

La Voz de los Mayores

Revista semestral de la Federación Provincial de Asociaciones de Jubilados y Pensionistas de Salamanca

Pilar Fernández Labrador

concejala del Ayuntamiento de Salamanca

“Cualquier
cualquier
en cualquier
no debe
los mayores
que



persona, en
momento y
circunstancia,
considerar a
otra cosa
personas”



Federación Provincial
de Asociaciones de Jubilados
y Pensionistas de Salamanca



Junta de
Castilla y León
Consejería de Familia
e igualdad de Oportunidades
Gerencia de Servicios Sociales

P A S E N Y V E A N

Las cartas boca arriba

... página 3

La voz del lector

... páginas 4 - 12

Recetas de la abuela

... página 13

Entrevista

Pilar F. Labrador, concejala del Ayuntamiento de Salamanca

... páginas 14 - 17

Déjame que te cuente

... página 19

Nuestros pueblos

Calzada de Valdunciel

... páginas 20 y 21

Agenda

... página 22 y 23

Convivencias y bodas de oro

... página 24 - 27

Escuela de Salud

El vértigo

... páginas 28 y 29

Hoy opino yo

Ángel de Castro:

Las hormonas de la felicidad o las claves para un envejecimiento saludable

páginas 30 y 31...

Relato

Volar es vivir, por Alberto Prado

páginas 32 y 33...

Sobre...

Los conflictos familiares

páginas 34 - 36...

La Asociación de hoy...

San Pedro, de Villoria

página 37...

Fisioterapia

La salud, una obligación. La fisioterapia, una necesidad

páginas 38 y 39...

Mis huellas...

Llegó el verano

página 40 y 41 ...

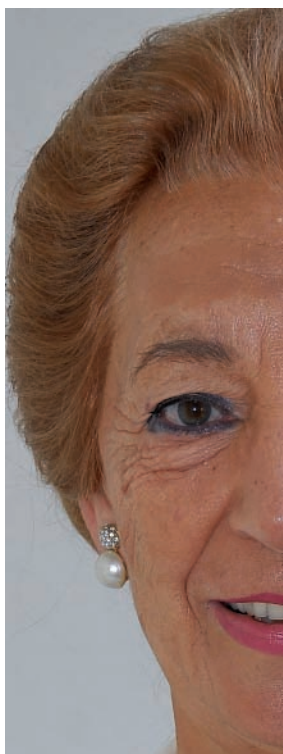
Pasatiempos

páginas 42 y 43...

S u m a r i o

E N T R E V I S T A

Texto: Rocío Martín López



“Todavía”, un simple adverbio para muchos, pero la esencia de vivir para Pilar Fernández Labrador, teniente de alcalde del Ayuntamiento de Salamanca, quien cada día se recuerda a sí misma que todavía le quedan muchas cosas por hacer. Inconformista, infatigable y muy esperanzada, Pilar Fernández Labrador quiere desgastar la vida, porque al margen de aprovecharla, prefiere estar al servicio de los demás. Por eso decidió dedicarse a la política.

“Me gustaría volver a la antigua Grecia, en la que la ancianidad era el tesoro más grande que se podía tener”

P
ilar

Fernández

Labrador

En el Ayuntamiento de Salamanca desde 1979 y tras un parón en esta institución para trabajar en el Congreso de los Diputados, Pilar Fernández Labrador ha formado parte de las concejalías de Educación, Cultura y Relaciones institucionales del Ayuntamiento, y actualmente es teniente de alcalde y concejala de Relaciones Institucionales en la ciudad.

- ¿Cómo describiría la situación actual de los mayores?

- Cualquier persona, en cualquier momento y en cualquier circunstancia no debe considerar a los mayores otra cosa que personas, personas que están viviendo una etapa de su vida. Por tanto, cuando se habla de

ese mensaje de qué se ha hecho por los mayores, yo siempre digo que no me fijo tanto en ese qué hacer, hablo como qué se ha progresado en esta sociedad de esa dignidad que tiene todo ser viviente. Nunca me he colocado yo ni en joven ni en mayor. Efectivamente, tengo muchos años,

pero yo he trabajado como uno más y miro a los demás como a un ser que está aquí conviviendo estas horas que nos han dado la oportunidad de vivir. ¿Y qué se ha conseguido? Algunas atenciones, pero no todas las que merecen. Lo que hay que buscar en esta sociedad de contradicciones son espacios para vivir unos con otros juntos.

A mí me gusta la vida, la que duele, la que alegra, la que es comprometida, la que te exige esfuerzo y la que te gratifica. Hay que vivir el día a día y hay algo muy hermoso que es la palabra "todavía". "Todavía" yo creo que es la palabra más llena de esperanza y llena de posibilidades que existe. Cuando me levanto por las mañanas digo: "Todavía, hoy es el día más joven de mi futuro, todavía tengo muchas cosas por hacer", y me duermo pensando: "A ver si mañana puedo pronunciar el todavía". Pero no lo digo como una medida, sino como una posibilidad. Creo que la vida es un reto que debes responder, y que debes hacerlo con la generosidad de saber que no debes vivir para ti, porque si no lo vives con los demás... Yo siempre hablo de desgastarme la vida. Hay que vivirla, desgastarla y comprometerte con ella.

- En esa esperanza de avanzar, ¿se ha avanzado en los términos referidos a los mayores?

- Creo que sí, pero muy poco. Yo no tengo esa actitud, vas por la calle y encuentras tan fácil el diálogo con una persona mayor porque tiene esa serenidad y esa visión ya de la vida. La generosidad de la respuesta de la mirada de una persona que decimos con años es el regalo más grande que hay, de verdad. Siempre he sido una persona muy vocacionada a hablar con la persona mayor por esa razón, por lo agradecida, por la cantidad de riqueza que tiene y porque de verdad siempre está dispuesta.

Creo que se ha hecho muy poco y que no se valora lo suficiente, ojalá volviésemos la vista atrás a esa maravillosa Grecia en la que la

ancianidad era el tesoro más grande que se podía tener. Yo creo en ello y no en lo que en sociedades como la actual se dice: Vales lo que trabajas. Eso es terrible, porque una persona con años que por razones físicas -no psíquicas- no puede trabajar, tiene tantos valores que dar, tanta riqueza atesorada... El mayor guarda ese patrimonio que una sociedad nunca debiera dejar atrás. Cualquier proyecto, a cualquier edad, se puede conseguir, no siempre con las mismas herramientas, pero todo se puede conseguir y si no se logra no es un fracaso. Al contrario, los pájaros vuelan en plena tormenta y aún con las alas mojadas y el peso siguen volando. Saber envejecer yo creo que es la obra más maravillosa de la vida, por eso reconocer que tienes unos años es precioso, porque yo creo que el arte de vivir es saber envejecer con alegría y sabiendo que llevas una historia vivida. Por esto cada gesto de una persona mayor tiene un contenido superior, porque lleva esa perspectiva del pasado y ese deseo de que se mejore con ese conocimiento de los hechos. Cuando alguien cree que soy demasiado mayor para hacer una cosa no pierdo el tiempo y la hago enseguida, para demostrarle que no, que estoy en condiciones de eso y de mucho más.

- Decía que no se valora la opinión de los mayores, y aunque imagino por lo que me dice que estará en contra, ¿qué opina de esta idea que aparece en algunos de los libros de Educación para la Ciudadanía?: "Es preciso que los jóvenes sean injustos con los hombres maduros, porque si no, los imitarían y la sociedad no progresaría"

- Creo que es una afirmación dura, cruel, torpe en todos los sentidos. Estoy hablando de nuestra civilización y nuestra visión de lo que es el sentimiento de la vida, esa actitud que debemos tener hacia ella. No se trata de imitar todo, ¿qué se va a imitar?, ¿los calcetines?, bueno pues te los

► pones de otro color, pero me parece muy torpe esa afirmación, porque si no te fijas en la historia, en el pasado -naturalmente para no repetir los errores-, no podremos sacar toda la riqueza que llevamos escrita en el corazón de la historia de la humanidad y la historia de nuestra cultura.

- **Muchos son los que dicen que llevar a los mayores a una residencia es desprenderse de ellos, sin embargo, también hay otros muchos que creen que allí estarán mejor atendidos y será beneficioso para su vida, ¿usted dónde se posiciona en esta controversia?**

- Cada caso es un caso concreto: yo conozco personas que han sido llevadas a una residencia porque la familia era un poco más indolente y también conozco mayores que han ido porque así lo querían ellos, porque no estaban en condiciones de que los atendieran en sus casas. Muchas personas están mejor atendidas en una residencia temporalmente o de por vida por razones de su propia enfermedad, porque a veces la familia es incapaz de cuidarles. Las residencias son un bien si se utilizan bien, son necesarias; a mí me gustaría que fuesen de muchas menos personas. Las mini-residencias de 10-15 personas me gustan más: están juntos, más integrados, tienen un comedor donde relacionarse, un teatro, mejores atenciones..., aunque a veces sea una mayor carga económica que en residencias más grandes.

- **Internet como una nueva vía de comunicación para los mayores, ¿qué le parece?**

- Me encanta que los mayores accedan a la red, además con qué entusiasmo cogen el ordenador cuando les miran con esos ojos críticos como diciendo: "¡Tú qué vas a saber!, tú qué vas a poder con la artrosis que tienes en el dedo, no podrás ni darle a una tecla". Esto a veces les retiene un poco, pero en cuanto vencen esto son

felices, y me parece además un método extraordinario que deben emplear porque les entretiene mucho, les quita muchas horas de aburrimiento. A veces les entretiene demasiado, que por culpa de eso no pasean -o no paseamos- lo que debiéramos.

- **¿Cómo se lleva usted con las nuevas tecnologías, Pilar?**

- Las miro y ellas me miran un poco como diciendo: "¿Qué hará ésta conmigo?", pero yo las sonrío y las venzo. Con más o menos tiempo, pero me llevo muy bien, me encantan. No desaparecerá nunca un método, porque no va a desaparecer. Mira me encanta el papel, me gusta coger un poema y tenerlo entre las manos y sentir el peso de un libro. La literatura me gusta mucho en papel, pero las nuevas tecnologías están ahí y para algo están, para que caminemos. Me gusta montar a caballo, pero viajar en avión me apasiona; no son incompatibles.

- **Sigo joven, BoomJ,... ¿qué opina de las redes sociales para mayores? No sé si ha visitado alguna...**

- No he visitado ninguna, pero me parece fantástico. No me ha dado tiempo a entrar, pero escucho mucho hablar de ellas. Todas las experiencias en la vida son muy nobles, si se saben usar me parecen una de las ocasiones que tienen los mayores para ponerse al día y estar en contacto con otra gente.

Aunque todo tiene sus pequeños perjuicios, las desviaciones típicas de cualquier camino nuevo que esté poco pisado, todo lo nuevo es bueno para aprender y los

mayores tenemos menos tiempo, así que hay que aprovechar y poner todo nuestro esfuerzo.

- **Siguiendo con nuevas prácticas comunicacionales, los mayores y jóvenes que viven juntos... ¿Qué beneficios cree que trae**



ello además de una mejor comunicación y entendimiento?

- Ahí está una de las formas más concretas y claras de cómo unos pueden ayudar a otros, me parece fantástico, cada uno hace en la vida el papel que tiene que cumplir. Es lo mismo que un concierto, cada instrumento tiene que hacer un trabajo perfecto: el violín, el contrabajo..., todos por separado suenan bien y juntos hacen una melodía perfecta. Si un instrumento se apaga o no suena bien, a la melodía le falta algo, por eso el joven tiene que estar, el mayor también...

- Ustedes instauraron el Día del Abuelo en la comunidad. Cuando se instituye un día de un colectivo es porque este se encuentra de alguna manera desamparado y es necesario ese reconocimiento, ¿los mayores se encontraban en esta situación?

- Sí, en cierto modo, era también como un homenaje. A mí me encanta festejar todas las cosas, yo me llamo Pilar todos los días del año y, sin embargo, el día del Pilar me encanta, y el día de mi cumpleaños me gusta y hago una fiesta en casa. Yo lo celebro todo, hasta el día de los enamorados, aunque ya soy viuda, pero estoy enamorada de la vida, de mis hijos, de mis nietos... y

entonces hago un gran festejo. Por eso te digo, el Día de los Abuelos, y ¿por qué no?, si hay el día del hambre, de los novios..., y a los abuelos no se les había hecho ningún homenaje, pues ese día es un día de celebración, un día diferente al resto.

- Aumentar dos años la edad de jubilación..., esta es una medida muy polémica, ¿cómo la valora usted?

- Como lo que quiero es trabajar a mí que no me quiten años de trabajo, yo no me voy a jubilar jamás. Creo que con la persona va el deseo de trabajar y yo quisiera trabajar hasta el último momento. Al que no le guste bueno, pero yo creo que hay mucha gente que sí lo quiere. Normalmente protesta el que no lo quiere y el que sí se queda callado. En esta época dos años más a mí me parece maravilloso, a quien los quiera claro. Ahí yo sí que querría que existiese la oportunidad de quien lo pudiera elegir, porque habrá muchos que aún queriendo cuatro años más no pueden y debería no incluirse ahí ese colectivo. Me gustaría que fuera voluntario, pero de no serlo, me parece estupendo, porque yo lo único que quiero en la vida es trabajar, si no trabajo me noto triste y decaída, como hace un tiempo que me rompí el menisco y solo quería recuperarme para poder trabajar.

LA FICHA



Edad: 80 años. Un sueño: seguir viviendo para continuar trabajando por los

demás. Regla de oro: ser sincera y ser yo misma. Una comida: tocinillo de cielo. Un lugar para descansar: el campo, pisar firme y mirar hacia arriba. El mejor momento de mi vida: El que estoy viviendo. Quiero que el próximo sea igual o mejor que el actual. Una definición de vejez: la capacidad de haber vivido maravillosamente el tiempo pasado. Como decía Ramón y

Cajal, lo más triste de la vejez es carecer de mañana.

¿Qué pasa cuando un río se cruza en tu vida?

QUE PUEDES DEDICAR MÁS TIEMPO
A “VER CRECER” TU MEJOR INVERSIÓN.

Caja *Duero*