



AULA MAGNA

EXTREMADURA

Revista del Programa Universitario de Mayores de Extremadura – número 40 – Febrero, Marzo, Abril y Mayo 2016



Actos de Clausura
Colaboraciones
Habla la experiencia
Actualidad en la UMEX
Viajes de estudio
Para leer



Aula Magna

SUMARIO

AULA MAGNA

INDICE

Presidente

Florentino Blázquez Entonado

Director

Antonio Medina Díaz

Subdirector

José Luis Martínez Guerrero

Consejo de Redacción

Asunción Leiton Gómez

Estanislao García Venero

M^a Antonia Marcelo García

Maquetación y Tecnología Digital

Diego Gudiño Zahinos

Depósito Legal

BA-74-2001

ISSN

1577-7871

EDITORIAL.....	3
CARTA DEL DIRECTOR DE LA UMEX	4
COLABORACIONES.....	6
CRÓNICAS VIAJERAS.....	8
HABLA LA EXPERIENCIA.....	11
ACTUALIDAD EN LA UMEX	15
VIAJES EN LA UMEX.....	26
CUENTOS.....	28
POESÍA.....	30
¿SABIAS QUE...?.....	31
PARA LEER.....	34
GALERIA DE FOTOS.....	36
ENTRETENIMIENTO	41

Foto portada: foto realizada en Monfragüe por Diego Gudiño.

Efemerides....

En **1515**, el papa León X prohíbe la impresión de libros no aprobados por la Inquisición.

En **1701**, las Cortes reconocen a Felipe V de Borbón como rey de España.

En **1821**, fallece Napoleón Bonaparte, militar y emperador francés.

En **1909**, se presentó por primera vez un espectáculo de televisión en un teatro del estado de Nueva York.

E DITORIAL

Se habla de longevos saludables, personas mayores que lleguen a los 80 años con la mente ágil y el espíritu joven. Las últimas publicaciones que traen las investigaciones más recientes lo confirman.

Investigadores del Medical Center, en Rotterdam (Holanda), han descubierto los genes responsables de que algunas personas parezcan más jóvenes que otras, pese a tener la misma edad.



Se sabe también que el gen juega un papel en otros procesos biológicos, tales como la inflamación y la reparación de daños en el ADN.

Los investigadores creen que esta línea de trabajo puede ofrecer pistas importantes sobre nuestra salud y la naturaleza del envejecimiento en sí misma.

La edad es uno de los factores que influyen en el comportamiento de cada uno de nosotros a lo largo del ciclo de la vida.

Pero existe una extraordinaria variabilidad en la forma de envejecer: mientras unos lo hacen con múltiples achaques y enfermedades, otros se mantienen activos y saludables.

Evidentemente, las formas de envejecimiento también se deben a factores biológicos, psicológicos y socio-ambientales. Las enfermedades degenerativas (arteriosclerosis, artrosis, osteoporosis, cardiopatías...) son, en realidades, precedentes del envejecimiento.

Los más avanzados estudios de gerontología señalan que estamos programados para vivir entre 100 y 120 años. Pero habrá que predecir y acortar el envejecimiento con ayuda de la investigación y poder extender la expectativa de vida saludable.

¿Podremos alcanzar estas expectativas?

Antonio Medina Díaz.

CARTA DEL DIRECTOR DE LA UMEX

Queridos lectores: como suelo hacer en cada número de Aula Magna, me permito hacer unas reflexiones sobre distintos temas de actualidad de nuestra Universidad de Mayores.



1. *Una serena espera*

Finaliza el curso y nuestra vida laboral activa en la universidad se acaba, aunque existe la posibilidad de ser designado como Profesor Emérito, si son valorados positivamente méritos de docencia, investigación y servicios a la universidad por los órganos de gobierno de ésta. De ser así, el Consejo de Gobierno decidirá la dedicación que estime más conveniente, sea o no al Programa de Mayores. Así pues, está en manos de los órganos universitarios la decisión sobre dos cuestiones, una que pueda ser considerado emérito y la segunda que entre las tareas asignadas, de ser positiva la primera, pudiera continuar rigiendo la UMEX.

Dado que ambas opciones trascienden nuestra capacidad individual de decisión, desearía expresar mi más tranquila y sosegada espera para aceptar con el mismo positivo talante cualquiera de las que el gobierno de la universidad adopte en el responsable ejercicio de sus derechos.

2. *La próxima apertura de curso*

Un criterio mantenido en la trayectoria de la Universidad de Mayores es que las solemnes Aperturas de Curso oficiales se realicen en las cabeceras de semidistrito de nuestra universidad, es decir en Cáceres y en Badajoz. En ellas se realizan, alternativamente,

todas las Aperturas de curso universitario a lo largo de los cuarenta y tres años de vida de la universidad, y así deseamos continúe en el Programa de Mayores, sin descartar que el resto de sedes puedan solicitar, por algún motivo destacado, que desean organizarla en su ciudad.

En cualquier caso, casi todo el aparato organizativo recae en la coordinación del Programa, que es quien, principalmente, invita a las autoridades civiles y académicas a presidirlo. Queda en la ciudad a quien corresponda y a su alumnado la organización del almuerzo de celebración y también acordar con la dirección de la Universidad de Mayores tanto el ponente como el tema de la conferencia inaugural que pudiera hacer referencia a la ciudad.

Tal encargo corresponderá este año a la ciudad de Mérida a cuya sede deseamos atender en su razonada petición. Una vez más, aclaramos que cada año es la Presidencia de la Junta de Extremadura quien fija la fecha concreta del acto, atendiendo al intervalo de tiempo que le indicamos (podrá ser esta vez entre el 17 y el 22 de octubre), una vez comiencen las clases, lo que será anunciado para cada sede en la página web de la universidad de mayores. Y se realiza con las clases comenzadas y así poder contar con el alumnado en las aulas para facilitar la logística del acto (traslados, orden de recepción de diplomas y beca, ensayos, designación de los alumnos que representen al resto con sus intervenciones, etc.).

Por tanto, por la citada semana estarán celebrando los alumnos y alumnas que han finalizado 5º curso el final de sus estudios. Y será en la capital y milenaria ciudad emeritense. Una magnífica ocasión para felicitar a todos los graduados y desear que disfruten ese día

3. *Intercambios*

El presente curso se ha caracterizado por ser en el que mayor número de intercambios se han realizado: con el

Politécnico de Leiria (Portugal) y con las universidades de Huelva, Salamanca y Santiago de Compostela. Todos con una muy positiva valoración de los participantes tanto del alumnado de nuestro programa como el de los que nos han visitado. Una agradable coincidencia con el año en que nuestra Academia Europea de Yuste ha otorgado el Premio Europeo Carlos V a la profesora italiana Sofía Corradi, conocida como "Mamma Erasmus" por ser la impulsora del programa de intercambio de jóvenes estudiantes que, entre otras cosas ha desempeñado un importante papel en pro de la movilidad académica apostando por los jóvenes estudiantes europeos como garantía del mañana y del futuro de Europa.

Es verdad que no todos nuestros destinos han contado con el mismo número de asistentes, pero sí con el mismo nivel de enriquecimiento, teniendo mayor aceptación el de Santiago por ser novedoso. Dato este que nos obliga a entablar contactos renovados y ofrecer nuevas opciones cada curso.

En este sentido, en estos días hemos retomado un principio de acuerdo con la Universidad de Aveiro que ha mostrado reiterado interés en nuestra experiencia de Universidad de Mayores, aunque aún no ha podido comenzar su andadura. Deseamos que su propósito de comenzar el próximo octubre culmine con un intercambio con nosotros en la próxima primavera y nuestro alumnado pueda disfrutar de la atractiva "Venecia portuguesa" y de su dinámica y valorada universidad, coetánea por cierto de nuestra Universidad de Extremadura.

4. *Erasmus Mundus o soñar despiertos*

Este es un Programa que se propone reforzar la cooperación europea y los vínculos internacionales en la enseñanza superior. El programa financia becas que permiten a los estudiantes y a los docentes universitarios de todo el mundo cursar estudios de postgrado y fomentar la movilidad de los estudiantes

universitarios europeos hacia terceros países de otras partes del mundo. Y esto se nos ocurre porque pasando de la realidad a la utopía, en una reciente visita del que os escribe al Programa de mayores de la Universidad de Costa Rica hemos llegado a un principio de acuerdo entre ambos programas para estudiar la posibilidad de intercambiar alumnado y profesorado, en sistema parecido a los intercambios tradicionales que realizamos y de los que más arriba hemos hablado. Las diferencias con los intercambios habituales, de poder materializarse este proyecto, es que su duración sería de 15 días, en lugar de la semana habitual que venimos haciendo y el alojamiento probablemente se haría en viviendas mutuas de uno y otro alumnado. Esta petición de su parte no sólo se hacía con el propósito de reducir costes, sino para conocer con más detalle los modos de vida respectivas. Intentamos así, asemejamos al Erasmus Mundus, una idea que ha sido muy bien recibida por nuestro alumnado, a quien se informará puntualmente en la medida que el proyecto avance.

5. *Fechas de comienzo de curso*

Las clases del curso 2016/2017 darán comienzo el día 10 de octubre en las sedes de Almendralejo, Zafra, Mérida, Don Benito/Villanueva y Plasencia. Y el día 11 comenzarán en Cáceres y Badajoz. Las fechas de matriculación se pueden ver en la página 31 de esta revista o en nuestra web: <http://www.unex.es/estudiar-en-la-uex/otras-propuestas-formativas/mayores>.

Un cordial saludo y feliz verano a todos.

Florentino Blázquez Entonado,

Puede leer más información visitando, en nuestra página web, la sección: *MATRICULA*.

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



UN CUARTO PILAR: EL ENVEJECIMIENTO CONSTRUCTIVO

ES IMPORTANTE LA CAPACIDAD PARA ADAPTARSE O SOPORTAR LOS DESAFÍOS QUE SE PRESENTAN A LO LARGO DE LA VIDA.

Enrique Pozón Lobato. *Doctor en Ciencias de la Educación.*



En la editorial del número 39 de la revista Aula Magna del Programa Universitario de Mayores de Extremadura, el director de la misma, Antonio Medina Díaz, escribía: "Es importante la capacidad para adaptarse o soportar los desafíos que se presentan a lo

largo de la vida. Por ello como dice el profesor Pozón Lobato han introducido un cuarto pilar, el aprendizaje a lo largo de la vida, a los tres pilares del envejecimiento activo presentados en el antiguo informe (salud, participación y seguridad)". Esta es la razón por la que escribo un nuevo artículo sobre el "envejecimiento constructivo", lo que supone una preparación para la vida misma. Si el envejecimiento no es un proceso estático ni homogéneo, podemos entender como constructivo, las relaciones entre el envejecimiento y la educación. Esto implica mejorar la percepción de la persona mayor, de su propio envejecer, buscando el equilibrio entre pérdidas y ganancias. En ese sentido promover una educación para el envejecimiento es importante para no mantener de forma indefinida y artificial una cultura social de la permanente juventud. Es precisamente la jubilación la que ofrece una magnífica oportunidad

para construir una perspectiva emancipadora de la propia vida: la vivida y la por vivir.

“Se puede aprender y educar a lo largo de toda la vida”

Todos somos personas, es decir, seres en el tiempo que vivimos, sufrimos y ansiamos ser felices. Pero, ¿qué es en realidad una persona? La persona no es el cerebro, no es el cuerpo, no es la familia, no es el grupo con el que se comparten valores, no es el entorno físico, social y emocional, no es la lengua, no es el país. Sin estos elementos no existiría la persona pero no son la persona. La persona es una biografía en constante evolución desde que nace hasta que muere. La persona es un viaje, siempre provisional, siempre cambiante, en busca de la felicidad y de la luz. Constituiría un grave error, tanto por parte del individuo como de la sociedad, dar el viaje por terminado al llegar a la jubilación o la vejez. Cuando alguien alcanza la etapa o momento de su vida en que se jubila con cierta dosis de júbilo o lo jubilan sin júbilo alguno, su biografía no ha finalizado.

Porque existe la persona se da en ella y solo en ella la educación como quehacer o tema permanente. Desde la educación la persona es un ser inacabado en todos sus aspectos o dimensiones (Sacristán 1982). Desde tal estado tiende a su acabamiento en busca de plenitud. No es un ser "factum" sino "faciendum". Por eso el hombre siempre es el mismo pero nunca es el mismo. Por razón de "personidad" es siempre el mismo: por razón de su "personalidad" es siempre distinto (Zubiri 1985).

El desarrollo humano como un continuo devenir, como "ser haciéndose" exige un aprendizaje permanente para adaptarse a situaciones nuevas a lo largo de la vida, con la necesidad de ciertos ajustes, reorientaciones y abandono de modos anteriores de comportamiento. Persona y educación son, en definitiva, inseparables, siempre que el ser humano al hacerse, opte por

lo bueno y valioso, ante la pluralidad de posibilidades que se le ofrece. Aquí radica el problema de la persona y de la educación

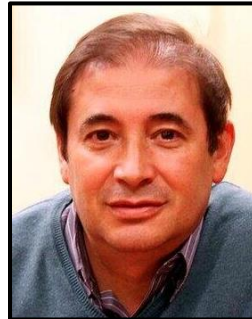
El concepto de educación permanente (UNESCO, programa 1967 -1968) ha obligado a reconsiderar los objetivos de la educación. La formación permanente debe garantizarse como un continuo necesario a lo largo de toda la existencia, herramienta para una buena calidad de vida, siendo variados los temas de educación tanto formales como informales concurrentes: la participación, solidaridad, sabiduría, libertad, cambio de mentalidad, etc.

Los estudios de Gerontología moderna dieron lugar al desarrollo de un movimiento educativo nuevo en el mundo, la educación permanente, cuyo mensaje es “se puede aprender y educar a lo largo de toda la vida”. Dejar esta iniciativa personal – el derecho a la educación permanente – sin proclamar, defender e instrumentalizar, nos llevaría a que este derecho quede sin ejercicio en la inmensa mayoría. De hecho la educación permanente afecta a pocos beneficiarios y solo la minoría que tiene deseos de actualizarse suele ser la mejor preparada.

La etapa de “preparar para la vida misma” se manifiesta por una educación que pone a disposición de las personas conocimientos actualizados que les permita comprender el mundo contemporáneo, respondiendo a sus intereses. Se acepta que la educación es el gran instrumento para mejorar la calidad de vida. Se busca la productividad social. No solo se admite, desde el plano educativo, que las personas mayores tienen su propia experiencia y conocimientos acumulados, sino también se reconoce en ellas la capacidad de continuar desarrollando su potencial para crear nuevas condiciones de vida. Proceso que continua a lo largo de toda la vida.

PREGUNTAS

Antonio Tinoco. *Licenciado en Periodismo.*



Jeremy Paxman y Stephen Sackur son veteranos periodistas de la BBC célebres por sus preguntas. Llevan años entrevistando a todo tipo de personajes, a los que someten, si es preciso, a un tenso interrogatorio. Quizás lo recuerden: Sackur fue quien entrevistó a Raül

Romeva cuando encabezaba la candidatura de Junts pel Sí en las elecciones catalanas. Seguramente Romeva pretendía con aquella entrevista difundir en el Reino Unido la buena nueva de la independencia de Cataluña, pero se convirtió en un vía crucis sobre la corrupción autóctona, empezando por el ex ‘molt honorable’ Jordi Pujol. A Romeva se le veía intentando echar balones fuera ante las preguntas de Sackur porque no era de aquello de lo que él quería hablar en la BBC; contestando mal que bien que la corrupción, si la había en Cataluña, era por contagio de España y asegurando que no cabría jamás en la Cataluña independiente porque, por definición, los catalanes son buenos y benéficos.

“¿Qué ocurriría en Extremadura si tuviéramos a entrevistadores como ellos?”

Paxman acaba de jubilarse tras 25 años en la cadena pública británica y un espejo para periodistas es su entrevista al jefe de Coca Cola en Europa, el cual tuvo que admitir, ante la insistencia del entrevistador, que la Coca Cola que muchos espectadores beben en el tiempo que dura una película tiene el contenido de 44 bolsitas de azúcar para el café. Y también entrevistó a un ministro del Interior británico, al que le hizo ¡doce veces! la misma pregunta porque su entrevistado no la

respondía. Muchos pensarán que Paxman y Sackur son agresivos (algunos dicen que son "abrasivos"), y que debido a esa agresividad habrán perdido más de una oportunidad de obtener información. Y es posible que así sea porque a veces para obtener información no basta preguntar enérgicamente por ella, sino saber extraerla delicadamente, como el pescador prudente que sabe que puede perder un pez si tensa el sedal.

Hablo de Paxman y Sackur porque hoy, 3 de mayo, es el Día de la Libertad de Prensa, y porque tal vez no haya nada que resuma con más tino en qué consiste eso tan decisivamente importante para el estado de Derecho que es la Libertad de Prensa como el modesto mecanismo de preguntar: la pregunta libre, innegociable, lo que hacen Paxman y Sackur es el germen del periodismo.

¿Qué ocurriría en Extremadura si tuviéramos a entrevistadores como ellos? Me temo que si alguno surgiera tendría como tal una vida muy corta y sería mayor su relación de peticiones de entrevistas rechazadas que concedidas. Mi experiencia indica que los entrevistados se contrarían con increíble facilidad ante preguntas sólo levemente incómodas. E incluso se lo hacen notar al entrevistador (por persona interpuesta, por supuesto). O directamente se niegan a ser entrevistados ante el temor a que se les pregunte según qué cosas.

Este de las preguntas, de la libertad para preguntar, es un asunto menor frente a las preocupaciones ciudadanas, pero quizás sea más importante de lo que indica su discreta apariencia. Porque de las preguntas cabe esperar respuestas. Y en las veces en que la espera de respuestas es en vano está el tamaño de nuestra democracia.

Colabora con la revista enviando tus artículos al correo electrónico:

mayores@unex.es



PARIS

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".



Torre Eiffel de Paris.

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. Su nombre era -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 Versalles.

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 ambos márgenes del Sena y la confluencia del río Marne. Es una ciudad cargada de contrastes.

Pero pasemos al París más prosaico, al París cuya población rebasa los 2.300.000 habitantes, siendo el XI Distrito la zona más poblada.

Su área metropolitana es hoy la más poblada del continente europeo después de Londres, con una población de 12.300.00 habitantes y la denominada Isla de Francia representa uno de los núcleos económicos más importantes de Europa. La Defense es el principal barrio de negocios de Europa, alberga las sedes de 20 de las más importantes 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.

Los monumentos que cualquier guía turística muestra como resumen para un viajero que dispone de poco tiempo para visitar la ciudad son los 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 1, 2,3 y 5 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.

JARDINES "BUDDHA" EDEN (PORTUGAL)

José Luis Martínez Guerrero. Alumno de la sede de Badajoz.

El grupo de "Caminantes libres" de la UMEX, sede de Badajoz, en su afán de seguir descubriendo nuevas rutas para la ampliación y el conocimiento de los alumnos, familiares y amigos se desplazó, esta vez, a "La quinta los Loridos" y a Fátima en el término de Leiria.

El grupo se dirigió en autobús para realizar una de las rutas más apreciadas por todos los que nos acercamos a estas dos bonitas comarcas portuguesas donde, aparte de deleitarnos con la vista y el espíritu, por la majestuosidad tanto del jardín como de Fátima, sus capillas y la gran explanada también pudimos saciarnos con las delicias culinarias de la comida, postres y caldos del Alentejo portugués

El Bacalhoa Buddha Eden, con unas dimensiones de cerca de 35 hectáreas fue creado por el Comendador José Berardo en respuesta a la destrucción de los grandes Budas en Bamiyan, donde tuvo lugar uno de los mayores atentados culturales que acabó para siempre con las primeras obras del periodo Gandhara del siglo VI a.C. Eran estatuas de Budas de 55 y 37 metros de altura consideradas las mayores del mundo, destruidas en 2001 por los Talibanes.

En 2007, para construir las estatuas existentes en el parque temático que son un homenaje a la Paz, fueron

utilizadas cerca de 6000 toneladas de mármol y granito traído de China.

En el año 2012, el jardín aumentó sus instalaciones con esculturas de arte contemporáneo y, en 2015, con esculturas de arte africano

El Jardín alberga: Budas, Pagodas, Guerreros de terracota y otras tantas obras de arte que conviven armoniosamente con los lagos, cascadas, flora y fauna. Puede ser visitado bien a pie o utilizando un medio de transporte (trenecillo) que las instalaciones posee para tal fin.

El parque cuenta con una serie de colecciones públicas y privadas de esculturas modernas y contemporáneas que proporcionan un espacio tranquilo, piezas seleccionadas de la colecciones de artistas, entre otros de: Bernardo, de Alexander Calder, Fernando Botero, Tony Gragg, Lyn Chadwick, Allen Jones y muchos otros, figuras que están dispuestas en el jardín rodeadas de plantas diversas. Estas galerías en espacios abiertos, proporcionan al visitante experiencias nuevas e interesantes.

JARDIN ORIENTAL

Este jardín fue creado para transmitir una sensación de paz, armonía y serenidad. Las esculturas, pagodas construidas en piedras, los lagos, los árboles y los puentes, conviven en perfecta sintonía.



Esculturas de los Jardines "Buddha Edén" en Portugal.

Al recorrer los caminos "serpenteados", se descubre en cada una de sus curvas, un inesperado tesoro. La diversidad de peces está presente en todos los lagos como árboles de los cinco continentes, donde el ejército imperial monta la guardia tanto a pie como a caballo con cerca de 2000 piezas de escultura de terracota que aguardan para ser descubiertas.

JARDIN DE ESCULTURAS AFRICANAS.

Este jardín es dedicado al pueblo de Shona de Zimbabue que desde hace más de dos mil años sus habitantes esculpen la piedra a mano convirtiéndola en una obra de arte.

El pueblo de Shona adora a los espíritus ancestrales conocidos como "Vadzimu" y las esculturas demuestran la unión entre estos dos mundos, el físico y el espiritual. Estos increíbles escultores de piedra mantienen la creencia de que cada piedra tiene un espíritu vivo que volverá a la vida. El trabajo del artista, es "liberar el espíritu de la piedra". Existen más de 200 esculturas dispuestas a la sombra de más de un millar de palmeras.

En el lago central se encuentran las carpas Koi procedentes de China y los dragones esculpidos que emergen desde el fondo del lago. Desde estas inmediaciones se pueden observar a los más de 700 guerreros de terracota pintados a mano, fiel copia de los encontrados hace más de 2200 años en China, algunos de ellos enterrados como en su origen.

Lago de las Palmeras, Laberinto de Bambú, Jardín de esculturas africanas, Anfiteatros Guerreros Xian de Terracota, Budas dorados, Budas gigantes, lagos de la Tranquilidad, mirador de fuego, restaurantes y tiendas donde se ofrecen al visitante una gran colección de vinos de la tierra de Setúbal y el Alentejo los servicios de unos cómodos aparcamientos, completan estas maravillosas instalaciones en Portugal.

H ABLA LA
EXPERIENCIA

RECUERDOS

Ramón Vázquez. *Alumno de la sede de Mérida.*

Releyendo un libro de Luis Landero, *El Balcón en invierno*, me doy cuenta de que los años se nos están pasando muy deprisa. Yo soy uno de los niños que salíamos a la calle los domingos con dos reales, la moneda del agujerito. Y sí que es verdad que aquella moneda bien administrada te daba para muchas golosinas de la época, como dice Landero: cinco céntimos de altramuces, que te los despachaban en un cartucho de papel de estraza, otros cinco céntimos de pipas, chicles de esos que no te cabían en la boca y muy de tarde en tarde si ahorrábamos algunas monedas, podíamos ir al cine. Pero esto no era muy normal.

Estos grupos de niños de la época lo que más hacíamos era correr y correr, jugando unos detrás de otros, a guardia justicia, al potro, el aro... El aro era uno de mis juegos preferidos que nada más era correr con un aro y una guía a toda pastilla por las calles la mayoría de piedras. Pero eso sí, teníamos que estar en casa antes de que llegara tu padre. Las reprimendas de mi madre siempre era "no te vayas muy lejos que va a venir tu padre" y como dijera "se lo voy a decir a tu padre," eso era hablar de algo serio. Y eso que debo contar que mi padre jamás me puso una mano encima para castigarme, solo su mirada hacía el castigo.

Estos recuerdos, vienen por las clases que compartimos en nuestra Universidad de Mayores. Digo nuestra porque ya es algo de lo que no podemos pasar sin acudir dos veces en semana a ellas, y que parece que nos estamos preparando para hacer oposiciones, por el empeño que ponemos atendiendo con mucho interés a

todos los profesores que nos imparten las clases cada día.

Parece que la palabra "Mayores" sobra al ver la ilusión que ponemos, eso sí a veces sí vemos alguna que otra cabezadita, pero esto es simple anécdota, los nietos dan caña y se nota.

Yo recomiendo que se asomaran a esta parte de la Universidad a esos que sienten el deseo, pero que no se atreven a dar el paso "esto de estudiar a esta edad", esto no es hacerlo con los codos en la mesa para memorizar, ya no estamos muchos para eso, esto es hacer un repaso de lo aprendido y de muchas cosas nuevas que nos están poniendo al día, desde técnica informática, historia, arte, música, filosofía, y en literatura tenemos para todos los gustos, poesía, obras literarias, cuentos, teatros leídos, creaciones de los alumnos, etc.

La mayoría de los que acudimos cada lunes y miércoles, cuando llegan las vacaciones nos encontramos algo vacíos pues algo nos falta, este comentario siempre lo hacemos cuando nos volvemos a incorporar nuevamente en las clases. Pero sí estamos viendo que nos están recortando clases y esto no sienta nada bien, son temas que tenemos que hablar con el Director del Programa y que esperamos sean reconsideradas.

Desde este pequeño comentario, animo a todos que dejamos de trabajar y que pasamos a una merecida Jubilación, se animen y acudan a esta Universidad que no les va a defraudar. Y con nuestras tertulias y chascarrillos, que tenemos en el cafetito entre clase y clase vamos combinando días de ocio con nuestra ilusión de seguir aprendiendo, que nunca es tarde.

Puede enviar sus aportaciones al correo electrónico de la UMEX:

mayores@unex.es

EXPERIENCIA VIVIDA EN LA UNIVERSIDAD DE MAYORES

Manuel Medina Huete. *Alumno de la sede de Cáceres.*

Voy a hacer una breve historia de mi vida privada; pero antes de seguir, quisiera que no se considerara como argumento de defensa ni de pena en mis comentarios, sino para quedar constancia, que nadie es quien parece y que con esfuerzo, trabajo y voluntad, sin dejar a un lado algo de inteligencia, se puede conseguir los objetivos marcados:

Yo nací en el año 1943, y a los cuatro años de edad, me quede huérfano de padre, al igual que otros dos hermanos de 12 y 16 años respectivamente, quedándole una pensión a mi madre de 250 pesetas. Como es de suponer, mis hermanos mayores se tuvieron que poner a trabajar para poder subsistir. ¿Cómo? Pues de lo que se podía, en principio se dedicaron a servir a domicilio las mercancías que llegaban a la estación de Renfe con un carrillo, alternando con el colegio, al igual que yo. Aparte del colegio, con 10 años, como veníamos de tercera generación de ferroviarios, en las horas libres practicaba de pinche con el Jefe de Estación, concretamente en la de Argamasilla de Calatrava (Ciudad Real) realizando todas las labores administrativas. Cuando cumplí los 14 años, debería haber seguido mis estudios en el Instituto, pero no pudo hacerlo por falta de recursos; pues seguí haciendo de pinche, y mira por donde, cierto día llegó un Inspector, y al preguntarle al Jefe de Estación que si todo lo que estaba viendo lo había realizado un servidor, me hizo como una especie de examen, y con 14 años me propuso dirigir una franquicia de transporte en un pueblo, el cual servía de enlace con Renfe para sus transportes.

Hoy en día eso sería impensable, ya que como digo era menor de edad. Eso fue tanto para mí como para mi familia la mayor lotería que nos pudiera tocar, pues fui ganado 300 pesetas mensuales, con pensión completa, todo ello, como se comprueba, solamente con estudios primarios. Como digo al principio por venir de una tercera generación de ferroviarios, al cumplir los 18 años, aprobé para ingresar en el Ejército de Prácticas de Ferrocarriles, durante 4 años, pero que a los seis meses, superando todos los exámenes, llegué al cargo de Factor, nivel 6, siendo el máximo el 14. Subiendo escalafores, hasta llegar a ocupar cargos directivos, para lo cual tuve que sacarme el graduado escolar, que me exigieron para un ascenso, realizándolo a través de la cadena Cope, teniendo la necesidad de que mi mujer me grabara las clases para que por las noches estudiar las mismas.

A la vista de todo lo que antecede, y ante la imposibilidad de haber podido estudiar una carrera universitaria; una vez jubilado, tardé muchos años en darme cuenta de cumplir mis sueños infantiles de poderme sentar en los pupitres de un aula de la Universidad. Entonces me informé y me matriculé en el pasado año 2015, cuando lo pudiera haber hecho en el año 2002 que me jubilé, aunque "nunca es tarde, si la dicha es buena".

Qué alegría me da poder opinar, y decir qué grande es la labor universitaria para los Mayores, la calidad de profesorado y de pedagogía, qué conocimientos de tan alto nivel, en definitiva, mi más cordial enhorabuena, para toda la organización, pienso seguir, mientras las fuerzas, mente, etc. me lo permitan.

Quisiera por último felicitar al profesorado en general, con una mención especial, principalmente, aparte de sus sapiencias, por el trato que nos han dedicado a estas personas mayores con una pedagogía magistral, para entender su materia.

Para finalizar, y como aprovechamiento de las clases recibidas, tengo pensado realizar un libro con los conocimientos adquiridos y desarrollado con los apuntes y material entregado por los profesores.

Y como colofón, se presenta en la sección de Poesía: "CANTO A MI EXTREMADURA" tierra de mi adopción, a la que tanto adoro. Solamente me queda decir. GRACIAS.

TEATRO TERAPEUTICO

Santiago Español Cano. Alumno de la sede de Plasencia.

Desde tiempos inmemoriales el teatro ha sido uno de los constructores más eficientes de vínculos sociales, sobre este principio se han contado las historias de los pueblos, se han reforzado las memorias colectivas y se han ensayado soluciones a momentos críticos de la evolución de los seres humanos.



Grupo de teatro de la Universidad de Mayores de Extremadura de

El teatro se presenta entonces como el escenario ideal para que los adultos mayores puedan rescatar historias del pasado que nos proponen nuevas ventanas al fu-

turo. El adulto mayor en escena, es capaz de contar historias a través de acciones, siguiendo un conflicto que se resuelve en un entorno determinado.

La comunicación escénica brinda la oportunidad en la tercera edad de tener una actitud alerta y vigilante sobre los estímulos que los demás les brindan y siempre deben ser presentados y analizados en positivo, ya que es la única manera de entender los conflictos sin que se transformen en problemas.

De tal suerte que la "carpintería" del teatro sirve como estructura fundamental para destinar tiempo y energías que potencien las capacidades expresivas en la tercera edad y su creatividad.

El teatro se convierte así en una terapia que trae una diversidad de beneficios en la tercera edad, los cuales se han podido evidenciar al trabajar con adultos mayores, a través de numerosos estudios:

1. Cambio de actitud, siempre abierta y asertiva.
2. Autoconocimiento.
3. Aumento de los vínculos sociales.
4. Ensayo de problemáticas cotidianas a las que siempre se les encuentra solución.
5. Aumento de la atención y la concentración para lograr objetivos.
6. Cambio en el esquema corporal obteniendo mayor agilidad y tonicidad muscular.
7. Fomenta la capacidad expresiva.
8. Control de la frustración.
9. Genera auto-confianza y seguridad promoviendo la autonomía. Seguridad en sí mismo para relacionarse en público.
10. Controla la ansiedad.
11. Mejora conductas y funcionamientos emocionales, cognitivos, físico-motores.
12. Complementa y fortalece el tratamiento integral de los adultos mayores, mejorando su calidad de vida.
13. Aumenta la atención y memoria.

14. Reduce la soledad y tristeza.
15. Fomenta los hábitos de lectura y escritura.
16. Potencia la creatividad.
17. Estimula la imaginación.
18. Agudización de los sentidos.

El teatro como terapia favorece a los adultos mayores, brindándoles un espacio para que desarrollen su creatividad. A través de ejercicios teatrales, ellos generan identificación propia y crean múltiples emociones, que les permite controlar sus impulsos, que a su vez funciona como un tratamiento que beneficia la articulación de la expresión verbal-física-expresiva, mejorando así su memoria.

RECORDANDO

José Luis Martínez Guerrero. Alumno de la sede de Badajoz.

Comenzaba el otoño,
Charlábamos en la barra de un bar.
Un amigo me habló de la Universidad de los Mayores,
me invitó a matricularme.
¿A mi edad?, le pregunte,
¿por qué no?, me dijo.
Yo llevo tres años ya y soy mayor.
Sorprendido le comenté de nuevo.
A mi edad, ¿qué puedo aprender?
¿Qué me pueden enseñar? ¿Para qué me servirá?
De todas formas, serán muchas horas
Y a mi edad, no aguararía.
Son dos días a la semana
y seis horas nada más.
Mi amigo me recalco que era solo por las tardes
Y durante ocho meses.
Aparte de clases didácticas,
Y talleres donde practicar como mi amigo insistía
Hasta la saciedad.
¡Me matricularé!
Y aquí me tienes amigo mío.
Y cinco años han pasado.

Los dos estamos en posgrado recordando
Aquel otoño de la invitación.
Quién me iba a decir que estudiaría,
mejor dicho, que me enseñarían Literatura,
Historia del Arte, y hasta jardines del Universo
con su flora y con fauna.
Pintura y etnias del mundo, a conocer Extremadura.
Tantas y tantas experiencias y qué grandes profesores.
Qué maravilla y qué suerte, por cruzarse en mi camino
mi amigo.
Talleres de informática, artes plásticas, enología e idiomas,
sin olvidar neuropsicología.
Aquí me tenéis, con la duda de ese otoño de 2010.
He sido delegado de clase durante cinco cursos, por votación.
Recuerdo el ingreso, pagando la inocentada.
Me decía que era difícil, pero que no preocupara,
mi amigo me daría el examen o las "chuletas".
He conocido gente, mucha gente.
He vuelto a encontrarme con antiguos amigos,
compañeros de otras historias,
de colegios o profesiones, qué maravilla.
Ahora pienso que siempre había soñado,
con tener estudios universitarios y lo estoy cumpliendo.
Los mayores tenemos la necesidad
de tener siempre un sueño.
Porque cuando se pierden los sueños, se pierden las ilusiones.
Ahora me doy cuenta que envejecer, ser mayor, es eso.
Hoy, mi mujer es también universitaria, de los mayores, claro está.
Compartimos viajes, aunque no curso.
Utilizamos el carnet universitario.
Contamos con instalaciones deportivas gratuitas,
Autobuses urbanos con bonificación.
Y, eso si, muchos amigos y amigas.
Y, entre tantas actividades, ¡Caminantes libres!!

Una actividad creada al margen,
pero bajo el auspicio de la Universidad.
Recorremos Extremadura a pie, unos kilómetros, pocos por la edad..
Vemos pueblos, iglesias, ermitas, monumentos, ríos y pantanos...

Conocemos personajes, compartimos experiencias.
Disfrutamos de los viajes en autobús donde nadie es extraño.

Ahora, con mi edad y desde la Universidad participo voluntariamente junto con un grupo en el Banco de Alimentos.
Recogemos alimentos durante el curso tanto en la Universidad como en diversos establecimientos.
Este trabajo, en verdad que no cansa.
Los mayores de nuestra generación tenemos ese cuerpo parecido al de los toreros, incansable.
Y la verdad, es que después de conseguir durante un curso más de doce mil kilos de alimentos, seleccionarlos, colocarlos y entregarlos para los más necesitados nos queda un cuerpo agradecido.
¿Quién dice que los mayores estamos acabados?
Nos sobra tiempo, fuerza, voluntad y años para regalar.

Puede leer número anteriores de la revista visitando, en nuestra página web, la sección: *REVISTA AULAMAGNA*.

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



VII Certamen de Pintura

La creatividad artística - ¿qué significa pintar?

Asunción A. Leitón. Alumna de la sede de Badajoz.

Algunos de los objetivos de La Asociación de Alumnos del Programa Universitario de Mayores de Extremadura ha sido crear y organizar diferentes tipos de actividades culturales para que los alumnos tengan la oportunidad de desarrollar y potenciar su creatividad.

Desde que se celebró el I Certamen de Pintura Francisco Pedraja (2010) hasta nuestros días, ha sido una fuente de inspiración para muchos alumnos, dándoles confianza y motivación para presentar sus obras.

Pero, ¿qué es la pintura?. Todos sabemos que la pintura es una de las expresiones artísticas más antiguas y una de las siete Bellas Artes. Podemos encontrar en el diccionario definiciones técnicas sobre la pintura, donde nos hablan de los colores, las formas, la composición, texturas, etc. de una obra de arte.

Pero, ¿Qué es pintar? Si hiciéramos esta pregunta a diferentes autores, la respuesta podría ser diferente, aunque posiblemente en lo esencial podrían coincidir. El profesor Pedraja nos dice: "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". Septiembre, 2004.

Cuántas emociones nos transmite el profesor Pedraja, pensar, sentir, comunicar disfrutar, sufrir, toda una fuente de inspiración para que cuando vayamos a visitar una Exposición de Pintura, además de analizar la parte técnica, intentemos interpretar y analizar esas emociones del autor, en su obra.

La Asociación de Alumnos del Programa Universitario de Mayores de Extremadura agradece a la dirección del Casino de Badajoz su cordial acogida y felicita a todos los autores que participan y hacen posible el VII Certamen de Pintura.



Miembros del equipo de la AUMEX en el VII Certamen Pintura.

El Arte de la Fotografía

Fernando Alcántara. *Alumno de la sede de Badajoz.*

Organizada por la Asociación de Alumnos (A.U.M.E.X) de la Universidad de Mayores de Extremadura, un año más, se ha realizado esta exposición con 62 cuadros, donde el alumnado ha sido el principal protagonista en la participación de la misma. Cada edición, se ha visto superada por la anterior, no solo en calidad, también en la variedad, con cuadros de una gran belleza y colorido, haciendo la delicia y satisfacción del visitante.

Agradecer la colaboración a todas las personas que han participado en esta exposición, tanto expositores como visitantes. Es una ocasión más para consolidar las actividades culturales que se realizan desde la Asociación de Alumnos, A.U.M.E.X. dentro de la Universidad de Mayores en Extremadura.

<https://www.youtube.com/watch?v=ToKIERXnUVk>

Kilomés: aportaciones al Banco de Alimentos

Información del grupo KILOMES de la UMEX: el grupo ha recogido 6.211 kilos. Datos hasta abril del 2016.

José Luis Martínez, Nicolás Castaño, Pablo Olmo y Estanislao García. *Alumnos de la sede de Badajoz.*

Agradecemos a todos los que de una forma u otra han colaborado durante este curso a paliar las necesidades de los más necesitados a través de aportaciones alimenticias bien en las tiendas de Granja el Cruce o en las entregas que hacíais a las puertas de la Facultad de Educación los últimos jueves de cada mes aprovechando las clases, a continuación os detallamos los resultados de la campaña:

De octubre a diciembre: 3.282 Kilos de alimentos.

De enero a abril: 2.929 Kilos de alimentos.

Total: 6.211 Kilos de alimentos.

Estas cantidades fueron entregadas en su día al Banco de Alimentos para que fueran repartidas entre las asociaciones y entre los más necesitados, desde el Banco.

Muchas gracias por vuestra colaboración recordaros que la campaña no termina con el curso. Las necesidades siguen siendo muchas.

Intercambio con el Programa "IPL 60 +"

Emilio Sánchez Casado. *Alumno de la sede de Badajoz.*

El Vicepresidente del IPL y la Directora de "Sesenta mais" nos reciben con unas calurosas palabras a las que responde nuestro querido director recordando las excelentes y amistosas relaciones que nos unen desde hace muchos años.

Desde el primer momento la educación y el cariño con que nos reciben nuestros compañeros portugueses nos sorprenden. Día a día y a todas las horas estaban pendientes de nosotros incluso ofreciendo sus coches particulares para trasladarnos a visitar ciudades y momentos cercanos como la catedral de Aljubarota que recuerde la batalla en la que los ejércitos portugueses en 1383 derrotaron a los españoles y se hicieron independientes.



Alumnos del IPL en el acto de bienvenida a los alumnos de la UMEX.

El convento de Alcovaga donde destacaba una enorme cocina medieval. Óvidos con sus murallas de película, aunque la lluvia no dejó de acompañarnos a diario. Los profesores portugueses nos amenizaron con sus charlas sobre el vino y la gastronomía locales en un portugués que sorprendentemente se entendía muy bien. La biblioteca de la ciudad, envidiable por sus dimensiones y modernidad. Investigaban en robótica.

Los paseos por el río Lis y el castillo esplendido con dificultades para subir por la lluvia y las rampas pedregosas así como el "Molino de Papel" fueron inolvidables sobre todo porque siempre íbamos con guía que nos explicaba toda la historia y respondía a nuestras preguntas. Lo que personalmente más me gustó fue la clase de danza con una profesora que, a pesar de haber tenido un tumor maligno, representaba la alegría de vivir, nos cambiaba de música sin dejar de bailar, moviéndonos en grupos y siempre sonriendo.

También nos obsequiaron con comidas y cenas donde nos dejaron expresar nuestras canciones y bailes y ellos nos contestaban con sus fados.

En la cena de despedida cerramos el evento con palabras de agradecimiento y cariño por ambas partes. Al día siguiente vinieron todos a despedirnos deseándonos buen viaje con palabras, canciones y alguna lágrima. En mayo volverán a Badajoz a devolvernos la visita.

Carta a los compañeros del IV Ciclo Universitario

M^a Antonia Marcelo. *Alumna de la sede de Badajoz.*

Quiero dirigir este escrito a los compañeros del IV CICLO UNIVERSITARIO de la USC para agradecer muy especialmente la acogida que hemos recibido desde el momento mismo de nuestra llegada a Santiago, tierra que, aunque lejana geográficamente, tan querida por mí ya que de ella y de sus gentes guardo gratos recuerdos de vivencia familiar.

Somos de carácter muy diferente, de eso estamos convencidos, pero igualmente somos gente generosa, extrovertida, amantes de nuestras costumbres y por supuesto, en estos momentos de nuestra vida, libre de las ataduras del trabajo, nos une la edad y los deseos de enriquecer nuestras mentes, de buscar los beneficios que nos aporta la cultura, cada cual con aquello que deseó en otro tiempo y que fue aparcando para "otro día".

Pues ese día llego a modo de sorpresa cuando tímidamente, algunos con vergüenza y temerosos de la respuesta, nos dirigimos a nuestras familias para comunicarles que habíamos solicitado matricularnos en la Universidad de Mayores.

Como niño que por primera vez iba a la escuela, provistos de cartera, cuaderno y bolígrafo, temerosos de no

saber lo que íbamos a encontrar, nos dirigimos al campus donde encontraríamos nuevos caminos para enriquecer nuestra mente, hacia donde dirigir nuestras aficiones. Desapareciendo con ello el miedo de nuestras limitaciones, supimos que personas con otras mayores que las nuestras habían sido grandes hombres y mujeres. Que el ciego Homero fue el autor de La Ilíada y la Odisea. Que el Manco de Lepanto era nada menos que Miguel de Cervantes autor del Quijote.



El grupo de Alumnos de la UMEX junto con los alumnos del Programa de Mayores de la Universidad de Santiago.

Que la Oda a la Alegría fue compuesta por el sordo Beethoven o que los más primitivos y bárbaros hombres que en principio poblaron nuestra tierra, ya se expresaban mediante las pinturas rupestres en las cuevas de Altamira. Sí. Muchas de estas cosas la sabíamos, pero la vida agitada del trabajo y el tiempo dedicado a la familia no nos habían dejado reflexionar sobre ello y darles la importancia que tenían para nuestras mentes y sobretodo la capacidad de imitación. Así que muchos nos lanzamos, por qué no, a ser pintores, cantantes de coral, interpretar teatro, hacer caminos, a escribir otras cosas que no fueran cartas comerciales, o sea, a imitar a los grandes que nos habían precedido y que nos servirían de modelo. Para ello, también le dedicamos tiempo, mucho tiempo, para visitar museos, ir a conciertos, conferencias, leer. Y esto se tradujo en tiempo ocupado, fomento de relaciones con los compañeros, intercambios de experiencia, capacidad de evaluación, felicidad y consecuentemente mejorar nuestra salud psíquica y emocional. Dice el profesor Sir Richard Jolly

de Instituto de Estudios de Desarrollo Universidad de Sussex, Reino Unido.

“El desarrollo de las personas no cesa cuando llegan a los 60, 70 u 80 años. Nuestros años de vejez deberían ser un tiempo de ampliar nuestros horizontes, tanto como lo fueron nuestros años de juventud. Apoyar a los adultos mayores ayudará a crear un mundo en el que todos se sientan confiados para poder vivir con dignidad y seguridad”

Cada segundo hay dos personas en el mundo que cumplan 60 años, por lo que en 2050 habrá una lista de más de 60 países con un índice de población mayor de 60 años superior al 30%. Desde las Naciones Unidas se ha desarrollado el Índice Global de Envejecimiento, un indicador que combina cuatro referencias claves: los ingresos; la salud; la educación y el empleo y la adecuación del entorno. Nosotros tenemos en la Universidad de Mayores el mejor entorno, el más deseado en nuestra juventud y que por diferentes causas en aquella época nos resultó inalcanzable: el que engloba todas las referencias adecuadas a nuestras condiciones: un programa adecuado a un envejecimiento activo que contribuye a la socialización; a una mejor capacidad cognitiva y perceptiva y, por tanto, a optimizar nuestra calidad de vida.

Es también motivo especial de reflexión la riqueza espiritual que aporta el trato recibido y el que hayamos podido aportar en este intercambio, vosotros al mostrarnos vuestro patrimonio artístico y cultural y nosotros, al mismo tiempo, dar a conocer nuestra hermosa y desconocida tierra, lo que esperamos sirva igualmente como lazo de unión entre estas dos tan parecidas, Mérida y Lugo y las muy diferentes, pero también llenas de historia, de Santiago y Badajoz.

No quiero decir adiós sin antes agradecer la acogida que hemos recibido por parte de alumnos y profesores y que quedarán por siempre en nuestro recuerdo. Os llevaremos en nuestro corazón.

ACTOS DE FIN DE CURSO 2015/2016 EN NUESTRAS SEDES

SEDE DE BADAJOZ

José Luis Martínez. Alumno de la sede de Badajoz.



El pasado día 12 en el teatro López de Ayala en Badajoz, se celebró la clausura del curso 2015/2016 de los alumnos de la Universidad de Mayores de la sede de Badajoz.

El patio de butacas presentaba un lleno total de alumnos, familiares e invitados, como así mismo de una representación de nuestros compañeros de Portugal del Programa "IPL60 +" de Leiria que por los intercambios culturales se encontraban entre nosotros. Presentó la gala, con la maestría y soltura que nos tiene acostumbrados, el profesor de música Emilio González Barroso.

Abrió el acto el grupo de teatro de la UMEX, sede de Badajoz que puso en escena la obra "El autobús", escrita para la Universidad de Mayores por el dramaturgo pacense Miguel Murillo y dirigida por el director del grupo de teatro Virgilio Becerra. La obra en clave de humor, representada por 22 personas, aunque en un principio estaba escrita para menos personajes, se amoldó a esta cantidad de actores, con la anuencia del director.

La obra nos cuenta las vicisitudes de un grupo de personas mayores que se "apuntan a un viaje" del IMSERSO, parodiando los problemas que suelen suceder en este tipo de aventura, desde la anulación por parte de la administración del viaje, sorderas, juanetes, incontinencias, hasta la despistada desaparición de una pareja que por cierto, esa era su intención para llegar finalmente a un idilio amoroso.

A continuación, el director del Programa de la UMEX, Florentino Blázquez, se dirigió a los asistentes agradeciendo al grupo de Leiria (Portugal), "IPL60 +", su presencia entre nosotros, a Miguel Murillo por haber escrito esta obra en exclusiva para el grupo de teatro de la UMEX y a su director, Virgilio Becerra por el interés y el esfuerzo en dirigir al grupo desinteresadamente pidiendo el aplauso para ambos. También, quiso agradecer al director del coro, D. Joaquín Fernández Picón, y al maestro Soler Solano, director de la Banda Municipal de Música de Badajoz, las obras que interpretaron, las cuales fueron largamente aplaudidas por el público asistente.



SEDE DE DON BENITO/VILLANUEVA

Marta Coronado Mansilla. *Personal de la sede de Don Benito/Villanueva de la Serena*

El acto de fin de curso de la Universidad de Mayores de la sede de Don Benito/Villanueva de la Serena se realizó en el salón actos del Instituto Luis Chamizo. El acto comenzó con una representación teatral a cargo del Grupo de Teatro de la sede titulado "Esperando la carroza" de Jacobo Langsner. Una obra que trata sobre la figura de Mamá Cora, que vive en casa de su hijo Jorge, casado con Susana, que además tiene que atender a su bebé. Susana está desesperada por la situación en la que vive e intenta que los hermanos de su marido la ayuden, sin conseguirlo.



Seguidamente se realizó un recital poético por parte de Petri Rodríguez y Juliana Blázquez acompañado a la guitarra por Paco Rincón, el cual dirigió, para concluir el acto, la interpretación del "Gaudeamus Igitur" cantado por los alumnos de la Subsede de Villanueva de la Serena.

SEDE DE ALMENDRALEJO

Rocío Conde Corvo. *Personal de la sede de Almodralejo.*

El acto de fin de curso en la sede de Almodralejo tuvo lugar en el Museo de las Ciencias del Vino. Tras unas palabras de la Delegada del curso, Juani Carmen González y del saludo por parte del Sr. Alcalde, José García Lobato, inició el acto Pepita Morán con un texto del autor Rogelio Triviño.

A continuación declamó un Poema Extremeño Faustina González, precediendo a una primera obra leída por tres alumnos titulada "El petitorio". Una segunda obra de mayor envergadura, titulada "Farsa y justicia del corregidor" fue leída por siete de los alumnos. Para finalizar el acto, La Escuela de la Banda Municipal de Música de Almodralejo interpretó un bello Sexteto que fue largamente aplaudido.



Por último los alumnos se reunieron en una sala anexa para una merienda como despedida del curso.

SEDE DE MÉRIDA

Diego Gudiño Zahinos. *Personal de la sede de Mérida.*

El acto de fin de curso de la sede de Mérida tuvo lugar, al igual que en años anteriores, en las instalaciones de la Obra Social de Caja Badajoz. Durante el mismo se realizaron diversas representaciones, entre ellas un gracioso teatrillo y un aplaudido recital poético con selección de textos y declamación de varios de los alumnos de la sede, coordinados y dirigidos de forma desinteresada por Manuela Sánchez, profesora del taller de teatro leído y creación literaria.



Debido al éxito obtenido en la clausura del pasado curso, el profesor D. Emilio González Barroso culminó el acto con un recital de guitarra y acordeón, interpretando brillantemente variados y conocidos temas, que fueron largamente aplaudidos.



SEDE DE ZAFRA

Luis Francisco Gordillo Navarro. *Personal de la sede de Mérida.*

El acto de clausura del curso 2015/16 en la Sede de Zafra tuvo lugar el día 11 de Mayo en el Salón de actos del Instituto Suárez de Figueroa, lugar donde se imparten habitualmente las clases del Programa de Mayores en esta sede.



El acto consistió en la representación de dos obras de teatro, interpretadas por los alumnos del grupo de teatro de la sede de Zafra dirigido por José Carlos Risco Chamizo y amenizadas durante el intermedio por un

recital del cantautor folk extremeño Miguel Ángel Gómez Naharro.

En primer lugar se interpretó un pequeño sainete titulado "Las cuatro comadres", donde cuatro amigas muy chismosas se reencuentran después de largo tiempo sin verse, dando lugar a divertidas situaciones. A pesar de la brevedad de la obra fue muy aplaudida por el público, pues las cuatro actrices participaban por primera vez en el grupo de teatro y recibieron los ánimos por parte de todos sus compañeros.

A continuación, el cantautor extremeño Miguel A. Gómez Naharro interpretó un amplio repertorio de canciones entre las que se encontraban algunas conocidas por gran parte



del público como Bella Ciao, Lili Marleen o ¡Ay Carmela! que corearon junto al intérprete, y otras compuestas por el propio cantautor. Tanto las canciones elegidas como la cercanía del propio Naharro, que visitaba esta sede por primera vez, fueron del agrado de los asistentes, que quedan a la espera del regreso del cantautor en futuros actos.

Puso fin a esta clausura la obra "Puebla de las Mujeres", de los hermanos Álvarez Quintero, interpretada por el resto de integrantes del grupo de teatro. En ella, la llegada de un joven abogado al pequeño pueblo revoluciona la tranquilidad de sus habitantes. Nada más llegar, todas las mujeres del pueblo se movilizan para elegirle novia y armarle el casorio. La divertida historia fue respondida con gran cantidad de aplausos, premiando así el esfuerzo realizado durante todo el curso por los compañeros del grupo de teatro para la realización de este espectáculo.

SEDE DE PLASENCIA

Leticia Díaz Pascual. *Personal de la sede de Plasencia.*

El pasado día 10 de mayo tuvo lugar el Acto de Clausura de curso de la Sede de Plasencia.

En el que nuestro compañero y alumno de quinto curso, Pepe Maldonado, ofició como presentador de nuestra clausura de curso.



Doña Irene Fernández Mena, profesora del Conservatorio de Plasencia, hizo un viaje en la línea del tiempo de nuestra querida España, y con el sonido de su dulce saxofón enriqueció un

acto que nunca olvidaremos. Y de España cruzamos el charco hasta Venezuela con el deleite del Vals Sudamericano, disfrutando de la maestría que posee a la guitarra de Don Carlos Almoril, también profesor del Conservatorio de Música placentino. Del vals sudamericano, llegamos a Castilla a través de la Zarzuela. Así fue como el coro de la universidad dirigido por el maestro Juan Sebastián García Caminos se presentó ante nosotros, con la calidad que transmite siempre.

La seña de identidad de la Sede de Plasencia son los alumnos, así que entre las distintas actuaciones libres hubo interpretaciones con instrumentos musicales, recitales poéticos, narrativos y teatro, que representaron un Sketch, "Pelando la Pava", de la autora y Directora del Grupo de



Teatro, Asunción Iglesias Clemente, alumna de la sede.

Disfrutamos con la actuación de la Tuna del Centro Universitario de Plasencia, que era su primera vez con nosotros, por cierto, con una gran acogida y participación del mucho público asistente.

Y por último no hay poeta que no haga una canción, así que Carlos Bannik nos ayudó a recordar las mejores canciones del mejor cantautor y poeta, Joaquín Sabina, actuación que ayudó también al éxito de la velada, con nueva participación del alumnado. Antes de despedirnos, cantamos todos los asistentes el "Gaudemus Ígitor", himno de la Universidad.

SEDE DE CÁCERES.

Leticia Morales Chaparro. *Personal de la sede de Cáceres.*

El día 17 de mayo se celebró el Acto Oficial de Clausura de Curso en la Sede de Cáceres, en el Paraninfo de la Facultad de Filosofía y Letras lleno de alumnos, familiares y profesores del Programa.



El Acto comenzó de forma puntual con unas palabras de Dña. Rafaela Díaz Villalobos, Coordinadora de la Sede de Cáceres que, durante su intervención, destacó el aumento de alumnos durante el curso y el clima tan agradable que se ha vivido estos meses. Mencionó algunos datos relevantes, como las asignaturas de cada curso, la incorporación de materias y docentes nuevos, actividades realizadas, así como los viajes de estudios. De igual modo, destacó la atención que siempre recibi-

mos por parte del equipo decanal y el personal de la Facultad de Filosofía y Letras para el buen desarrollo de las actividades docentes y el correcto funcionamiento del Programa.

A continuación actuó el Coro de la Universidad de los Mayores de Cáceres, dirigidos por Dña. Ana Echávarri Lana, que nos deleitaron con canciones como Solamente una vez, Bésame mucho, Angelitos negros, y Edelweiss entre otras.



El Coro de la Universidad de Mayores de Cáceres en su actuación.

Una vez finalizada esta actuación, los componentes de Grupo de Teatro de la sede Cáceres, TUMCAC, representaron, Una Copita de Anís, trasladando al auditorio a un salón de una familia acomodada. La obra escrita por el director del grupo de teatro, D. Enrique Serviá García, se estrenaba en primicia. La representación recibió una muy buena acogida, así como muchas risas por parte del público que disfrutó con la misma.

Para finalizar el Acto, en el lateral del Paraninfo, el coro cantó el Gaudeamus como broche final a una tarde memorable.

Puede leer número anteriores de la revista visitando, en nuestra página web, la sección: *REVISTA AULA MAGNA*.

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

Tras las huellas de la historia

II EDICIÓN DEL TALLER DE ARQUEOLOGÍA

Miguel Caballero Peña. *Alumno Senior del Grupo de Arqueología.*

En la que fue en otro tiempo la Aldea del Revellao, a unos 4 kilómetros de Valverde de Leganés (Badajoz), hay una iglesia-basílica derruida dedicada a San Ildefonso que se remonta al siglo XIII. Un grupo de alumnos seniors de la Universidad de los Mayores de Extremadura de la sede de Badajoz están asistiendo a clases de Arqueología, teórico/ prácticas, dirigidas por los Profesores D. Víctor Gibello, Doña Andrea Menéndez... y el joven arqueólogo Don Diego Sanabria que conjuntamente han acometido la aventura arqueológica para tratar de comprobar "in situ" la concordancia de los documentos históricos y la lectura de las catas arqueológicas, que se están realizando. La Historia y la Arqueología son complementarias.

Los lunes y los miércoles a las 8:30, como "jóvenes estudiantes", portan el atuendo propio de los ayudantes de arqueología, se dirigen hacia las excavaciones para llevar a cabo una tarea apasionante: "leer e interpretar" lo que nos van diciendo los restos arqueológicos que se van encontrando.

Las imágenes son lo suficientemente elocuentes para comprobar la ilusión y entusiasmo de los 25 alumnos/as senior que componen esta primera experiencia arqueológica.

Muchos compañeros nos preguntan con ironía y sorna qué tal los tesoros encontrados, así como los dolores musculares y la artritis. Allí desaparecen todos, les contestamos. Podemos afirmar que ya hemos pasado el ecuador y seguimos con la misma curiosidad e ilusión de los primeros días. ¡¡Qué ilusión al descubrir los primeros enterramientos!! Continuamos con entusiasmo

para llegar a la época romana en un ambiente y unas relaciones humanas excelentes. Hasta la fecha no ha habido ninguna baja. El descubrimiento de dos enterramientos fueron momentos de júbilo y de incredulidad.



Alumnos Senior del taller de arqueología.

Esperamos comunicar otros descubrimientos y aunque estos se resistan, no importa. La experiencia ha merecido la pena ya que hemos iniciado esta segunda campaña con la ilusión y curiosidad de la primera. En esta ocasión, nos hemos trasladado a otro lugar de la finca para las nuevas excavaciones, en una pequeña loma donde estamos realizando 3 catas con la experiencia y el conocimiento del curso pasado, por lo que trabajamos con más eficacia.

Estamos junto a la "casa/chozo" del antiguo guarda de la que tuvo que ser en su día fértil y productiva huerta. Por agua que no quede, pues su fuente de dos caños no para de echar abundante agua durante las 24 horas del día. El paraje es sorprendente y la vista panorámica preciosa. Esta primavera va a ser excelente en lo referente a la exuberancia del campo. Todavía no hemos encontrado ningún resto significativo. Tenemos que continuar hasta encontrar la capa o suelo de la excavación.

En lo referente a nuestros arqueólogos, Víctor y Andrea, no hay palabras para expresar sus cualidades tanto profesionales como humanas. Es un verdadero placer y privilegio ser sus alumnos. Reiteramos nuestro agradecimiento al Programa y a la Fundación Dolores

Bas de Arús por esta iniciativa que contribuye a la difusión del Patrimonio Cultural Extremeño.

Trabajamos con la ilusión y curiosidad por saber si en la próxima jornada encontraremos retos que nos animen a continuar la tarea. La experiencia merece la pena.

Jornadas de Educación Vial

Marta Coronado Mansilla. *Personal de la sede de Don Benito/Villanueva de la Serena*

En el presente curso académico, se han presentado una serie de conferencias de "Formación y Educación Vial" en algunas de las distintas sedes del Programa Universitario de Mayores: Cáceres, Don Benito/Villanueva de la Serena, Mérida y Plasencia. Estas conferencias han estado a cargo de los difusores provinciales de Educación Vial de la Jefatura de Tráfico de Extremadura.



Ana Pachón Sánchez durante una de sus conferencias en D. Benito.

Las conferencias sobre "Educación Vial en Mayores" fueron: el 11 de Abril, en la Subsede de Don Benito; el 18 de Abril, en Villanueva de la Serena; el 19 y 21 de Abril, en la sede de Cáceres; el 25 de Abril, en Mérida y el 25 de Mayo en Plasencia.

En las conferencias se habló, según la Organización Mundial de la Salud (OMS), sobre los accidentes de tráfico como una pandemia, dándose las cifras de siniestralidad vial durante el año 2015:

ESPAÑA	BADAJOS
Nº Fallecidos: 1.137	Nº Fallecidos: 31
Nº Heridos graves: 6.171	Nº Heridos graves: 110
Nº Heridos leves: 69.144	Nº Heridos leves: 116

Una de las conferenciantes, Ana Pachón, hizo hincapié en la pérdida de eventualidad de los accidentes de tráfico, puesto que en un gran número de los casos son predecibles y están dejando de ser puntual.

El procedimiento habitual de la Jefatura de Tráfico ante cualquier accidente abarca la búsqueda del detonante del suceso, concluyendo que:

CAUSAS DE ACCIDENTES DE TRÁFICO
70 - 90% casos -> Debido al Factor Humano
10 - 35% casos -> Debido al Factor de Vía y entorno
4 - 13% casos -> Debido al Factor del Vehículo

Como broche a estas conferencias, se realizó un breve repaso de las distintas responsabilidades del peatón, al tratarse del personaje más débil en la conducción. En definitiva, se solventaron las dudas de cada uno de los asistentes, caracterizándose como una puesta en común de carácter práctico.

30 Aniversario

EL DIRECTOR DE LA UMEX EN EL XXX ANIVERSARIO DEL PROGRAMA INSTITUCIONAL PARA LA PERSONA ADULTA Y ADULTA MAYOR (PIAM) DE LA UNIVERSIDAD DE COSTA RICA.

Redacción Badajoz.

El Director de la Universidad de Mayores de Extremadura protagonizó, del 13 al 17 del pasado mes de marzo, los actos iniciales de la conmemoración del XXX aniversario del Programa Institucional para la Persona Adulta Mayor (PIAM) de la Universidad de Costa Rica con una serie de intervenciones para alumnos, docentes y directivos de su Programa.

La Asociación Española de Programas Universitarios de Mayores (AEPUM), que representa a casi un centenar de estos programas, la AEPUM delegó en el director del programa de Extremadura para representarla en este evento.



En primer lugar, impartió la conferencia inaugural de la celebración titulada "Innovación Educativa en los Programas Universitarios para Mayores".

Además de la citada conferencia, en los días sucesivos dirigió el Conversatorio con profesores y responsables del PIAM titulado: "Retos y desafíos de los Programas para Mayores". Impartió, así mismo, la Conferencia sobre "Nuevas competencias formativas en los programas educativos para mayores" y dirigió el Seminario titulado "Implementación de la innovación educativa en los Programa educativos para mayores".

Nos consta el agradecimiento por parte del PIAM de la contribución del Dr. Blázquez Entonado, que actualizó la situación y perspectivas de los citados Programas, especialmente el de la UEx, así como estableció vínculos de amistad y relaciones de cara al futuro, las cuales apuntan a distintas colaboraciones y posibles intercambios entre profesores y alumnos de ambos programas.



VIAJES DE ESTUDIO

Marta Coronado Mansilla. *Personal de la sede de Don Benito/Villanueva de la Serena*

Durante el presente curso académico, la Sede de Don Benito/Villanueva de la Serena ha realizado tres viajes de estudios a Córdoba, Ávila y Monfragüe. En cada uno de estos viajes han participado alumnos de ambas sub-sedes, ya que estas actividades extraordinarias tienen un carácter de convivencia entre el alumnado.



Viaje a Córdoba, 9 de marzo de 2016.

Al amanecer del pasado 9 de Marzo, los alumnos, guiados por D^a. Magdalena Ramos de la Rosa y acompañados por Marta, responsable de la Sede, iniciaron la ruta hacia tierras cordobesas. Pudimos disfrutar de un fantástico día adentrándonos por el casco antiguo de la ciudad para visitar las ruinas romanas (Mausoleo, Templo y Puente Romano), los monumentos correspondientes a la época Hispano-Musulmana (Mezquita Catedral, Alcázar de los Reyes Cristianos...), así como la Sinagoga, correspondiente a la época judía. La profesora de la sede de Historia del Arte, realizó una magistral clase práctica enfocada en la historia de la ciudad.

Nuestro siguiente destino ha sido Ávila. El pasado 13 de abril, Magdalena Ramos volvió a impartir una maravillosa clase práctica en tierras abulenses. El recorrido por la ciudad abarcó las visitas de la Basílica de San Vicente, la Catedral de Ávila y el Monasterio de Santo Tomás, entre otros. Además, los alumnos pudieron adentrarse entre las murallas y disfrutar del encanto de la ciudad.



Viaje a Monfragüe, 18 de abril de 2016.

Por último y no por ello menos gratificante, el alumnado de la Sede visitó el Parque Natural de Monfragüe el pasado 18 de abril, guiado por D. José M^a Corrales Vázquez. Los alumnos pudieron apreciar in situ la fauna y flora característica de la zona. Además, se visitó el Castillo de Monfragüe, el Salto del Gitano, entre otros, y realizamos un recorrido por el Tiétar.

Con estos viajes de estudios, finalizan las actividades complementarias de la Sede para el presente curso académico.

Visite nuestra web para estar informado de todas las noticias y eventos en la UMEX:

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

Caminantes Libres

José Luis Martínez Guerrero. Alumno de la sede de Badajoz.

El pasado mes de Enero, un grupo de "Caminantes libres" de la Universidad de los Mayores de la sede de Badajoz, realizó una visita cultural a la villa de Fuente del Arco donde se encuentra la capilla dedicada a la Virgen de Ara y la mina de la Jayona.

Previa cita en el Ayuntamiento, fuimos recibidos por la concejala de Cultura que nos acompañó a la ermita y nos mostró una serie de rutas a realizar por los miembros del grupo;



tras la visita, quedamos emplazados para el día 31 de Enero para efectuar una ruta de senderismo y la visita a las instalaciones.

La Capilla se encuentra en las estribaciones de la mina de "La Jayona" y a pocos kilómetros de la hipotética frontera con Andalucía. Data del siglo XIV, a pesar de ello, conserva el estilo mudéjar que se funde con las columnas romanas de la entrada del templo. Se compone de una sola sala y su bóveda es de cañón. El patio y las construcciones anexas fueron ideadas por la orden de Santiago, desde el campanario construido en dos piezas, se puede observar la Sierra de San Miguel, la Sierra del Viento y la Ribera de Ara.

Las formas arqueadas y las pinturas de su techo y paredes con motivos religiosos, hacen que su parecido a la Capilla Sixtina de Roma, se le denomine, "la Capilla Sixtina Extremeña". Fue levantada por el rey "Jayón" el cual tenía una hija llamada Erminda a la que cuenta la leyenda se le apareció la mismísima Virgen María ofreciéndole el milagro de hacer que su padre que era ciego, recuperase la vista a cambio de que ella se convirtiera al Cristianismo.

Monfragüe: Paraíso Natural

José Luis Martínez. Alumno de la sede de Badajoz.

El pasado día 22 de abril, los alumnos de 4º curso de la Universidad de Mayores, sede Badajoz, asistieron a la clase "Ecosistema Extremeño" del profesor José Mª Corrales (Chema), esta vez en las instalaciones del Parque de Monfragüe.

Ya en carretera e intercomunicados por medio de las actuales técnicas (2 Walkies-talkies) y utilizando los altavoces de los autobuses, el profesor nos fue deleitando con su valiosa información. Durante el viaje por carretera, nos iba informando sobre sus características y la diversidad del paisaje que recorrimos antes de llegar a Monfragüe: montañas, sierras, dehesas, charcas o animales que pastaban en esos momentos en los campos entre los que se encontraban las vacas "blancas cacereñas", en otro tiempo dedicadas al arrastre del arado o a tirar del carro; la oveja "merina negra", dos especies a punto de extinguirse y cuya desaparición parece ser no muy lejana en el tiempo.

Una vez en Monfragüe, nos organizamos para no perder detalle de las explicaciones didácticas del profesor durante el recorrido por todo el parque, el camino con cuestas y curvas, se hizo lento y para los que no pudieron hacerlo a pie por lo angosto del terreno, la organización puso un todoterreno para acercar al castillo a los menos "valientes".

El parque de Monfragüe es regado por los ríos Tajo y Tiétar. En abril de 1979, fue declarado Parque Nacional. En 1988 se declaró Zepa (zona especial de protección de aves). En 2003, la UNESCO lo declaró Parque Reserva de la Biosfera.

En 2007, fue nominado como Parque Nacional y en 2011 ha sido propuesto para el sello de calidad del cielo

de la iniciativa Starlighth, por la calidad para la observación del cielo nocturno. La ermita tiene en su interior una imagen de la Virgen con el Niño, la "Virgen de Monfragüe" del siglo XVII-XVIII (no contrastados) traída desde Palestina por los caballeros de la Orden de Santiago.



Alumnos de la sede de Badajoz en la subida hacia la ermita.

El castillo conserva una barbacana y dos torres, una de ellas pentagonal y la otra cilíndrica, esta última se conserva muy deteriorada. Monfragüe, cuenta con más de 200 especies de vertebrados.

En el parque viven diversas familias de aves, entre ellas: el buitre negro con más de 286 parejas, el buitre leonado con más de 500 parejas, el águila imperial (12 parejas) la cigüeña negra con más de 30 parejas, águila real 7 parejas o el águila perdicera con otras tantas, búho real, alimoche y otras tantas de especies de menor importancia.

Habitan al mismo tiempo en el parque, nutrias, meloncillos, garduñas, gato montés, tejón o jineta como al mismo tiempo gran variedad de peces y reptiles.

En cuanto a la vegetación, predominan las encinas, el alcornoque o el quejigo, jaras brezos y madroños o acebuches repueblan el maravilloso entorno del parque de Monfragüe y con toda la información, felizmente cuidado y digno de visitarlo para deleite de la vista.

Gracias al profesor D. José María Corrales por las explicaciones y la información facilitada que con su enseñanza hace que queramos más a nuestra Extremadura.



La música de la naturaleza

Emilio Agudo Martínez. Alumno de la sede de Badajoz.

Entre ríos, montes y valles suena una música. ¿Qué música será? ¿Será la música de la amistad? ¿Será las aguas de un río, saltando y saltando por dos enormes laderas? ¿Será el Tormes al pasar por las Chorreras?



¿Será el mecimiento de las ramas de los árboles con las caricias del viento, porque llega la primavera? ¿Será el canto de los pájaros interpretando canciones de ensueño? Oh... montes, ríos, valles, pájaros, vientos ¡escuchad la música!

Es la naturaleza, todo cuanto está encima del regazo de la madre tierra; sean montañas, rocas, árboles, plantas, agua, animales, seres humanos tienen música. Es la música de la naturaleza la que da la vida, la que da la fuerza, el ímpetu, el conocimiento profundo de nuestro propio ser, la humanidad.

¡Amigos, mirad! Allí junto al río, debajo de aquel enorme álamo, hay un grupo de personas, mujeres y hombres; acerquémonos están aprendiendo y compartiendo juntos vivencias y emociones de vida.

¡Eh, amigos! ¿Nos podemos acercar? Sí, claro. ¡Mirad, ya sé quiénes son, unas grandes personas! Qué alegría y coincidencia, son los de la Universidad de Mayores en un día de convivencia.

Soñadores de lunas

M^a Antonia Marcelo. Alumna de la sede de Badajoz.

Habla el Presidente Nixon:

— Hola Neil y “Buzz”, les estoy hablando por teléfono desde el Despacho Oval de la Casa Blanca seguramente ésta sea la llamada telefónica más importante jamás hecha, porque gracias a lo que han conseguido, desde ahora el cielo forma parte del mundo de los hombres y como nos hablan desde el Mar de la Tranquilidad, ello nos recuerda que tenemos que duplicar los esfuerzos para traer la paz y la tranquilidad a la Tierra. En este momento único en la historia del mundo, todos los pueblos de la Tierra forman uno solo. Lo que han hecho los enorgullece y rezamos para que vuelvan sanos y salvos a la Tierra.

Armstrong contesta al Presidente:

— Señor Presidente, para nosotros es un honor y un privilegio estar aquí. Representamos no solo a los Estados Unidos, sino también a los hombres de paz de todos los países.

Es muy probable que cuando los astronautas Armstrong y Aldrin caminaron por la superficie de la luna, miraran hacia la tierra y pensarán que hay varios tipos de personas: los listos, los tontos y los soñadores. Y he aquí que un grupo de estos último, los “soñadores”, nos decidimos visitar la luna, pero no la que está tras el jardín de casa, la que por las noches de luna llena juega al escondite con la cortina del dormitorio. No. La luna de verdad, la que pintan en los cuadernos de la escuela los niños con fantasía, lunas con ojos que parpadean, con fondo de montañas verdes, árboles, nubes, luceros, conventos derruidos, castillos con princesas y casas donde duerme el hombre lobo.

El grupo había decidido abandonar la comodidad del hogar para visitar la luna de las fantasías. Tras el alunizaje

en un remoto camino, dejaron sus naves en lugar seguro y se adentraron en la espesura de la dehesa rodeada de encinas, alcornoques y alguna que otra manada de vacas atentas a tan extraños seres que, como única protección contra los posibles enemigos que pudieran encontrar, portaban un cayado, una esterilla y una mochila de provisiones para un tiempo indeterminado.



Miembros de la A.U.M.E.X. en una de sus caminatas.

Tras una larga caminata, con algunas bajas por lo el mal estado del terreno, el grupo se iba extendiendo por el camino, lo que más bien, a esas altas horas de la noche, parecía un grupo paramilitar con guisas de camuflaje que intentaba hacer alguna fechoría, por lo que los extraños habitantes del lugar decidieron hacerles frente bien pertrechados por un vehículo Picat que conducía a toda velocidad y de la que descendió un bulldog con cuerpo humano. Tras una corta conversación con tan extraños seres, aclaradas las buenas intenciones de que solo era un camino para visitar el convento que extrañamente se encontraba en los alrededores, el bulldog concedió el permiso pertinente para continuar andando, no sin antes demostrar sentirse aliviado al comprobar que ni él ni su prole corría peligro.

Avanzó el grupo, esta vez sí, un poco más organizado por vereda de zarza y canchales cuando ante nuestros ojos aparecieron unas extrañas edificaciones de épocas tan diferenciadas como debieron ser los habitantes que los poblaron; un convento derruido, del que solo quedaba elevadas paredes negras sin protección alguna

como altos gigantes en guardia perpetua; a escasos metros, una casa de época indeterminada, decorada por una puerta de herradura, con rejas de hierro rematadas con negras cruces y dos arriates en el porche, que sin explicación alguna, lucían espléndidos gladiolos. Lindando con ella un pequeño castillo almenado sin ventanas ni puertas, por las que en cualquier momento podría aparecer algún extraño gigante que lo habitara con capa y espada.

El relincho de un caballo fue lo más romántico del lugar. Tal vez éste estuviera atado en algún árbol colindante por algún caballero refugiado en el castillo con alguna dama raptada, porque irremisiblemente; en la casa tenía que vivir una bruja y el convento, por fuerza, estaba habitado por fantasmas.

En efecto, una vez instalados en el porche, para dar cuenta de las viandas, dispuestos a contemplar "el Mar de la Tranquilidad" de la luna, no tardaron en aparecer los fantasmas, un hombre y una mujer chillona, en esta ocasión camuflados de guardas de la finca, acompañados de dos mastines que no se apartaban de sus dueños y un caniche que, contentos de ver a alguien por aquellos lares, movían el rabo en señal de bienvenida. No era así lo que manifestaba la señora guarda-fantasma que se empeñaba en saber el motivo de tan extraña visita a un lugar tan inhóspito y tan altas horas de la noche, que ante la respuesta de los visitantes que el motivo era "ver la luna", a poco que le da un ataque de ira, argumentando que si donde vivían ellos no lo había.

-Pues no, señora guarda-fantasma, donde nosotros vivimos la luna, no tiene ojos, ni montañas, ni grillos, ni ranas, ni conventos, ni castillos, ni fantasmas. Solo me queda una duda. ¿Qué hacían allí aquellos enormes gladiolos?

(<http://www.canalextramadura.es/alacarta/radio/audios/monasterio-san-isidro-de-loriana-la-roca-de-la-sierra-270514>)

P
OESIA

Canto a mi Extremadura

Manuel Medina Huete. *Alumno de la sede de Cáceres.*

Verdes campos, dehesas negras,
monte bajo donde corren lagartos
y habitan las culebras.
Verde del olivar verde,
olivos en las mesetas
colocaditos en filas
cual soldado en la leva.
Regadíis en los valles,
vegas fértiles en tus riberas
de esos ríos que te cruzan
abriendo surco en tus tierras.
Las cepas de tus viñedos,
se esparraman por tus tierras,
dormitan sobre tus campos,
al sol que mucho calienta.
Pámpanos verdes floridos
vestidos de primavera.
Muros recios, piedras viejas.
Piedras que hablan de antaño,
que nos cuentan tus grandezas.
Es el libro de tu historia,
que está escrito en las piedras.
Fuertes muros, piedras bellas
así son los monumentos
que adornan; calles y plazas,
que las colman;
de ermitas y de palacios,
de templo y de iglesias.
Son tus pueblos y ciudades,

son tus campos y tus dehesas.

Extremadura la añaja,
la que se fue haciendo vieja,
la asentada en un llano
al que se llega por cuesta.

Extremadura y sus cielos
donde habitan las estrellas,
en la que lunas y soles
se recrean en su belleza.

Extremadura, es esa,
en la que los vientos cierzos
habitan morando en ella.

Extremadura; la que las lluvias
de otoño la visten de primavera.

Extremadura es esa;
en la que el invierno duro
se siente feliz en ella.

Extremadura es mi tierra.
Tierra que nunca fue rica,
por ser generosa y buena.
Porque siempre dio a otros
lo que para ella quisiera.

FECHAS DE MATRICULA Y PREINSCRIPCION EN LA UMEX (CURSO 2016-2017)

1º CURSO

PREINSCRIPCION	MATRICULA
Del 1 al 16 de Septiembre	Del 20 al 30 de Septiembre

POSTGRADO

2º,3º,4º y 5º CURSO

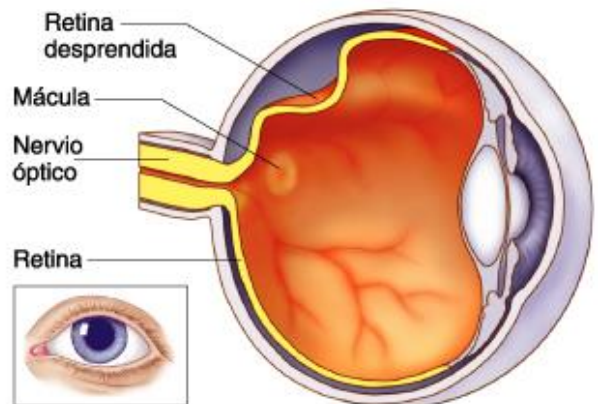
Del 1 al 16 de Septiembre	Del 1 al 21 de Octubre
----------------------------------	-------------------------------

¿SABIAS QUE...?

Desprendimiento de retina

Por Carmen Moreno (Revista SENDA)

Ante un desprendimiento de retina, la visión está en juego y cada hora cuenta. Esta patología ocular es fácil de diagnosticar y tratar, pero requiere de una actuación urgente, principalmente del paciente, que debe recurrir a su oftalmólogo a la mayor brevedad, ya que de ello dependerá la recuperación de la máxima visión.



Se estima que una de cada 10.000 personas al año sufre desprendimiento de retina. Y una de cada 1.400 padecerá esta enfermedad ocular alguna vez en su vida. Sucede con igual incidencia en hombres y en mujeres y, aunque puede aparecer a cualquier edad, es más frecuente entre los 40 y los 70 años. Puede ocurrir por traumatismo en el ojo, tras una intervención quirúrgica ocular, por ejemplo una operación de catarata, o bien espontáneamente. Pero el principal factor de riesgo es la miopía.

Tal y como señala el presidente de la Sociedad Española de Retina y Vítreo (SERV), José María Ruiz Mo-

reno, “el 40% de los desprendimientos de retina ocurren en personas miopes”. Esto se debe a que en la población con miopía la retina es más delgada de lo normal y, por tanto, son más habituales los desgarros y agujeros. Y el riesgo es mayor cuanto más elevada es la miopía.

Con lo cual, el profesor Ruiz Moreno sostiene que las personas con miopía deberán tener especial cuidado y realizarse revisiones periódicas de fondo de ojo, al menos una vez al año. Este experto también llama la atención de aquellas que ya han tenido desprendimiento en un ojo, ya que en el 10 % de los casos el desprendimiento de retina suele ser bilateral, es decir, se produce en los dos ojos. Asimismo, advierte a aquellos que tienen una historia familiar de desprendimiento de retina, sobre todo si se trata de familiares de primer grado, aunque matiza que el desprendimiento en sí no tiene carácter hereditario, “más bien esta predisposición se debe a que la miopía se hereda”.

Las diez comunidades más longevas de España

De la revista SABER Y BIENESTAR, DE UDP.

Si eres madrileño estás de enhorabuena, cada vez es más común que los habitantes de esta Comunidad Autónoma alcancen los cien años. Su esperanza de vida es de 84 años largos, siendo el grupo potencialmente más longevo de España, además de ser quienes disfrutan de una estadística muy favorable en indicadores como tasa bruta de natalidad, solo por debajo de Melilla, Ceuta y Murcia, y la cuarta menor tasa de mortalidad tras Melilla, Ceuta y Canarias.

Según los datos del INE, el segundo lugar del top ten en esperanza de vida, es La Rioja. Será por el buen vino, por el clima seco o por sus excelentes productos de

huerta, ofrece a sus vecinos una esperanza de vida de 83,78 años, muy cerca de Madrid, pero sin llegar a sus 84 años de media, y a poca distancia de la tercera, Castilla-León que acreditó unos resultados definitivos de 83,61 años de vida media.

Los siete primeros en la clasificación de las comunidades más longevas superan de largo los 83 años de vida. La cuarta comunidad es Navarra con 83,46 años medios y la quinta el País Vasco, el placer por la buena comida, el ejercicio y el fomento de las relaciones sociales hacen que los habitantes de Euskadi alcancen una edad media de esperanza de vida de 83,35 años. Castilla-La Mancha es la sexta con 83,28 años de vida media, y Cataluña —la séptima del ranking del INE— la última que ofrece a sus ciudadanos 83 años, al superar por 17 centésimas esa barrera.

La octava posición la obtienen los gallegos con 82,92 años. La novena plaza es para los aragoneses que viven de media 82 y 86 años. Y cierra esta clasificación de los diez más longevas Cantabria, cuyos habitantes alcanzan los 82 y 79 años.

Nacimientos por semestres (2010-2015). Total nacional

Año	Semestre	Nacimientos	% variación sobre el mismo periodo del año anterior
2010	enero-junio	233.737	-4,1
	julio-diciembre	252.838	0,7
2011	enero-junio	230.568	-1,4
	julio-diciembre	241.431	-4,5
2012	enero-junio	224.782	-2,5
	julio-diciembre	229.866	-4,8
2013	enero-junio	207.391	-7,7
	julio-diciembre	218.324	-5,0
2014	enero-junio	208.375	0,5
	julio-diciembre	219.220	0,4
2015 ^(*)	enero-junio	206.656	-0,8

Datos provisionales del INE. 1er semestre 2015

El resto de las comunidades se mueven entre los 79,88, la esperanza más baja que tiene Ceuta, o los 80,6 años de Melilla, y los 82,70 de las islas Baleares. En los 82 años están también Canarias, Andalucía, el Principado de Asturias, Extremadura, la Comunidad Valenciana y Murcia.

Diseñan un reloj localizador para personas con alzhéimer o demencia senil

(Revista SENDA)

Neki, una start-up promovida por un estudiante de Informática de la Universidad de Zaragoza, ha desarrollado un reloj localizador que permite a los responsables o familiares visualizar la ubicación de sus mayores en un mapa de la app o de la web o hablar con ellos, ya que puede utilizarse como teléfono. El dispositivo para mayores ha surgido de forma natural, como un paso más tras diseñar una pulsera para niños que alerta al smartphone de los padres cuando el pequeño se aleja en centros comerciales, excursiones al aire libre, playas o parques.



“Muchas personas que compraban la pulsera para sus hijos nos preguntaban por un diseño menos infantil para sus padres, porque algunos padecen alzhéimer o demencia senil y, en ocasiones, se escapan de casa

cuando ven la puerta abierta”, explica el joven informático y promotor de esta iniciativa, Rafael Ferrer. “Las familias cuidadoras de este tipo de personas sufren un estrés añadido y una carga emocional importante en su día a día. Este localizador ofrece las mismas funcionalidades que la pulsera, pero con un diseño más sénior.

La idea innovadora de la pulsera de Neki ya mereció uno de los premios del programa nacional Talentum Start-ups de Telefónica en su edición de 2013. Ahora esa propuesta se ha convertido en una empresa zaragozana con siete trabajadores, que está empezando el proceso de internacionalización para expandirse a otros países.

Neki Creativos SL, start-up de la Universidad de Zaragoza, fue impulsada por Rafael Ferrer, que empezó con este proyecto a los 21 años, cuando todavía era estudiante de Informática y desarrolló un prototipo para comprobar si era tecnológicamente posible llevarla a cabo. Un año después fue seleccionado para entrar en el programa “Spin up” de la Universidad, donde recibió formación empresarial, tuvo un mentor de negocios y asesoramiento jurídico.

Con este proyecto empresarial son 35 las empresas surgidas bajo el paraguas de la Universidad de Zaragoza, gracias al impulso generado por el programa “Spin-up”, que busca transformar el talento universitario en un modelo de negocio recurrente, rentable y escalable, minimizando su probabilidad de fracaso. Este concurso está promovido por el Vicerrectorado de Transferencia e Innovación Tecnológica, y coordinado por la OTRI con el apoyo del Departamento de Industria e Innovación del Gobierno de Aragón.

Colabora con la revista enviando tus artículos al correo electrónico:

mayores@unex.es

P ARA L EER

SECCIÓN IDEADA PARA QUE LOS ALUMNOS DE LA UMEX RECIBAN UNA ORIENTACIÓN O UN CONSEJO SOBRE LIBROS QUE, POR ALGUNA CIRCUNSTANCIA, LLAMAN LA ATENCIÓN AL AUTOR DE LA MISMA

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

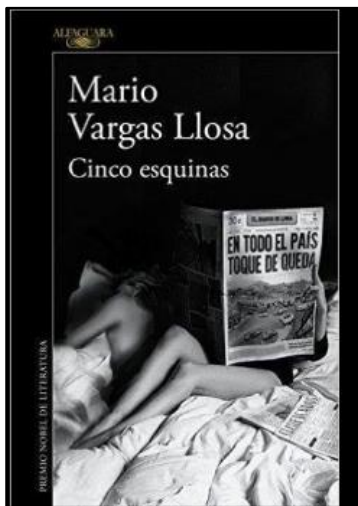
CINCO ESQUINAS.

Mario Vargas Llosa. Nació en Arequipa en 1936. Escritor peruano que adquirió la nacionalidad española en 1993. El libro es el relato de un mundo amenazado por el cinismo y la violencia, en el que Vargas Llosa ofrece un retrato del Perú de los años 1.990 y recrea un mundo en el que los personajes de distintos ambientes sociales se ven afectados por el terrorismo, el periodismo amarillista y la corrupción asociada a las esferas de poder durante el gobierno de Alberto Fujimori.

La historia comienza cuando el director de un semanario sensacionalista intenta destruir la reputación de un exitoso ingeniero con unas fotos en las que aparece en una situación comprometida.

LOS BESOS EN EL PAN.

Almudena Grandes. Nació en Madrid en 1.960. Escritora Española y Columnista habitual del diario El País. Los besos en el pan, cuenta de manera sutil y conmovedora, cómo transcurre la vida de una familia que vuelve de vacaciones decidida a que su rutina no cambie, pero también la de un recién divorciado al que se oye sollozar tras un tabique, la de una abuela que pone



el árbol de Navidad antes de tiempo para animar a los suyos, la de una mujer que decide reinventarse y volver al campo para vivir en las tierras que alimentaron a sus antepasados. En la peluquería, en el bar, en la oficina o en el centro de salud, muchos vecinos protagonistas de esta delicada novela, vivirán momentos agrídulces de una solidaridad inesperada, de indignación y de rabia. Pero también de ternura y tesón. Y aprenderán por qué sus abuelos les enseñaron, cuando eran niños, a besar el pan.

LA TIERRA QUE PISAMOS.

Jesús Carrasco. Nació en Badajoz en 1972. En 2005 se trasladó a Sevilla después de residir varios años en Olivenza y Torrijos. Desde 1996 trabaja como redactor publicitario, actividad que compagina con la escritura. Deslumbró con su primera novela "Intemperie" que recibió toda clase de premios por un texto singular en un mundo rural.

La acción se sitúa a principios del siglo pasado, España ha sido absorbida y pasa a formar parte de un vasto imperio que ocupa todo el continente de punta a punta. Después de la ocupación, los mandamases de los invasores, escogen una pequeña población extremeña para recompensar a sus mandos militares que se han encargado del trabajo más duro.

Eva vive en los alrededores del pueblo, está casada con un decrepito coronel de un regimiento de fusileros de las tropas conquistadoras, llamado Iosif Holman. Ya no

Almudena Grandes
LOS BESOS EN EL PAN

colección andanzas



es la joven de "familia bien" que vivía en su mundo ideal, superficial

Cuando entra en escena Leva, un extraño personaje, ella tratará de ayudarlo. A través de los cuadernos de Eva, nos iremos enterando de la terrible realidad de la historia de ese hombre que se introducirá y ocupará por completo su existencia.

"La tierra que pisamos" trata de nuestra conexión con la tierra, tanto de la tierra donde tenemos nuestras raíces y nos originamos como la que percibimos al ampliar nuestra perspectiva hacia un mundo más global. También es la pugna de una mujer por rebelarse contra lo aprendido, contra el sistema que ha pervertido sus ideales más íntimos y de la búsqueda de ese sentido verdadero en su vida.

AZARIA.

Anabel Rodríguez Sánchez. Nació en Badajoz en 1973. donde vive y trabaja. Es abogada especialista en derecho administrativo y en mediación familiar y madre de familia.

Azaria es un pueblo tranquilo y armonioso de la raya, de la frontera. Es un pueblo serrano de calles blancas y empedradas que vive ajeno a las convulsiones políticas del país gobernado bajo la dictadura de Miguel Primo de Rivera. Esta paz del día a día se verá bruscamente interrumpida por el misterioso asesinato de dos ancianos, los hermanos Cándido y Paquita Gutiérrez.

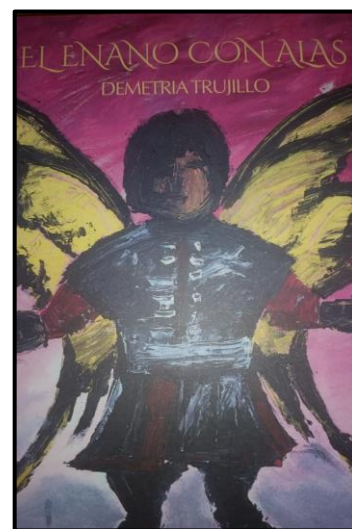
La precipitada intervención de la Guardia Civil y el salvaje interrogatorio de uno de los habitantes, provocará una rebelión en el pueblo que obligará al Gobierno Central a intervenir y enviar a un inspector para esclarecer unos hechos de los que se está ocupando una joven del lugar que aspira a que su vida sea algo más que la esposa de un infeliz.



EL ENANO CON ALAS.

Isidora Demetria Trujillo Aguilera. Nació en Atarfe (Granada) en 1946.

Demetria Trujillo Aguilera, andaluza de nacimiento, ha vivido gran parte de su vida en Extremadura, donde es alumna de 4º curso de la Subse de Don Benito. Jubilada, vive con ilusión el sueño de toda su vida: escribir.



En este, su tercer libro, continúa su línea de escritora realista y fantástica, nos muestra una vez más, su gran pasión por la naturaleza y la vida sencilla, así como su gran habilidad por entremezclar lo real con lo ficticio.

"El Enano con alas", trata de una historia que entrelaza lo real con lo subjetivo y fantástico; donde se entremezclan los deseos y los sueños con las verdades más crudas y desesperadas; donde todos sus personajes intentan hacer prevalecer sus sentimientos. El enano con alas se encarga de mantener el hilo conductor de toda la trama, aunque aparentemente se mantiene ausente.

Una vez más, los beneficios económicos están destinados a obras sociales, en este caso, la Asociación para la Integración de las Personas con Enfermedad Mental PROINES. Puesto que su único fin es compartir su afición literaria, considera la donación de sus beneficios como su personal manera de contribuir con la sociedad.

Su ímpetu en el continuo aprendizaje hizo que hace tres años se uniera a la Universidad de Mayores, donde asegura haber encontrado mucho cariño dentro y fuera de las aulas, por parte de compañeros, profesores, personal laboral... y se reafirma en que nunca se conoce lo suficiente, ya que todos podemos ser nuestros propios héroes.

GALERIA DE FOTOS



Teresa Bartolomé en una de sus explicaciones con los alumnos de la sede de Zafra.



Alumnos de la sede de Mérida en el centro de interpretación de Cornalvo.

Visite nuestra web y visualice todas las fotos y videos realizados en el siguiente enlace:

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



Alumnos de la sede de Plasencia frente a la Casa Museo Gabriel y Galán.



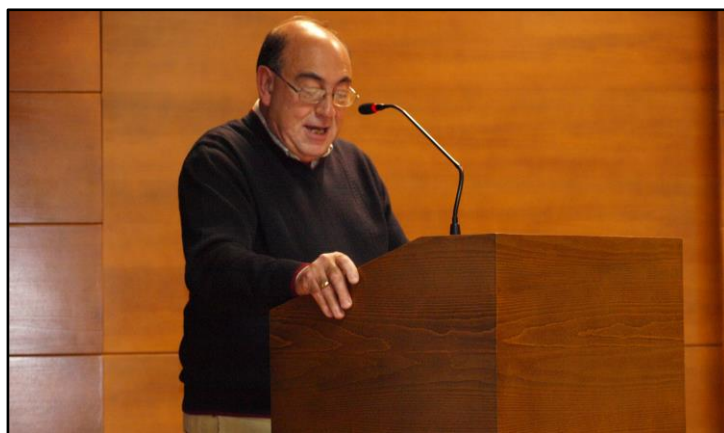
Una de las actuaciones realizadas en el acto de clausura de la sede de Plasencia.



Alumnos de la sede de D. Benito/Villanueva en los patios Cordobeses.



Alumnas de la sede de Mérida minutos antes de la representación de teatro en el acto de clausura.



José Luis García Reinoso en la actividad realizada en postgrado: "Poetas relacionados con la ciudad de Badajoz".



Alumnos de la sede de Cáceres en el viaje que realizaron a Penha García.



Alumnos de la sede de Mérida en una de las sesiones del taller "Conoce Emérita Augusta".



José María Corrales Vázquez con los alumnos de la sede de Badajoz en Monfragüe.



Alumnos de la sede de Badajoz en barco durante el recorrido realizado en el Tajo Internacional.



Alumnos del IPL 60+ en una de las actividades realizadas en la UMEX de Badajoz.



El coro de la Universidad de Mayores de Badajoz junto a la banda Municipal de Música de Badajoz.



Alumnos de la sede de Plasencia frente a la Catedral Románica de Zamora.



Alumnos de la sede de D. Benito/Villanueva en el castillo de Ávila.



Alumnos de la sede de Mérida en el Museo Arqueológico Nacional de Madrid.



Escena de la obra representada en el acto de clausura de la sede de Cáceres el 17 de mayo.



Alumnos de la sede de Mérida en la comida de despedida del curso.



Alumnos de la sede de Cáceres en el viaje que realizaron a Medellín.



Alumnos de la Universidad de Mayores de Extremadura en una de las actividades del intercambio con los alumnos del IPL 60 +.



Foto tomada en Zamora por un alumno/a de la sede de Plasencia.



Alumnos de la Universidad de Mayores de Extremadura en el intercambio con los alumnos de la Universidad de Santiago.



Alumnos de la Universidad de Mayores de Extremadura participando en una de las actividades en el intercambio con el aula de la Experiencia de la Universidad de Huelva.



Alumnos de la Universidad de Mayores de Extremadura en el intercambio con los alumnos del aula de la Experiencia de la Universidad de Huelva.

Si tiene alguna foto realizada del algún evento, actividad o viaje de estudio no dude en hacérsela llegar al personal de su respectiva sede.



Alumnos de la Universidad de Mayores de Extremadura en una de las actividades del intercambio con los alumnos del aula de la Experiencia de la Universidad de Salamanca.



Alumnos de la Universidad de Mayores de Extremadura en una de las actividades del intercambio con los alumnos del aula de la Experiencia de la Universidad de Salamanca.



Alumnos de la Universidad de Mayores de Extremadura y del Instituto Politécnico de Leiria 60+ frente a la fachada del Monasterio de Alcobaça (Portugal).



Alumnos Senior de la sede de Badajoz en una de las sesiones del taller de arqueología.



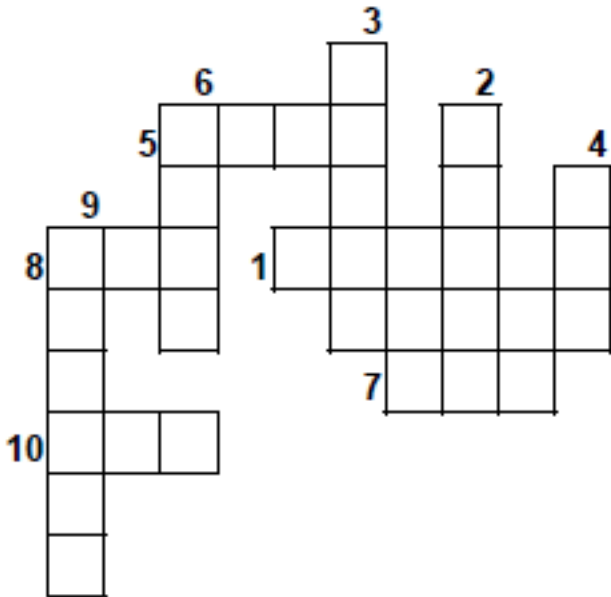
Alumnos de la Universidad de Mayores de Extremadura en el recibimiento del ayuntamiento de Santiago de Compostela con los alumnos de la Universidad de Santiago.



Alumnos de la sede de Almendralejo en la visita que realizaron el 20 de abril a Mérida.

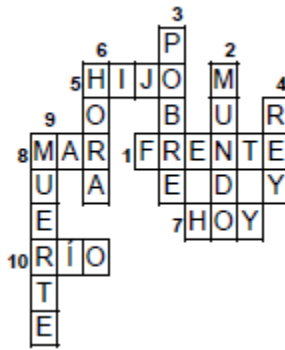
E NTRETENIMIENTO

CRUCIGRAMA:



1. Parte superior de la cara que se extiende desde las cejas hasta la vuelta superior del cráneo. Zona de la cara por encima de los ojos, línea de fuego.
2. Creación. Todo lo creado.
3. Que no tiene lo necesario para vivir desahogadamente. Sin recursos.
4. Soberano de un reino.
5. Vástago masculino. Persona o animal respecto de su padre o de su madre.
6. Cada una de las veinticuatro partes del día solar. Tiempo de sesenta minutos.
7. El día en que estamos. El día presente.
8. Masa de agua salada que cubre la mayor parte de la superficie terrestre. Porción extensa de agua, sinfín.
9. Defunción. Terminación de la vida.
10. Torrente constante de agua.

SOLUCIÓN CRUCIGRAMA:



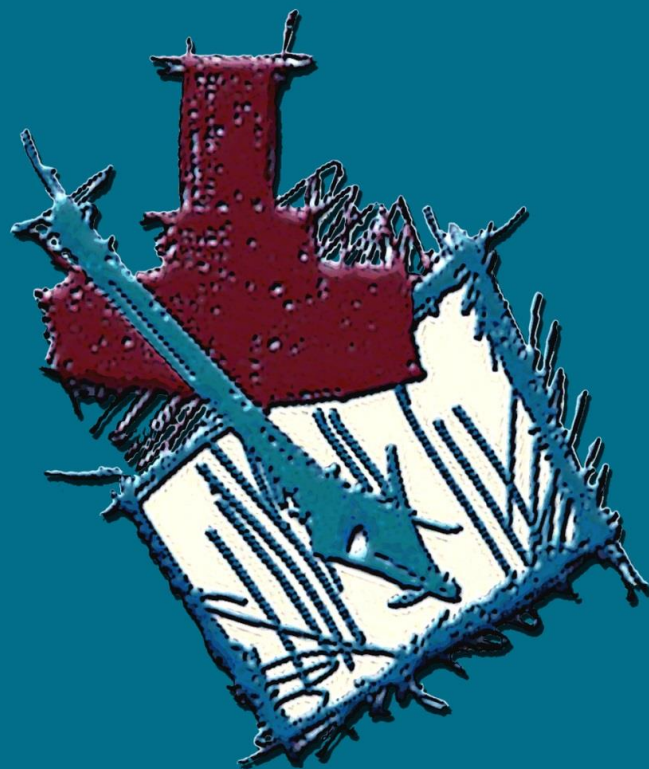
SUDOKU:

7			5					
	6					5		1
		4		9		8		3
	8	9						6
		7			9		5	
2		5				9		7
	7	6				1		9
				9				3
9						7	4	5

SOLUCIÓN SUDOKU:

7	9	8	5	3	1	6	2	4
3	6	2	8	7	4	5	9	1
5	1	4	6	9	2	8	7	3
1	8	9	7	2	5	3	4	6
6	4	7	3	1	9	2	5	8
2	3	5	4	6	8	9	1	7
4	7	6	2	5	3	1	8	9
8	5	1	9	4	6	7	3	2
9	2	3	1	8	7	4	6	5

PROGRAMA UNIVERSITARIO



UNIVERSIDAD
de los Mayores

DE EXTREMADURA

*Medalla de Extremadura
2011*

