



AULA MAGNA

EXTREMADURA

Revista del Programa Universitario de Mayores de Extremadura – número 42 – enero 2018



Solemne Acto de Apertura de curso
Colaboraciones
A Rafaela Díaz
Viajes de estudio
Crónicas viajeras
Última Hora

Presidente

Florentino Blázquez Entonado

Director

Antonio Medina Díaz

Subdirector

José Luis Martínez Guerrero

Consejo de Redacción

María Teresa Becerra Traver

Colaboradores

Asunción Leiton Gómez

M^a Antonia Marcelo García

Maquetación y Tecnología Digital

Diego Gudiño Zahinos

Depósito Legal

BA-74-2001

ISSN

1577-7871

EDITORIAL	3
CARTA DEL COORDINADOR DE LA UMEX.	4
COLABORACIONES	6
CRÓNICAS VIAJERAS	11
ACTUALIDAD EN LA UMEX	12
VIAJES EN LA UMEX	14
ULTIMA HORA	18
RECONOCIMIENTO	18
CUENTOS.....	22
POESÍA.....	24
¿SABÍAS QUE...?	28
PARA LEER.....	32
GALERÍA DE FOTOS	34

Portada: fotografía realizada en el solemne acto de apertura de curso 2017-2018 por Diego Gudiño Zahinos.

Efemérides...

En **1645**, se publica en París la Biblia Políglota Complutense del Cardenal Cisneros.

En **1763**, Carlos III establece las bases en España de un juego de azar, denominado lotería de los números, sustituida en 1862 por la de los billetes.

En **1846**, la anestesia es aplicada por primera vez en el mundo, para la extracción de una muela y por su descubridor, Thomas Morton.

En **1864**, Tratado de Lisboa entre España y Portugal en el que se fijan definitivamente las fronteras hispano-portuguesas.

En **1580**, Se produce la conquista de Portugal: Tropas españolas derrotan a las portuguesas en Alcántara y otras desembarcan en Lisboa.

E DITORIAL

"Saber envejecer es la obra maestra de la vida, y una de las cosas más difíciles en el arte difícilísimo de la vida".

Henri-Frederic Amiel (Filósofo suizo)



Con el paso del tiempo un buen día descubrimos que nos cansamos más al caminar y ni recordamos ya cuando estábamos pletóricos de fuerza, energía y bienestar. Sentimos el abdomen más distendido, menos fuerzas, y que hemos ganado peso sin apenas darnos cuenta. Nuestra piel es menos tersa, hay arrugas alrededor de nuestros ojos...Y si miramos una foto de unos años atrás, nos encontramos mayores. Hemos envejecido en un proceso lento pero inexorable, tan natural como que se ponga el sol cada atardecer y vuelva a salir al amanecer.

Y es que el paso del tiempo –el envejecimiento- trae consigo cambios en el organismo que se reflejan en el deterioro progresivo de nuestros órganos. Envejecer es un proceso complejo, y aún no se conoce en todo su alcance.

Una de las teorías científicas que intentan explicarlo es la que lo relaciona con los radicales libres (los átomos que tienen un electrón suelto), que provocan cambios y daños celulares, acelerando el envejecimiento. Pero los radicales libres no lo explican todo. Y es que con el paso del tiempo el organismo va perdiendo su capacidad de autorregenerarse, y también va disminuyendo la capacidad de las células de ir eliminando sus residuos. Por supuesto, hay además factores externos que juegan un papel decisivo en el proceso de envejecimiento (ejercicio, tabaco, dieta...)

Y aquí nos encontramos. Ya no somos los jóvenes que éramos, pero queremos que esta nueva etapa de nuestra vida sea algo más que un lento declive plagado de achaques y enfermedades hasta el suspiro final. Si nos va a preocupar la salud cuando llegamos a cierta edad, ¿no deberíamos tomar un papel más activo y positivo hacia ella?

Antonio Medina Díaz.

CARTA DEL COORDINADOR DE LA UMEX



Un agradecimiento. No siempre se reconoce la labor ejemplar que tantas personas realizan para que el Programa Universitario de Mayores de Extremadura (PUMEX) pueda desarrollarse tan satisfactoriamente como valoran la

mayoría de los 2.100 alumnos que lo cursan en este momento. Además de la Junta y la Universidad de Extremadura, que son el sostén institucional del Programa, en él colaboran unos 150 docentes, a quienes hay que agradecer muy sinceramente su ejemplar dedicación. Junto a ellos, los centros donde se imparten las clases (unos universitarios y otros de Educación Secundaria), a cuyos directivos agradecemos la permanente atención a nuestras demandas lo mejor que pueden, a la vez que sufren con la mayor elegancia, las molestias que les ocasionamos. Y si a veces cabe destacar a personas concretas, nuestro particular agradecimiento se dirige hoy a la profesora Rafaela Díaz Villalobos, recientemente jubilada, a la que dedicamos una agradecida columna con motivo de su jubilación.

Un problema. Si hubiera que hacer otra mención especial, ésta sería para todo el equipo del Programa que trabaja en la sombra y muy especialmente al personal técnico de apoyo, presente en cada una de las sedes en las que lo hace con el mayor esmero y dedicación al alumnado y que en estos días precisamente se encuentran con serios problemas respecto a su continuidad por la finalización de sus contratos. En nombre de todo el alumnado y en el

nuestro propio, la mayor consideración a su trabajo y al cariño que han puesto con todos y cada uno de los alumnos de las respectivas sedes.

Desafortunadamente, la Universidad de Mayores, al no formar parte de los estudios reglados, carece de los funcionarios fijos que desearíamos, por lo que los colaboradores con que contamos deben renovarse periódicamente, con un evi-dente perjuicio para el Programa.

Un compromiso. La conferencia de Apertura del curso 2017/18 ha tratado sobre *Situación actual y previsión de futuro del tren en Extremadura* con el fin de concienciar al alumnado y demostrar que todo el colectivo de la Universidad de Mayores se siente preocupado por este compromiso social con nuestra tierra. La citada conferencia se suma así al conjunto de acciones para reivindicar un tren digno para nuestra región, uniéndonos al pacto de todos los partidos y agentes sociales, con el fin de impulsar una infraestructura viaria adecuada a las demandas económicas y sociales propias del siglo XXI.

Una Satisfacción. A pesar de los serios inconvenientes con los que de tiempo en tiempo nos encontramos, el PUMEX continúa promoviendo iniciativas, como los intercambios de alumnado con otros Programas universitarios de Mayores españoles y extranjeros, una de las iniciativas que goza de la mejor acogida entre los alumnos y de los que, probablemente, mayor riqueza personal y colectiva aporta. Por ese motivo podrán continuar llegándonos mensajes del otro lado del Atlántico, desde donde nos recordaba una alumna.

"Anoche tuvimos el acto de clausura de los cursos que hicimos en la Universidad de Mayores de Extremadura, fue un acto solemne, elegante y sobrio donde la nostalgia y la alegría se hicieron presentes a cada instante porque todos los alumnos allí presentes, tanto de Portugal, como los de Extremadura y los de Costa Rica compartimos anhelos, ideas y esperanzas que no tienen fronteras, ni edades, ni colores de piel. La alegría nos llenó de gozo

porque culminamos con éxito este proyecto conjunto de la Universidad de Costa Rica y de la UEx. Y la nostalgia de los momentos vividos nos acompañarán hasta el final de nuestras vidas”

Una innovación. Continuamos propo-niendo experiencias innovadoras, como la de educación intergeneracional, implementando las relaciones recíprocas de aprendizaje y las interacciones entre jóvenes y mayores universitarios, considerando que estas relaciones son importantes para ambos grupos y para la sociedad en general, fomentando el intercambio cultural y el de experiencias. De tal forma, que se emplean las destrezas específicas de cada generación. Unos aportan la innovación y el cambio; otros, la experiencia y la estabilidad. Ambas cosas son necesarias.

Los jóvenes no sólo tienen mucho que aprender de los mayores, sino también mucho que enseñarles. El aprendizaje intergeneracional ofrece valiosas oportunidades no sólo de aprendizaje basado en la experiencia, sino también de que los alumnos adopten nuevos roles. La experiencia comenzada en Badajoz continuó en la sede de Plasencia y este curso se inicia en la de Mérida.

Un deseo. El Programa continúa cumpliendo objetivos, a pesar de los castigos que le propinó la crisis económica global y otros azotes administrativos posteriores que nos obligan a vivir con la mitad del presupuesto que tuvimos desde su creación en 1998.

Cuánto agradeceríamos que, superada la crisis, se pudieran revertir parte de las ayudas eliminadas. Eso nos permitiría recuperar, por ejemplo, las clases de Informática, las cuales fueron fulminadas al tener que impartirse en costosos grupos reducidos y es, desde entonces, la más reiterada demanda del alumnado.

Solicitamos el apoyo necesario para paliar esta deficiencia compartida por todos, lo que haría posible colocar de mejor modo aún a nuestros alumnos mayores en la denominada *Sociedad del conocimiento*.

Una de las vías para ayudar a los mayores a recuperar su papel de actores en la sociedad. En ellos el conocimiento adquiriría una nueva y rica dimensión social en la denominada era Digital.

Una enhorabuena. La sincera enhorabuena a los 226 alumnos de la XV Promoción que se graduaron en el Acto solemne de Apertura de curso, cuya crónica se puede ver en estas páginas. Ellos suponen un estímulo para el resto de compañeros por haber cumplido un deber que se propusieron hace cinco años. Es humano sentir placer por las cosas bien hechas y probablemente se sientan satisfechos por ello. Nuestra más cordial felicitación y no es necesario que les diga que las puertas del Programa continúan abiertas para ellos, a través de las clases del Postgrado cuyo alumnado crece en número y satisfacción curso a curso.

Florentino Blázquez Entonado
Coordinador de la Universidad de Mayores
de Extremadura

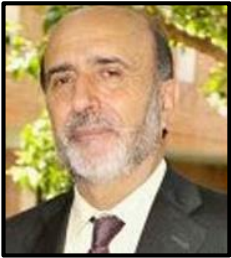
Puede leer nuestras noticias y eventos visitando, en nuestra página web, la sección:
ÚLTIMAS NOTICIAS.

<https://www.unex.es/estudiar-en-la-uex/otras-propuestas-formativas/mayores/destacados/ultimasnoticias>

COLABORACIONES

Nuestros Mayores

Fernando González Pozuelo. *Profesor del Programa Universitario de Mayores.*



La población mayor extremeña, igual que la de la mayor parte del mundo desarrollado, representa un colectivo importante para merecer la obligada atención de la sociedad.

Factores demográficos de todos conocidos han hecho que la dimensión relativa de este segmento poblacional se haya incrementado, y siga haciéndolo, a un ritmo vertiginoso. Todo ello conduce no solamente a una situación en la que envejecen las personas, sino en la que también envejecen las sociedades. Por primera vez en la sociedad desarrollada que vivimos las personas mayores se han hecho visibles y sus necesidades y problemas comienzan a ser las necesidades y problemas de la sociedad.

Cuando únicamente una pequeña proporción de las personas de edad experimenta pobreza, enfermedad o aislamiento social puede que el resto de la sociedad no sea consciente de tal situación. Conforme el número de personas mayores, viviendo bajo tales condiciones aumenta, se plantea un reto al sistema económico general y al de servicios en particular, que debe hacer frente a un traspaso de renta cada vez mayor a la población analizada, incluso en situaciones de crisis económica como la que estamos viviendo. Disminuir las prestaciones al colectivo de mayores que más lo necesita sería inhumano y poco rentable económicamente, como hemos podido comprobar, ya que personas abandonadas a su destino generan una serie de problemas que posteriormente hay que solucionar.

Una de las respuestas más interesantes a los problemas de los mayores la ha dado, sin duda alguna, desde distintas perspectivas, la Universidad de los Mayores, a la que pertenezco desde sus inicios, impartiendo, con gran aceptación del alumnado, la asignatura de Sociología de la Edad Adulta y recientemente la de Etnias del Mundo. La motivación principal que me llevó a realizar este tipo de docencia fue y sigue siendo su interés humano, la necesidad de actuar en beneficio de unas personas que lo necesitan. La vida del ser humano debe ser vivida dignamente hasta el final y en la mayor plenitud que sea posible.

En el momento actual y desde hace ya bastante tiempo, siento haber recibido del alumnado de la Universidad de los Mayores muchísimo más de lo que les he podido ofrecer. Resulta tremendamente gratificante comprobar el enorme entusiasmo con el que siguen las clases y la gran satisfacción que proporcionan sus relaciones humanas, dentro y fuera de las aulas. No es extraño encontrarse fuera de la universidad con algún alumno o alumna que se acerque a saludarte y mantener una agradable conversación. Esto no se paga con dinero.

Mis contactos con el alumnado me han ayudado a conocerles mejor y romper con muchos estereotipos. La mayoría de ellos se considera útil y necesario para sus conciudadanos, actitud que no suele ser valorada por la sociedad que les arrincona con la jubilación y les estigmatiza al etiquetarlos de viejos, por lo que no resulta extraño que desarrollen una sensación de no realización, considerando erróneamente que sus vidas carecen ya de sentido. El conseguir que la persona mayor viva el tiempo como proyecto activo, sintiéndose útil a los demás es la mejor terapia para muchos de los males que le destruyen, en especial la soledad que influye de una manera determinante en su salud física y psíquica.

La persona mayor constituye un valor personal y social. Tiene una misión, para sí y para los demás, no es sólo un transmisor de valores sino también un creador de

otros valores nuevos y, a la vez, vivificador de otros antiguos. Por tanto, no les cortemos las alas. Dejémosles en libertad para que sean dueños de su propio destino. Ser viejo no es sinónimo de despojo. Les necesitamos por propio egoísmo. Hay que hacerles un lugar junto a todos nosotros.

Dice Cervantes en el prólogo a la segunda parte del Quijote: "hase de advertir que no se escribe con las canas, sino con el entendimiento, el cual suele mejorarse con los años". ¡Cuánta sabiduría perdida por no escuchar a nuestros mayores!

Los mayores ante la amenaza de la depresión

Antonio Valenciano. *Psicólogo Clínico.*

Creo recordar que alguien definió el tiempo cronológico como una sucesión de momentos. Acorde con esta definición y desde la perspectiva de la existencia asistencial del ser humano, en lo individual y en lo colectivo, se me ocurre definir el tiempo de vida como una sucesión progresiva de acontecimientos vitales. El tiempo por su parte, parece ser un factor decisivo en el deterioro de la máquina humana; y en los mayores, con mayor motivo, se asocian en el propio tiempo los procesos involutivos y el acúmulo de acontecimientos vitenciales que, al procesarse de manera peculiar, puede dar lugar a una formación con estructura y capacidad suficiente para herir el ánimo y convertirse en pieza coadyuvante en el desarrollo del trastorno progresivo.

Ciertamente, la depresión no debe considerarse un aspecto más del envejecimiento, sino una auténtica patología que para su formación necesita de precursores y condiciones adecuadas.

Capítulo aparte merece su detección, no siempre es fácil, donde se precisa de sensibilización hacia lo singular de su modo de manifestarse, ya que la expresión puede resultar modificada en función de las cualidades intrínsecas de la persona afectada y de sus concurrentes, con lo que la sintomatología (la parte visible del trastorno) se distancia muy significativamente de los estándares establecidos. Como ejemplo que apostille la afirmación anterior: un proceso depresivo cabe esperar que se manifieste con alteraciones de la emotividad y del estado de ánimo; en el anciano, las manifestaciones que emergen son somatizaciones y alteraciones del carácter.

Por otro lado, no siempre la persona afectada es capaz de suministrar información suficiente que contribuya a la formación del diagnóstico, aun cuando en muchas ocasiones la persona anciana utiliza su cuerpo como modo de expresión, con lo que el lenguaje relacional queda sustituido por el corporal; estaremos atentos a ello, pero, aun así, es obligado recabar información de las personas convivientes. Para complicar más el problema, existe una comorbilidad entre depresión y otras entidades. Por ejemplo, con la ansiedad. Se da con elevada frecuencia que pacientes ancianos diagnosticados de ansiedad generalizada, también presentan síntomas propios del trastorno depresivo, y viceversa.

Por lo tanto, si encontramos abundantes síntomas en la depresión de sujetos mayores, alta coincidencia de criterios diagnósticos entre ambas entidades y la alta presencia de síntomas depresivos asociados con el trastorno de ansiedad; vemos que se hace complicado en el mayor, llegar al diagnóstico seguro. No obstante, se llega.

Una vez presentado el problema conviene más que nos dirijamos hacia el lado práctico, a fin de obtener algunas pautas que fomenten y agudicen la sensibilidad referida y nos ayude, en la detección precoz del trastorno depresivo en nosotros mismos o en las personas mayores con las que convivimos.

Existen multitud de escalas diseñadas para detectar y evaluar la presencia de los procesos depresivos. La que se presenta a continuación es una de las más utilizadas en el ámbito de las personas mayores y/o geriátrico en general; pero la traigo aquí, no tanto para que el lector pueda obtener un resultado que la sitúe en una escala donde le muestre su grado depresivo, sino para que, haciendo un pequeño ejercicio analítico, descubra e interiorice que cada ítem expresa emociones logrando así abrir un cierto ojo clínico que después podrá aplicarse a sí mismo y a los suyos.

El Pacífico Hispano

Juan Carlos Rodríguez Masa. *Profesor del Programa Universitario de Mayores.*



El concepto geográfico de Oceanía hispana se divulgó en la España de mediados del siglo XIX para aludir al Imperio español en Asia y el Pacífico que comprendía los territorios insulares de Filipinas, Marianas, Carolinas y Palaos. Estos territorios oceánicos se caracterizaron por su extensión, dispersión e insularidad por sus más de siete mil islas diseminadas por el océano más grande de la Tierra. Dichos rasgos “justificaron” la falta de preocupación para delimitar sus fronteras y el trato secundario de estos archipiélagos por parte de la Monarquía Hispánica durante su dominio colonial.

El origen de la presencia histórica española en aquella vasta región geográfica del Pacífico hay que fijarla en relación con los grandes viajes y descubrimientos de los siglos XV y XVI, cuando la Corona de Castilla, en la búsqueda de las codiciadas especias de Oriente, organizó diversas expediciones marítimas. Las islas Filipinas, Marianas, Carolinas y Palaos estuvieron bajo soberanía española durante más de trescientos años, desde el siglo XVI hasta la guerra hispano-norteamericana de 1898. A partir del desastre del 98 se produjo una redis-

tribución de las posesiones ultramarinas españolas entre las diversas potencias dominantes: Estados Unidos y Alemania. El gobierno español tuvo que renunciar a su soberanía y poner fin a más de tres siglos de relación colonial. Efectivamente, la presencia hispana fue una realidad durante más de 370 años en aquella zona del Pacífico, que incluía los lejanos archipiélagos de Filipinas, Marianas, Carolinas y Palaos. Al pensar en aquellas posesiones españolas hay que imaginar un conjunto de muchas islas, lejanas entre sí, y unidas con el frágil lazo de barcos españoles que por ellas navegaban rumbo a los pequeños centros coloniales, desde los que se intentaba gobernar, administrar, educar y evangelizar. La soberanía española en aquella región dio como resultado un mestizaje cultural entre oriente y occidente que ha perdurado hasta nuestros días.

El Océano más grande de la Tierra (ocupa la tercera parte de su superficie) era un gran desconocido para los europeos de finales del siglo XV. En virtud del meridiano de Tordesillas la singladura hacia el oeste, o ruta alternativa, correspondía a los castellanos. En aquel contexto, marcado por la fuerte competencia con la vecina Portugal por el dominio sobre la Ruta de las Especias, llegarán a latitudes orientales representantes de la Corona castellana, quienes tomarán posesión, en nombre del soberano de Castilla, de las tierras e islas que encontraron en su derrotero. Las diferentes exploraciones dejaron patente que lo que parecían islas perdidas en la Mar Océana formaban parte de una desconocida barrera continental.

El reciente hallazgo de un Nuevo Mundo, no distrajeran a la Corona castellana de su proyecto comercial, pues al mismo tiempo que se iniciaba la exploración, conquista y cristianización de los territorios del Nuevo Continente, la Corona organizó varias expediciones con el fin de encontrar un paso interoceánico para llegar a las Islas de las Especias (Islas Molucas) e instaurar el comercio castellano en aquella región asiática. El tráfico de mercancías convirtió a Sevilla en puerto universal de

escala obligada en la ruta del Viejo al Nuevo Continente. Ello justificó el establecimiento en Sevilla de la Casa de la Contratación en 1503, que tuvo la exclusividad de la Carrera de Indias. El fin de la Corona era adelantarse a los portugueses, para descubrir y tomar posesión de las Islas de las Especias, buscando inútilmente el paso por las tierras centroamericanas. Primero lo intentó Colón y seguidamente un ciclo de navegaciones que culminó en el mes de septiembre de 1513 con el descubrimiento del Mar del Sur (Océano Pacífico) por Núñez de Balboa.

La primera vuelta al mundo de Magallanes y Elcano (1519-1522) dio el pistoletazo de salida para pensar en los nuevos territorios. Fernando de Magallanes, portugués al servicio de la Corona Castellana, arribó en 1522 a diversas islas situadas en lo que después se denominó Océano Pacífico. Esta epopeya se afrontó con débiles embarcaciones de vela que desafiaron la inmensidad oceánica, cuyos marineros, mientras surcaban sus aguas, "tropezaron" con diversas islas del Mar del Sur, incorporándolas a las posesiones de la Monarquía Católica. A partir de entonces, varios conquistadores españoles como Loaysa, Saavedra, Villalobos, Ortiz de Retes, Legazpi, etc., llegaron en ese tiempo a aquella región del Pacífico buscando riqueza, poder y gloria.

Estos territorios oceánicos se caracterizaban por su extensión, dispersión e insularidad. Dichas particularidades nos llevan al segundo rasgo que las define, que es el escaso interés que han tendido entre los españoles. Los lazos con las posesiones en el Pacífico se cortaron cuando los Estados Unidos derrotaron a España en la Guerra de 1898. España fue víctima de la llamada "redistribución colonial" de finales de siglo XIX, en beneficio de potencias emergentes como Estados Unidos y Alemania. Por el Tratado de París del 10 de diciembre de 1898 se ponía fin al dominio español en Filipinas y Guam (Marianas) mediante su venta a Estados Unidos. Con la venta a Alemania el 30 de junio de 1899 de las Carolinas, Marianas y Palaos se acababa la presencia

colonial de España en el Extremo Oriente. Efectivamente, Filipinas, Marianas, Carolinas y Palaos dejaron de ser los últimos vestigios del Imperio de Ultramar.

El periodo cronológico comprendido entre las fechas de descubrimiento del Mar del Sur (1513) y la venta a Estados Unidos y Alemania del Islario español del Pacífico (1898-99), será el protagonista de la asignatura *El Pacífico Hispano* (UMEX), que analizará los proyectos colonizadores españoles de aquella distante región del Pacífico. Un estudio que pretende hacer memoria de la trascendental labor descubridora de los españoles en Asia-Pacífico, cuyo recuerdo ha desaparecido, casi por completo, de nuestro imaginario colectivo.

Antonio Machado, en su tumba siempre hay flores

Antonio Medina Díaz. *Director de la Revista "Aula Magna"*.



Nació en Sevilla en 1875 dentro de una familia de intelectuales liberales y progresistas que influyeron profundamente en su sensibilidad. "Mi infancia son recuerdos de un patio de Sevilla, / y un huerto claro donde madura el limonero". Luego vivió en Madrid, estudiando en la Institución Libre de Enseñanza donde recibiría su formación ética y sensibilidad típicamente institucionalista: el profundo amor a la naturaleza, la tolerancia, el ideal reformista, el rechazo de todo dogmatismo, sentido del diálogo y la igualdad entre los hombres, valores que serán claves en la obra y en la vida del poeta. En 1893 publicó sus primeros escritos en prosa, mientras que sus primeros poemas aparecen en 1901 haciendo su entrada en la poesía por la vía del simbolismo y del modernismo.

Alborea el siglo que termina el sueño colonial español, alcanzando el punto máximo la crisis del Estado y de una manera de concebir la vida. Es el 98 donde se hunden con la flota los mejores valores y los viejos mitos, “está el ayer alerta, al mañana, el mañana al infinito, / hombres de España, ni el pasado ha muerto / ni está el mañana –ni el ayer- escrito”. Viaja a París, a comienzos de 1903 y posteriormente aparece la primera edición de Soledades. Se relaciona con Rubén Darío, Unamuno, Valle-Inclán, Juan Ramón Jiménez y otros destacados escritores. Fue catedrático de francés en Soria. Esta primera visita le motiva el primer poema de sus temas sorianos, Orillas del Duero. En 1904 se casa con Leonor Izquierdo que morirá en 1912 y fueron estos años, seguramente los únicos, verdaderamente dichosos en la vida del poeta. En 1927 fue elegido miembro de la Real Academia Española de la lengua. Cuando estalló la Guerra Civil española estaba en Madrid. Posteriormente, en enero de 1939, se exilió al pueblo francés de Colliure, donde murió en febrero y cuyos restos permanecen en una tumba del cementerio.

El tiempo es el tema por excelencia de toda su obra. Los símbolos del tiempo, la fuente, el río o la noria o el mar. “Y me detuve un momento, / en la tarde a meditar. / ¿Qué es esta gota en el viento/ que grita al mar, soy el mar”? Un nuevo elemento que simbólicamente adquiere un significado ajeno al habitual: la tarde, el crepúsculo, el ocaso..., es la melancolía, la tristeza, la soledad, los recuerdos. Los adjetivos que acompañan a la tarde son objetivamente descriptivos (clara, somnoliente), subjetivos (hermosa) o claramente personificaciones que reflejan el estado de ánimo del poeta.

*Caminante, son tus huellas
El camino, y nada más;
Caminante, no hay camino,
Se hace camino al andar.
Al andar se hace camino,
Y al volver la vista atrás
Se ve la senda que nunca
Se ha de volver a pisar.*

*Caminante no hay camino
Sino estelas en la mar.*

Y eligió Colliure, al pie de los Pirineos, en la región del Languedoc-Rosellón, en el departamento de los Pirineos Orientales, en el sur de Francia, cerca de Perpignan, a 26 km de la frontera española, donde las aguas del Mediterráneo bañan sus rocas en las estribaciones pirenaicas, huyendo de la dictadura franquista –Machado, nuestro poeta-, republicano comprometido, abandonando la España querida, acompañado de familiares y amigos, buscando un lugar para su exilio. Allí se recluyó, en la Casa de la Quintana, en la calle que hoy lleva su nombre como recuerdo, donde ve morir a su madre y donde el 22 de febrero de 1939, retraído, lleno de melancolía y enfermo muere él también.

Colliure es una pequeña ciudad. Cuando se llega a Colliure te domina el deseo de ver la tumba de Machado, nuestro poeta enterrado en tierra francesa, que descansa en esa tumba donde en cualquier época del año se encontrarán flores y llena de los sentimientos de todos los que nos acercamos a contemplarla, situada en el viejo cementerio medio marino de la ciudad, lleno de árboles y de un silencio sorprendente. Es una tumba conmovedora, por la emoción que desprende su sencillez, su austeridad. A veces hay banderas llenas de recuerdos y siempre, siempre flores, nunca faltarán las flores frescas. Al salir del cementerio y adentrarte en la ciudad, puedes entender porque personajes como Matisse, Derain, Chagall, Picasso entre otros muchos, eligieron esta pequeña ciudad como inspiración para sus pinturas y sus obras. “No existe en Francia cielo más azul que el de Colliure... Solo tengo que cerrar los postigos de mi ventana para conservar en alcoba los colores del Mediterráneo” dijo Henri Matisse.

*Todo pasa y todo queda
Pero lo nuestro es pasar,
Pasar haciendo caminos
Caminos sobre la mar*

C RÓNICAS V IAJERAS

París

Antonio Medina Díaz. *Director de la Revista "Aula Magna".*

Hemingway le dijo a un amigo: "Si tienes la suerte de haber vivido en París cuando joven, luego París te acompañará, vayas a donde vayas, todo el resto de tu vida, ya que París es una fiesta que nos sigue". La primera vez que estuve en París lo primero que me impresionó fue esa mole de hierro que había visto aparecer desde la ventanilla del autobús, tenía un nombre –Torre Eiffel-, pero la visita a la Ciudad de la Luz, da para mucho más.

Las imágenes de color de mis mapas me servirían de orientación. Recuerdo que embarqué en Madrid en un vuelo de Air France con destino a Charles de Gaulle y haber tomado el metro interurbano desde el aeropuerto a la ciudad. Otros aeropuertos de París son Orly y Beauvais y el cercano de Versailles.

Consciente de que mi viaje tenía fecha de regreso recorrí la ciudad con esa idea obsesiva de ver todo en poco tiempo con un mapa de bolsillo que me ayuda a orientarme en el laberinto de calles y avenidas serpenteando de la rive droite a la rive gauche. Pero casi nunca llego a donde quiero ir y siempre llego a donde nunca quise ir. Por eso el primer día paseo y me dejo llevar dentro de un mismo perímetro que va del barrio Les Halles y Bastilla a un lado, y Saint Michel al otro y me cruzo con gentes que hacen lo mismo que yo, localizando un lugar que visitar pero que no encuentran y vuelven a desandar el camino.

Para visitar París hay que llenarse de calma. París es la capital de Francia y la ciudad de la luz, está situada a ambas márgenes del Sena y la confluencia del río

Marne. Es una ciudad cargada de contrastes, su población rebasa los 2.300.000 habitantes, siendo el *XI Distrito* la zona más poblada.



Torre Eiffel de París.

Su área metropolitana es hoy la más poblada del continente europeo después de Londres, con una población de 2.289.245 habitantes. La región de Paris (Isla de Francia) representa uno de los núcleos económicos más importantes de Europa. *La Defense* es el principal barrio de negocios de Europa, alberga la sede de veinte de las 100 empresas del mundo. La ciudad se identifica también con el turismo y es el destino turístico más popular del mundo con más de 42 millones de visitantes extranjeros al año. Cuenta con muchos de los monumentos más famosos y admirados del orbe: La Torre Eiffel, el Museo del Louvre, la catedral de Notre Dame, la avenida de los Campos Elíseos, el Arco del Triunfo, la basílica del Sacre Coeur, los Inválidos.

Para viajar con comodidad se puede comprar el bono Transporte y así poder circular sin límites en autobús, metro, tranvía y líneas Rer. El bono está disponible para uno, dos, tres, cuatro y cinco días consecutivos. La ciudad está regida por la alcaldesa Anne Hidalgo, nacida en España, pero nacionalizada francesa en 1973 y cambió su nombre de nacimiento, Ana, por Anne. Es Doctora en Derecho e Inspectora de Trabajo. El 30 de marzo de 2014 se convirtió en la primera alcaldesa de la historia de París.



SEDE DE BADAJOZ

VIII Certamen de Pintura “Francisco Pedraja”

Asunción Leitón Gómez. *Presidenta de la AUMEX.*

Ha sido un placer organizar este VIII Certamen de Pintura, contamos con la participación de 34 autores. Tuvimos el privilegio y el honor de contar con la presencia del profesor Francisco Pedraja. Nuestra gratitud y cariño al profesor Pedraja y a su familia por estar con nosotros este día. Sabemos lo importante que ha sido para los alumnos de la Universidad de Mayores y sigue siendo; su dedicación sembrando conocimientos sobre esa hermosa profesión que es ¡PINTAR! ¡Gracias, profesor!

Nuestro más sincero agradecimiento también a Mapfre y a su Director regional, D. José Domingo Gutiérrez Nogales por habernos brindado la oportunidad de celebrar este VIII Certamen de Pintura, ofreciéndonos todas las facilidades para que la Exposición fuera un éxito y así lo fue.

Estuvimos encantados con la colaboración del pintor Ramón de Arcos y nuestra gratitud por querer compartir con nosotros una de sus obras.

Nuestro reconocimiento también al profesor de la Universidad, Carlos Molina, que tuvo la amabilidad de contribuir al texto del díptico que la Asociación prepara para la Exposición y una de sus obras.



La Directiva de la AUMEX.

Darle las gracias al Director del Programa, D. Florentino Blázquez Entonado, que, aunque no pudo asistir leímos sus palabras. Y Finalmente GRACIAS a nuestros queridos compañeros, vosotros sois los protagonistas de este Certamen y el éxito es el vuestro. El profesor Pedraja lo define muy bien “La sala resplandecía de colores y alegría; cuadros de todas las tendencias, múltiples temas y técnicas, un buen conjunto artístico”.

Francisco Pedraja Muñoz. *Profesor del Programa Universitario de Mayores.*



Fue un placer poder atender, gracias a estar en estas fechas un poco más restablecido, a la amable invitación de Asunción Leitón, Presidenta de la Asociación de Alumnos de la Universidad de los

Mayores para asistir a la inauguración de la exposición de pintura que organizan cada primavera, ahora en su VIII edición, en la sala de exposiciones del edificio de MAPFRE. Le agradezco sus calurosas palabras de bienvenida y sus referencias a unas reflexiones que hace tiempo escribí sobre la creatividad artística y el significado de la pintura.

Felicidad y satisfacción podrían definir la impresión que tuve al llegar a la exposición, primera actividad pública a la que he podido asistir en bastante tiempo. Alegría por reencontrarme con todos vosotros, queridos alumnos y compañeros, siempre amigos de la Universidad

de los Mayores, en este acto dedicado al Arte, a la pintura, que ha sido y es, junto con la enseñanza de su historia mi verdadera pasión y vocación.

También por participar de las vivencias, sentimientos, el esfuerzo, la capacidad creativa y la ilusión reflejados en cada obra, y disfrutar del tiempo compartido. Satisfacción al comprobar el alto nivel de la exposición. La sala resplandecía de colores y alegría, cuadros de todas las tendencias, múltiples temas y técnicas, un buen conjunto artístico. El arte de la pintura continúa con buena salud. Como sabéis, no pude asistir a las dos últimas como hubiera sido mi deseo; aunque pude disfrutar de vuestras obras y sentir vuestro afecto gracias a las grabaciones de Fernando Alcántara y a las entrañables muestras de cariño que me transmitió Antonia Marcelo, miembros de la anterior Directiva.

Los años de dedicación a la enseñanza de la historia del arte, y al taller *Artes plásticas* que compartía con mi querido compañero y amigo, Zacarías Calzado, en la Universidad de los Mayores, se han visto una vez más altamente recompensados por el elevado nivel de las obras expuestas, el éxito de la organización y el calor recibido, el mejor analgésico.

Quisiera terminar con un fragmento de unas reflexiones personales que escribí sobre la creatividad artística:

"Pintar es una especie de válvula de escape de lo que uno piensa y siente; es una forma de comunicarme con los demás. Lo importante es el mismo hecho de enfrentarme al soporte en blanco, es el momento creativo; lo grande, lo bello es lo que se disfruta y se sufre pintando. Sin pintar quedaría disminuido como persona.

Existen la llamada inspiración, las horas luminosas y los caminos vírgenes, y es fundamental el hallazgo. El automatismo y lo aleatorio forman parte también del proceso creativo, y lo condicionan, e incluso lo accidental llega a convertirse en un principio artístico".

Espero que la recuperación de la salud me permita más reuniones con vosotros, para seguir disfrutando de vuestras obras y de la felicidad de la amistad. Mi reconocimiento y felicitación a los alumnos y compañeros participantes, a la Presidenta y resto de miembros de la Junta Directiva de la Asociación por su entusiasmo y buen hacer en la organización de la exposición y promoción de la pintura, algo aún más necesario en estos tiempos, y a la Dirección del Programa de la Universidad de los Mayores por su apoyo.

SEDE DE ALMENDRALEJO

El paciente invisible

Francis Jaén López. Alumna de la sede de Almendralejo.

Podría ser el título de una novela, pero es un hecho tan cotidiano que lo consideramos como algo normal y tal vez no nos damos cuenta. Esta situación la he vivido varias veces. Una persona mayor acompañada por un familiar, una cuidadora, etc. entra en la consulta del médico. Éste la saluda amablemente y en tono paternalista le pregunta cómo se encuentra, le indica que se siente y es como si la silla tuviera el poder de hacer invisible a los mayores, porque a partir de ese momento el médico se dirige al acompañante y todas las preguntas y recomendaciones se las hace a él: "¿Qué tal come? ¿Cómo duerme si se toma la medicación? Le vamos a hacer estas pruebas y a cambiarle la medicación. Le va a dar estas pastillas cada ocho horas y dentro de unos días viene y me dice cómo está." No entiendo este comportamiento cuando la persona mayor está mental y psicológicamente bien, comprende y entiende perfectamente lo que le están diciendo y sin embargo se la ignora. Pero todo tiene un límite y en la siguiente consulta esta persona, harta de ser ignorada, se levanta de la silla, alza la voz con rabia y dice: "Doctor, estoy aquí y la enferma soy yo. Dígame a mí el resultado de las pruebas y el tratamiento a seguir. Soy mayor, pero no idiota." Por la visibilidad de los mayores. ¡Protesta y hazte oír!

VIAJES EN LA UMEX

Seducidos por Europa

Marta Coronado Mansilla.

Hace varios años, con el fin de estrechar los vínculos afectivos entre los alumnos de la Sede surgió una nueva actividad de manera independiente al Programa, la exploración de nuevos destinos que enriquecieran conocimientos históricos, de arte, realización personal y, cómo no, el fomento de las relaciones intergeneracionales entre alumnado y profesorado. Así, en mayo de 2012, se estableció el primer destino de lo que, a día de hoy, ya ha sido una costumbre. Para enriquecer esta iniciativa, los alumnos solicitaron su colaboración a la profesora de Historia del Arte, la cual desde entonces ha coordinado estos viajes con el apoyo de Marta Coronado.



Alumnos en el viaje a París, mayo de 2012

Este primer viaje nos llevó a conocer San Sebastián antes de llegar a nuestro destino. Una vez allí, nos adentramos en las maravillas arquitectónicas de la ciudad: Montmartre, Torre Eiffel, Museo del Louvre, Jardines de Luxemburgo, Catedral de Notre Dame, Palacio de Versalles... Al ritmo del agua, disfrutamos de un momento mágico a través de un crucero por el río Sena.

El broche de oro fue Disneyland.

La brújula de la Sede volvía a ponerse en movimiento, eligiendo Londres como siguiente destino. A vista de águila, desde el London Eye, grabamos en la retina la magnitud de la ciudad y el amplio abanico de opciones culturales que se abrían a nuestros pies. Visitamos The National Gallery, Museo Británico, Palacio de Buckingham, los barrios de Notting Hill, Camdem Town, Hyde Park, Soho, China Town...

En el siguiente curso, nos planteamos Italia. Con la misma ilusión, fijamos la ruta: Roma, Florencia y Pisa. Son innumerables las sorpresas arquitectónicas escondidas detrás de cualquier rincón: Capitolio, Coliseo, Foros Imperiales, Fontana de Trevi, Basílicas, Museo de los Uffizzi, Ponte Vechio, Academia donde se encuentra el David de Miguel Ángel, o la majestuosidad de la Ciudad del Vaticano.



Alumnos en el viaje a Italia, junio de 2016.

En marzo, llegó el momento de explorar las fantásticas ciudades de nuestro país vecino, Portugal, así que nuestra última aventura ha sido la comarca de Oporto. En ella, además de disfrutar del encanto característico de la ciudad, visitando el Palacio de la Bolsa, la Estación de São Bento, librería de Lello e Irmão, Cámara Municipal, Torre dos Clérigos..., nos dirigimos a distintas ciudades: Guimarães, declarada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO, donde nació el Reino de Portu-

gal; Aveiro, considerada como la Venecia portuguesa y, Coimbra, donde tradición y modernidad conjugan a la Universidad.

El diario de a bordo de la Sede continuará recopilando nuevas experiencias y enriqueciendo culturalmente al alumnado a partir del próximo curso académico.

Visita a Marvão

Antonia Marcelo García. *Alumna de la sede de Badajoz.*

Tenemos los badajocenses amplias vivencias de fronteras. Nuestra proximidad a Elvas, declarada Patrimonio de la Humanidad en 2012, nos ha llevado a mantener estrechas relaciones comerciales y de amistad con nuestros vecinos, que en la actualidad seguimos cultivando con estrecha armonía.

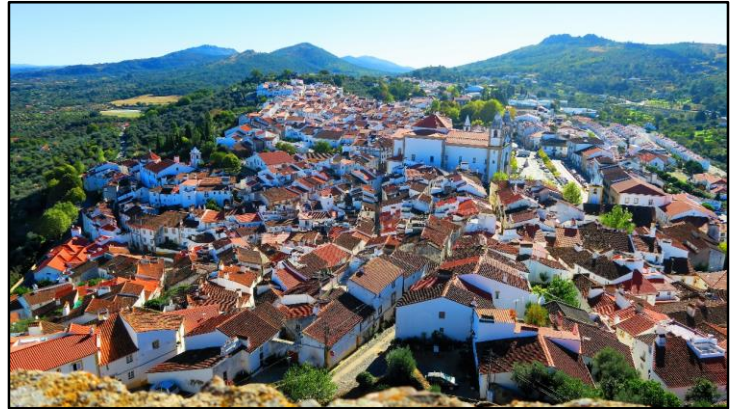
Muy lejos quedan las rencillas, en otros tiempos guerras, entre los dos países, España y Portugal, siempre a la gresca, Fernandinas (1369-1.382), Sucesión Castellana (1.475-1.479), Restauración portuguesa (1.640-1.668), Sucesión española (1.701-1.714), tres más hispano-portuguesas en el siglo XVIII, la Fantástica, la de las Naranjas, la de Navidad, la Peninsular y la Viriatos en la II República Española, que dieron como resultado, quién lo iba a pensar, a una gran red de fortificaciones a ambos lados de la frontera para salvaguardar cada uno su vasto territorio.

Desde la Galicia española a la línea Algarve-Andalucía, unos interesantes amurallamientos dan carácter y brillantez al gran conjunto de monumentos que los caracteriza. Para mejor conocimiento de este conjunto de fortificaciones extremeño-alentejano, hemos visitado la inexpugnable villa de Marvão a 843 metros de altitud. Perfectamente encajada en su topografía granítica, es un conjunto homogéneo de extraordinaria belleza, rodeada de castaños. Romana y musulmana, con gran valor militar y estratégico, su vista alcanza, en un día claro, desde la Sierra la Estrella a la frontera extremeña.

Un recorrido pedestre por las murallas con la visita al

aljibe, a semejante altitud, es una delicia para los sentidos difícil de olvidar.

Marvão tiene un importante legado arqueológico y monumental, resultado de la afirmación de su independencia y por el establecimiento de diferentes órdenes religiosas.



Visita de los alumnos de postgrado de la sede de Badajoz a Marvão

Tenemos en común con Badajoz al homenajeado Visir de Coimbra, al fundador Ibm Marwan, que conquistó la región. Para recordarlo, se realiza un festival árabe con música, mercado típico y animación cultural, que denominan Al Mossassa. La fiesta se celebra en octubre.

Igualmente que la visita a Castelo de Vide en el mismo día 10-11-16, los alumnos de posgrado de la Universidad de Mayores, en entusiasta tropa, transitamos por las calles de Marvão, sintiéndonos parte de ellos mismo, en nuestro propio hogar, atados por esos lazos que nos une a los habitantes de la Raya, hablando con los naturales e intercambiando en "portuñol" alegres conversaciones que ponen en evidencia, que las fronteras existen, pero que a las personas de los dos lados, nos une una larga historia de vivencias y amistad compartidas. Para reforzar la parte humana, más visible de nuestros desplazamientos, afianzamiento e integración, quiero hacer en este escrito un sencillo homenaje a dos personas entrañables que nos acompañaron. Estos fueron los compañeros portugueses con residencia en Elvas, María Manuel Guerra Franco y Anibal Franco, incansables, serviciales y atentos a cualquier sugerencia a necesidad que en este extenso grupo pudiera surgir. Mil gracias a ellos por tan inestimable compañía.

Viaje Cultural 5º curso

José Luis Martínez. *Subdirector de la revista "Aula Magna"*.

Viaje especial y cultural de los alumnos de 5º curso. Especial por ser el último del curso y el final de la "carrera" antes de la entrega de los diplomas y las becas. Estuvimos acompañados por el profesor de Biodiversidad y Geodiversidad de Extremadura, José M. Corrales. El viaje se trataba de una clase más del mencionado profesor por las provincias de Cáceres y un viaje por el Tajo Internacional.

Ya, a la salida de Cáceres, pudimos escuchar las explicaciones sobre las ovejas merinas que son, a pesar de ese color marrón, en el fondo negras. El camino de las lanas no es un camino que surge a partir del negocio de las lanas. Esta lana tenía un problema dado que los tintes de los colores oscuros a claros eran muy difíciles, aunque en la actualidad ya no se tiñe casi nada. La lana de estas ovejas se comercializaba mayoritariamente en Inglaterra.

Proseguía el profesor. Este camino romano, llamado también camino de la Estrella, enlaza desde la Capital hasta Portugal exactamente hasta Belmonte desde donde sale otro hasta Santiago, supuestamente desde unos vestigios romanos que existen en Cáceres (Palacio de Mayorazgo). Dejamos a un lado el antiguo Palacio de los Arenales, llamado de esta forma por existir un borde de un gigantesco batolito o bolo granítico que tiene más de 100 kilómetros. La zona fue de granito, actualmente meteorizados/degradados y que dan lugar a típicos paisajes con unas primaveras de encanto. Pintoresco lugar donde se han respetado los nidos de las cigüeñas. En concreto, hasta 49 nidos colocados en antiguos postes de telégrafos.

Al pasar por los llanos de Cáceres anidan las aves esteparias o pseudo esteparias, la avutarda, el sisón, la ca-

nastera, la ganga, aves que viven metidas en los llanos... El paisaje de las llanuras es artificial, es decir, creado por el hombre al igual que las dehesas.

El término municipal de Cáceres es el término más grande de España. En Extremadura tenemos dos records, Badajoz como la provincia más grande y Cáceres el término municipal. Es la zona de Cáceres la más importante del lobo Ibérico. Desgraciadamente en esta zona está extinguido desde el año 1979. Hace 10 años se hizo un estudio de comportamiento de animales y tras las correspondientes pruebas se determinó su extinción.



Cruce del río Tajo-Internacional.

Una vez en Cedillo, embarcamos para hacer el recorrido del Tajo Internacional. En una explicación llena de sabiduría pudimos aprender que los chozos o bujíos que se encuentran en las sierras por donde discurre el Tajo eran para los pastores. Desde ahí vigilaban el ganado y donde también se refugiaban.

Desde el Tajo, navegamos junto a los ríos Erjas y Sever, frontera natural. El lirio amarillo, la serapia verde, enebros, jacinto o narciso pálido son unas de las plantas autóctonas que se pueden apreciar y disfrutar de ellas. El Tajo, reserva internacional de la Biosfera por la UNESCO desde 2016, acoge entre sus "entrañas" a aves, entre las que pudimos ver a la cigüeña negra, al águila pescadora, somormujó, cormorán, o al buitro negro. De todos ellos, a medida que los avistábamos, el profesor nos iba proporcionando información sobre su hábitat de vida y reproducción de las mismas.

Una vez finalizada la travesía pudimos ver el centro de interpretación de Cedillo, El Casón, donde tienen instalado un museo etnográfico, aula de la Naturaleza Tajo Internacional y, en la terraza del mismo edificio, una rosa de los vientos. Desde la terraza se puede divisar una amplia zona y pueblos como Castelo Branco (Portugal), Castelo de Vide (Portugal) y Santiago de Alcántara (Cáceres). Tras la comida hicimos una vista a él dolmen el Mellizo, en la zona de La Aceña de la Borrega, en el término de Valencia de Alcántara. Visita obligada por su importancia y declarado bien de interés cultural en 1992.

Finalizada la clase cultural correspondiente a la última clase de los alumnos de 5º curso el regreso se realizó por la monumental ciudad de Cáceres donde se despidió el profesor.

Viaje fin de curso en Badajoz

Esteban Galván Concepción. *Alumno de la sede de Badajoz.*

Los alumnos de 5º curso de la UMEX (Badajoz), celebramos el fin de "carrera" y nos despedimos con un viaje al País Vasco durante los días 24 al 28 (5 días) del pasado mes de abril de 2017. Durante la estancia en tierras del norte y, haciendo "capitanía general" en Vitoria, el grupo de 40 alumnos capitaneados por su Delegado al frente, hemos disfrutado de este inolvidable viaje en el que el programa contemplaba visitas a: Bilbao, donde pudimos contemplar la maravilla de la Basílica de Begoña, el mirador de Artxanda, el barrio de Deusto, o el museo Guggenheim. En Vitoria, una vez deleitados con un buen desayuno en el hotel de residencia temporal, visitamos el Palacio de Escoriaza-Esquivel, las dos Catedrales, la Casa del Cordón, y, el Palacio de Ajuria-Enea. Siguiendo las rutas programadas, La Universidad del Santo Espíritu nos da la bienve-

nida junto con el templo vanguardista de nuestra Señora de Aránzazu en Oñate. El siguiente paso a visitar era la "Bella Easo", San Sebastián, Palacio de Miramar, la Playa de La Concha, la Catedral del Buen Pastor o el Monte Igueldo, fueron visitas obligadas.



Alumnos en una de las visitas que realizaron al País Vasco.

En Getaria, Ciudad natal del insigne marino Juan Sebastián Elcano, sus casas medievales y su puerto pesquero nos despiden para acercarnos a Zarautz donde visitamos el convento de San Francisco o la Casa de Narros, continuamos viaje hacia Guernica, su famoso Roble y la Casa de Juntas, lugar de reunión de parlamentarios de Vizcaya y también nos deleitamos con su famoso museo de la Paz. Terminamos nuestra última jornada visitando antes de regreso hacia el hotel, las no menos importantes ciudades de Mundaka y Bermeo, dos poblaciones con el encanto de ciudades pesqueras con unos acantilados importantes y una de las maravillas arquitectónica como lo es la Ermita de San Juan de Gaztelugatxe.

Ya de regreso a nuestra ciudad de partida, hicimos parada obligada en la Muy Noble, Muy mas Leal y Muy Benéfica ciudad Castellana de Burgos, su Catedral Patrimonio de la Humanidad, de estilo Gótico, nos maravilló por su majestuosidad, las agujas de la fachada principal, Capilla del Condestable o el cimborrio del crucero, dan al templo un sello inconfundible, junto con el inusual reloj del "papamosca".

U LTIMA HORA

El Rector de la UEx ingresa en la Orden Civil de Alfonso X el Sabio



El rector de la Universidad de Extremadura ha sido condecorado con el ingreso en la Orden Civil de Alfonso X el Sabio, con la categoría de Encomienda de Placa. Esta distinción premia a las personas y entidades que destacan por los méritos en

los campos de la educación, la ciencia, la cultura, la docencia y la investigación. Dicho ingreso ha tenido lugar a por iniciativa del ministro de Educación y Ciencia, Íñigo Méndez de Vigo.

Segundo Píriz, catedrático de la Facultad de Veterinaria, es rector de la UEX desde enero de 2011, cargo que revalidó cuatro años después. Durante los últimos dos años ha ocupado el cargo de Presidente del Consejo de Rectores de las Universidades Españolas (CRUE). Aula Magna se congratula por la reconocida distinción a nuestro rector.

Colabora con la revista enviando tus artículos al correo electrónico:

mayores@unex.es

R ECONOCIMIENTO

A Rafaela Díaz

Florentino Blázquez Entonado. *Coordinador del Programa Universitario de Mayores.*



Nos deja Rafaela, por jubilación, tras siete años de generosa entrega coordinando las sedes de nuestro Programa Universitario en Cáceres, Plasencia y Don Benito/Villanueva de la Serena. Durante todos ellos ha hecho gala de su

peculiar y amable personalidad haciéndose querer particularmente por el alumnado de dichas sedes. Su entrega al Programa y a la sede de Cáceres en particular, a la que ha ayudado a crecer y consolidarse en todos los aspectos, merece un reconocimiento. Tal sentido tiene el Diploma de Honor del Programa, concedido en la solemne Apertura del curso 2017/2018, celebrada precisamente en la capital cacereña para que los más allegados pudieran celebrar con ella su feliz jubilación. Lo mismo que el testimonio gráfico de la portada de este número de Aula Magna, con la que la Universidad de Mayores la honra, transmitiéndole la más cordial felicitación

Profesora de Psicología, ha puesto su conocimiento profesional a disposición de todos y su generosidad y valía como persona se ha irradiado por el profesorado, el alumnado y todos los compañeros que gestionamos la Programa. Se va de nuestro lado, seguramente a cumplir tantas tareas pendientes por parte de su corazón solidario y dadivoso, pero su dedicación y generosa amistad nosotros la conservaremos para siempre.

ACTO SOLEMNE DE APERTURA DE CURSO 2017/2018

José Luis Martínez. Subdirector de la revista "Aula Magna".



De Izquierda a Derecha, Florentino Blázquez Entonado, Esther Gutiérrez Morán, Guillermo Fernández Vara, Segundo Píriz Durán, Manuel Adolfo González Lena, y Fernando López Rodríguez.

El día 24 de octubre se celebró en el Salón de Actos de la Facultad de Derecho de Cáceres el Acto de Apertura solemne del curso 2017/2018 de la UMEY y, al mismo tiempo, el final de curso de la XV Promoción de alumnos que culminó con la entrega del Certificado e imposición de las bandas correspondientes. Siguiendo el riguroso orden del acto, éste fue presidido por el Presidente de la Junta de Extremadura, acompañado por el Rector Magnífico de la UEx, la Sra. Consejera de Educación y Empleo y por el Coordinador del Programa de Mayores.

A la llegada de las autoridades se interpretó el Himno Gregoriano "Veni Creator Spiritus", interviniendo en primer lugar, D. Florentino Blázquez Entonado, Coordinador de la Universidad de Mayores de Extremadura, el cual hizo referencia a que mientras se inauguraba una actividad universitaria que persigue la convivencia, el compañerismo y la solidaridad, otros, alimentados por un trasnochado egoísmo nacionalista, se aprestan a dividir y a poner barreras poniendo en riesgo la convivencia entre regiones. A continuación, resumiendo la Memoria del Programa, señaló que la Universidad de Mayores cuenta con más de 2100 alumnos matriculados, felices y contentos de formar parte de este entrañable Programa.



Pidió al Sr. Presidente que, una vez superada la crisis, se pudieran revertir las ayudas retraídas durante la misma, pues ello permitiría recuperar asignaturas que, como las clases de informática, tan demandadas por el alumnado, tuvieron que suprimirse entonces por su costo. Dedicó palabras de agradecimiento a los más de 150 docentes que imparten clases por su ejemplar dedicación, al Gobierno y a la Universidad de Extremadura, que son el sostén del

Programa y también, y muy especialmente en este acto, a Rafaela Díaz Villalobos, que, tras siete años coordinando las sedes de Cáceres, Plasencia y Don Benito/Villanueva de la Serena abandona dicha tarea con motivo de su jubilación, agradecimiento demostrado con la entrega del Diploma de Honor del Programa, que se haría a continuación. Dio la enhorabuena a todos los que se graduaban en este acto, recordando que las puertas de la UMEX siguen a través de las clases de Postgrado.

Finalmente, presentó al profesor que impartiría la lección inaugural del curso, la cual versó sobre la reivindicación de un tren digno para Extremadura. Una elección que se hizo, según palabras del Coordinador del Programa, para dar forma al compromiso de la Universidad de Mayores con esta reivindicación de todas las fuerzas políticas y sociales de la Comunidad extremeña.



Finalizada la lección inaugural, se interpretó "La habanera el abanico" por el coro de la sede cacereña, dirigido por Doña Ana Echevarría Lana. El Sr. Rector concedió a continuación la palabra a la alumna de Cáceres D^a Soledad Ubierna, que en nombre de los alumnos dio las gracias por los beneficios obtenidos en estos años de alumnado. Al mismo tiempo animó a los que no conocían la UMEX para que recabaran información y al igual que ellas pudieran recibir no sólo la satisfacción del aprendizaje en las clases sino la alegría del compañerismo encontrado en las mismas.

Intervino a continuación el alumno de Badajoz, D. Esteban Galván, en nombre de todo el alumnado dio las gracias por los beneficios obtenidos durante los cinco cursos realizados. Pasó a recordar las enseñanzas impartidas por los profesores, enumerando las virtudes de algunos de ellos, con un recuerdo especial a Don Francisco Pedraja, profesor jubilado de la sede en Badajoz para el que solicitó un aplauso y agradeció a todos los que con sus enseñanzas lograron transportarles a ciudades y lugares, que, sin haberlos visitado, parecían tenerlas presente. Agradeció a los compañeros y personal administrativo la ayuda recibida en los cinco años en que ha sido delegado de curso, ya que sin su ayuda no hubiera sido posible disfrutar de todo ello.



A continuación, se entregaron los diplomas a los 200 alumnos de las sedes de Badajoz, Cáceres, Plasencia, Mérida, Almendralejo, Zafra y Don Benito-Villanueva de la Serena.



El Sr. Rector tomó la palabra para dirigirse a los presentes dando la enhorabuena a los nuevos "diplomados" y palabras de aliento a los responsables del equipo de la universidad de Mayores, esperando que los problemas puedan ser solventados al ritmo que la crisis pueda ir pasando. Recordó las palabras de los alumnos que en representación de sus compañeros habían intervenido y animó a todos a seguir aprendiendo y compartiendo amistades como hasta ahora estaban haciendo.

Finalmente, el Presidente de la Junta de Extremadura tomó la palabra para hacer mención a la situación en que se encuentra el país por los problemas de Cataluña. Pidió a todos que no se haga boicot a productos de esta región, ya que toda la economía está interrelacionada, poniendo como ejemplo que el agua de Nestlé se embotella en Herrera del



Duque, el polvo del tomate para envasarlo se hace en Miajadas o los tapones de corcho del cava catalán se fabrican en San Vicente de Alcántara. Pasó a comunicar que la reivindicación del tren es primordial, para lo cual nos invitó a que todos unidos hagamos una piña en Madrid el día 18 de noviembre.

A continuación, el Presidente declaró inaugurado el curso académico 2017/2018 de la Universidad de los Mayores de Extremadura y con el "Gaudeamus Igitur" se dio por cerrado el acto. Con posterioridad al acto solemne, el alumnado graduado de todas las sedes se reunió en una comida de convivencia magníficamente organizada por el grupo de alumnos de la sede de Cáceres, que tan amablemente nos acogían. ¡Enhorabuena a todos!

LECCIÓN INAUGURAL "SITUACIÓN ACTUAL Y PREVISIÓN DE FUTURO DEL TREN EN EXTREMADURA"



El profesor de la escuela de Ingenierías Industriales, D. Fernando López Rodríguez pronunció la lección inaugural del curso sobre *Situación actual y previsión de futuro del tren de Extremadura*.

López Rodríguez hizo un recorrido por los problemas que tiene la región para conseguir unas comunicaciones dignas, vía "tren", con al menos Madrid y conexiones posteriores. Indicaba que no existen proyectos y presupuestos para diversos tramos o para las necesarias estaciones y mucho menos para la inevitable doble vía que evite los permanentes retrasos en el recorrido. Apuntaba que si hace diez años el recorrido en Talgo a Madrid se realizaba en seis horas, actualmente con un tren de parecidas características el trayecto tiene la misma duración, con lo cual, no se ha avanzado nada. Constató que cada once horas se produce una avería en la maquinaria con el problema añadido de que no tenemos talleres para la reparación de las mismas.

Continuó explicando que cada vez se pone más difícil el llegar a un acuerdo sobre un tren mínimamente digno en la región extremeña. Últimamente se estudia la posibilidad de enlazar con Toledo y en esta ciudad conexas con el AVE a Madrid ya existente. Descartados por problemas económicos los enlaces con Lisboa, la línea a conseguir sería la más idónea para poder hacer rentable la plataforma logística que se encuentra en construcción en Badajoz.

Aceptó la posibilidad de que se puedan terminar cuanto antes los tramos en construcción y poner en marcha, si no el AVE, un tren de prestaciones suficientes para viajeros y mercancía a los destinos más importantes. Pero aún esto llevará un tiempo que nunca será menor de dos o tres años.



Alumnos de la XV promoción recibiendo el diploma por la presidencia del acto.



Soledad

Hermenegildo Sánchez Mora. *Alumno de la sede de Mérida.*

No es aconsejable que el hombre o mujer, una vez alejados del conflicto, estén solos. La soledad agrava la situación del estado de ánimo de quien la sufre y, con frecuencia, la mente empieza a corroer por dentro a la persona con malos pensamientos, por cuyo motivo brotan la angustia, la nostalgia, los celos, la somnolencia e incluso la depresión. Por tanto, hay que salir a divertirse, viajar, hacer nuevas amistades, practicar algún ejercicio físico, como gimnasia rítmica, yoga, juegos deportivos o de cualquier otra índole. Pero lo que más despeja a la persona y suaviza el sentimiento, es el baile, ya que la música amansa la ira del quien sufre la pérdida de la relación anterior y no puede olvidarlo. La distracción y el sosiego no pueden faltar en estas situaciones para descansar más plácidamente y reducir la velocidad de los giros del pensamiento. El truco está en no estar solo. Ya lo decía D. Antonio Machado: *un corazón solitario no es un corazón.*

Mantener activas las neuronas y practicar el *Carpe Diem*, no caer en el apagón. Si las distracciones anteriores no son suficientes para tener ganas de vivir, otra buena terapia es la actividad social, colaborando en los diversos centros de ayuda al ciudadano, donde se pueden hacer buenas amistades, además de una obra social. Y si unido todo esto cultiva el sentido de humor, que es la mejor terapia de todas para encontrarse estupefacto, la risa y la sonrisa lo cura todo. Hay que reírse con frecuencia. O sea, practicar la risoterapia que suele generar situaciones de ánimo en nuestra mente, ayudando a paliar el sufrimiento que agobia por dentro.

Además, se activan muchos músculos faciales que rejuvenecen a la persona.

La vida es un camino que se bifurca, y hay muchas oportunidades para poder elegir. Si un camino se ha torcido, buscar otro sin destrozar el primero. No mirar solo en una dirección.

Recordar que ningún hijo quiere tener como padre a un asesino y menos de su madre. No privar a nadie de ese ser tan querido como en una madre, lo más grande y hermoso que puede tener una persona.

Eso sí, como en la relación anterior habrá cometido varios errores, por no decir muchos, analiza tus equivocaciones para evitar la generación. En la vida se aprende, especialmente de los errores y, por regla general, se sacan enseñanzas para el futuro. Por tanto, el comportamiento debe cambiar para no volver a cometer los mismos fallos que tan malos resultados han dado. Debes comprender y almacenar en el disco duro que todas las personas son dignamente iguales, sean de la ideología, color, raza e idiosincrasia cualquiera. Hay que respetarse mutuamente y ayudarse en todas las necesidades. Los tiempos han cambiado y hay que ajustarse a la vida actual. Dialogar sin dar voces, no por ello se tiene más razón. Las voces producen mucho ruido y perturban el entendimiento. Coordinarse y no anularse. Sinceridad, pues las personas mentirosas son peligrosas y echan por tierra la convivencia... El hombre solo o la mujer sola –dice un autor- siempre suelen estar en malas compañías. Y es que la soledad, aun siendo buena para los fuertes de espíritu, es también como una carga que no pueden soportar la mayoría de los mortales. Para vivir en soledad se necesita una fuerza de voluntad muy grande. Schopenhauer, dijo: “La soledad es patrimonio de almas extraordinarias”, no todos tenemos ese temple, ni estamos acostumbrado a vivirla.

El Arcipreste de Hita en poesía escrita en castellano antiguo, exponía:

Una fabla lo dize, que vos digo agora:
 Que "un ave sola nin bien canta ni bien llora",
 El mástil sin la vela non puede estar toda ora,
 nin las verças non se crían tan bien sin la noria.
 E yo, como estava solo, sin compañía,
 Codiçiaba tener lo que otros tenían

Para que una pareja funcione tiene que reunir varias cualidades: Respetarse y ayudarse mutuamente, perdonarse los errores que se puedan cometer. El perdón tiene más ventaja que el odio y pesa menos en el corazón. No echarlos en cara constantemente pues con ello puede generar tensión. Los errores, errores son. Evitar ser cazadores de defectos. Todo el mundo tiene algún defecto, no hay nadie perfecto. Mejor valorar las obras buenas y actos meritorios que son los que realzan a la persona, guardarse fidelidad y conquistarse diariamente para evitar que brote espontáneamente el conflicto. No discutir por simpleza y menos violentamente ni empeñarse en tener razón a toda costa, pues podemos estar equivocados por la obcecación. Hay un eslogan muy sabio que dice: Si no tienes razón no discuta y si la tiene para qué vas a discutir.

Lo que no se debe hacer es lo que realizó un marido a su esposa: Ella decía que había venido al pueblo el Papa y él que el Obispo a confirmar a unos jóvenes. Se enzarzaron en discusión y resultó ella con un hematoma extenso en la mejilla, próximo al globo ocular, del puñetazo que le propinó el marido, quien manifestó que le había dado una simple bofetada. Ojo con las simplezas, le contestó un agente. Como consecuencia del hecho pudo deshacerse el matrimonio a pesar que se amaban mucho y él pidió perdón de rodillas, por el cariño que profesaba a su esposa y la protección de sus niños. Hay que evitar los prontos. ¡Ay esos prontos! ¡Que tan malas consecuencias pueden acarrear! Pero, ¿y si hubiese resultado muerta la esposa?, ¿cómo se iba a reparar el daño? Aquí no hay moviola y las consecuencias serían funestas. La pena sería doble: la primera la sufriría en la cárcel, donde si algo se tenía que perder se pierde, y la

segunda la ausencia de sus niños que le agobiaría por dentro sus recuerdos.

Muchas de las disputas y separaciones de las parejas son como consecuencia de no entenderse mutuamente, como en el caso anterior, que el marido era de la Rivera de Valencia y hablaba un valenciano cerrado y ella castúa extremeña. Ambos de escasa cultura. Luego, formar pareja con persona de distintas regiones y cultura suele ser un inconveniente, pues cada uno quiere residir en su tierra natal porque, como ya se sabe, la tierra de uno tira. Ya lo dice el refrán: A tu tierra grulla, aunque sea con una pata. Pero no por ello hay que tomar medidas drásticas. Recordar que ningún ser humano está en posesión de licencia para matar a sus semejantes. Además, lo prohíbe nuestros mandamientos, no matarás. Dios que nos ha dado la vida, Dios que nos la quite, ya que la misma es patrimonio de Dios y no se la debemos arrebatar. Antes de realizar esta acción, macabra, hay que pensarlo tres veces y al final no hacerlo, aunque sea impulsado por unos celos insuperables o por venganza. La venganza no es justicia y tiene un precio muy alto. Así que, hay que ajustarse a este proverbio: Los débiles toman venganza, los fuertes perdonan y los inteligentes ignoran.

Que las iras no anulen los sentidos, los sentimientos. Séneca decía: No dejéis que la ira entorpezca vuestra convivencia. Aplíquense el cuento señores lectores. Y recuerden que más vale estar mal libre, que bien preso en la cárcel. Allí donde todo es peor que en la calle, y, además, de lo que se expresó anteriormente, la amargura y la pena te corroerán por dentro. Allí las noches se hacen eternas por el insomnio persistente al recordar el hecho cometido y por el temor a que los otros presos pudieran vengarse por el crimen realizado contra una mujer. Apareciendo en tu mente, de vez en cuando, la imagen de la víctima retorciéndose en el suelo, con los ojos abiertos y mirándote fijamente como pidiendo la piedad que no se tuvo.

P OESÍA

Soledad Plateada

Hermenegildo Sánchez Mora. *Alumno de la sede de Mérida.*

Llegando la noche larga
 Busco el calor de la almohada
 Donde poso la cabeza,
 Mis sueños y mi nostalgia.
 Esponja de mis sudores,
 Confidente de risas sanas.
 De susurro y cariños.
 Agitadora del claro alba.
 Noches rellenas de amores
 Que me devuelve la calma.
 El reló marca su círculo,
 Radiando la noche estaba.
 Noche de insomnio profundo
 Buscando la noche estaba
 Pensamiento de pesar
 Y tristeza encontrada.
 Todo aquello que perdí
 Relleno en color de plata.
 La madurez que te juzga
 La juventud aprovechada
 Sutileza del destino
 Que me acerca a la nostalgia.
 Hoy arrastro soledades
 Hasta el final de mi estancia
 Esa cercana presencia
 De cálida voz amada.
 A la que arroparía con abrazos
 Y miradas encontradas.
 No habría nostalgia entonces
 Sino nudo abierto al alma
 Amor sincero que encierro
 Y guardo para mi amada.

Alcanzaremos la cima
 Con pasión fuerte volcada
 Sin egoísmos eternos
 Sabedores de mi almohada
 Papel secante que absorbe
 La tinta negra manchada.
 Hoy el amanecer es lento
 Es el broche a la esperanza
 Salgo del pozo tan hondo
 Allí dejé mi nostalgia
 No permitiré que la noche
 Acampe en llanura helada
 Mientras pueda con la rienda
 De mi vida plateada.
 La luz que llega de lejos
 Invita abrir la ventana
 Con pensamientos que engarzan
 A dos personas amadas

O meu amigo espanhol

Leonel Duarte Neves. Escritor portugués (1921).

O meu amigo espanhol
 é um homem bem disposto
 mas o que o faz rir com gosto
 é o caso do caracol.
 Vem com essa brincadeira
 começa a rir e nao pára...

É que nós somos vizinhos
 mesmo junto da fronteira
 (uma linha que separa
 a Espanha de Portugal),
 em casas com quintalinhos,
 uma do lado de cá,
 outra do lado de lá.

Ao fundo do meu quintal

e ao fundo do quintal dele
há um muro baixo... e é ele
que indica mesmo a fronteira.
Ora em cima do murinho
temos nós uma figueira
que é minha e do meu vizinho,
minha da parte de cá,
dele da parte de lá.

Como somos bons amigos,
Nao há nisso nenhum mal.
Quando a figueria dá figos,
cada um os seus apanha:
O espanhol figos de Espanha
e eu figos de Portugal.

Mas o engraçado é que há
um caracol na figueira,
e o pobre do animal
nao sabe onde é a fronteira...
e anda de cá para lá
e anda de lá para cá.
O ignorante caracol,
seja em busca de alimento,
de namorada ou de Sol,
anda sempre em movimento,
entre Espanha e Portugal,
entre Portugal e Espanha,
sem respeitar a fronteira.

Nenhum de nós lhe faz mal,
nenhum de nós o apanha...

E agora, de cada vez
que o meu amigo espanhol
me vê diz de brincadeira:
"O amigo português,
respeitemos a fronteira!
É preciso decidir
de quem é o caracol."

E começa a rir, a rir,
Cada vez mais bem disposto...
... e eu de cada vez mais gosto
do meu amigo espanhol!

Guadiana: nacencia y recorrido

Emilio Agudo Martínez. *Alumno de la sede de Badajoz.*

En la meseta de tierras de Montiel.
tierra caliza calcaría.

Se absorbe las lágrimas de las borrascas.
Van penetrando en sus entrañas.

¡Ya está la tierra fecundada!

En tres meses más o menos,
nacerá un nuevo ser llamado Guadiana.

Se mecerá en quince cunas
y se dormirá con el trepitar del salto de sus aguas.

¡Oh Guadiana!
que nada más nacer, juegas al escondite por tierras de
la mancha.

Rio que va fecundando las tierras por donde pasa.
es de largo recorrido
y de sonrisa muy ancha.

Va por su partitura y con la música bien alta.
Desde la mancha a Ayamonte, vas repartiendo ri-
queza.

Saludando a tus paisanos y a todo el que bien te ob-
serva.
por tierras de Extremadura
es por donde te paras más.

acumulas tu sonrisa y tu música enamora
con tus aguas tranquilas, pasas por Badajoz, dejando
Mérida atrás.
al pasar por mi casa, yo te acompaño hasta Portugal.

¡Adiós río Guadiana!

Sigue por la partitura de tu cauce y con la música,
que es tu agua,
hasta llegar al mar.

Navidad Extremeña

Jose Carlos Risco Chamizo. *Alumno de la sede de Zafra.*

No sé si me lo he soñado
o si jué mu verdadero...
Una tarde de diciembre,
entre ruios d'allá lejos,
qu'a bocanás el aire nus trujo,
y entre toques d'oración de las campanas
de l'iglesia del pueblo,
cuando bandás de gorriatos montesinos
volaban, chirriando, por el cielo,
y roãndo, roãndo, de las sierras
llegaba'l dolondón de los cencerros,
a mí me se jace qu'he guipao'n el cielo
argo asín com'una estrella,
que me jizo cavilá pa mis adrentos:
¡Hoy tié que se una noch'especial!
¡Hoy tié que se una noche mu güena!
¡Hoy tié que se un güen momento!
Y cuando venía clareando
y s'ascuchaban a lo lejos
las risotás de los pastores
cantando alegres con zambombas y panderos,
la luna, andenantes de dirse,
nus ha queão un lucero
que relumbra en nuestra tierra
con relumbres d'espejuelos:
un chiriveje mu preciosino,
una miajirrinina de la gromia mesma,
que paëce un muñequino
jormao de miel y de cera.
Y como tos los chirivejes
nacíos aquí en nuestra tierra,
pone los ojillos tunos
y jace pucherinos
cuanti se le jacen fiestas.
Manqu' aquí tos sabemos
que siendo'l Rey de los Cielos
podia nacé onde quisiera:

en un castillo, un palacio, una casa,
o'n el mejó de los sitios
de la Gromia o de la tierra,
Él, de tan humilde qu'era,
quiso tené su nacencia
en nuestra Extremaüra,
en esta bendita tierra
-lo mesmo qu'el zagalino
d'aquella noche extremeña
que nació baj'una encina
en el camino e la jesa-
p'a quearse aquí, junt'a nusotros,
p'a que naide pase ajogos,
p'a que naide pase penas.
Y...¿Sabís que mensaje nos trujo?
¡Qué seamos to'l año güenos,
no sólo por estas Fiestas!
¡No sé si me lo he soñado,
o es una cosa mu cierta!

A la mujer maltratada

José Luis García Reinoso. *Alumno de la sede de Badajoz.*

No puedo soportar tus sufrimientos,
no puedo concebir que te maltraten,
me duelen en el alma tus lamentos,
me parte el corazón pensar que un día te maten.

Sea cual fuere la razón del desamor,
nada puede justificar la violencia;
¡lancemos al unísono un clamor
que penetre como daga en las conciencias!

La acción de un vil canalla, miserable,
que olvida fue parido por mujer,
le hace, por ingrato, despreciable,
indigno de la estima de otro ser.

Malvado de machismo abominable,
que abusa de tu condición de mujer,
desdeña de manera deleznable
la entrega que le prodigaste ayer.

Puede tratarse en el fondo de un cobarde,
inútil sin apoyo de mujer,
que temiendo puedas abandonarle,
furioso emplea la agresión cruel.

Clamemos, digo, exigiendo el escarmiento
inflexible, inclemente, disuasor
y la educación del hombre en su cimiento,
para acabar con el maltratador.

Al poeta Miguel Hernández

José Luis García Reinoso. *Alumno de la sede de
Badajoz.*

en el 75 aniversario de su muerte

Predestinado estabas a morir tempranamente;
la dama que no atiende a circunstancias ni edad,
al ver que te libraban del fusil
o del garrote inclementes,
tomó como herramienta la cruel enfermedad.

Qué diligencia, Miguel Hernández, cuánta premura
para hacerte carroña de sepultura.

Aquella madrugada, posiblemente fría,
te salieron las alas que nunca tuviste
y hastiado, impotente, vencido partiste,
plañido por muchos, y alguna vil alegría.

Tus sueños utópicos se desvanecieron,
o quizás, quién sabe, contigo se fueron.

Abiertos quedaron tus observadores ojos
negándose a la triste oscuridad.
Arriba te esperaban con mil claveles rojos
camaradas caídos, por fin en libertad.

Espíritus en tránsito que acoge el firmamento,
exonerados ya del yugo y el tormento.

Moriste, sin quererlo, como mueren
los bueyes: vestido de humildad;

atrás quedó tu orgullo, tu lucha, tu afán por la equidad
que los humildes quieren.

Que penoso viacrucis de lento caminar.
Que dignidad más ardua de lograr.

Silencioso te fuiste de una España arruinada,
donde imperaban el hambre, el luto, la impiedad;
con campos abonados por sangre derramada
de gente que anhelaban la justicia y la paz;

de una España regada con lágrimas saladas
de niños, ¡pobres niños!, que huérfanos quedaron
y descalzos y harapientos mendigaron,
de madres y viudas sufridas y humilladas.

¡Ay, dietas de cebollas y de patatas sin mondar;
famélicos que imploraban un mendrugo de pan!

Como el niño yuntero de tu poema,
muchos niños obreros, que daban pena,
resignados realizaban dura faena
por un mísero jornal y pan de avena.

Ángeles con manitas encallecidas,
como hombres viejos,
dejándose en el tajo la tierna infancia y
hasta el pellejo.

Cuanta gente emigraron afligidas
en busca del sustento aquí imposible,
dejando a la familia sometida
a cotas de pobreza insostenible.

Maletas de cartón y de madera, repletas de esperanza
y poca ropa,
en los barcos rodaron de proa a popa.

Tras un largo y oscuro túnel de sufrimientos,
llegó por fin la luz muy lentamente;
seguro que ayudaron tus lamentos
al Dios conciliador, justo y clemente.

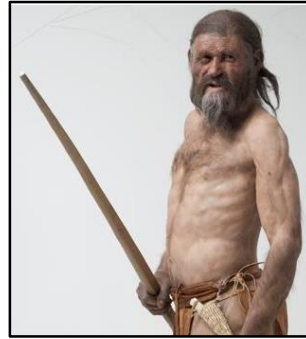
Sigue en paz Miguel Hernández,
hoy se aclama tu victoria:
tu poesía te ha hecho inmortal y
has alcanzado la gloria.

¿SABÍAS QUE...?

1. La luna es llena cada 29 días, 12 horas y 44 minutos aproximadamente.
2. ¿La luna se aleja de la tierra? Su órbita aumenta unos 3 centímetros cada año.
3. El sol tiene suficiente combustible como para durar otros cinco mil millones de años.
4. ¿Existe una almeja que puede pesar más de 300 kilos y vivir hasta 200 años? Se trata de la almeja gigante *Tridanta gigas*, que habita en el mar rojo y en los océanos Pacífico e Índico.
 
5. ¿El bacalao es capaz de poner hasta siete millones de huevos? Sí, pero no todos llegan a la edad adulta, pues muchos sirven de alimento a otros peces.
6. El buey de mar es el cangrejo europeo de mayor tamaño, los adultos pueden tener un caparazón de 25 centímetros y pesar hasta 3 kilos. Animal nocturno, sale de su escondite por la noche para alimentarse.
7. La primera forma de escritura se creó en Mesopotamia hacia en el 3200 año a.C. Se trata de la escritura cuneiforme: Grabados en arcilla con punzones.
8. ¿La escritura marca el límite entre la historia y la prehistoria?, Gracias a ella, el ser humano comienza a perpetuar y difundir de manera más precisa sus conocimientos.
9. Los precedentes más antiguos de la escritura son las pinturas rupestres (¿entre 40.000 y 10.000 a.C.?) No solo tenían un carácter decorativo, sino que también registraban los acontecimientos ligados a la supervivencia.

10. ¿La escritura con imágenes fue en los inicios de la humanidad la memoria de la cultura? Fue el medio de transmisión del saber de una generación a otra.

Otzi, el hombre de hielo



Ötzi es el nombre moderno de una momia que vivió hacia el 3300 a. C. La momia fue descubierta en septiembre de 1991 por dos alpinistas alemanes en los Alpes de Otzal, en el Valle de Ötz, en la frontera de Austria con Italia, a una altitud de 3200 metros.

Es la momia humana más antigua de Europa y ha ofrecido una visión sin precedentes de los europeos del Calcolítico (Edad del Cobre). Su cuerpo y pertenencias se exponen en el Museo de Arqueología de Bolzano.

La causa de la momificación del cadáver fue el frío extremo y perpetuo donde el individuo falleció. El cuerpo se ha examinado, medido, radiografiado y fechado. Los tejidos que llevaba y sus órganos fueron estudiados al igual que el polen encontrado entre sus prendas.

La secuenciación del genoma (ADN) ha revelado que tenía ojos marrones, grupo sanguíneo O+, intolerancia a la lactosa y problemas cardiovasculares.

De acuerdo con las estimaciones actuales, Ötzi medía aproximadamente 159 cm de altura, tenía 46 años y había pesado unos 50 kg (cuando los descubrieron pesaba 36 kg). Tenía también artritis, caries, enfermedad de Lyme (enfermedad infecciosa bacteriana que afecta varios órganos del ser humano, causada por una espiroqueta que es transmitida por la picadura de una garrapata) y padecía de parásitos intestinales.

La presencia en el cuerpo de polen de un árbol que florece en los Alpes, indica que murió en primavera.

El análisis intestinal demostró que había comido carne de gamuza y de ciervo con algún cereal (salvado en forma de pan).

El hallazgo de Ötzi suscitó tantos descubrimientos que más de 3500 austriacos donaron muestras de sangre para comparar su ADN con el hombre de hielo.

El estudio realizado por el Instituto de Medicina Legal de Innsbruck, logró identificar a 19 personas que están genéticamente relacionadas con el hombre momificado.

Factores de riesgo en la salud

Los principales factores de riesgo para la osteoporosis son:

- Factores genéticos:
 - Constitución delgada
 - Sexo femenino
 - Raza
 - Historia familiar
- Edad:
 - Déficit estrogénico
 - Inactividad física
 - Algunos medicamentos
 - Ciertas patologías
 - Dieta pobre en calcio
 - Déficit de vitamina D

Se recuerda mejor la información en el lugar que se aprendió debido al "efecto contexto". Que también influye en el recuerdo el estado de ánimo.

Se recuerda mejor cuando tenemos el mismo estado emocional. Pasado un tiempo, un recuerdo se distorsiona y, a veces, no tiene nada que ver con lo que realmente sucedió. A través de la repetición podemos repetir la misma información todas las veces que queramos y poder transmitir la información de la memoria a corto plazo a la memoria a largo plazo.

Íntimamente relacionado con la memoria se encuentra el olvido que se produce cuando la información no fue archivada, aunque pueda creerse que sí.

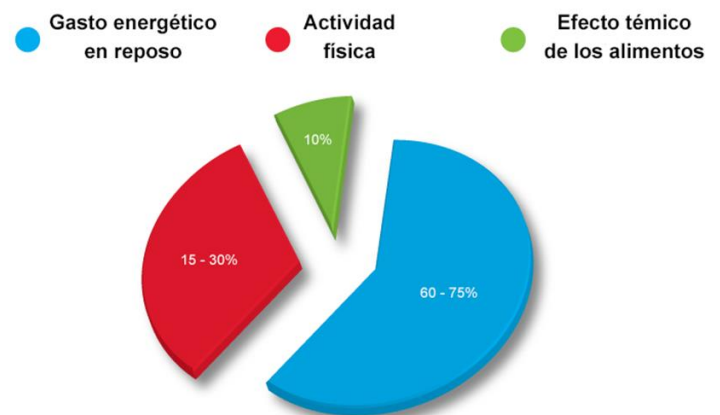
Cuando la información se deteriora y se pierde, son olvidos temporales, y otro olvido es el llamado olvido motivacional, olvidamos lo que queremos.

Las necesidades calóricas para una persona de 70 kg. es el siguiente:

KCalorías/hora:

- Durante el sueño.....65
- Cantar.....122
- Pasear (4km/hora)200
- Marchar (6 km/hora) ... 300
- Nadar.....500
- Subir escaleras.....1100

Las necesidades calóricas diarias son la suma del metabolismo basal, el gasto por actividad física y el efecto térmico de los alimentos.



Valores medios aproximados.

El gasto energético basal en función del grado de actividad:

- Actividad sedentaria.....400-800 kcal/día
- Actividad moderada800-1200 kcal/día
- Actividad media.....1200-1800 kcal/día
- Actividad intensa.....1800-4500 kcal/día

Se espera que en el año 2025 el continente asiático haya doblado su población de personas mayores, que en esa fecha superará los 700 millones.

La población del Valle del Roncal (Navarra) presenta uno de los índices de envejecimiento más elevados de todo el país, con un 28,2% de habitantes mayores de 65 años frente al 17, 245% de media de la población española.

El 56% de las personas que trabajan en el sector agrario supera los 55 años, hecho que pone en peligro su continuidad al no existir jóvenes que quieran incorporarse a este medio laboral. Si en 1960 más del 40 % de la población activa trabajaba en el campo, hoy ese número se ha reducido al 8 %.

La ELA, esclerosis lateral amiotrófica, es la tercera enfermedad neurodegenerativa más frecuente después del Alzheimer y el Parkinson.

Se ha celebrado el 60º aniversario del desembarco de Normandía que liberó a Europa occidental del nazismo.

Los Betacarotenos son antioxidantes, precursores de la vitamina A, protegen frente al cáncer de pulmón, colon, mama, útero y próstata. Se encuentra en el tomate, pimiento y pimientos.

Tocoferoles, antioxidantes que protegen los lípidos de los alimentos y de las membranas celulares: aceites vegetales de semillas y cereales.

Fitoesteroles, bloquean la absorción del colesterol y ayudan a su eliminación. Ayudan a regular los procesos hormonales: semillas de calabaza, soja, pepinos, col, berenjenas, cereales.

Dónde colocar el router del ordenador

Un router es un dispositivo que proporciona conexión inalámbrica a Internet. Se estima que 7 de cada 10 hogares españoles, cuentan al menos con uno. He aquí algunas recomendaciones básicas, respecto a su ubicación, que permiten garantizar sus prestaciones.



- En primer lugar, hay que tener claro qué espacios se quiere cubrir: Toda la vivienda o solo un espacio de ella. Si es toda la vivienda, el router deberá estar en un lugar central, ya que la señal que emite es circular.
- Cuanto más lejos se quiera llegar, más alto deberá estar el router. Se recomienda que la antena esté en posición vertical, aunque algunos sugieren que cuando el router tenga dos, una podría estar en horizontal.
- Es importante observar los obstáculos o barreras que puedan afectar a la cobertura. Paredes, plantas, muebles, azulejos y otros cuerpos atenuan la señal. Televisores, monitores, microondas, neveras y otros aparatos electrónicos la interfieren.
- Conviene no encerrarlo en un mueble ni ponerlo entre libros (el papel atenúa la señal). Tampoco es conveniente colocarlo sobre una mesa o mueble metálico.

Si quieres participar en la revista, mándanos tu trabajo a:

mayores@unex.es

Inventos que cambian vidas

La Humanidad no cesa en avanzar con el fin de poder hacer más fácil y práctica las labores de trabajo en las distintas profesiones, unas veces para evitar esfuerzos físicos innecesarios y otras para conseguir una racionalización más adecuada. Inventores, siempre han existido y por consiguiente los inventos. La electrónica, ha entrado de lleno en los laboratorios y ha permitido que la electrónica, la electricidad, la energía nuclear o cuántica, consiguen en un terreno unos avances que hacen que nos movamos en las redes a velocidades que hace unos años serían impensables de creer que pudieran llegar a realizarse, por eso hoy, en base a desechos de productos que hasta hace poco nos han estado prestando un servicio, llegado su deterioro servirán como basurero, sin embargo, la iniciativa y la inventiva no tiene límites y, a pesar de no utilizar ninguna de las "potencias" que tenemos al alcance de nuestras manos podemos cambiar el uso de algunos "artilugios" que ya no nos sirven para hacer una transformación práctica.

He aquí algunos inventos de gente que no se rindieron ante la adversidad, todo lo contrario. Afinó su ingenio para encontrar soluciones prácticas y al alcance de sus posibilidades. No se trata de alta tecnología sino de creatividad y cooperación. Es importante y necesario dar visibilidad a las iniciativas que aportan progreso y desarrollo a la humanidad; por eso nos hacemos eco de la exposición "Inventos" que organizó la Caixa Fórum de 2014 a 2016.

- Las Bicimáquinas: en San Andrés Itzapa (Guatemala) viven 32.000 personas, la mayoría indígenas de origen Maya. En 1997 comenzaron con la ayuda de la organización canadiense PEDAL, a aprovechar parte de bicicletas usadas para construir "bici máquinas": Sencillos electrodomésticos que no necesitan electricidad para funcionar. De esta forma,

han creado lavadoras, licuadoras, desgranadoras de maíz, bombas de agua, afiladores, arados descascarados de nueces, sierras, generadores de electricidad y todo aquello que necesitan para sus labores cotidianas, en el trabajo y en sus casas.



- El hipporoller: se acabó la pesada tarea de transportar agua sobre la cabeza. En 1991 dos sudafricanos, Pettie y Petzer y Johan Jonker, crearon el "hippo roller", un sencillo bidón de plástico que se lleva rodando fácilmente a cualquier lugar y que permite transportar hasta 90 litros de agua de una sola vez. De esta forma, las mujeres que son las que se encargaban de esta tarea, ahorran mucho tiempo y esfuerzo, y pueden dedicarse a otras actividades. Las niñas, por ejemplo, lo dedican a ir al colegio y otras actividades. Además, el invento evita los graves problemas de salud que se producen con el acarreo continuado del agua en la cabeza. Y, por si fuera poco, su nuevo diseño ha conseguido que los hombres rompan poco a poco con la costumbre machista y participan también ellos en el transporte del agua, colaborando así en las tareas del hogar. Hasta 2014 se habían distribuido unos 44.000 "hippo roller" en 21 países, beneficiando a más de 300.000 personas.



"Para abrir nuevos caminos hay que inventar, experimentar, correr riesgos, romper las reglas, equivocarse y divertirse". Mary Lou Cook.

Colabora con la revista enviando tus artículos al correo electrónico:

mayores@unex.es

PARA LEER

SECCIÓN PENSADA PARA QUE LOS ALUMNOS DE LA UMEX RECIBAN UNA ORIENTACIÓN O UN CONSEJO SOBRE LIBROS QUE, POR ALGUNA CIRCUNSTANCIA, LLAMAN LA ATENCIÓN A LOS AUTORES DE LA MISMA

Antonio Medina Díaz. *Director de la Revista "Aula Magna"*.

EL CLAN DEL OSO CAVERNARIO.

Jean Marie Auel (Illinois, 1936). Ayla, una niña Cro-magnon de 5 años, es acogida por un grupo de Neandertales, que basa sus razonamientos y comportamientos en las experiencias de sus antepasados. Ayla es el eslabón evolutivo que introduce el adelanto y la renovación. Sus cualidades innatas provocan la conmoción en la sociedad con la que convive y es expulsada por el jefe del clan hacía un futuro incierto.



PATRIA

Fernando Aramburu (San Sebastián, 1959). El día que ETA anunció el abandono de las armas, Bittori se dirige al cementerio para contarle a la tumba de su marido el Txato, asesinado por los terroristas, que ha decidido volver a la casa donde vivieron. ¿Podrá convivir con quienes la acosaron antes y después del atentado que trastocó su vida y la de su familia? ¿Podrá saber quién fue el encapuchado que un día lluvioso mató a su marido cuando volvía de su empresa?



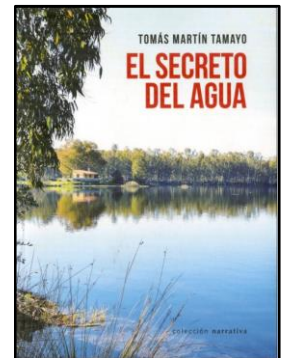
Por más que llegue a escondidas, su presencia alterará la falsa tranquilidad del pueblo, sobre todo de su vecina Miren, amiga íntima en otro tiempo, y madre de Joxe Mari, un terrorista encarcelado y sospechoso de los peores temores de Bittori.

EL LIBRO SECRETO DEL AGUA

Tomás Martín Tamayo (Campillo de Llerena, 1947).

Martín Tamayo nos cuenta la historia de un pueblo sumergido en el pantano de Alange. Pero la novela se traslada también a esos pueblos inundados por los embalses.

El costumbrismo, la intriga, las venganzas y los asesinatos se entrelazan en el argumento, aportando una visión del mundo rural con todas sus glorias y miserias; despertando sentimientos de añoranzas por esos pueblos que desaparecieron bajo las aguas de los pantanos.

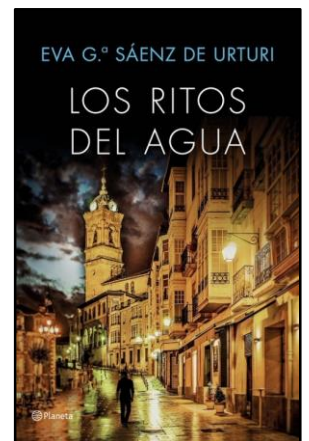


LOS RITOS DEL AGUA

Eva García Sáenz de Urturi, (Vitoria, 1972).

Ana Belén Liaño. La primera novia de Kraken, aparece asesinada. La mujer estaba embarazada y fue ejecutada según un ritual de hace 2600 años: quemada, colgada y sumergida en un caldero de la Edad de Bronce. Años después Kraken debe detener a

un asesino que imita los Ritos del Agua en lugares sagrados del País Vasco y Cantabria cuyas víctimas son personas que esperan un hijo. La subcomisaria Díaz de Salvatierra está embarazada, pero sobre su paternidad se cierne una duda de terribles consecuencias. Si Kraken es el padre, se convertirá en uno más de los amenazados por los Ritos del Agua

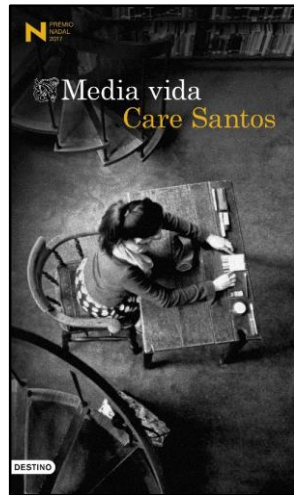


MEDIA VIDA

Care Santos (Mataró, 1970). La novela nos sitúa en febrero de 1981, cuando cinco mujeres se vuelven a encontrar después de 30 años sin verse, después que un hecho terrible las marca para siempre.

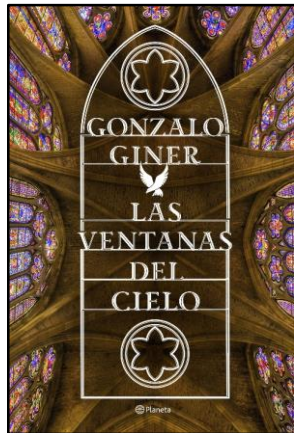
Las protagonistas se encuentran para saber qué ha sido de sus vidas y encontrar el perdón que la madurez y el paso del tiempo les ofrece. La historia ahonda en la vida de una generación de mujeres que tuvieron que reconstruir sus destinos en unos momentos en los que la hipocresía de los que querían mantener a cualquier precio el "statu quo", se enfrentó a nuevas interpretaciones sobre la amistad, el amor y la libertad.

Es una novela entretenida y reflexiva. A cerca de los proyectos de vida, las emociones y sobre la capacidad para hacer frente a las adversidades.



LAS VENTANAS DEL CIELO

Gonzalo Giner (Madrid, 1962). Siglo xv, Hugo de Covarrubias decide renunciar al destino que su padre, un mercader de lanas, le ha marcado. Su decisión hace que abandone Burgos, pero también a Berenguela, su íntima amiga, y a su ambicioso hermanastro Damián, que ansía hacerse con la empresa familiar. Pero todo cambia al descubrir que su padre está siendo traicionado. Se ve obligado a huir para salvar la vida, embarcándose en un ballenero vasco, en el que conoce a Azerwan, un fascinante hombre que se define como contador de leyendas y con quien compartirá en África un prometedor negocio de venta de sal.

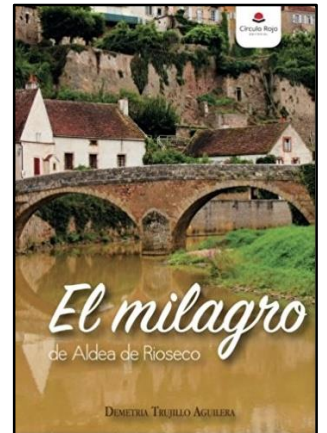


La venganza le hace escapar de nuevo, esta vez con una mujer, Ubayda, y un extraordinario halcón, Aylal, en busca de su verdadero destino: aprender el arte de las vidrieras.

EL MILAGRO DE LA ALDEA DE RIOSECO

Demetria Trujillo Aguilera (Atarfe, 1946).

Una historia situada en plena posguerra española. Sus personajes, siempre bajo la presión de una sociedad rancia, luchan por mantener su amor. Un amor que, por culpa del odio y el rencor de viejos amores no correspondidos, se convierte en un imposible.



No es intención de la autora hacer una crítica exhaustiva del momento político y social de la época, aunque sí es un elemento digno de tener en cuenta. Carlota y Jaime son dos adolescentes que se juran amor eterno, pero los obstáculos y dificultades que Carmen, madre de Jaime, les pone en el camino hacen que su relación, a pesar de sus firmes deseos, acabe resquebrajándose. Todo transcurre en un ambiente de mucha influencia religiosa, con milagro incluido. Un hecho prodigioso que ocurrió allá por la Edad Media. El día 7 de enero del año de gracia de 1438, según consta en los anales de la biblioteca parroquial, y de que fueron protagonistas la Virgen y el río.

Este acontecimiento, que cambiaría para siempre la historia del pueblo y que todos recuerdan con orgullo, "ha conseguido llegar a nuestros días con todo su candor y frescura". Pero el odio exacerbado que Carmen siente hacia la familia de Carlota la lleva a imponer, bajo juramento, una prohibición terrible a su hijo. Es a partir de este hecho que los acontecimientos se precipitan. "Si la fe mueve montañas, el amor cambia los ríos."

GALERÍA DE FOTOS



Alumnos de la sede de Mérida en la entrada del Archivo General de Indias (Sevilla).



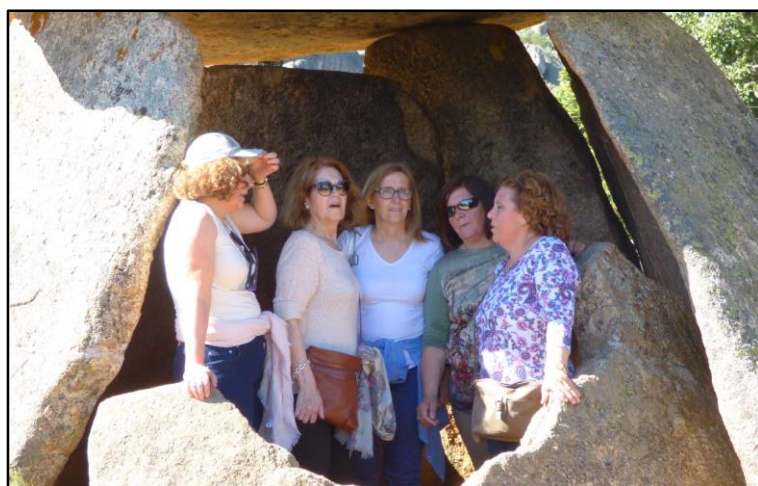
Alumnos de la sede de Plasencia en la celebración realizada en el acto de clausura.



Alumnos de postgrado de la sede de Badajoz en la visita didáctica que realizaron a Marvão.



Actuación del grupo de teatro de la sede de Badajoz en el acto de clausura realizado el 16 de mayo de 2017.



Alumnas de la sede de Don Benito/ Villanueva de la Serena dentro del Dolmen de San Vicente de Alcantara.



Alumnos de la sede de Zafra en la visita que realizaron al convento de San Benito de Alcántara.



Actuación de Rosario Abelaira en el acto de clausura de la sede de Almedralejo realizado el 18 de mayo de 2017.



Actuación de Daniel Chavero en el acto de clausura de la sede de Zafra realizado el 17 de mayo de 2017.



Actuación del grupo de teatro de la sede de Cáceres en el acto de clausura realizado el 18 de mayo de 2017.



Alumnos de la UMEX con alumnos de la PIAM en la visita que realizaron a Almedralejo.



Alumnos de la UMEX con alumnos del Aula Abierta de Mayores de Pablo Olavide en I Encuentro Provincial celebrado en Lebrija.



Actuación de Eduardo Bejarano y Joaquín Muñoz en el acto de clausura de la sede de Mérida realizado el 15 de mayo de 2017.

Visite nuestra web y visualice todas las fotos y vídeos:

<http://www.unex.es/estudiar-en-la-uex/otras-propuestas-formativas/mayores/destacados/archivo>

PATROCINADA POR
FUNDACIÓN CB
C/ Pablo Sorozábal, s/n
06001 Badajoz
Tfno.: 924 17 16 18

| *FUNDACIÓN* **CB**

**PROGRAMA UNIVERSITARIO DE
MAYORES DE EXTREMADURA**

Avda. Elvas, s/n
06006 Badajoz
Tfno.: 924 28 96 90

