

POR UN ENVEJECIMIENTO ACTIVO

Boletín de la Unión de Jubilados y Pensionistas - nº 17- Junio - 2023



Editorial

El 2 de Abril se ha constituido el Consejo de Mayores de Santander órgano consultivo y de participación para las cuestiones específicas de las personas mayores de la ciudad.

Desde UJP llevábamos mas de diez años intentando con mociones reuniones y reivindicaciones específicas que Santander tenga un órgano de participación para los mayores del Municipio.

El tesón, el trabajo y a veces la tozudez de nuestros compañeros ha logrado que el 2 de abril se constituya formalmente en el Palacio de la Magdalena este órgano tan demandado por nuestra

organización y con dos años de retraso sobre lo acordado en la Moción que aprobaba su constitución.

Desde aquí agradecemos el trabajo y empeño de todos los compañeros que han logrado lo que muchas veces nos parecía ya imposible.

Ahora nuestro objetivo es seguir luchando para que se constituya el Consejo del Mayor en la Comunidad Autónoma para que desde estos estamentos conjuntamente con el de Torrelavega podamos tejer una red de participación de las Organizaciones de la 3ª Edad en toda la región.

**CON EL GENIO SE INICIAN LAS GRANDES OBRAS,
PERO SÓLO CON EL TRABAJO SE ACABAN.**

(JOSEPH JOUBERT)

INFORMACIÓN

Actividades 2º semestre 2023

EL 8 DE JULIO, participaremos con la “AASS. NAUFRAGOS DE LA MAR” en el Aniversario del naufragio del “BUQUE-TANQUE BONIFAZ” y demás naufragos que han desaparecido últimamente. Los diferentes actos se harán en **CASTRO URDIALES**. Al final se tendrá una comida de hermandad en el restaurante LA MARINA.



EL 19 DE SEPTIEMBRE, conferencia POR DON ENRIQUE PÉREZ, (Maestro). Hablará sobre la escuela de “BAÑUELOS DE BUREBA” y el asesinato de su maestro el 19 de julio de 1936.

EL 23 DE SEPTIEMBRE haremos una **excursión a BAÑUELOS** para conocer de cerca su historia. Comida en BRIVIESCA y regreso a casa.



EL 11 DE NOVIEMBRE, celebraremos como todos los años en la Vega de Pas: El “Aniversario del Doctor Madrazo”. Se comerá en el restaurante “el café”. Después baile y a las 19h regreso a casa.



Contenido

- Pág.-3.-Los mayores nos movemos.
- Pág.-4.-Necesidad de los inmigrantes.
- Pág.-5.-Envejecimiento saludable.
- Pág.-6.-¿Votamos con la cabeza?
- Pág.-7.-Envejecer es un proceso natural.
- Pág.-8.-Nuestra historia.
- Pág.-9.-Los Consejos de mayores
- Pág.-10.-Porque “Votar no es delegar”
- Pág.-11.-Los Mayores “Pedimos la Palabra”
- Pág.-12.y 13,-Pensiones - Comparativa entre 2013 y 2022.
- Pág.-14.-El sindicalismo de hoy en día.
- Pág.-15.-Pase lo que pase (Poesía)
- Pág.-16.-¿En broma o en serio?

Sedes de UGT y UJP en Cantabria:

Santander (Unión Regional).

Teléfono : 942 36 46 22 (Extensión 502).

Camargo (Comarca Central). Maliaño

Teléfonos : 670 40 15 08 y 942 26 12 25.

Torrelavega (Comarca Besaya).

Teléfonos: 676 23 73 79 y 942 89 26 29.

Castro Urdiales (C. Oriental).-Tfno: 942 86 03 43

Corrales de Buelna. Teléfono: 942 83 03 62.

S. Vicente (C. Occidental).Teléfono: 942 71 07 68.

Laredo.- Teléfono: 942 60 76 93.

Reinosa (Com. Campoo).Tfno: 942 75 28 11.

Santoña.- Teléfono: 942 66 25 30.

Horizonte en color, está en internet: Web: **jubiladosugt.org (Cantabria)**. Si facilitas tú correo electrónico te enviamos la revista en color y puedes recibir información sindical:
ujp@cantabria.ugt.org

Los Mayores nos movemos



La necesidad de los inmigrantes en España

Tras la campaña que los partidos ultraderechistas están haciendo sobre los inmigrantes, que según ellos son el cáncer de este país y que con su llegada, España se esta destruyendo en pedazos, hay que decir que: los inmigrantes, no solo son necesarios sino que traen a España muchos más beneficios que los que ellos reciben.

Según UGT y CC OO los trabajadores inmigrantes contribuyen con sus cotizaciones al 10% de los ingresos de la Seguridad Social, y en cambio el gasto que generan es muy inferior a esta cifra. Por ejemplo, solo el 0,9% del gasto total del sistema de las pensiones se destina a esta parte de la población. Por lo tanto cuantos mas inmigrantes trabajando, mas cotización a la Seguridad Social. Además de lo anterior, los españoles mayores de 65 años representan hoy casi el 20% de los ciudadanos, según el Instituto Nacional de Estadística (INE), y dentro de 50 años este porcentaje será del 30%. Es decir que una de cada tres personas estará jubilada.

Los inmigrantes que llegan a nuestro país son más jóvenes que la media española, con una diferencia de siete años. Desde el año 2000 la población española en edad de trabajar (entre 16 y 55 años) se redujo en más de 2,3 millones, en cambio, el número de extranjeros se incrementó en 3,7 millones, lo que permitió un aumento de 1,4 millones de empleados potenciales dentro de esta franja de edad.

A partir de los años ochenta, gran parte de las mujeres extranjeras se han dedicado a hacer el trabajo que hacían las autóctonas: el cuidado del hogar. Ahora gracias a estas migrantes y al aumento de la prosperidad económica estas mujeres españolas lograron integrarse al mercado del trabajo.

El gran PROBLEMA DEMOGRAFICO que sufre España, es la reducción de los nacimientos entre su población, estando, en el año 2000, muy por debajo del índice de fecundidad europea (1,47 hijos por mujer) mientras la española está en el 1,13, y gracias a la mayor natalidad de los

extranjeros se ha recuperado hasta el 1,31.

Los recién llegados son, sobre todo, jóvenes que vienen a conseguir un empleo y por tanto, incrementan la tasa de actividad laboral, que permite suplir el desbarajuste que tiene España debido al “envejecimiento demográfico”.

La mayoría de estas personas realizan tareas que los autóctonos no desean y no cubren, incorporándose a los empleos menos cualificados. (cuidado y acompañamiento de Mayores, Kellys, servicios, etc...) por lo que fomentan la competitividad en la economía y crean otros empleos que los españoles sí quieren desempeñar.



Cuatro de cada diez trabajan en ocupaciones elementales y poco remuneradas y en su conjunto perciben un salario medio que es un 56% inferior del que reciben los españoles, según el informe del Defensor del Pueblo, de 2020. Los sectores en los que se concentran son la hostelería, la agricultura, la construcción y el comercio. Sin embargo, este estudio evidencia que alrededor de la mitad de los ocupados extranjeros ha completado estudios de segundo ciclo de secundaria o educación superior. Su nivel formativo les permitiría desempeñar tareas más cualificadas.

Actualmente, residen en España cinco millones y medio de inmigrantes, lo que supone el 11,4% de la población total. Las nacionalidades más numerosas son la marroquí (15,9%), la rumana (12,3%) y la Colombiana(5%). Por todo lo anterior y tras muchas investigaciones, se llega a la conclusión de que: **España necesita siete millones de inmigrantes en tres décadas para mantenerla prosperidad. En 2050 la población en edad de trabajar supondrá el 50% de los habitantes frente al 65% actual.**

ENVEJECIMIENTO SALUDABLE - ACTIVIDAD FISICA.

Modesto Álvarez Careaga

Es popularmente sabido que el cuerpo necesita moverse. Una vida sedentaria es muy mala para la salud.

Y esto es una ley de la naturaleza entre jóvenes y mayores. Debemos hacer ejercicio físico a todas las edades, ya que es clave para que nuestro cuerpo funcione correctamente.

El sedentarismo contribuye rápidamente al deterioro de la salud y es un asesino silencioso, siendo considerado una de las principales causas de muerte prematura.

La OMS explica lo conveniente que es realizar ejercicio físico para todas las personas para prolongar nuestra esperanza de vida, pero especialmente para los mayores.

En efecto, uno de los factores fundamentales para tener una mejor salud y, por extensión, tener más probabilidades de vivir mejor y durante más tiempo, es realizar ejercicio físico.

Así, según la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda que las personas mayores de 65 años realicen entre 150 y 300 minutos semanales de actividad física moderada. Estamos hablando, en realidad, de pasear unos 25 minutos al día a paso ligero, de lunes a domingo, para cumplirlo holgadamente y aumentar las opciones de prolongar la vida.

LA OMS ha advertido de que la inactividad es un factor de riesgo a la hora de padecer enfermedades como las cardiovasculares, el cáncer y la diabetes, entre otras muchas. Por ello, un hábito sencillo y fácil como caminar entre 20 y 25 minutos al día previene mucho las posibilidades de sufrir estas patologías, además de que aporta otros beneficios para la salud de todo el mundo, pero especialmente de las personas mayores.

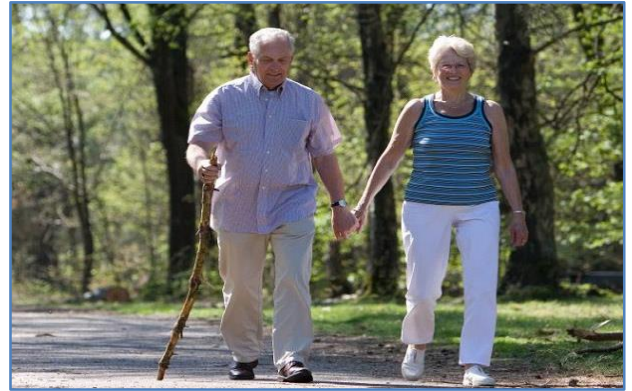
Dentro de estos ejercicios de entre 150 y 300 minutos semanales, incluir "actividad física variada y multicomponente que enfatice el equilibrio funcional y el entrenamiento de fuerza a intensidad moderada o mayor, 3 o más días a la semana, para mejorar la capacidad funcional y prevenir caídas".

Por su parte, el Centro para el Control y la

Prevención de Enfermedades, organismo del Gobierno de Estados Unidos, recomienda, en línea con la OMS, realizar ejercicio físico a todos los adultos ya que puede prevenir o retrasar muchos de los problemas de salud que parecen surgir con los años".

"También ayuda a fortalecer los músculos para que se pueda continuar haciendo tareas a diario y vivir sin tener que depender de otros", subrayan.

Otros de los beneficios de realizar ejercicio físico son que se fortalecen los huesos y se previene la osteoporosis y artrosis, se aumentan los niveles de energía y se reducen los niveles de estrés y ansiedad.



Como conclusión podemos afirmar:

- *El ejercicio físico para mayores ayuda a mejorar la flexibilidad, el equilibrio y la fuerza, al tiempo que reduce el riesgo de caídas habituales en la tercera edad y permite que la persona mayor se mueva con más soltura.*
- *Mejora el sistema inmunológico, muchas veces débil en la vejez.*
- *Algunos estudios indican que hacer ejercicio regularmente disminuye el riesgo de padecer demencia.*
- *Combinado con una dieta equilibrada y adecuada para personas mayores, reduce el colesterol malo y la presión arterial, factores riesgo para enfermedades cardiovasculares, insuficiencia cardíaca y accidentes cerebrovasculares. Además, puede reducir la diabetes tipo 2 y el riesgo de padecer numerosos tipos de cáncer.*
- *Mejora el humor y la autoestima, por lo que reduce el riesgo de depresión y ansiedad.*

¿Votamos con la cabeza?

En las pasadas elecciones en las que se elegían a los presidentes de las comunidades y los alcaldes de nuestros municipios, la campaña electoral se convirtió en una campaña a nivel nacional, en la que una de las partes, el PP, se dedicó a difundir a bombo y platillo su consigna: "Acabar con el Sanchismo". Tanto en la televisión, como la radio, como en la prensa como Internet, se difundía esta misma consigna.



¿En algún municipio o Gobierno autonómico se anunciaron las promesas que hacían los aspirantes del PP a alcalde o a presidente. !!!NO!!!

!!!Acabar con el Sanchismo.!!!. Pero... digo yo...

Sánchez no se presentaba a estas elecciones.

Pues, dio resultado.

Se plantearon en las municipales temas que no tenían nada que ver en las actividades de los municipios ni de las autonomías, como **"la ETA"** (que no existe desde hace doce años), **BILDU**, (con asesinos en sus listas), el **independentismo catalán**, (donde Rajoy consiguió que subiera de un 30% a un casi 50 al derogar su estatuto), etc...

Con todo esto se consiguió que aspirantes a ser alcaldes y a las presidencias autonómicas, honrados, con nuevas y buenas ideas y ganas de trabajar se quedaron sin posibilidad de conseguir esos puestos ni tuvieron oportunidad de explicar sus proyectos al pueblo que les ha votado..

Y el colmo es que ya tienen hecha la campaña a las generales con todo lo anterior. Y con el mismo lema "Acabar con el Sanchismo".

Pongamos a trabajar un poco nuestras cabezas.

Pág.-6

¿Qué pasó durante los años que gobernó Rajoy?: se acabó con los sesenta seis mil millones de euros de la bolsa de los pensionistas, acabaron con los derechos de los trabajadores, (Estatuto.) Se redujo la ley del aborto, se siguió persiguiendo al colectivo Gay, etc...

Subió Sánchez y: subida de las jubilaciones con el IPC, subida del salario mínimo de 600€ a 1200€, Reforma de la ley laboral (contratos indefinidos), ayudas a la mujer (ley del aborto), derecho de los GAIS.(matrimonio gay), etc...

Feijóo ha dicho que si llega al poder, echará abajo toda estas mejoras y que intentaría volver a lo anterior.

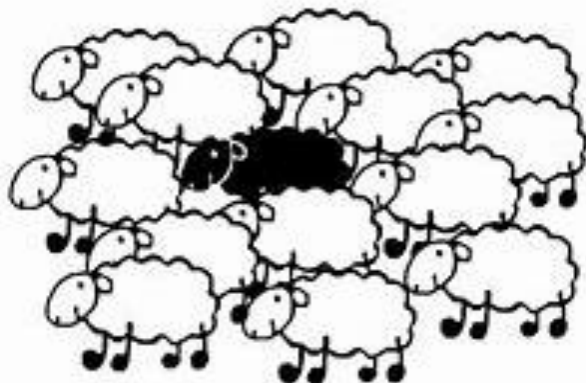
España somos diez millones de pensionistas, más del cincuenta por ciento de la población es feminista, hay cinco millones de Gays y catorce millones de trabajadores por cuenta ajena. 8 Y ¿se puede saber cómo, con este potencial, sale el PP con mayoría?. O estamos locos o somos ovejas descarriadas que nos dejamos engañar por el primero que pasa sin pensar en nosotros mismos. En nosotros está seguir progresando o ir hacia atrás como ovejas al matadero.

¿Dónde están la generaciones de los 50, 60 y 70 que lucharon por la libertad y la igualdad y que consiguieron gracias a los socialistas un país libre y envidiado por Europa.?

El día 24 de julio os diré si somos inteligentes o somos borregos.

Pensar un poco.

S.Orduña



Envejecer es un proceso natural

Envejecer es un proceso natural que se manifiesta con determinadas modificaciones morfológicas y funcionales; pero no es una enfermedad, ni una incapacidad *per se*. Sin embargo, la vejez está cargada de prejuicios acumulados a lo largo de la historia. Quiero contrarrestar las connotaciones peyorativas de la vejez, con unos versos de Mario Benedetti que dicen así:

***No hay viejos, solo que llegó la tarde,
una tarde cargada de experiencia***

Viejo es el mar y se agiganta

Viejo es el sol y nos calienta

Vieja es la luna y nos alumbrá

Vieja es la tierra y nos da vida

Viejo es el amor y nos alienta

Los mayores tenemos **derecho** a recibir atención y respeto de la sociedad en que vivimos, pero también tenemos el **deber** de cuidar de nuestra salud, mediante un “añadido” cualitativo a nuestros cuidados cotidianos.

A nuestra edad, aún tenemos una esperanza de vida entre 15 o 20 años, pero no basta con vivir más años, si estos años no se sustentan en unos mínimos e inexcusables niveles en calidad de vida: ¿Cómo queremos vivir estos 15 o 20 años? Hagamos un plan:

Aliméntese bien: consuma productos de temporada y de su entorno más próximo, lo que hoy se denomina Km 0. Reduzca el consumo de alimentos mínimamente procesados, y elimine de su dieta los alimentos ultra procesados. No sucumba a las tentaciones publicitarias de alimentos mágicos, porque no los hay; ningún alimento cura enfermedades; pero la buena alimentación sí puede prevenir enfermedades, y sobre todo generar calidad de vida.

La naturaleza es sabia, y nos da lo que necesitamos en el lugar que habitamos.



Haga ejercicio físico: sabemos que una máquina que no se utiliza o que se utiliza poco se oxida, evitemos la oxidación de nuestra “maquina”; hagamos ejercicio: camine a diario con paso ligero al menos una hora; y complete la actividad física, asumiendo la realización de las tareas personales y domésticas para su autocuidado. Bailar es otro ejercicio físico muy eficaz y además agradable; baile con frecuencia, en casa lo puede hacer, solo tiene que moverse al compás de una música que le guste

Descanse y duerma lo suficiente: nuestro reloj biológico nos marca el cuándo y el cuánto ¡escúchelo! El descansar nos ayuda a estar más activos y a mejorar nuestro rendimiento, pero ese descanso no significa horas de “sofá”.

Mantenga las relaciones familiares y sociales; necesitamos satisfacer nuestra necesidad de pertenencia. No dejemos de acudir a conciertos, teatro, cine, festejos populares..., ello nos ayudará a estar al día social y culturalmente, reforzando así nuestra autoestima.

“VIDA A LOS AÑOS”

Marilúz Calzada

¡Nuestra Historia!

Paco Calderón



Los pensionistas actuales somos HIJOS y NIETOS de quienes tuvieron que participar, por obligación, en una GUERRA CIVIL que dejó un millón de muertos e instauró una DICTADURA que duró 40 años.

Somos los NIÑOS que en los años 50 y 60 fuimos a una ESCUELA donde la asignatura más importante era: "Formación del Espíritu Nacional". Donde la ceremonia de cantar el Himno Nacional era obligatorio. Y donde las niñas y los niños estábamos totalmente separados.

Somos los

- JOVENES de padres obreros, que a partir de los años 60 pudimos hacer estudios superiores, que hasta entonces solo estaban reservados para personas afines al régimen franquista.
- JOVENES que participábamos activamente en el "Movimiento Jipi" dejándonos el pelo largo, poniéndonos ropa contraria a las normas establecidas, defendiendo la Paz en el Mundo y sobre todo considerando a la Mujer como Compañera no aceptando la imposición de una sociedad machista.
- JOVENES que a los 20 años se nos obligaba a hacer "El Servicio Militar" y durante veinte meses nos enseñaban a "Estar preparados para defender a la Patria y dar la vida por ella". Pero lo que de verdad pretendían era hacer un control de las personas; para conocer si nuestras ideas eran afines o contrarias al Régimen.

Somos los TRABAJADORES que continuamos las reivindicaciones de derechos laborales iniciados por nuestros padres, sufriendo fuerte represión. Pero a pesar de las detenciones y estados de excepción que muy frecuentemente se decretaban, conseguimos la Legalización de los Partidos Políticos, los Sindicatos y en 1978 votamos a favor de una Constitución que trajo la "Democracia" a España. .

Somos los Trabajadores que convocamos 6 Huelgas Generales (del 1978 al 2002) cuatro de ellas con Gobiernos del PSOE y una con gobiernos de UCD y PP. Protestábamos contra el Desempleo (1978) - La Ley de Pensiones (1985) - El Empleo Juvenil (1988) - Contra las Prestaciones por Desempleo y Ley de Huelga (1992) - Contra la Reforma Laboral (1994) - Contra la Nueva Reforma en las Prestaciones por Desempleo (2002).

Fuimos Trabajadores de las "Crisis Permanentes" Reconversión Industrial, Globalización Económica y sustitución de nuestros empleos fijos por temporales, que nos provocó pasar a ser JUBILADOS por los ERES de muchas empresas.

Somos los PADRES de una "Juventud" con muy buena educación, pero con pocas posibilidades de orientar con esperanza un futuro personal y familiar.

Somos los JUBILADOS que cobramos una pensión después de haber trabajado 40 años, haber cotizado a la Seguridad Social y dejando 68.000 millones de euros en la "Hucha de las Pensiones".

Actualmente no tenemos un trabajo remunerado; pero participamos muy activamente en el desarrollo económico de la Sociedad:

...Pagamos impuestos y no solo el IVA, como todos los compradores: sino que Hacienda recauda todos los años 10.000 millones de euros con nuestro IRPF.

...Hemos creado miles de puestos de trabajo para la Atención a las personas Dependientes.

...Cuidamos de nuestros nietos, permitiendo que sus padres puedan incorporarse al mundo laboral y disponer de tiempo libre para su ocio personal.

Pero la cruda realidad de muchos PENSIONISTAS es que: De los 9 millones actuales, el 50% no llegan a cobrar el SMI. Que el 70% de las Pensiones de Viudedad y el 85% de las de Orfandad están por debajo del umbral de la pobreza.



los consejos de mayores

Recientemente se ha constituido en el Ayuntamiento más importante de nuestra Comunidad Autónoma el Consejo del Mayor con lo que a día de hoy las dos ciudades más importantes de nuestra Región tienen constituido este órgano participativo.

La participación social de las personas mayores cobra una especial importancia desde múltiples dimensiones. Cobra importancia desde el reconocimiento de que las personas mayores, independientemente de que en un momento determinado podamos tener necesidades especiales, somos ciudadanos con derechos, ciudadanos competentes y autónomos, capaces de decidir, autogobernarnos y no objeto de tutelaje permanente.

La participación social de las personas mayores cobra importancia desde la puesta en valor del caudal de conocimientos, experiencias y valores que poseemos, convirtiéndonos en referentes valiosos, significativos e imprescindibles en la evolución y desarrollo de una sociedad equilibrada. Y la participación social de las personas mayores cobra importancia porque nos encontramos con un mundo en proceso de envejecimiento, donde afortunadamente las personas vivimos más años, donde las personas queremos vivir esos años con más calidad y donde los países necesitan con urgencia formular políticas dirigidas a que esta situación se construya como un auténtico logro social.

Las personas mayores somos capaces de contribuir a mejorar nuestras comunidades y no podemos quedar al margen en el diseño de políticas que tienen que ver directamente con nosotros, políticas que determinan el presente y que trazan el futuro.

Proponer y consolidar cauces de participación social donde las personas mayores de una comunidad puedan llevar sus propuestas, análisis y demandas es una manera de reconocer, visibilizar y articular el papel de referentes sociales que deben cumplir las personas de más edad y experiencia de una comunidad.



El Consejo de Personas Mayores se constituye como el principal órgano de participación social de las personas mayores. En coherencia con todo lo anteriormente expuesto, es necesario continuar avanzando en el fomento y dinamización de la participación social de las personas mayores en nuestra comunidad autónoma, creando y consolidando nuevos cauces de participación descentralizados y más próximos a los lugares donde habitamos y convivimos las personas. Por todo ello, desde nuestra Organización seguiremos luchando y animando a los Ayuntamientos y Mancomunidades a la creación de Consejos Locales de Personas Mayores, y esperamos que, en estrecha coordinación con el Consejo Regional de Mayores, órgano que aún no se ha creado, por la apatía, desidia o falta de interés de nuestros políticos. Este es un reto que no podemos tolerar mas tiempo, por lo que conseguir su creación es un objetivo a alcanzar en un corto espacio de tiempo.

J.C. Saavedra

Porque “Votar no es Delegar”



"La Constitución Española (art. 9,2) establece que las Instituciones Públicas deben facilitar la participación de los ciudadanos en la vida política, económica, cultural y social". Por ello, la creación de mecanismos de participación en la gestión de los servicios sociales a las Personas Mayores, debe ser uno de los objetivos en la política social de los Ayuntamientos.

En el año 2018, UJP-UGT de Cantabria, solicitamos la formación de un Consejo de Personas Mayores en el Ayuntamiento de Santander. En el último Pleno de 2019, se aprobó su creación. Y finalmente, el 3 de Abril de 2023 ha quedado constituido; para entrar en funcionamiento en la próxima legislatura. El Consejo, que estará formado por 20 miembros -representantes políticos municipales, de asociaciones de mayores y de organizaciones sindicales y uniones específicas de jubilados y pensionistas, y de otras instituciones directamente vinculadas con el sector- se reunirá de forma cuatrimestral, todos los últimos martes de enero, mayo y septiembre, aunque podría hacerlo en otras ocasiones si así se decidiera.

El Consejo desarrollará funciones de estudio, informe, y propuestas en relación a las iniciativas municipales referentes a las personas mayores, como a las políticas urbanas generales desde la perspectiva de mejorar su calidad de vida. Se pretende fomentar su participación, en aquellos asuntos municipales que les afecten. Asimismo, el Consejo tiene como principal objetivo, la coordinación de actuaciones entre las diferentes instituciones o entidades públicas o privadas que actúan en el ámbito de las personas mayores; y promocionará la investigación y desarrollo de prácticas que puedan redundar en una mayor calidad de atención a este colectivo ciudadano..

La Organización Mundial de la Salud define como Ciudades Amigables con las Personas Mayores, a aquellas en las que "las políticas, servicios y estructuras, así como el entorno físico y social, están diseñados para apoyar y hacer que la persona mayor permanezca activa, es decir, que viva con seguridad, goce de buena salud y participe socialmente".

Datos estadísticos, afirman que en el año 2050, las personas mayores de 65 años representarán más del 30% del total de la población Española. Y está confirmado que de los 170.000 habitantes actuales de Santander, un 25% (40.000) tiene 65 o más años y de ellos 14.000 ya superan los 80.

La Unión de Jubilados y Pensionistas UJP-UGT, como miembros activos en este Consejo, hemos planteado que en el Ayuntamiento de Santander debe implantar un Sistema de Servicios Sociales para las Personas Mayores, que se fundamente en:

1º- Atención personalizada donde el usuario tenga un papel central en su propia atención, participando activamente en la toma de decisiones que le afecten.

2º- Atención adaptada a las necesidades específicas de cada persona y acorde a su proyecto de vida, a sus deseos, preferencias y elecciones.

3º- Promover una relación más estrecha de los/las profesionales con las personas usuarias, mejorar la convivencia y favorecer unas relaciones de mayor calidad entre todas las personas.

4º- Creación de entornos que favorezcan el desarrollo del proyecto de vida de cada persona a través de la accesibilidad y adecuación de los espacios, a través de la generación de oportunidades para la participación y la realización de tareas cotidianas.

5º- Atención integral, que aborde la intervención sobre las personas en su globalidad, considerando las necesidades personales, familiares y sociales.

6- Garantizar el derecho de todas las personas a recibir los apoyos y cuidados que precisen de manera continuada y adaptada a lo largo de su vida.

7º- Planificar acciones en un enfoque comunitario orientado a la inclusión social, de forma que las personas participen activamente a través de organizaciones sociales que los representen.

8º- Crear estructuras para responder a las necesidades personales, facilitando la adaptación social y poder potenciar el bienestar individual y colectivo.

Los Mayores “Pedimos la Palabra”

Para lograr que Santander sea una “Ciudad Amigable con las Personas Mayores”, el Ayuntamiento debe fomentar un “Envejecimiento Activo”, mejorando la calidad de vida en las personas, en todos aquellos aspectos en los que se tiene competencias: Salud, vivienda, cultura, ocio, transporte, servicios sociales, participación social... y para ello, PROPONEMOS:

1º- Elaborar una Encuesta Sociológica de Personas Mayores, que deben realizar los servicios sociales, partiendo de los datos del padrón municipal. Esta pauta es muy importante para valorar la situación de las personas mayores y poder intervenir sobre sus aspectos psicosociales, que pueden tanto favorecer como obstaculizar en el proceso de mejora de su calidad de vida y de su situación de salud. Para ello se trata de conocer a la persona en su situación, es decir, su contexto familiar, entorno social, situación económica... y valorados los datos, en coordinación con el ICASS, se determinara los servicios socio-sanitarios que estas personas necesitan.

2º- Crear la Oficina Municipal de Personas Mayores. Que debe ubicarse en el Centro Municipal de Ocio “Finca Altamira”, lugar adecuado para desarrollar y coordinar las actuaciones que se programen. Debe ser un departamento vinculado a la Concejalía de Servicios Sociales, gestionado por algún funcionario municipal y la colaboración de personas voluntarias.

3º- Hacer un diagnóstico individual sanitario de las personas Mayores, en coordinación con el Servicio Cántabro de Salud. El objetivo es poder determinar sus necesidades y establecer pautas de actuación individual y colectiva. Para ello, se debe hacer una “Valoración Geriátrica Integral” que se iniciara con personas incluidas en Atención Domiciliaria y mayores de 75 años. Posteriormente se debe llegar a todos los mayores de 65 o menores discapacitados.

4º- Atención directa en domicilio. Muchas personas mayores quieren permanecer en su vivienda; y para cumplir este deseo, es necesario que los Servicios Sociales que prestan Ayuntamiento en coordinación con el ICASS, lleguen a todas las personas: Ayuda en las tareas del hogar. Servicios de: comidas, lavado de la ropa. Y sobre todo, recibir una visita periódica de un Asistente Social que valore su situación socio-sanitaria para determinar que su calidad de vida es la adecuada y esta bien atendida.



5º.- Promover el Voluntariado y Cultura de la Ayuda” entre las personas mayores, para fomentar las relaciones sociales. El voluntariado fue, es y será una hermosa contribución del ser humano a la sociedad en forma de altruismo y solidaridad. El Ayuntamiento debe establecer cauces para lograrlo.

6º- Crear Tarjeta Municipal del Club de los Mayores. Destinada a las personas que hayan cumplido los 60 años. Sus titulares pueden tener acceso a actividades culturales, ocio y tiempo libre ofrecidos por empresas y entidades adheridas al Club.

7º- Promover la Vivienda Compartida entre Mayores. En Santander hay muchas viviendas ocupadas por una sola persona. El Ayuntamiento puede crear cauces para fomentar la convivencia entre mayores que pueden compartir domicilio y gastos, evitando la soledad. Y para atender a quienes se encuentran en situación de riesgo social, el Ayuntamiento creará un parque público de “Viviendas Tuteladas”.

8º.- Presentar Programas al fondo europeo (FEDER). Hasta 2027, los Ayuntamientos pueden optar a subvenciones con propuestas de educación para la salud y bienestar físico para personas mayores.

9º.- Programar Actividades en la Finca Altamira. Es necesario que este parque municipal sea un lugar en el que las personas mayores puedan reunirse y participar en las actividades que se programen.

10.- Crear una estrategia Municipal sobre la “Soledad no Deseada”. Este es un problema social que afecta prioritariamente a personas mayores. Estas se van quedando aisladas en su entorno, por causa de edad, enfermedad o fallecimiento de seres cercanos con los que compartían su vida.

PENSIONES

COMPARATIVA ENTRE LEY DE PENSIONES DEL 2013 (Ley Rajoy) y LA ACTUAL (Ley del consenso y Progresista) (Ley Sanchez)

Concepto	2013	2022
Revalorización de las Pensiones	El Gobierno de forma unilateral puede conceder una subida del 0,25%. Se revalorizan en función del IPC del ultimo mes del año	El 1 de enero de cada año las pensiones se revalorizaran tanto como haya subido el IPC el año anterior. Tomando como referencia el periodo de noviembre a noviembre
Factor de Sostenibilidad	Factor de sostenibilidad, endurecimiento y recorte de las pensiones	Se deroga el factor de sostenibilidad aprobado por el PP que pretendía ir reduciendo las pensiones a lo largo del tiempo
Separación de las Fuentes de Financiación	No existe una separación de fuentes de financiación, generando continuos gastos impropios que merman la financiación del sistema	Separación de las fuentes de financiación, primeras aportaciones extraordinarias como ingresos del sistema. Queda pendiente la realización de una auditoria de las cuentas de la S.S. para calcular el monto total de los gastos impropios.
Régimen Especial Autónomos	Cotizaciones sin relación directa con las ganancias del Autónomo	El nuevo sistema se aprobará en 2022 y entrará en vigor en 2023 de forma gradual durante 9 años. - En ese tiempo se podrá elegir uno de los tramos existentes, que se podrá cambiar hasta 6 veces durante el año, e incluso hacer una regularización a final de año. - La base mínima se irá equiparando progresivamente a la del Régimen General de la Seguridad Social. - Aunque ganen menos de la base mínima, para las prestaciones se les reconocerá la base mínima por un periodo máximo de 2 años.
Becarios	Las empresas no tienen obligación de cotizar por los trabajos realizados por los denominados becarios.	Todas las practicas formativas no laborales o académicas del sector público y el privado cotizarán a la Seguridad Social aunque no tengan carácter remunerado, con una reducción del 75%
Convenio Especial de Cuidadores	Se paraliza la cotización de los cuidadores	El Estado vuelve a financiar los convenios especiales de los cuidadores Personas que han reducido su jornada de trabajo para cuidar a personas dependientes y que mantienen sus bases de cotización y las correspondientes actualizaciones mediante estos convenios especiales
Jubilación Anticipada Voluntaria	Factor reductor trimestral, que desfavorecía al pensionista anticipado.	La aplicación de la penalización (coeficiente reductor) será más favorable porque deja de ser trimestral y pasa a ser mensual. La penalización se rebaja y será menor para quienes tengan muchos años cotizados, pero se reduce más para los que tengan pocos años de cotización.
Jubilación Anticipada Involuntaria	La Jubilación anticipada involuntaria carecía de elementos que favorecieran al trabajador y penalizaba el acceso a la misma.	- Pueden acceder a ella las personas despedidas por razones objetivas; y quienes renuncian a su contrato por motivos de movilidad geográfica, cambio sustancial de sus condiciones de trabajo, o incumplimiento grave del empresario o empresa - Si estás en los dos años anteriores a la edad de jubilación ordinaria, se te aplicará una penalización más baja que la actual (coeficientes reductores) e inferior a la jubilación voluntaria. - Quienes cotizan por encima de la pensión máxima, y accedan a la pensión mediante la jubilación anticipada involuntaria, se les seguirá aplicando el coeficiente reductor trimestral del 0,5g (no se les aplicará el proceso de equiparación de coeficientes). - Se rebajan las actuales penalizaciones (que serán inferiores a las nuevas de la jubilación voluntaria)
Nuevo sistema de jubilación anticipada por razón de actividad	Inexistente	Se incorpora la jubilación anticipada por razón de actividad con diversos supuestos: trabajos tóxicos, peligrosos, penosos o desgastantes y tendrá una nueva regulación basada en factores e indicadores objetivos.

concepto	2013	2022
Ventajas para retrasar la jubilación	<u>inexistente</u>	Si has llegado a tu edad ordinaria de jubilación, pero no quieres jubilarte: • Dejarás de cotizar por contingencias comunes (salvo por incapacidad temporal) • Podrás elegir entre: incrementar la pensión un 4% por cada año más de trabajo, recibir un pago único al año, o una combinación de ambas.
Se retrasa un año la jubilación activa	<u>Diferencias entre regímenes</u>	Combinación de pensión y trabajo, se eliminarán las diferencias entre regímenes.
Apoyo al empleo de mayores de 62 años	<u>inexistente</u>	Sin perjudicar sus derechos, Cuando una persona mayor de 62 años esté en situación de incapacidad temporal, su empresa tendrá una reducción del 75% de las cuotas de Seguridad Social por contingencias comunes.
Vigencia indefinida de la salvaguarda para las jubilaciones anteriores a 201 ¹	Cese del carácter indefinido de la cláusula de salvaguarda establecida en el acuerdo de pensiones de 2011.	Se recupera el carácter indefinido de la cláusula de salvaguarda establecida en el acuerdo de pensiones de 2011, por la que se continuaba aplicando la legislación anterior a determinadas jubilaciones que provengan de situaciones previas.
Pensiones de Viudedad de las Parejas de Hecho	Hasta 2021 las viudas y viudos de parejas de hecho debían cumplir unos requisitos económicos que no se exigían alas viudas y viudos de matrimonios.	Se eliminan estos requisitos económicos que se exigían a las parejas de hecho. Se elimina la limitación económica que impedía al superviviente de muchas parejas de hecho acceder a la pensión de viudedad por tener unos ingresos superiores a su compañera/o, y se equipara el acceso a la misma en igualdad de condiciones, con los matrimonios.
Periodo de Cómputo para calcular la pensión	Los últimos 25 años cotizados antes de jubilarse.	El trabajador podrá elegir que se le aplique el periodo actual, los últimos 25 años cotizados antes de jubilarse, o que se tengan en cuenta los 29 años anteriores a jubilarse con la posibilidad de descartar los dos peores. Esta segunda opción está pensada para beneficiar a los trabajadores más jóvenes que previsiblemente tendrán carreras laborales más irregulares y precarias que sus padres y se empezará a desplegar a partir de 2026.
Lagunas de cotización	El sistema cubre esos huecos aplicando la base mínima de cotización durante los primeros cuatro años de lagunas, pero después la cuantía se reduce a la mitad.	las mujeres percibirán el 100% de la base mínima durante los primeros cinco años y la caída se mitigará al 80% ente el quinto y el séptimo. Además, se reforzará el complemento de brecha de género con un incremento del 10% adicional a la revalorización anual de la pensión durante 2024 y 2025.
Sistema de Pensiones Sostenible	<u>inexistente</u>	Las cuatro herramientas con las que el Gobierno propone incrementar los ingresos vienen del: • Aumento de las bases máximas de cotización (de 4.495euros al mes en2023)entre el 2024y el 2050. A esto se le añadirá progresivamente la tasa anual del IPC, una cuantía fija de un 1,2%, • Implantar una cuota de solidaridad a los trabajadores con los sueldos más altos del 1% en 2025, que irá subiendo un 0,257, cada año hasta llegar al 6% en 2045. • La tercera herramienta consiste en un alza del mecanismo de Equidad Intergeneracional (MEI) que se doblará pasando de un 0,6% a un 1,2% en 2050.(1% a cargo de las empresas y 0,2% a cargo del trabajador. • Inclusión de medidas de refuerzo de ingresos de la Seguridad Social basadas en un compromiso de transferencias del Estado de hasta un 2% del PIB anual y un nuevo sistema de cotización basado en ingresos reales para las trabajadoras y trabajadores.
Plan contra la Pobreza	<u>inexistente</u>	Se incorpora una garantía de suficiencia en la cuantía de las pensiones mínimas y las pensiones no contributivas. Las primeras crecerán hasta alcanzar el 60% del salario mediano en 2027, las segundas crecerán hasta el 75% del umbral de pobreza.
Destope de las pensiones Máximas	<u>inexistente</u>	Aumento progresivo de las bases máximas de cotización, que se incrementarán hasta 2050 un 38% por encima de lo que lo haga la inflación. El acuerdo establece una contribución de solidaridad que llegará al 6% y que solo afecta a las cotizaciones situadas por encima de la base máxima.

El sindicalismo de hoy en día

Vaya por delante que este escrito está dirigido a compañeros y compañeras como tú, que seguro hace tiempo pasaste de los sesenta. No obstante, siempre es interesante que los sindicalistas más jóvenes oigan o lean las reflexiones de los mayores.

Pretendo comentar cómo veo el quehacer del sindicato hoy día desde mi óptica actual y lo que viví en mi dilatada labor sindical.

Vaya por delante: Ni tiempos pasados fueron mejores, ni teníamos la verdad absoluta, ni tampoco éramos mejores que los de ahora. No va de eso este artículo. Lo que sí aprecio hoy en día es, una situación social muy diferente a lo vivido hace unos años, una acción sindical

coordinada por unos dirigentes sindicales que no brilla por su originalidad y un futuro del sindicalismo de clase que no tiene porqué pasar por los sindicatos actuales.

Lo paradójico es que las clases sociales siguen existiendo. Ya lo creo. Y bien definidas. Muchos de los que en su momento dedicamos muchas horas al sindicalismo activo, creíamos que el sindicato era un instrumento importante para cambiar la sociedad. Evidentemente esto implicaba un cierto posicionamiento político. De hecho, había una cierta relación entre muchos cuadros y su partido afín. En mi caso, creía y creo, que el sindicato en sí mismo es muy importante. Tiene entidad propia. Sin embargo, ya pasados los años, he observado que en muchos casos, en la carrera política personal, el sindicato es de “segunda división” y el partido de “primera”. Esta realidad ha conllevado un riesgo evidente que ahora no es el momento de analizar. Hoy en día, afortunadamente, la situación social no es la misma que antaño.

Al sindicalismo de clase le veo más pragmático, más pegado al corto plazo, pero con menos empuje y ambición. Menos relevante. Posiblemente con debilidad ideológica, salvo cuando se sacan las resoluciones internas en los congresos. Ahí nos venimos todos arriba. Este déficit de engarce ideológico, a la larga puede implicar un problema muy serio para la organización,

Para mí esto no es una crítica, es un hecho. Vaya por delante que ahora el sindicalismo es más complejo porque la sociedad también lo es. Es verdad, conlleva menos riesgos personales que antaño, pero en cada vez más ocasiones hay que estar muy bien preparado para entender y afrontar, en condiciones de igualdad, una negociación con la patronal o la administración. Nuestro sindicalismo era, siempre hablando en líneas generales, más directo, más “rudimentario”, y como he dicho antes, con más riesgos personales. Teníamos menos medios materiales, pero teníamos algo muy importante, el sentimiento de estar construyendo el edificio social del futuro. Estábamos mejorando una

sociedad en plena evolución. Por eso ahora es más difícil. Es un sindicalismo menos comprometido, pero más complejo. Pero intuyo que le falta algo. Ese combustible que alimenta el motor de las



revoluciones, de los cambios, del trabajo constante del día a día. Es la esperanza por conseguir algo determinado.

En lo que nos afecta, me refiero a cambiar una sociedad para que sea más justa y solidaria, más igualitaria. Esa esperanza personal se canaliza globalmente en algo muy concreto, la ideología. Que es precisamente el motor de una organización como la nuestra, el sindicato. Es lo que da sentido al quehacer sindical y los sacrificios. Creo ser consciente de los cambios que se están sucediendo, de los avances tecnológicos, de sus ventajas y sus riesgos. De cómo necesariamente habrá que modificar normas laborales para compartir el trabajo entre todos y ajustarse a los nuevos tiempos. Y lo siento, pero tengo la percepción de que nuestros responsables sindicales actuales están en otra onda, la del corto plazo. Muy clásicos en la forma (cuando interesa) pero conservadores en el fondo. Por ello deben ser conscientes que dejar en manos de otros el liderazgo de las ideas, es poner en riesgo el legado del sindicalismo de clase.

Paulino Alonso.

Jubilado de la federación de Enseñanza de UGT

PASE LO QUE PASE

**Pase lo que pase, me veréis erguida
celebrando un lunes sin ningún motivo
Dándome un abrazo con todas mis fuerzas,
ganando una guerra mundial al destino.**

**Pase lo que pase seguiré adelante,
si se acaba el mundo, pintaré un camino,
me veréis amable, pase lo que pase,
tatuando esperanzas en troncos de pino.**

**Me veréis soñando futuros hermosos,
escribiendo cuentos a orillas de un río.**

**Pase lo que pase, me veréis serena,
disparando abrazos contra mi enemigo.**

**Inventando estrellas en cielos desiertos,
frecuentando lluvias, rescatando olvidos.**

**Remendando penas y amasando versos,
fulminando rabias, calentando fríos.**

**Pase lo que pase, me veréis sembrando
sonrisas abiertas en campos baldíos,
me veréis cruzando desiertos salvajes,
cimentando el suelo de sus espejismos.**

**Me veréis remando con el agua en contra,
hasta el nacimiento de mi “yo” más íntimo.**

**Pase lo que pase, tomaré mi mano,
porque tengo ganas de salir conmigo.**

**Pase lo que pase, me veréis viviendo,
Me veréis de gala sin ningún motivo.**

**Celebrando el viento, celebrando el agua,
danzando en mi pecho con cada latido.**

Magdalena Sanchez Blesa





¿En Broma o en Serio?



**Unión de Jubilados y Pensionistas
UGT-UJP de Cantabria**

C/ Rualasal 8 - 4º - 39001- SANTANDER.

Telf. 942 364 622 Ext. 502. ujp@cantabria.ugt.org



UNIAE - Fundación Unión
para la Asistencia e Integración
de la Tercera Edad.



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES
E IGUALDAD

SECRETARÍA DE ESTADO
DE SERVICIOS SOCIALES
E IGUALDAD

IMSERO