



Revista del Aula Permanente de Formación Abierta

EL SENADO

de la Universidad de Granada



sumario

Introducción / Colofón > 3 Relevo en El Senado > 3 Editorial / Aluma > 4

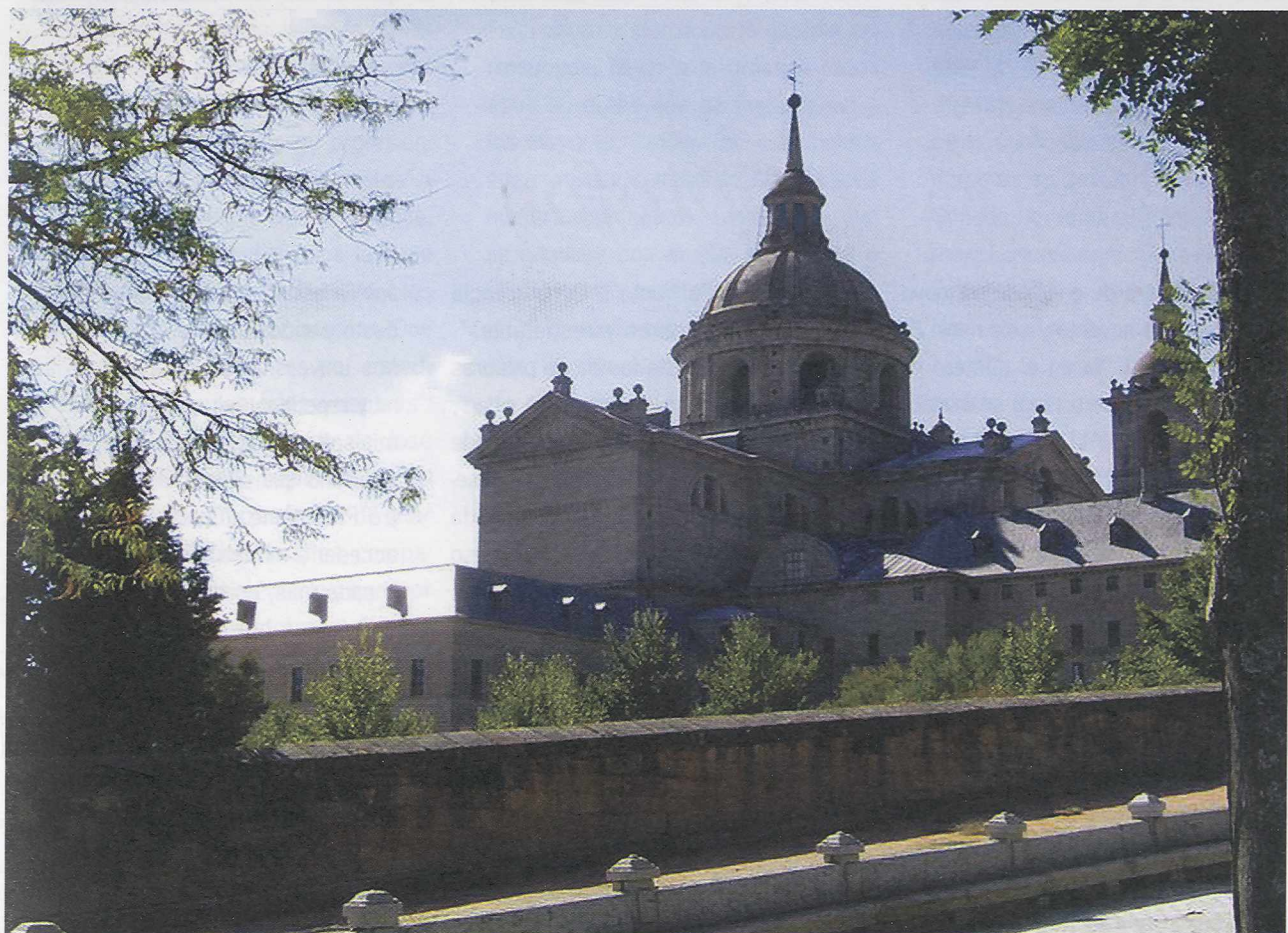
Antequera > 6 Puntos de vista y experiencias > 9 VII Encuentro Nacional de Programas Universitarios para Mayores > 14

La felicidad > 22 El Rincón de la Peosía > 24 ¿Qué es el vino? > 26 Lo mejor de 2003 > 28 Cocina y algo de humor > 32

VII Encuentro Nacional de Programas

Universitarios para Mayores

Celebrado en San Lorenzo de El Escorial el pasado mes de octubre



Introducción

Queridos compañeros y amigos:

Un año más quiero dirigiros una palabra a todos, principalmente a nuestros socios para que sirvan de bienvenida a los nuevos alumnos que este año nos honran con su presencia en las aulas.

Como Presidente de nuestra Asociación, deseo daros una semblanza de la misma. Está creada para compensar los huecos que dejan las clases y contribuir así al bienestar de todos. Establecemos una serie de visitas guiadas de interés cultural, dentro de nuestra ciudad y fuera de ella, abarcando todo el territorio nacional y quizá con alguna incursión fuera de nuestras fronteras.

Tenemos además unos actos lúdicos que ayudan a que se establezca una corriente de amistad y compañerismo entre los nuevos y los que ya llevan varios años, siguiendo al pie de la letra el nombre de nuestras Patronas, Santa Felicidad y Santa Perpetua (algunos llevan ocho años como alumnos). Estos actos lúdicos son: El Día de la Convivencia, La comida de Navidad, el Día de las Patronas, la comida de San Antón y la Fiesta de Fin de Curso.

Colaboramos con el Aula, organizando viajes culturales de las asignaturas que los precisan y que determinen algunos profesores, en definitiva, estamos estrechamente unidos a las Directoras del Aula, ayudando en todas las actuaciones en las que necesitan de nosotros.

Me extendería demasiado si pormenorizara cada una de nuestras actuaciones, lo que si quiero significar es que todos nuestros actos solo tienen una finalidad, el beneficio de no sólo los socios, sino de todos los alumnos en general. En muchos casos son acciones que darán sus frutos en promociones quizás lejanas pero que precisan ya de esfuerzos encaminados a lograr unos fines determinados.

Reitero mi bienvenida a todos, y os deseo una feliz estancia entre nosotros. Un abrazo.... **a**

José Luis Andrade

Colofón

El primero de enero de mil novecientos noventa y seis nació EL SENADO. Ya en el número de presentación (número cero) se invitaba a los socios de ALUMA a elegir un nombre para su boletín. Copio al pie de la letra lo que decíamos entonces: "Para facilitaros la labor, os proponemos el nombre de "EL SENADO". Puestos a pensar, el *senado* era la asamblea de patricios que formaba el Consejo supremo de la antigua Roma. Pero es que hoy, además de significar ese *corpo legislativo que en muchos Estados lo forman personas escogidas entre los más sabios y cultos y guapos y esbeltos* y todo eso, además significa, según el Diccionario de la

Real Academia "junta o concurrencia de personas graves y respetables". Por otra parte, esta familia de palabras derivadas de *senex* 'mayor de edad', culmina en un sustantivo que no puede tener un sentido más digno: *senior* "señor", "señora", que aplicamos nada menos que a Dios, "el Señor". Por eso nos gusta como muestra este botón... Después de estos años en que he colaborado con vosotros, empezando por aquel enclenque número 0, en blanco y negro hasta el de marzo de este año, que está feo que uno lo diga, pero que es una preciosidad, ha llegado el momento del *colofón* que es una forma bonita y muy griega de decir 'término'. "En cualquier actividad,

aun en esta pequeñita de dirigir un modesto periódico de un grupo de alumnos universitarios, la gente se hace muy repetida y falta de ideas (hablo de mí, sobre todo) por lo que fue muy oportuno que pidiera el relevo a nuestro Presidente. (Gracias, tocayo, por acceder a mi petición).

Y nada más, os deseo cuarto y mitad de arrojo y bravura, quilos de valor y quintales de acierto a los que os vais a enfrentar con la nueva etapa de EL SENADO. Mis palmadas en las espaldas a los varones y mis besitos cariñosos a las féminas. Que Dios reparta suerte. Un abrazo... **a**

Pepe Luis Márquez

Sigo con la faena

Tras el saludo y relevo de José Luis Márquez, me apetece expresarme en clave de humor, de respeto y en argot taurino: Tomo la alternativa y recojo los trastos para “matar”. Como él mismo dice, espero tener arrojo y bravura suficientes, para enfrentarme a este “toro” de Mihura-digo de “EL SENADO”-y, poder rematar con dignidad, una faena que, según testigos de su propia “cuadrilla, él realizó brillantemente durante siete largos años y, que yo, acabo de iniciar con más miedo que vergüenza.. No tengo la suerte de conocer a José Luis. Tampoco la de haberle leído. Sin embargo, a través de este Colofón que pone Término a un trabajo bien hecho, se refleja su estilo elegante y culto, no exento de buen humor y, su sensatez para pensar que le llegó la hora de tomar una decisión: la de dejar su “oficio”. La de “cortarse la coleta” como figuradamente hace el torero cuando se retira de su profesión. La entrega de sus “armas y trastos” a la persona que viene a relevarle que, al parecer, soy yo. La culpa la tiene Cari, el presidente de ALUMA y los demás. También yo por aceptar. Que Dios reparta suerte. ¡Va por usted, maestro y por “ustedes vosotros”! Antes de solicitar el saludo de José Luis Márquez, tenía preparado un artículo hablando precisamente de ¿Por qué SENADO?, que muchos compañeros(as)- especialmente los que por primera vez se incorporan al AULA y de paso a ALUMA- se preguntan. Creo que es oportuno seguir el hilo de su exposición.

Se trata de justificar con argumentos el por qué de un título. Veamos. Prestigio profesional, conocimientos adquiridos a lo largo de la vida y calidad humana. ¿Acaso –SENADO–

porque estas cualidades sumas, se adquieren con el ejercicio del trabajo y la actitud de entrega a la enseñanza e investigación de muchos años? ¿Por la experiencia y seriedad tal vez? Las razones del por qué SENADO, tienen sentido.

Pero existe una acepción que puede ser definitiva. Resulta que un senado(da) es una persona sensata, cuerda y juiciosa. Creo que aquí puede estar el quid o esencia de la cuestión. Los Mayores, pese a nuestra personalidad, carácter y talante humano diferentes, estamos lejos de ser, insensatos, ligeros o frívolos o poco juiciosos. Presentar o seguir otro comportamiento distinto, no tendría sentido, llamaría poderosamente la atención.

De esta forma, el por qué SENADO ya está más que definido y justificado. Falta ahora y, por la parte que me corresponde, llevar a la práctica todos esos atributos que se les asignan a los Mayores. Reflejar en este boletín informativo y cultural de ALUMA toda nuestra experiencia, (enseñanza que se adquiere con el uso, la práctica o el vivir); toda nuestra sabiduría (si no en el conocimiento profundo en ciencias, letras o artes- que eso es privilegio de pocos-) sí en esa sabiduría del pueblo, que dicen da la vida y los muchos años que dedicas a una profesión determinada y, por último, todo nuestro bagaje, nuestra ilusión y nuestro buen hacer, a través de una conducta optimista, reflexiva y prudente; similar a la que nos corresponde ejercer y, que inequívocamente, se espera de nosotros. Es decir: Mayoría de edad, no sólo de años, sino también de sentido común, conocimiento, experiencia, razonamiento y seriedad. En resumen. Todo aquello que nos distingue e identifica.

Antes de finalizar el curso 2002-2003, me propusieron colaborar con “EL SENADO” Al final, y sin saber por qué, (tal vez porque me encanta este tipo de retos) asumí, primero la colaboración, después la coordinación y, más tarde todo lo demás. Como quiera que considero que “EL SENADO” es la revista de todos y para todos, que tiene que ser plural, rica y variada en opiniones; directa optimista y sincera; pedí de inmediato la colaboración de algunas compañeras de curso. Me respondieron de maravilla. Solicité después el trabajo de directivos y profesorado de ALUMA y del AULA. Sus escritos–experiencia, conocimiento y dedicación- han dado brillo, prestigio y calidad humana, a numerosas páginas de este ejemplar. De igual forma quiero destacar la colaboración de dos grandes profesionales del periodismo granadino –(Rafael M. Miranda y Guillermo Soria durante muchos años en IDEAL y otras publicaciones) que aprovechándome de su amistad, les pedí para El Senado, la Editorial y un poco de Humor. Lo conseguí. Gracias a todos. Espero que, y como dice Mari Carmen–responsable de Actividades de ALUMA-, a pesar de lo alto que haya podido dejar el listón José Luis; los lectores, no sean demasiado críticos y, si lo son, que lo sean bajo la perspectiva de la crítica constructiva. Es más. Les sugiero algo. ¿Por qué no sustituyen las protestas por las propuestas? Vendría muy bien de cara al futuro, tanto a “EL SENADO” como a mí. Termino. Ya tienen en sus manos el ejemplar número 11 del nuevo Año 2004. Por favor. Antes de pronunciarse, léanlo despacio y con interés. Muchas gracias. **a**

Editorial > Madurar en la edad madura

No debiéramos aceptar eso de la *Tercera Edad*. ¿Por qué no hay segunda o primera edad? Tercera Edad suena a algo así como a material de desecho, a lo que queda arrumbado, como para con el Tercer Mundo, que es como un colgajo de los países ricos, a los que no se les conoce por primer o segundo mundo. Desde hace algún tiempo va prevaleciendo la expresión *mayores*. Y eso sí que está bien, porque nadie puede negar que mayores sí que los somos.

Somos mayores pero no estamos en la vejez, en la ancianidad, aunque algunos periodistas, por rutina que viene desde hace más de un siglo, sigan escribiendo aquello de "ha sido atropellado un anciano de sesenta años" ¿Cuánto tiempo hace ya que a lo sesenta años se deja de ser anciano y se conti-

núa trabajando, con el mismo rendimiento, o más que el jovencuelo que escribió lo del anciano?

Nosotros estamos en la edad madura. Hay maduros más jóvenes y maduros más mayores. Y nosotros estamos entre los más mayores de los maduros. Pero maduros. Y maduros y todo, nos ha dado por volver a estudiar en una Universidad, como la de Granada, que nos abre las puertas, nos ofrece sus aulas y pone a nuestro servicio a profesores magníficos.

Estudiar supone madurar. Y nosotros hemos decidido madurar más en la edad madura. Unos tal vez, porque no han tenido antes oportunidades para adquirir una cultura que les satisfaga. Otros, incluso, pueden tener título universitario, pero hay materias que les hubiera gustado dominar desde hace

tiempo, como pudiera ser un biólogo o un jurista a quien le apasione la Historia, y ahora, jubilados, pueden dedicarle tiempo.

Dicen que el saber no ocupa lugar. Pero subir sí que eleva al que va sabiendo más. La experiencia, maestra de la vida, nos eleva mucho. Pero nosotros queremos que esa experiencia madure más aún con el conocimiento, científicamente adquirido, de cosas nuevas.

Por eso, estamos ahora sentados en una bancas, como cuando teníamos 6 años o 15 ó 20, pero con una ilusión más madura. Porque estamos aquí sin que nadie nos obligue, y no necesitamos estar para labrar nuestro futuro, sino para no dejar que nuestra mente envejezca, si la autorrecluímos por tener complejo de Tercera Edad. **a**

ALUMA > Actividades

Queridos Compañeros/as:

Voy a estrenar esta nueva etapa del Senado, dando la bienvenida a Plácida, su directora, deseándole mucha suerte en esta difícil tarea, y mucho más, por tener que ser comparada (aunque sin deseárselo) con la etapa anterior, donde mi querido y admirado Pepe Luis Márquez (él lo sabe), dejó el listón tan alto, con sus magníficos ejemplares. Pero yo, Plácida, te deseo toda la suerte del mundo.

Voy a comentaros las distintas y diversas actividades programada para estos dos trimestres. Con tanta antelación no podemos fijar las fechas exactas, pero sí las recibiréis (como siempre) por correo detalladas, además de anunciarlas en los tablonés de Medicina y Ciencias, como venimos haciendo puntualmente. Comenzamos:

Día de San Antón. Comida para conservar la tradición de la famosa "OLLA".

Visita al "Hospital de la Tiña", recientemente restaurado.

Visita también a la Mezquita Musulmana. Otro día iremos al Sacromonte en la fecha más próxima a San Cecilio.

¡Cómo no! No dejaremos de acudir al flamante Museo Picasso de Málaga.

Iremos también a ver la Casa de Las Miguelminas, que aún siendo de Granada la mayoría, me parece que se desconoce. Celebraremos como se merecen a nuestras Patronas Santa Felicidad y Perpetua, con una Misa cantada por nuestro coro y una comida.

Iremos a las "Edades del Hombre" a Ávila y también a Segovia.

"Museo Histórico de la Universidad" y el "Museo de Arte Moderno".

Alhama de Granada, tan histórica.

Dejaremos algún viernes para el Aula, como son "Congreso provincial" que este

año corresponde organizarlo en Guadix y la visita que el profesor de la asignatura "Potencialidades Turísticas" organiza a la "Depresión de Guadix".

Nos queda por comentar la cena fin de curso y el viaje.

Éste, ahora nos os puedo decir a donde será, barajamos varios sitios, iremos estudiando cual será el más atractivo, y ya os lo diremos.

Conforme se reajusten las fechas, irá saliendo alguna cosa más, como puede ser es la visita al Realejo.

Espero que este largo y variado programa de visitas os agrade. Se me olvidaba deciros que se admiten sugerencias sobre algo importante que nos interese visitar. Reitero mi bienvenida a Plácida y mis deseos de que le salga perfecto. **a**

Un abrazo.

Mary Carmen

Vivencias compartidas

Soy alumna del AULA de la Primera Promoción (de la primera hora nada digo yo) Soy una forofa de nuestra Universidad. Me gusta muchísimo. Entre otras cosas porque no hay exámenes. Conozco un refranillo que dice: ¿Quién no tembló? Quien nunca se examinó. Si a esto se añade que no pasan lista, y que no existe competitividad alguna, pues ya me dirán. En este caso, lo más importante son las personas, ya que los títulos tampoco cuentan para nada. Una situación académica atípica pero entrañablemente humana y muy interesante como ven.

La pausa entre clase y clase; lo que llamamos recreo, es puntual y fantástico. Se toma café, hablamos y surgen amistades. Yo he conseguido amigos extraordinarios que vivían a tiro de piedra en mi misma calle y que no había visto nunca y otros muchos que no conocía de nada. A veces cuesta conseguir amigos. Recuerdo que me sentaba en clase al lado de una compañera muy sabihonda y autosuficiente; me marqué el reto de ser su amiga y lo conseguí. Igualmente mantengo una estrecha amistad con la mujer de un profesor del AULA. Nos visitamos de vez en cuando y coincidimos los veranos.

Jubilada anticipadamente, me enteré de la existencia de la Universidad de Mayores. No lo pensé dos veces. Me matriculé y éste es el décimo año que lo he hecho y así hasta que el cuerpo aguante puesto que no hay límite para inscribirse las veces que se quiera. ¡Qué alegría Dios mío!

He vivido la fundación de ALUMA, asociación que se creó pensando que con el tercer curso, se terminaba el AULA y no queríamos que esto ocurriera. Afortunadamente después de un curso sin nada, surgió el Segundo Ciclo y ya sin parar hasta ahora. En este curso algunos nos matriculamos en Medio Ambien-

te asistiendo a clase con los estudiantes jóvenes que nos trataron tan bien, como los propios profesores.

Quiero contaros que ALUMA es la Asociación del AULA; colaboramos con ella y somos su parte lúdico-cultural. ALUMA es el complemento del AULA. Casi me atrevo a decir que hay una simbiosis; de tal forma, que el AULA sin ALUMA, no estaría completa, y por supuesto, ALUMA sin el AULA, difícilmente podría existir. Formé parte de la primera Junta directiva de ALUMA como vocal de Estatutos y, actualmente soy la secretaria. Gracias a ALUMA estoy conociendo más en profundidad a mi bella Granada. Sus calles, sus monumentos, sus conventos, sus fuentes, sus aljibes, sus barrios, especialmente el Albaicín. Gracias a ALUMA, he recorrido España casi entera con sus catedrales, museos, monumentos, acompañados siempre de guías cualificados que nos enseñan de cerca la historia y el arte de todo lo que vemos sobre la marcha. El buen ambiente, la camaradería y la buena organización reinan entre todos(as) El trabajo y la ilusión para que todas las excursiones e itinerarios marcados, salgan lo mejor posible, corre a cargo de nuestra Vocal de Actividades Mari Carmen, cuya entrega a esta función de grupo y asociación, es absoluta.

Anecdóticamente, les cuento también, que llevo cuatro años matriculada en tai chi. Un arte marcial muy suave en sus movimientos que te hace mantener la mente y el cuerpo en perfecto equilibrio y que te permite sentirte muy bien. ¿Cómo se me ocurrió? Un día, en el Pabellón de Deportes, después de terminar sofrogimnasia me dije: ¡Tengo una duda existencial! En qué me matriculo: ¿en bailes de salón o tai chi? Una chica joven y guapa, además de psicóloga, pasó por mi lado, le hice gracia y se encargó de darme la solución. Me aconse-

jó que optara por el tai chi porque me iba a sentar y a sentir muy bien. Al final y como soy muy novelera, no sólo me matriculé en tai chi, sino que también lo hice en baile de salón. La experiencia fue magnífica.

No quiero dejar de recordar los días de la petanca. Los que sabían jugar nos enseñaban a los que no teníamos idea. Manuel Ocaña- que ya no está con nosotros- me enseñó a romper y lo hacía bastante bien (no tengo abuela) Estuvimos en varios campeonatos. En uno de estos viajes, no sólo nos perdimos, sino que se nos averió el coche y ninguno teníamos móvil. Al final pasó un taxi y llamamos a Ayuda en Carretera. Regresamos a Granada, pero como era el cumpleaños de Pedro Rubio- que también se fue- nos dedicamos a celebrarlo. No olvidaré nunca cuando Pedro y yo ganamos la medalla de oro en el último campeonato de Petanca. Yo llegué a casa con mi medalla puesta al igual que mi nieto cuando gana un campeonato de yudo. En aquella ocasión le ganamos a los mejores. ¿Tuvimos suerte? No. Que jugamos mejor. (Sigo sin tener abuela) ¡Ay qué pena que las neuronas nos abandonen! Yo suelo decir que sólo me queda una y que a veces se me duerme y puede que sea verdad. Pero... ¡yo no quiero ser mayor! Quedaron atrás tantos acontecimientos vividos a lo largo de estos años, que no puedo dejar de sentir una gran satisfacción al recordar el haberlos disfrutado plenamente: Congresos, convivencias, viajes, aperitivos, clases, las patronas, etc. Cuando lo pienso me siento feliz. Pero dejemos la añoranza y vivamos el presente a tope. Es lo más importante. El pasado ya pasó y el futuro está por venir. ¡Feliz 2004 y a seguir disfrutando de la vida y de los buenos momentos que nos brinda el AULA! **a**

María Luisa Vázquez



© The Hebrew University of Jerusalem & The Jewish National & University Library

Su nombre deriva del adjetivo latino antiquus (antiguo) por su considerable antigüedad ya en aquella época

Antequera

Tras la excursión de Antequera queremos hacer un breve recorrido por este conjunto histórico artístico de la provincia malagueña y dejar constancia en nuestras páginas de las bellezas guardadas en nuestra hermosa tierra andaluza

HISTORIA

Se remonta su existencia hasta unos cinco mil años cuando se levantaron los dólmenes de Menga, Viera y el Romeral aunque existen vestigios arqueológicos de mayor antigüedad. Los mencionados se encuentran próximos a la ciudad.

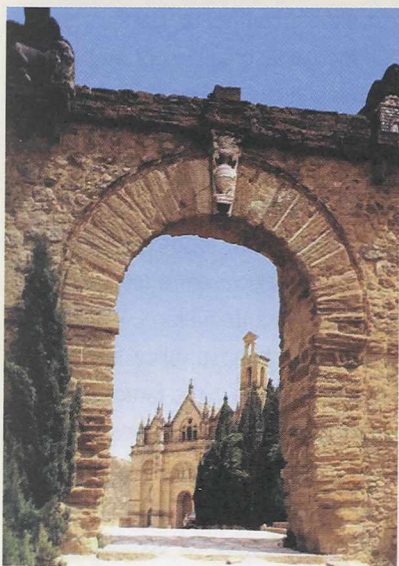
Su pasado romano, cuando era *Antikaria*, o *Antiquaria* dejó huellas en el llamado Arco de los Gigantes o en su Museo municipal en el que destaca el *Efebo de Antequera*. El castillo que domina su paisaje es de época árabe perteneciendo al-Andalus hasta que el infante castellano don Fernando, luego rey primero de su nombre en Aragón y Sicilia (1380-1416),

la tomara en 1410 por lo que ha sido apodado *el de Antequera*. El mismo personaje la otorgó su escudo de armas con una jarra de azucenas, un león y un castillo de oro en fondo blanco con las iniciales A.T.Q., que al parecer se refieren a su nombre. En noviembre de 1441 recibió el título de ciudad por la victoria obtenida por sus habitantes en la batalla del Chaparral o de Los Cuernos durante las guerras de Granada, reino al que pertenecía, contra los musulmanes, por lo que también recibiría el lema inscrito en su escudo de P.S.A. "por su amor. A partir de esas fechas la Antequera cristiana crece y traspasa los muros del

castillo para extenderse por las llanuras en las que se levantan y todavía se conservan edificio civiles y religiosos que abarcan estilos renacentistas y barrocos junto a la arquitectura de los barrios populares con sus encaladas fachadas que convierten la ciudad en un de las más típicas y hermosas de nuestra Andalucía. Su desarrollo económico permitió el asentamiento de diversas órdenes religiosas que, a entre los siglos XVI al XVIII, levantaron conventos e iglesias notables de las que todavía se conservan muestras así como de los palacios y mansiones de las familias nobles allí asentadas desde su reconquista.

LA CIUDAD Y SUS MONUMENTOS

Debido a su expansión la actual Antequera se ubica en la margen izquierda del río Guadalhorce que la bordea, también regada su vega por el río de la Villa, y al norte de la Sierra del Torcal, barrera que la aleja del barullo turístico de la Málaga y su costa, mientras que se convierte en álgido centro rural de importantes capitales andaluzas como Granada, Córdoba y Sevilla. En su tiempo tuvo fábricas de las conocidas *mantas de Antequera* y de curtidos, hoy renovadas en un Polígono Industrial, y son famosos desde hace siglos sus mantecados, roscos, alfajores y otros dulces que proclaman el nombre de su ciudad por toda la geografía nacional. Por sus hermosos edificios, conventos iglesias y palacios hoy la ciudad es considerada conjunto histórico artístico nacional.



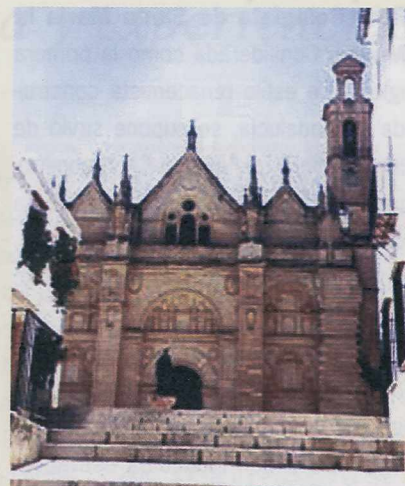
Arco de los Gigantes Remonta su origen a 1585 levantado en honor de Felipe II, cuando se colocaron sobre sus muros lápidas y estatuas representativas de su historia romana por lo que ha sido considerado el primer museo de esta modalidad en toda España. Celebró los 400 años de existencia en 1985 ampliando su contenido con muestras traídas del Museo municipal.



Castillo Árabe. De su obra original conserva algunas murallas y torres, en especial la Blanca y la del Homenaje en la que se destaca el reloj de Papabellotas además de alberga la campana de la ciudad en un templete renacentista. También alberga un parque en el que se alojan los restos del antiguo castillo

Ermita de la Virgen de Espera o Puerta de Málaga. En su tiempo formó parte de la segunda cerca de la Alcazaba, próxima a la Torre Blanca y comunicaba, por un arco de medio punto de ladrillo, el recinto interior de la muralla con el exterior, siendo modificada su estructura más tarde para convertirla en ermita.

Palacio de Nájera o Museo Municipal. Es un hermoso edificio del siglo XVIII notable por su torre-mirador enplazado en una de sus esquinas y por su famosa pieza *el Efebo de Antequera*, escultura de bronce del siglo I, que representa a un jovencito desnudo y es considerada la pieza más antigua y bella de todas las que se conservan en España. También conviene destacar un busto romano en mármol de Druso el Mayor, príncipe del siglo I. También en esculturas es digna de mención el San Francisco de Asís de Pedro de Mena En su pinacoteca tenemos obras de Bocanegra y Mohecano, del antequerano Cristóbal Toral. Notable es también su colección de orfebrería, retablos, santos vestiduras sagradas y muebles, su Archivo y Biblioteca y una colección de objetos relacionados con usos y costumbres populares.



Iglesia Colegial de San Sebastián

A fines del siglo XVII se trasladó a este templo desde Santa María la iglesia Colegial obra de Francisco Andrés Burguenio, en la que destaca una fachada renacentista con su torre barroca de ladrillo cocido. Tanto su exterior como la fuente renacentista de la Plaza del Arco en la calle Nueva y la silueta del Castillo destacándose en lo alto forman uno de los conjuntos más singulares de la ciudad.

Muchas otras iglesias de Antequera resultan de igual interés aunque, entre ellas, nos limitaremos a mencionar la de San Francisco, la de San Agustín, la de las Descalzas, la de la Madre de Dios, o la de San Juan de Dios formando todas un valioso conjunto monumental. En su arquitectura civil destacaremos el Palacio de los Marqueses de la Peña, del siglo XVI; el de los Marqueses de las Escalonias, el Palacio Municipal y la Casa de los Pardo (hoy Banco Hispano-Americano) del siglo XVII; el Palacio de los Nájera (hoy alberga el Museo Municipal), la Casa de los Pinofiel, la Casa de los Condes de Colchado, el Palacio de Villadarias, la Casa de los Colarte (Museo) y la Casa de los Barones de Sabasona del siglo, todos del siglo XVIII. Modernos ya del siglo XX son la Casa Sarrailier del arquitecto Aníbal González y los edificios de la Caja de Ahorros de Antequera y el Teatro-Cine Torcal.

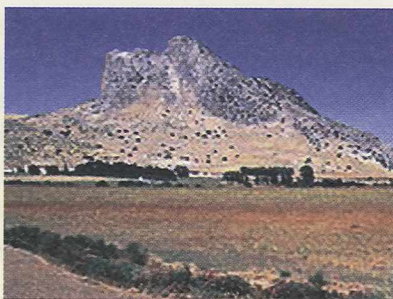
Real Colegiata de Santa María la Mayor. Considerada como la primera iglesia de estilo renacentista construida en Andalucía, se supone sirvió de modelo para que Alonso Cano construyera la catedral de Granada. Consta de dos cuerpos dividido en tres ejes, con un enorme arco de medio punto sobre la puerta central y que contrasta con los dos laterales. La fachada queda rematada por una balaustrada ciega sobre la que se levanta un triple frontispicio con pináculos estriados. En su interior tenemos una planta basilica sobre la encontramos un recinto de grandes proporciones adornado con columnas jónico-renacentista que dividen las tres naves y se cubren con una techumbre mudéjar del siglo XVII. Actualmente se suele utilizar como sala de conciertos. Notables son los tres retablos de la capilla mayor, dorador los laterales y el central profusamente decorado con columnas, angeletes, santos y netamente barroco.



Los Dólmenes. Las mal llamadas cuevas de la Menga, de Viera y del Romeral se integran en el conjunto de dólmenes más importante de Europa con los que se patentiza la importancia del valle regado por el Guadalhorce hace ya más de cinco mil años. Son unas construcciones funerarias formadas por grandes piedras recubiertas de tierra que parecen montículos propios del paisaje. El mayor en tamaño corresponde a la llamada Cueva de la Menga y que por su perfecto estado se considera el mejor conservado del

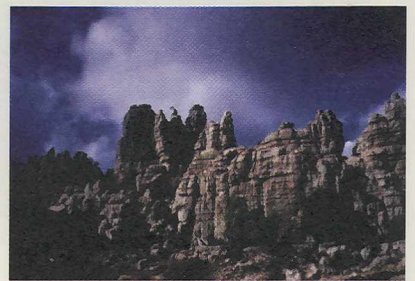
mundo prehistórico. La enorme losa que cubre su techo se calcula debe pesar unas ciento ochenta toneladas y está sostenida por tres monolitos. En su proximidad está el dolmen de Viera cuyo nombre se debe a los hermanos Viera, jardineros municipales que lo descubrieron en 1905. De inferiores dimensiones que el anterior está labrado sobre piedra y se calcula debió construirse unos cien años después del ya mencionado. También descubierto en el mismo año por los Viera es el del Romeral, es de forma circular cerrada por una falsa cúpula por lo que es el primer ejemplo europeo de su clase, siguiendo el modelo de la cámara del Tesoro de Atreo en Micenas. Otra de sus características consiste en que sus paredes está formadas por lajas de piedra unidas con barro. Habiéndose podido fijar su fecha de construcción hacia el año 1800 antes de J.C.

Iglesia de Nuestra Señora de los Remedios. Pertenece al siglo XVII con planta de cruz latina, capillas laterales y cubierta casi en toda su totalidad por pinturas. En su altar mayor, barroco exagerado y dorado, del siglo XVIII, alberga diversas imágenes y en un camarín central de la Virgen titular patrona de Antequera. En otra época el edificio formaba parte del antiguo convento de franciscanos de los siglos XVI al XVIII, parte del cual hoy es el Ayuntamiento de la ciudad donde se conserva su hermoso claustro.



La Peña de los Enamorados. En los límites con Archidona se levanta esa

peña donde, según la historia, concluyó la trágica historia de amor de una joven musulmana de Archidona y un joven cristiano de Antequera quienes, quienes no pudiendo luchar contra las imposiciones religiosas de sus respectivos y antagónicos mundos huyeron a caballo perseguidos por soldados musulmanes que cercaron la peña donde se habían refugiado los amantes que, antes de separarse, prefirieron morir junto abrazados despeñándose desde el precipicio.



La Sierra del Torcal. En un conjunto de unos 30 km cuadrados se encuentra este monumental paraje turístico Kárstico indescriptible por su belleza a las fantásticas figuras creadas por el agua en la naturaleza.

GASTRONOMÍA

Su cocina cubre todos los platos típicos de Andalucía entre los que destaca *la porra antequerana*, el *guiso de patatas*, su famoso dulce *bienmesabe* de origen árabe y sus famosos *mantecados*, *alfajores*, *polvorones*, etc.

Dos dichos famosos mencionan esta ciudad: "Salga el sol por Antequera y póngase por donde quiera" está relacionado con las mencionadas guerras de Granada. El segundo, "el disimulo de Antequera, la cabeza tapada y el culo fuera" hace referencia al personaje que advertido de llevar rota la parte trasera de sus pantalones para evitar que se le reconociese se tapó la cabeza con su capa. **a**

El Aula



Puntos de vista y experiencias



*Ante el nuevo curso
2003-2004*

Estamos de lleno en el curso 2.003-2.004 que se presenta cargado de novedades. Hemos intentando renovar nuestra programación para atender la demanda de la mayoría de los alumnos y, en este sentido, una de nuestras principales propuestas es la organización de actividades prácticas que complementan las enseñanzas teóricas. Así, la asignatura "Goya y el arte de su tiempo" se ha programado junto con una excursión de dos días para visitar el Madrid de Goya y, de esta manera, poder ampliar los conocimientos teóricos adquiridos en el Aula. Otras asignaturas como "Hispania: aproximación a la arquitectura y al urbanismo", "Energías renovables" y "El hombre y su medio ambiente. Ecología Humana", también serán complementadas con excursiones guiadas por especialistas a lugares relacionados con los distintos temas. En la organización de estas actividades, que dan personalidad y calidad al Aula, conta-

mos con la inestimable ayuda de la Asociación de Alumnos ALUMA; esta asociación ha puesto al servicio del Aula su experiencia en la puesta en marcha de visitas culturales, y es de justicia agradecerse muy sinceramente desde estas líneas. Otras actividades como el Teatro también arrancan con fuerza en este curso. Y ello sin olvidar las clases de Informática, Idiomas, Coro, Taller de Salud, Naturaleza Práctica, Flamenco, etc. que están plenamente consolidadas en nuestro plan de estudios. Tenemos especial ilusión en los resultados que podamos obtener en nuestros proyectos de investigación y desarrollo para los que vuestra colaboración es imprescindible. ¿Cómo cuantificar la mejora en la calidad de vida de alumnos universitarios mayores asociada al aprendizaje de nuevas tecnologías, o de hábitos de vida saludables, si no es con vuestra ayuda?. Pensamos que merece la pena apostar por este tipo de proyectos para hacer ver a la sociedad, con datos objetivos, los beneficios que aportan los programas universitarios para mayores y de esta forma afianzar nuestros apoyos. Estamos en la era de las comunicaciones y la informática tiene en nuestras vidas un papel protagonista, por

eso pretendemos introducirla no sólo en la enseñanza de nuevas tecnologías, sino también en el intercambio de información con otras Aulas y en la posibilidad de seguir aprendiendo a través de nuestra página web. En este sentido, nos gustaría mucho poner en marcha otro proyecto, que consiste en formar a los alumnos mayores que ya han cursado tres años de informática, con nuestros profesores, para que puedan preparar las asignaturas del Aula para ser consultadas a través de la página web. De esta manera si algún alumno no puede asistir a clase por cualquier circunstancia podría en todo caso consultar lo que se ha explicado a través de Internet. En definitiva, lo que queremos es hacer una aula de apoyo virtual para llegar a más personas interesadas en la formación que ofertamos. Hasta este momento tenemos la idea y los profesores, sólo nos falta buscar financiación y seguro que la vamos a encontrar si somos capaces de explicar nuestro proyecto con ilusión y con claridad a las Instituciones. Nos ilusiona también pensar en la preparación del VII Encuentro Provincial que tendrá lugar en Guadix en la primavera que viene. En él, podremos intercambiar opiniones sobre la marcha del curso, confrontar los distin-

tos puntos de vista y debatir juntos los temas de actualidad del Aula.

El intercambio con la Universidad de Mayores de Carolina del Norte es otra de nuestras apuestas de expansión y mejora de actividades. Ya se ha iniciado el Seminario para estudiar la vida y costumbres en Estados Unidos y pronto empezaremos a comunicarnos a través de correos electrónicos y video-conferencias con los alumnos mayores americanos, de modo que a partir del verano podamos poner en marcha el programa de intercambio mutuo.

Ya sabéis que estamos dispuestos a modificar y adaptar nuestros esquemas siempre que sea para conseguir un servicio de mayor calidad.

Deseamos a todos un curso lleno de satisfacciones que colme los deseos de aprender con los que habéis venido a la Universidad, y desde aquí os invito a los alumnos del Aula y, en general, a cualquier lector de esta revista a proponer cuantas ideas penséis que se pueden incorporar a estas actividades que la Universidad de Granada pone a vuestro servicio. **a**

*María López-Jurado
Romero de la Cruz*

*Directora Primer Ciclo y sedes
provinciales. Aula permanente de
Formación Abierta*



Vida positiva ¿en qué creemos?

"La persona no se ve distorsionada por los acontecimientos, sino por la visión que tiene de ellos" EPICETETO

Me han pedido una colaboración como profesora del Aula y como sugerencia me han dicho ¡pero que sea algo muy positivo y práctico para sentirnos mejor, eh! Así que he decidido escribir algo sobre formas positivas de pensar y de vivir.

Desde estas líneas os invito, queridos amigos(as) con quienes he compartido horas de clases, charlas, cañas con tapa, confidencias... a liberar vuestra mente de preocupaciones, inquietudes, perezas, automatismos... a quedaros en reposo y silencio por fuera y por dentro, a sentaros para que las aguas se aquieten y aparezca el mundo sumergido que hay dentro de vosotros. Bajo las aguas revueltas de la inquietud y el cansancio, hay un tesoro escondido que podéis hallar. Yo he conocido muchos de los vuestros, me he sorprendido, maravillado y alegrado por ello y me siento agradecida a todos los que me habéis regalado la confianza de vuestras experiencias vitales. Ellas también me orientan y ayudan a mí como persona, como terapeuta y como profesora. Así que va por vosotros.

El punto clave de toda transformación humana es la comprensión de sí mismo; y la comprensión empieza por darse cuenta de los propios pensamientos. En casi todos los momentos de nuestra vida consciente estamos en conversación con nosotros mismos; es nuestro lenguaje interno del pensamiento y da lugar a las frases con que describimos e interpretamos el mundo. Si este lenguaje y diálogo con nosotros mismos es preciso y se ajusta a la realidad, no es fuente de problemas; si es absurdo y no es exacto con respecto a lo real, puede producir estrés y otros trastornos emocionales.

Si pensamos en nuestra mente como una ventana abierta al mundo, sus cristales dejan pasar, filtran, impiden o colo-

rean todo cuanto llega a nosotros. Todo depende pues de nuestra mirada. Una terapia y una educación de la visión se sitúa en esta dimensión; hacer más saludable nuestra forma de mirar la vida, las cosas, a nosotros mismos, a los demás. Debemos reflexionar sobre nosotros mismos si queremos comprendernos y transformarnos interiormente.

Al observar, hemos de ir más allá de lo externo, de las máscaras o apariencias, traspasar los comportamientos, los nuestros y los de los demás. No debemos quedarnos con una visión plana de superficie, sin profundidad ni perspectiva. Hemos de alcanzar el sentimiento que hay detrás de toda conducta: temor, inseguridad, alegría, desánimo, firmeza... Todo comportamiento es el resultado de un modo personal de experimentar los hechos en cada momento. Ante un mismo suceso, cada persona reacciona de forma distinta.

Pero no basta con que nos hagamos conscientes de los sentimientos y aprendamos a expresarlos. Debemos observar y conocer qué ideas fluyen dentro de nosotros, qué creencias de base tenemos. Porque cada persona tiene unas creencias, una visión personal acerca de la realidad que le rodea: tengo una idea de cómo soy yo, cómo son los demás, la vida, el mundo. Miramos la vida desde estos presupuestos, y estos parámetros de conducta constituyen mi personalidad, lo que yo soy o creo que soy.

A lo largo de nuestra vida, y sobre todo en la infancia, se van generando reacciones afectivas frente a los hechos vitales; cuando se repiten de forma continuada, terminan consolidando "moldes" internos, patrones que condicionan toda nuestra conducta: la forma que tenemos de ver las cosas y las personas, y desde ahí relacionarnos con todo ello. Y así, esa consolidación continúa a lo largo de nuestro ciclo vital; por eso, aunque tengamos cuarenta, sesenta u ochenta años, podemos seguirle la pista a esas cartas de navegación que han marcado el rumbo de nuestras vidas.

Las experiencias se expresan en máximas internas, una especie de códigos de programación mental, más o menos conscientes, que se repiten en nuestra vida diaria. Desde nuestras creencias brotan en nosotros los sentimientos.

Las creencias son necesarias; nos dan seguridad, nos dicen

¿Qué significa para mí, y por qué me matriculé en el aula abierta de formación permanente para mayores?

Para mí la Universidad era mi asignatura pendiente. Me casé muy joven y con 25

años ya tenía tres hijos en este mundo. Cuando la menor tenía 6 años y yo pensaba que ya estaban criados, una amiga me animó para hacer un curso de acceso a la Universidad para mayores precisamente de 25 años. Ya me

estaba decidiendo cuando me encontré esperando un nuevo hijo, y a los dos años estaba esperando el quinto. Mis planes se vieron de nuevo imposibles de lograr pues estaba claro que tenía que dedicarme a la familia.

Ya madurita, una amiga me habló de los cursos de mayores, de lo interesantes que eran, del profesorado que era buenísimo, de lo que se esforzaban por hacer las clases amenas, la oportunidad de conocer nuevas perso-

quiénes somos y quiénes son los demás, qué puedo esperar de la vida, cómo tengo que comportarme... son puntos cardinales que orientan nuestro caminar por las rutas de la vida. No es posible vivir sin creencias, pero las hay irracionales, absurdas, dañinas, que limitan nuestro desarrollo personal y entorpecen nuestros movimientos.

La actitud del espectador

En ocasiones, la vida es aquello que ocurre mientras nosotros estamos mirando hacia otro lado; estamos ajenos a la "película" de la que evidentemente tampoco sabemos que formamos parte además como actores y autores. Hechos, pensamientos, sensaciones, sentimientos... desfilan entre bastidores.

Aprendamos a mirar al escenario de nuestro mundo; sin juzgar, sin interpretar, dejando que las cosas broten, sean, ocurran, sin negarlas ni tampoco manipularlas, permitiendo que se vayan manifestando. Desde una actitud serena, ecuaníme, aquella que se va instalando progresivamente en nosotros como descubrimiento y como conquista.

Aquello que continuamente nos decimos a nosotros mismos, de forma positiva o negativa, determinan nuestros pensamiento y emociones. Si deseamos superar nuestros sentimientos negativos y reaccionar sanamente ante la vida no de forma neurótica, es fundamental que tomemos conciencia de nuestras creencias, que nos demos cuenta de en qué creemos.

Siempre que tengamos un sentimiento o una emoción negativa, seguro que detrás existe una creencia errónea, un gusano oculto que puede corroer nuestras raíces existenciales. Y observar para descubrir es una tarea que podemos convertir en hábito saludable. Pero sin miedos; atrévete a mirar dentro de ti. Sólo cuando sabemos qué ocurre nos situamos en el camino para resolver o superar cualquier problema. Con paciencia, esperanza y ayuda si hace falta. **a**

M^a del Mar Morales Hevia

Profesora-Coordinadora de Salud Integral y del Taller de Salud y Desarrollo Personal

nas, de compartir ratos muy divertidos: como viajes culturales, reuniones, celebraciones diversas... y la verdad que no me defraudó en nada de lo que me dijo, sino que me alegro muchísimo haberle hecho caso y de ha-

ber iniciado el curso 2.003-2.004, tercero y último del primer ciclo del Aula.

Mi familia me ve como una enteradilla, cuando llego a casa y les cuento algo de un tema en particular, pero a pesar de sus cariñosas

bromas sé que están contentos de verme tan satisfecha y no me arrepiento.

Prefiero estar en clase a estar sentada delante de la caja tonta.

Así que animo a los mayores a que salgan de sus casas todas las tardes y se animen a compartir unos conocimientos, a recordar otros o adquirir más, pues nunca es tarde y siempre se aprende algo nuevo. El conocer caras nuevas, distintas maneras de pensar, compartir unos conocimientos, crear nuevas amistades, todo ello y muchas cosas más, me hacen sentirme más realizada, subir mi autoestima y darme cuenta de que nunca es tarde para conseguir tus propósitos; ves la vida con más optimismo y aseguro que no tengo tiempo de aburrirme pues el día se me hace cortísimo.

Puntos negativos: pues como todo en esta vida también los tiene. Para mí lo peor son esos días de invierno en que hace un frío que pela o está diluviando y tú estás en la mesa de camilla, en la sobremesa, viendo el culebrón de turno o el programa basura con el que nos obsequian todas las cadenas, o te echas un sueñecito; pues no, hay que lanzarse a la calle que después te alegras. Y esto lo dice una que el curso pasado no tuvo ni una sola falta de asistencia. Así que ánimo y a culturearse un poquito. **a**

Adelaida Romero

Aula permanente de formación abierta

No resulta fácil decir en un breve espacio de tiempo qué significan estas palabras, seguramente para algunos alumnos, al leer AULA, les recuerde un tiempo pasado cuando con toda su juventud llenaban de risas, nervios y amistad los pasillos que les llevarían a su futuro.

Para otros los recuerdos no existen en este aspecto, pero los estamos viendo en vivo y en directo cada día, desde nuestra perspectiva de la vida, que todo lo que hacemos lo hacemos por y para nosotros mismos, sin necesidad de problemas sobre nuestro futuro, porque nuestro futuro es nuestro presente, un presente permanente de formación ABIERTA, abierta de par en par a este mundo que cada día entre todos construimos.

Por mi parte me siento muy bien en la Universidad, deseo seguir todo el tiempo que pueda y aprender lo máximo posible. No importa empezar un periódico por el final, igualmente terminas por saber todas las noticias, que en resumen es de lo que se trata.

Somos además todos los alumnos un gran grupo de amigos, da gusto caminar por la ciudad y saludar a compañeros de clase (compañeros de clase y no de ambulatorio) una gran diferencia, ya que nuestras conversaciones siempre se

refieren, a tal o cual profesor, asignatura, viaje, trabajos que nos traen de cabeza. (Y alguna vez) de nuestros achaques propios del tiempo; del tiempo que hace que hemos nacido. **a**

Asunción Giner Barberán

Mi vida hasta llegar al aula

He pertenecido, durante muchos años, a la "Banca Privada". En todo ese tiempo no podía o no quería hacer nada fuera de mi trabajo laboral, unas veces por falta de empuje, otras veces por falta de ganas y motivación. Cuando llegó la tan deseada y esperada jubilación, (anticipada) me planteé hacer algo positivo en mi tiempo libre, naturalmente, sin agobios ni prisas, de una manera cómoda y relajada, pues para sufrir de stress, ya había tenido bastante anteriormente, y en mi jubilación, no me parecía lo más adecuado sufrirla de nuevo. Un día coincidí por casualidad con un compañero de mi trabajo y me habló del AULA PERMANENTE DE FORMACIÓN ABIERTA. Siempre deseé hacer algo que me gustara y que me sirviera de entretenimiento, y esa idea me gustó y me atrajo. Fui al AULA para informarme de qué, y cómo iba todo. Allí con su amabilidad característica, me pusieron al corriente de cómo funcionaba y me agradó. En el mes de septiembre de 2001, me matriculé. A

comienzos de Octubre empezó el curso. Yo acudí a la Facultad de Medicina con una mezcla de curiosidad, ilusión, timidez y muchas ganas de empezar.

Los primeros días, (dos semanas) iba de "libre oyente". Las primeras asignaturas fueron la troncal:

"Salud Integral", impartida por D^a María del Mar Morales Hevia y la optativa: "Dieta y Salud: Nuevos retos" impartida por D^a Pilar Aranda Ramírez. No tengo palabras para expresar la valía de estas dos profesoras. Tanto fue así, que día a día, me iba metiendo más y más en las sesiones, que decidí ponerme un reto: hacer los trabajos, tanto en la modalidad de contestar a las preguntas que ponen los profesores al finalizar cada tema, u optar por hacer un trabajo, dedicándome a desarrollar ampliamente un tema dado en clase. Así empecé el primer curso, continuando con el segundo e iniciando el 3^o 2.003-2004, último del Primer Ciclo, en el que actualmente me encuentro.

Mi estancia en el AULA durante estos dos cursos ha cambiado mi vida. Siendo esto, precisamente esto, lo que yo quería hacer. El AULA recoge totalmente todos mis deseos, tanto a nivel de docencia en el profesorado, como en material didáctico, impartiendo las clases con medios adecuados de comunicación. Sabiendo como

dirigirlo para que sea de lo más eficaz. Mis inquietudes por saber cosas nuevas y recordar otras un poco olvidadas están satisfechas.

Por otra parte, también en el AULA he conocido a gente con la que me llevo de maravilla y ya somos amigos. Son buena gente, con mis mismas inquietudes y deseos; compartiendo estudios, trabajos y divertimentos, como excursiones que el AULA nos proporciona para ampliar los conocimientos de las diferentes asignaturas que damos.

Doy las gracias a Don Miguel Guirao Pérez, por esta fantástica iniciativa del AULA PARA MAYORES, a la Universidad de Granada y a todos y cada uno de los profesores que tan magistralmente nos imparten sus clases. Muy agradecida. **a**

María Dolores Sánchez Hernández. Alumna

Soy universitaria...

Esta era mi asignatura pendiente. Hija de emigrantes en Francia, regresé a España a finales de los años 60 con el bachiller recién aprobado y con la ilusión de entrar en la Universidad de Granada. Pero cuál fue mi sorpresa al enterarme de que no había convalidaciones de estudios entre Francia y España. En aquellos años la Unión Europea era sólo una idea embrionaria de algún estadista loco. Mi

única solución era esperar a tener 25 años para pasar la prueba de acceso de reciente implantación. Pero mientras tanto me casé, vinieron los hijos y mis ilusiones de ir a la Universidad quedaron adormecidas.

A los 40, volvió a resurgir esta idea, pero es la edad en la que los padres y suegros nos necesitan, como en mi caso que tuve que ayudarles en el penoso y largo camino de una dolorosa enfermedad.

Pero hace dos años, recién cumplidos los 52, cuando hacía ya tiempo que había tirado la toalla, vi por casualidad un artículo en la prensa local sobre la Universidad para mayores de 50 años. La bombillita de la felicidad se iluminó, ya no tenía impedimentos, mi deber de esposa, madre, ama de casa... y todo aquello para lo que estaba destinada una mujer de mi generación estaba cumplido.

Mi primer día de clase rebosaba felicidad, un poco tímida y asustada, como cualquier novato, pero pronto descubrí que todos los que estábamos allí pertenecíamos al mismo barco. Somos personas maduras que nos resistimos a envejecer delante de la tele, hay tantas cosas todavía por hacer y aprender. Es el placer de aprender por aprender. No como con 20 años que hay que estudiar para labrarse un porvenir o porque los padres exigen aprobados. Aunque no

tengamos exámenes, los trabajos que nos piden para conseguir el título de Graduado en el Programa Específico, los hago con esmero, buscando información y documentándolos. Las asignaturas de letras me sirven para recordar lo ya aprendido en mi juventud, pero las que verdaderamente me fascinan son las de ciencias, son tan diferentes, han evolucionado tanto en los últimos años. Tengo profesores en común con mis hijos, lo que nos permite dialogar sobre ellos como compañeros de facultad. El Aula de Formación Continua también me ha permitido acercarme al mundo de la informática, materia ésta por la que me sentía bastante reticente, pero que han logrado hacer que me interese y hasta me guste navegar por Internet.

Otro aliciente más de esta Universidad, es el de haber hecho nuevas amistades, conocer un grupo de gente con tus mismas ilusiones a pesar de las adversidades que pasan a lo largo de nuestra vida, seguir sintiéndonos vivos y un poco rebeldes.

Dada la oferta de asignaturas nuevas, seminarios, ciclos de conferencias que todavía me quedan por hacer, aunque haya cogido tarde el tren de la Universidad, creo que ya seré estudiante universitaria de por vida. **a**

Lola Linares Durán

Un grupo de alumnos se pronuncia sobre el aula

Otra vez el otoño-invierno, nos trae recuerdos pasados, nostalgias, dudas, encrucijada de caminos, época de decisiones, recordamos cuando éramos jóvenes la ilusión por un nuevo curso, el encuentro con los amigos, de cosas bonitas que nos podían suceder y, es curioso, ahora que nos encontramos en el otoño de nuestro caminar, sentimos parecidos deseos de hacer y crecer en nosotros como reto personal en nuestras vidas. Hace tres años teníamos la idea y la ilusión al matricularnos en la Universidad de mayores, de adentrarnos en un mundo distinto, nuevo para nosotros jubilados ya de nuestros trabajos, nos encontrábamos con ganas de aprender, se nos abrían nuevos horizontes, emocionantes todos ellos, pues con los pies en la tierra queríamos aprovechar lo que la vida y la sociedad ponía a nuestro alcance o la Universidad de Mayores.

¿Cómo poder plasmar en unas pocas líneas lo aprendido y vivido en casi tres cursos?

Se podían decir muchas cosas. Intentaremos resumir lo que opina este grupo de alumnas de lo que nos ha parecido más coherente.

La formación y cultura que se imparten desde la Universidad en general nos parece positiva, los profesores, la mayoría, auténticos profesionales, preparan sus clases, comunican bien su saber, hacen de cada sesión un encuentro, recordamos con entusiasmo nuestro primer año, pues aunque to-

dos han sido buenos, el primero bajo nuestro punto de vista fue el mejor. Todo era nuevo y, aunque al principio nos costaba la disciplina de los horarios ;se está tan bien en casa después de comer! Pero todo merecía la pena e íbamos a clase cargados de ilusión y optimismo, muchos de nosotros han sido fieles a sus trabajos y se han esforzado en entregarlos en tiempo y forma para poder recoger los frutos en el título que merecidamente recibieron.

Todos los viajes y visitas culturales organizadas por la Universidad han sido fructíferos pues aparte de los conocimientos adquiridos, son horas y días de convivencia muy enriquecedores y valiosos, pues la verdadera amistad y el compañerismo son bienes escasos que hay que cuidar y mimar.

También queremos hacer referencia como parte muy ligada a la Universidad la Asociación ALUMA que va siguiendo y colaborando, con sus visitas culturales y guiadas, comidas de convivencia para que los objetivos propuestos se vayan logrando.

Desde aquí quisiéramos hacer un llamamiento a todas las autoridades competentes a que sigan en esta labor de cultura e integración de las personas mayores que valoramos en su justa medida y les exhortamos a que sigan mejorando las ofertas en crecimiento personal, posibilitar el intercambio entre mayores de otras universidades extranjeras tanto individualmente como en grupo. Donde se refuercen lazos de

cariño, amistad y compañerismo merecidos de unos años de convivencia. **a**

Un grupo de alumnos

Los sentimientos por escrito

Soy una alumna del tercer curso del primer ciclo del Aula Permanente de Formación Abierta. Para satisfacer el deseo de mi compañera Plácida de que exprese por escrito mis sentimientos acerca de cómo me fue el curso 2.002-2003, diré: para mí las clases han sido maravillosas, los profesores son extraordinarios, te dan vida, alegría y conocimientos. Gracias a ellos y sobre todo a aquellos que tuvieron la gran idea de acordarse también de los mayores (según tengo entendido D. Miguel Guirao, doña María del Mar, doña Pilar Aranda, etc) podemos muchos de nosotros satisfacer el deseo de asistir a la Universidad, ya que por circunstancias, antes no lo pudimos hacer cuando éramos jóvenes. Doy gracias de nuevo a estas personas que nos dan esta oportunidad ya que la cultura no es sólo patrimonio de los jóvenes sino de toda la humanidad.

“Los años no importan sólo importa el espíritu. Sí pediría una cosa, y es, que los profesores nos dieran más resúmenes de los temas desarrollados, porque muchos de nosotros no podemos ir a una biblioteca a consultar libros, por falta de tiempo.

Dando gracias de nuevo se despide una alumna de 3º (Primer Ciclo). **a**

VII Encuentro Nacional de Programas Universitarios para Mayores

Celebrado en San Lorenzo de El Escorial el pasado mes de octubre



Reflexiones previas al ENCUENTRO

Las Personas mayores formamos hoy día, un grupo numeroso de población, cuyo crecimiento, provocado en gran medida por el descenso de las tasas de natalidad y mortalidad, no sólo en España sino en todos los países industrializados, ha comenzado a convertirse en una preocupación para la Administración y las personas y colectivos sensibles a su situación. Una realidad que plantea desde hace tiempo nuevas exigencias de protección social y que ha obligado a adoptar iniciativas de acción, con objeto de mantener su integración activa en la sociedad.

Si bien es verdad, que la edad de jubilación marca oficialmente el tránsito a la tercera edad- o segunda mayoría de edad si lo preferís- ; todos observamos que los efectos físicos, psicológicos y sociales de esta etapa de la

vida (65 años más o menos) no son iguales para todas las personas y, pueden aparecer antes o después de esa edad . A lo largo de este proceso, se producen cambios que modifican el papel de los mayores en la sociedad como adultos responsables. El abandono del mundo laboral, la pérdida de poder económico y social y, el declive físico, son algunos de los cambios observados.

Cuando inevitablemente se llega a esta etapa de la vida nos preguntamos: ¿Qué se puede hacer? Reaccionar de inmediato. Actuar. No cobijarse en el conformismo ni en aquello de "¿Qué se le va a hacer. Es ley de vida!". ¡No! Nada de retiradas, inhibiciones y mucho menos insumisiones. Es verdad que vivimos tiempos diferentes donde el culto a la juventud, belleza, éxito

personal, rendimiento y producción, es lo único que se impone, importa y vale. Que la adaptación a la era de las comunicaciones se hace cada vez más difícil; puesto que no todos los mayores dominan idiomas, conocen la informática o están inmersos en programas de investigación o de cualquier otro tipo. Pero una cosa es incuestionable. Puede que la experiencia y la sabiduría que se les atribuye a las personas mayores, ya no sea suficiente; pero ¡jojo!: tampoco dejaron de ser imprescindibles. Y si se hace uso de ellas; se seguirá valorando la contribución que los mayores pueden aportar a la sociedad; implicándose más en la vida de las comunidades y en una acción cultural que incluye: tareas formativas y artísticas, recuperación de destrezas manuales, técnicas antiguas, costumbres y tradiciones, así como la utilización del tiempo libre –entre otras muchas cosas. A estas actividades, se añaden otras iniciativas sociales y educativas, inéditas y diferentes, puestas en marcha por las Universidades españolas que hoy día practicamos y disfrutamos, los que decidimos integrarnos en ellas.

Uno de estos logros es precisamente el Aula Permanente de Formación Abierta de la Universidad de Granada, conocida como Aula de Mayores. Impensable ayer, accesible hoy. Este Programa Universitario- que entró en su décima edición con la apertura del nuevo curso 2.003-2.004- tiene ya su historia. Una historia protagonizada por muchos mayores que no sabíamos lo que hacer con nuestro tiempo libre

e incluso con nuestra propia vida. Especialmente cuando dejas de ser esposa, aunque sigas siendo madre y abuela. O cuando nos has sido esposa y, por lo mismo, tampoco madre

Según la propia Institución universitaria, creadora de esta iniciativa; el Programa nació con el objetivo de atender a la demanda educativa de las personas mayores de 50 años con una doble finalidad: la formación y atención social solidaria de los alumnos. Entre la opción de dejar que la vida pueda discurrir vacía y sin sentido o por el contrario, pueda llenarse superando las carencias que inevitablemente se producen, apostamos por esta última propuesta. A la vista de los resultados, acertamos todos.

El Proyecto SABICAM, estrenado el pasado curso, demuestra sensiblemente, que la experiencia, ocupación intelectual y ejercicio físico, nos está dotando de un equilibrio que favorece la felicidad, mantiene nuestras aptitudes, mejora nuestras habilidades decisivas todas ellas para disfrutar de la vida. Se confirma pues, que hemos mejorado en todos los aspectos. Que no es una "manía" nuestra. Tampoco un espejismo.

Como alumna del tercer curso del primer ciclo del AULA, integrada en el Proyecto SABICAM, ratifico personalmente todas estas impresiones. Desde un principio, me propuse no faltar a clase y realizar todos los trabajos encomendados. Hasta ahora no me ha podido ir mejor. Me lo paso muy bien. Me muevo. Salgo y entro de casa. Por la mañana, Sofrogimnasia. Por la tarde, además de las asignaturas troncales asisto a Taller de Salud y Desarrollo Personal. También tengo una actividad que me encanta: Teatro. Hay días que salgo a las 9,30 de la mañana y regreso a las 10 de la noche. (Sólo voy a comer a mediodía) De igual forma, me pidieron que colabora

DO" Acepté sin pensar tal vez en la enorme responsabilidad que la tarea conlleva. Como verán, por falta de actividad que no quede.

Respecto a los trabajos del Curso me siento muy bien cuando el profesor me estimula, diciéndome algo "bonito" sobre la tarea realizada. Pienso entonces que todavía sirvo para algo. Que soy útil y que la edad avanzada ya no es un problema. Todo lo contrario: un logro importante que hay que mantener y estimular. Y pienso que es verdad aquello de: "El futuro sólo puede existir sobre el legado de los mayores"

Recuerdo lo que un profesor nos dijo un día en clase: "Cuando uno tiene 25 años es el resultado de esos años vividos. A los 50, 65 ó 70 hemos sido capaces de vivir estos años y somos en efecto el resultado de estos años. Todo dependerá del sentido que le hayamos dado a esos años y a la vida. Tenemos que ser conscientes de nuestra evolución. No es malo cumplir años y poder contarlos. Que no se

nos pase el tiempo sin hacer lo que aún nos queda por terminar. En la juventud aprendemos, en la vejez comprendemos. El joven conoce las reglas pero el mayor las excepciones. "El mayor no puede hacer lo que hace el joven pero lo que hace es mejor" decía Cicerón.

En la clausura del pasado curso 2002-2003 el decano de la Facultad de Medicina, nos dijo cosas muy gratificantes: "El Aula de Mayores es un auténtico Centro de la Universidad. Tenemos lo mejor: calidad humana. Nuestro Programa ya es una realidad. Investigar, formar, transferir y extender conocimientos son sus objetivos. El Aula se ha ido abriendo. Tiene sus propios Congresos. Mallorca. Escorial. Convenio Carolina del Norte. Elementos todos necesarios para formar un Centro" Si algo diferencia al ser humano, es su capacidad de aprender y de relacionarse. El aprendizaje no está vinculado a una determinada edad, es un proceso que se desarrolla a lo largo de la vida y, la Universidad como



Boni y Carmen, su mujer, entre alumnos de otras Universidades.

Universidad de Granada



Aula Permanente de Formación Abierta



5ª Promoción 1998-2001



D. Juan Ignacio Jiménez Jiménez Física
 D. José Carlos Palomares Moral Música
 D. Domingo Sánchez Mesa Nº del Arte
 D. Antonio Sánchez García Filosofía
 D. José Luis Rosía Campos Ciencias Ambientales
 D. Julio Iglesias de Ussel Ciencias Políticas
 D. Mariano Sánchez Martínez Subdirector
 D. Miguel Guirao Pérez Dirección
 M.ª Inés Llorca
 D.ª Concepción Argente del Castillo Dirección
 D.ª Ramona Rubio Herrera Psicología
 D. Miguel Guirao Pérez Anatomía
 D. Jesús García Minguéz Pedagogía
 D. Fernando Carnat Sánchez del Águila Física
 D. Miguel C. Botella López Antropología
 D. Enrique Hita Villaverde Óptica
 D. Juan Montañas Pereira Ciencias Políticas



Amparo Prats Murráziz Granada
 Francisco Soto Rivas Granada
 Ricardo Álvarez Mañas Granada
 Francisco Prades Pérez Granada
 José Víchez García Guevéjar (Granada)
 Patricio Avila Sanfistebar Maracena (Granada)
 Bibiana Fuentes Gavilán Tlahaharta (Córdoba)
 Rosa María Pérez Díaz Osuna (Sevilla)
 Julio Vao Ferrer Granada
 Eladio González León Loja (Granada)
 M.ª Carmen Olalde Ezpeleta Salvatierra (Alava)
 Matilde Cortés Romera Granada



Filomena Chaves Paredes Granada
 Federico García García del Real Granada
 Juan Mérida Muñoz Sevilla
 Francisco Muñoz Molina Granada
 M.ª del Pilar Fdez. Cortacero Correa Granada
 Ambrosio Benedito Bernabé Albox (Almería)
 Laura Fernández Olmedo Granada
 Lucía López Bujalance Baena (Córdoba)
 María Rosa Bailón Castellanos Alarfe (Granada)
 M.ª Luisa Marín Torres Alfacar (Granada)
 Emilia Hita Romero Colomera (Granada)
 Juan Durán Álvarez Granada



Amadora Barriuso Barriuso Olmilos de Sasamón (Burgos)
 María Morales Vargas Granada
 Antonio Medina Sánchez Granada
 Alejandro Hurtado Álvarez Granada
 Brígida Sánchez Higuera Granada
 Pilar Sáenz de Buruaga Leizaola Granada
 Nati Aparicio Antón Valencia
 Teresa Olmedo Orbe Granada
 María Luzón Morillas Fargue (Granada)
 M.ª Luisa Serrano López Granada
 Ernesto Castillo Rodríguez Granada
 Antonio Amezcua de la Torre Granada



Vicente del Moral Rojas Antequera (Málaga)
 Ascensión Barrigüete Garrido Madrid
 Luis Prats Martí Barcelona
 Miguel Jiménez Machado Otura (Granada)
 Manuel Jaimez López Salar (Granada)
 Margarita Angela San Salvador Castro Salamanca
 Encarnación Sánchez Martín Granada
 Magdalena Navarro Sanz Málaga



Momento del Encuentro vivido atentamente por María Luisa Vázquez.

institución educativa al servicio de la sociedad, debe promover la enseñanza permanente, entre otras cosas porque los mayores la demandan.

Momentos claves del CONGRESO

Para ratificar de algún modo, todo lo que he contado hasta ahora; asistí al "VII ENCUENTRO NACIONAL DE PROGRAMAS UNIVERSITARIOS PARA MAYORES" celebrado en El Escorial y, participé en la COMUNICACIÓN del AULA, leída y proyectada por los compañeros de 2º curso Boni y Blanca y, coordinada por la profesora Mª del Mar Morales Hevia, bajo el título "PROYECCIÓN SOCIAL DE LA FORMACIÓN, SALUD Y BIENESTAR CONSEGUIDOS POR LOS ALUMNOS DEL AULA PERMANENTE DE FORMACIÓN ABIERTA DE LA UNIVERSIDAD DE GRANADA". La experiencia no ha podido ser más enriquecedora. En este sentido me siento una alumna privilegiada. Y todo porque me ofrecieron la oportunidad de aprender mucho. (Por cierto la participación de Granada fue, según los organizadores verdaderamente espectacular. Además del equipo que conocemos del AULA, otros profesores de Pedagogía, y Sociología además de becarios de Informática y otras materias universitarias tuvieron una participación muy destacada. Los asistentes al Congreso nos

preguntaban que cómo nos las arreglábamos para estar en todas partes) Yo pienso que trabajando con ilusión en cada momento.

Resultados del ENCUENTRO

Es en este punto cuando se hace imprescindible recordar algunos objetivos y conclusiones de la Reunión; orientados en su mayoría, en el campo de acción de las políticas sociales y educativas de las personas mayores. Las resumo.

1) La necesidad de ocupar- que no matar-nuestro tiempo libre en la realización de nuevas actividades; la adquisición

de conocimientos; la búsqueda de relaciones sociales (disminución del sentimiento de soledad); la satisfacción personal disfrutando con las clases, mejor ánimo y por supuesto autoestima; constituyen las principales motivaciones para asistir al Aula.

2) Todas estas motivaciones se traducen en los beneficios siguientes: incremento del interés cultural, aumento de la satisfacción personal, mejora en los hábitos saludables e incremento de las relaciones sociales.

3) Las diversas actividades nos causan placer, gratificación y crecimiento, tanto a nivel personal, como intelectual o social.

4) La asistencia al Aula vigoriza las relaciones intergeneracionales, especialmente con los miembros de la familia que también son -o fueron- universitarios (hijos, nietos, sobrinos).

5) Se cumple con la doble finalidad propuesta por el Aula Permanente de Formación Abierta de la Universidad de Granada: la formación y atención social solidaria desde una perspectiva educativa integral.



En el bellissimo Carmen de la Victoria donde se presentó el proyecto SABICAM, base de la Comunicación que llevamos al VII Encuentro. Fotografía Lola Castellano.



José Luis Andrade y María Casas, presidente y vicepresidente de Aluma momentos antes de presentar la ponencia sobre lo qué es una Asociación.

6) Los beneficios percibidos por los alumnos coinciden con las finalidades propuestas por la institución universitaria. (¿Estáis de acuerdo? Espero que sí. De todas formas se admiten sugerencias y, por supuesto ideas y, no digamos soluciones).

Tras la clausura del CONGRESO

Todo fue positivo en esta reunión de MAYORES. ¿Lo más destacado? La participación y el compromiso de las propuestas. Propuestas del ENCUENTRO que no de la ORGANIZACIÓN. La voz de los asistentes. Propuestas que se han transferido a las diferentes Administraciones y que se basan en el reconocimiento oficial de estas enseñanzas y de esta formación. La consolidación del Programa y la extensión hacia una Universidad de Mayores para todas las edades, para toda la vida y para todos los entornos sociales. Una educación permanente a la que tengan también acceso, discapacitados y analfabetos. También los alejados. Se habla incluso de una Universidad a Distancia. Pero es tarea complicada por la dificultad de acceso. No ya a la sede de las instituciones; sino al nivel informático y técnico que conlleva. Se habló de becas, obtención de títulos. Acceso a estudios superiores. Que profesores formados en las Aulas de mayores puedan impar-

tir sus enseñanzas en sus propias Aulas. De intercambios culturales con programas universitarios de mayores de Sudamérica. Fueron muchas las propuestas. Personalmente, creo que los medios de Comunicación-especialmente radio y televisión- podrían echar una mano, mejor un "cable" en este sentido. Parte del tiempo que se pierde con la TV basura no estaría de más, dedicar alguno a esta demanda formativa, educativa y social de los mayores. Llegar a los lugares donde se encuentran las personas que no pueden beneficiarse de esta iniciativa. Si no puede ser a nivel nacional, al menos que sea a nivel autonómico o local. ¿Qué tal un programa de televisión o de radio de mayores y para mayores?

Desgraciadamente y, como siempre, el tema más árido, menos sensible y más frío para nosotros, que es el económico, se convierte también en el más impor-

tante y trascendental. Resulta que sin él, nada puede funcionar en esta vida. Tampoco lo podría hacer el AULA y de rechazo ALUMA. Por todo esto hay que procurar que diferentes administraciones (central, autonómicas y locales) así como otras instituciones públicas y privadas, se impliquen en esta tarea de permanencia y mantenimiento del AULA a base de una financiación estable integrada en los presupuestos universitarios o a través de contratos-programa con las Comunidades Autónomas. Otra posibilidad: sistema de becas, tanto de las administraciones educativas como de las sociales y sanitarias. Todo menos dejarnos de lado. El AULA tiene que seguir su andadura. De lo contrario sus diez años de existencia pasarían a la historia del olvido. Una decepción social importante. Y también humana.

Es todo lo que tengo que contar que no es poco. Dije lo que pensaba y siento lo que dije. Como soy optimista por naturaleza, os digo que aún nos queda mucho por hacer y mucho camino por recorrer "Cada día tendréis algo nuevo que enseñar o que aprender. No importan los años. Lo que hay que temer es la vejez del alma" Sed felices por favor. No os compliquéis la vida. Sacad de ella lo más hermoso que es mucho. Aprovecharos del AULA y disfrutad de ALUMA. **a**

Plácida García Tristán



Tras finalizar el Congreso, la profesora María del Mar Morales, invitó a compartir mesa con los alumnos Blanca, Boni, Plácida, Carmen y María Clemencia, a la doctora Argénida de Barrios de la Universidad de Panamá, situada segunda a la izquierda. Foto Enrique Juristo

Profesionales de la psiquiatría y psicología



REFLEXIONES DE UN PSIQUIATRA SOBRE LA DEPRESIÓN

Luis Rojas Marcos, culto, afable, humanista, lleva ejerciendo la psiquiatría en EE UU desde 1968. Su trabajo profesional para recuperar la normalidad afectiva de los familiares de las víctimas del 11- Septiembre, es un modelo a seguir. Este prestigioso psiquiatra español, nacido en Sevilla, sienta cátedra cuando se pronuncia en temas que domina. En esta ocasión y antes de profundizar en el problema de la depresión, nos advierte de que todavía arrastramos ideas antiguas. Que mucha gente sigue pensando que el mundo es un desastre, que los jóvenes están perdidos, que los ancianos no sirven para nada. Y este pesimismo no es bueno porque la realidad no es esa ni mucho menos. Puesto que es evidente que cada día vivimos más y mejor y, encima, nos quejamos más. (Creo que lleva más razón que un santo)

¿Por qué nos deprimimos? El desequilibrio entre aspiraciones y oportunidades es lo que provoca más depresiones. Querer estar siempre jóvenes y en un estado físico óptimo, es un error, porque la vida es cambio y nuestra caducidad es irremediable. (Por favor. Les invito a que lean despacio esto último. "POR-QUE LA VIDA ES CAMBIO Y NUESTRA CADUCIDAD ES IRREMEDIABLE")

"LA VEJEZ NO SE REPARA, SINO QUE SE PREPARA" Pero no se depriman, por favor. Estamos ante un axioma. Algo tan claro y evidente que no admite demostración alguna. Seamos realistas)

¿Quiénes caen más fácilmente en la depresión? Las personas que están más expuestas a caer en las garras de la depresión son los adolescentes. Es éste un periodo lleno de idealismo y de consumismo y muchos jóvenes no pueden superar tanta vitalidad y tantas opciones. También suelen caer los profesionales y, en general, las personas que están cerca del dolor y el sufrimiento de los demás.

¿Soluciones? El mejor antidepresivo que conozco es la relación con otras personas porque es la parcela más importante de la felicidad y de satisfacción con la vida. Por otra parte hablar es fundamental para la salud mental y para la salud física; hablar con otras personas, hablar con una planta, incluso hablar con uno mismo, mientras lo hagamos en voz alta.

¿Cómo se puede ser feliz o medio feliz en la vida? El prestigioso psiquiatra termina diciendo que la receta más barata para ser feliz es el sentido del humor, el optimismo, ver la botella medio llena en vez de medio vacía.

¿Consejo o mensaje para concluir?
¿Qué necesita un adulto para envejecer -o si lo prefieren- para hacerse mayor? Sencillamente, olvidar los prejuicios sobre el tema.

Ya lo saben. Tomemos nota de estas profundas reflexiones que el psiquiatra resuelve de forma tan fácil y clara. Lo dijo en Nueva York. Una amiga mía, periodista y residente en EE UU asistió a esta conferencia. A ella le debo parte de este trabajo. ¡Qué sencillo resulta seguir sus consejos! **a**

"La vejez no se repara, sino que se prepara"

De pronto la vi a mi lado, antes de entrar a la primera sesión del VII ENCUENTRO de El Escorial. Por su aspecto y su forma de hablar, intuí que era una invitada especial. Joven y apasionada por el tema. Autoridad por tanto, que trabajaba para Mayores y que, por lo mismo, tenía mucho que decir y transmitir sobre esta cuestión. Sin pensármelo dos veces, le pregunté: **¿De dónde viene?** De Panamá. Soy la doctora Argénida Cecilia de Barrios. Rápidamente saqué mi grabadora y le dije. **Hábleme para Granada. Lo que usted cuente se publicará en "EL SENADO" boletín de ALUMA Con energía, entusiasmo y seguridad, fue declarando:** Como fundadora de la Universidad de la TERCERA EDAD de Panamá, me interesa este tema, porque en carne propia le corresponde a uno, vivenciar en la familia, la dificultad que sufre actualmente el adulto mayor, dentro de la Sociedad y dentro de la misma familia. El lema de nuestra Universidad es: "LA VEJEZ NO SE REPARA, SINO QUE SE PREPARA".

Está científicamente comprobado, que los niveles de senilidad pueden descender si se mantiene al adulto mayor en educación continuada y permanente. El mayor, no es que ya está en el último estadio del ciclo vital de la familia, sino que puede ocupar un nuevo rol en nuestra sociedad, especialmente en Europa, que ya tiene un mundo envejecido y, en Latinoamérica, donde todavía no nos hacemos responsables de ver que nuestro mundo está envejecido (Acostumbrado, experimentado. Que viene de mucho tiempo atrás) No podemos demorar más tiempo en los trabajos ya que el adulto mayor, va a tener que ser parte integrante y funcional de la Sociedad y que por eso mismo, no podemos relegarlo a una 3ª o 4ª edad, ya que es un ser pensante y actuante.

¿Piensa que envejecer hoy en día es un problema o ha dejado de serlo?

Yo creo que depende de la creatividad que tenga la familia y nuestra sociedad, para hacerle ver al adulto mayor, que es necesario. La palabra que más nos lleva a meditar en el envejecimiento es el relegarnos a una esquina de la casa a cuidar a los nietos, a atender las deudas de los hijos muchas veces, cuando el adulto mayor puede en realidad trabajar aún, como lo hacen en EEUU; ser todavía profesional en los Colegios, en las Universidades. El puesto que debe ocupar con los nietos es el del calor y la atención que muchas veces los padres no les dan, porque están buscando el dinero para comprar cosas para la casa. Y nunca otro puesto distinto que les impida seguir desarrollándose como personas.

¿Respondemos los mayores a las políticas sociales y educativas puestas en marcha en los últimos años?

Mire Ud. que los alumnos mayores están respondiendo, pero con mucho temor.

¿Por qué? Porque no están motivados.

¿Por qué causas, cuáles son los obstáculos?

Los motivos es que todavía no está muy claro en que estamos en el siglo XXI, y que el siglo XXI es el de "la marea blanca", el de los encanecidos, es el Siglo de los Viejos. Entonces, a esa palabra -vejez- no hay que tenerle miedo, cuando uno en realidad puede realizarse y nunca es tarde para dejar o empezar a aprender cosas y, mucho menos para enseñarle a otros lo que la experiencia les ha enseñado a Uds.

¿Cree Ud en los estereotipos que se hacen de las personas mayores?

¿Somos en realidad todos iguales?

Por ejemplo, Ud. que conoce bien a los alumnos de Panamá: ¿Existen diferencias con los mayores de España por el hecho de vivir en países distintos? No, la diferencia en realidad no existe. La Sociedad ha creado paradigmas negativos y los estereotipos son lo que la gente dice. Entonces el viejo

¿adónde tiene que estar?: donde la gente

dice, y eso es permitir que una planta que todavía puede dar flores se enmohezca y muera en una esquina, en un rincón. (Emotivo y expresivo ejemplo) No hubo tiempo para más porque tuvimos que entrar en el salón de actos para asistir a las sesiones del CONGRESO. Dra. de Barrios (Angelina Cecilia) de la Universidad de Panamá (Psicóloga, Logopeda y Dra. en Ciencias de la Educación) gracias por sus palabras para los alumnos del AULA y socios de ALUMA.

Prometí a la doctora enviarle un ejemplar de "EL SENADO". Un primer paso para que ALUMA-ASOCIACIÓN, llegue a los mayores de la Universidad de Panamá. Se conozca allá. Tras este contacto, las convincentes intervenciones de la doctora en el Encuentro, llamaron la atención de los alumnos y profesores del AULA de la Universidad de Granada. Nuestra profesora Dra María del Mar Morales- coordinadora de Salud Integral, del Taller de Salud y Desarrollo Personal, que dirigió además la COMUNICACIÓN presentada por el PROGRAMA UNIVERSITARIO DE MAYORES DE GRANADA- la invitó a sentarse con nosotros, tras el acto de clausura del Congreso. Además de compartir mesa y mantel, argumentos coincidencias e ilusiones; se entreabrió una posible vía de contacto a través de un futuro intercambio social y cultural, entre nuestro Proyecto y el suyo, entre nuestro país y el suyo, entre mayores de Panamá y mayores de Granada. De llegarse a confirmar, tendría lugar allá por el mes de septiembre del próximo año 2004. ¿Lo lograremos? ¡Sería estupendo! Yo me apunto ¿Y vosotros?

Plácida García Tristán

Granada:

Una ciudad para el espíritu

El sociólogo Julio Iglesias de Ussel fue junto al catedrático y profesor de Derecho José Cazorla; los precursores del inicio de la carrera y licenciatura de Ciencias Políticas y Sociología en la Universidad de Granada. Años después fue nombrado Secre-

tario de Estado de Educación y Universidades y marchó a Madrid. Había oído hablar de él, a una de mis hijas que se licenció con la primera promoción. Por eso, cuando vi que nos hablaba en la segunda sesión del encuentro sobre "El futuro de las políticas educativas de la formación universitaria de las personas mayores" lo recordé y me encantó. Fue de los pocos que expusieron su ponencia personalmente. Muchos de ellos fueron sustituidos. Al término de su disertación, me acerqué a él pidiéndole unas palabras sobre nuestra formación futura y, un saludo para Granada, ciudad a la que durante algún tiempo estuvo tan vinculado académicamente. Accedió amablemente con este mensaje. El futuro de las políticas educativas para los mayores es esperanzador. Yo creo que se trata de una experiencia absolutamente positiva para el conjunto de la Sociedad. No sólo por el aprendizaje efectivo que están haciendo los adultos, los mayores, sino sobre todo por los efectos colaterales, si se me permite la expresión, en el conjunto de la Sociedad. Es decir, no se trata sólo de que los adultos aprendan, que los mayores se formen mejor, sino que de lo que se trata con este instrumento, es establecer una Sociedad mucho más dinámica, mucho más solidaria, con mayor nivel de cohesión, con objeto de que entre las generaciones tengan más sustrato común de experiencias vitales, intelectuales etc, y todo ello nos va a dar una sociedad mucho más rica, con mucho mayor grado de bienestar.

Granada, que ha sido una ciudad puntera en estos programas de formación de mayores, estoy seguro que seguirá impulsando una actividad tan enriquecedora y tan adecuada, en una Universidad como es la de Granada al servicio de un entorno y en una ciudad que, como justamente la definió Ángel Ganivet: "es una ciudad para el espíritu", el espíritu joven que anida siempre en todos los mayores de la ciudad de Granada. Enhorabuena y un saludo cordial. Gracias profesor en nombre de los alumnos del AULA y socios de ALUMA. **a**

La felicidad

El pasado curso vi en el tablón de anuncios del AULA de la Facultad de Medicina, una Convocatoria que me llamó poderosamente la atención. Se trataba de un Concurso Europeo de Narrativa convocado por el Alto Patrocinio de la República Italiana. En él podían participar todos los ciudadanos europeos que lo desearan, mayores de cincuenta años de edad y que... "simpáticamente" se consideren afectados por el síndrome de Peter Pan. (Es decir. Resistirse a dejar de ser niños. No querer crecer. Renunciar a dejar de ser felices. A dejar de soñar. De volar por países imaginarios. No querer hacerse mayor para así, liberarse de problemas. Más o menos.)

¿Tema del concurso? ¡La Felicidad! ¡Qué cosa más hermosa pensé!. Allá voy. Llamé al Aula para informarme y me dijeron que pidiese en secretaría que me abrieran el "artefacto" en cuestión, cogiese la nota, sacase una fotocopia en la misma Facultad y, volviera a colocar el aviso. Así lo hice. Mi idea era participar. Reúno todos los requisitos (salvo el síndrome de Peter Pan, que sólo lo padezco cuando sueño despierta o en la ficción: creer que soy una niña. Que nunca crecí o fui mayor Me gusta, pero confieso que soy muy cruda y real) especialmente el de la edad. Superé con creces el medio siglo de vida. Casi 18 años más de propina. Me gusta escribir (esto no quiere decir que lo haga bien) dar alas a la imaginación y, encima, creo en la felicidad ciegamente, pese a sus esporádicas apariciones y sus bruscas interrupciones. Adelante pues con la Felicidad. Hermoso sentimiento para disfrutar. Bellísima sensación para sentirla una y otra vez. Instante efímero con sabor eterno. Algunos dudan de su

existencia. Yo no por supuesto y, ya lo he manifestado

Pero he aquí que las cosas se frenaron un poco. A caballo entre el final de curso y, principio de verano y con él, las vacaciones, tuve que dedicarme a otros menesteres. Finalizar los últimos trabajos del AULA y prepararlo todo para mi marcha a la playa. Durante algunos días me vi obligada a aparcas este compromiso literario libremente aceptado. Clausurado el curso me marché a Agudulce (Almería) para pasar el verano. Lo vengo haciendo desde hace ya más de 35 años. En principio, con la familia al completo— el tiempo más feliz sin duda alguna; sin los hijos mayores después y, completamente sola —tras la pérdida del ser que más quieres en este mundo— en los últimos años. Así es la vida. A pesar de todo me siento feliz. Con más o menos frecuencia e intensidad, pero lo soy. Pequeñas cosas me hacen serlo. Una sonrisa amable. Un saludo atento. Una ayuda a tiempo. Un cumplido sincero. Pedir perdón cuando estás intranquila. La relación y el reencuentro con los amigos de siempre y, que no ves porque cada uno sigue su camino y destino. Salir a desayunar a la terraza de tu apartamento. Ver el mar. A los niños bañarse en la piscina. A los mayores jugar al tenis, con todas sus dificultades, pero con ganas de mantenerse firmes. Todo esto desde un edificio de 13 pisos que por añadidura se llama "Torre Presidente". Yo vivo en el 12 y es una gozada la vista que tengo. Preside todas las panorámicas posibles que pueda ofrecer una urbanización residencial y confortable, con un turismo más bien nacional, ubicada frente al mar y la playa. Barcos, lanchas, bañistas, buceadores, paseantes marítimos, tomado-



res de sol, chiringuitos, tapas variadas, sabrosísimas y olientes pescaderías, heladerías, vendedores ambulantes, "tapiceros amigos que acuden a la puerta de tu casa sin compromiso alguno", turistas impresionados por nuestro sol. Recuerdo ahora un slogan muy antiguo sobre mi tierra: "Almería la ciudad donde el sol pasa el invierno" Ante este panorama resulta imposible no sentirse feliz.

Decía que intenté reanudar el trabajo de la Convocatoria sobre la Felicidad, pero cuál sería mi sorpresa que no encontré la nota oficial de la misma. Se me había extraviado. Me dediqué entonces a preparar EL SENADO. Regresé a Granada en el mes de octubre tras haber asistido al VII ENCUENTRO NACIONAL DE MAYORES celebrado en El Escorial. De pronto y ordenando papeles, encuentro la nota informativa del famoso concurso sobre La Felicidad. ¿Qué es para nosotros, los europeos mayores de 50 años la felicidad? Me doy cuenta que los organizadores del Certamen piden incluso que usemos a ser posible una narrativa fantástica. ¿Acaso- y como piensan algunos- porque la Felicidad como tal, no está muy claro que exista y, se tenga que inventar para poder ofrecerla y sentirla? ¿Soñarla tal vez? ¡No lo sé!

¿Qué es para nosotros la Felicidad? Un estado de ánimo, un bienestar físico, una sensación emocional... una cosa, algo que no sabemos definir ... y de la cual todos hablan, pero tal vez ninguno,

sabe qué cosa es exactamente ... Por esta razón se busca a la persona que defina la felicidad de la forma más completa y original, que sea a la vez la expresión más global y adaptable, a lo que cada uno de nosotros pensamos y sentimos, sobre lo que la felicidad es. Como quiera que no pude culminar este ejercicio, y considere que es éste un tema que no podemos desaprovechar, os invito a todos alumnos, socios e incluso a vuestros propios amigos, a que os impliquéis y os comprometáis a definirme lo que es para vosotros la Felicidad. Tenéis tiempo. Es una colaboración que necesito para el ejemplar número 12 de "El SENADO" que estará en la calle, la Primavera próxima. Hermosa estación para hablar de Felicidad, además de Amor. Eso sí. Sólo se admiten como mucho, diez o doce líneas para definir el concepto de Felicidad. De lo contrario y si no os ajustáis a esta norma, vuestra felicidad no podrá ser conocida ni compartida, ya que no se admitirá por "excesiva". Sólo la disfrutaráis vosotros(as)

Espero que os animéis. No busquéis la forma de las cosas sino el fondo. La realidad. La sinceridad. La felicidad está presente en los sitios más insospechados. Buscarla. La encontraréis. Mira por donde y sin ir más lejos, la tenemos en los nombres de nuestras Patronas: Santa Felicidad y Santa Perpetua. Da la impresión de que nos transmiten constantemente este mensaje: Felicidad de forma Perpetua. Felicidad perpetuamente. Para toda la vida. Venga. Animaros. Estoy segura que muchos(as) nos vais a sorprender gratamente con vuestro criterio sobre lo que para vosotros es la Felicidad. Me voy a sentir muy feliz descubriendo este potencial humano que guarda en sus clases el AULA permanente y de forma prolongada ALUMA. Gracias y Feliz Año 2.004. A superarlo. Un beso para todos. **a**

Plácida García Tristán

Hacia el verso

Un encuentro afpryunado

En el balneario de Alicún de las Torres, al que suelo acudir regularmente, tuve la suerte de conocer a Rosario Torres, alpujarreña, de Medina Alfahar. Allí, en el balneario, situado a caballo entre las comarcas de Guadix y de los Montes, y cerca de la convergencia entre los ríos Fardes y Gor, además de disfrutar del beneficio y calidad de sus aguas (sulfatadas, bicarbonatadas, cálcicas, magnésicas, nitrogenadas y radiactivas, con un temperatura media de 35 °), se encuentra una absoluta paz y tranquilidad. Un armónico silencio sólo interrumpido por el canto de la multitud de pajarillos que allí anidan y por el sonido del agua, de sus varios manantiales, al circular por sus cauces y gotear en las muchas grutas que forma en su recorrido. Sus paisajes lunares son sorprendentes y espectaculares. En sus alrededores hay abundantes restos arqueológicos: prehistóricos como menhires y dólmenes, símbolos serigrafados en roca y un interesante y bello travertino o acueducto natural, conocido por *el Toril* que forma el agua con sus sedimentos cuando sale del balneario y que tiene abundantes cuevas de estalactitas, pudiéndose observar en él las desviaciones que ha sufrido su trayecto a lo largo del tiempo. Una de las principales actividades que hacemos los bañistas después de tomar el tratamiento es pasear. Pasear y descubrir y admirar y conversar. En estos paseos fue donde conocí a Rosario y a sus hermana Martirio. Yo las llevaba a conocer todas estas cosas que he mencionado antes y era digno de ver su asombro cuando les explicaba lo que era una necrópolis, un dolmen o un menhir. Les conté cómo en mi pueblo, Baza, encontraron casualmente (y digo esto porque

ya era el último día de excavaciones) la Dama de Baza en un enterramiento parecido. Les expliqué cómo se formaba el acueducto, lo recorrimos, entramos en las cuevas y dólmenes, buscábamos todas las figuras que la fantasía o el ojo humano pueden ver en aquellas piedras. Ellas me contaban que habían ido poco a la escuela y que ahora iban a la de adultos, pero que no les gustaba porque sólo les hacían "copiar planas". Agradecida por nuestros paseos, Rosario me dijo un día: ¿"Quieres que te diga una poesía que yo he hecho"? Y empezó a recitarme el *Romance del mayor*. "Me lo tendrás que escribir, pues tengo muy mala memoria", le dije, a lo que ella me respondió: "yo apenas sé poner mi nombre; eso lo tendrás que hacer tú".

Cuando por la noche me puse a copiarlo, comenzó a recitarme todos los poemas que compone cuando está sola en el campo. Yo, asombrada y admirada de su facilidad para la rima, le prometí que se las mandaría escritas para que sus nietos las pudiesen leer. Y aún más, que intentaría que se las publicasen en alguna revista de mayores. He de confesar que, a pesar de haber estudiado métrica, no soy capaz de construir un romance tan fácilmente como Rosario. Por eso, mi asombro se torna en admiración hacia ella. Pienso que su facilidad es un don que le ha dado Dios, aunque no dejo de darme cuenta cómo el verso octosílabo es tan adecuado al oído español, siendo el más antiguo en nuestra literatura y el que utiliza frecuentemente la poesía popular.

Me alegra pensar que Rosario, a sus setenta años, que apenas sabe leer y escribir, que vive sola allá en sus pueblo de la Alpujarra, podrá ver publicado lo que su corazón y su inspiración poética le dictan. **a**

Granada, junio de 2.003

Rincón de la poesía

ROMANCE AL MAYOR

¿Qué te pasa compañera,
que estas triste y afligida?
Tú, que aspiraste consuelo
y ahora te encuentras rendida.

Decir *mayor* es bonito,
decir *viejo* no está bien,
porque lo viejo no sirve.
¡Lo mayor qué grande es!
Yo le digo a los mayores
que tienen que estar contentos

Porque llegar a mayores
es lo que todos queremos.
Cuando eres niña quisieras
hacerte pronto mayor
para elegir tu compañero
y vivir con ilusión.

Cuando crías a tus hijos
quieres que se hagan mayores
y nunca nos damos cuenta
que son los años mejores.

Al hacerse de noche,
cierras la puerta tranquila,
todos están en la casa
y la noche los vigila.

Cuando se hacen mayores
ya no paran en la casa
se van de acá para allá
y los padres no descansan.

Se casan, te dejan sola,
se van a vivir su vida...

Cuando mayor, más aprendes:
es la escuela de la vida.

Pasado un poco de tiempo
vuelve otra vez la alegría,
los nietos llenan la casa
con sus risas y alegrías.

Así sucesivamente
vamos pasando los días,
que la vida es muy bonita
cuando se sabe vivirla.

Si hay que cantar, se canta.

Si hay que sufrir, se sufre.

Y los días que nos quedan,
a vivir con alegría
porque a pesar de los pesares,
es muy bonita la vida.

Rosario García Fernández



BODA REAL

El Príncipe don Felipe
ya por fin se ha enamorado
de una ilustre periodista
y el compromiso ha anunciado.

Él no quería emparentar
con damas de otras coronas
había de ser por amor
y a ser posible española.

Ya su ilusión se ha cumplido
y pronto tendremos boda
con la que hoy es su novia
y algún día reina española.

Lo llevó muy en secreto
y nadie lo sospechaba
que la bella periodista
su corazón cautivara.

Leticia Ortiz se le llama
a la nueva princesita
ya que el jueves día seis
su mano fue pedida.

Es el Príncipe de Asturias
apuesto guapo y gallardo
y afortunada Leticia
que al Príncipe ha conquistado.

Hoy les deseamos todos
eterna felicidad
a esta real pareja
que pronto se casarán.

Granada 01-11-2003

M^{ra} Nieves Rodríguez Burgos

ROMANCE DE LA NUBE Y LA FLOR

Blanca, flotante, ligera,
hay una nube que vaga
con su vapor sonrosado
precediendo a la mañana
Los insectos juguetean,
las aves ligeras pasan
y se paran en sus hojas
con la razón de sus alas.

Ella, cándida, sonríe,
y le da pura fragancia
a las tiernasavecillas,
los insectos y las áureas.
Sobre la hierba del prado
cual brilla la esmeralda
allá en las rocas sombrías
hay una espesa enramada.

Allí la blanca paloma
su dulce nido formara.
Su arrullo es suave y tranquilo
como murmullo del agua,
de las fuentes cristalinas
que bajan de las montañas.

Allí viven sin recelo
en su frondosa morada
sin temer al cazador
cuyo plomo amenazara.

Esta tenue nube flor,
esta flor fragante y blanca,
esta gota de rocío
y esta paloma tan casta,
son emblemas de inocencia
en la imagen de tu alma.

Esa virtud peregrina
los rayos del sol reflejan
nada hay tan bello y puro
como esta gota de agua,
formada por los vapores
que ardiente la tierra exhala.

En su fondo diminuto
cual claro espejo retrata,
los colores de las nubes
de las aves y las plantas,
y los perfumes de las flores
que abrieron por la mañana.

Rosario García Fernández

VUELTA A CLASE

Ya acabó este tórrido verano
 que nos hizo sudar la gota gorda
 y al igual que nuestros nietos retomamos
 bolígrafo y papel para tomar las notas.
 El tercer curso iniciamos este año
 y con la misma ilusión que en los pasados
 tras disfrutar de merecidas vacaciones
 en la Universidad nos hemos reciclado.
 Van a clase veteranos profesores
 que recuerdan su vida de estudiantes
 y mujeres que en su día no estudiaron
 porque esos lujos no estaban a su alcance.
 Y ahora vamos cada tarde ilusionados
 y charlamos un ratito en los pasillos
 consultamos el tema que nos toca
 o tomamos un café con los amigos.
 Cuántos ratos de soledad y tristeza
 estamos evitando con las clases
 porque si llueve mucho y no asistimos
 ese día se hace interminable.
 Y han surgido bonitas amistades
 y buena relación con profesores
 y de las fiestas o charlas cotidianas
 han salido también nuevos amores.
 Pues Cupido cumplió su cometido
 y las flechas del amor ha disparado
 y sin mirar los años ni las canas
 los maduros corazones ha tocado.
 En las fiestas de ALUMA nos prepara
 y que siempre se terminan bailando
 se les ve a esas nuevas parejitas
 con la misma ilusión de años pasados.
 Es cierto que los tiempos ya han cambiado
 y mientras haya vida hay que vivirla
 pues esta segunda juventud de ahora
 se disfruta mejor siendo optimista.
 También viajamos con nuestros profesores
 a lugares que están relacionados
 con las asignaturas que ellos nos imparten
 y que a todos bien nos ha gustado.
 Este curso "símil" fin de carrera
 en que nos hacemos la foto de la orla
 ya quisiéramos salir sin arruguitas
 pero aún así se guardará para memoria.

M^a Nieves Rodríguez Burgos

AMOR DE UN ADOLESCENTE

Entre el crepúsculo y la noche
 está sentada en la playa,
 mirando al mar un adolescente.
 Está llorando,
 se fue su amor mar adentro;
 a sus oídos llega, el ruido
 del motor y las olas, que
 chocan sobre su barca.
 Quisiera que fuera noche...
 tan corta;
 como el vuelo de una gaviota
 volando de barca en barca.
 ¡Oh Dios! Si te pierdo, siento
 una amargura que me vuelve loca,
 yo muero, sino vuelves
 con mi amor dentro.

Rosalía García



Tuvo Rosario García una magnífica presentadora en Rosa Pérez. Me toca ahora presentar a las demás poetisas.

A María Nieves la conocemos todos. Puede que sea la "poetisa" oficial del AULA y de ALUMA. Capta con sus versos la actualidad del momento con una facilidad y acierto increíbles. Recuerdo su "adiós" a la peseta rubia. Su "canto" a La Olla de San Antón -publicada en el anterior ejemplar de El Senado- además de humor tenía en efecto sabor a "oreja y rabillo". Llega ahora a través de este número, su "Vuelta a clase" y una acertadísima y oportuna "Boda

Real" -la noticia del año- referida al Príncipe Felipe y a Leticia Ortiz. Gracias María Nieves.

Bajo el nombre de Rosalía, han podido leer "Amor de un adolescente" un poema escrito y sentido por una mujer de gran sensibilidad. Vive en la Alpujarra granadina. Además de rimas escribe cuentos. Los he leído. Por falta de espacio no pueden ser publicados. Procuraremos que sea en el próximo número. Su hermano, alumno del AULA, me habló de ella y de su talento. Confesó que le haría ilusión ver sus versos reflejados en una revista. ¡Enhorabuena! Lo conseguiste. Te verás además Rosalía, recogiendo tu premio en el Primer Certamen de Poesía de Cádiar "El Valle de los Versos" (Bellísimo título por cierto) Espero que te guste. **a**

Rosalía García fue premiada en el Primer Certamen de Poesía de Cádiar "El valle de los versos"



“El vino es la más sana e higiénica de las bebidas” (Louis Pasteur)

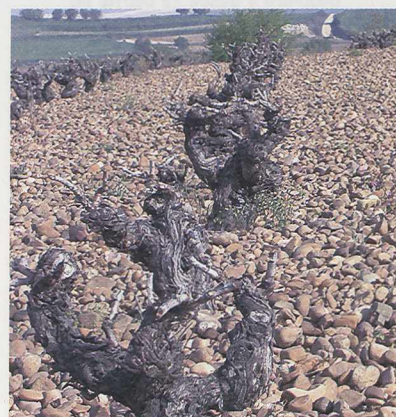
El vino es un producto natural procedente de un fruto -la uva- que mediante la fermentación (proceso igualmente natural) se convierte en vino. Denostado debido a falsas creencias sobre sus efectos negativos sobre la salud como en su día lo fue, por ejemplo, el aceite de oliva, hoy vuelve al escenario gastronómico en todo su esplendor. El mundo entero “descubre” que la dieta mediterránea es la más saludable, y que esta dieta incluye - ¡quién lo hubiera dicho! - el consumo de vino. Y es que el vino NUNCA debe ser considerado como una bebida alcohólica, sino como un alimento que contiene alcohol y que además, consumido con moderación pero con regularidad (2 copitas al día), facilita la digestión, previene las enfermedades cardiovasculares y posee cualidades antioxidantes y anticancerígenas, entre otras muchas virtudes. El vino es algo vivo: nace, crece, evoluciona y muere. La gran variedad de vinos existentes se debe a cuatro factores:



EL CLIMA Factor fundamental, ya que cuanto más cálido sea, mayor será el contenido en azúcares de la uva, porque el calor hace que el agua que contiene se evapore: la uva dará menos jugo, pero más dulce. Y son los azúcares los que se convierten en alcohol en la fermentación. Por lo tanto, a mayor contenido en azúcar de la uva, mayor grado de alcohol en el vino. Así, las comarcas más cálidas producirán vinos más potentes, más concentrados y de mayor grado. Para entendernos, dos

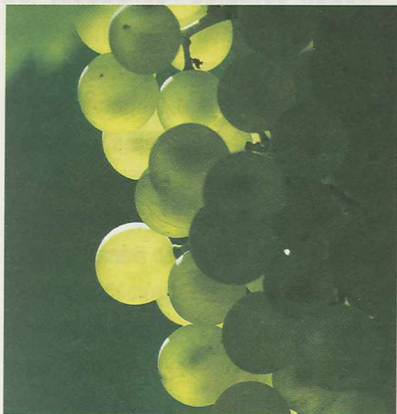
ejemplos extremos: los blancos de las variedades Albariño, Ribeiro, Godello, Loureiro...reinan en Galicia como lo hacen los Riesling o los Gewürstraminers en Alsacia y Alemania, ambos con un volumen de alcohol de aproximadamente 11°. Por el contrario en Alicante, los Fondillones - al igual que los Banyuls del sudeste francés - “presumen” de alcanzar un volumen alcohólico que supera de forma natural los 18°. Y esto se complica aún más: dentro cada comarca hay valles, montañas, influencia o no del mar, terrenos con una exposición solar diferente, influenciados o no por los vientos...

EL SUELO Es uno de los elementos determinantes, ya que cuanto más pobre es, más “sufrir” la viña buscando alimento. Al “sufrir”, la vid da menos fruto, pero éste tendrá mayor carácter y personalidad. La composición del suelo además, infiere al vino notas minerales, terrosas, volcánicas...



LA UVA El grano se compone de piel, semillas y pulpa. La piel encierra la mayoría de los elementos que darán al vino color, aromas y sabor. A ella se adhieren microorganismos como las levaduras, responsables de la fermentación. Las semillas ceden taninos al vino. La pulpa concentra agua y azúcares. Las vides del género *Vitis Vinífera* son las únicas que dan frutos con los que se puede elaborar vino. La mayoría de las variedades de este género son autóctonas de la cuenca mediterránea. Fue la Iglesia Católica la que

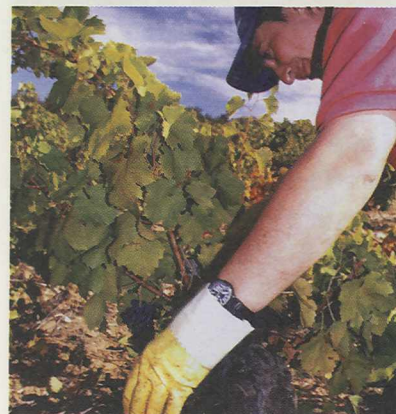
“exportó” la vid al Nuevo Mundo, ya que el viaje por mar (con su duración y el movimiento de los barcos) hacía que el vino se “echase a perder”. ¡Imposible celebrar misa sin vino!. ¿No se puede traer vino?. ¡Pues traigamos vides!. Y algún milagro sí que se produjo, porque ciertas variedades encontraron en tierras lejanas su entorno más favorable. Un ejemplo que ilustra perfectamente lo dicho es el una variedad autóctona del sudoeste francés llamada Malbec (considerada un “patito feo”), que encontró en tierras argentinas su Edén - los Malbecs argentinos son elegantes, soberbios y únicos-. Más tarde, colonos, emigrantes, y en la segunda mitad del S XX, empresas con proyección internacional, continuaron - movidos por motivos diferentes de los de la Iglesia, claro - la difusión mundial del cultivo de la *Vitis Vinífera*. Dentro de este género



hay multitud de variedades, como hay diferentes razas en cada especie animal. La lista es interminable y cada país y zona tiene variedades propias. Pero esto no acaba aquí: los progresos científicos en biología, botánica, edafología... han hecho posible la obtención de clones de cada variedad, que cada bodega selecciona y planta (y espera varios años antes de poder elaborar vino a partir de sus frutos) en función del suelo, del microclima, y del estilo de vino que pretende elaborar, entre otros criterios.

LA LABOR DEL HOMBRE Ya hemos seleccionado (y comprado) el terreno, hecho los ensayos de clones, dejado crecer las vides unos años, etc, etc (no sé si se dan cuenta de la inversión y el riesgo que esto conlleva, sin contar construir la bodega, equiparla en tecnología, destinar fondos a la investigación y las pruebas...). Es ahora cuando llega el “artista”: den a Velázquez y a Picasso una tela idéntica y la misma paleta de colores; den a dos enólogos el mismo viñedo. Sus vinos pueden ser tan diferentes como los cuadros de Velázquez y los de Picasso. El enólogo vigila el campo durante el invierno, mira al cielo cada día buscando el sol o la lluvia, lucha contra las enfermedades que atacan a la vid, decide la poda, el rendimiento por hectárea, el momento ideal de la vendimia teniendo en cuenta la madurez del fruto....Y reza para que no llueva en el momento de la vendimia (si llueve, los nutrientes (azúcares) abandonan el fruto y se trasladan al tronco de la vid para asegurar la supervivencia de la planta, más importante que la supervivencia del fruto: la uva no tendrá suficiente contenido en azúcares para elaborar un buen vino). Cuando finalmente se recoge, se lleva a la bodega para su prensado, obteniendo así el mosto. Después se procede a la vinificación (conjunto de operaciones para transformar la uva en vino, diferente según el tipo de vino que se quiere obtener), seguida de una etapa de estabilización mediante procesos de clarificación (limpieza natural o provocada), filtración (con diversos tipos de filtros), etc. Las diferentes variedades se pueden tratar y vinificar conjuntamente o separadas. La segunda opción (más cara y laboriosa para el elaborador) permite que cada variedad evolucione “a su aire” desde la maduración en la vid hasta el final de la fermentación. Todo este proceso de vinificación requiere una vigilancia constante y una inversión en tecnología

de dimensiones inimaginables. Tras la vinificación, los vinos jóvenes se embotellan. Para elaborar un vino de guarda, tras la etapa de la vinificación viene la de crecimiento y desarrollo en barricas de madera de roble, sobre todo francés y americano, hechas a mano. Una barrica de 250 litros puede llegar a costar más de 1.200 euros. Y hay que sustituirlas por otras nuevas de forma regular. El roble dará aromas al vino: torrefactos, cacao, toffee, vainillas, pimienta, especias, tabaco, cueros.... A menudo las bodegas, antes de comercializar un vino “experimentan” su crianza en distintas barricas durante años para tomar la decisión de cual es el tipo de roble y el tostado ideal. La elección de la barrica es esencial. Luego llega el periodo de envejecimiento en botella, durante el cual se liman los taninos del vino, que se “redondea” y llega a su etapa adulta.



Con todos estos parámetros fundamentales se pueden elaborar varios tipos de vinos (pero no olvidemos que dentro de cada tipo, cada vino es diferente) que son los generosos secos, espumosos, blancos jóvenes afrutados, blancos secos naturales blancos secos con madera, rosados, tintos jóvenes, tintos con crianza, tintos de reserva y dulces, que en el siguiente número describiremos con precisión. **a**

Año 2003

en España el Mundo y Granada

Durante mucho tiempo recordé y reseñé para los medios de comunicación, lo mejor y lo peor de cada año que se nos iba, a escala mundial, nacional y local. Lo hice para la radio, televisión y prensa por este orden. Hoy vuelvo a hacerlo para EL SENADO, publicación informativa y cultural de ALUMA. Sin embargo, quiero que sea ésta, una recopilación especial. Tal vez y porque estamos cansados de tanta guerra, de tanta mala noticia y de tanto problema, al parecer de difícil solución; sólo me apetece evocar, si ello es posible, lo mejor o lo menos malo, que la vida y los acontecimientos nos brindaron en el ámbito general, en el año que se fue y que por lo mismo, ya es historia.

enero

- Aparece en escena un personaje entrañable. De él se hablará durante todo el año y muy bien por cierto. Se llama Luis Inácio Lula da Silva y promete, tras ser elegido presidente, transformar Brasil y erradicar el hambre. Nada menos que 44 millones de hambrientos le esperan.



- Granada rinde homenaje al desaparecido Paco Rabal con el recital "Paco y sus queridos poetas" a cargo de su mujer Asunción Balaguer y su nieto Liberto. "Ya no tengo ilusión de vida,



pero sí capacidad de trabajo. Su falta es insuperable para mí, pero su recuerdo tiene un valor excepcional. La frescura de Liberto me ilusiona" declara Asunción, una gran mujer además de una gran actriz.

febrero

- El Campus de la Salud (argumento y tema de un año y otro) ficha a Jerónimo Páez para impulsar su desarrollo empresarial. ¿Hasta cuándo el Campus de la Salud? ¿Cuándo lo veremos en toda su dimensión?

marzo

- Según estudios realizados, las personas mayores están más preocupadas por su pensión que por su salud. Soledad y aburrimiento son las otras inquietudes. ¿Es esto verdad? Si os sentís afectadas, os recomiendo el AULA para aprender y ALUMA y EL SENADO para distraeros. La lectura de algún libro, o periódico para estar al día, también vale. Por supuesto salir de casa. Hablar, escuchar y reír. Reír mucho. Hasta de nuestra propia sombra. Es muy saludable.

abril

- Reconocimiento. Granada salda una deuda de 172 años con Mariana Pineda ajusticiada en 1.831 por defender los ideales de libertad. El último inmueble que habitó la heroína en el barrio de la Magdalena en la calle Águila, se abre como Centro de la Mujer en un acto que comenzó con el traslado a la casa, del arcón que guardó sus restos.



mayo

- En su visita a España, el Rey agradece a Juan Pablo II, su permanente condena al terrorismo. El Papa insta a España a defender las "raíces cristianas" de Europa.

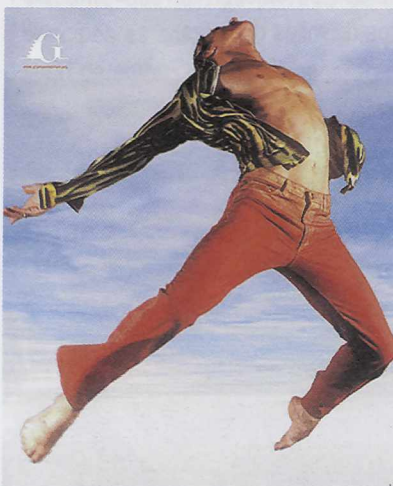
junio

- No sé por qué, pero lo presentía. Su irrupción en la escena política allá por el mes de enero, su talante de político al servicio de los más necesitados, le tenía que conducir irremediablemente a este reconocimiento. El presidente de Brasil Lula da Silva gana el Príncipe de Asturias de la Cooperación Internacional.

- Cuatro mil granadinos reciben al nuevo arzobispo de Granada monse-

ñor Francisco Javier Martínez Fernández quien en sus primeras palabras a los fieles expresó su gratitud al Santo Padre.

- Arranca la 52 edición del Festival de Música y danza de Granada con la cantata de "Iván el terrible" de Sergei Prokofiev, interpretada por la Orquesta Sinfónica de Galicia y el coro Nacional de España con Gutiérrez Caba como narrador.



julio

- El nuevo alcalde de Granada no pierde tiempo en tomar decisiones. José Torres Hurtado se sube el sueldo -9.236 euros- en el primer pleno extraordinario que preside desde su elección en las municipales del 25 de mayo.

agosto

- España envejece. Más hijos y más inmigrantes son las recetas para evitar el descenso de la población. El INE prevé que la cifra de extranjeros se duplique y supere 4 millones en 2.010.

septiembre

- Tras ser sometida a un periodo de rehabilitación de dos años, la Casa Museo Manuel de Falla en Granada- en la que el ilustre compositor residió desde 1921 hasta su exilio en 1939- abre de nuevo sus puertas al público.

- Rajoy gana la carrera de la sucesión. Aznar elige al presidente que dejará su cargo en el Gobierno y será



j L o y A e L r B o A s

SQCIO
BENEFACTOR

secretario general del PP. El ejecutivo cree que la elección del vicepresidente abre expectativas.

- La Universidad de Granada inaugura el curso 2003-2004. El acto presidido por el presidente de la Junta y rectores de las universidades andaluzas, se celebró en el Hospital Real. Por estos días, el AULA DE MAYORES, inicia la décima edición de su Programa Universitario. La información publicada por Ideal referida a nuestro acto y trayectoria, no fue del gusto de todos, especialmente de los que "conocemos todas las provincias españolas" desde que éramos niños-as que somos sin duda, todos-as. Se suscitó otra polémica en torno a una entrevista al presidente de ALUMA José Luis Andrade. Creo que injustamente. Pero bueno. Son cosas que pasan. Nunca llueve a gusto de todos. Guardemos nuestras energías para otras causas más serias, aunque indudablemente, esto no deja de serlo. Sin embargo, sería muy bueno leer las cosas detenidamente antes de dar una opinión o juzgar deliberadamente.

octubre

- La abogada iraní Shirín Evadí defensora de los derechos de la mujer y de las reformas democráticas en el mun-



do islámico, recibe el Premio Nóbel de la Paz. Evadí de 56 años es la primera mujer de un país musulmán que obtiene este galardón concedido por el Parlamento noruego. La galardonada celebró la noticia en París con un llamamiento a la libertad en Irán. "Literatura es libertad" dijo en su discurso la premiada.

- Coincidiendo con el 25º aniversario de su Pontificado; El Papa beatifica a Teresa de Calcuta en Roma ante cientos de miles de fieles.



- El 24 de octubre tiene lugar en Oviedo, la ceremonia de entrega de los Premios Príncipe de Asturias. Sin duda alguna, el discurso extraordinario de Luiz Inácio Lula da Silva - para mí el hombre del año- fue lo más destacado del solemne acto. Sus palabras sonaron como un aviso a los estadistas que en esos momentos y, paralelamente al acto del Principado, celebraban en Madrid una Conferencia para tratar de recaudar fondos con objeto de construir lo poco que queda de Irak. Es decir, primero la destruyen y después la construyen. Sólo ellos -los políticos, estadistas y dirigentes del mundo- sabrán porqué lo hicieron.

- "Donde habita el amor por la cultura están rotas para siempre las cadenas de la ignorancia, de la oscuridad y del miedo" dijo D. Felipe de Borbón al entregar los Premios que llevan su nom-

bre. "La miseria y el hambre no son un fallo técnico y no pueden esperar. Es necesario que la comunidad internacional emprenda la única guerra de la que saldremos vencedores: el combate contra la pobreza y la exclusión social. La vida. La vida y nada más" dijo Lula en su discurso ¡Qué maravilla que haya gente que piense y actúe de esta forma! El presidente brasileño ofreció el dinero del premio (50.000 euros) a los más necesitados del mundo.

- La solidaridad permite que una niña guatemalteca con un tumor cerebral mortal, sea operada en Granada. "Muchas gracias por cuidarme" diría Lilly Cuac, la pequeña que no podía comer desde hacía dos meses por culpa de su enfermedad. La intervención fue posible gracias a la ONG Senderos de Maíz que fomenta los apadrinamientos para la salud en Guatemala.

- Francisco García Jiménez un "joven" de 77 años defiende su tesis doctoral ante un tribunal de la Universidad de Jaén. El nuevo doctor posee doce títulos universitarios. Su último éxito: acabar Medicina en un año. (Nosotros no llegamos a tanto ¿verdad?) "Estudiar me ha servido para olvidarme de las enfermedades y las depresiones, además de tener siempre un espíritu joven" Es usted un ejemplo a seguir Don Francisco. Felicidades.





noviembre

• 1 de noviembre. Puede que sea la noticia del año. Para España y los españoles lo es desde luego. La Casa Real anuncia el compromiso del Príncipe heredero D. Felipe de Borbón con la periodista de TVE Leticia Ortiz. El acto oficial de petición de mano celebrado en los palacios de El Pardo y de la Zarzuela, se desarrolló en un ambiente muy distendido. Destacó la alegría del príncipe de "sentirse enamorado" y la espontaneidad de la novia. "Déjame a mí" le regañó cariñosamente Letizia cuando don Felipe la interrumpió. Él respondió con una sonora carcajada. "Queremos tener más de dos hijos y menos de cinco" reveló el príncipe de Asturias. "¡Anda! " Dijo sorprendida ella.

A partir de ahora, tanto el Príncipe como Leticia, habrán de demostrar día a día que su decisión ha sido la adecuada para ellos, pero también para la institución que representan. Esa es precisamente la diferencia que le separa del resto de las novias españolas. No todas las jóvenes de nuestro tiempo se convierten de la noche a la mañana en princesa de Asturias y futura reina de España. Es evidente que la vida privada de los príncipes es solo suya, incluido el pasado de ambos. (Separaciones, fracasos e historias familiares y amorosas de uno y otro.) Pero no es menos cierto que su futuro forma parte del compromiso de la Monarquía con la sociedad española. Es más. Con la historia de España. Y su futuro ya ha comenzado.



• Son noticias en efecto, que alegran e ilusionan. Con esta buena nueva, el



mensaje esperanzador de fin de año del Rey (más la captura de Saddam Husein ¿dónde está Bin Ladem?), se nos fue 2003. Estamos ya en 2004. Sólo desear que los problemas del mundo que todos conocemos: hambre, guerras, terrorismo, desigualdades, pobreza, explotación infantil, inmigración, racismo, xenofobia, violación de los derechos humanos, nacionalismos exacerbados, abuso de poder, tortura y violencia doméstica, envidias, odios, intolerancia se suavicen un poco. Que no vayan a más. Que la paz y el amor entre los hombres sean posibles. Aunque hayan pasado unos días ¡Feliz Año 2004 a todos sin distinción de clases, razas y credos! **a**

Plácida García Tristán

SQCIO
BENEFACTOR



FLORISTERÍA DIPLOMADA EN ARTE FLORAL

RAMOS DE NOVIA - RAMOS DE REGALO - ADORNOS DE COCHE DE NOVIA - ADORNOS DE IGLESIA - CENTROS DE FLOR SECA
CENTROS DE FLOR NATURAL - JARDINERÍA DE INTERIOR - CESTERÍA DE MIMBRE - CANASTILLAS DE FLOR NATURAL
CENTROS DE PLANTAS NATURALES - ORQUÍDEAS DE REGALO - BONSAIS
PALMAS MORTUORIAS - CORONAS MORTUORIAS

SERVICIO A DOMICILIO

Cocina y algo de humor

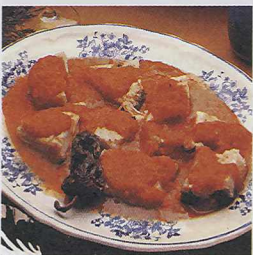
Menú: Crema de calabacines - Bacalao al ajo arriero y Tarta de queso



Crema de calabacines

Ingredientes Dos calabacines grandecitos pelados o sin pelar, dos puerros (solo la parte blanca), una patata pequeña, un trocito de calabaza, cuatro quesitos (uno por persona), una bolita de mantequilla, sal, pimienta y para adornar un poco de aceite y unas rebanadas de pan horneado.

Modo de hacerlo Se cuece la verdura con poca agua, se añaden los quesitos, la mantequilla, la sal y la pimienta. Se bate todo muy bien, se rectifica de sal y pimienta. A la hora de servir se hace un adorno con aceite en forma de espiral sobre la crema.



Bacalao al ajoarriero

RECETA QUE NOS DIÓ LA SRTA. GUÍA EN EL VIAJE DE FIN DE CURSO A LA RIOJA
Ingredientes Bacalao desmenuzado y en remojo 24 horas, cebolla, pimiento verde, tomate, ajos, patatas y aceite de oliva. No olvidar que se hace en cazuela de barro.

Modo de hacerlo Se escurre el bacalao que tenemos en agua desde la noche anterior, lo desmenuzamos, quitamos las espinas y lo secamos con un paño. En cazuela de barro ponemos a freír en abundante aceite bastante cebolla junto con el pimiento verde a fuego muy lento. Cuando está a punto, añadimos el bacalao y seguimos friendo hasta que se elimine todo el caldo. El tomate lo tenemos frito aparte que se lo añadimos junto con los ajos muy picaditos y le damos un hervor. Las patatas se tienen fritas en forma de cuadraditos pequeños que se añaden al final mezclándolas.

Nota: está más rico hecho del día anterior.

Pastel de queso al microondas

Ingredientes 150 gramos de galletas María, 2 cucharadas soperas de mantequilla, 8 cucharadas soperas de azúcar, 4 huevos, 500 gramos de queso tierno, mermelada de frambuesa y molde adecuado para el microondas.

Modo de hacerlo Se calienta la mantequilla para poder mezclarla con las galletas bien desmenuzadas y así hacer la base del pastel en el molde. El queso, los huevos y el azúcar lo mezclamos en la batidora y lo añadimos al molde que la superficie quede homogénea. Lo introducimos en el microondas de 10 12 minutos a la máxima potencia y ya está. Ahora lo cubrimos con mermelada de frambuesa y lo dejamos en el frigorífico para que se enfríe.

¡¡¡Buen provecho!!! María Luisa



Soria
2003
soria@teletel.es

EL
SENADO

Edita

ALUMA Asociación de Alumnos del Aula
Permanente de Formación Abierta de la
Universidad de Granada

Coordina

Plácida García Tristán

Colaboran

Profesores y alumnos del Aula y socios de Aluma

Diseño y maquetación

Catálogo

Imprime

Alsar