



Integrantes de la actual junta directiva del club (falta Pedro Aranguren), junto a dos colaboradores de la misma.

Nueva ETAPA

EL CLUB ENTREVIENTOS REÚNE A CASI 1.500 JUBILADOS Y PENSIONISTAS DE LA LOCALIDAD, QUE INMERSOS EN UNA NUEVA ETAPA DE SUS VIDAS, TIENEN LA POSIBILIDAD DE DISFRUTAR DE NUMEROSAS ACTIVIDADES DE OCIO Y FORMACIÓN

A PUNTO DE CUMPLIR 25 AÑOS desde su fundación, el Club de Jubilados Entrevientos se ha convertido en un claro referente en la vida social de Barañáin y en punto de encuentro de un alto porcentaje de jubilados y pensionistas de la localidad. El municipio cuenta con algo más de 2.000 vecinos mayores de 65 años y el club agrupa a 1.480 jubilados y pensionistas. Cada vez más, llegar a la denominada 'tercera edad' no es sinónimo de retirada y de vejez, sino de inicio de una nueva etapa en la vida que puede estar marcada por la autonomía, la actividad y la meta de nuevos retos y aprendizajes.

La esperanza de vida aumenta y, según las últimas estadísticas, los navarros somos los que tenemos oportu-

nidad de vivir más de media en el ranking de la población mundial, un privilegio en el que sólo nos vemos vencidos por Andorra. La esperanza de vida en Navarra superó los 82 años en 2007, lo que la coloca, junto a Madrid, a la cabeza de la media del país. La media mundial es de 66,7 años, aunque existen diferencias abismales entre las distintas zonas del planeta. Mientras que en Europa y América del Norte ronda los 73 años, en África es de 55.

Con estos datos, no es de extrañar que buena parte de la atención de las Administraciones se centre en atender las demandas de este sector de población cada vez más numeroso. No siempre resulta sencillo mantener el op-

timismo cuando los años se acumulan y cuando se da por concluida una etapa marcada, en la mayoría de los casos, por una activa vida laboral. Tener la oportunidad de sentirse perteneciente a un grupo con el que compartir experiencias siempre resulta enriquecedor y es en este ámbito donde el club Entrevientos desempeña una importante labor que, no obstante, puede pasar desapercibida para el resto de la población. Lugar de reunión para disfrutar del tiempo de ocio, para aprender nuevas destrezas, para desarrollar aptitudes que muchas veces han quedado ocultas por la falta de tiempo, para ser útil apoyando a otros vecinos... El club es, sin duda, un termómetro para conocer esa nueva vida que se inicia en la 'segunda juventud'.



Los cursos de manualidades, éxito seguro

PAGINA CUATRO



Los mayores opinan y formulan demandas

PAGINA CUATRO

Club de Jubilados y Pensionistas Entrevientos

Espacio para continuar EN ACTIVO

LAS ACTIVIDADES QUE PROGRAMA EL CLUB PERMITEN QUE SUS SOCIOS INVIRTAN PARTE DE SU TIEMPO EN LA REALIZACIÓN DE ACTIVIDADES CULTURALES, FORMATIVAS Y DE OCIO



Socios del club jugando a las cartas y una sesión del taller de memoria.

■ **DESCE QUE ABREN** sus puertas a las 11 de la mañana, los locales del Club de Jubilados y Pensionistas Entrevientos, situados en la plaza de la Paz y en la plaza Caimito de Guayabal, son un continuo ir y venir de socios. Acudir al club se ha convertido para muchos de ellos en un ritual diario. Bien para permanecer un rato conversando con otros compañeros, bien para no perdonar la siempre entretenida partida de cartas o bien para participar en alguna de las numerosas actividades que se ofertan, el caso es que esta veterana entidad, con casi 25 años de vida, ha conseguido erigirse en motor de buena parte del tiempo de ocio de la 'tercera edad' berriñanense.

La junta directiva del club está formada en la actualidad por ocho personas (Antonio Aznar-presidente; Félix Larraz-vicepresidente; Víctor Aramendía-secretario; Jesús Portilla-tesorero; Conchi Carrera, Lola Campos, Antonio Ripa y Pedro Aranguren-vocales), que cuentan con la colaboración de José Cobos (responsable de Voluntariado) y de Daniel Lleyda en tareas de administración. Como representantes del Ayuntamiento actúan los ediles José

Luis Ruiz (UPN) y José Luis Tejero (PSN). Los locales son propiedad del consistorio, que se hace cargo del mantenimiento, así como del pago del agua, luz, calefacción... Además, contribuye con una subvención al desarrollo de las actividades que se programan.

Junto a estas actividades, uno de los objetivos del club y del Ayuntamiento es la apuesta por la mejora de las instalaciones, aspecto que en 2009 se impulsó de forma notable. Con cargo al Fondo Estatal de Inversión Local, se llevaron a cabo diferentes reformas como el acondicionamiento de las puertas de acceso a los locales y a la sala de manualidades, la colocación de extractores de humos o mejoras en la iluminación y calefacción. Otras de las últimas mejoras acometidas últimamente en la sede del club en la plaza de la Paz ha sido la creación de una Ciberaula para que los socios puedan formarse y acceder a las nuevas tecnologías; la reconversión del frontón, infrautilizado hasta ahora, en un gimnasio con diferentes aparatos para la realización de ejercicios, y reformas en la terraza. Además, en las partidas del nuevo Fondo Estatal para el Empleo y la Sostenibilidad, se contempla la



El club se suma cada año a los actos programados en la festividad de San Esteban y aprovecha la jornada para homenajear a los socios que celebran sus bodas de oro.

instalación de termostatos para la correcta regulación de la temperatura de los radiadores y aire acondicionado. Además, desde primeros de año, los bares del club cuentan con nuevos adjudicatarios. Según afirman desación de la propia entidad, con los nuevos responsables se ha "mejorado notablemente el servicio, algo que resulta fundamental en el día a día de la actividad de los locales".

No hay que olvidar tampoco que, desde mediados de 2009, se encuentra en marcha un servicio de comedor en el local de la plaza Caimito. Los socios pueden disfrutar de

variados menús con dos opciones distintas para elegir y con la posibilidad de optar, por ejemplo, por menús especiales para celíacos, diabéticos o hipertensos. En el precio de 4 euros se incluye un primer plato, un segundo plato, pan y postre. La creación del comedor era una de las demandas más insistentes formuladas por los mayores del municipio.

"Agradecemos al Ayuntamiento su colaboración, apoyo y participación. Además, mantenemos también unas relaciones muy apreciadas con Bienestar Social del Gobierno de Navarra, Caja Navarra, Caja Rural,

Kutxa y La Caixa, no sólo por sus aportaciones económicas, sino por su amabilidad, consejos y charlas de formación", comentan desde el club. Entrevientos mantiene también una especial relación con los clubes de jubilados de Cizur, Villava, Huarte, Arre, Iturruma, Ezcabarte, Orkoien, Burlada y Berriozar, con los que suele reunirse para tratar asuntos de interés común y compartir información sobre posibles actividades.

Que socios nuevos, algunos de ellos jóvenes debido a prejubilaciones, participen activamente en las actividades y comiencen a tomar el relevo de los 'veteranos' es uno de los anhelos de la actual junta directiva. "Parece que los jóvenes no quieren asumir responsabilidades, pero es algo que resulta necesario para que el club continúe adelante con buena salud. Por otro lado, se habla en ocasiones de los 'abuelos-canguro' y ésta es una realidad que, en muchos casos, impide al mayor disponer con más libertad de su tiempo", apuntan. En cualquier caso, y gracias a la dedicación desinteresada de las sucesivas juntas que han tomado las riendas de club, éste puede presumir de gozar de una salud envidiable.



En el local de la plaza de la Paz se cuenta con una Ciberaula.

PREVENCIÓN DE LA DEPENDENCIA, RETO DE LA AUTONOMÍA E INFORMÁTICA

Las propuestas de actividades del club incluyen también una serie de atractivos y exitosos talleres. Con subvención de La Caixa, el año pasado se impartieron talleres de prevención de la dependencia, así como de risoterapia, lectura y memoria, sin olvidar los talleres de 'El reto de la autonomía' en los que se trabaja el área sensorial, la cognitiva y la motriz, así como la atención y la memoria. Además, se programan talleres de informática, tanto de iniciación como de perfeccionamiento. La ciberaula permanece abierta también dos días a la semana con la presencia de un socio voluntario que realiza labores de asesoramiento.

Por otro lado, son habituales las charlas formativas e informativas sobre aspectos de interés para los socios. Además, en 2007 se puso en marcha el servicio de Podología, subvencionado en parte por el departamento de Salud del Gobierno de Navarra. Durante el año pasado, fueron atendidas unas 50 personas al mes. Y en 2008 se sumó la asistencia de Fisioterapia, servicio sufragado directamente por el club. En el último año fueron realizadas unas 200 atenciones.

VIAJES Y FESTIVIDADES

Los viajes y excursiones organizados desde el club cuentan siempre con un elevado número de personas inscritas. Se trata, sin duda, de una de las actividades más apreciadas y solicitadas por los socios. En el total de salidas efectuadas en 2009, se contabilizó la participación de más de un millar de personas. Las salidas de un día o medio día se combinan con viajes de carácter cultural como los realizados, por ejemplo, a Castilla León y Castilla la Mancha o a Victoria. Las próximas salidas previstas por el club tienen como destino Bilbao, Laguardia y Logroño.

También son muchas las celebraciones que se llevan a cabo. Carnaval, el Día de la Madre, el Día del Libro, el Día del Mayor en las fiestas patronales, el Día del Socio (incluye un homenaje a los dos socios mayores del club) o el Día de San Esteban (se organiza un homenaje a las parejas que celebran sus Bodas de Oro) son algunas de las festividades que conmemora el club. Asimismo, organiza campeonatos de mus y brisca, con sus correspondientes entregas de trofeos y, en diferentes fechas, el club ha contado con la presencia de grupos musicales de la localidad, que les regalan aplaudidas actuaciones. También destaca la programación de sesiones de baile los sábados por la tarde.



Ekinean antolatzen duten eskulanean erakusketan.

Udalerriko adinakoentzat erreferente

HAIZE ARTEAN JUBILATUEN ETA PENTSIODUN ELKARTEA,

Barañaingo adinakoentzat motor bat da. Ia 1.500 kide dira eta bi lokal dituzte, Bake eta Caimito de Guayabal enparantzetan. Bertan, urtean zehar, jarduerak eta ekitaldiak antolatzen dituzte. Udal instalazioak dira, beraz, Udalak mantentze-lanak egiten ditu edo argia, ura eta berokuntzaren fakturak ordaindu. Era berean, jarduerak aurrera eramateko, diru-laguntzak ematen ditu. Elkar- tea duela 25 urte sortu zen eta, egun, Antonio Aznar da presidentea. Ildo honetan, zuzendaritza-batordean daude Félix Larraz (lehendakariordea), Víctor Aramendía (idazkaria), Jesús Portilla (diruzaina) eta Conchi Carrera, Lola Campos, Antonio Ripa eta Pedro Aranguren (batzordekideak). Aldi berean, laguntzaileak dituzte: José Cobos, Bolun-

tarioen Taldeko arduraduna, eta Daniel Lleyda, administrazio lanetan. José Luis Ruiz (UPNko zinegotzia) eta José Luis Tejero (sozialista) udal ordezkariek dira.

Azken urte honetan, Bake enparantzeko lokalean hainbat berritze-lanak egin dira (Toki Inbertsioaren Estatu Funtsetik), besteak beste, sarbideko atean eta argiztapen eta berokuntza sisteman. Aurten ere, hobetze-lanak egitea aurreikusten dute, Tokiko Enplegu eta Egonkortasunerako Estatu Funtsetik. Gainera, iaz, jantoki zerbitzua ezarri zen Caimito enparantzeko lokalean. Bertan, 4 euro ordaindu eta kideek era askotako menuak dituzte.

Arrakasta handien izan duten ekintzen artean bidaia, txangoak eta eskulan tailer- rakk dira. Urtero, 200 lagun inguruk hartzen dute parte ikastaro hauetan eta duten trebetasun artistikoa ekainaren amaieran antolatzen duten erakusketan ikus daiteke. Dena den, tailer gehiago daude: soinketa, yoga, risoterapia tailerra, irakurketa, oroimen tailerra, informatika edo menpekotasuna prebenitzeko tailerra, esate baterako. Aldi berean, elkarteak karta txapelketak edo hitzaldiak antolatzen ditu urtean zehar. Eta inauteriak Amaren Eguna, Liburuaren Eguna edo Kidearen Eguna ospatzen dute. 2001. urtetik, elkarte- bat Boluntario talde bat arantzen da. Hian zuzen, duela bi urte, Udalak ematen duen Solidaritate saria jaso zuten.



Voluntarios, en la celebración del día del grupo hace dos años.

NUEVE AÑOS DE AYUDA ALTRUISTA DEL GRUPO DE VOLUNTARIADO

Realizar una labor altruista y desinteresada en labores de acompañamiento a personas asistidas, que permite a los familiares un momento de respiro, es el propósito que persiguen con ahínco los integrantes del Grupo de Voluntariado del Club de Jubilados y Pensionistas Entrevientos. A pesar de que esta generosa y loable iniciativa del club comenzó en 2001, todavía es desconocida por buena parte de la población, y eso que el Ayuntamiento reconoció su labor otorgándole hace dos años el Premio Solidaridad. Siempre de acuerdo con los deseos y condiciones de la persona asistida, acompañan en domicilios, en el mismo club, en paseos por la localidad, en traslados a los centros de salud... Los voluntarios reciben cursos de formación y

cuentan con un carnet que les acredita como tales. José Cobos realiza las labores de coordinador del grupo, que reúne en la actualidad a 28 de miembros. Cada año, el grupo celebra el Día del Voluntariado con una misa, una asamblea y un aperitivo. Sus retos para 2010 pasan por conseguir que aumente el número de voluntarios y también por lograr que haya más gente que conozca, se interese y demande este servicio. Integrado en el grupo Volcán de Caja Navarra y con el apoyo también del Servicio Social de Barañaín y de la trabajadora social de los centros de salud, los voluntarios ponen todo de su parte para hacer la vida más fácil a otros vecinos que necesitan un hombre en el que apoyarse o con quienes comparten simplemente unas horas de conversación, así como para poner su pequeño grano de arena dando un merecido respiro a sus familias. Para contactar con el grupo: 660 931358.

TENIENDO EN CUENTA QUE LA ESPERANZA DE VIDA ES CADA VEZ MAYOR, ¿CÓMO VALORA LOS SERVICIOS QUE PRESTAN LAS ADMINISTRACIONES A LA TERCERA EDAD?



■ Cuando una persona se jubila, todavía es joven y puede desarrollar mucha actividad, que en ocasiones no ha podido llevar a cabo durante su vida laboral. Uno de los objetivos es

que estas personas se sientan activas (en el aspecto físico y mental) y que mantengan un buen nivel de autoestima. El Club Entrevientos canaliza gran parte de esta actividad y, desde el Ayuntamiento, le seguiremos apoyando e impulsando los Servicios Sociales (atención domiciliaria, programas de mayores...). También estamos abiertos a escuchar las propuestas que nos hagan llegar.



■ Es importante valorar la realidad social en la que viven. Se trata de un colectivo que, sobre todo las mujeres, subsiste con jubilaciones escasas. A ellos y ellas les debemos una parte importante de

lo que hoy somos. Apoyamos que se les faciliten medios y lugares para sus reuniones e intercambio de experiencias, pero sólo con esto no basta. Creemos necesaria su implicación con el Ayuntamiento mediante la creación de un Consejo de Mayores a nivel local que nos permita canalizar todo el potencial de sus conocimientos y utilizar sus sugerencias en beneficio de toda la ciudadanía.



■ Muy positivamente. En el nivel primario de los derechos subjetivos, el Estado del Bienestar y el ímpetu de las políticas sociales han mejorado mucho la calidad de vida de nuestros mayores al ga-

rantizarles la revisión al alza de las pensiones, la protección social y las ayudas socio-sanitarias a los mayores más vulnerables. Simultáneamente, en el nivel secundario, la demanda de los servicios sociales especializados ha sido objeto de un gran impulso por parte de las Administraciones Públicas y del sector privado. Ahí están, por ejemplo, los espacios de residencia, la atención domiciliaria o los proyectos para el ocio y tiempo libre creativos.



■ En general, los servicios que da la Administración responden más al planteamiento lúdico que al social de las necesidades que demandan nuestros mayores. En Barañaín, desde IU echamos en falta algo que

ya venimos solicitando desde hace tiempo y que en estos momentos se agudiza. Servicios como son Apartamentos Tutelados, Comedor Social y Hospital de Día son necesidades que la elevada media de edad y la "cacareada crisis" están convirtiendo en primera necesidad. Las necesidades lúdico-sociales de locales y actividades se vienen cubriendo con el complemento del esfuerzo y el aporte humano de la Asociación de Jubilados Entrevientos.

Artistas con mucho talento

LOS TALLERES DE MANUALIDADES SON YA UN CLÁSICO EN EL PROGRAMA DE ACTIVIDADES DEL CLUB

■ **CERCA DE 200 SOCIOS** participan cada año en las actividades de manualidades, a las que se suman también las clases de bailes latinos y de cocina. Taracea, decoración, pintura al óleo, costura, pintura en tela, taracea-estaño, talla en madera y cerámica conforman la extensa oferta que permite que los inscritos desarrollen sus habilidades artísticas. Sandra Nuin es, desde hace tres años, la monitora del taller de talla. *“Disponen de tiempo libre y esto les sirve de distracción. Además, se lo toman muy en serio, aprenden rápido y les proporciona mucha satisfacción”*, asegura. *“Algunos apuestan por la talla geométrica y otros van más allá y se meten incluso en escultura de bulto redondo y en relieve”*, desvela.

Éste es el tercer año que Juan Beorlegui asiste a las clases de talla. *“Antes de jubilarme, tenía ya la idea de hacer alguna manualidad y aproveché la ocasión. No soy tan artista como otros, pero vengo dos días a la semana y me sirve para relacionarme con los compañeros y para pasar un buen rato”*, afirma. Teófilo Valencia es otro de los alumnos de Sandra. *“Es el primer año que vengo a talla, pero también voy a clases de pintura. Las mañanas se pasan mejor haciendo algo y los cursos resultan muy entretenidos”*, señala.

Quien conoce muy bien a sus pupilos y los beneficios de estos cursos para los mayores es M^a Jesús Cabodevilla, que atesora 14 años impartiendo clases de pintura al óleo. *“Tengo gente que viene desde hace muchos años y que pinta muy bien. Lo mejor es el interés*



■ *Un grupo de inscritos en las clases de pintura al óleo, que cada viernes por la tarde acude al club para disfrutar de su aprendizaje y afición por esta disciplina artística.*



■ *Veteranos alumnos en una de las clases de talla en madera, que tienen lugar los martes y jueves.*

que tienen y el compañerismo. El primer año llegan un poco tímidos y yo trato de ayudarles y de que nunca se vean limitados. Hay gente que me deja muy sorprendida con lo que hace”, explica. Para M^a Carmen Usoz, asistir a las clases de pintura *“es una terapia”*. *“Vengo muy a gusto y siempre cuento con la ayuda de mis compañeros”*, confiesa. Enfrascada en un dibujo abstracto para su hijo, afirma que pasa toda la semana *“deseando que*

llegue el viernes por la tarde”. José M^a Rodríguez es uno de sus compañeros. *“Me jubilé con 60 años, tenía afición y, al disponer de tiempo, no me lo pensé dos veces”*, comenta. José María saca sus propias fotografías de diversos rincones de Pamplona y, a partir de ellas, da forma a sus creaciones. Ahora mismo está realizando un cuadro en el que reflejará la calle Dormitalería, el Portal de Francia y la Ronda Barbazana.

A sus 83 años, una de las veteranas de estas clases es Irene Pejenaute. *“He pasado por un montón de cursos de manualidades y siempre ha venido contentísima. Ahora asisto también al taller de memoria y pertenezco al grupo de voluntariado. Yo lo que quiero es hacer cosas y servir para algo”*, comenta. Y, al final de curso, la exposición con buena parte de los trabajos realizados durante el año en las distintas modalidades es siempre sinónimo de éxito. *“Para las monitoras supone una satisfacción enorme ver cómo progresan”*, apunta M^a Jesús Cabodevilla.

Mientras unos hacen manualidades, en la sala contigua del gimnasio, otros socios se afanan en ponerse en forma, como Nieves. *“Vengo un ratito todos los días. Creo que el cuerpo lo agradece y es muy cómodo porque no existen horarios. Además, también me acerco al club a jugar a las cartas y a las charlas que se organizan”*, señala. Y no hay que olvidar tampoco las clases de gimnasia de mantenimiento para la tercera edad que se imparten en el polideportivo, así como las de yoga, que tienen lugar en los propios locales del club.

■ ¿CÓMO VALORA LA ACTIVIDAD DEL CLUB? ¿QUÉ SERVICIOS ECHA DE MENOS EN BARAÑAIN PARA LOS MAYORES?

JOSÉ MARÍN SUÁREZ



“Soy socio del club desde hace unos diez años y me acerco, sobre todo, para jugar a cartas. Además, también me suelo apuntar a los viajes que se organizan y participo en todas las comidas, que suelen ser cuatro o cinco al año. Lo que echo de menos en Barañain son urinarios públicos porque cuando salimos de paseo nos vemos obligados a entrar a los servicios de los bares”

JOSÉ ANTONIO AGUIRRE MURILLO



“Sólo llevo un año como socio del club, pero lo utilizo a menudo para pasar el rato jugando a cartas y también para ir a las clases de gimnasia y a los cursos de informática. La idea del comedor me parece muy buena, pero estaría bien que se programase alguna sesión de cine y que pusiesen baños públicos y una residencia de ancianos en el pueblo”.

ELENA MARTÍNEZ RUIZ



“Soy socia del club desde que se abrió, hace ya muchos años. Vengo a pasar el rato con las amigas tomando el café y charlando, que nos gusta mucho. Ahora ya casi no participo en las actividades porque ya tengo 92 años, pero he ido a muchas excursiones. Veo que Barañain es un pueblo que está muy bien servido de todo y espero que siga siendo así”.

JOSEFA HERNANDO



“Participo en muchas de las actividades que organiza el club. Voy a clases de pintura en tela, de decoración, al taller de memoria, a gimnasia... y también me apunto a los viajes. En Barañain echo en falta una residencia de ancianos. Además, es una demanda que escucho habitualmente porque es una pena que haya que irse fuera si se necesita este servicio”.

CLAUDIA IGLESIAS



“No suelo acudir demasiado al club, pero creo que funciona muy bien. A lo que asisto es a clases de gimnasia. A nuestra edad vienen muy bien y yo noto que me encuentro mejor. Además, tenemos la suerte de contar con una monitora extraordinaria. Lo que necesitaría la localidad es una residencia de ancianos porque, poco a poco, la población se hace mayor”.

JOSÉ MANUEL GÓMEZ



“Hace casi una década que soy socio y formé parte de la junta directiva del club. En general, creo que funciona bien y que los socios responden a las actividades que se programan. Yo estuve asistiendo durante cuatro años a clases de pintura. Ahora utilizo bastante el gimnasio y, si puedo, me apunto a algún viaje. Eso sí, Barañain necesita una residencia de ancianos”.