federación, dando un claro ejemplo de asociacionismo y unidad entre los pueblos. Cada año celebran un día de Encuentro y Convivencia, con el anhelo de seguir unidos y de hacer todo lo posible por su Comarca, según comentó, su presidente, José Lombarte, quien está enteramente dedicado a promocionarla.

El programa de la jornada comenzó a primera hora de la mañana con la llegada de los autocares a La Portellada; su alcalde, Alfonso Guardia, acompañado por el presidente de la Comarca, Rafael Martí y el presidente de Fecojupema, José Lombarte, y otras autoridades de la zona, dieron la bienvenida a todos los asistentes.

COAPEMA también estuvo allí, su presidente, don Fco. Javier Iriarte, su secretario, don José Luis Gil y su tesorero, don Miguel Rillo, fueron recibidos y, continuamente arropados por los señores Lombarte e Ismael Gerique, siendo éste último, representante de FECOJUPEMA en el Consejo y, vocal de la Comisión Permanente.

En la Iglesia parroquial tuvo lugar la entrega de banderines conmemorativos del encuentro y, que, la Federación ofrece en cada ocasión a las autoridades y asociaciones presentes, incluido COAPEMA. Fue entonces cuando el presidente, señor Iriarte, aprovechó en dirigir unas palabras de agradecimiento por la invitación a estar allí y, de

poner a disposición de todos, los servicios y recursos que ofrece COAPEMA para sus miembros.

A continuación, se fue desarrollando el programa, según lo previsto, la celebración de una misa, un magnífico concierto a cargo de la Banda de Música Comarcal; el almuerzo de hermandad en el pabellón municipal, algo de espectáculo y, por supuesto, el baile. ¡Todo un gran día!

Para COAPEMA, la jornada fue una muy buena ocasión para conocer y tratar con las gentes de la Comarca, de acercamiento hacia ellas y de la percepción de sus intereses.

Actualmente, la Federación está compuesta por un total de catorce poblaciones, englobando más 2.000 personas mayores asentadas en la Comarca.

Redacción COAPEMA





Román Nogués Ferreruela
Estudioso de la Arquitectura

Calaceite

El municipio de Calaceite ó Calaceit, en lengua vernácula, pertenece a la Comarca del Matarraña. Situada en la provincia de Teruel, en ella confluyen influencias aragonesas, catalanas y valencianas, que le proporcionan un conjunto de cultura y tradiciones particulares. Su situación geográfica entre el Mediterráneo y el interior de la Península también le aportan notas diferenciales a su clima, paisajes y cultivos. La capital administrativa de la Comarca es Valdebrores y la capital cultural es Calaceite.

Cercanos al núcleo poblacional hay yacimientos arqueológicos que nos hablan de primitivos habitantes ibéricos, pero el caserío actual tiene origen musulmán y se formó en el entorno de una fortaleza islámica. Por allí anduvieron en pelea con los moros los reyes aragoneses del siglo XII, Alfonso I, Dña. Petronila y su esposo Ramón Berenguer IV, y Alfonso II el Casto, que lo reconquistó definitivamente. En el siglo posterior pasó a poder de la Orden de Calatrava, de gran influencia en toda la comarca durante varios siglos. En el año 1644, las tropas de Felipe IV, en sus guerras contra Cataluña, incendiaron y saquearon el pueblo de Calaceite, quedando destruidas la mayoría de sus edificaciones, incluida la iglesia del s. XII, y este hecho explica que muchos de los edificios actuales corresponden a los edificadas después de aquel incendio.

Calaceite fue declarado Conjunto de Interés Histórico Artístico, Bien de Interés Cultural y está incluido, en la lista de los Pueblos Más Bonitos de España. Una detenida visita por la población hace ver a cualquier viajero, que estas nominaciones las tiene bien merecidas.

La población de Calaceite es uno de los conjuntos urbanos mejor conservados de esa Comarca. Pasear por la Calle Mayor, Calle Maella o Plaza de España, es descubrir la verdadera vida de la población, con sus casonas imponentes como la Casa Moix con su balconada de ménsulas decoradas, la Casa Suñer con balcón de hierro decorado primorosamente, y otras muchas que en estas breves líneas no puedo citar. Sobre las antiguas murallas de la población, se construyeron en los siglos XVII y XVIII unos peculiares portales-capillas, ya que ambas funciones desempeñan, como la de San Antonio o la de la Virgen del Pilar, que les confieren un carácter cívico-religioso de notable interés.

Los dos edificios más representativos de Calaceite son la Casa Consistorial y la Iglesia Parroquial de la Asunción.

La Casa Consistorial fue construido entre los años 1609 y 1612, por lo que nos sitúa en el ambiente renacentista que tantos pueblos del Matarraña aprovecharon, para realzar el poder de los consistorios frente a la Orden Mili-



tar de Calatrava, y que tan hermosos ejemplos de esa arquitectura nos han legado. Es obra del maestro alcañizano Pedro Pizarro. En la planta baja se sitúa la lonja y la antigua cárcel; en la planta primera, abierta con tres balconadas, está la planta noble del edificio y en la tercera planta la galería de arquillos de medio punto, característica de la arquitectura civil aragonesa de ese periodo, formando en su totalidad un edificio estético y muy armonioso.

La Iglesia Parroquial de la Asunción es una de las obras barrocas más importantes de la Comarca. Se empezó a construir en 1695 y fue consagrada en 1710. Construida en sillaría, con planta de salón y las tres naves de la misma altura, proporcionan al interior gran amplitud. En la fachada se encuentran tres puertas, sobresaliendo la principal, como si de un retablo se tratara, con columnas salomónicas y unos llamativos clavos de forja en la puerta. La torre se empezó a construir al mismo tiempo, pero tuvo un proceso más lento. El conjunto de iglesia y torre ofrecen una imagen imponente.

Visitarlo. Veréis mucho más de lo descrito y Calaceite os hará felices por unas horas.



Juan Luís Camps Juan
Cretas

Arqueología al Matarraña

Generalidades

Intentaré en cuatro líneas dar una visión de la extraordinaria riqueza arqueológica de la comarca del Matarraña, culturalmente localizada en tres comarcas administrativas aragonesas, una de las cuales mantiene su nombre. Todas ellas situadas en las riberas de los ríos Bergantes, Matarraña y Algars, que finalmente confluyen al río Ebro por su ribera derecha. Nos encontramos en un territorio, limitado al este por las majestuosas montañas de los Puertos de Beceite, que cuenta con una orografía de suaves colinas, cabezos, valles, barrancos y llanos de dimensiones reducidas. Los pinares, cada día más extensos, quedan delimitados por los campos de cultivo de olivos, almendros, viñedos, cereales, huertos y frutales. Un paisaje idílico cuando además tropezamos con rebaños de ovejas o cabras. Una orografía ideal que facilitó en la antigüedad el asentamiento humano.

Épocas remotas de los dinosaurios

Pero antes de la llegada de los humanos y de la formación del paisaje actual esta comarca ha evolucionado siguiendo los ciclos protohistóricos. El Tastavinosaurio es nuestro



representante de esta época lejana. Localizado por los extraordinarios parajes de Penarroja de Tastavins se conserva en parte en el museo de la red Dinopolis de Teruel. Allí podréis contemplar piezas originales y una reproducción que nos dará idea de la magnitud de estos animales. Si además aprovecháis para visitar la zona montañosa, especialmente las Rocas del Masmút, os sentiréis como protagonistas de un viaje en el tiempo.

Las pinturas rupestres

De épocas más recientes son los yacimientos arqueológicos de La Fenellosa de Beceite, la Roca del Moros y els Gascons en el barranco del Calapatá de Cretas.

Las primeras, localizadas en el Parrisal de Beceite, uno de los parajes más visitados de Teruel por su riqueza paisajística, orográfica y variedad de fauna autóctona, presentan unas pinturas esquemáticas muy bien definidas y de muy fácil acceso. Complementan una de las excursiones indispensables para todos los que visitan y disfrutan de la diversidad natural de nuestra comarca.

El Barranco del Calapatá nace en el mismo pueblo de Cretas. En tiempos antiguos fue más que barranco río, y





cada década las caudalosas barrancadas nos lo recuerdan. Repleto de promontorios rocosos, fue una zona ideal para la caza y refugio de nuestros antepasados de hace 5.000 años. De esta época datan las pinturas que fueron descubiertas hace ya más de 100 años y que dieron paso a una nueva catalogación de este arte figurativo, bajo el nombre de Arte Rupestre Levantino. Son los abrigos de la Roca dels Moros, la dels Gascons y la de la Font de la Bernarda. Las pinturas que se conservan se encuentran protegidas por vallas, por lo que es difícil su contemplación directa. Parte de ellas fueron arrancadas para su posterior venta. Hemos de agradecer que finalmente el Museo Arqueológico de Barcelona, al tanto siempre de lo que se vende por este mundo de los furtivos, adquirió tres piezas que se conservan perfectamente. Recomiendo la contemplación de las reproducciones en el centro de los iberos de Cretas. En todo caso el paseo por el barranco con sus huertos y pinares es una delicia para los sentidos y la única manera de adentrarse en la vida de nuestros antepasados cuya subsistencia se basaba en la caza y la recolección de frutos.

La cultura ibérica

Representa otro paso de nuestra civilización. Nuestros antepasados se asentaron en pequeños poblados situados en los altos de las pequeñas colinas y empezaron a cultivar los llanos que las envuelven. La orografía de la comarca facilitó estos asentamientos y también que hayan llegado a nuestros días al ser imposible su roturación y puesta en cultivo. La riqueza arqueológica del Matarraña es impresionante. Hay decenas de poblados del primer milenio antes de nuestra era. Algunos de ellos fueron excavados académicamente en las campañas de hace ya más de 100 años y sus objetos se hallan repartidos por los principales museos del estado.

Los interesados en la cultura ibérica pueden visitar los diferentes Centros de interpretación situados en una docena de pueblos del Bajo Aragón histórico. En el Matarraña los hay en Valdeltormo, Mazaleón, Calaceite y Cretas. Cada uno dedicado a una temática característica. Allí recibiréis información de cómo llegar a los diferentes poblados de la zona. Una ruta muy completa la encontramos en la carretera que une Calaceite y Cretas. En ella y a pie de vía se localizan el poblado de San Antonio, de dimensiones considerables, y una ruta de enterramientos ibéricos, los túmulos, característicos por ser de cista excéntrica, espectaculares.

San Antonio de Calaceite ofrece además unas relajantes vistas sobre la Comarca y los Puertos. Los atardeceres pueden ser sublimes. La Ruta de los Túmulos que se reparte entre los términos de Cretas, Lledó y Arenys. El paisaje es precioso y la excursión que parte a pie de la carretera



por caminos bien señalizados apenas dura una hora.

El mundo romano

Para completar el recorrido arqueológico es recomendable visitar el mausoleo romano de Fabara. Espectacular, también a pie de carretera, en la comarca actual de Bajo Aragón - Caspe. De esta época la población ya estaba asentada en los actuales núcleos urbanos, por lo que además de restos de las famosas calzadas romanas solamente podemos encontrar vestigios en las bases de algún edificio o muralla de nuestros pueblos todos ellos remodelados constantemente hasta nuestros días. Por lo tanto aquí necesitareis la mano de un experto que os haga ver y entender las antiguas estructuras romanas.

Arqueología en tiempos próximos: el mundo medieval y moderno.

Para acabar y solamente a nivel de enunciado, hacer constar que la arqueológica continua su trabajo y estudio sobre los tiempos medievales y modernos con las estructuras y edificios más espectaculares de nuestros pueblos.

La Comarca del Matarraña es preciosa y culturalmente muy interesante, os invitamos a descubrirla sin prisas.

El Centro de Día como recurso de apoyo a las familias cuidadoras

María José Martín
Trabajadora Social COAPEMA



El Centro de día es un recurso social extraordinariamente útil tanto para las familias que tienen a su cargo una persona mayor con alguna discapacidad, incapacitante o no, que por sus circunstancias sanitarias y/o sociales precisa de los apoyos terapéuticos y profesionales que se ofertan en estos centros, así como para la persona mayor que puede seguir viviendo en el ámbito familiar.

La Ley de Servicios Sociales de Aragón, del año 2009, lo definen como un servicio social de apoyo orientado a la atención especializada de las personas con el objetivo de mejorar o mantener el mejor nivel de autonomía personal y apoyar a sus familias o personas cuidadoras, con el fin de posibilitar su permanencia en su domicilio y en el entorno habitual.

Las ventajas son muchas: seguir viviendo en el domicilio de siempre, y recibir en el Centro de Día un plan integral individualizado elaborado y dirigido por los profesionales del propio centro. La familia se sentirá reconfortada y apoyada, en el sentido de poder conciliar mejor las actividades propias de la vida, como el trabajo, así como de respiro por el estrés que genera el cuidado continuado de su familiar.

Por la titularidad jurídica los Centros de Día pueden ser:

- **Públicos:** Cuando la gestión la realiza una Administración Pública, pero también la puede hacer una entidad sin ánimo de lucro o una entidad de tipo mercantil (con ánimo de lucro).
- **Privados con plazas concertadas:** Donde la titularidad la ejerce una entidad sin ánimo de lucro o una entidad mercantil, con una parte o la totalidad de sus plazas concertadas con la Administración (Ayuntamientos, Diputaciones provinciales).
- **Privados:** cuando no existen plazas concertadas.

Las modalidades asistenciales pueden ser muy variadas dependiendo de las necesidades y de las características técnicas del centro (tiempo completo, medio día, etc.), siempre acomodándolas a las necesidades con horarios y días flexibles.

El equipo del centro deberá contar con profesionales de diferentes áreas: enfermeros/as, médicos/as, psicólogos/as, auxiliares de enfermería, trabajadores sociales, fisioterapeutas y terapeutas ocupacionales, quienes valorarán la asistencia y las actuaciones en cada caso, e involucrando a la familia en los programas de intervención que se realicen para que estén al tanto de los mismos. Podrán tener también otros servicios complementarios y necesarios como: podología, cafetería, etc.

Las instalaciones, mobiliario, ascensores, salas de actividades, mobiliario, transporte adaptado para el desplazamiento, servicios higiénicos adaptados entre otros, son aspectos muy importantes a la hora de valorar la elección del Centro.

En cuanto a los requisitos de acceso son diferentes según sean centros públicos o privados y varían según la comunidad Autónoma y Ayuntamiento donde se resida:

En los Centros públicos con gestión pública, privada o plazas concertadas deberán ser personas con resolución de dependencia (bien por discapacidad física y/o psíquica), con valoración médica y social y no padecer trastornos de conducta que puedan alterar la convivencia. Las personas que precisen una asistencia sanitaria intensiva no podrán acceder a estos centros (encamados o con otras patologías que imposibiliten el uso de este recurso).

Los Centros de titularidad privada son menos restrictivos y suelen exigir que se cumplan los reglamentos y el pago de los precios establecidos.

El coste mensual también será diferente según se trate de plaza pública y/o concertada o privada. A partir del 20 de noviembre del 2013, el coste se calcula dependiendo de los ingresos y del patrimonio del usuario. En los centros privados la tarifa será diferente según las atenciones que la persona deba recibir.

Saber que todos los centros de día autorizados para funcionar disponen de un número de Registro de la Comunidad Autónoma correspondiente. Debe estar visible y si no lo está es recomendable llamar por teléfono a la Comunidad Autónoma o al Ayuntamiento en el que esté el centro para saber si está autorizado.

El Centro está obligado a facilitarnos el Reglamento de Régimen Interior sellado por DGA, y contiene cuestiones relacionadas con los derechos, deberes, sistemas de participación en el centro, bajas, condiciones de admisión, económicas, etc. El contrato de admisión debe leerse antes de su firma, aconsejando contrastar su contenido con el del Reglamento. También tienen que estar expuestas en el tablón de anuncios del centro las hojas de reclamaciones para poder ser consultadas /rellenadas cuando sea requerido su uso.

Sirvan estas breves pinceladas para difundir un recurso existente en nuestra Comunidad Autónoma muy útil y necesario, tanto para la familia como para la propia Persona Mayor.



Una demencia supone el deterioro global de las funciones intelectuales, es decir: de la memoria, de la atención, y de otras funciones superiores, que a la persona afectada le impiden trabajar, mantener relaciones sociales, y en un contexto evolutivo posterior no reconoce personas y debe ser ayudado para cualquier cuidado personal.

Las demencias son motivadas por distintas causas, de manera que demencia es una situación clínica a la que se debe poner apellido.

En el siglo XIX y en buena parte de los primeros años del XX la demencia más frecuente era la llamada Parálisis General Progresiva (P.G.P.), producida por la lúes o sífilis, el chancro de contagio inicial de los órganos genitales, años posteriores daba lugar a procesos en la piel, luego a trastornos de las vísceras y más tarde la llamada lúes cuaternaria que era la que afectaba al sistema nervioso, ocasionando la Tabes y la Parálisis General Progresiva. La llegada de la era antibiótica hizo desaparecer la sífilis, y con ello esta demencia infecciosa.

Alois Alzheimer en su época de Frankfurt. Estudió una paciente Auguste. D. que tenía una demencia, según él, distinta a la P.G.P. tan frecuentes en aquella época. Estudió su cerebro, y describió las alteraciones que había, que no tenían nada que ver con la lúes cuaternaria.

La enfermedad de Alzheimer es un tipo de demencia degenerativa del sistema nervioso central, pero hay más, como la enfermedad de Pick, la de Huntigton, la de los cuerpos de Lewi, la priónica Creutzfeldt – Jakob y otras.

Hay procesos vasculares que también por destrucción del cerebro conducen a demencias, como son entre otras, la demencia multi-infarto, leucoencefalopatía subcortical, infartos selectivos y vasculitis.

Trastornos metabólicos pueden también ocasionar demencias como pudieran ser: las producidas por fármacos, falta de oxígeno (anoxia), alteraciones del tiroides, de la paratiroides, de la hipófisis, trastornos renales (uremia), carencias de ácido fólico, de vitaminas B1, B12, pelagra, alcoholismo crónico y otras drogas.

Los tumores cerebrales y los traumatismos, son posibles condicionantes de demencias, entre los traumatismos está la llamada “demencia pugilística”, que sufren algunos boxeadores.

Infecciones que dan lugar a encefalitis o meningo – encefalitis, o a la llamada panencefalitis esclerosante subaguda desencadenada por virus de acción lenta, también pueden generar demencias.

Procesos patológicos que implican a la mielina, como la esclerosis múltiple o las leucodistrofias, aunque no siempre, pueden también motivar demencias.

Hay también las nominadas enfermedades de depósito o metabólicas congénitas que también ocasionan demencias, tales como la Enfermedad de Lafora, Enfermedad de los cuerpos polisacáridos, lipoidosis, mucopolisacaridosis, aminoacidurias.

También alteraciones de la presión intracraneal, pueden motivar trastornos de las funciones superiores.

La llamada demencia senil, es una nominación genérica, indicando que se trata de una demencia que se da en un anciano, pero la causa no es el envejecimiento sino algún proceso intercurrente que la ha motivado, es decir alguna de las que hemos nombrado.

El envejecimiento extremo y las funciones superiores, sería otro artículo mucho más extenso y especulativo que el presente.

Premio SEN Enfermedades Neurológicas 2015

*COAPEMA se congratula de la entrega del premio SEN
Enfermedades Neurológicas 2015 a don Francisco Morales Asín*

El pasado 11 de mayo, en el Salón de Actos de la Real Academia de Medicina en Madrid, la Sociedad Española de Neurología hizo entrega del Premio SEN 2015 al neurólogo zaragozano don Francisco Morales Asín, en reconocimiento a su amplia labor científica y a su dedicación por la investigación de las enfermedades neurológicas.

Los Premios SEN representan el reconocimiento de la Sociedad Española de Neurología y de los neurólogos españoles a aquellos que han contribuido decididamente al desarrollo de la Neurología, al conocimiento de las enfermedades neurológicas y a la concienciación social de los pacientes que las sufren.

Las principales líneas de investigación del doctor Morales, a lo largo de su vida profesional, se han centrado en el estudio de la neuropsicología, epidemiología de las enfermedades neurológicas, así como en el diagnóstico y

tratamiento de demencias y cefaleas, en especial de la enfermedad de Alzheimer, así como de la migraña o de las cefaleas de tensión.

Francisco Morales cursó sus estudios de Medicina en la Facultad de Medicina de Zaragoza, realizando la especialidad de Neurología en la República Federal Alemana.

Su dilatada trayectoria profesional resulta difícil de resumir:

Ha sido Jefe de Servicio de Neurología del Hospital General de Asturias, Profesor Titular de Neurología en la Facultad de Medicina de la Universidad de Oviedo; Jefe de Servicio del Hospital Clínico Universitario de Zaragoza y Profesor Titular de Neurología en la Facultad de Medicina de Zaragoza., entre otros.

Ha participado en edición y capítulos de libros, artículos en revistas, publicadas a nivel nacional e internacional, y algunos trabajos en alemán e inglés; presentado numerosas ponencias, presentaciones orales, y poster en distintos congresos y reuniones. Ha diri-



gido 21 tesis doctorales y, ha sido miembro de diversos entes dedicados a la neurología tanto españoles como extranjeros, a nivel de docencia o investigación

El Consejo Aragonés de las Personas Mayores nos sentimos orgullosos de contar con la presencia del doctor Morales como vocal de la Comisión Permanente de la Entidad, en representación del Hogar IASS Boterón, de Zaragoza; su campo de acción en COAPEMA es como Coordinador del Área Sociosanitaria "Aulas de Salud. Formación y Prevención".

Él, es una persona muy dispuesta y dedicada, que concilia bien todos sus compromisos con la participación altruista en la impartición de charlas y conferencias, u otros foros, dedicados a la salud mental.

Su afición: la fotografía

¡Enhorabuena Paco!

Redacción COAPEMA



El Ahorro

En alguna ocasión habréis oído llamar a alguna persona que ahorra “avariciosa”, nada más lejos de la realidad. Ahorrador es aquel que conserva el sobrante de los gastos necesarios, y avaricioso el que, incluso privándose de lo necesario, posee un afán desordenado de acumular riquezas. El ahorrador tiene una virtud moral; el avaricioso un vicio.

El ahorro es la base de la economía, tanto de una familia como de una nación e implica previsión para una necesidad futura. El mérito del mismo no es la cantidad ahorrada, sino el sacrificio y esfuerzo necesario para conseguirlo.

Estas afirmaciones, en la actualidad podemos verlas con mucha claridad ya que muchas naciones y familias están padeciendo una gran crisis a nivel internacional, debido al gasto excesivo, endeudándose por no haber tenido en su día la previsión de ahorrar para una necesidad futura.

Antiguamente se guardaban los ahorros metidos en un “caletín” y colocados en un lugar que se creía seguro (hoy día no existe). Era un ahorro improductivo. Modernamente los guardamos en una Caja de Ahorros o Banco con el fin de generar algún beneficio, ya que lo van invirtiendo en cosas productivas y el ahorrador obtiene un interés más o menos grande según el riesgo de la inversión ¡¡ cuidado con los altos intereses !!.

Como vamos a comprobar no es lo mismo Caja de Ahorros que Monte de Piedad, aunque con el tiempo se juntaron.

La invención de las Cajas de Ahorro se debe a una mujer inglesa Miss Priscilla Wakefield en 1803 en Londres. Esta idea tuvo mucho éxito y se extendió rápidamente por los países de Europa y América. Más tarde se enlazaron con los Montes de Piedad inventado

por un fraile en Perusa, (Italia)

El primer Monte de Piedad de España fue fundado por un fraile aragonés llamado Francisco Piquer en 1702 con la protección de Felipe V.

España debe la Caja de Ahorros a Joaquín Vizcaíno, marqués viudo de Ponteños en Madrid. La buena contabilidad y la acción social han permitido que estas instituciones sigan funcionando actualmente.

De forma breve voy a explicar quienes fueron estos dos personajes que tanto bien hicieron a los españoles y que tan poco conocidos sean entre los mismos.

Francisco Piquer y Rodilla, aragonés, nacido en Balbana o, según otros, en Valbona, provincia de Teruel en 1.666, estudió en el Seminario de Teruel, y una vez ordenado sacerdote estuvo en las Descalzas Reales de Madrid como capellán cantor. Conoció la idea de fundar un Monte de Piedad para prestar dinero a los necesitados sin intereses, similar a los existentes en Roma y Nápoles; además de emplear los donativos obtenidos en sufragar misas a favor de las almas del purgatorio.

En diciembre de 1702 reuniendo a dos sobrinos, a su ama de gobierno y dos criados, depositó en una cajita un real de plata debajo de una imagen de la Virgen María pronunciando esta frase “sean Vds. testigos de que este real de plata ha de ser principio y fundamento de un Monte de Piedad que Dios ha de fundar para sufragio de las almas y socorro de los vivos. Se denominó: “Santo y Real Monte de Piedad de las benditas ánimas del purgatorio”, quedando bajo patrocinio real, perviviendo hasta no hace muchos años bajo el nombre de Caja de Ahorros y Monte de Piedad de Madrid. Por orden del Rey, el fundador ostentó el gobierno y administración del Monte de Piedad.

Digna M^a Royo
Club Cultural 33



Esta entidad sirvió de modelo a otras muchas que fueron surgiendo por toda España.

El fundador de las Cajas de Ahorro fue Joaquín Vizcaíno nacido en la Coruña en 1790, de familia hidalga. Fue militar de ideas liberales, combatió en la guerra de la Independencia siendo capitán de Dragones. Por sus ideas se exilió a París y Londres en 1823 para volver 10 años después.

Casó con la cuarta marquesa de Ponteños, Mariana de Ponteños y Sandoval, en 1817; poco tiempo después de volver del exilio, ella murió en Madrid.

De nuevo en Madrid, Joaquín Vizcaíno se dedicó a impulsar y ayudar a las instituciones benéficas dependientes de la Sociedad Económica de Amigos del País.

En 1834 lo nombran Alcalde de Madrid, dando un gran cambio a la ciudad: rotuló las calles, puso núm. a las casas para facilitar su localización, puso saneamiento empedrando las calles, dotó a la ciudad de baños públicos, etc.





En 1838 abandona la política y se dedica a su principal obra, la fundación de la Caja de Ahorros que, más tarde, se uniría al Monte de Piedad creando así la Caja de Ahorros y Monte de Piedad de Madrid abriendo sus puertas el 17 de febrero 1839. Fue su primer director, proporcionando bienestar a cuantos acudían a solicitar su ayuda.

Tomó parte en la fundación del Ateneo y murió en Madrid el 30 de septiembre de 1840 a la edad de 50 años.

Fue muy querido por el pueblo de Madrid que le dedicó tres calles: Plaza de Pontejos, calle Marqués viudo de Pontejos y paseo Marqués de Pontejos en el Retiro. También tiene dos estatuas, un busto en la plaza de Pontejos y una gran estatua en la plaza de las Descalzas que regaló la Caja de Ahorros de Madrid en 1892.

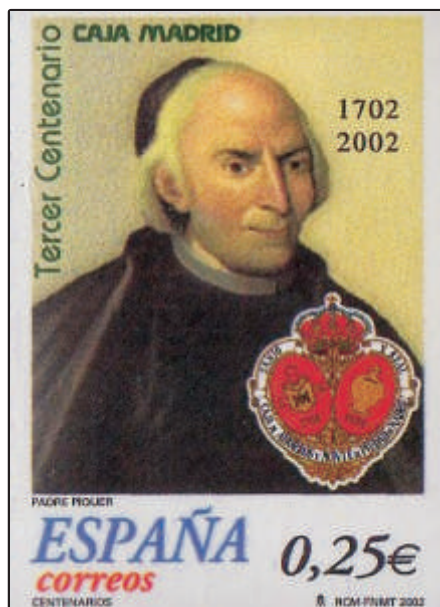
Como he citado anteriormente las Cajas de Ahorro se propagaron por toda España llegando también a Zaragoza que se abrió el 28 de mayo de 1876, con el nombre de Caja de Ahorros y Monte de Piedad de Zaragoza. Debido a su expansión en 1948 añadió Aragón y Rioja. Alrededor de

los años 70 se convirtió en CAZAR desapareciendo la referencia al Monte de Piedad y actualmente como todos conocéis se llama IBERCAJA.

Cuando era niña, en Aragón, para potenciar el ahorro en los escolares sé que hubo una Mutualidad Escolar, que no conocí; pero sí recuerdo que teníamos los tres hermanos una libreta que nos abrió nuestro abuelo al nacer en la entonces Caja de Ahorros y Monte de Piedad de Zaragoza. Cada vez que ingresaba dinero de mis propinas me daban unos fascículos con cromos y lecturas, con los cuales confeccionabas un libro, que guardé con mucho cariño, pero que en estos momentos no puedo localizar

Bibliografía: Librito de E. Solana y vivencias personales

Francisco Piquer



polígono empresarium

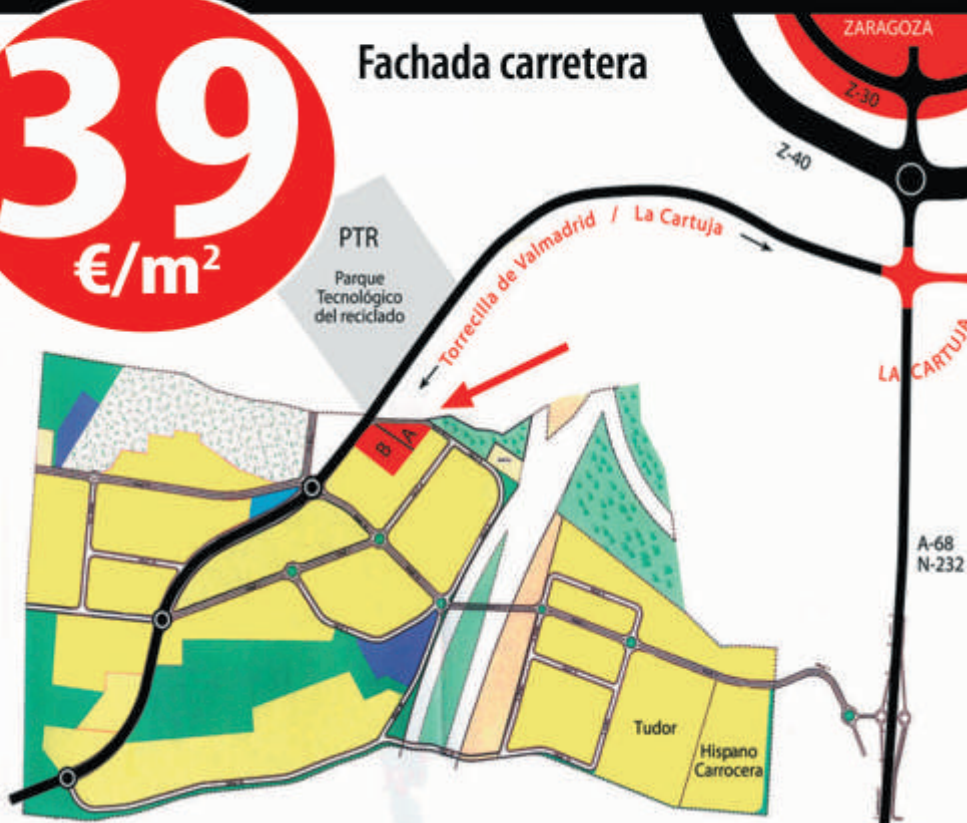
**SUELO INDUSTRIAL
URBANIZADO**
Dos parcelas
4.575 m² y 11.028 m²

39
€/m²

Fachada carretera



Promoción Logística e Industrial
Gestión y Desarrollo Inmobiliario
EXPOCITY
☎ 669 817 249





El impuesto de sucesiones condiciona la libertad de testar en Aragón

En números anteriores hemos abordado la regulación actual del Impuesto de Sucesiones en Aragón, explicando cómo este injusto tributo vulnera el principio de prohibición de la doble imposición, su tipo máximo puede llegar a resultar casi confiscatorio (en supuestos excepcionales podría llegar al 81,6%), y produce una discriminación fiscal o inequidad entre ciudadanos residentes en distintas Comunidades Autónomas.

En estas líneas vamos demostrar con tres ejemplos muy sencillos, cómo el Impuesto de Sucesiones puede además condicionar la amplia libertad de testar característica de nuestro Derecho Aragonés; dicho de otro modo, en ocasiones las consecuencias fiscales que implica una determinada institución de heredero pueden hacer que el testador se plantee una diferente disposición de sus bienes que si no fuera por su impacto fiscal realizaría sin ningún tipo de problema.

1.- El Impuesto de Sucesiones hace de peor condición a unos hijos con respecto a otros en función de su previa situación económica: Imaginemos a Pedro y Juan, que heredan de su padre 150.000 euros cada uno, ajuar incluido, (Juan cuenta con un patrimonio preexistente de más de 402.678,11 €, por lo que no puede beneficiarse de la denominada "reducción autonómica" y además se le aplica un coeficiente multiplicador). Pues bien, Pedro no pagaría ninguna cantidad, mientras que Juan, debería ingresar 19.191'48 €, cuando percibe exactamente lo mismo que su hermano.

2.- La normativa foral enseña que la legítima en Aragón es colectiva; no existe obligación de dejar una parte de la herencia a todos los hijos por igual y, consecuentemente, la

totalidad de los bienes puede distribuirse libremente entre cualesquiera descendientes. Sin embargo, la regulación actual del Impuesto de Sucesiones perjudica la libre determinación del testador en este sentido, debido a las consecuencias fiscales.

Siguiendo el ejemplo anterior, imaginemos ahora que el otorgante desea nombrar herederos por partes iguales a su hijo Pedro y a su nieto José (hijo de éste); la cuantía de la herencia asciende a 300.000 euros. Una vez más, Pedro no tendrá que ingresar cantidad alguna por Impuesto de Sucesiones, mientras que el nieto José, al no haber "premuerto su progenitor" (es decir, su padre) tendría que pagar 18.277'6 euros.

3.- Vamos a suponer ahora que el testador quiere nombrar heredero a su hijo Pedro, pero además, en señal de agradecimiento y con cargo a la mitad de libre disposición instituye también a Luisa, su enfermera – cuidadora, con la que no tiene ninguna relación de parentesco (por tanto, no puede aplicarse reducción alguna al pertenecer al Grupo IV del impuesto, siendo el coeficiente multiplicador x 2). El caudal hereditario sigue siendo de 300.000 euros.

Pues bien, Pedro tampoco tendrá que liquidar por ninguna cantidad ante la Hacienda Autonómica, mientras que Luisa tendría que pagar nada menos que 42.523,06 euros, esto es casi un 30%.

Es decir, en numerosas ocasiones, (ya sea por el patrimonio preexistente del llamado a la herencia, por el parentesco de éste con el testador o, simplemente, por no existir ninguna relación familiar con el instituido) el disponente encuentra seriamente mediatizada su libertad de tes-

■■■

solución pasatiempo

E	L	A	T	R	A	V	I	E	S	A	E	A	P	L	A	U	S	O	S
C	U	A	J	A	D	A	E	S	C	A	S	O	S	H	O	M	B	R	E
O	E	S	D	O	M	A	A	T	R	A	P	A	B	U	E	N	O	A	A
C	R	S	C	U	A	N	D	O	T	R	O	T	A	R	E	A	E	L	L
A	E	A	S	S	A	S	T	R	E	S	S	H	A	C	E	V	N	A	U
S	N	L	O	M	E	J	O	R	E	S	A	V	I	S	E	I	A	R	M
I	T	E	L	A	S	O	M	A	I	S	A	P	A	S	A	S	N	M	N
O	A	L	O	S	A	D	E	L	A	N	T	A	S	T	E	A	O	A	A
N	S	S	I	E	S	T	A	D	E	M	A	S	C	A	L	M	A	S	H

EL HOMBRE ES BUENO CUANDO HACE MEJORES A LOS DEMÁS MASH



■ ■ ■

tar por las consecuencias fiscales que tendrá para sus sucesores. En suma, un testador aragonés puede determinar con gran libertad a quién quiere dejar sus bienes, pero lo que seguro que no quiere es que la Hacienda Autónoma se haga con una buena parte de ellos en función de a quién designe heredero, lo que le obliga, en ocasiones, a reconsiderar su inicial determinación, como comprobamos en ILEX ABOGADOS con mucha frecuencia.

Para concluir, desde hace unos años, en ILEX ABOGADOS venimos advirtiendo que cuando los llamados a la herencia (ya sea testada o intestada), son colaterales (es decir,

hermanos, tíos, sobrinos...) las repudiaciones de herencia se incrementan exponencialmente, debido a la gran presión fiscal que soportan estos parientes. De hecho, el diario económico EXPANSION (08 agosto 2015) se hacía eco de que "las renunciaciones de herencias se triplican entre 2007 y 2014" hasta superar las 34.000 al año, entre otras razones "por que no pueden pagar el impuesto de sucesiones"; en Aragón el porcentaje alcanza el 6,6%. El Impuesto de Sucesiones no solo condiciona la libertad de testar, sino que también puede forzar al heredero a renunciar a su derecho y, sin embargo, la tendencia actual es seguir incrementando la presión fiscal por este tributo.



DIRIGIDO A LOS **SOCIOS** DE LAS ENTIDADES ASOCIADAS AL CONSEJO ARAGONÉS DE LAS PERSONAS MAYORES (COAPEMA), CON CARÁCTER GRATUITO, EN VIRTUD DEL CONVENIO DE COLABORACIÓN DE ASESORÍA JURÍDICA SUSCRITO ENTRE COAPEMA E ILEX ABOGADOS.



Usted tiene derecho a los siguientes servicios:

- Consulta en despacho profesional
- Vía telefónica 976 22 33 80
- Servicio 24 h. 649 840 634
- Vía fax 976 21 79 39
- Vía correo electrónico despacho@ilexabogados.com
- Presencia en domicilio particular



ILEX ABOGADOS
 Tel. 976 22 33 80 • Paseo Sagasta, 17 Pral. Izda. • 50008 • Zaragoza
 Visite nuestra página web www.ilexabogados.com
 También en Facebook: www.facebook.com/ilexabogados



La rogativa (implorando la mediación divina) Parte I

Terminada la solemne misa dominical, el sacerdote se disponía a cambiar sus vestimentas de celebrar, cuando entraron en la sacristía un grupo de personas, entre los que se encontraban las fuerzas vivas del pueblo. Formaban también la nutrida comitiva algún que otro agricultor de piel curtida por el sol, de los que asistían a misa dos veces al año y solo cuando la situación así lo hacía imprescindible (algún entierro y poco más), aunque para la ocasión aparecían bien rasurados y alguno de ellos incluso con traje y corbata. Frenaron, con cierta premura, el cambio de ropas del sacerdote y le instaron a que escuchara una petición sumamente importante que deseaban hacerle. El alcalde, a instancias de su señora, rogó al párroco que encabezara una rogativa para pedir a la Santísima Virgen del Castillo, patrona del pueblo, que, desde el cielo, les enviara la tan ansiada y necesaria lluvia, pues los cultivos estaban a punto de perderse y hasta las fuentes habían dejado de manar el agua precisa para el sustento de personas y animales.

--¿Ahora, a esta hora? ¿Con todo el calor? - dijo el cura.

--Si no tiene inconveniente, ahora mismo, dijo el alcalde.

Ante la resistencia del cura, siguieron insistiendo con perseverancia los componentes del grupo hasta romper la obstinación del clérigo.

- Bien, aceptó el párroco, con cierta desgana. Haremos la rogativa como ustedes dicen, pero que quede bien claro que de llover no está.

Se colocó la imagen de la Virgen del Castillo sobre una peana, bien sujeta para evitar su posible caída, en los muchos vaivenes a los que se le iba a someter, ya que el camino por el que iba a discurrir la procesión era extre-

madamente empinado y pedregoso.

Salió la procesión de la iglesia encabezada por los estandartes eclesiales y las cruces de rigor, seguida por el párroco, monaguillos, sacristanes y gentes del coro, desgranando letanías de santos y vírgenes e implorando sus favores. A continuación, los niños y niñas de la escuela en dos filas bien diferenciadas por orden de sexo. El alcalde y su junta municipal desfilaban inmediatamente después de los niños y en último término de manera muy devota, el pueblo llano en dos filas, separados los hombres de las mujeres.

Acompañados por el monótono rezo del "rogad por nosotros", iba subiendo la procesión por el abrupto camino hacia la ermita de la venerada Virgen del Castillo con el sol del mediodía cayendo sin piedad sobre los endomingados fieles. El calor se hacía notar de manera brutal en los hombres que decidieron acudir a la iglesia vestidos de traje y corbata. El sudor empapaba todas sus ropas, pero todos ofrecían este sacrificio con la esperanza de que el Cielo se dignara enviar alguna gota de agua para sus campos y manantiales.

Cuando la procesión llegó a la puerta de la ermita ya nadie dudaba de que el sacrificio que todos estaban ofreciendo a su patrona fuera a ser desoído. Con el cansancio aumentó el fervor y con el fervor el rezo y las peticiones de misericordia y piedad. Al empezar el cántico de petición de lluvia ("llueva el cielo llueva, baje el agua baje, o Madre y Señora no nos desampares") la gente ya estaba al borde del éxtasis. Había personas que caían de rodillas en un acto de sumisión y fe: todos estaban conmovidos. El único que mantenía la entereza era el sacerdote, conocedor de los entresijos de la fe, no daba señales de estar poseído por ningún espíritu benefactor. El sudor corría por todo el cuerpo del cura y este solo pensaba en terminar el acto lo antes posible para poder refrescarse. A pesar de estar continuamente pensando en la mala ocurrencia de sus feligreses, el sacerdote cumplió rigurosamente con el ritual y después de terminar con todas las preces exigidas, bendijo a todo el pueblo en nombre de Dios y lo despidió en paz.

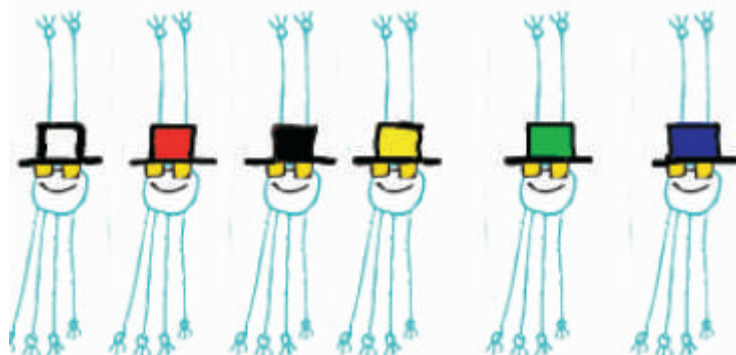
A los pocos días...



Seis sombreros de colores



María Aladrén Rodrigo
Licenciada en Psicología
mariaaladren@yahoo.es



Un hombre tenía seis hijos que nunca se ponían de acuerdo en nada cuando tenían que resolver un problema, así que el joven desesperado los mandó al Consejo de deliberación de la ciudad de Bono, con la esperanza de que aprendieran como llegar a un consenso.

El Consejo estaba compuesto por Edward de Bono, el Sombrerero Mayor que lo presidía y por seis duendecillos, cada uno con su correspondiente sombrero de color.

Bono, llevaba un Majestuoso sombrero, con colores rojo, amarillo, verde, azul, blanco y negro.

Científico, de sombrero Blanco, vestía de manera neutra, de semblante serio y calculador, facilitaba hechos y cifras, información sobre el mundo, separando los hechos objetivos de las derivaciones subjetivas.

Emocional de sombrero rojo, irradiaba calor y energía, se centraba en los aspectos no racionales del pensamiento, expresaba las emociones, sentimientos e intuiciones con pasión y sin necesidad alguna de explicarlos o justificarlos.

Positivo, de sombrero Amarillo, eficaz y lleno de fuerza y vitalidad, buscaba los posibles beneficios de una idea e intentaba ver las ventajas de llevarlas a cabo, con un pensamiento constructivo, introducía mejoras y aprovechaba oportunidades, basándose en el esfuerzo y en razones lógicas para valorar las cosas.

Creativo, de sombrero Verde, muy original y pintoresco, fuera de lo común, formulaba ideas deliberadamente ilógicas y provocativas, con una forma de pensar divergente,

abierta al cambio y con multitud de estrategias y alternativas.

Cauteloso, de sombrero Negro, con traje oscuro y carácter racional y prudente, disponía del potencial para anticipar el futuro y sus consecuencias, detectar los puntos débiles y útiles para evaluar y planificar una idea, continuar con ella o abandonarla, previniendo así los peligros y dificultades que pudieran ocasionarse.

Gestionador, de sombrero Azul, coordinaba la reunión y mantenía el orden, permitiendo organizar el pensamiento, definiendo los propósitos y las pautas del ejercicio, centrando las preguntas y enfocándolas correctamente, dando una visión general de lo ocurrido y haciendo recapitulaciones y resúmenes de lo expuesto.

Una vez hechas las correspondientes presentaciones, los niños se sentaron entusiasmados a ver como llegaban a un acuerdo entre ellos.

El Sombrerero expuso un problema, y uno a uno fueron saliendo al centro de la sala los duendecillos, mientras uno hablaba, los demás escuchaban atentamente. Todas sus aportaciones eran distintas del resto de sus compañeros, lo que hacía que los asuntos se vieran desde diversas perspectivas, favoreciendo así que se llegaran a soluciones más ricas y variadas.

A veces y por diferencia de caracteres, chocaba la energía de Positivo al querer aprovechar las oportunidades, con la prevención de Cauteloso, otras, sin embargo, entraban en disputa la objetividad de los datos de Científico con la expresión de los sentimientos de Emocional, ... Cuando es-

to ocurría, Sombrerero Mayor, invitaba a salir a cada participante al medio de la estancia, donde se quitaba su sombrero, y el resto de miembros, por turnos le lanzaban el suyo.

De esta forma, cada duende se iba colocando en la cabeza sucesivamente uno de distinto color, lo que le hacía pensar o sentir de la manera propia que lo hacía el dueño de dicho sombrero. Era increíble y divertido ver como el influjo del color sombreril hacía que cada pequeño por unos instantes se quedara perplejo al oír salir de su boca expresiones que nunca antes hubiera dicho, como cuando Científico se reía a carcajadas y daba saltos de alegría, o Emocional se sosegaba y razonaba elocuentemente. Que maravilla descubrir que no tenían un modo único de actuar.

Al final del debate, llegaron a un consenso entre todos y contentos con la decisión se fueron a dar un merecido festín. Durante la sobremesa obsequiaron a los seis niños con seis sombreros, cada uno de color diferente. Y como en la vida misma, enseguida surgió el primer conflicto: había algunos que querían quedarse con el mismo color. Pero el cómo llegaron a un acuerdo, eso ya es otra historia.

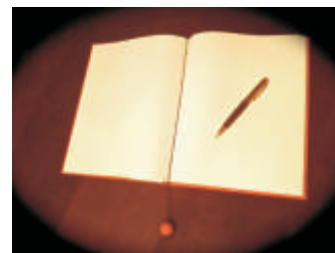
Este cuento, está basado en una técnica del psicólogo creador del pensamiento lateral Edward de Bono, "Seis sombreros para pensar", siendo una herramienta de comunicación para la resolución o el análisis de problemas desde distintos puntos de vista, fomentando el pensamiento en toda su amplitud y separando el ego del desempeño.

Para más información, visita la web aladrenpsicologia.wix.com/maria



IRENE FRANCISCA BAÑOS GÓMEZ
Miembro Asociación Aragonesa de Escritores

La Ternura



Hay momentos en la vida
que se despiertan y desatan,
sentimientos hermosos.

Esto puede suceder,
cuando comprendes
que alguien te necesita.

Al entregarle lo mejor de ti
la satisfacción que se siente es tan inmensa
que todo sacrificio te recompensa.

La ternura y el amor es tan grande
que estos actos se convierten en algo normal.

Las fuerzas y ánimos salen sin más.

Benditos los momentos difíciles,
que permiten al ser humano
sacar de sí mismo lo mejor.

Con el sufrimiento del otro
padecemos también nosotros,
permitiéndonos bajar de la nube engañosa,
donde solo envejecen y fallecen los demás.

Sorprende gratamente comprobar
que, al entregar generosamente tu energía,
a cambio puedas experimentar una gran alegría.

La enfermedad es una visita
que todos recibimos
y al final viene acompañada de su
amiga la que nos conduce al más allá.

Dichosos los que están preparados
para entregar ternura y amor,
ya, que no siempre es fácil
obtener dicha oportunidad,
pues es verdad que también
hay personas que no se dejan amar.

Odios y rencores
imposibilidad de perdonar.

Mirar al pasado,
no queriendo reconocer
nuestros errores.

Egos dañinos...
y aun cuando la vida se les va...
en su locura,
la soberbia los va quemando por dentro.

¡Qué complicado es,
a todas estas personas ayudar!

Sin embargo,
estas conductas hay que observar
y a su lado estar.

En momentos de lucidez,
en sus miradas veremos
incredulidad y miedo.

¡Que en circunstancias tan difíciles
nuestras fuerzas no fallen,
abandonando a estos humanos,
que por supuesto sus comportamientos
son realmente molestos!

La que escribe es de la opinión,
que la vida nos da
muchos momentos más
de felicidad que de dolor.

Todos debemos de saber
que hay épocas diversas
en nuestra existencia.

Unas veces nos toca llorar,
y otras reír, soñar y amar.

Todas ellas nos enriquecerán
y nos darán paz,
al comprender que hemos abrazado
y aceptado con amor,
todo lo que la vida nos ha entregado.

Asociados

COAPEMA

275€

viajes
Aneto

Además:

Consulta nuestro programa de Viajes de Otoño:
7-11 Septiembre: Extremadura, día del Jamón 269€
1-2 Octubre: Zamora, las edades del Hombre 135€
11-13 Noviembre: Cuenca, fiesta de la matanza 137€
3-6 Diciembre: Madrid desconocida 265€

Costa de Almería

6 Días / 5 Noches
Hotel 4**** en Playa, Habitación Doble
Pensión Completa con Bebidas Incluidas
Almuerzo 1er y último día incluidos
Excursiones de Medio día:
- Almería
- Cabo de Gata y Níjar
Guía acompañante
Seguro de viaje
Plazas limitadas

Información y reservas:
976 380011 976380275
email: vaneto@aneto.es
Viajes Aneto S.L. CAA 5
Avda. Goya, 23 - 50006 Zaragoza

III Congreso de Unión de Jubilados y Pensionistas - UGT Aragón -

Tomás Yago Simón, reelegido como Secretario General de la Unión de Jubilados y Pensionistas de la Unión General de Trabajadores de Aragón, con el 100% de los votos, en su III Congreso Regional Ordinario,

Dicho congreso, celebrado el día 4 de mayo de 2016 en el Centro de Formación "Arsenio Jimeno" de Zaragoza contó con la presencia de la Consejera de Ciudadanía y Derechos Sociales del Gobierno de Aragón, María Victoria Broto, el Secretario General de la UGT de Aragón, Daniel Alastuey, el Secretario General de la Unión Estatal de Jubilados y Pensionistas, Anatolio Díez, representantes de las federaciones regionales de FITAG, MCA, FETE, SMC., Comunidades Autónomas de Castilla-León, La Rioja, Cataluña, Valencia y Navarra, compañeros de la Federación de Pensionistas y Jubilados de CC.OO. y una representación de COAPEMA.

El acto se desarrolló con total normalidad, todos los puntos a tratar en su orden del día fueron aprobados con el 100 % de los votos.

También tuvieron lugar las elecciones para la renovación de la Comisión Ejecutiva de la Unión de Jubilados y Pensionistas de UGT-Aragón, cuyo resultado siguió dando su confianza total, entre otros, a Tomás Yago, quien continuará como secretario general de la Organización.

En el turno de ruegos y preguntas, los intervinientes reclamaron mayor reconocimiento a los mayores dentro



de la Organización. Así como la defensa por la restitución de los derechos cercenados a las Personas Mayores en la última Legislatura Nacional, pérdida del poder adquisitivo en las pensiones, copago farmacéutico, envejecimiento activo, aumento de Médicos Especialistas en Geriátrica en los hospitales con más plazas, más asequibles en las Residencias Geriátricas, etc.

Una vez constituida la nueva Ejecutiva el Secretario electo Tomás Yago Simón, tomó la palabra para agradecer la confianza de todos los presentes y dijo tener intención de continuar en la línea de trabajo iniciada por la anterior Ejecutiva, así como luchar por el bienestar personas mayores dentro de las posibilidades que la UJP le brinda.

Agradecemos a UJP-UGT Aragón la invitación a este Congreso y les deseamos nuestros mejores deseos en su trabajo, manifestándoles desde COAPEMA nuestra disposición y amistad más sincera.



Menú de verano

José Luis Gil Serrano
Secretario COAPEMA
Le encanta cocinar



Coctel de Gambas

INGREDIENTES:



1Kg. de gambas.
¼ de lechuga
4 rodajas de piña.
1 aguacate.
4 palitos de cangrejo.
1 cucharadita de mostaza.
3 cucharadas de salsa de tomate.
1 cucharada de brandy.
2 huevos frescos.
¼ litro de aceite de oliva.
½ naranja
Sal y pimienta.

PREPARACIÓN:

Cocer las gambas, durante 3 minutos, en abundante agua con sal, escurrirlas con un colador y dejarlas enfriar.

En el vaso de la batidora poner los huevos, el zumo de la naranja, la mostaza, el aceite de oliva, sal y una pizca de pimienta, batir hasta obtener una salsa espesa, agregar entonces la salsa de tomate y el brandy, dar un nuevo golpe a la batidora y reservar.

Lavar, escurrir y cortar en juliana la lechuga y repartirla en recipientes anchos junto con la piña, el aguacate, los palitos de cangrejo cortados en dados, las gambas peladas, repartir salsa por encima y decorar con langostinos y espárragos trigueros escaldados.

Dejar las copas durante una hora en el frigorífico y servir.

Cogote de merluza al orio

INGREDIENTES:



1 Cogote de merluza.
5 dientes de ajo.
Aceite de oliva.
½ limón.
50g. de gulas.
50g. de gambas peladas.
½ vasito de vino blanco.
1 guindilla.
Sal y pimienta
PREPARACIÓN:

Limpiar la cabeza de la merluza quitándole los dientes, las agallas y las pieles negras, salpimentar y colocarla, la piel hacia abajo, en un recipiente, engrasado con aceite de oliva, o con papel para hornear.

Introducirla en el horno, previamente calentado a 180°C.

En una sartén con tres cucharadas de aceite muy caliente, freír los tres dientes de ajo laminados, una vez dorados reservarlos y seguidamente escaldar el cogote con el aceite.

Exprimir el medio limón y echar el zumo sobre el cogote, mantener 5 minutos a horno fuerte y apagarlo.

Servir el cogote caliente en su propio jugo con los ajos fritos por encima y acompañado de gulas al ajillo.

Gulas al ajillo:

En una sarten freír, con 2 cucharadas de aceite de oliva, durante 3 minutos, 2 dientes de ajo laminados, junto con

un trozo de guindilla y las gambas peladas, seguidamente incorporar el vino blanco y en el momento que rompa a hervir agregar las gulas removerlas y apagar el fuego.

Pastel de cuajada

INGREDIENTES:



para 6 personas.

1 litro de leche entera.
2 sobres de cuajada "Royal"
6 quesitos.
4 cucharadas de azúcar.
1 limón

Bizcochos.

PREPARACIÓN:

En un cazo poner a hervir la mitad de la leche junto con el azúcar y la piel del limón.

Entre tanto batir el resto de la leche con la cuajada y los quesitos.

En el momento que la leche del cazo rompa a hervir, retirarlo del fuego sacar de la leche la cascara de limón y agregar la mezcla de leche, cuajada y queso, cocinar a fuego lento unos 5 minutos, sin que llegue a hervir.

Untar con azúcar caramelizado el fondo de un molde echar la mezcla y cubrirla con bizcochos, una vez haya perdido calor introducir en la nevera unas cuatro horas antes de servir.

Decorar al gusto.



Nuestros servicios:

Empresas

Todo tipo de eventos relacionados con la empresa:
congresos, ferias, presentaciones de productos,
cenas de gala, incentivos

Celebraciones Familiares

La comodidad de celebrar su fiesta
familiar en donde usted desea:
cumpleaños, bodas, comuniones....

Concentraciones

Da igual el número de comensales, que haya
que montar o no carpa, que se disponga de mesas o sillas:
disponemos de todo lo necesario. Infórmate.

Congresos

Incentivos

Convenciones

Reuniones de Empresa

Cenas de Gala

Cócteles y Buffets

Inauguraciones

Bodas, Comuniones y Fiestas Privadas

Actos Sociales

Escuelas

Residencias

Bautizos

Bodas

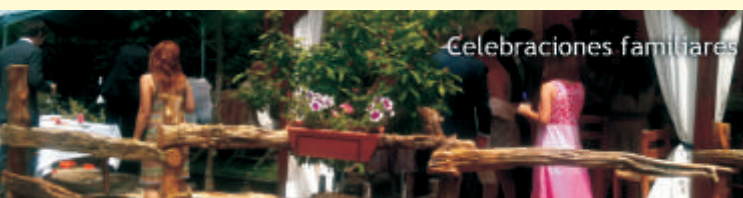
Servicio exclusivo para Peñas

Menús para celíacos

Menús para diabéticos



En cualquier lugar



Celebraciones familiares



Eventos de empresa



Concentraciones



Comidas populares

Catering Las Ruedas

Comidas populares de todo tipo.

*Podemos realizar la comida o cena que necesite:
paellas gigantes, ranchos, asados....*

Da igual el número de comensales o el tipo de menú.

Pida presupuesto sin compromiso.

Ctra. N-122, km 61.7
50549 Borja (España)
(+34) 976 85 26 06
(+34) 670 357 319



/catering.las.ruedas

**Si tienes más de 60 años,
estás en el mejor momento de la vida**

**La Fundación Rey Ardid y
el Centro Natación Helios crean**

CLUB DE VIDA

Actividades saludables y en compañía



Con la colaboración de



**Si estás interesado en formar parte, escríbenos a
fundacion@reyardid.org o infórmate en el 976 74 04 74**