

bienestar a su familia. Como consecuencia de todos estos condicionamientos y renunciaciones, las mujeres valoramos tanto ahora que se tengan en cuenta nuestras preferencias y deseos, que se respete nuestra voluntad y nuestro derecho a decidir en pie de igualdad con los hombres. Y la edad avanzada no debe ser ningún obstáculo para conseguirlo. Más bien, se convierte, como ya he dicho y se dice en la guía, en una oportunidad.

¿Qué otro tipo de reflexiones se van a encontrar los lectores de este ameno manual?

Destacaría, entre las que se contienen en la guía, tres recomendaciones fundamentales para vivir con bienestar y plenitud durante la mediana y la avanzada edad. En primer lugar, cuidarse (alimentarse correcta y saludablemente sin olvidarse de beber mucha agua, practicar ejercicio físico todos los días, y acudir a consulta médica periódica). En segundo lugar, evitar el aislamiento y cuidar nuestras relaciones sociales (salir de casa todos los días; quedar y charlar con las amigas y amigos que ya tenemos y recuperar o buscar nuevas amistades; cuidar nuestra relación de pareja, si la tene-

“ Si bien es verdad que se ha avanzado mucho, aún estamos lejos de alcanzar una sociedad verdaderamente igualitaria. A las mujeres todavía nos cuesta arrancar espacios privilegiados que tradicionalmente han sido de ellos”

mos y, si no, abrimos a nuevas relaciones; disfrutar de la familia sin sobrecargarnos de responsabilidades). Y en tercer lugar, realizar proyectos personales o sociales nuevos, que se relacionen con nuestros gustos (aprender, viajar, bailar, practicar la afición que más nos guste, apuntarse a una asociación, a un centro cultural, a una organización de voluntariado, etcétera).

Seguir estas tres recomendaciones es, por otra parte, la mejor garantía de vivir muchos años en buenas condiciones de salud y de vitalidad, evitando o disminuyendo el riesgo de tener enfermedades y situa-

ciones de dependencia. Merece la pena intentarlo. En definitiva, podemos resumir el contenido de la guía diciendo que el envejecimiento nos proporciona una oportunidad para pasar de cuidar a cuidarnos, para reflexionar sobre lo que es mejor para nosotras mismas y planificar nuestra vida de acuerdo con ello y siguiendo nuestros deseos. Quiero agradecer públicamente al equipo de mujeres que ha trabajado con empeño para que esta guía viera la luz: autoras, asesoras y coordinadora. Y, naturalmente, también al Imsero, por la iniciativa de publicarla.

¿Durante el periodo comprendido entre septiembre de 2008 y enero de 2010 estuvo al frente de la Dirección General del Imsero. ¿Le quedó algún proyecto sin ejecutar relacionado con el envejecimiento activo de las personas mayores?

Los avances sociales nunca pueden darse por acabados. Durante el periodo que tuve el honor de dirigir el Imsero iniciamos diversos proyectos en esta línea, de acuerdo con el programa del actual Gobierno en materia de atención a mayores. Me referiré sólo a uno

de ellos. Comenzamos los trabajos preparatorios para la elaboración del Libro Blanco del Envejecimiento Activo, con el fin de que sirviera de base a la elaboración de un Plan de Acción Integral.

Se trata de un proyecto muy ambicioso en el que se realizó un buen conjunto de investigaciones para basar las propuestas que se hagan en el conocimiento. También invitamos a participar, además de al movimiento asociativo de personas mayores, a grandes expertos e intelectuales de nuestro país para que aportaran sus ideas y reflexiones.

El objetivo de todo ello es obtener un conjunto de líneas de acción para apoyar desde los poderes públicos el logro de conseguir vivir muchos años disminuyendo los riesgos de enfermedad y dependencia, y mejorando también las oportunidades de participación social de las personas mayores.

Supongo que pronto se dará a conocer el resultado de todas esas aportaciones y del Plan de Acción subsiguiente que tiene proyectado el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad.

¿Cree que las administraciones centrales, autonómicas y locales deberían dar

una mayor prioridad a las políticas sociales encaminadas a fomentar este tipo de programas?

Sin duda. El momento es el adecuado, una vez garantizado el proceso de despliegue de la Ley de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a Personas en Situación de Dependencia.

Además de la iniciativa del Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad a la que ya me he referido, también otras comunidades autónomas, como Andalucía (que ya ha presentado su propio Libro Blanco del envejecimiento activo), están trabajando en esa línea.

Por otra parte, el hecho de que 2012 haya sido declarado por la Unión Europea el Año Europeo del Envejecimiento Activo, favorece que todas las administraciones públicas, y también el resto de instituciones y entidades que tienen que ver con el bienestar social, desarrollen sus propias iniciativas para avanzar en las actuaciones tendentes a afrontar el fenómeno del envejecimiento como lo que debe ser: una gran oportunidad de enriquecimiento para las personas y para la propia sociedad.

Aepum celebrará en Alicante su próximo Congreso anual

Se quiere incidir en el análisis de enseñanzas específicas para mayores en las universidades

Redacción EM

La Asociación Estatal de Programas Universitarios para Mayores (Aepum) y la Universidad Internacional Menéndez Pelayo organizan el IV Congreso Iberoamericano de Universidades para Mayores que se celebrará en Alicante-España del 27 al 30 de junio de 2011.

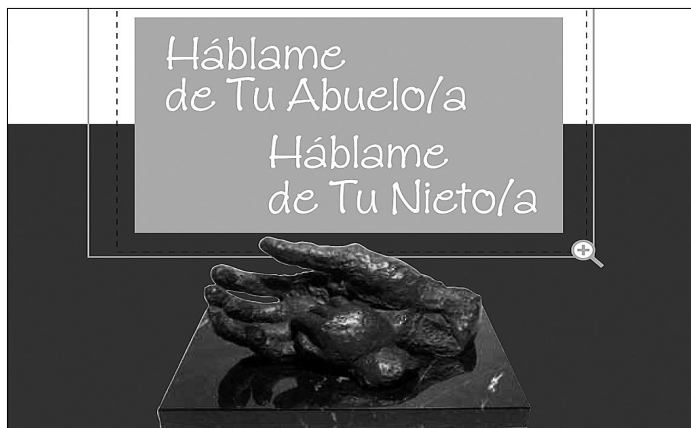
Este encuentro se inscribe en el marco de la cooperación nacional e internacional entre grupos de investigadores y universidades con programas universitarios para personas mayores y experiencias educativas de adultos.

Con este Congreso se quiere incidir en la necesidad de profundizar en los análisis de las enseñanzas específicas para mayores en las universidades, entendidas como la formación permanente y a lo largo de la vida, necesarias para responder al reto del envejeci-

miento de la población, para consolidar una sociedad abierta a todas las edades, capaz de reducir la pobreza y de fomentar la inclusión de grupos marginados, la participación social y promover la ciudadanía activa.

Una de las principales novedades de este evento es que incorporará diversas perspectivas de las universidades e instituciones responsables de las políticas educativas y sociales que afectan a la formación para mayores, así como los trabajos y análisis de investigadores de los campos y áreas de conocimiento de las Ciencias de la Educación, Gerontología, Sociología del Envejecimiento y de otras materias del ámbito de las Ciencias Sociales, Humanidades, Salud, y Nuevas Tecnologías, que puedan aportar investigaciones, resultados y propuestas pertinentes a las temáticas del Congreso.

Un concurso de narrativa une a abuelos y nietos



Redacción EM

La Confederación Española de Organizaciones de Mayores (Ceoma), en colaboración con la Fundación SM y la Obra Social de Caja Madrid, convocaron el concurso intergeneracional literario y de dibujo "Háblame de tu abuelo. Háblame de tu nieto" con el que se quiere "poner en relieve" la relación entre abuelos y nietos, según explicaron desde la entidad.

Este premio, que este año celebra su XIII edición, también persigue potenciar el diálogo intergubernamental. Por ello, podrán

presentarse al certamen abuelos y niños de entre 3 y 16 años de edad, alumnos de Educación Infantil, Primaria y Secundaria Obligatoria de colegios públicos, concertados y privados de toda España.

Los trabajos consistirán en un relato corto, con una extensión máxima de cinco folios, o en un dibujo. Además, el concurso está dividido en las categorías "Abuelos y Nietos", "Nietos" y "Abuelos".

Los interesados en participar deberán remitir sus trabajos, antes del viernes 25 de marzo, a la sede de Ceoma (Calle Alcalá, 114 - 6º B CP. 28009 Madrid).

Cermi y la Once presentan el Libro Blanco del Eurotaxi

Redacción EM

La Fundación Once y el Cermi (Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad) presentaron, en Málaga, el Libro Blanco del Eurotaxi "Un taxi para todos", un documento que analiza los principales problemas detectados por los agentes implicados en este sector y las líneas de actuación propuestas para la implantación del taxi accesible en todos los municipios.

El principal objetivo del Libro Blanco del Eurotaxi es analizar un proyecto pionero impulsado por Fundación Once con la colaboración del Imsero para conseguir un servicio del taxi normalizado. "20 años después del inicio del proyecto", señalaron desde el Cermi. Insistieron en que "nos preocupa la situación de este servicio que no se acaba de consolidar de una manera sostenible".