



Mercedes Arias, Antonio Vilaríño y Pilar Yáñez, antes de iniciar su clase de Informática de los martes en la facultad de Ciencias de Lugo, donde cursan estudios de Cuarto Ciclo junto con 77 jubilados más

SANTY LÓPEZ

Ochenta años no es nada

El voluntariado, el deporte, Internet y los estudios son alternativas en Lugo para una jubilación activa

Es lunes, Pilar Yáñez Lombardía viaja en autobús de Meira a Lugo y viceversa. Como los martes, miércoles y jueves. El viernes, descansa. En Lugo, acude a cursos de cestería, macramé, Internet y también va a la Universidad, donde estudia el Cuarto Ciclo. Pilar es maestra y, por su edad (55), todavía tendría que estar en activo. Mejor dicho, en el colegio. Pero una enfermedad degenerativa la dejó ciega hace siete años y no le quedó más remedio que jubilarse. Ahora forma parte del grupo de 80 alumnos de Cuarto Ciclo que la Universidad de Santiago imparte en el campus de Lugo para todos los que todavía tienen ganas de aprender a la edad de la jubilación. Y ahí está Pilar, que tuvo que aprender a leer en braille y a andar con bastón —“mi novio”, dice— a los 47. Quizá no sabe que, con su ejemplo, está dando a sus compañeros —la mayoría de 65 para arriba— una lección de vida.

“Que nadie se quede en casa. La vida

Urías tiene 77 años y va a clase. Manuel, con 66, corre nueve kilómetros al día. Carmen, a sus 68, acaba de descubrir Internet. Maruja, de 66, hace compañía un día a la semana a Nieves, de 94. Y Salvador, con 66, asesora a emprendedores. Todos se sienten útiles. Y todos están jubilados.

SABELA CORBELLE

es corta y hay que seguirla viviendo, aunque sea con limitaciones, como yo. Pero, por lo menos, vives”, afirma Pilar.

Por eso coge el autobús de lunes a jueves y se traga sus 60 kilómetros diarios. Antes de estar en el campus de Lugo, se había apuntado a la Uned. En su situación, lo importante era salir de casa y hacer algo. Pero viajar hasta A Coruña y asistir a las tutorías le resultaba complicado. Por eso, no dudó

en apuntarse al Cuarto Ciclo y ya va por el segundo año.

“Vamos a ocuparnos, a aprender algo y a estar con otra gente. Es una experiencia maravillosa, incluso para los profesores que, a veces, se pasan tres cuartos de hora del final de la clase y siguen explicando”, señala Pilar.

Con Pilar, comparten aula de Informática en el campus de Lugo Antonio Vilaríño Rodríguez, de 73 años,

y Mercedes Arias Rodríguez, de 68. Antonio lo tiene muy claro: “Si fuera un crío, dirían que soy hiperactivo. No puedo estar parado”. Fue de los primeros en matricularse en estos estudios, hace nueve años. Y ya hace cuatro que se licenció. “Ahora estoy haciendo el proyecto *Excelsior* sobre el río Miño”, apunta. Porque, para él, lo importante es no dejar de ir a clase.

“Al acabar tercero, somos diplomados *senior* y nos hacemos una orla. Los tres primeros cursos son tres horas a la semana de clase. Aprendemos economía, alimentación, ecología, inglés, vídeo y fotografía digital, funcionamiento del cuerpo humano, literatura, temas de Derecho y de la Seguridad Social, historia, informática, salud bucodental, psicología...”, cuenta Antonio, que tuvo que colgar de joven sus estudios de Derecho para convertirse en funcionario y que ahora preside la asociación de alumnos del Cuarto Ciclo en el campus de Lugo. ⇨



DE CERCA

Una semana en la vida de Begoña Santos, delegada lucense de Presidencia



EN TRÁNSITO

Carmen Castillo viajó a España para completar sus estudios de Odontología



SALUD

El alergólogo Francisco Carballada habla de la predisposición a padecer asma



MULLERES

Menchu Lamas está considerada a gran dama viva da pintura galega

⇒ Mercedes Arias, con sus 68 años, dice en voz muy alta que está “en la mejor etapa de mi vida”. Y lo razona: “Es que hago lo que me gusta y nadie me obliga a nada”. Estudia, sale con sus amigas y viaja. “No tengo tiempo que me sobre. Es más, este fin de semana me voy a Croacia”, añade esta mujer que, con siete hijos y a los 43 años, inició los estudios de Enfermería, carrera a la que se dedicó en cuerpo y alma hasta hace poco más de tres años, cuando tuvo que operarse a corazón abierto para que le implantasen una válvula.

“La vida me regaló otra oportunidad y encontré en estos estudios lo que buscaba. Soy una persona afortunada”, dice Mercedes que, además de Enfermería, también estudió Magisterio en sus años jóvenes.

Urías es el más veterano de los alumnos. Tiene 77 años y en los últimos ocho años estudió más que en toda su vida. “Con 14, comencé a trabajar en Sanal”, apunta. Nunca en su vida tuvo tiempo para estudiar. “Ahora descubrí un mundo distinto. Aprendí muchas cosas de las que no tenía noción y nos tratan muy bien: ¡hasta nos mandan las notas a casa! Incluso nos dieron siempre sobresaliente. Y eso que no te exigen repetir las cosas de carretilla, sino saber por dónde van los tiros”, dice Urías, que lleva a clase un bolígrafo y una carpeta bajo el brazo. Con su edad a cuestas, se siente totalmente integrado en el ambiente universitario. “Es más, incluso fui a comer a la cafetería de la facultad de Humanidades”, dice.

Urías es de los pocos hombres que se matriculan en estos estudios, terreno que están comenzando a acaparar las mujeres. “Los hombres somos más pasivos y hay quien prefiere ir a jugar la partida que venir a clase. No se dan cuenta de que si no haces algo, te anquilosas”, cuenta.

Voluntarios

Maruja Pardeiro Prieto tiene 66 años. Desde que se retiró, es voluntaria de Cruz Roja. “Llegué a Lugo desde Barcelona, donde vivía, y fui a ver a la asistenta social porque quería conocer amigas con las que poder hablar. Ella me recomendó ir a la Cruz Roja y allí estoy. Llevo cuatro años como voluntaria y lo que hago es acompañar a ancianos que se encuentran solos. Tienen necesidad de contar sus historias y no pueden salir de casa”, afirma.

Esta jubilada se reúne una tarde a la semana con Nieves Fernández, de 94 años, cuya movilidad se limita a un andador con el que recorre el pasillo de su casa. Nieves confiesa que ahora ya está “acostumbrada” a no salir de casa pero necesita hablar y Maruja le habla “muy clarito”. “Hablamos de la aldea y nos llevamos bien”, cuenta.

Para Maruja también es importante su cita con Nieves. “Tengo toda la tarde para mí. Así que pensé: ¿para qué sentarme delante del televisor si me encuentro activa? Para mí, todo esto es un enriquecimiento personal y, sobre todo, algo muy humano”, afirma Maruja, que incluso llegó a convencer a Nieves para que se pusiera a calcetar. “No quería, pero un día llegué y tenía hecha la espalda de un chaleco”, cuenta orgullosa.

Salvador Soriano también es voluntario. A los 66 años —y con una carrera de gerente de empresas como Fontecelta, Coren o La Casera a sus espaldas— se siente útil. Desde un despacho de la Cámara de Comercio asesora a emprendedores que quieren montar una empresa. Su mayor garantía: la experiencia.

“No había cumplido los 62 cuando decidí formar parte del Secot, Seniors Españoles para la Cooperación Técnica. Nosotros, los jubilados, les hacemos estu-



De arriba a abajo, Maruja Pardeiro y Nieves Fernández, Carmen Iglesias, Urías Rodríguez, y Ángel Rodríguez y Salvador Soriano

“Estoy en lo mejor de mi vida. Hago lo que me gusta y no tengo tiempo que me sobre”, dice Mercedes, de 68 años

“Si dejo de correr mis nueve kilómetros un par de días no me siento en condiciones”, cuenta Manuel, con 66

dios económicos a los nuevos empresarios y los asesoramos en cuestiones como la concesión de microcréditos. Estamos al día porque el Secot nos manda información, pero lo fundamental es que todo esto te sirve para sentirte animado y útil, porque ayudas a alguien. ¡Eso que también tengo mucho nieta con que entreterme!”, afirma Salvador quien, en estos momentos, asesora a Ángel Rodríguez, que —con 55 años— se acaba de embarcar en el proyecto de abrir una empresa de mensajería.

“Me parece muy bien todo esto, porque así los jubilados pueden emplear su tiempo en algo productivo y nosotros aprovechamos su experiencia”, apunta Ángel.

Otra opción de voluntariado para jubilados es la cultural, puesta en marcha por la Confederación Española de Aulas de la Tercera Edad, cuyo secretario general es José Luis Jordano Laguna.

Esta organización se dirigirá en breve a

las instituciones lucenses para gestionar que un grupo de mayores de Lugo puedan ofrecerse como guías turísticos voluntarios en museos y catedrales.

“Somos entre 1.100 y 1.200 en toda España, y estamos en 130 museos y ocho catedrales, pero en Lugo no tenemos a nadie y queremos implantarnos ahí”, manifiesta Jordano Laguna.

Internet

La que tampoco se anquilosó tampoco fue Carmen Iglesias que, con 68 años, descubrió lo que era Internet seis años atrás, después de comprarse un ordenador “porque quería utilizarlo como si fuese una máquina de escribir”. Pero un buen día pasó por Ciberlalia —el ciber de Caixa Galicia con acceso gratuito a Internet— y, con la “inmensa” ayuda de los empleados de allí, descubrió otro mundo.

“Navego una hora al día. Busco, sobre todo, información de películas o de novelas. Ahora que estoy sin hijos y sin nietos, tengo más tiempo y me dedico a esto a pleno rendimiento. Internet te abre unas posibilidades impresionantes. Me abstraigo por completo y... ¡me parece un milagro!”, cuenta Carmen.

Deporte

Un auténtico milagro es el que cada día hacen Manuel González Vázquez y sus 66 años. “Corro nueve kilómetros en una hora. Empecé a raíz de sufrir un neumotórax, a los 50, y ya no lo dejé”, afirma este atleta, que incluso los domingos amplía su recorrido a “15 o 16 kilómetros”. Lo mejor de todo es que Manuel no es el único jubilado lucense de 60 para arriba que sale a correr. En su misma pandilla están dos sexagenarios más. “Si dejo de correr un par de días, no me siento en condiciones. Aunque, a veces, pienso: desde luego, hay que estar locos... ¿no estaremos mejor tomando unos vinos?”, bromea.



Manuel González, de 66 años, en plena carrera matinal

J. VÁZQUEZ