UGT UJP CANTABRIA

HORIZONTE

POR UN ENVEJECIMIENTO ACTIVO

Boletín de la Unión de Jubilados y Pensionistas - nº 15 - julio - 2022

LOS SINDICATOS

Iñaki Gabilondo (Pág. 4)

LA SALUD Y EL BIENESTAR DE LAS PERSONAS MAYORES Modesto Álvarez Careaga (Pág.-11)

NOTICIA DE ÚLTIMA HORA

En el comité de la Unión Regional de Cantabria se aprobó el día 23 de Junio una resolución de la UJP de Cantabria sobre la "soledad no deseada". Dicha resolución ha dado pie a una entrevista en el Faradio sobre el tema desarrollado en la resolución, que será el punto de partida de la Campaña que a este respecto comenzaremos a partir de nuestro Comité Regional del día 1 de Julio.

LOS QUE PIDEN LA GUERRA NO SON LOS QUE VAN A RECIBIR LAS BALAS

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

Disfruta la vida hoy; el ayer se fue y el mañana quizás no exista

INFORMACIÓN

ACTIVIDADES

VIAJES

Viaje a la Rioja

Del 25 al 27 de Septiembre

Visitaremos: Santo Domingo de la Calzada, San Millán de la Cogolla, Logroño, Visita a Laguárdia y Bodega D.O. Rioja, Comarca de la Sonsierra, Haro, etc…
Precio: 285€. Incluye: noches hotel "Gran Vía" **** en Logroño, Autobús, Guía acompañante , Visita al Monasterio de Yuso, Entrada a Bodega D.O. Rioja con degustación de vinos y 3 almuerzos en restaurante.

Viaje a Burgos, 12 de Noviembre

Visitaremos: Bañuelos de Bureba ("Recuperación de la memoria") Comida en Bribiesca.

Homenaje al Dtor. Madrazo

El día 5 de Noviembre se viajará como todos los años a "la Vega de Pas" para celebrar el homenaje al Dtor. Madrazo . Comida y baile

Conferencias

20 de Octubre a las 18h., conferencia por el Grupo de micología de Maliaño, sobre "Las Setas" en el Salón de la UGT. Al finalizar se obsequiará a los asistentes con "un vino español."

Contenidos

Pág.-2 – Información.
Pág.-3 – Los Mayores nos movemos. Y Consejo del Mayor Ayuntamiento
Pág.-4 – Exclusión Bancaria y "Vientres de Alquiler", La mala gente.
Pág.-5 – "Los Sindicatos"
Pág.-6 – Continuación de "Los Sindicatos"
Pág.-7 – Como actuar en caso emergencia
Pág.-8 – Qué es o quien es el Dios bondadoso.
Pág.-9 – ¿Alguien piensa en los mayores?
Pág. 10- ¿Una transación digital para mayores?
Pág. 11- La salud y el bienestar de las personas mayores.
Pág. 12- Hipocresía.
Pág. 13- Alternativa a las residencias de mayores
Pág. 14- Carmen Zapata. Secretaria de Igualdad de UJP-UGT. Estatal.
Pág. 15- Continuación de Carmen zapata.
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).Tfono: 942 75 28 11.
Santoña.- Teléfono: 942 66 25 30.

La "Revista Horizonte", se puede ver en la Pagina Web : jubiladosugt.org (Cantabria)

Los mayores nos movemos

“CONSEJO DEL MAYOR” DEL AYUNTAMIENTO DE SANTANDER.

Durante el mes de Enero y Febrero y a raíz de las propuestas que el equipo de Gobierno del PP en el Ayuntamiento de Santander sacó sobre el reglamento de constitución del “Consejo del Mayor” en Santander, (moción impulsada por UJP y llevada al pleno en el mes de Diciembre del 2020 por el partido político VOX). Desde la CER de UJP de Cantabria conjuntamente con el compañero Paco de la Comarca de Santander, realizamos reuniones con los grupos políticos del Ayuntamiento, que dieron como resultado la presentación de Alegaciones al documento base.

En reuniones posteriores tanto la UJP como los Jubilados de CCOO mantuvimos reunión con el Concejal del Área, para explicar el porqué de las mismas y la necesidad de que en ningún caso pueden quedar excluidas las organizaciones

sindicales de este proceso. A día de hoy tenemos conocimiento de que las propuestas ha sido aceptadas y estamos esperando a que posiblemente durante el mes de junio y una vez se apruebe en comisión podamos por fin constituir **el Consejo del Mayor” en el Ayuntamiento de Santander.**

EXCLUSIÓN BANCARIA.

La que el colectivo de Mayores sufrimos en este país.

Durante este mes de Febrero las noticias de portada en los medios de comunicación fueros el trato de los bancos a sus clientes y la exclusión Bancaria que sobre todo el colectivo de Mayores sufrimos en este país.

Cantabria no fue ajena a esta situación, pero todos los medios hacían referencia a lo genérico y global, sin aportar incidencia alguna a la situación en Cantabria.

Curiosamente nosotros desde la UJP de Cantabria en el Comité Regional de la UGT del mes diciembre presentamos y aprobamos una resolución al respecto dando datos concretos de este problema en la Comunidad de Cantabria, y durante varios días desde los medios de comunicación, llamaban al gabinete de prensa para que les facilitáramos datos del estudio que desde la UJP habíamos hecho sobre los afectados de esta exclusión en los diferentes municipios, el número de oficinas cerradas en los últimos años ..etc. Incluso Onda Cero Cantabria nos dio protagonismo para que expusiéramos nuestra situación con respecto a este tema en horario de máxima audiencia (13,25 h a 14,00 horas), 35 minutos de programa y solo la UJP de Cantabria, realizamos el programa planteando una óptica global del territorio con la presencia en los estudios de Onda Cero del Secretario General de UJP Juan Carlos Saavedra, y desde la zona rural el compañero Secretario de la Comarca de Campoo Tomas Ramos, estando previsto enlace también sobre la realidad de los afectados de la ciudad con el compañero Paco desde Santander, al final el tiempo nos supo a poco, al ver la cantidad de datos que aportamos nos emplazó para realizar otro programa más adelante para hacer una

comparativa de la realidad futura y el cumplimiento de los acuerdos a los que tanto la administración y los bancos se han comprometido.

Presentación del Libro

“Vientres de Alquiler, la mala gente”.

El 20 de Abril a las 18/30 horas en la sede de UGT de Camargo la UJP-UGT, conjuntamente con la Asociación Progresistas de Cantabria y la UGT comarcal, organizamos la presentación del Libro “”Vientres de Alquiler, La mala gente””, escrita por la Abogada Núria González López de los Servicios Jurídicos de UGT de Catalunya y comprometida activista Española por los derechos de las mujeres y de los niños.

La mayoría de gente en el mundo no compra personas. La mayoría de gente del mundo tampoco está a favor de la explotación de personas pobres. La mayoría de gente en el mundo no está a favor de la esclavitud. Seguro, que usted y yo, estamos en esa inmensa mayoría de gente. Buena Gente. Oficialmente, la esclavitud quedó abolida en el siglo pasado en la mayoría de los países. Sin embargo, no se abolieron todas las esclavitudes, ni tampoco para todas las personas. Concretamente, la esclavitud nunca ha sido abolida para las mujeres. Este libro va de una de esas esclavitudes que va en aumento en pleno siglo XXI. La explotación reproductiva, más conocida como «vientres de alquiler».

Resumiendo, en esta modalidad, las esclavas no se utilizan para labrar campos o para limpiar la casa, sino para ejercer de incubadoras humanas.

El resto no ha cambiado nada. La cosa sigue basándose en seres humanos vendidos (ahora incluso antes de nacer),Mala Gente haciéndose rica tratando a las personas como ganado y otro tipo de Mala Gente perpetuando el negocio sólo por satisfacer sus caprichos.

Dicha presentación conto con la presencia de la Alcaldesa de Camargo Ester Bolado, Charo Quintana Ex consejera de Sanidad del Gobierno de Cantabria, Mariano Carmona Secretario General de UGT de Cantabria y una presencia muy estimable de compañeros y compañeras. Tras la presentación del libro hubo un debate muy enriquecedor sobre el contenido de la temática del mismo.

“LOS SINDICATOS”

Iñaki Gabilondo

Nueva moda. Rajar de los sindicalistas. Algo fácil y barato por cierto. Lo llevan en la solapa ciertos políticos, lanzando mensajes subliminales sobre su actual falta de utilidad para los trabajadores, politización, corrupción, derroche económico. Resulta curioso: Los mismos que alientan al escarnio público, suelen lanzar piedras cargadas por sus propias mezquindades. Además, la destrucción del sindicalismo hace mucho más fácil la labor de los gobernantes, sin movilizaciones ni huelgas, especialmente la de quienes dirigen tras la cortina. Que bien estaríamos si no existieran los sindicatos, piensan algunos. El problema es que esa frase por la que suspiran los gobernantes ”Qué bien estaríamos sin sindicatos” empieza a calar entre la gente de a pie, con un discurso cargado de improperios, gritos, oportunismo, mala leche y sobre todo un enorme vacío de argumentos que se resume en: “Para lo que hacen , mejor que no hagan nada”, “Por mi los echaba a todos y los ponía a trabajar”. “Están vendidos, no se mueven, no están con los trabajadores”. Luego terminan reservándote para el final el placer de oir la raída historia de : Conozco a uno que está de liberado sindical.

Confesar ser liberado sindical en estos tiempos que corren, es un auténtico pecado capital. Mejor inventar cualquier otra cosa antes de que te descubran. Te pueden acechar en cualquier esquina, a cualquier hora, sacando dinero, haciendo la compra, recogiendo a tus hijos en el colegio. Cualquier lugar y excusa es buena, para utilizar como insulto la palabra “sindicalista”.

Se puede ser banquero chupasangre, se puede ser político en cualquiera de sus muchos cargos (concejal, alcalde o delegado provincial.) y trincar todo lo que se quiera, aceptar sobornos y trajes, realizar chantajes, revender terrenos públicos, recortarle el sueldo a los trabajadores o directamente despedirlos sin indemnización.

Ahora que los trabajadores deben estar mas juntos y combatientes contra quienes realmente les explotan aparecen grietas prefabricadas en los despachos de los propios ejecutivos, ávidos de hacer hincar más el diente en el rendimiento de la clase trabajadora.

¿Quien tirará la primera piedra?¿Serán los políticos gobernantes o los banqueros quienes hablarán de dejadez o vagancia?¿Tendrán capacidad moral los jueces y periodistas, de hablar de corrupción en las demás profesiones?

Se puede incluso aumentar el recibo de la luz a los pensionistas hasta asfixiarlos, o salir en fotos besando niños y ancianos mientras los colegios y asilos se caen a trozos, cobrar dos o tres sueldos en cargos diferentes, declarar a Hacienda que se está arruinando mientras se cobra de mil chanchullos distintos, para que su hijo obtenga la beca que le permita comprarse una moto a cargo del Estado.

En este maldito país se puede ser lo que se quiera, pero no sindicalista.

Nadie se acuerda ya de la última huelga, en que nadie de la empresa fue salvo los dos afiliados que perdieron el sueldo de aquel día, para que luego se

(Continúa en la página siguiente)

(viene de la página anterior)

Viesgo 1997

firmara un acuerdo que les subió el sueldo a todos, incluso a los que escupieron sobre la huelga. O de Luís, es hombre que estuvo 30 años cotizando y que gracias a la pre-jubilación que se consiguió en su momento, puede ahora con 60 años y despedido de su puesto, tirar para adelante sin necesidad de buscar un trabajo que nadie le ofrecería.

Recuerden también a María. La chica de 23 años, que estuvo aguatando un jefe miserable con aliento a coñac, que la hacía hacer horas extras para tener un rato de intimidad para poder acosarla mientras la recordaba cuando la vencía el contrato. Hasta que su mejor amiga la llevó al sindicato y gracias a una liberada sindical, el tipo ha tenido que indemnizarla hasta por respirar.

Son muchos los que les deben algo a los sindicatos y a los sindicalistas.

El maestro que pudo denunciar al padre que le pegó en la puerta del colegio. Los trabajadores que consiguieron que no les echaran de la RENAULT, la chica que pudo exigir el cumplimiento de su baja por maternidad en su supermercado. También fue una liberada sindical la que se puso al teléfono el da que despidieron a Julia, la chica de la tienda de fotos y la ayudó a ser indemnizada como estipulan los convenios y aquel otro joven que movió cielo y tierra para arreglarle los papeles al abuelo para procurarle una paga medio-decente, porque los usureros de hace 30 años no le aseguraban en ningún trabajo.

Ya nadie se acuerda de donde salieron sus vacaciones, los aumentos de sueldo que se fueron consensuando, el derecho a una indemnización por despido, a una baja por enfermedad, o un permiso por asuntos propios.

Esta sociedad de consumo tira un saco de manzanas porque una o dos están picadas, aunque el resto estén sanas. Los entrenadores de futbol, famosos de la exclusiva en revistas y demás subproductos, se convierten en clínex para usar y tirar dependiendo de las modas.

¿Serán más idóneos para iniciar lapidaciones los super-empresarios del ladrillo?¿En que profesión se puede jurar que no existen vagos, corruptos y ladrones? ¡Preguntamos mejor entre la Iglesia y la monarquía?.Que fácil resulta rajar en este país.

Siembra la duda y obtendrás fanatismo barato . Que bien asfaltado les estamos dejando el camino a quien nos explota cada día.

¡Acabemos con los sindicatos¡ Si, dejemos que la patronal y los bancos regulen los horarios, las pensiones, los sueldos las condiciones laborales y los costes del despido. Verás como nos va a ir con la reforma del mercado laboral cuando los sindicatos dejen de existir y no puedan hacer huelgas ni manifestaciones.

Que contentos se pondrán algunos cuando sepan que ya no tienen que pagar las flores de los cientos de trabajadores que mueren todos los años por sus mezquindades.

Como actuar en casos de Emergencia

Los PRIMEROS AUXILIOS son la ayuda básica y necesaria que se le otorga a una persona que ha sufrido algún tipo de accidente o enfermedad hasta la llegada de un médico o profesional que se encargue de la situación, esto con el fin de preservar la vida de la persona afectada.

Los principales casos que requieren asistencia de "Primeros Auxilios" son: ASFIXIA. FRACTURAS. QUEMADURAS y HEMORRAGIAS. Estos son los pasos qué debes hacer en caso de EMERGENCIA:

.- Lo primero es mantener la calma; de esta forma podrás actuar rápida y efectivamente para ayudar a la persona. De esto depende la magnitud del daño, el pronóstico de supervivencia y las secuelas.

.- Es fundamental estar libre de riesgos. Por ello, es importante que evalúes la escena donde ocurrió el accidente. De esta forma garantizas tu propia seguridad física y la de los demás.

.- Evalúa la situación de la persona lesionada: debes verificar su estado general, de conciencia, su condición respiratoria y circulatoria. Luego, si no hay lesiones que no lo aconsejen, toma al paciente por los hombros, agítalo levemente y pregúntale si se encuentra bien. Con esta evaluación identificas si las lesiones ponen en riesgo la vida del paciente.

La ASFIXIA: se puede producir por la ingesta de comida u objeto extraño, así como por bronco respiración o alergias.

Si estás cerca de alguna persona que no puede respirar, es necesario aplicarla una respiración de salvamento, que tiene como finalidad restablecer el patrón respiratorio normal. Se debe realizar insuflación cada cinco segundos, doce veces por un minuto.

.- REANIMACION CARDIOPULMONAR (RCP): Son las maniobras que realizan una o más personas sobre el corazón y pulmones de una persona que está en riesgo su vida. Se trata de mantener en movimiento la sangre a través del cuerpo, hasta que el corazón pueda reiniciar su función como bomba. Este proceso es simultaneo al hecho de haber pedido ayuda de emergencia al 112 y mientras esta llega.

Consiste en combinar Respiraciones y Compresiones Torácicas para dar un masaje cardíaco externo: Debes colocarte perpendicularmente al paciente. Coloca las manos cerca del reborde costal, abrázalas y presiona fuertemente con los brazos rectos. Debes hacer 30 compresiones por 2 ventilaciones hasta que aparezcan signos de respiración.

Con estos sencillos pasos puedes salvar la vida a alguna persona. Sin embargo, no olvides que lo más importante es llamar de inmediato a los servicios médicos para evitar cualquier tipo de complicación.

¿Qué es o quién es el Dios Bondadoso?

¿Omnipotente, omnipresente, omnisciente, juez, protector y salvador?

La definición más común de Dios es: Espíritu no creado, un ser supremo, perfecto, creador de todas las cosas, omnipotente, omnipresente, omnisciente;, juez, protector y salvador de la humanidad.

Veamos: Espíritu no creado.- Ser "espiritual" que existe desde siempre, cuando no existía "NADA". Él sí. Él es perfecto, la NADA y el TODO. Y si era "Todo Poder", "Todo saber", además del resto que luego veremos, este ser, que existía desde siempre dentro de su NADA , parece ser que aunque era perfecto, no estaba contento y se le ocurrió o tuvo el capricho de crear "TODO".

Y ahora viene el lio: ¿Cómo es que se le pudo ocurrir crear algo tan imperfecto como el mundo en que vivimos y los seres que en el viven, que todos caducan, mueren y se matan los unos a los otros? ¿Cómo un Ser perfecto puede crear la imperfección? ¿Cómo un Ser que es omnisciente (que lo sabe todo) no sabe antes de hacerlo, que todo es imperfecto y que entre sus creaciones esta "EL HOMBRE" ser de bondad y maldad, pero que esa maldad puede llegar a destruir, matar y deshacer todo lo construido por Él? ¿Alguien perfecto puede crear el mal a sabiendas de lo que significa?

Luego volveremos con el Dios de las religiones. Ahora reconozcamos que tanto nosotros como todo lo que está a nuestro alrededor ha tenido que venir de algún sitio y si no es de el origen del Dios creador, ha tenido que surgir de ALGO. Poco a poco en la actualidad, a través de la Ciencia se van descubriendo los orígenes de muchas cosas, como el átomo, las moléculas, la evolución de la materia, la del ser humano, etc…
Si estudiamos el nacimiento del mundo de forma científica nos encontramos con la cosmología o historia del cosmos que nos habla del Big-Bang o Gran explosión del Universo como punto inicial en el que se formó la materia, el espacio y el tiempo. No trata de explicar la causa del hecho en sí, sino la evolución del universo de manera científica, de como empezaron a formarse átomos estables y como fueron evolucionando. Se completan con la "Expansión métrica del espacio" "Expansión acelerada del Universo-Ley de Hubble" "Materia bariónica" etc… Explicaciones complicadas de entender para quien no tiene conocimientos científicos pero más creíble que la creación por un ser espiritual todopoderoso.

Y volviendo al Dios de las religiones, al ser omnipotente, omnisciente, bondadoso, protector y salvador de la humanidad, ¿Donde está hoy? ¿En la guerra de Ucrania?. ¿ o en guerras anteriores donde se mataron y se matan millones de personas unas a otras por la ambición de dinero y poder de HOMBRES creados por Él? Si sabía que iba a pasar ¿Por qué lo permite?. Es que si lo Creó TODO, también creó EL MAL. Y ¿Por qué permite que el 1% de los 5.300 millones de adultos (56 millones) son millonarios y poseen el 45% de toda la riqueza personal global, que haya casi 3.000 millones de personas en el mundo que tienen poca o ninguna riqueza y que cerca de 2.800.000 niños mueran al año por desnutrición?.

Por favor, Señores dirigentes de las religiones del mundo, vosotros que estáis entre el 1% de estos ricos a costa de los feligreses de vuestras religiones, por favor, dejar de engañarlos con la BONDAD de este Dios (omnipotente, Juez, protector y Salvador de la humanidad) que permite las matanzas y las guerras y que vosotros y los fabricantes de armas se hagan MAS RICOS con la venta de las armas con que se matan unos a otros.

Santos Orduña.

¿ ALGUIEN PIENSA EN "LOS MAYORES" ?

El otro día había subido a la sucursal de Caja-Bank de General Dávila, y en una fila de 4 personas para utilizar el cajero automático, había un hombre mayor (aprox. 80 años) que se estaba quejando y nos contó que había ido al mostrador a retirar dinero de su pensión y le habían dicho que no se lo podían dar porque eran las 11:40 horas y que sólo se podía retirar dinero en metálico en caja antes de las 11:30.

El hombre nos contó cómo le dijo a la cajera que había subido una cuesta muy "píndia" para llegar desde Los Castros, donde él vivía, hasta General Dávila, que le había costado mucho subir y si podría dárselo ya que era muy mayor. Como la cajera después de escucharle le dijo que lo sentía mucho pero que la norma era esa y que ella no podía incumplirla, el hombre (supongo que con la paciencia que suelen tener los de su edad) dice, que la sugirió que se lo comunicara a su jefe para ver si podría hacer una excepción dada su edad, a lo que la señorita le contestó: "que había gente esperando y que la norma era esa y ella tenía que cumplirla, que en la puerta estaba el cajero automático y que lo sacase allí".

Tras esto el "abuelo", nos contó que ya algo enfadado, la dijo con la voz un poco alterada: -"Mire Sta. Tengo 81 años, antes tenía una oficina de su banco bajo mi casa, donde yo, en la caja, retiraba todos los meses el dinero de mi pensión, pero ahora su banco ha quitado esa sucursal y he tenido que, CON GRAN ESFUERZO por la pendiente de la cuesta, venir hasta aquí. Y ¿Ud. quiere que mañana vuelva a madrugar y vuelva a subir la cuesta para estar aquí antes de las 11:30horas? porque Ud. me dice que por llegar 10 minutos tarde, ¿no me puede dar **MI DINERO?.** Ese dinero es **MIO**, no del banco y !!Ud. Me lo tiene que dar¡¡.

Las personas que estaban detrás de él, empezaron a protestar ; los más, dándole la razón, otros a la cajera y otros quejándose por la tardanza. La cajera nerviosa porque aquello se complicaba, le dijo: -"Vaya al cajero automático que allí podrá sacarlo"-. Desesperado y casi llorando la dijo: -"Pero Señorita, ¿no la he dicho que no sé manejar el cajero, que por eso vengo aquí con la libreta a sacarlo?"- . Ella viendo lo que se la venía encima le dijo: -"Póngase a la fila del cajero y cuando le toque, me llama y ya voy yo a enseñarle"-. Muy cabreado me dirigí a la fila del cajero y aquí estoy, esperando a que me llegue el turno.

Tras un rato de espera en la fila, por fin le llegó el turno y con voz suave y apresurada, llamó a la cajera: "Señorita ya me toca". La chica pidiendo disculpas al cliente que estaba atendiendo se dirigió al cajero automático, le pidió la cartilla y tras abrirla por la última página le dijo: .-"¿CUAL ES LA CONTRASEÑA?".- .-¿Que es la contraseña?.- Dijo el abuelo. -El Nº de seguridad dijo la chica-. Y el hombre con el gesto de quien ve a un fantasma dijo: .-!!!Y YO QUE SE¡¡¡.-. A lo que la cajera, devolviéndole la cartilla, le dijo mientras se daba la vuelta: .-Venga mañana antes de las 11:30..-

OK. Tu padre ya consiguió el ratón. Ahora como lo usamos?

El abuelo, entre nuestros comentarios de indignación, con la cartilla en la mano, soltando disparates por lo bajo y con los ojos llenos de lágrimas se dirigió hacia la "PINDIA" cuesta que le llevaba a su casa.

Reflexionemos ahora. La Banca, el Gran Capital, la Administración , etc… ¿no se dan cuenta del daño que están haciendo a las personas mayores , imponiendo la informática y los avances tecnológicos a unas personas que por su edad y muchos de ellos su incapacidad de seguir el ritmo tecnológico les estamos tratando de inútiles? ¿No se dan cuenta que muchos no saben o no pueden utilizar los cajeros, utilizar y pagar con tarjetas, utilizar el ordenador para hacer la declaración de la renta o para pagar impuestos o simplemente para hacer una solicitud?. ¿No se dan cuenta que como en el caso que nos ocupa, no se pueden suprimir las oficinas en los barrios ni en los pueblos y aún menos limitar el horario de cobrar nuestro dinero y menos a los mayores haciéndolos madrugar?.

Aquí lo dejo. Pensad, que son vuestros padres y abuelos, que han dado todo el esfuerzo y su vida para que vosotros hayáis llegado hasta aquí. Unámonos todos los que pensamos que esto es una injusticia, para solicitar al Gobierno (del color que sea) leyes que faciliten y humanicen la vida de los mayores.

Santos Orduña

¿Una transición digital para mayores?

A los mayores no se les debe hurtar el disfrutar de los cambios que han ido a mejor.

La transición digital, para muchos de nosotros, suena muy lejana, inaccesible y aburrida. Sin embargo, debido a ella están cambiando muchos modos y costumbres de la sociedad en su conjunto.
Por supuesto, tiene que Ver con la tecnología digital que usamos con más o menos acierto día a día. Pero es algo más.

La Tecnología Digital está cambiando la forma de gestionar la economía, el enfoque de las empresas a la hora de priorizar sus intereses productivos y, por supuesto, las condiciones laborales de muchos trabajadores y trabajadoras.
Simplificando mucho: Hasta no hace mucho, las empresas ofertaban sus productos y los interesados se amoldaban a ellos de una u otra forma. Ahora es al revés. Las empresas priorizan conocer los intereses de sus posibles clientes y amoldan su producción en la medida que pueden.

De aquí se extrae una conclusión fundamental: Hoy en día lo que interesan son los DATOS.
Conocer los intereses de los consumidores, su capacidad de gasto, sus reacciones , dónde Buscan, qué les interesan. Por eso es tan importante ser cautelosos. Buscan nuestros datos y muchos los venden a otras empresas.

Los que hemos conocido el antes y el ahora, apreciamos claramente el cambio.
Pero hay algo más: El cambio está bien si la sociedad avanza pensando en todos los colectivos. Y precisamente a los mayores no se les debe hurtar el disfrutar de los cambios que han ido a mejor.

Si nos preguntan si es más cómodo hacer una gestión económica o administrativa desde casa, o teniendo que desplazarse, en general diremos que desde casa .
Pero si nos plantean que para hacer la misma gestión hay que tener ciertas des–trezas personales, la cosa cambia.
Puede que no se tengan, o se estén perdiendo y entonces diremos que nos tienen que dar alternativas para hacerla, porque ni podemos ni debemos quedarnos tirados.

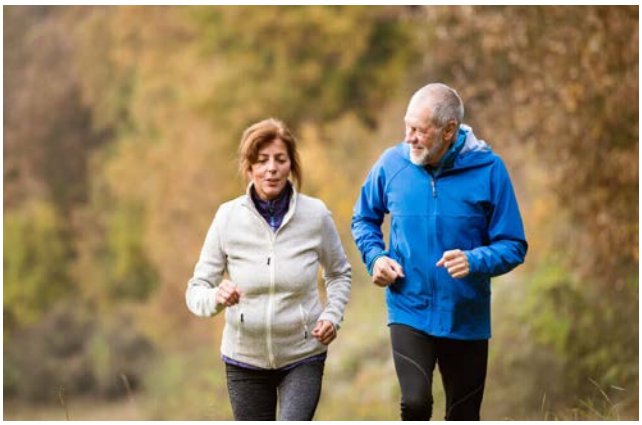
Diría más: ¡Tenemos derecho!

En resumen, la sociedad debe evolucionar social y tecnológicamente de tal forma que, tanto los que tienen todo el futuro por delante, como los que le tenemos “un poco más reducido”, podamos participar en el proceso en la medida de nuestras posibilidades.

LA SALUD Y EL BIENESTAR DE LAS PERSONAS MAYORES

No existe una edad determinada que convierta al individuo en un anciano

1ª Parte .- INTRODUCCIÓN



La geriatría es la parte de la Medicina que se ocupa específicamente de la salud y el bienestar de la gente mayor, así como de los aspectos preventivos, clínicos, terapéuticos, asistenciales y sociales de las personas con un rango de edad avanzado.

Para acercarnos al conocimiento de este campo, es necesario entender correctamente algunos conceptos muy básicos:

Salud: La O.M.S. define la salud humana como un estado completo de bienestar físico, mental y social, y no solamente como la ausencia de enfermedades o patologías.

Envejecimiento: Es un proceso biológico gradual, irreversible y continuo de cambio natural, que se inicia en la edad adulta temprana, cuando muchas de las funciones del organismo humano comienzan a disminuir o a deteriorarse gradualmente y, por lo tanto, también disminuye su capacidad de respuesta o fortaleza ante enfermedades, patologías o afecciones que sufre el cuerpo a lo largo de los años.

¿Cuándo envejece una persona?

No existe una edad determinada que convierta al individuo en un anciano o en una persona de edad avanzada.

Tradicionalmente se ha considerado la edad de 65 años como el comienzo de la vejez, pero el motivo de esta consideración no se fundamenta en la biología, sino en la historia.

Hace muchos años la edad de 65 años fue elegida como la edad de jubilación en Alemania, primer país en establecer un plan estatal de jubilación, y sigue siendo la edad en que la mayoría de las sociedades las personas suelen finalizar su etapa laboral, aunque, gracias al aumento de la esperanza de vida en los países más desarrollados, esto está cambiando.

Envejecimiento saludable: La expresión "envejecimiento saludable" hace referencia al conjunto de pautas, hábitos cotidianos, tratamientos y asistencia a las personas mayores que consiguen el aplazamiento o la disminución de los efectos no deseados del envejecimiento.

Los objetivos de un envejecimiento saludable son mantener la salud física, mental y social, evitar los trastornos y continuar en un estado activo e independiente.

De forma un tanto simplificada, puede afirmarse que la salud y el bienestar de las personas mayores se fundamenta en "tres patas" muy concretas:

-Alimentación correcta. Seguir una dieta moderada, variada y nutritiva.

-Ejercicio moderado. Realizar ejercicio físico con regularidad.

-Salud psico-social. Mantenerse mental y socialmente activo.

En sucesivos artículos abordaremos con mayor profundidad estos tres aspectos clave.

Modesto Álvarez Careaga

Auxiliar de Geriatría.

HIPOCRESÍA

José Luís García Guillermo

Nunca vivimos sin guerras,
no confundamos las cosas,
la vida color de rosa
es quimera aquí en la tierra.
Hay quien se empeña y se aferra,
aciertas o te equivocas
proclamando alegorías.
Sacamos banderas blancas,
todo un cielo de palomas,
pero en nombre de Maoma
llaman a la guerra "santa".
Se mata en nombre de Dios,
pregonando paz se mata
y defendiendo democracia,
se mata hablando de amor
y se invaden territorios,
no hay escrúpulo ninguno,
aunque aparenten algunos
que no están sembrando el odio.
Gobiernos de pacotilla,
políticos que no sienten,
mandamases, dirigentes
que nos ponen de rodillas
y de manera indecente
nos venden ser inocentes.
Exterminan nuestras vidas
porque sus mentiras llegan
a lo mas hondo del alma,
los que fabrican las armas
son los mismos que te arengan
y la paz del mundo reclaman.
Todo es cuestión de dinero,
¿que no hay guerras?
Pues se inventan,
que así se mueve la venta
del negocio guerrillero.
Y sigue la guerra en Siria
y en Yemen y en Palestina,
los conflictos no terminan,
aunque luego se nos diga
que la paz ya se dislumbre,
tras la reunión en la cumbre.
Se olvidó ya Afganistán ,
ya no están los talibanes.
Hablan de la paz mundial

cuando el tema nuclear
es la amenaza constante,
ya resulta hasta insultante,
simples ganas de humillar.
El mundo entero en las manos
de unos cuantos poderosos,
locos y facinerosos,
dementes y desalmados,
unos vándalos de altura
con sus falsas composturas
sus aires presuntuosos
y sus supuestas corduras.
Y nosotros, mientras tanto
aquí estamos aguantando
a sátrapas caprichosos
con sus cínicas locuras.
Ahora los rusos y Ucrania
y un análisis profundo
de lo que le afecta al mundo
con nuevo golpe de infamia,
otro atentado a la vida
y otro giro y otro rumbo,
Pero todo es por la Paz
en pro de la economía,
que nadie vaya a pensar
que las guerras solo están
para romper la armonía.
Porque la única verdad,
la razón, la realidad
para una guerra hoy en día
es aumentar capital,
es poder y deslumbrar
de cara a la galería,
es por ganas de matar,
ES POR PURA HIPOCRESÍA.

“A Gusto en Casa”

Alternativa a las Residencias de Mayores

En Mayo de 2019 la Dirección General de Política Social, encargó a la Fundación Pilates un estudio para mejorar la calidad de los servicios públicos de Atención Domiciliaria. El objetivo era apoyar a las personas mayores de Cantabria que deseen permanecer en sus domicilios e impulsar un modelo de atención centrada en las personas para dar una respuesta más integral y personalizada conforme a las necesidades y expectativas de cada persona, tanto en su promoción y prevención de la salud, como en su atención y cuidado...

En diciembre de 2019, la Unión de Jubilados y Pensionistas UJP-UGT de Cantabria, entregamos a las Consejerías de Sanidad y Servicios Sociales un “Plan de Actuación Integral para las Personas Mayores” que pedíamos fuera una aportación al estudio que según información aparecida en los medios de comunica - ción, pretendían elaborar. A fecha de hoy y después de 4 años esperando que se nos informe del resultado de dicho estudio, así como celebrar una reunión con quienes representamos constitucional - mente a las personas mayores, no hemos recibido respuesta.

En el Plan Social que hemos elaborado, se propone que sea planificado el envejecimiento de manera integral, reconociendo a las personas mayores como colectivo necesitado de especial protección.

Para lograrlo, pedíamos la implicación y coordinación entre los servicios sociales y sanitarios de todas las Administraciones de Cantabria que deben estar implicadas: Ayuntamientos y Consejerías de Sanidad y de Servicios Sociales. Creando un conjunto de estructuras que puedan responder a las necesidades personales y sociales de los mayores, con el fin de mejorar su calidad de vida y potenciar el bienestar individual y colectivo en su entorno.

Consejos para la Atención de Mayores en Casa

Una de nuestras propuestas, que esperamos poder presentar algún día a la Consejería de Servicios Sociales de Cantabria, si se dignan recibirnos, es la que ya esta en vigor en Castilla y León desde 2018, que han denominado “A Gusto en Casa” que ofrece alternativas a las personas mayores de 65 años, con dependencia, discapacidad o enfermedad crónica que desean perma- necer en su vivienda habitual. Y para ello pueden reci- bir distintos servicios que les permitan poder seguir desarrollando sus actividades cotidianas, estableciendo las conexiones oportunas con los servicios sanitarios, para contribuir al cuidado de su salud. Se pretende, en definitiva, dar respuesta a los deseos y elecciones de las personas que han decidido vivir es su propia casa.

El programa pone a disposición de los beneficiarios profesionales de los Servicios Sociales, que serán responsables de garantizar que los cuidados y apoyos sean adecuados y satisfactorios. También serán los gestores de cada caso, ayudando al beneficiario a diseñar su proyecto de vida, definir los apoyos que precise y garantizar que estos estén disponibles y se ofrezcan respetando sus deseos.

También contempla un servicio de asistencia personal con el apoyo de cuidadores para la realización de las actividades diarias, asistencia sanitaria a domicilio, teleasistencia, ayudas técnicas y adaptación del hogar para facilitar seguridad y accesibilidad. La aplicación de estos servicios transformará los hogares de riesgo en hogares seguros y adaptados a las personas.

Los apoyos se financian entre la Administración y la persona beneficiaria del programa. La cuantía a aportar por la persona depende de su valoración de dependencia, de la intensidad del servicio y de sus recursos económicos. Ninguna persona puede quedar exenta del programa por falta de recursos.

Paco Calderón. .

Carmen Zapata, Secretaria de Igualdad UJP-UGT Estatal

MUJER TRABAJADORA... MUJER PENSIONISTA

Redacción

El día 8 de marzo, a nivel internacional, conmemoramos el DIA DE LA MUJER TRABAJADORA, consideramos el papel imprescindible de las mujeres en la sociedad, luchamos por el logro de la igualdad, y reivindicamos la mejora de la situación laboral de las mujeres, porque todavía muchas sufren peores condiciones laborales que los hombres.

Analizamos históricamente las reivindicaciones en el trabajo femenino:

En la época de industrialización de EEUU, las mujeres sufrían unas penosas condiciones laborales, el 8 de marzo de 1857, se atrevieron a salir en una manifestación para reivindicar mejoras en sus salarios, muy inferiores a los hombres, convirtiéndose en una violenta represión.

Hubo bastantes momentos de reivindicativos a partir de esa fecha por parte de las mujeres:

El 28 de Febrero de 1909 tuvo lugar la organización del día de la mujer por primera vez. El día de la Mujer surgió recordando la huelga de las trabajadores textiles de 1908, a la que fueron 15000 mujeres exigiendo "reducción de la jornada laboral, mejorar la condiciones de trabajo, mejores salarios y derecho al voto". Fue un compromiso de destacadas socialistas con el apoyo del Partido Socialista de EEUU por primera vez en Nueva York y en Chicago.

En 1910, ya en Europa en la Segunda Conferencia Internacional de Mujeres Socialistas, celebrada en Copenhague, con mujeres de diecisiete países, se proclamó el DIA INTERNACIONAL DE LA MUJER TRABAJADORA en el mes de marzo

En 1911 el 25 de marzo se incendió la fábrica de camisas Shirtwaist en Nueva York, murieron 123 mujeres y 23 hombres, la mayoría jóvenes e inmigrantes, fallecidos por declararse un fuego y tener por orden patronal las puertas cerradas, trabajaban 61 horas a la semana incluyendo los sábados

A partir de esa fecha en varios países europeos ese día se organizaban mítines reclamando el derecho al voto, el derecho a ocupar cargos públicos, la formación profesional, la no discriminación laboral... aprovechando también para protestar por las consecuencias de la guerra. Coincidiendo con la 1ª Guerra Mundial.

En España a principios de siglo varias mujeres progresistas se manifiestan y trabajan por la igualdad: Concepción Arenal 1.820-1.893 visitadora de cárceles, escritora y abogada activista por el derecho de las mujeres. *Emilia Pardo Bazán* 1851 escritora de novelas sociales y defensora de los derechos de las mujeres. María Lejarra 1874- 1.974 diputada socialista y luchadora por los derechos femeninos. *Clara Campoamor* 1.888-1.972 que impulsó y logró que el voto femenino se introdujera en La Constitución de 1931 y fuera ejercido en 1933. *Justa Freire* maestra y pedagoga de la FETE, que con otras muchas compañeras socialistas ejercieron la enseñanza con textos renovadores en pedagogía, y con la Institución Libre de Enseñanza trabajaron la igualdad entre los niños y las niñas. La mayoría de estas maestras fueron encarceladas y siguieron enseñando a las presas en la cárcel

Mujeres trabajadoras, mujeres pensionistas todavía reivindicando la igualdad

Reivindicaciones de las mujeres trabajadoras:

1) Impulsar "Planes de Igualdad" y exigir los que ya son legales, 2) Combatir la violencia machista desde el trabajo, adoptando protocolos contra la vio-

lencia sexual, 3) Incrementar las políticas activas de empleo con perspectivas de género. 4) Incrementar el SMI como señala la "Carta Social Europea" 5) Incrementar y mejorar las políticas activa de empleo con perspectivas de género. 6) Adoptar políticas con perspectiva de género en todos los ámbitos, especialmente en materia de cuidados.- 7) Invertir en infraestructuras públicas suficientes y adecuadas para el cuidado de menores y mayores, así como de personas enfermas; fortalecer la oferta pública de infraestructuras y servicios relacionados con el empleo y recursos públicos. 8) Reforzar y garantizar los instrumentos y recursos de vigilancia, control y sanción de la Autoridad Laboral para el cumplimiento de la igualdad en el ámbito laboral. 9) Acelerar el proceso de ratificación de los convenios pendientes sobre la eliminación de la violencia y acoso en el mundo del trabajo.

MUJER PENSIONISTA DESDE LA MUJER TRABAJADORA

Las mujeres y los hombres pensionistas necesitan hacer cumplir las recomendaciones del Pacto de Toledo por esclarecer las fuentes de financiación, que se extrajeron de la Seguridad Social para cubrir gastos que no son propios del sistema, y por tanto causaron un déficit del mismo. El gobierno se lo ha tomado en serio y ya ha recuperado una parte, esa recuperación ha de continuar. Por esa recuperación y por el aumento de la ocupación en la bajada del paro hasta primeros de octubre, el déficit descendió un 73 % hasta 5.862 millones a finales del 2021.

Dado que un sector mayoritario de mujeres ha desarrollado su vida laboral en el sector de servicios, peor pagado, y como consecuencia han conseguido pensiones muy bajas, están perteneciendo a los umbrales de pobreza. Ej. si los pensionistas actuales son 8.949.770, parte de estas se sitúan en los niveles más bajos, en la pobreza severa están 6,52% hombres por 9,55% mujeres y en la pobreza relativa el 19,12% hombres por 40,38% mujeres.

Tampoco podemos asumir que una proporción importante de mujeres que no trabajaron y se dedicaron al cuidado de la familia, por lo tanto sin cotizar, tengan una pensión que no llegue a 500 euros.

Esperemos que por ahora si el déficit ha descendido un 73% lleguen "tiempos mejores" y la igualdad tome mejores rumbos.

Los y las mayores necesitamos que la pobreza no sea una situación entre nosotros y en ninguna persona

Reivindicaciones de las pensionistas y los pensionistas

a) Revertir los costes financieros y presupuestos destruidos a la Sanidad Pública, equiparando el presupuesto medio a la U.E

b) Mantener y ampliar los servicios de atención especial en las zonas rurales, o más despobladas.

c) Reducir progresivamente la desviación a hospitales y servicios sanitarios privados. Necesitamos más recursos en la Sanidad Pública.

d) Gratuidad absoluta para los pensionistas de los medicamentos, eliminar el copago.

e) Mejorar el Sistema de Atención a la Dependencia por una protección efectiva.

f) Aumentar el gasto público para la atención a las personas mayores, dado el envejecimiento poblacional. El Gobierno del P.P. con recortes sustanciales y privatizaciones políticas, deterioró gravemente la vida de las personas en situación de dependencia y a sus familias.

Con urgencia necesitamos:

1.- Derogar el R.D. 20/2012 que ha recortado los derechos al bajar la financiación.

2.-Reducir los tiempos de abordar los expedientes con un procedimiento único.

3.-Anteponer la dependencia de los servicios ante las prestaciones económicas.

4.- Recuperar la mejora de los Presupuestos de la Ley de Dependencia, y la gestión y el control público de todos los servicios frente a la entrega de estos al negocio privado.

5.-En definitiva más plazas públicas; políticas comunes en todos los territorios; inspecciones y planes de actuación; acabar con las listas de espera atendiendo con prioridad a personas solas no validas; más personal mejor formado y mejor retribuido; medicalización en los Centros de Mayores.

6.- Mejorar y acabar con el maltrato a las personas mayores.

¿En Bromas o en Serio?

Unión de Jubilados y Pensionistas de UGT-UJP de Cantabria
C/ Rualasal 8 – 4º- 39001- SANTANDER. Telf. 942 364 622 Ext. 502.
ujp@cantabria.ugt.org