

Andamos

Hogar de Mayores
Barbastro

Número 89
Diciembre 2020



Diciembre 2020 - Nº 89

Depósito Legal:

HU 500/2001

Equipo de redacción:

Taller de periodismo del Hogar de Mayores del IASS de Barbastro

Coordinación y diseño: Luis Mesa**Maquetación:** Ocio y Vida Somontano**SUMARIO**

	Pag.
Editorial	2
Noticias	
Al otro lado de la mesa.....	3
Bienvenida Silvia	4
Actividades del Hogar.....	4
Reportajes	
40 años del Hogar de Mayores.....	5
Derecho Aragonés	
Herencia yacente-herencia vacante ..	8
Viajes	
Paseando por Cuenca.....	10
Cultura	
Benito Pérez Galdós.....	12
Premio Nobel de Literatura.....	12
En Navidad.....	13
Opinión	
Hoteles y hostales (III).....	14
Barbastro, ayer y hoy	15
Relatos y pensamientos	
Los bulos del verano	16
Reflexión en la pandemia	17
Una Navidad distinta	18
Videollamadas.....	19
Cocina y alimentación	
En la mesa	20
Recetas	20
Mundo Rural	
El huerto en otoño	22
Cuídate	
Ejercicios en nuestro hogar	24
Diviértete	25
Mente en forma	
Logogramas	26
Agenda	27
Contraportada	
La gripe española.....	28

Foto Portada: Vista general del Hogar**Foto:** Vicente C. Alvira

¿Podemos salvar la Navidad? Esta es la pregunta que a día de hoy nos seguimos haciendo para mantener la esperanza de poder celebrarla.

Ahora que ya sabemos que va a ser diferente añoramos las navidades pasadas, aquellas reuniones familiares con toda la casa llena de gente, familia, tíos, algún vecino sin familia, todo el mundo tenía cabida en una mesa de Navidad.

Después de los recuerdos bajamos a la realidad y es dura, es una navidad especial como lo ha sido todo el año desde marzo.

¿Hacemos los preparativos? Ponemos el belén, el árbol, ¿Preparamos comidas especiales y regalos? Nos falta ilusión, los datos dicen que la pandemia va a ser larga, que tendremos que aprender a vivir con ella.

Por ello, los voluntarios que preparamos Andamos hemos decidido animaros a celebrar la Navidad, por nuestros niños principalmente que todo el año han demostrado aceptar muy bien la nueva situación, primero el confinamiento y al empezar el curso la mascarilla, las clases con las ventanas abiertas, las restricciones en el patio,...y porque la vida continúa para todos.

Eso sí en la intimidad familiar y siempre con las medidas de seguridad e higiene necesarias.

¡Feliz Navidad!

Equipo de Redacción:

- | | |
|---------------------------------|------------------------------------|
| • Luis Mesa (Coordinador) | • Josefina Guillén |
| • Vicente Carlos Alvira | • M ^a Pilar Santorromán |
| • M ^a Isabel Bafaluy | • Rosa Sanz |

E-mail: cdbarbastro.iass@aragon.esColaboradores

- | | |
|-----------------------|----------------|
| • José Antonio Ferraz | • Javier Martí |
| • Charo Allué | |

El contenido de los artículos es responsabilidad de la persona o personas que lo firman, sin que el equipo de redacción ni el Hogar de Mayores del IASS de Barbastro se hagan responsables ni del contenido ni de la forma.



AL OTRO LADO DE LA MESA

En el año 1999 asumí la responsabilidad de la gestión del Hogar de Mayores que había sido transferido al Instituto Aragonés de Servicios Sociales (IASS) en el año 1996 por el INSERSO al Gobierno de la Aragón.

Recuerdo cómo eran entonces los usuarios y cómo ha ido cambiando el perfil de quienes participaban en la vida del Hogar. Al principio, los mayores buscaban satisfacer casi en exclusiva el ocio, con celebraciones, fiestas, viajes, campeonatos... Actualmente, los mayores están activos, se cuidan más y quieren encontrar en la jubilación nuevos proyectos de vida porque están en mejores condiciones físicas y psíquicas, demandando principalmente formación y actividades que favorezcan el crecimiento personal.



A lo largo de estos años el centro ha ido ampliando su oferta tanto en servicios como en actividades y programas.

El IASS implementó el *Programa de Envejecimiento Activo* para todos los Hogares de Mayores de Aragón con la finalidad de garantizar actividades de salud, nuevas tecnologías y actividades culturales y de participación que completó con actividades ofertadas por un Convenio con la *Fundación La Caixa*.

Desde el Hogar se han potenciado distintos *Proyectos de Voluntariado* contando con un numeroso grupo de voluntarios mayores que colaboran en la Junta de Gobierno, el Taller de Periodismo, el Programa Estimularte, en los cursos de Informática y en Música y Teatro.

El incremento en la demanda de atención a mayores con deterioro cognitivo leve impulsó el origen del *Programa Estimularte*, que desde el año 2002 se desarrolla únicamente en este centro y cuyo funcionamiento ayudó, en el año 2016, a sentar las bases del mayor servicio creado por el IASS para la *Promoción de la Autonomía Personal (PAP)* cuyo objetivo es la prevención de la dependencia.

A principios de este año la actividad era intensa, muchos cursos, programas, ocio y los servicios a pleno rendimiento. Llegó la pandemia y se produjo un parón total en la actividad, cerrando las instalaciones y centrando su tarea en el seguimiento telemático de las necesidades de los mayores por parte del personal del centro.

Poco a poco desde julio se han retomado algunos servicios y se espera que se reanuden pronto el resto de servicios y actividades.

Los hogares están sujetos a la realidad de su comunidad y como tal después de esta difícil etapa, aparecerán nuevas reflexiones y oportunidades que impulsarán los servicios sociales.

Desde aquí quiero dar las gracias a todos los usuarios, a los voluntarios, a los proveedores y compañeros que, desde su vinculación de una u otra forma al Hogar de Barbastro, han facilitado mi vida profesional y han contribuido a mejorar la vida de los mayores.

Del mismo modo, ha sido fundamental la colaboración en la consecución de nuestros objetivos del Ayuntamiento, de la Comarca y de las asociaciones de servicios sociales de la zona.

Ahora, deseo emprender nuevos proyectos personales y familiares desde mi nueva situación de jubilada. Espero continuar vinculada al centro como usuaria porque ahora me corresponde pasar al otro lado de la mesa.

Pilar Cavero

¡BIENVENIDA SILVIA!

A finales de Noviembre se ha incorporado como Directora del Hogar de Mayores Silvia Armengol Lorient. Vecina de nuestra Comarca, es Trabajadora Social de formación y cuenta con una amplia experiencia en los servicios sociales.

Desde este equipo de redacción le deseamos mucha suerte en su nueva responsabilidad, esperando que el Hogar de Mayores pueda continuar con los servicios que ya está prestando y retomar con prontitud todas las actividades y servicios en cuando esta pandemia lo permita..



Andamos

ACTIVIDADES EN EL HOGAR

Queremos hacer un recordatorio de las actividades que, en estos momentos, se están realizando en el Hogar:

- ⇒ Servicio de Peluquería de lunes a viernes. (Con cita previa)
- ⇒ Servicio de Podología los miércoles y jueves (Con cita previa)
- ⇒ Servicio de Promoción de la Autonomía Personal (PAP)
- ⇒ Programa de Estimulación Cognitiva (Programa Estimularte)

Andamos



40 AÑOS DEL HOGAR DE MAYORES

Este pernicioso virus nos tiene a todos amenazados y en particular a las personas mayores, cuya fragilidad, nos hace ser más vulnerables ante el acoso y propagación de esta infecta y maligna epidemia. Y, cuando el 13 de marzo las Autoridades establecieron el “estado de alarma” en todo el país, con medidas muy restrictivas sobre la movilidad de las personas y las cosas, el cierre de los ‘Centros de Día y Hogares de Mayores’; fue un duro mazazo para la atención, servicio y asistencia presencial que se venía dando a este colectivo en los diversos programas, con actividades de recuperación de memoria, forma física, envejecimiento activo, etc... No obstante, algunas actividades donde se han podido respetar las medidas de seguridad sanitaria han continuado realizándose después de la desescalada y el servicio de ayuda y atención siempre ha existido por parte del personal cualificado del Centro, aunque a través de medios telemáticos y de comunicación telefónica.

Este año se cumplen 40 años (Junio, 1980 – 2020) de la apertura de sus instalaciones para los primeros socios de nuestra ciudad y los pueblos de alrededor. Pero la situación pandémica que vivimos nos ha privado de celebrar como se merece este extraordinario acontecimiento a todo el colectivo de personas mayores y personal del Centro. Si bien los Hogares de Mayores se crearon ya a partir de 1978 con la denominación de ‘Hogares del Jubilado’, es en la

década de los noventa cuando más se implantaron en las principales poblaciones de nuestra Comunidad, denominándose Hogares de Personas Mayores que, en un principio estaban dedicados principalmente al ocio, con el tiempo se han convertido en un lugar de formación, donde los socios participan de forma activa en la vida de su ciudad y comarca a través de diversos programas y campañas que se organizan, algunas veces, en colaboración con las autoridades locales y comarcales.

Abierto al público el 15 de Marzo, fue inaugurado oficialmente en Junio de 1980, por voluntad y el empeño de los socios de la “Asociación para la Tercera Edad”, cuyo presidente, Antonio Bruned y el entonces alcalde de la ciudad Esteban Viñola, fueron como autoridad y representación social los promotores desde el inicio del proyecto de la consecución de este edificio, no exento



Fachada principal del Hogar

de algunas dificultades y con actos reivindicativos, que retrasaron en ocho años la apertura de sus puertas. A los

actos de inauguración asistieron, entre otras personalidades, Sebastián Martín Retortillo, como ministro adjunto de Administración Pública y autoridades locales.

La apertura del Hogar fue un paso trascendental por lo que significaba para este colectivo poder acceder a un amplio catálogo de servicios, cuya oferta ha aumentado y diversificado considerablemente durante estas cuatro décadas de existencia. Desde las primeras 'juntas de gobierno' presididas por Antonio Bruned, Antonio Cambra, Joaquín Arasanz, Blas Latorre, Julio Salvador, Miguel Pueyo, José Buil, hasta épocas más recientes con José Sánchez, Ángeles Labarta y José María Ballabriga, se han impulsado y promovido numerosas actividades con programas formativos, recreativos, de salud y bienestar así como adecuación y ampliación de las instalaciones con el fin de mejorar la calidad de vida de las personas en esta etapa de su vida.

El Centro además de prestar los servicios de información; medicina preventiva; promoción y orientación social; biblioteca y prensa; ciberaula; cafetería y peluquería,... ofrece una serie de programas cualificados para estimular y lograr un envejecimiento activo manteniendo tanto la forma física como la intelectual. No sólo con la finalidad exclusiva de atender y promocionar socialmente a las personas; sus instalaciones son un hábitat confortable y acogedor, facilita la permanencia y una buena convivencia entre los socios en su interrelación y por ende contribuye de manera notable a mejorar la conciliación de sus propias familias...

Con el comienzo de la democracia

llegaron a las Comunidades Autónomas los Hogares del Jubilado dependientes del entonces Instituto Nacional de Servicios Sociales, (INSERSO).



Ampliación del Centro en el año 2009

El Gobierno de Aragón creó el IASS (Instituto Aragonés de Servicios Sociales) en 1996, con el fin de gestionar las nuevas competencias en materias de Servicios Sociales que le llegaban de las Diputaciones Provinciales y desde el Estado. En Aragón son cerca de 110.000 los usuarios de los Hogares del IASS que se reparten entre los 31 Centros por toda la geografía aragonesa. Zaragoza cuenta con 16 Centros, 69442 socios; Huesca: 7 Centros, 23.041 socios y Teruel: 8 Centros, 17271 socios.

Pilar Cavero, importante testigo, quien, el pasado mes de octubre pasó a la situación de jubilada, habiendo ejercido más de 20 años el cargo de directora, ha sido participe y gestora de una parte importante de la evolución e historia de este Centro de Barbastro que, se ha situado como puntero entre los de su categoría, por el número de socios, atención al público, instalaciones, innovaciones y actividades desarrolladas.

Desde estas páginas los que formamos el equipo de redacción de esta revista le deseamos toda la felicidad y

bienestar posible en esta nueva etapa de su vida, que sin duda también le agradecerán, por la cercanía, su propia familia y amigos. También queremos mostrarle nuestra mayor gratitud por su lealtad, ilusión y ánimo (tan necesarios

en algunos momentos), para que esta publicación no faltara a su cita con nuestros ávidos lectores. Por otro lado, recogemos la promesa de que podemos seguir contando con su apreciable colaboración en la edición de *Andamos*.

Vicente Carlos Alvira





HERENCIA YACENTE - HERENCIA VACANTE

Al referirnos a una herencia como yacente o vacante puede haber dudas en cuanto al significado de dichos términos. En el transcurso de la vida una persona ha podido adquirir un patrimonio por diversas circunstancias, trabajo, lotería, herencia, etc., que deja a sus herederos al fallecer, pero hasta que estos aceptan o renuncian a la herencia ese patrimonio se queda sin titular provisionalmente, por tanto, se considera que es una **herencia yacente**.

Durante ese periodo, las relaciones jurídicas que surgen de ese patrimonio están representadas por las personas designadas al efecto. Una vez aceptada la herencia, los herederos ya adquieren la titularidad con todos los beneficios y obligaciones que conlleva dicha patrimonio heredado. Por ejemplo, si en el conjunto de ese patrimonio forma parte un inmueble que está alquilado y es el caso de que son varias personas las que lo han heredado, estos están obligados proporcionalmente a la autoliquidación del IRPF del importe del alquiler, asimismo deben declarar en el plazo de seis meses el impuesto de sucesiones y en el mismo plazo la plusvalía de capital.

Si nos referimos a una **herencia** como **vacante** significa que el causante con vecindad civil aragonesa, no ha hecho testamento o no existen los herederos instituidos en el testamento, descendientes, ascendientes, cónyuge, hermanos, sobrinos y primos, los bienes pasan al Estado o a determinadas Comunidades como es el caso de Aragón, previa declaración judicial de herederos a favor de la Comunidad Autónoma de Aragón.



Como ejemplo de herencia yacente y vacante, voy a referirme a un caso real de una persona nacida en una ciudad de otra Comunidad Autónoma y fallecida en Barbastro en junio de 2018. Esta persona (el causante), de vecindad civil aragonesa, estaba casado y no tenía hijos, había otorgado testamento dejando como heredera a su mujer. Hasta que esa herencia tenga titular es una **herencia yacente**.

El testamento devino ineficaz por premoriencia de su heredera (fallecimiento de su mujer), no habiendo más familiares supérstites, quedó la **herencia vacante**. En febrero de 2020 se publica en el BOA una Orden por la que se dispone el inicio del Procedimiento para la declaración de la Comunidad Autónoma de Aragón como heredera legal del fallecido. Se procedió a iniciar expediente para dicha declaración y la instrucción se realizó por el Servicio de Patrimonio de la Dirección General de Patrimonio y Organización y se ordenó la publicación en el BOA. La Orden citada se expuso durante un mes en el Ayuntamiento de la ciudad donde había nacido y en el Ayuntamiento de Barbastro donde tuvo su última residencia, por si hubiera alegaciones que demostrarán que hubiera herederos que tuvieran derecho a heredar antes que la Comunidad Autónoma de Aragón.

En septiembre de 2020, se publicó en el BOA un Decreto del Dpto. de Hacienda y Administración Pública por el que se declara a la Comunidad Autónoma de Aragón como heredera legal del fallecido. La declaración se hace a beneficio de inventario. Los bienes heredados o el importe de su venta se tienen que destinar a establecimientos de beneficencia, asistencia o acción social de la comunidad, preferentemente los radicados en el municipio de Barbastro en donde el causante ha tenido su último domicilio. Se ordena la publicación de dicho Decreto en el BOA y en los Ayuntamientos respectivos de nacimiento y fallecimiento del causante. El Hospital de Nuestra Sra. de Gracia tiene preferencia a la herencia si el enfermo hubiera fallecido en el mencionado hospital.



En estos expedientes surge el problema en la liquidación del patrimonio heredado puesto que en algunos bienes hay que acudir a subastas públicas que quedan desiertas y que retrasan el importe de la herencia.

En estos casos se prevé por Ley, que si no fuera posible la venta de los bienes, estos se incorporan al Patrimonio de la Comunidad Autónoma, sin que tenga efectos en la cuenta de ingresos y gastos de la herencia.

Para poder conocer mejor los casos posibles de herencia de una persona fallecida sin hacer testamento a la que la Administración puede tener derecho, se ha ampliado la obligación de comunicación a los responsables de centros o la residencia en que hubiera vivido el causante mediante Decreto de 2014 del Gobierno de Aragón. Anteriormente esta obligación se limitaba a las autoridades y funcionarios públicos. Cualquier persona, si tiene conocimiento de que por el fallecimiento de una persona sin testamento, le puede corresponder la herencia a la Comunidad Autónoma de Aragón, podrá libremente comunicarlo por escrito al Departamento en materia de patrimonio sin por ello contraer ninguna obligación.

Según el Decreto mencionado anteriormente, si la notificación la realiza una entidad de la que dependan uno o más establecimientos de asistencia social, estos pueden ser beneficiarios de la herencia puesto que, se reconocerá a su favor el derecho a percibir **el diez por ciento** del caudal liquidado que se obtenga computando los bienes que, en su caso, se exceptúen de venta.

Respecto al derecho al premio por denunciar una herencia, tanto en Valencia como en Navarra y Galicia se reconoce al denunciante el derecho al premio, sin embargo en Cataluña se eliminó en 2014 mediante Decreto. En Aragón, por Decretos del año 2000 y 2014 del Gobierno de Aragón, se ha reducido el premio puesto que solo tienen derecho a recibir el porcentaje del diez por cierto los establecimientos mencionados anteriormente.

Actualmente, está prevista una modificación del Texto refundido de la Ley del Patrimonio de Aragón, aprobado por el decreto legislativo 4/2013.

Charo Allué

Fuentes: CDFA. Ley 33/2003 de 3 de Noviembre, Ley del Patrimonio de Aragón, aprobado por el decreto legislativo 4/2013. Decreto 185/2014 de 18 de Noviembre del Gobierno de Aragón.



PASEANDO POR CUENCA

Nos vamos seis días a Cuenca, atravesamos campos primaverales de las provincias de Zaragoza y Teruel, llegamos a nuestro destino, tras un arduo camino entre Teruel y Cuenca, casi todo él junto al rápido curso del río Turia, Guadalaviar en la Sierra de Albarracín.

Entramos a la ciudad por la Cuenca moderna, el hotel está en el centro y, tras aposentarnos, hacemos una visita a la ciudad vieja junto a una representación histórica que resulta muy agradable. Interactúan una muy buena actriz y el guía. Finalizamos bajo los “rascacielos” de más de once pisos colgados en las rocas que se precipitan sobre el río Huecar, las fachadas del patio a menos de tres metros de aquellas. Se construyeron desde los últimos pisos hacia abajo, el ático a la altura de la calle alta.

El segundo día iniciamos la marcha en autobús y rodeamos Cuenca por la carretera del sur, que bordea la orilla izquierda del río Huecar, para llegar a la parte más alta de la ciudad, Patrimonio de la Humanidad. Hace fresquito y desde el castillo vamos descendiendo, a la derecha



Rascacielos en Cuenca

la sima sobre el río Júcar, a la izquierda, también abajo, el Huecar. Enseguida se abrazan. Las vistas son impresionantes, arquitectura y naturaleza casan de una forma perfecta.

Llegamos a la Plaza Mayor: Catedral, Ayuntamiento y Convento de las Petras, bajamos hasta la representativa casa colgada que está con andamios. Más tarde visitamos la Catedral, su fachada neogótica fue reconstruida a comienzos del siglo XX, el interior muy bien conservado en distintos estilos arquitectónicos.

Por la tarde visitamos la Ciudad Encantada, en la serranía conquense, por el camino se encuentra el impresionante Mirador del Ventano del Diablo sobre un serpenteante Júcar, rocas que han erosionado y formado ventanos múltiples. La ciudad me impresiona, también la erosión ha producido formas tangibles en medio de la vegetación.

Salimos al tercer día hacia el yacimiento romano de Segóbriga. Ubicado en un cerro, muy bien preservado, incluso el teatro y el anfiteatro, así como las termas. Nos hace muy buen día y aprovechamos para estar al aire libre de este núcleo romano.



La Mancha, Quijote y molinos

llanura manchega, de historia interesante. En su plaza mayor, un hermoso edificio renacentista es Casa Consistorial. Y casi al lado la Parroquia de Santiago Apóstol, ambos Bien de Interés Cultural. En su interior una bellísima cruz de alabastro con una curiosa historia. Al lado entramos en un interesante museo de belenes, algunos italianos y, en la Torre Nueva vemos el museo etnográfico. Enfrente el enorme palacio del Marqués Valdeguerrero, habitado en alguna época del año.

Y, por la tarde, vamos hasta Alarcón. Primero divisamos el embalse y presa del mismo nombre en el río Júcar, el cual hace unos meandros y, en medio de ellos, el promontorio rocoso de la fortaleza medieval. Entramos a ella a través de la puerta abierta en la muralla, inexplicablemente en autobús. Conserva tres de sus cinco iglesias. En el castillo desde 1966 se encuentra ubicado el Parador de Turismo. La vista desde aquí impresiona. Al pie una pequeña presa.

En la quinta y última jornada hacemos la Ruta del Quijote, primero Mota del Cuervo con el museo de cerámica. En lo alto, los blancos molinos de viento; nos llevan hasta ellos en autobús, hace calor. Por la tarde en el Toboso vemos el museo de Dulcinea y el de "El Quijote", muy interesante pero que, como ya estamos agotados con la espera para acceder a él, yo, al menos, no disfruto del todo.

Regresamos de este bonito viaje por la misma ruta, dándome cuenta de que he disfrutado mucho del agua y las vías fluviales y con la sensación de que, como siempre, volveremos.



Alfarería en Mota del Cuervo

Por la tarde nos acercamos a Uclés, pueblo, monasterio y fortaleza amurallada del siglo XII. Sólo vemos el Monasterio, muy bien conservado. El castillo no se abre, según me cuenta una vecina, pero su exterior está muy restaurado y presenta un aspecto muy luminoso.

Cuarto día hacia San Clemente (unos 7000 habitantes), declarado Conjunto Histórico Artístico, enclavado en la gran



BENITO PÉREZ GALDÓS

Queremos hacer un homenaje a D. Benito Pérez Galdós en el Centenario de su muerte.

Perteneció al “Realismo”. Transformó el panorama literario español dejando a un lado el “Romanticismo” para adentrarse en el “Realismo”, dotando a la narrativa de una gran expresividad. Volcó en sus novelas la realidad de su tiempo con un maravilloso trazado de perfiles humanos.

Fue novelista, dramaturgo, cronista y político. Su primera afición fue el dibujo que luego cambió por la escritura. Era muy tímido. Le gustaba viajar por España en tren en vagones de tercera, gran observador, espiaba las conversaciones de los viajeros que luego utilizaba para sus novelas como “Fortunata y Jacinta” o “Misericordia” son retratos transversales de la sociedad madrileña, en los que aparecen tanto los barrios más acomodados como la creciente periferia metropolitana.



Dos caras, como algunas personas, tiene la parroquia de San Sebastián... mejor será decir la iglesia... dos caras que seguramente son más graciosas que bonitas: con la una mira a los barrios bajos, enfilándolos por la calle de Cañizares; con la otra al señorío mercantil de la Plaza del Ángel. Habréis notado en ambos rostros una fealdad risueña, del más puro Madrid....

MISERICORDIA 1897.

Rosa Sanz

PREMIO NOBEL DE LITERATURA 2020

Louise Glück, nació en Nueva York en 1943, ganó el premio Pulitzer de poesía en 1993 por “El iris salvaje” su primer libro traducido al castellano. Su poesía reivindica una vida sencilla, en comunidades pequeñas que ayuden a recuperar el sosiego. Trata temas como el divorcio, los problemas con su hijo, la muerte de su padre...cuestiones que analiza fríamente.

Este año, cada galardonado recibirá su diploma y medalla en su país de residencia, los actos, con una reducida audiencia en el Ayuntamiento de Estocolmo, se podrán ver en vídeo.



La mariposa

Mira, una mariposa. ¿Pediste un deseo?

Uno no pide deseos a las mariposas.

Tú hazlo. ¿Pediste uno?

Sí

Pues no cuenta.

Rosa Sanz



EN NAVIDAD

Se acerca otra Navidad.
Recuerdos de tantas vividas,
inocencia en la infancia,
sencillos regalos,
esmero en las mesas,
amor inmenso en cada casa.

Alegría en la Noche Vieja
en nuestra juventud,
propósitos, esperanzas,
brindis por el Año Nuevo,
a veces los deseos se cumplen,
fuegos de luz en el corazón.

Regalos, ilusión materna,
preparar los juguetes,
los dulces para los Reyes Magos.

Los contemplamos en Cabalgata,
ilusión en las miradas,
los niños esperan nerviosos a la mañana.

Navidad con hijos y nietos,
nuestra actividad se transforma,
ofrecemos nuestra ayuda, amor y experiencia.
Nos emociona en silencio
contemplar, vivir otra Navidad
con nuestra familia amada.

Incertidumbre, llegará la Navidad
tal vez distinta, menos expresiva,
pero el corazón lleno de alegría confía.

Los niños nos dan la vida
la esperanza sin miedos
de vivir un nuevo día.



M^a Isabel Bafaluy



HOTELES Y HOSTALES (III): HOTEL REY SANCHO RAMÍREZ

Fernando Huguet junto a su esposa Inocencia Martín adquirieron un gran terreno al final de la Avda. Ejército Español, ya en la carretera de Huesca.

Allí, edificaron en 1973 un complejo turístico, con un gran hotel que entonces era el de mayor número de habitaciones de la zona.



El hotel que sigue funcionando actualmente, cuenta con restaurante especializado en productos de la zona, sala de fiestas para las celebraciones que antes eran muy numerosas.

La discoteca Hexágono que ya cerró hace años, era muy moderna y aglutinaba a la juventud de la zona porque en aquellos años era la única en la localidad.

Además cuenta con instalaciones al aire libre, amplios jardines que también se utilizan en celebraciones, las piscinas muy concurridas en los primeros años de apertura porque Barbastro no tenía piscinas públicas entonces y pistas de tenis.

El complejo cuenta también con una gasolinera junto a la carretera.



Los hijos, a los años, se hicieron cargo de los negocios, incluida la concesión de coches de la Ford y varias gasolineras en la provincia.

En cuanto al Hotel en la actualidad continúa con buenos equipamientos en todas las habitaciones y servicios excelentes.

En estos últimos años, el hotel recibía turistas mayores de todas partes de España, dentro de Programa de Vacaciones del IMSERSO y que ahora está suspendido.

Como todos los demás hosteleros de la zona en estas fechas sufre los efectos de la pandemia sin reservas por la falta de visitantes.

Rogaremos para que esta pandemia podamos vencer y vuelva el ajetreo a este y al resto de establecimientos hoteleros de la zona.

Josefina Guillén

BARBASTRO AYER Y HOY

Esta vez traemos a esta sección dos fotografías tomadas en un intervalo de más de medio siglo. Enclave fácilmente identificable en el que el cambio ha sido muy sustancial, en un entorno céntrico y a mi parecer bien resuelta su reurbanización. Pero como decíamos al estrenar esta sección, Uds. opinarán.



AYER: Antigua vía conocida como carretera de Salas. Salida de Barbastro hacia las huertas y puente de Santa Fe dejando a la derecha el barrio del Entremuro al que se accedía por unas escaleras muy pendientes, igual que hoy en día. A la izquierda parte del gran edificio del Seminario que desapareció entre los años 1936-39. Al fondo en el centro dos grandes edificios que como los de la derecha han cambiado por sucesivas reformas.



HOY: Hoy llamada Avenida de Navarra. A la izquierda en el espacio donde estuvo el Seminario, Plaza de Aragón, conocida popularmente como “los jardinetes” y la estación de autobuses, la cual ha experimentado varias reformas desde su construcción. Allí, en la segunda planta, estuvo durante muchos años el servicio de Correos y Telégrafos, hoy ocupado por las oficinas de la Comarca del Somontano. Lo más singular de esta Plaza, es la fuente luminosa diseñada por Carlos Buigas, que en sus primeros años funcionaba cambiando de formas y colores de gran atractivo y belleza.

Javier Martí



LOS BULOS DEL VERANO

Todos los veranos surgen acontecimientos, anécdotas, sucesos que no se corresponden siempre con hechos reales. Son los típicos bulos entre los cuales están los casos de la aparición de animales singulares, de proporciones enormes y fuera de su hábitat natural.

Este año, con un verano tan caluroso y distinto por este virus que nos está cambiando la vida, han sido dos ejemplares fantásticos los protagonistas: un cocodrilo y una pantera negra.

El cocodrilo, dicen que “ha sido visto” en el río Pisuerga, cerca de Valladolid. Algunos dicen muy convencidos haber visto sus huellas, otros al mismísimo animal, muy de cerca y con muy malas intenciones. Hasta la fecha nada de ello se ha confirmado de manera seria y oficial, así que parece que este caso pasará a la historia local como un bulo veraniego más.



Lo mismo ha ocurrido en Granada con la pantera negra, casi tan famosa como la de color rosa del cine. Gente dice haberla visto, se han encontrado huellas, pero hasta ahora no se le ha podido localizar.

Y seguramente os preguntareis, y esto, ¿a qué viene? Tanto un caso como otro, pero sobretodo el del cocodrilo en el Pisuerga me ha recordado el de la culebra del río Vero a su paso por Pozán. Sobre los años 50, un verano corrió por Barbastro y comarca la siguiente noticia: Una fantástica y enorme culebra se decía que había sido vista en las inmediaciones de Pozán de Vero, por el río, causando una gran alarma que con el tiempo resultó injustificada, pues nadie llegó a verla realmente.

El caso llegó a ser tan popular y comentado que en el pregón de fiestas de aquel año, escrito y recitado tradicionalmente por los hermanos Ernesto y Enrique Torrente, se mencionaba el asunto con los siguientes versos:

*A la culebra Pozán
Ya le van siguiendo el rastro
Y aseguran que estas fiestas
Aparecerá en Barbastro*



Y hasta en la cabalgata del pregón la tal culebra participó de forma activa. Un ondulado, grueso y largo tronco de árbol, muy bien pintado, simulaba al terrorífico animal con gran realismo.

Lo del cocodrilo de Valladolid parece que ha perdido fuerza y lo de la pantera de Granada está también por resolver. Entre tanto, periódicos y televisiones nos entretienen cada verano con estas noticias que generalmente suelen acabar como bulos de verano.

Javier Martí

REFLEXIÓN EN LA PANDEMIA

En los años que tengo, y son muchos, no he vivido ninguno tan malo como éste que estamos acabando, (¿será por ser bisiesto?)



Resistimos a los efectos de la postguerra con escaseces, con cartillas de racionamiento, comiendo aquel pan negro, (que no era ni pan ni negro), sin estufas en la escuela, con carencias de lo más elemental y en un ambiente oscuro y casi tétrico;

poco a poco fuimos saliendo de aquel bache con mucha resignación y trabajo, y la sociedad en general consiguió un bienestar bastante aceptable al que la juventud no le ha dado la importancia que se merece, por no haber sufrido en sus carnes lo que nos tocó pasar a los mayores.

Cuando estábamos acostumbrados a llevar una vida normal y mejor, con los adelantos técnicos, sociales y algún que otro llamémosle lujo, llegó de golpe, sin esperarla ni deseársela, esta maldita PANDEMIA que ha frenado en seco nuestras vidas, haciéndonos modificar actitudes y costumbres sociales hasta el extremo del CONFINAMIENTO.

Y aquí es donde quería llegar: la parte NEGATIVA de este paréntesis en nuestras vidas ha sido la pérdida de personas queridas, aislamiento más paro, caos económico del que saldremos con dificultad, distanciamiento social, problemas sanitarios (aun contando no haber pillado el bicho) y un largo etcétera.

Y como todo tiene su parte POSITIVA (que no se si llegará nunca a equipararse), ha sido tener el tiempo suficiente para reflexionar, darnos cuenta de que no somos nada, ordenar nuestro cerebro y nuestros armarios, escribir, recordar a muchos amigos, echarles una mano, escuchar música y hacer gimnasia para reforzar nuestros viejos músculos; para creernos que aún somos jóvenes para encararnos con la pandemia y lo que venga.

José Antonio Ferraz



UNA NAVIDAD DISTINA

Recuerdo con agrado y nostalgia cómo antiguamente, siendo un niño, en nuestra casa del pueblo se celebraba la fiesta de Navidad. Mi madre, ya por la mañana, preparaba el cardo que habíamos cogido en el huerto para esta ocasión; con el bacalao troceado puesto a remojo para desalar, desde cuatro o cinco días antes, y que mi padre había comprado de salazón en casa 'Pereta' en el último viaje a Barbastro. Yo disfrutaba de todos estos preparativos en la cocina.

La tía 'Mariana' (muy mayor), remangada hasta los codos, limpiaba la escarola sentada en la 'cadiera' junto a la lumbre del hogar; desde la despensa, encima de la tabla de la masadera, se extendía por el ambiente un aroma de dulces y repostería, de las bandejas con polvorones de manteca, castañas, higos secos, turrone... y de los 'empanadicos' de miel y almendra, calabaza y cabello de ángel, que en días anteriores habían preparado las familias en el 'forno' del pueblo.

Mi padre, ya por la tarde en el patio de la casa cortaba la 'toza' de un tronco grande que ya tenía reservado en el monte para alumbrar y calentar esta noche durante la cena y que a modo de bendición vertía sobre ella con mucha emoción una copa de vino añejo del tonel del granero y pedía salud y bienestar para todos los reunidos. "Es la tradición que viene de nuestros antepasados", nos comentaba, Mariana, que vivía sola y todos los años celebraba con nosotros la '**Noche de Navidad**'. Para ella se reservaba siempre el sitio preferente de la mesa abatible de la 'cadiera' cerca del hogar, los demás, mis padres, mi hermana y yo también en torno a la lumbre dábamos buena cuenta de los manjares preparados para la cena, y finalizando luego cantando, a coro, algunos villancicos en el pequeño Belén que habíamos instalado con figuras de barro y musgo de verdad. Así celebrábamos con esta gran velada el nacimiento del '**Niño Jesús**'.



El tiempo transcurre velozmente y pasados los años nuestra celebración navideña también va cambiando, aunque lo esencial siempre prevalece como es para los creyentes el nacimiento de Jesús y la reunión familiar en torno a la mesa. Los niños/as adelantan las peticiones de juguetes y golosinas al Papá Noel (figura anglo-sajona) para la noche de Navidad que, reciben al pie del árbol iluminado después de la cena, y con los aparatos móviles se desean

felicidad a familiares, se comunican con los amigos y se pueden ver en la pantalla. Pero la celebración de este año está condicionada por el efecto de la pandemia mundial del Covid-19, donde las restricciones establecidas por las autoridades

sanitarias de movilidad y reunión de la población, hace que a partir de un número determinado de personas no sea aconsejable las reuniones por el riesgo de contraer el virus. Es una Navidad distinta.

Será difícil explicar a nuestros nietos/as que, en tiempos pasados también fuimos muy felices celebrando sin pantallas y aparatos telemáticos la Navidad. **¡Feliz Navidad a todos!**

Vicente Carlos Alvira

VIDEO LLAMADAS: IMPRESCINDIBLES EN LA PANDEMIA

Durante el confinamiento algunos mayores que no estaban familiarizados con las nuevas tecnologías han tenido que “aprender a marchas forzadas” para tener contacto telefónico o por videollamada con sus familiares a través de plataformas digitales y redes sociales.

Si no se disponía de un móvil inteligente, una tablet u ordenador y no conocía su funcionamiento, sus hijos o familiares han tenido que proporcionarles el dispositivo y además han tenido que formarles en la distancia, cómo conectarse con información básica, casi intuitivamente.



La tecnología ha sido la solución para posibilitar el que además de hablar con nuestras familias y amigos, podamos verlos, hablar con los nietos y contarnos nuestro día a día.

Ha sido imprescindible para saber cómo están nuestros enfermos en el hospital y nuestros mayores en la residencia ayudados siempre por el personal que atiende.

En resumen, se ha puesto de manifiesto que conocer nuevas tecnologías es muy importante en este mundo cada vez más tecnológico, para las personas mayores.

Hay que hacer un esfuerzo en formarnos para que puedan continuar con nuestras relaciones sociales cuando no se pueda mantener contacto social personal, algo que si bien puede darse en muchas situaciones, este año ha sido casi de modo permanente.

En definitiva, os animamos a utilizar las videollamadas porque es una herramienta sencilla que nos ayudará a combatir la soledad y continuar con nuestras relaciones familiares y sociales.

¡Bienvenida tecnología!

Andamos



EN LA MESA

En este año pandémico, las comidas familiares en las fiestas de Diciembre y Año Nuevo serán en grupos burbuja, como en los colegios, solo los convivientes. Ya no está la familia extensa, no habrá bullicio ni cuñados para los chistes... pero no por ello los platos elaborados van a ser de menor importancia. Hay que sobreponerse y elaborar un rico menú que al ser solo para los de casa será más fácil adecuarlo al gusto de todos.

El compartir vendrá a los postres, de la mano de las nuevas tecnologías y a través del teléfono, con mensajes y videollamadas.

Os proponemos un menú, sencillo que se prepara en un santiamén y dejará tiempo libre al encargado/a de realizarlo. Los postres como siempre serán variados, algo de fruta para aligerar y que no falten los tradicionales: el pastillo y el guirlache.

Recordamos como siempre la importancia de consumir productos de proximidad.

Otra opción muy interesante ya que seremos menos en la mesa es encargar el menú ya elaborado. Este año más que nunca hay que favorecer a los comerciantes y restauradores locales.

¡Ojalá el próximo año volvamos a tener que ampliar de nuevo las mesas de nuestras casas!

PIERNA DE CORDERO RELLENA

Ingredientes: (para 4-6 personas):

- | | |
|--|----------------------------------|
| ⇒ 1 pierna de cordero de 1,600Kg. deshuesada | ⇒ 100gr. de guisantes |
| <u>Para el relleno:</u> | ⇒ Un pellizco de azúcar |
| ⇒ 15gr. de mantequilla | ⇒ 25gr. de pan rallado |
| ⇒ 3 cebolletas limpias y picadas | ⇒ 25gr. de jamón cocido picadito |

Elaboración:

1. Calentar el horno a 180°.
2. Fundir la mantequilla con la cebolleta y los guisantes, añadir el azúcar y una cucharada de agua, cocer 10 minutos y salpimentar.
3. Retirar el cazo del fuego y agregar el pan rallado y el jamón cocido.
4. Pasar el relleno a la cavidad de la pierna de cordero y coser la abertura.
5. Poner la pierna en una rustidera y asarla arriba del horno aproximadamente 1 ½ horas. Servir caliente.



MERLUZA CON GULAS Y GAMBAS AL AJILLO

Ingredientes:

- ⇒ Lomos de merluza
- ⇒ Gambas grandes
- ⇒ Gulas
- ⇒ 1 diente de ajo
- ⇒ Guindilla
- ⇒ Sal
- ⇒ Pimienta molida variada
- ⇒ Aceite de oliva



Elaboración:

Poner a precalentar el horno a una temperatura de 200°. Echar un chorrito de aceite de oliva en una fuente de horno, colocar los lomos de merluza encima, salpimentarlos y ponerlos al horno.

Poner una sartén al fuego con un chorro de aceite, cuando esté caliente añadir el ajo troceado con una guindilla y dorar. Añadir a la sartén las gulas y las gambas peladas y saltear unos minutos. Salsear todo con el jugo de la sartén y servir caliente.

MANZANA ASADA CON FRUTOS SECOS

Ingredientes:

- ⇒ 4 manzanas reinetas
- ⇒ 75 gr. de dátiles
- ⇒ 75gr. de pasas sultanas
- ⇒ Zumo de una naranja
- ⇒ 4 cucharadas soperas de petit suisse de limón.
- ⇒ 4 cucharadas de té de azúcar moreno.
- ⇒ Azúcar y nata para servir.

Elaboración:

1. Calentar el horno a 180°.
2. Limpiar el centro de las manzanas.
3. Rellenar los centros de las manzanas con los dátiles, las pasas bien picados y mezclados con el zumo de naranja y los petit suisse
4. Poner al horno durante 40 minutos.
5. Servir al gusto templadas o frías.





EL HUERTO EN OTOÑO

Tras un verano poco lluvioso en el Somontano de Barbastro con un clima muy caluroso y prolongado, mucho más allá del 15 (Virgen de Agosto) que, antiguamente era cuando llegaban los primeros truenos y con las tormentas ya empezaba a refrescar por la noche, el tiempo cambiaba y teníamos que proteger algunas plantas con el fin de recoger las semillas para guardar. Si bien en la tierra llana ha llovido sólo



Caquis o palosantos

algunos días, contados, con gran intensidad, en la montaña, en las cabeceras de los ríos Cinca, Ésera e Isábena, ha sido muy intensa la lluvia caída, por lo que en los embalses de las cuencas de estos ríos no ha faltado el agua para los regantes.

En general los cultivos de verano han ido muy bien, recolectando abundantes tomates, pimientos, berenjenas, judietas verdes, sandías... También en esta campaña los árboles frutales han sido muy generosos, tanto que, a finales de Octubre todavía recogíamos algunas variedades de manzanas, como la 'verde doncella', la 'granny smith' y los jugosos y apreciados 'caquis', 'palosantos' en nuestra tierra (por las fechas de su maduración) y 'kakis' en japonés.

En cuanto a enfermedades y plagas, si se colocan al lado de los cultivos algunas plantas aromáticas como la salvia, menta, orégano, espliego, romero y la albahaca, en este caso, para proteger los pimentoneros. Con ellas los insectos y pulgones nocivos no atacan tanto a los vegetales y a los frutos, los ahuyentan; sin embargo la araña roja hay que mantenerla controlada y más cuando los calores aprietan. Un remedio que da buenos resultados preventivos es espolvorear con azufre por las mañanas con cierta humedad y mojar las hojas y plantas de vez en cuando al atardecer, todo esto según sea el alcance del daño.

Una vez recogidas las patatas estercolamos bien la parcela y la preparamos para plantar las coles y escarolas de invierno, tarea que realizamos en dos tandas con las coles, la primera, a partir del 10 de Agosto (San Lorenzo) plantamos las de grumo 'Indianas', pellas tempranas y otra después de las fiestas de Barbastro, pella verde, romanesco y brócoli, tardíos. Y en cuatro veces para las escarolas cada quince días con diferentes variedades: híbridas, cabello de ángel y la 'buda' o 'francesa' que resulta de la mezcla de lechuga y escarola, son muy duraderas y resistentes a la humedad del invierno.

Ya en el mes de octubre vamos realizando algunas tareas de limpieza en los rosales, fresales, plantas secas de la huerta, árboles frutales, parras, quitar ramas secas y atamos los cardos para la cena de Navidad que se han de tapar para

blanquear a principio de Noviembre y recoger los estolones de las freseras para trasplantar a un nuevo terreno y regenerar el fresal. Descubrimos algunos injertos para ver si habían unido, que los realizamos en el mes de Agosto a yema dormida (escudete) sobre cerezo temprano (burlat), ciruela claudia del país y algunas variedades modernas de melocotón amarillo. También es el momento de preparar el abono orgánico que aportaremos a los pies de los árboles y parcelas a lo largo de estos meses.

Este otoño, como novedad y de forma experimental, hemos sembrado bajo túnel de plástico cebolla '**Barletta**', y plantar después como cebolla de invierno cuyo rendimiento, se cree que es muy alto. Su bulbo semiachatado es blanco, delicado y de pulpa tierna y un poco picante, es una variedad muy apropiada para producir cebollino.



Cardos atados

Características del cultivo.

1. Tierra y fertilización. Se aconseja cultivarla en tierra aireada y rica en orgánicos, aunque son poco exigentes y se pueden plantar en parcela después de las espinacas, acelgas o lechugas.
2. Siembra. Se puede hacer directamente en la tierra de cultivo, semillero bajo túnel protector o en cama caliente.
3. Trasplante. Para el consumo en tierno no es preciso el trasplante y en poblaciones densas se obtienen bulbitos para encurtidos. En general se trasplantan cuando ya han crecido después de (80-90 días), se cortan las raíces de la base 2 cm para un mejor agarre y brote de las raíces y mayor desarrollo de los bulbos.
4. Cuidados. Escardar cuidadosamente o arranque las malas hierbas, regar si el tiempo es seco, no al contrario si es húmedo, utilizar algún tipo de acolchado suave. Cuando hayan engordado cesar el riego y limpiar el suelo y el acolchado para exponer mejor al sol la superficie de los bulbos.
5. Consejos. Cuando el bulbo está totalmente formado se aconseja doblar los tallos para aumentar el tamaño y evitar el espigado de la cebolla.
6. Plagas. Puede tener la mosca, podredumbre banca, mildium y los pájaros.
7. Asociaciones. Se aconseja cultivar la 'Barletta' junto a pimientos, berenjenas, lechugas, tomates, zanahorias y melones ya que estos tienen un crecimiento relativamente horizontal y la cebolla es más vertical. No es conveniente cultivar con plantas de la misma familia como ajos puerros ni tampoco con las habas y guisantes.

Vicente Carlos Alvira



EJERCICIOS EN NUESTRO HOGAR

Ha caído en nuestras manos un articulito que nos ha hecho recordar con nostalgia infinita las actividades físicas de nuestro Hogar de Mayores.

Reproducimos lo que nos parece más interesante de cara a ponerlo en práctica, mientras esperamos llegue pronto el momento de reunirnos de forma presencial.

Tenemos en nuestra casa objetos cotidianos a los que normalmente no prestamos atención y que nos pueden ayudar en nuestro propósito de mantenernos en forma.

La silla, que tanto utilizamos en alguna de las clases: con ella podemos hacer flexiones de brazos apoyándose en el respaldo, sentadillas flexionando hasta 90 grados y sin llegar a sentarse, subir y bajar las piernas alternándolas...

El palo de una fregona o escoba nos ayudará a hacer rotaciones de tronco situándolo por encima de los trapecios...

Las botellas de agua podemos convertirlas en pesas llenándolas de agua o arena.

La pared, apoyamos los antebrazos en ella y con el cuerpo inclinado, realizamos patadas de glúteos, levantando la pierna hacia atrás...

La alfombra, para realizar ejercicio en ella: los clásicos abdominales, llevar una rodilla al pecho y el codo contrario hacia esa rodilla, apoyar los pies con las piernas flexionadas 90 grados y elevaciones de la pelvis...

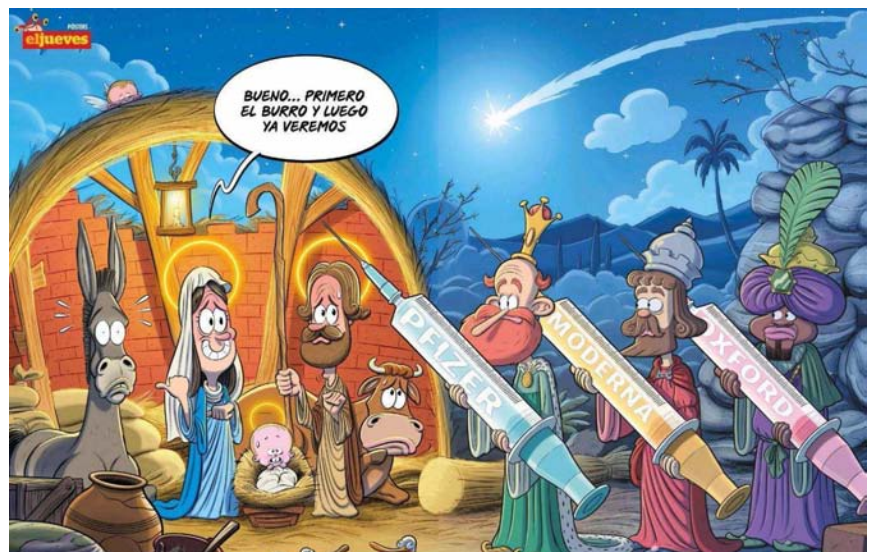
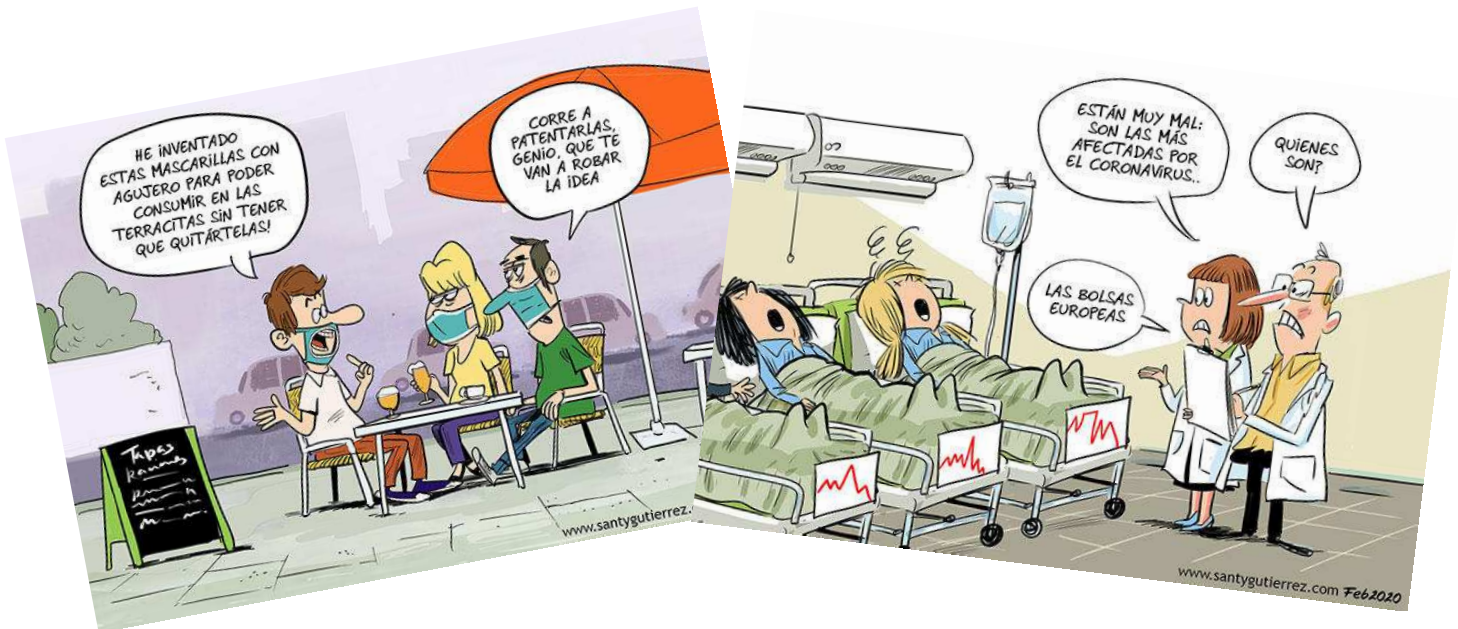
La toalla para realizar estiramientos.

Y **caminar**, subir y bajar **escaleras**.

Con estas prácticas hacemos ejercicio cardiovascular, muscular y de estiramientos, para trabajar la flexibilidad. ¡Ánimo!



Humor por las redes....





LOGOGRAMAS

Esta actividad consiste en obtener nuevas palabras a partir de otras dadas.

Hay que formar palabras con las letras de cada una de las palabras propuestas. No está permitido repetir letras de una misma palabra; es decir, solo se puede usar cada letra una sola vez en cada nueva palabra (excepto si alguna letra ya está repetida en la palabra original; es decir, si hay dos “a” se pueden usar dos “a” en la nueva palabra, pero si solo hay una “m”, solo se podrá usar una “m” en la nueva palabra).

No es necesario usar todas las letras cada vez. Se admiten verbos conjugados, pero procurar no repetir distintas formas o derivados de una misma palabra (por ejemplo, corro, corre, correr, etc.; rana, ranas, etc.). Se aceptan nombres propios.

Habilidades ejercitadas:

- Atención.
- Lectura, léxico y vocabulario.
- Capacidad de planificación y sistematización.

Para estos días, proponemos buscar palabras nuevas con las letras de cada una de las siguientes palabras.

Os aconsejamos que os cojáis una hoja para cada una de las palabras propuestas, y vais anotando todas las que os vayan saliendo.

Mucho ánimo y paciencia, ya que salen muchísimas.

NACIMIENTO POLVORONES

EJERCITA TU MEMORIA

Recordamos a todos nuestros lectores que en el blog “EJERCITA TU MEMORIA” están las actividades que han preparado desde Ocio y Vida Somontano para mantener la mente activa. A partir del mes de julio, el formato fue más tipo “acertijo” con una periodicidad de 3 días a la semana, y además, ahora ya están disponibles todas las soluciones.

Siempre es bueno recordar algunos de los ejercicios que en su momentos no pudiéramos hacer. Os recordamos el enlace al blog:

<https://ejercitatumemoriaconocioyvida.blogspot.com/>



FELICITACIÓN

Vamos a continuar elaborando nuestro boletín de forma virtual como hicimos con el número anterior, queremos seguir adelante y ser el nexo de los mayores.

Os deseamos salud, sed conscientes del peligro sin que caigáis en un análisis nefasto de la situación pues saldremos de ésta, estamos en un momento crucial en el que se hace más necesario que nunca reflexionar.

No os olvidéis de poner el champán en la nevera. ¡Feliz año nuevo!

El equipo de redacción



Acuarela pintada por José A. Ferraz

***La nieve, que ha
llegado a
nuestros montes,
nos ilusiona como
niños mayores
que somos.***

***¡FELIZ 2021!
Hogar de Mayores
del IASS Barbastro***

Recordamos el Teléfono del Mayor, que atiende y canaliza las demandas de las personas mayores de Aragón

IAS Instituto Aragonés de Servicios Sociales

SERVICIO DE ATENCIÓN TELEFÓNICA A PERSONAS MAYORES

RECUERDA

900 25 26 26

... tu tranquilidad es nuestra meta

Atención inmediata • Información • Apoyo emocional
365 días al año • Servicio gratuito

GOBIERNO DE ARAGON



LA GRIPE ESPAÑOLA

Surgió entre los soldados norteamericanos que luchaban en Francia durante la 1ª Guerra Mundial. Fue la mayor de las epidemias sufridas por la Humanidad desde la Peste Negra medieval. A pesar de no comenzar en España se la denominó así debido al tratamiento que recibió en los medios de comunicación españoles, los cuales informaron sobre la pandemia sin ningún tipo de censura al ser España un país neutral en la 1ª Guerra Mundial, a diferencia de otros países que estaban más centrados en resolver sus problemas bélicos.

Se llevó un tercio de la población mundial, atacó a los jóvenes y a los pobres, hubo un momento que en los negocios no quedaban hombres para hacerse cargo, y se abrió la puerta a las mujeres, se las llamó “mujeres de repuesto”. Para 1920, las mujeres eran el 21% de todos los empleados del país.



Ese mismo año el Congreso de E.E.U.U. ratificó la novena enmienda de su Constitución, se otorgaba el derecho al voto de las mujeres.

En 1923, la Liga de la Naciones, creó la Organización de la Salud, la OMS no llegaría hasta 1948.

Hay tres lecciones que nos dejó la pandemia de 1918:

- ⇒ El cambio climático que puede modificar los patrones de migración de las aves llevando virus pandémicos a nuevas ubicaciones.
- ⇒ La demografía, que nos advierte de la vulnerabilidad de ciertos grupos de población.
- ⇒ La resistencia a los antibióticos.

Según la OPS, las Compañías farmacéuticas trabajaron día y noche para producir una vacuna, pero el virus desapareció antes de que se pudiera siquiera aislarlo. Según “La Gaceta Médica” el virus desapareció tal y como había llegado.

Dos autoras se ocupan de investigar sobre el tema: Laura Spinney, periodista científica, novelista y escritora, en su libro “El jinete pálido” Ed. Planeta, y Catherine Arnold “Pandemia 1918” en Amazon, ha sido la primera maestra de St Edmund’s College, Cambridge.

Rosa Sanz