

Hindenburgstr. 1
42853 Remscheid
Tel.: 0 21 91 / 42 15 31
Fax: 0 21 91 / 42 14 32
E-Mail: cfma@iree.org



Ihr Zeichen und Ihre Nachricht vom
Su referencia y escrito de

Unser Zeichen:
Nuestra referencia:

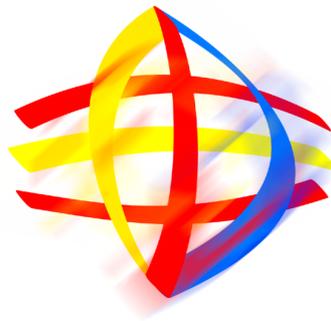
Comunicado de Prensa - Comunicado de Prensa - Comunicado de Prensa

Taller de animación cultural y médico-social celebrado del 2 al 4 de junio del 2023 en Bonn-Bad Godesberg

Del día 2 al 4 de junio tuvo lugar una nueva edición de las ofertas médico-sociales y culturales para personas mayores organizado por la Coordinadora Federal del Movimiento Asociativo (Bundesverband spanischer sozialer und kultureller Vereine e.V.). Esta vez participaron en el seminario 39 personas procedentes de las localidades de Aquisgrán, Colonia, Dortmund, Dusseldorf, Essen, Gelsenkirchen, Langenfeld, Neuss, Oberhausen, Remscheid, Wermelskirchen y Wuppertal.

Tras el saludo y apertura del seminario por parte del presidente de la Coordinadora Federal y Consejero del Consejo General de la Ciudadanía Española en el Exterior, Antonio Espinosa Segovia, el Dr. José Sánchez Otero enumeró en una ponencia las enfermedades más frecuentes que pueden dar en la vista en las personas mayores, concentrándose esta vez en las cataratas. La ponencia versó sobre la naturaleza de la enfermedad, su sintomatología, los datos estadísticos sobre el número de personas afectadas por esta dolencia, las medidas preparatorias a la intervención quirúrgica, el transcurso de la operación misma, el tipo de lentes que se suelen implantar y el proceso postoperatorio. Después de un breve descanso acompañado de café, té y algo de fruta, la Sra. Claudia Ladino Schwede, profesora oficial de Hattha- y Ashtanga yoga, introdujo el tema con información sobre los orígenes de ambas modalidades de yoga y su extensión como práctica en los distintos países. Acto seguido todos los participantes practicaron una tabla de ejercicios especialmente diseñados para personas mayores o con algún tipo de incapacidad. Para ello, los ejercicios pudieron realizarse sentados en una silla. Participantes con experiencia en las técnicas de yoga realizaron los mismos ejercicios de la manera habitual. Tras de la pausa del mediodía, el Dr. Sánchez Otero expuso los orígenes, ejecución práctica y ventajas para la salud y el bienestar de la conocida "marcha nórdica". A continuación, todos los participantes tuvieron la oportunidad de ejercitarse en el uso de esta modalidad deportiva tanto en el parque que rodea el instituto anfitrión como en los alrededores y orilla del Rin. Para finalizar el programa del sábado, posteriormente a la cena se procedió a la proyección de la película "El buen patrón", galardonada, entre otros premios, con el "Goya" a la mejor película del año 2022. Thalita Santana y Sarah Calderón introdujeron la proyección y moderaron el coloquio sobre la misma, que, dada la larga duración de la película, tuvo lugar después del desayuno del día siguiente.

Luego de comenzar el domingo con la discusión sobre "El buen patrón", se procedió a continuar con el programa preparado para el día. Con esto, el Dr. Sánchez Otero expuso una nueva



ponencia en base a una presentación de Power Point sobre el problema de la soledad y la sensación de aislamiento que sufren muchas personas mayores. La ponencia se refirió a los datos estadísticos existentes sobre el fenómeno, sus causas y consecuencias, así como la variada gama de medidas que se pueden tomar para mantener en jaque la sensación de aislamiento y soledad acentuada. Entre los remedios y medidas, el ponente expuso los resultados de un proyecto-modelo reciente de una ONG católica conocida en Alemania como los Malteser, subvencionado por el Ministerio Federal para las personas mayores, en el que se llevó a cabo un amplio estudio sobre las dimensiones del problema de la soledad y el aislamiento de las personas mayores, agregando como resultado de su labor de investigación en campo un listado detallado de medidas paliativas del problema.

Al final del seminario los participantes efectuaron una valoración de lo que habían significado los dos días transcurridos y formularon un buen número de propuestas para los próximos talleres y seminarios para personas mayores de la Coordinadora Federal. Algunas de las propuestas incluían dar a conocer algunos métodos para aumentar la autoestima; cómo afrontar las relaciones sociales con personas alemanas; el análisis de la situación de Alemania ante las consecuencias del COVID y los retos de tipo energético, medioambiental y presupuestario; el preocupante crecimiento de la influencia del partido político Alternativa para Alemania (AfD), y la terapia en base a la risa, entre otros. Finalmente, Severino Abeledo Crespo, Vicepresidente de la Coordinadora Federal, agradeció a los participantes la nutrida asistencia, deseándoles un buen regreso a sus lugares de residencia.

Para obtener más información sobre las actividades que ofrecemos para las personas de la tercera edad, diríjase, por favor, a la oficina de la Coordinadora Federal del Movimiento Asociativo en Alemania, Hindenburgstraße 1 – 42853 Remscheid, tlf.: 02191 - 421531, email: cfma@iree.org.

Remscheid, 12 de junio del 2023