Mayores TELEFÓNICA

Al habla

AÑO 27 • Nº103 . JUNIO 2021

UN PASADO COMÚN, UN FUTURO JUNTOS

6º CONGRESO DE VOLUNTARIADO

José Manuel Rodríguez Herencias
Ganador del concurso
Lema del Congreso

Juntos, conectados, @vanzamos

Junta General AGMT 2021

¿Te sientes frágil?

En ATAM te ayudamos.

DETECCIÓN DE LA FRAGILIDAD Y PREVENCIÓN DE LA DEPENDENCIA

¿En qué consiste?

- Identificamos si estás en situación de fragilidad.
- Evaluamos posibles situaciones de dolor y limitaciones de movilidad.
- Evaluamos tus hábitos de sueño, actividad física y alimentación.

¿Cómo te ayudamos?

- Test y cuestionarios.
- Exploración física (no invasiva).
- Presencial y a distancia (mediante teleconsultas), con todos los profesionales necesarios.

Atam

equipoclinico.atam.es

91 709 80 91

Te recordamos que los socios del **Grupo de Mayores** pueden beneficiarse gratuitamente de todas las consultas con el **Equipo Clínico de ATAM** hasta **final de 2021**.

¡Llámanos!

STAFF

Al habla

AÑO 27 - JUNIO 2021 • Nº 103

Fundada en 1995

FUNDADOR
Ramón Sánchez-Horneros

EDITA
Consejo Gestor

CONSEJO EDITORIAL
Santiago G. Carrero (presidente)
José Luis Rodríguez Álvarez (vicepresidente)
Luís Álvarez Rodríguez (secretario general)
Pedro Jiménez Martín (editor)
Pilar Novo Morcillo (coordinadora contenidos)

MAQUETACIÓN
Reloj de Arena Comunicación

IMPRESIÓN
Rivadeneyra

Depósito Legal: M.16.942-1996
A.G.M.T. no se hace responsable de las opiniones manifestadas en esta revista.

CONSEJO GESTOR

PRESIDENTE: Santiago González Carrero
PRESIDENTE DE HONOR: César Alierta Izuel
VICEPRESIDENTE: José Luis Rodríguez Álvarez
SECRETARIO GENERAL: Luis Álvarez Rodríguez
TESORERO: José Manuel Rodríguez Herencias
VOCALES: Alfonso Alejandro Loredo
Pedro Medina

COORDINADORAS REGIONALES
Andalucía: Luis Reina
Aragón: José Luis Valverde
Castilla-León: Pedro Medina
Cataluña: Encarna Gracia
Centro: Luis Álvarez
Levante: Antonio Limonge
Noroeste: José Antonio López
Norte: Alfonso Alejandro Loredo

Al habla
Revista de la Asociación Grupo Mayores Telefónica (A.G.M.T.)

Donoso Cortés, 58 - 28015 MADRID
Telf.: 91 308 22 07

grupo@mayorestelefonica.es
revista-alhabla@mayorestelefonica.es
www.mayorestelefonica.es

CONTENIDOS

Mayores TELEFÓNICA

EDITORIAL 5
PÁGINA DEL PRESIDENTE 6

EN PORTADA
-6º Congreso del Voluntariado 8
-Junta General AGMT 2021 18

ACTUALIDAD
-Nuevas Bases Convocatoria de Proyectos 25
-Juntos en Red 25
-Barcelona: Actividades-In Memoriam Luis Batlle 26
-Guadalajara: Hoy por ti, mañana por mi 28
-La Rioja: 127 ayudando a todos en Logroño 28
-Madrid: el senderismo vuelve a caminar 29
-Comunidad Valenciana: XIX Convención Lúdica Nacional en Benidorm 30
-Visita nuestra web: www.mayorestelefonica.es 32
-Intervención de nuestro presidente en la Junta de Accionistas de Telefónica 34

REPORTAJES
-Miguel Ballesteros, mi vida en Telefónica 38
-¿Usted qué sabe hacer?: José Delso 42

VISITAREMOS EN 2022
-Catedral de Burgos y catedrales del Noroeste 44

65YMÁS AL HABLA
-Qué no debes hacer nunca si el cajero se queda tu tarjeta 48
-"Edadismo" en la publicidad: Los mayores de 55 años "muertos" para las marcas 50

ACTUALIDAD TELEFÓNICA
-Nueva imagen corporativa de Telefónica 52
-José María Álvarez-Pallete reelegido consejero de Telefónica 54
-Telefónica obtuvo un beneficio de 886 millones en el primer trimestre 56

FUNDACIÓN TELEFÓNICA
-Voluntariado de Telefónica: Conectando generaciones 60

PLÉYADE
-Seguros con ventajas exclusivas 62

ATAM
-Actividad física en los adultos mayores 64
-Cuidarse más y mejor con "ViveLibre Salud" 66

IBERCAJA
-Renta 2020: ¿Repasamos o repensamos? 68

COLABORACIONES
-Planes de Pensiones, su doble fiscalidad 70
-Clínica Implant-T, damos el salto hacia la odontología digital 72

Distribución gratuita, 18.500 ejemplares garantizadamente repartidos. Edición nacional interna de A.G.M.T., no lucrativa y de periodicidad trimestral. El importe de los anuncios representa el coste mínimo y la aportación del anunciante es benéfica.

LA ASOCIACIÓN GRUPOS DE MAYORES DE TELEFÓNICA (A.G.M.T.) es una ONG inscrita en el Registro Nacional de Asociaciones del Ministerio del Interior con el nº nacional 134.359

Telefónica
Atam
Telefónica FUNDACIÓN
Pleyade

	NOMBRE	DOMICILIO	C.P.	TELÉFONO	E-MAIL
ANDALUCIA					coordinadorregional-andalucia@mayorestelefonica.es
Malaga **C.R.**	Luis Reina Alcolea	Eugenio Gross, 1-C.T. Maldonado	29007	952611961	malaga@mayorestelefonica.es
Almeria	Román Vicente Ramírez	Olula del Rio, 2	04007	950268579	almeria@mayorestelefonica.es
Badajoz	Alfonso Vázquez De Agredos	Enrique Segura Otaño, 7-C.T. Alvarado	06004	924211261-62	badajoz@mayorestelefonica.es
Cadiz	Rosa Mª Muñoz Hernaz	Avda. Andalucía, 77-C.T. San José	11008	956241408	cadiz@mayorestelefonica.es
Cordoba	Luis Barrientos Jimenez	Almería, 11-C.T.Abderramán	14009	957434641	cordoba@mayorestelefonica.es
Granada	Carlos Castillo Álvarez	Garellano, 4 Bajo	18007	958123884	granada@mayorestelefonica.es
Huelva	Mª Teresa Muñoz Sanchez	Avda. Pio XII, 13 Ed.Onuba	21006	959270872	huelva@mayorestelefonica.es
Jaen	Luis Sánchez Morillas	Obispo Stuñiga, 5. Pta.Baja	23007	953295068	jaen@mayorestelefonica.es
Sevilla	Antonio Martínez Ruiz	Beatriz de Suabia, 152-F Local	41005	954640185	sevilla@mayorestelefonica.es
ARAGÓN					coordinadorregional-aragon@mayorestelefonica.es
Zaragoza **C.R.**	Jose Luis Valverde Casaled	Lapuyade, 25-27-C.T.Torrero	50007	976707565	zaragoza@mayorestelefonica.es
Huesca	Ricardo Garicano Cebrian	Plz. de Navarra, 6-4ª planta	22002	974212561	huesca@mayorestelefonica.es
La Rioja	Luis Cámara Alarcia	Portales, 75	26001	941270385	larioja@mayorestelefonica.es
Teruel	Antonio Blas Rodríguez Pérez	Avda. de América, 1	44002	978646378	teruel@mayorestelefonica.es
CASTILLA Y LEON					coordinadorregional-castillaleon@mayorestelefonica.es
Valladolid **C.R.**	Pedro Medina Gil	Gondomar, 6-4ª-C.T.Prados	47011	983258221	valladolid@mayorestelefonica.es
Avila	Emiliano Roman Fresnadillo	Alfonso de Montalvo, 24	05001	920225708	avila@mayorestelefonica.es
Burgos	Juan José Martínez Cuesta	Glorieta de Logroño, 1-2ª	09006	947227000	burgos@mayorestelefonica.es
León	E. R. Lorenzo Merino	Avda. Padre Isla, 26 Bajo-C.T.Torre	24002	987298150	leon@mayorestelefonica.es
Palencia	Manuel Rodríguez Burón	Pintor Oliva, 6-Bajo	34004	979717284	palencia@mayorestelefonica.es
Salamanca	José Luis Infante Sánchez	Pso. Torres Villarroel, 50	37005	923291846	salamanca@mayorestelefonica.es
Segovia	José María Segoviano	Plz. de los Huertos, 1-C.T.Los Huertos	40001	921416537	segovia@mayorestelefonica.es
Soria	Rosa Maria Alvaro Sanz	Cardenal Frías, 7-2ª	42002	975238885	soria@mayorestelefonica.es
Zamora	Manuela Ramos Martinez	Avda. Príncipe de Asturias, 18-3ª	49011	980546869	zamora@mayorestelefonica.es
CATALUNYA					coordinadorregional-catalunya@mayorestelefonica.es
Barcelona **C.R.**	Encarna Gracia Arias	Avella, 6-C.T.Mercaders	08042	932683651	barcelona@mayorestelefonica.es
Girona	Felipe Romera Gómez	Ctra. De Barcelona, 55-1ª Planta	17003	972185988	girona@mayorestelefonica.es
Lleida	Bernardo García Requejo	Alcalde Sol, 5-7	25003	973701166	lleida@mayorestelefonica.es
Tarragona	Andres Borras Molledo	Avda. Ramón y Cajal, 47 Bajo	43005	977242424	tarragona@mayorestelefonica.es
CENTRO					
Centro **C.R.**	Luis Álvarez Rodríguez	Donoso Cortés, 58-C.T.Argüelles	28015	913082207	coordinadorregional-centro@mayorestelefonica.es
Madrid	Vacante	Donoso Cortés, 58-C.T.Argüelles	28015	913197577	madrid@mayorestelefonica.es
Albacete	Miguel A. Magan Moreno	Iris, 4	02005	967595530	albacete@mayorestelefonica.es
Caceres	Alejandro Borrella Rey	A.Reyes Huertas, 28-C.T.Conquistador	10002	927250423	caceres@mayorestelefonica.es
Ciudad Real	Mª Luisa Ortega Martín	Echegaray, 1-C.T.Calatrava	13005	926298977	ciudadreal@mayorestelefonica.es
Guadalajara	Mª Teresa Yela Gómez	Plaza General Prim, 3-C.T.Santa María	19001	949889395	guadalajara@mayorestelefonica.es
Las Palmas	Andrés Pulido Hernández	Sor Simona, 42-C.T.Alta Vista	35012	928324503	laspalmas@mayorestelefonica.es
S. C. Tenerife	Juan Angel Martin Corvo	Ctra. El Tablero, 90	38017	922607197	tenerife@mayorestelefonica.es
Toledo	Luis Camino Muñoz	Río Marches, 81	45007	925210525	toledo@mayorestelefonica.es
LEVANTE					
Levante **C.R.**	Antonio Limonge Melián	Músico Penella, 1-2ª-C.T.Valencia-Jesús	46017	963675941	coordinadorregional-levante@mayorestelefonica.es
Valencia	Ramón Biforcos Martí	Músico Penella, 1-2ª-C.T.Valencia-Jesús	46017	963675941	valencia@mayorestelefonica.es
Alacant	José Ferrández Noguera	Alona, 11 Bajo-C.T.Benalua	03007	965132444	alacant@mayorestelefonica.es
Baleares	Eduardo Dominguez Whyte	Agustí Boades, 4-C.T.Molina	07010	971174733	baleares@mayorestelefonica.es
Castellon	Rafael Guallart Blanco	Gran Vía Tarrega Monteblanco, 28	12006	964202803	castellon@mayorestelefonica.es
Murcia	Margarita Alhambra de Orduña	Freenería, 8	30004	968360117	murcia@mayorestelefonica.es
NOROESTE					coordinadorregional-noroeste@mayorestelefonica.es
A Coruña **C.R.**	José Antonio López López	Santa Luisa de Marillac, s/n-C.T.Hércules	15002	981140055	acoruna@mayorestelefonica.es
Lugo	Jose Luis Rodríguez Álvarez	Ciudad de Vigo, s/n	27002	982245100	lugo@mayorestelefonica.es
Asturias (Gijon)	Jesus Candano Arrojo	Avda. Pablo Iglesias, 94	33204	985362597	asturies@mayorestelefonica.es
Ourense	Elisa Soria Montero	Marcelo Macías, 1	32005	988226718	ourense@mayorestelefonica.es
Pontevedra (Vigo)	Guillermo Trigo Trigo	Gran Vía, 64 Bajo	36204	986425234	pontevedra@mayorestelefonica.es
NORTE					
Norte **C.R.**	Alfonso Alejandro Loredo	Loreto de Arriola, 1	01010	945253483	coordinadorregional-norte@mayorestelefonica.es
Araba	Ambrosio Santamaria Luciañez	Loreto de Arriola, 1	01010	945253483	araba@mayorestelefonica.es
Bizkaia	Gloria Sánchez Heredero	Sabino Arana, 26-C.T.Telefónica	48013	944152277	bizkaia@mayorestelefonica.es
Cantabria (Santander)	Mario Díez Andrés	Arrabal, 23	39003	942230061	cantabria@mayorestelefonica.es
Gipuzkoa	José Juan Navarro	Avda. Pasajes de San Pedro, 1 Bajo-C.T.Bidebieta	20017	943395478	gipuzkoa@mayorestelefonica.es
Navarra	Manuel A. De Diego Saenz	Urzainqui, 10	31014	948428417	navarra@mayorestelefonica.es

(C.R.) COORDINADOR REGIONAL

Editorial

Se abre una ventana a la esperanza

Tenemos motivos fundados y de peso para el optimismo: se acerca el verano y progresa a buen ritmo la vacunación. Con el buen tiempo estamos llamados a disfrutar de la vida al aire libre al reducirse el riesgo al contagio (y que parece que conllevará el librarnos de la mascarilla en la calle) y así poder volver a vernos con cierta normalidad con familiares y amigos, eso sí aún con mucha precaución y sin relajarse.

Además, la vacunación va extendiéndose a los grupos de edad más jóvenes y entre las personas mayores ya se ha finalizado el proceso, de tal manera que cada vez estamos más cerca de conseguir la espantosamente denominada 'inmunidad de rebaño', fase previa imprescindible para que vayamos alcanzando una vuelta a una normalidad parecida a la perdida.

Ello quiere decir que, a la vuelta del verano, y si no hay marcha atrás en la situación sanitaria, estaremos a punto de reemprender las actividades que tuvimos que abandonar obligatoriamente por la pandemia y reabrir nuestras sedes, recuperando de esta manera nuestra añorada vida anterior.

Así que mucho ánimo porque cada vez queda menos para volver a vivir como queremos hacerlo. A disfrutar pues del verano y aprovecharlo para recuperarnos física y mentalmente y convivir de nuevo con familiares y amigos, para llegar a septiembre con nuevas energías e ilusiones.
¡FELIZ VERANO A TODOS!

REUNIONES CON CONFEDETEL

Tal como venimos informando en revistas anteriores, por fin el 7 de mayo de 2021 se ha producido el primer encuentro entre ambas asociaciones, a través de las comisiones fijadas en cada organización constituidas al efecto. En primer lugar, hubo una presentación del encuentro por parte de los respectivos Presidentes (de Confedetel, Francisco Blanes, y de Mayores Telefónica, Santiago González Carrero).

Seguidamente se hizo una presentación de cada uno de los componentes de la comisión, y se acordó, a propuesta de Confedetel, tratar los temas relativos a las relaciones con la Administración y con Telefónica, en una próxima reunión.

Los integrantes de ambas delegaciones en la comisión de trabajo constituida son los siguientes:

CONFEDETEL
Francisco Blanes Lorente,
Presidente de CONFEDETEL
Mariano Chicharro Muela, Presidente de APT Madrid. Coordinador del Grupo
Carlos del Castillo Fuertes,
Vicepresidente de CONFEDETEL
Andrés López López,
Vicepresidente ACPT Sevilla
Carlos García López,
Presidente de PREJUTECAN (Cantabria)
Amadeo Olivart Sama,
Presidente de Atelcat (Catalunya)

MAYORES TELEFÓNICA
Santiago González Carrero,
Presidente de AGMT
José Luis Rodriguez, Vicepresidente de AGMT. Coordinador del Grupo
Luis Alvarez,
Secretario General de AGMT
Encarna Gracia,
Coordinadora Regional Catalunya
Antonio Limonge,
Coordinador Regional Levante
Isidoro Martín de la Rosa,
Secretario GMT Sevilla

Página del presidente

SANTIAGO GONZÁLEZ CARRERO
presidente@mayorestelefonica.es

En el número anterior de Al Habla, os contaba cómo habíamos preparado el Congreso de Voluntariado que iba a tener lugar los días 25 y 26 de marzo

Como pudisteis seguir (y aún lo podéis hacer a través de la página web de nuestra Asociación www.mayorestelefonica.es), el pasado Congreso superó todas las expectativas de participación, representación y contenido de nuestras mejores previsiones. Nos acompañaron efectivamente, el Presidente de Telefónica, José María Álvarez-Pallete, la Directora Global de Personas, Marta Machicot, la Directora General de Fundación, Carmen Morenés y directivos de Telefónica España, Fundación, Pléyade y Atam. Además contamos con la participación del Director General del IMSERSO, el Vicepresidente del Consejo Estatal de Personas Mayores, el Presidente de CEOMA, el Padre Ángel y numerosos dirigentes de diversas Entidades de Voluntariado que nos ofrecieron una visión más amplia de formas de ayudar a los más vulnerables de nuestra sociedad.

Gracias a todos ellos por su presencia y colaboración.

Valorando mucho todo lo anterior, fue aún más importante lo que supuso en clave interna, a través de múltiples ponencias y relatos de numerosos compañeros que describieron la actualidad de nuestro voluntariado, más viva y compleja que nunca, con muy variadas experiencias provinciales en las que se expusieron la diversidad enorme de actividades que se están llevando a cabo por los grupos provinciales y la mirada que se hizo al futuro, a través de unas ponencias magníficas preparadas por las distintas Comisiones que habían estado trabajando durante el año y medio anterior al Congreso y que tenéis a vuestra disposición en todas las Coordinadoras Provinciales y en la web.

A todos los que habéis hecho posible este Congreso, muchas gracias y felicidades.

Pero el trabajo no ha terminado, al contrario, acaba de empezar. Tenemos el compromiso de aplicar las conclusiones, propuestas y recomendaciones que se presentaron en el Congreso y hacerlo con todos vosotros. Por ello hemos empezado por reactivar la Comisión de Voluntariado, con todos los ponentes, para establecer unas primeras líneas de actuación que plantear al resto de la organización.

En ese sentido, hemos empezado por poner a disposición de todos, el resumen de cada una de las ponencias, acompañado con sus correspondientes vídeos de las intervenciones en el Congreso y estamos propiciando y celebrando reuniones regionales con todas las provincias, en las que me he implicado personalmente y en las que se están abordando y debatiendo aquellas propuestas, al tiempo que queremos ayudar a su puesta en marcha, para que nadie se quede atrás en este camino de transformación por el que queremos avanzar.

Estamos hablando de las nuevas formas de entender el voluntariado para incorporar nuevos compañeros; le daremos una vuelta a la Organización Interna; estamos trabajando para reforzar y ampliar el marco de nuestras relaciones externas, empezando por la propia Telefónica y su Fundación, con otras Organizaciones, así como con otros compañeros salidos de la Empresa; estamos preparando planes de formación en las nuevas tecnologías y plataformas de comunicación (gracias a Ángel Luis Romo y a Alfonso Alejandro Loredo), en Eureka, en Proyectos y en un itinerario específico para los voluntarios que atienden a personas; y de todo ello vamos a hacer un seguimiento cercano, para ir todos juntos de la mano en este recorrido.

Os necesitamos a todos y todos tenéis cabida en esta transformación de nuestra Asociación, para hacerla, si es posible, más cercana e inclusiva y en la que todos podáis sentiros importantes y partícipes de su historia y de su futuro.

Juntos, conectados, @vanzamos

HUELVA

II Convención Nacional de Andalucía
7 Octubre de 2021

Hotel Barceló Punta Umbría Beach Resort

PROGRAMACIÓN

Día 7 de Octubre.- *18:30h.* Apertura de la II Convención Nacional de Andalucía
20:00h. Copa de bienvenida.

Día 8 de Octubre.- Excursión a la Gruta de las Maravillas (Aracena) y a las Minas de Riotinto, visita al Museo Minero , a continuación nos montaremos en un tren antiguo que nos llevará por la Ribera del Río Tinto, que debe su nombre al color de sus aguas.

Día 9 de Octubre.- Por la mañana visita al muelle de las carabelas (La Rábida) y al centro de interpretación (sala de audiovisuales) y visita al Monasterio de la Rábida (opcional) regreso al Hotel para almuerzo. Por la tarde Visita al Parque Nacional de Doñana o visita a Huelva Capital con Guía acompañante

Día 10 de Octubre.- Paseo en barco por la Ría de Huelva y Marismas del Odiel.
Todas las noches actuaciones en el Hotel

Día 11 de Octubre.- Salida para los puntos de destino, después del desayuno

Deberán comunicar su asistencia antes del 30 de Junio

Precio del hotel por día y persona IVA incluido

Habitación individual en pensión completa 104,00€
Habitación doble en pensión completa 65,00€
Habitación triple en pensión completa 60,00€
Todas las comidas con bebidas incluidas

Precio de las excursiones

Visita a las Grutas de las Maravillas 8 € Pax.
Museo Minero Y ferrocarril 12 € Pax.
Parque Nacional de Doñana 23 € Pax

IMPULSAMOS NUESTRO PROYECTO SOLIDARIO EN EL 6º CONGRESO DE VOLUNTARIADO

En la celebración del **25º aniversario** de nuestra Asociación, tuvo lugar un **Encuentro de Voluntariado**, donde se acordó establecer unas comisiones de trabajo que permitieran relanzar el Voluntariado tal como estaba en el momento, para proyectar y mejorar su actividad.

El 13 de junio de 2019 se acordó la formación de un grupo de trabajo que se llamaría **Comisión Nacional para el Desarrollo del Voluntariado**, y se constituyeron cuatro subgrupos de trabajo con los siguientes objetivos:

1. Determinar tipos de Voluntario
2. Necesidades y recursos actuales del Voluntariado
3. Plan de Formación del Voluntariado.
4. Manual del Voluntariado.

Además, el 26 de junio de ese año, la Comisión Nacional para el Desarrollo del Voluntariado, se plantea:

1. Nuestra organización regional y provincial.
2. Reforma de las Bases de Proyectos para potenciar el voluntariado
3. Actualización de nuestra plataforma Eureka.
4. Relaciones con otras asociaciones de compañeros de Telefónica.

Así, una vez constituidas las comisiones, durante un año y medio aproximadamente, se han trabajado el Libro Blanco, el Manual del Voluntariado, Proyectos, Eureka, Relaciones Externas, Formación y Organización.

Inicialmente se planteó celebrar el Congreso del Voluntariado en Huelva en 2020, pero la pandemia nos obligó a suspender el evento y proponerlo para celebrar en Madrid en marzo de este año de forma telemática.

CELEBRACIÓN DEL CONGRESO

Después de muchos preparativos, impresiones del Libro Blanco y Manual del Voluntariado, y cierre de

EXPERIENCIAS PROVINCIALES

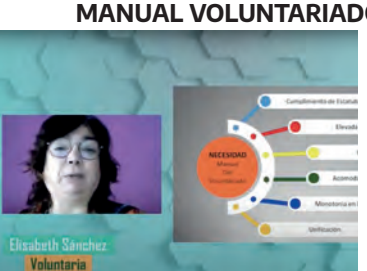
Ambrosio Santamaria. Coordinador Provincial Araba

Antonio Benito. Responsable Voluntariado Araba

Enrique Bernard. Voluntario Zaragoza

María Fernanda Rodríguez. Voluntaria Grupo A Coruña

MANUAL VOLUNTARIADO

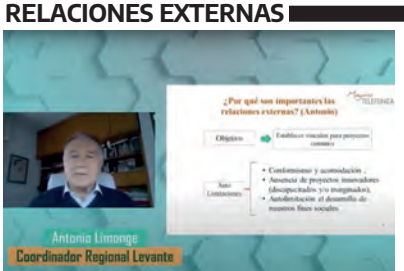


Elisabet Sánchez. Voluntaria

Inmaculada Villarroya. Responsable Voluntariado Valencia

RELACIONES EXTERNAS

Vicente Burgos. Coordinador Regional Voluntariado Aragón



Antonio Limonge. Coordinador Regional Levante

las comisiones llegamos a la celebración del congreso donde presentar las ponencias trabajadas con anterioridad relativas al Voluntariado y a otras cuestiones que afectan a la organización general de nuestra Asociación y donde, en todas ellas, se proponen unas líneas de actuación o recomendaciones de cara al futuro.

La celebración del Congreso la podemos considerar como todo un éxito tanto en la aportación interna a través de las Ponencias que presentaron nuestros compañeros, como las aportaciones externas de entidades relacionadas con el voluntariado, como con el mundo del mayor, destacando igualmente el respaldo institucional al máximo nivel.

Pero repasemos los hitos más destacados que se produjeron a lo largo de las mañanas de emisión de los días 25 y 26 del pasado mes de marzo.

Intervenciones:

- José María Álvarez-Pallete. Presidente de Telefónica.
- Marta Machicot. Directora Global de Personas de Telefónica.
- Carmen Morenés. Directora General de Fundación Telefónica.
- Raquel Fernández Directora de Personas de Telefónica España.
- Carlos Ignacio Palacios. Responsable Global Voluntariado Fundación Telefónica.
- Juan Carlos Aramburu. Médico de Atam.
- Ramón de la Vega. Director Gral. de PLEYADE.
- Luis Barriga. Directos General del IMSERSO.
- Luis Martín Pindado. Vicepresidente Consejo Estatal Mayores.
- Juan Manuel Martínez Gómez. Presidente de CEOMA.
- Padre Ángel. Mensajeros de la Paz.
- Francisco Sigüenza. Mensajeros de la Paz
- Vicente Pérez. CONFEMAC.
- Estefanía de Régil. EMANCIPATIC.
- Pilar Azorín- Albiñana. EMANCIPATIC.
- José Ramón Ecenarro. NAGUSILAN.
- Luciano Poyatos Roca. Presidente Plataforma Voluntariado España.

A continuación, publicamos un breve resumen del trabajo de nuestras Comisiones:

› **Libro Blanco de nuestro Voluntariado**, trabajo minucioso de recopilación de información de la situación del Voluntariado en cada Coordinadora Provincial para poder aglutinar la situación del Voluntariado a nivel nacional, manifestando su potencial, mejora y recomendaciones.

LIBRO BLANCO

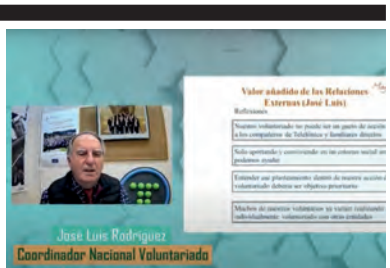
María Teresa Muñoz. Coordinadora Regional Voluntariado Andalucía

Ángel Luis Romo. Responsable de Informática

José Antonio López. Coordinador Regional Noroeste

Manolo Vicente. Coordinador Regional Voluntariado Catalunya

FORMACIÓN



José Luis Rodríguez. Coordinador Nacional Voluntariado

Bernardo García. Coordinador Provincial Lleida

PLANES DE FUTURO

Encarna Gracia. Coordinadora Regional Catalunya

PROYECTOS

Alfonso Alejandro. Coordinador Regional Norte

› **Manual del Voluntariado**, que actualiza anteriores ediciones y expresa: Modelo de Voluntariado en Mayores Telefónica. Reflexiones sobre el compromiso y participación del voluntario. Conocer el marco legal de la acción. Y facilitar la incorporación a la acción de voluntariado.

› **Relaciones Externas**, mayor ampliación en cuanto a la intervención de nuestro voluntariado en participación de acciones con otras entidades dedicadas a la acción social, especialmente la dedicada al mundo del mayor y la discapacidad.

› **Organización.** Pocas veces se había tratado nuestra organización interna con un planteamiento abierto y participativo, como el que tuvo lugar el presentado en nuestro Congreso, lo que nos dará como consecuencia la mayor eficacia y facilidad en nuestras relaciones internas.

› **Formación,** eje sobre el que gira la actuación del voluntariado, que expuso en este encuentro los niveles y característica de la preparación del voluntario para que su acción sea efectiva y valorada por la persona receptora de su acción y su aceptación y valoración por la sociedad en general.

› **Programa de gestión EUREKA,** otro pilar en el funcionamiento de la asociación presentando mejoras en los módulos que lo conforman y que se actualizan para mejora, de acuerdo con las necesidades de la organización en general y del voluntariado en particular. Actualmente ya tiene recogidos los más de 200 proyectos presentados para el año 2021.

Valoramos y reconocemos especialmente las intervenciones de nuestros compañeros Voluntarios en las ponencias presentadas. De todas las Comisiones se han derivado actuaciones o programas de intervención a corto, medio y largo plazo que se han seguido con gran interés, vía telemática, por los participantes en el Congreso, que suponen un compromiso asumido por toda la organización, y entre los que cabe destacar:

- Potenciar la formación de los voluntarios.
- Extender nuestro voluntariado a la sociedad a través de la colaboración con entidades y ONGs.

Destacados invitados en nuestro 6º Congreso de Voluntariado

Nos parece importante dejar constancia de la participación que numerosas personalidades han tenido en nuestra vivencia del Congreso del Voluntariado, por lo que representan de nuestro compromiso en la sociedad. Aquí resumimos las principales ideas que expusieron en sus respectivas intervenciones.

Desde estas páginas queremos agradecerles una vez más la amabilidad que tuvieron al aceptar nuestra invitación teniendo en cuenta lo apretado de sus agendas. GRACIAS A TODOS.

JOSÉ MARÍA ÁLVAREZ-PALLETE
Presidente de Telefónica

- Orgullo de pertenencia a Telefónica y a AGMT, agradeciendo nuestro legado.
- Mensaje de ánimo y apoyo para los que están sufriendo o han sufrido esta pandemia.
- La pandemia ha puesto a prueba la resistencia de la red y Telefónica ha estado a la altura de lo que se le requería para el tejido social y empresarial.
- Nosotros no llevamos gigas, llevamos la vida de personas, las necesidades de entretenimiento y de trabajo.
- Espíritu telefónico es una forma de hacer las cosas, haciendo un mundo más humano.
- Para esta pandemia nadie estaba preparado, pero los trabajadores sabían lo que tenían que hacer.
- Somos un país de gente extraordinaria, haciendo cosas más allá de lo normal y un ejemplo de ello

- Incrementar las relaciones externas con entidades de carácter social.
- Ampliar la capacidad del Programa de gestión Eureka, adaptándolo a los requerimientos de la organización.
- Afrontar los puntos débiles de la organización provincial.

Otra referencia expresada en distintas intervenciones fue la situación de pandemia que sufrimos y cómo ha afectado a nuestras vida personal y social, en la confianza de que pronto podamos volver a una vida normal y entre tanto nuestros Voluntarios estarán atentos en su organización en proyectos locales o conjuntamente con Fundación Telefónica u otras organizaciones.

En definitiva, podemos sentirnos muy satisfechos con el trabajo bien hecho y que el LEMA de este Congreso: JUNTOS, CONECTADOS @VANZAMOS (continuación del fijado en nuestra celebración del 20 aniversario *"Un pasado común, un futuro juntos"*) sea realmente la concreción de estar JUNTOS y una proyección hacia el futuro común sea el identificador de todas nuestras acciones derivadas de este 6º Congreso de Voluntariado de la Asociación Grupo Mayores Telefónica.

Por fin, con la celebración del congreso nos hemos puesto en la línea de salida para recorrer diversos caminos prefijados en las comisiones, con objetivos a alcanzar de forma individualizada y para ello, es necesario la implicación de toda la organización, con ilusión y compromiso por pequeño que sea, como proclama el lema del Congreso.

Por último, debemos reconocer y agradecer que, en todos los grupos de trabajo, Comisiones y Ponencias, trabajaron y participaron desinteresadamente y muy implicados, tanto compañeros a nivel personal como asociaciones provinciales a nivel global, que deben apuntarse los importantísimos logros alcanzados.

Esperamos que a futuro se mantenga un buen nivel de participación, que hará posible el conseguir las nuevas metas que nos estamos planteando en beneficio del Voluntariado y de nuestra Asociación en general. Sin vosotros nada es posible. Gracias de todo corazón.

es el Voluntariado, cuya labor en estos tiempos, por lo que representa a Telefónica se requiera dar un poco más, ser solidarios aportar a la sociedad aquello que podamos y ahí está nuestra asociación AGMT, que también es la suya, ha dado un ejemplo con más de 500 voluntarios, que han ayudado a más de 18.00 personas, que tiene impacto en la sociedad y en Telefónica, siendo un ejemplo junto con la guía de Fundación Telefónica, (y nos pide que sigamos colaborando) porque es necesaria para la sociedad y ahí tenemos que estar. Agradece nuestro acompañamiento a las personas mayores y la utilización de las herramientas digitales.

- Nos pide ayuda para dejar un poso a las nuevas generaciones.
- Hasta los 30 años trabajando en Telefónica se es un Becario.
- Se siente orgulloso de nosotros.

MARTA MACHICOT
Directora Global de Personas de Telefónica

- Influencia del Covid-19
  - Estamos viviendo un cambio que nos afecta a todos, la forma en que nos comunicamos, de ocio, aprender, de trabajar y cambiados también los modelos políticos y económicos.
  - La tecnología nos abre múltiples oportunidades y hoy nos permite estar comunicados.
- La tecnología debe de estar al servicio de las personas y no al revés.
- Dedicamos muchas energías a ayudar a otros.
- La misión de la Compañía es hacer un mundo más humano, conectando la vida de las personas desde el origen hasta nuestros días.
- Nosotros hemos dejado un legado reconocido y ha servido la gestión actual.
- Nos da las gracias a todos y cada uno de nosotros por dar un ejemplo.

Continúa en la página siguiente ▸

▸ Viene de la página anterior

- Como sociedad hemos recuperado los valores un poco olvidados.
- Juntos siempre llegaremos más lejos.
- Por último, contará con nuestro compromiso e ilusión.

CARMEN MORENÉS
Directora General de Fundación Telefónica. Clausura del Congreso

- En unas semanas cambió nuestras vidas por el Covid-19.
- Lo que diferencia a Telefónica de otras compañías es su gente, siendo los mayores el ejemplo de las nuevas generaciones, siempre al servicio de la sociedad, con especial atención al cuidado de los mayores.
- Recordó que el pasado ya lo hemos escrito, ahora tenemos que redefinir el futuro.
- Reconoció el valor del Libro Blanco y el Manual del Voluntario.
- Señaló la importancia de la transformación digital.
- Todas las personas de cualquier edad y condición pueden hacer voluntariado.

LUIS BARRIGA
Director General del IMSERSO (Instituto de Mayores y Servicios Sociales)

- El congreso es necesario e importante porque necesitamos las personas estar en contacto permanente e intercambiar ideas, desafíos o retos venideros.
- Desafíos inmediatos que tiene el Ministerio de Asuntos Sociales y Agenda 2030 y por tanto también el IMSERSO:
  - ➔ Demografía, vivir más años, con la misma autonomía, aspectos sanitarios, nos llevan a un escenario del Modelo de Cuidados, de personas cuidando personas.
  - ➔ Mejora de la calidad de los servicios y del empleo a los cuidados de dependencia.
  - ➔ Mejorar las listas de espera de personas con necesidades de atención y apoyo (250.000 personas).
- Hay Fondos Europeos destinados en exclusiva al modelo de cuidados en España. La clave debe ser el modelo de atención centrado en la Persona.
- Son los servicios los que tienen que adaptarse a las personas y no al revés (ayudas a domicilio). Cuando nos jubilamos tenemos que readaptarnos a nuestro proyecto de vida y los servicios adaptarse a lo que se necesita.
- Hay una estrategia nacional sobre la Soledad no Deseada. En Inglaterra hay un ministerio dedicado a la soledad. La soledad civil es indispensable en la solución junto con el Voluntariado.
- Un reto es participar lo público y privado (como nuestra entidad) es la visión a largo plazo.

Resumen de las conclusiones presentadas en el Congreso en las cuestiones internas de las experiencias, comisiones y ponencias

- **NUESTRAS EXPERIENCIAS.** Buen comienzo de Congreso, para mostrar las realidades y potencialidades de nuestra acción de voluntariado, con la participación de 21 de nuestros voluntarios.

Valorar y reconocer especialmente las intervenciones de nuestros compañeros Voluntarios en las ponencias presentadas:

› **LIBRO BANCO DE NUESTRO VOLUNTARIADO**, trabajo minucioso de recopilación de información de la situación del Voluntariado en cada Coordinadora Provincial para poder aglutinar la situación del Voluntariado a nivel nacional, manifestando su potencial, mejora y recomendaciones.

› **MANUAL DEL VOLUNTARIO**, que actualiza anteriores ediciones y expresa: Modelo de Voluntariado en Mayores Telefónica. Reflexiones sobre el compromiso y participación del voluntario. Conocer el marco legal de la acción. Y facilitar la incorporación a la acción de voluntariado.

› **RELACIONES EXTERNAS,** mayor ampliación en cuanto a la intervención de nuestro voluntariado en participación de acciones con otras entidades dedicadas a la acción social, especialmente la dedicada al mundo del mayor y la discapacidad.

› **ORGANIZACIÓN,** pocas veces se había tratado nuestra organización interna con un planteamiento abierto y participativo, como el que tuvo lugar el presentado en nuestro Congreso, lo que nos dará como consecuencia la mayor eficacia y facilidad en nuestras relaciones internas.

› **FORMACIÓN,** eje sobre sobre el que gira la actuación del voluntariado, que expuso en este encuentro los

- Nuestra experiencia es importante para el IMSERSO.

JUAN MANUEL MARTÍNEZ GÓMEZ. Presidente de CEOMA (Confederación Española de Organizaciones de Mayores)

- Reconoció la labor que hacemos por los mayores.
- Alaba el magnífico Libro Blanco de nuestro voluntariado, con mayor valor por analizar aspectos territoriales. Analiza aspectos del libro y plan estratégico.
- Desde CEOMA se apoya la formación del voluntariado, con ayudas a través del IRPF. Programa ADENTRO, impartido por sociólogos y con experiencias europeas.
- El aumento de población mayor hace muy importante el voluntariado.
- Tenemos que defender que los mayores estemos presentes en todas las cuestiones que nos afecten.

PADRE ÁNGEL (Mensajeros de la Paz)

- Nos da ánimos y reconoce el importante número de voluntarios con que contamos.

FRANCISCO SIGÜENZA (Mensajeros de la Paz)

- Residencias de Mayores.
- Comedores Sociales.
- Voluntariado general y no solo de mayores.
- El voluntariado es la mejor actividad que se puede realizar.

VICENTE PÉREZ. Director CONFEMAC (Confederación Estatal de Mayores Activos)

- Proyectos Mayores solidarios.

ESTEFANÍA DE RÉGIL. Vicepresidenta EMANCIPATIC (Consultoría digital senior)

- Las personas debemos formarnos permanentemente.
- Brecha digital. Hay que poner el foco en las personas mayores. Como ciudadanos debemos adaptarnos a la tecnología y al revés.
- No hay que tener miedo a lo desconocido.
- La tecnología deber ser accesible, usable e intuitiva para todos.

PILAR AZORI-ALBIÑANA (Procuradora y voluntaria) EMANCIPATIC. Presidenta Comisión de Igualdad y Derechos

- Taller de Memoria, su implantación para el mayor.

JOSÉ RAMÓN ECENARRO. Presidente NAGUSILAN (País Vasco)

- Personas comprometidas con la sociedad.
- Acompañar, ayudar y animar a las personas mayores cuando se encuentran en soledad no deseada.
- Envejecimiento activo.
- Empoderar a las personas mayores.

niveles y característica de la preparación del voluntario para su acción sea efectiva y valorado por la persona receptora de su acción y su aceptación y valoración por la sociedad en general.

› **PROGRAMA DE GESTIÓN EUREKA**, otro pilar en el funcionamiento de la asociación presentando mejoras en los módulos que lo conforman y que se actualizan para mejora, de acuerdo con las necesidades de la organización en general y del voluntariado en particular.

De todas las Comisiones y Ponencias se han derivado actuaciones o propuestas de intervención a corto, medio y largo plazo que se han concretado en un Plan de Acción que implica a todos los participantes en el Congreso, además de que suponen un compromiso asumido por toda la organización.

De entre esas intervenciones cabe señalar:

AUXILIAR LOS PUNTOS DEBILES DE LA ORGANIZACIÓN PROVINCIAL (Conexión comunicación. Teams. Organización Regional y Provincial. Socios).

POTENCIAR LA FORMACIÓN DEL VOLUNTARIADO (Manual del Voluntariado. Fundación Telefónica. Cursos específicos).

PROGRAMA DE GESTIÓN EUREKA. (Adaptación a las necesidades de la organización. Cursos de formación por módulos de gestión).

FORMACIÓN EN FORMULACIÓN DE PROYECTOS SOCIALES. (Necesidad. Formulación. Planificación. Valoración. Evaluación).

RELACIONES EXTERNAS. (Con otras Entidades Sociales, extendiendo nuestro voluntariado. Confedetel).

De forma inminente se formará, a las provincias que lo requieran, en la utilización de la plataforma Teams como recurso de comunicación para poder conectarse y seguir, informaciones, cursos y reuniones, que les afecten como organización provincial.

JOSÉ LUIS RODRÍGUEZ
Vicepresidente AGMT y Coordinador Nacional de Voluntariado

Experiencias provinciales presentadas

A CORUÑA
• Colaboración con asociaciones Down y West

ARABA
• Banco de Alimentos
• Visión general

ARAGÓN
• Administración y Atención a Socios

CATALUNYA
• Diversas experiencias

CENTRO
• Visión general

HUELVA
• Talleres de teatro y otras actividades

HUESCA
• Atención a las personas

LEVANTE
• Abriendo una puerta al mundo
• Voluntariado en El Casal de la Pau

LUGO
• Colaboración con asociaciones Cogami y Down

MADRID
• Diversas experiencias vida activa y saludable

TENERIFE
• Captación de socios jóvenes
• Voluntariado administrativo a través de las TIC

TERUEL
• Vida activa y saludable

ZARAGOZA
• Acciones con otros colectivos

Lola Aure
live:.cid.8b9f82707109840d
live:inmaculadamasarrochos
Enrique Bernad
José Luis Rodríguez Álvarez
Antonia Monedero Carrión
Diego Martín
Ambrosio Santamaria Lucianez
Jose Antonio LL Regional Noroe...
live:mferrodriguez13
Alfonso Alejandro
María Teresa Muñoz Sánchez
Francisco Ortega Garcia
ALRSPinto
José Luis Rodríguez Álvarez
CFP2 Productora
Antonio Rodriguez Perez
Serafin Ferrandez Heredia
manuel vicente herrer

Huesca
Lola Aure
Voluntaria

DIRECTO
Levante
Antonia Monedero
Voluntaria

Nieves Guarinos
Voluntaria

DIRECTO
Granada
José Manuel Martínez
Voluntario

Tenerife
Francisco Ortega
Voluntario

Alfonso Andrés
Voluntario

QUÉ HA SIGNIFICADO EL CONGRESO DE VOLUNTARIADO PARA MÍ

El título de la página Editorial del número anterior de esta nuestra revista, estaba también dedicado al Congreso de Voluntariado, pero con la dedicatoria dirigida a TODOS.

Me vais a perdonar si hago una interpretación un tanto egoísta, me considero indudablemente una pequeña partícula de ese TODOS y entiendo que el esfuerzo y dedicación desarrollados en el Congreso para llegar finalmente a la entrega de Ponencias y Conclusiones, ha sido realizado por unos compañeros que están esperando y deseando que ME sume a la tarea de extender la aplicación de esas Conclusiones.

La difusión de todas las cuestiones tratadas en el Congreso de Voluntariado celebrado los días 25 y 26 de marzo se ha efectuado enviando a toda la Organización Regional, Provincial y de Voluntariado ficheros con los siguientes contenidos:

Libro Blanco; Eureka; Formación; Manual Voluntariado; Organización; Planes de Futuro; Proyectos y Relaciones Externas.

La Organización Provincial y los responsables del Voluntariado nos acogerán encantados cuando nos acerquemos a participar en las acciones identificadas por esos títulos

Muchas gracias a todos quienes con vuestro esfuerzo habéis definido esas acciones y también a todos quienes escuchando esta llamada las hagáis crecer y extenderse.

LUIS ÁLVAREZ
Secretario General AGMT

Telefónica

CÉSAR ALIERTA IZUEL
Presidente
FUNDACIÓN TELEFÓNICA

D. Santiago González Carrero
Presidente
Mayores Telefónica

Madrid, 11 de marzo de 2021

Querido Santiago: Querido Santiago,

En primer lugar, darte las gracias por la invitación, pero sobre todo por la magnífica labor que hace el Grupo de Mayores de Telefónica. Es impresionante verlo recopilado en un libro, pero más las historias que los Voluntarios nos trasladan de cómo acompañáis y estáis cerca de las generaciones que han construido la Gran Compañía que hoy somos.

Espero que la reflexión que os planteáis os sea de mucha utilidad y que sigáis adaptando vuestra intervención a las circunstancias, tal y como habéis hecho a lo largo del año 2020, donde la capacidad de seguir actuando en virtual es un ejemplo de pundonor y de saber, vosotros, más que nadie, lo que la tecnología ayuda a los demás.

Es un verdadero orgullo para toda la familia Telefónica vuestra actuación y la continua inquietud por seguir atendiendo a la sociedad, sobre todo en momentos de soledad y de temor como los que hemos pasado; por otra parte, la colaboración que tenéis con Voluntarios Telefónica hace realidad el importante intercambio generacional de experiencias, además de poder dar aún si cabe tras 25 años, mayor impacto a vuestra labor. Proyectos como los que habéis compartido de Alfabetización digital, de llamadas a personas mayores solas o vuestra incorporación a plataformas para estar conectados, nos hace sentir muy orgullosos de poder seguir apoyando al Grupo de Mayores y su labor voluntaria.

Aunque yo no podré asistir, sé que Carmen Morenés nos representará muy bien como Fundación en vuestro Congreso, en el que os deseo el mayor éxito y que os dé ideas y reflexiones para seguir en la brecha de la ayuda a los demás.

Un fuerte abrazo,

Gran Vía, 28 - 9ª Planta
28013 Madrid - España

* Premios obtenidos por las empresas del Grupo Ibercaja en los últimos 18 años.

Ibercaja Banco, S.A. (2085) NIF: A99319030, inscrita en el Registro Mercantil de Zaragoza
(T.3865, F.1, H. Z-52186, Inscrip. 1ª). Domicilio Social: Plaza de Basilio Paraíso, 2; 50008 Zaragoza. REF: 335112 - I.2021

JUNTA GENERAL 2021

El pasado 19 de abril de 2021 a las 10 de la mañana, mediante videoconferencia de Microsoft Teams, se celebró la Junta General de nuestra Asociación Grupo de Mayores de Telefónica (AGMT) con la participación de los Coordinadores Provinciales, Regionales y Consejo Gestor, en representación de los socios y a través del canal de Youtube para quienes quisieron seguir la Junta, bajo el siguiente Orden del Día

La Junta General contó con una amplia participación.

ORDEN DEL DÍA

1. Aprobación del Acta anterior
2. Informe del presidente 2020 y Objetivos 2021
3. Presentación y aprobación, si procede, de las cuentas de 2020
4. Presentación y aprobación, si procede, del presupuesto de 2021
5. Planificación Actos Comunes 2021
6. Proyectos del año y comentarios sobre nuevas bases
7. Congreso del Voluntariado
8. Relaciones con CONFEDETEL
9. Organización interna. Amortización Objetivos. Organización Regional (Extremadura y Canarias). Valoración Coordinadores Regionales
10. Aportaciones de Responsables Regionales y Provinciales
11. Locales y Equipamientos Provinciales
12. Ruegos y Preguntas

1.- APROBACIÓN DEL ACTA ANTERIOR (LUIS ÁLVAREZ, SECRETARIO GENERAL)

Tras un breve saludo del Presidente y recibido el quorum de asistentes a esta Junta General por parte del Secretario General, se declaró formalmente constituida.

A continuación, quedó aprobada por unanimidad el acta de la Junta del ejercicio anterior celebrada el 16 de junio de 2020.

Luis Álvarez, Secretario General

2.- INFORME DEL PRESIDENTE 2020 Y OBJETIVOS 2021 (SANTIAGO GONZÁLEZ, PRESIDENTE)

Tras felicitar a Telefónica por cumplir ese día 97 años, recordó a los compañeros que nos dijeron adiós y a tantos y tantos familiares y amigos que nos dejaron.

También realizó una especial mención y agradecimiento a lo que hicieron nuestros más de 500 voluntarios, junto con otros muchos del Programa Voluntarios de Fundación Telefónica, para atender, en los momentos de mayor incertidumbre y desasosiego, a las personas que se encontraban en soledad y eran más vulnerables.

Asimismo mencionó el apoyo que el Presidente de Telefónica, José María Álvarez-Pallete, ha manifestado siempre a la labor desarrollada por nuestra Asociación, especialmente en lo que respecta al voluntariado y la colaboración que mantenemos en este ámbito con Fundación Telefónica.

Para Santiago G.Carrero, *"el año 2020, no sólo no ha sido un año perdido, como algunos lo han podido calificar, sino que ha sido uno de los mejores de nuestra Asociación. Porque nos hemos crecido; os habéis crecido, ante tanta adversidad y hemos estado más cerca que nunca de nuestros socios y especialmente de los que más lo necesitaban. ¡Muchas felicidades y enhorabuena por vuestra solidaridad! Por favor, animaros, los que no lo hayáis hecho hasta ahora, para incorporaros al equipo de voluntariado".*

Refiriéndose al resto de hechos relevantes de 2020, destacó la comunicación del Consejo con los socios y organizaciones provinciales, *"recordad que este era uno de los principales objetivos que nos propusimos al tomar posesión el nuevo equipo directivo"*, dijo.

"El día 11 de marzo, en un Consejo Extraordinario y anticipándonos a las directrices gubernamentales, optamos por cerrar y dejar de acudir a nuestras Sedes, aspecto que aún hoy no hemos podido restablecer", recordó.

Santiago G. Carrero fue repasando los principales hitos del último año. Fuimos capaces de ir haciendo ese camino, primero con la celebración de la Junta del año pasado, que al principio habíamos descartado por las prohibiciones de las autoridades socio-sanitarias durante la pandemia y que finalmente optamos por realizar de manera telemática, para no dejar de dar cuenta de lo que se estaba haciendo en la Asociación y presentar los estados económicos correspondientes.

Asistimos un año más, esta vez de forma telemática, a la Junta de Accionistas de Telefónica, invitados por su Presidencia, que como siempre, nos dedicó unas palabras de afecto y satisfacción por el compromiso que le ofrecemos, para seguir profundizando en el protagonismo social de nuestra Asociación.

Se firmó la adenda al Protocolo de Colaboración con Fundación Telefónica para 2020. Recientemente acabamos de firmar el nuevo Convenio de 2021.

Asistimos como todos los años, aunque también en esta ocasión de manera telemática, como miembros, a la Junta General de Atam, continuando con la colaboración entre ambas entidades.

A la vista de que, por la situación santaria, no se podrían realizar muchos de los proyectos que se habían previsto al principio del año, se formalizó una convocatoria especial para proyectos sustitutivos de los que no se iban a realizar, para así aprovechar los recursos liberados en cuestiones útiles para la propia organización o para otros colectivos necesitados.

En octubre, estaba prevista la celebración del día Internacional del Voluntariado Telefónica, con múltiples proyectos en distintas ciudades y participando en Distrito junto a la Dirección de Telefónica en las diversas actividades que allí iban a tener lugar, en las que también estaba prevista la recepción de un premio a nuestra Asociación por la labor desarrollada. Finalmente, no pudo llevarse a cabo por el agravamiento, por aquellas fechas, de los contagios, que impidió su celebración.

No hubo más remedio que cancelar la Xuntanza en Coruña, el Encuentro de Norte en Palencia y el Congreso de Voluntariado en Huelva, que se pospuso para su celebración en marzo de 2021 en Madrid.

"Quiero aquí reconocer y agradecer el gran esfuerzo y trabajo hasta el final y más allá, de los equipos de A Coruña, Palencia y Huelva, para intentar la organización de dichos Encuentros. También vimos como nuestros compañeros de Valencia, liderados por Fernando Francés, se atrevían a organizar y realizar el tradicional Congreso de Benidorm, en noviembre, esta vez de manera telemática", señaló Santiago G.Carrero.

Este evento constituyó un antes y un después entre los hitos de nuestra Asociación, puesto que por primera vez se realizaba un acto de esas características y tanta envergadura, de manera telemática. En el mismo, tuvimos ocasión de contar con numerosas personalidades de las Administracioones Públicas, del mundo asociativo y conferenciantes de primer nivel desde muy diversos lugares. Fue un auténtico éxito de organización y contenidos. ¡Muchas felicidades a Valencia!

Por último, volvimos a retomar la comunicación que habíamos iniciado con toda la organización a través de reuniones regionales con todas las provincias, en las que participamos los miembros del Consejo. Fueron muy positivas y enormemente provechosas, al tiempo que las disfrutamos como muestra del sentimiento de pertenencia, que se pudo palpar en las mismas, por encima de todas las demás consideraciones.

El 13 de noviembre, una delegación de miembros de la Junta Directiva de CEOMA, encabezados por Luis Álvarez, en ausencia del presidente de CEOMA, aquejado de COVID, fue recibida en Audiencia por su Majestad el Rey Felipe VI, con motivo del 20º aniversario de la Confederación, como recordamos en el número de diciembre de *Al Habla.*

En el final del año, de acuerdo con el sentir expresado en diversas ocasiones internamente, pensamos que podía ser un momento propicio para iniciar contactos con los compañeros de Confedetel. Se vienen dando los primeros pasos para explorar un camino de posible convergencia entre nuestras dos entidades. Una premisa fundamental para abordar dicho camino es que los posicionamientos públicos e internos de ambas organizaciones sean coherentes con el citado objetivo.

En las conversaciones mantenidas se ha puesto encima de la mesa las diferentes situaciones que se dan en la relación a nivel local, por considerar que lo que se vaya construyendo debe contar con esas diferentes sensibilidades. Además se planteará la diferente relación con Telefónica, aspecto que deberá tenerse muy en cuenta y trabajar sobre ello conjuntamente. Para abordar todos estos temas se constituirá una mesa de trabajo con personas relevantes de ambas organizaciones.

En cuanto a lo que concierne a lo que va de este año 2021, tenemos que deciros que lo iniciamos con la esperanza de volver a disfrutar de una cierta normalidad, pero también con el convencimiento de que estamos preparados y seremos capaces, en caso de que sea necesario, de enfrentarnos a situaciones como las pasadas, sin dejar que nadie se quede atrás y especialmente los más vulnerables.

No será posible impulsar la Asociación y su prestigio en la sociedad sin la participación y compromiso de todos.

Hemos empezado, dando cabida a los Proyectos que este año se han promovido, con arreglo a las nuevas bases que se han desarrollado y puesto en vigor (han sido 200). Se han asignado los recursos económicos a los mismos, en base a la consideración de su alineación con los objetivos sociales de AGMT.

El Consejo Gestor ha seguido promoviendo reuniones regionales y provinciales para continuar acercándonos a las Juntas Provinciales y a sus socios, todo lo más que se pueda. Asimismo se dio la bienvenida a las nuevas Juntas Provinciales que se han promovido en diversas localidades, que esperamos sirvan para la necesaria revitalización de la Asociación.

En relación con Fundación Telefónica se ha formalizado el Convenio para 2021, así como en la puesta en marcha de dos importantes proyectos: Juntos en Red y Renacer Digital.

En la Junta de Accionistas de Telefónica, renovamos nuestro compromiso con el voluntariado y con la acción social, como partes de la responsabilidad social de Telefónica por lo que recibimos, con merecimiento, del Presidente Álvarez-Pallete, el mismo afecto y reconocimiento que en años anteriores.

En el plano exterior, nuestra representación en CEOMA se va a intensificar con la colaboración en diversas comisiones de trabajo, especialmente las dedicadas a la soledad no deseada, en la que hemos propuesto la adscripción de nuestro vicepresidente y Coordinador Nacional de Voluntariado, José Luis Rodríguez, y la de Tecnología y Brecha Digital, en la que vamos a estar representados por el miembro del Consejo Gestor y Coordinador Regional Norte, Alfonso Alejandro Loredo.

Asimismo, en CEOMA se está trabajando en la organización de un Congreso que no se pudo celebrar el año pasado con motivo de su 20 aniversario. Se está pensando en celebrar el próximo 1 de octubre, coincidiendo con el Día Internacional de las Personas Mayores, pidiendo a nuestro Presidente, Santiago González Carrero, que forme parte del Comité Organizador del mismo, dada nuestra experiencia reciente con el Congreso de Voluntariado, por el que nos han felicitado en pleno.

Por causa de la pandemia, no se ha renovado como estaba previsto, el Consejo Estatal de Personas Mayores, en el que estamos representados por Santiago

Santiago González Carrero, Presidente

G.Carrero y Luis Álvarez y queremos optar a esa renovación, que se reactivará próximamente.

Pero lo que nos ha hecho sentir más orgullosos, ha sido la celebración del 6º Congreso de Voluntariado los pasados días 25 y 26 de marzo.

Coordinado por José Luis Rodríguez, Vicepresidente de AGMT y Coordinador Nacional de Voluntariado, y Ana María Ortega, Coordinadora Regional de Voluntariado de Canarias, se ha realizado un enorme trabajo de recopilación, análisis y propuestas de mejora, desarrollado por las distintas Comisiones de Trabajo, en las que han participado decididamente, numerosos compañeros, así como la visión de otra entidades de Voluntariado, miembros de CEOMA, la presencia del propio Presidente de la Compañía, José María Álvarez-Pallete, la Directora Global de Personas, Marta Machicot, la Directora General de Fundación, Carmen Morenés y otros altos ejecutivos de Telefónica, Fundación, Atam y Pléyade.

También contamos con la presencia y palabras de afecto del Director General del IMSERSO, Luis Alberto Barriga; el Vicepresidente del Consejo Estatal de Personas Mayores, Luis Martín Pindado; el Presidente de CEOMA, Juan Manuel Martínez; el Padre Ángel, de Mensajeros de la Paz; y otros dirigentes de entidades sociales.

Además, tuvo una gran repercusión en medios, tanto internos para los empleados de Telefónica y en nuestra Web, como en CEOMA y en el periódico digital *65ymás*, en el que estamos en su Comité Asesor y se hacen eco de nuestras actividades y opiniones.

Ahora tenemos el compromiso de evolucionar y transformar nuestro Voluntariado bajo el lema "Juntos, conectados @vanzamos". Ya hemos empezado a trabajar, con la creación de un equipo que se ponga a diseñar e impulsar las líneas de actuación que debemos emprender para lograr aquella transformación que pretendemos y a la que nos comprometimos en el Congreso. Ese avance no será posible sin el compromiso de todos. Confiamos en vuestra SOLIDARIDAD.

Para finalizar, Santiago G.Carrero señaló que *"sólo me queda felicitar y agradecer a todos los compañeros que están colaborando y haciendo posible todos estos avances que se están produciendo: A los miembros del Consejo y a sus colaboradores, incluida especialmente la labor de Pilar Novo en la Secretaría del mismo, a los Responsables Regionales y de Voluntariado y a todos los integrantes de las Juntas Directivas Provinciales y una mención muy especial, a todos los voluntarios que se vuelcan cada día para atender a las personas más vulnerables, solas y con más necesidades y que en los momentos más delicados que hemos pasado, nos han hecho sentir a todos especialmente orgullosos".*

3.- PRESENTACIÓN Y APROBACIÓN, SI PROCEDE, DE LAS CUENTAS DE 2020

(JOSÉ MANUEL RODRÍGUEZ, TESORERO)

A fecha de hoy no se ha recibido la información de cierre de una Coordinadora Provincial; no obstante, si se compara con el año anterior, en el que por circunstancias por todos conocidas no pudieron acceder a las sedes, supone una mejora significativa. Por tanto, las cifras aquí reflejadas, teniendo en cuenta esta salvedad, representan razonablemente el estado económico de la Asociación.

Ingresos

- Realizado - 32,98 %
- Baja Recaudación por Actividades 7,48 %
- Cumplimiento 100 % Ingresos Grupo Telefónica.
- Ingresos Financieros y Otros, Ing. Extraordinarios por anulación de Proyectos no realizados.

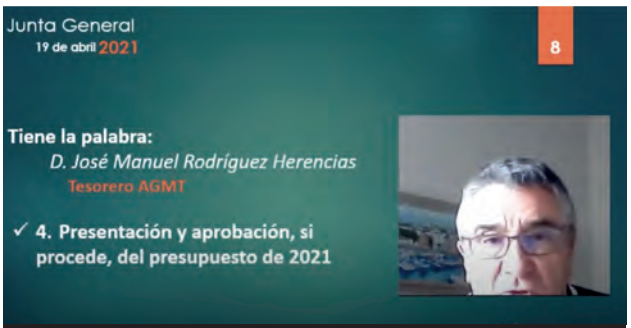
Gastos

- Realizado el 20,85% de las partidas más significativas.
- Eventos multiprovinciales 27,22%. Destacando Benidorm por medios telemáticos.
- Voluntariado 27,9%
- Coordinadora Nacional 54,95% superior a la media de las demás partidas debido a la actualización del Sistema Eureka

- Administración y generales 124,53% debido a la compra de material informático para las Coordinadoras Provinciales.

Resumen

- Superávit debido a un cierto mantenimiento de los ingresos y no así de los gastos consecuencia de la baja actividad.
- Se someten las cuentas de 2020 a la aprobación de la Junta, no existiendo votos en contra ni abstenciones por lo que quedan aprobadas por unanimidad.



José Manuel Rodríguez, Tesorero

4.- PRESENTACIÓN Y APROBACIÓN, SI PROCEDE, DEL PRESUPUESTO DE 2021

(JOSÉ MANUEL RODRÍGUEZ, TESORERO)

Valga el mismo comentario hecho para las cuentas de 2020.

Ingresos

- 137,63% de incremento respecto a lo realizado en el ejercicio anterior.
- Cuotas de socios 85,85% ligero decremento a tener presente.
- Fuerte incremento en recaudación por actividades 394,99%
- Grupo Telefónica. Mantiene su contribución estable en términos económicos en los acuerdos recientemente renovados, con algún matiz en aspectos de información y control respecto al año anterior.

Gastos

- Fuerte incremento 235,70 %

Todas las partidas en general experimentan un significativo aumento respecto a la realización del año anterior, confiando en la mejora de las expectativas sanitarias y en consecuencia la paulatina normalización de las actividades.

Se somete el presupuesto de 2021 a la aprobación de la Junta, no existiendo votos en contra ni abstenciones por lo que queda aprobado por unanimidad.

5.-PLANIFICACIÓN ACTOS COMUNES 2021

(SANTIAGO GONZÁLEZ CARRERO, PRESIDENTE)

- Hemos celebrado Telemáticamente el Congreso de Voluntariado los días 25 y 26 de marzo.
- Se han cancelado y pospuesto para el año 2022 tanto la Xuntanza, como el Encuentro de Norte que se iba a celebrar en Burgos.
- Estamos celebrando esta Junta General también de manera telemática.
- Se mantienen por el momento las previsiones de celebrar las jornadas de Huelva en octubre y Benidorm en noviembre, de las que se seguirá informando de cualquier aspecto que les afecte.

6.- PROYECTOS DEL AÑO Y COMENTARIOS SOBRE NUEVAS BASES

(ALFONSO ALEJANDRO LOREDO, CR NORTE)

Tanto el año pasado como éste han sido unos años atípicos en el funcionamiento de la Asociación, el confinamiento y las posteriores restricciones a la movilidad y reunión han incidido negativamente en la realización de muchas actividades.

Por ello a finales de año se lanzó una convocatoria de proyectos alternativos para modificar los ya en curso o proponer nuevos y adaptados al contexto en que estábamos. Un tipo de proyecto estrella fue el de la mejora del equipamiento informático; más de una decena de provincias se sumaron a esta modalidad.

Pero, aunque la realización de cierto tipo de actividades estaba parada o casi parada, había otras que no pararon y que incluso tuvieron más actividad que nunca.

Las campañas telefónicas realizados por nuestros voluntarios para mantener el contacto con nuestros asociados, detectar necesidades y buscar soluciones para satisfacerlas promovieron una actividad nunca vista en nuestra Asociación, dichas campañas realizadas tanto con recurso propio, como con la ayuda de

voluntarios de Fundación Telefónica han supuesto un antes y un después en nuestra relación con Fundación.

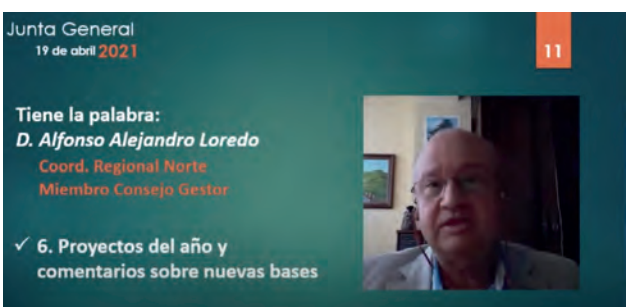
Dada la importancia estratégica del Congreso Nacional del Voluntariado ya que tenía por objetivo relanzar el Voluntariado en nuestra Asociación, era obvio que habría que adaptar las Bases de Proyectos en consonancia con ello. Otro de los motivos fue que se había detectado en la Asociación la necesidad de modificar las Bases para mejorar la distribución de los fondos disponibles.

Las modificaciones en las Bases no son un mero cambio de nombre de las actividades que realiza la Asociación, todo lo contrario. Estas Bases representan un cambio en el espíritu y los objetivos que impulsan a nuestra Asociación, pues están orientadas específicamente a potenciar el Voluntariado *'con mayúsculas'* en nuestra organización.

El año pasado ha sido un año atípico. Con la pandemia muchos proyectos no han podido realizarse o han visto reducida su actividad debido a las restricciones en la movilidad y las agrupaciones de personas.

En el último trimestre del año se lanzó una ampliación de la convocatoria que permitiera a las provincias utilizar los recursos que tenían concedidos si no para los proyectos originales, si para otras actividades que fueran necesarias, como la adecuación de los recursos informáticos y telemáticos, ya que una de las cosas que ha puesto en manifiesto esta pandemia es que sin las nuevas tecnologías el confinamiento hubiera sido mucho menos soportable en mucho aspectos, la posibilidad del teletrabajo ha hecho que el impacto de la pandemia, tanto sanitario como económico, en ciertas áreas de actividad, haya sido bastante menor.

Al hilo de esto, hay que recordar que este año pasado se han suspendido todos los eventos multiprovinciales que teníamos, a excepción del de Benidorm, que se realizó telemáticamente y que ha sido todo un éxito.



Alfonso Alejandro Loredo, Coordinador Regional Norte

7.- CONGRESO DEL VOLUNTARIADO
(JOSÉ LUIS RODRÍGUEZ, VICEPRESIDENTE)

Sobre dicho Congreso se ha realizado una amplia información específica en páginas anteriores dada su importancia para nuestra Asociación y la trascendencia tanto interna como externa de su celebración y conclusiones.

José Luís Rodríguez, Vicepresidente

8.- RELACIONES CON CONFEDETEL
(SANTIAGO GONZÁLEZ, PRESIDENTE)

Se han dado las circunstancias para iniciar contactos con los compañeros de CONFEDETEL.

Mantuvimos con su Presidente una conversación amigable, en la que nos propusimos explorar un camino de acercamiento entre las dos asociaciones.

No se os escapa que, entre los aspectos a favor de aquella posible convergencia, están el que todos somos compañeros de una misma empresa, la posibilidad de aprovechar mejor las capacidades de unos y otros y un mayor volumen y energía resultante.

También pensamos que una premisa fundamental para abordar dicho camino, es que los posicionamientos públicos e internos de ambas organizaciones, sean coherentes con aquel objetivo y asimismo, pusimos encima de la mesa las diferentes situaciones que se dan en la relación a nivel local, por lo que consideramos que lo que vayamos a construir, debe contar con esas diferentes sensibilidades. Además de la diferente relación con Telefónica, aspecto que deberá tenerse muy en cuenta y trabajar sobre ello internamente.

En orden a iniciar este proceso, se ha constituido una mesa de trabajo con representantes relevantes de ambas organizaciones. Seguiremos informando de la marcha de las conversaciones en los próximos números de la revista AL HABLA.

9.- ORGANIZACIÓN INTERNA y ARMONIZACIÓN DE OBJETIVOS.

(SANTIAGO GONZÁLEZ, PRESIDENTE)

Se ha prestado mucha atención a los contenidos de los diversos cuestionarios y trabajos, que se han editado con motivo del Congreso pasado, en lo que concierne a la situación de las diversas regiones y provincias y su diferente grado de correlación y sintonía con los objetivos generales de la Asociación.

Resulta fundamental atender estos aspectos para que nadie se quede atrás y para ello se considera prioritario intensificar la comunicación con toda la organización para lo que es primordial el papel aglutinador y armonizador de los Coordinadores Regionales.

Debemos fomentar los caminos de conocimiento y debate de las ideas, para que todos nos sintamos partícipes de lo que juntos queramos construir de cara al futuro.

Por ello está previsto mantener al menos cinco (5) reuniones anuales con los Coordinadores Regionales y éstos a su vez han comprometido reunirse con las Coordinadoras Provinciales un mínimo de cuatro (4) veces al año.

Es la demostración de que nuestra organización sea cada vez más participativa y es por lo que queremos escribir el futuro de la Asociación contando con todos vosotros.

No será posible impulsar la Asociación y su prestigio en la sociedad, sin la participación y compromiso de todos. Cada uno con sus niveles de conocimiento, situación, fuerzas, etc., pero con la misma ilusión y voluntad de conseguirlo.

Por último, veis en el Orden del día que se hace referencia a la Organización Regional, citando Extremadura y Canarias.

Lo hemos recogido tal cual nos ha llegado alguna observación al respecto, basadas en la organización autonómica española.

Nuevas Bases para la Convocatoria de Proyectos

Como recordaréis, en 2019 celebramos el 25 aniversario de nuestra Asociación y allí entre otras cosas se decidió que para el año siguiente (2020) haríamos un Congreso Nacional del Voluntariado, que por las circunstancias conocidas por todos se tuvo que retrasar a este año.

Poco después, el 26 de junio se reunían la Coordinadora Nacional, los Responsables Regionales de Voluntariado y el Consejo Gestor, y creaban las tres Comisiones conocidas por todos vosotros, abreviadamente la de Voluntariado, la de Eureka y la de Proyectos.

Dado que el Congreso Nacional del Voluntariado tenía por objetivo relanzar el Voluntariado en nuestra asociación, era obvio que habría que adaptar las Bases de Proyectos y otro de los motivos de su creación fue que se había detectado en la Asociación la demanda de modificar las Bases para mejorar la distribución de los fondos disponibles.

La Comisión de Proyectos estaba formada por Pedro Medina (CR Castilla y León), José Antonio López (CR Noroeste, es aquellos días RRV Noroeste) y yo mismo.

Lógicamente las tres Comisiones debían de estar alienadas en cuanto a la terminología que se usaba y los objetivos a conseguir por la Asociación. Y sobre todo en los primeros meses, tanto Voluntariado como Proyectos, teníamos que estar muy conjuntados, para no desviarnos de los objetivos y eso se consiguió de forma natural debido a la existencia de miembros comunes a ambas comisiones y a las reuniones que realizaron las dos Comisiones tanto con el Consejo Gestor como con la Coordinadora Nacional.

Desde ese momento y a lo largo de casi doce meses la Comisión de Proyectos recibió las propuestas, sugerencias e inquietudes de los asociados, desde diversos ámbitos: personal, provincial, regional...

Se analizaron y tras muchas horas de reuniones, diálogo, cesiones, modificaciones, acuerdos... tanto de los tres miembros que integramos la Comisión, como reuniones con las otras Comisiones y ya en los últimos meses del proceso, de la mano de la Coordinadora Nacional y el Consejo Gestor, llegamos tener las actuales Bases para la Convocatoria de Proyectos.

Las modificaciones en las Bases no son un mero cambio de nombre de las actividades que realiza la Asociación, todo lo contrario, estas Bases representan un cambio en el espíritu y los objetivos que impulsan a nuestra Asociación, estás bases están orientadas específicamente a potenciar el Voluntariado con mayúsculas en nuestra Asociación.

Un cambio fundamental de estas bases es que, por fin, todas nuestras actividades tienen la consideración de voluntariado y por ello los grupos se denominan atendiendo a la actividad que se desarrollan:

- Vida Activa y Saludable
- Atención a las Personas
- Gestión Administrativa y Atención a Socios
- Acciones con otros colectivos
- Formación específica del voluntariado y otras formaciones, de los socios

Este año ya se han empezado aplicar y al igual que todo lo nuevo hemos tenido algunas incidencias, que nos animan a no cejar en nuestro empeño de seguir adaptando las Bases de Proyectos, en una mejora continua, a las necesidades que se demanden desde nuestra Asociación.

Juntos, conectados, @vanzamos

ALFONSO ALEJANDRO LOREDO MACHADO
Coordinador Regional Norte

Juntos en Red

La aplicación "Juntos en Red", diseñada por Fundación Telefónica, que pretende evitar la 'Soledad No Deseada' en las personas mayores, ya está en marchas en su prueba piloto con el registro por parte de Fundación de nuestros dos `gestores` Pilar Novo Morcillo y José Antonio López López.

A partir de este momento, estos gestores pueden ir dando de alta en la aplicación tanto a los voluntarios como los usuarios ficticios y el vínculo entre ambos para que puedan ir probando las distintas funciones de la aplicación.

En esta prueba piloto están participando compañeros de las Coordinadoras Provinciales del Noroeste, Madrid, y Cataluña.

Os iremos informando próximamente de las conclusiones y de la puesta en servicio definitiva, así como de su posible utilidad, aplicación y prestaciones.

BARCELONA

Ópera, senderismo, marcha nórdica, Club de lectura y rutas urbanas

Por fin, parece que vamos viendo un poco de luz y ya hemos podido organizar algunas actividades para nuestros socios.

En Barcelona hemos tenido quizá algunas restricciones más duras que en otros sitios, pero hemos intentado aprovechar lo que hemos podido y aquí os hacemos un pequeño resumen de las actividades.

Cumpliendo con todas las normas anti-covid, hemos vuelto a iniciar las sesiones de óperas en Cines Girona. Entre las medidas adoptadas, estaba la limitación de aforo, la separación de asientos tanto a los lados como delante y detrás, y por supuesto el uso obligatorio de mascarillas. Gracias a eso, nuestros amantes de la ópera han disfrutado de La Flauta Mágica y de La Boheme. También con medidas similares, pudieron asistir a las representaciones de Grandes del Cine tanto en el Palau de la Música como en L'Auditori de Barcelona. Como veis en las fotos, los asistentes estaban felices de volver a retomar la actividad.

Y no solo eso, los amantes del senderismo han podido retomar las caminatas por Barcelona. La primera fue llegar a Martorell en tren y desde allí ir caminando hasta la Hípica Can Prats y la segunda una ruta circular por la Montaña de Montjuic. No está nada mal para empezar después de un año sin poder hacer nada.

Y cabe destacar, que, durante este período, hemos puesto en marcha dos actividades más: La marcha nórdica y El club de lectura. Ambas han sido muy bien acogidas. Y por supuesto, hemos continuado con visitas guiadas, como la ruta de Via Laietana, en la que descubrimos muchas anécdotas de esta Vía tan emblemática de nuestra ciudad o la Ruta Vampírica, en la que de una forma amena, nos contaron secretos como el de Enriqueta Martí, la famosa vampira del Raval.

Concierto en el Palau

Paseo Via Laietana

Ruta Vampírica

Marcha nórdica

Senderismo

Actividades de Voluntariado

Poco a poco vamos recuperando un poco de normalidad, después de un año tan duro como fue el 2020.

Lamentablemente, este año, tampoco hemos podido celebrar la Diada de Sant Jordi en nuestra sede, pero algunas voluntarias han podido acercarse a algunos de sus beneficiarios para entregarles una rosa o un libro. Aquí os dejamos algunas fotos y esperamos que ya en 2022, podamos celebrarlo como el día se merece y nos reunamos para festejar tan bonita jornada.

Por otra parte, con gran parte de nuestros socios vacunados, ya estamos organizando algunos almuerzos, encuentros con otras organizaciones, etc., de los que os daremos detalles en la siguiente revista.

Francisca

Montserrat

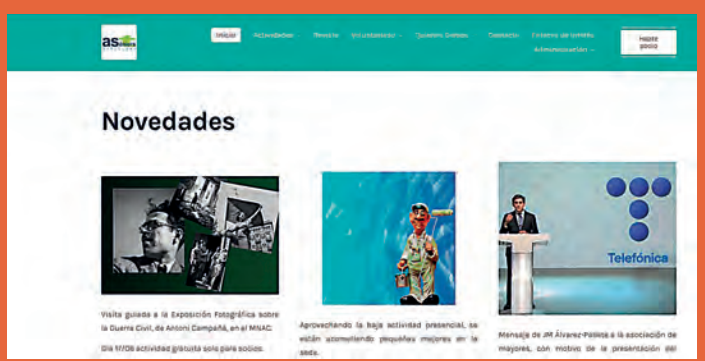
Pepita

ASTB.ES, la web de la Asociación Senior Telefónica Barcelona

El día 1 de junio estrenamos web. Este era uno de los proyectos que queríamos acometer desde hace tiempo y que por diversos motivos no lo habíamos podido realizar. La astb.es nace con el espíritu de que sea un canal más de comunicación con nuestros socios y que además nos permita llegar a otros colectivos. También queremos que sea un espacio dinámico y participativo donde se nos pueden hacer llegar opiniones o sugerencias de una forma fácil y que nos permitan mejorar la Asociación.

¡ENTRA Y DATE UNA VUELTA POR ASTB.ES!

TE ESPERAMOS.



In Memorian Luis Batlle

Te recordamos con agradecimiento porque fuiste Socio-fundador de AGMT-Barcelona, secretario en los primeros años de la misma, comentaste estarías junto a la asociación y que, si se te necesitaba, estarías dispuesto a ayudar. Echamos mano de ti cuando se estuvo a punto de disolver la asociación, por falta de colaboradores y en un ejercicio de responsabilidad por tu parte asumiste la Presidencia, indicando que entre todos podíamos seguir adelante ¡Fuiste valiente y te siguieron!

Durante los años que presidiste la asociación, fuiste afable y generoso, dejabas hacer, se trabajó en equipo, participabas en las reuniones, pero dejabas que el equipo decidiera, no imponías más limitaciones que se cumpliera el proyecto más importante de la asociación que era el 'Homenaje a nuestros Octogenarios' y ese por supuesto se ha cumplido cada año.

Tu talante bonachón y generoso, aunque de vez en cuando también eras vehemente, permitió que un grupo de personas que no tenían mucha experiencia en la gestión de una asociación llevaran a buen puerto los objetivos que se marcaron. Gracias nuevamente por haber estado presente en los momentos difíciles, y por tu entrega y fidelidad a la Asociación.

HASTA SIEMPRE COMPAÑERO.

GUADALAJARA

Hoy por ti, mañana por mí

Hace poco, en el libro de "El Principito", de Antonie de Saint-Exupéry, leí una frase que guarda mucha sabiduria, y dice así: "Todas las personas mayores, han sido primero niños, pero pocos lo recuerdan".

A veces la sociedad, e incluso nosotros mismos, nos olvidamos que antes que mayores, hemos sido niños. Y, que si en nuestra más tierna infancia, necesitabamos cuidados de nuestros padres, ahora a nuestra edad necesitamos también el cariño y la ayuda de nuestros hijos y el afecto y la compresión de las personas que nos rodean.

Viene esto a cuento porque a finales de marzo celebramos en el Grupo de Mayores, el 6º Congreso del Voluntariado, y en el se habló en distintas ponencias de la importancia que tiene hoy día la labor del voluntariado, y por ello el Consejo Gestor del Grupo de Mayores, con la ayuda de la Fundación de Telefónica y la cooperación de distintos organismos quieren dar prioridad absoluta en nuestra Asociación a la labor del Voluntariado.

"Hoy por ti y mañana por mi", podría ser un buen lema para el mismo, nos queda mucha tarea por hacer, no solo con nuestros socios y compañeros que lo necesitan, sino también con los que nos rodean y que necesiten nuestra ayuda.

En ello estamos, y como decía aquél eslogan de los años 70 para animarnos a hacer deporte, en esta misión del Voluntarido, "Contamos contigo".

LA RIOJA

Cocina Económica, 127 años ayudando a todos en Logroño

Corría el final del siglo XIX cuando el maestrante sevillano Conde de Santa Bárbara conseguía hacer realidad su proyecto de que a ningún logroñés le faltara el alimento y no lo recibiera como limosna. Así, el 26 de septiembre de 1894 fue inaugurada Cocina Económica de Logroño. Pero el fundador no estaba solo, ya que contó con un grupo de colaboradores, la protección del entonces alcalde de la ciudad, el Marqués de San Nicolás, y las Hijas de la Caridad quienes prestan sus servicios desde su inicio.

A lo largo de los años, sin abandonar su fin fundacional, se ha ido actualizando la labor desarrollada por Cocina Económica de Logroño, todo ello en función de las nuevas necesidades de la población. Se trata a personas sin hogar y sin techo con problemáticas de distintas adicciones. Además, se generan nuevas opciones de alojamiento y atención infantil. En resumen, desde que arrancara la institución, hace ya 125 años, se ha intentado ofrecer alternativas a los problemas individuales y colectivos de las personas, en situación de vulnerabilidad o precariedad, saliendo al paso de sus necesidades a través de los diferentes proyectos.

Desde el principio de esta pandemia y salvando todas las dificultades con el comedor físicamente cerrado, la Cocina Económica de Logroño ha estado mas vigilante que nunca. Ya en marzo del 2020 (con el confinamiento) sustituyó su servicio de mesa y cubiertos por el reparto de comida en bolsas en la puerta a las 140 personas que se acercaban diariamente y se les facilita la comida para mediodía y la noche. Además de mantener el servicio de 'tuppers' que se venía proporcionando a las familias con hijos menores, bocadillos de tortilla, lomo, embutido de todo tipo... y para cenar, un par de latas de sardinas o atún. Todo acompañado de fruta, leche, yogures, galletas, con el agradecimien-

MADRID

El senderismo vuelve a caminar

Las ganas más que muchas eran muchísimas. Tras el navideño Belén de la montaña, ya mencionado en el anterior número de la revista, y una vez pasada la Semana Santa, ya era hora de dar un empujón al tema y lanzarse con todas las precauciones.

La primera salida la realizamos el 7 de abril, en que partimos del puerto de la Morcuera con unas vistas maravillosas de Peñalara llena de nieve, hasta llegar al pueblo de Alameda del Valle pasando por la Majada del Cojo.

Para la siguiente salida pasó un mes, el 7 de mayo, pues el tiempo estuvo muy lluvioso y frio, y aunque antes salíamos aunque cayeran chuzos de punta, ya vamos siendo más mayores...El campo estaaba precioso lleno de flores y canto de pájaros. En esta ocasión subimos a las Cabritillas de Navacerrada para bajar posteriormente a la Barranca.

Y la ultima que os puedo contar hasta el momento de redactar estas líneas fue el pasado 14 de mayo. Este día subimos desde el pueblo de Navacerrada al Cerro de la Golondrina desde el que se divisa un paisaje majestuoso de 180 grados a la redonda.

Especialmente agradable fue la contemplación y fotografía de las peonías salvajes que únicamente se encuentran en este monte, o por lo menos desde hace años que las vi por primera vez no las he visto en ninguna otra parte de España ni del extranjero.

En septiembre pretendemos retomar el proyecto aparcado por la pandemia de una semana de senderismo por Galicia.

M.TERE LOZANO

to de los que recibían la comida, (fuera o dentro cuando se pudo).

El comedor fue el proyecto inicial (desde 1894). Con él se busca que a ninguna persona residente en Logroño o en tránsito le falte alimento. Ofrece comidas y cenas todos los días del año sin excepción y en la actualidad cuenta con capacidad para 120 comensales. Además del comedor, también dan alojamiento a quién lo necesita. Con él se da respuesta a los nuevos perfiles de personas sin hogar.

Gracias por todo lo que estáis haciendo y más en este momento del coronavirus porque con vuestro esfuerzo los necesitados lo tienen un poco más fácil.

Esto es posible entre otras cosas a la colaboración desinteresada del gran número de voluntarios, así como la ayuda tanto de empresas y particulares con sus donaciones en genero o metálico que tanto aportan, pero que tanto se necesitan.

RECORDAR: "Con tu ayuda es posible contribuir a la defensa de los derechos de las personas en situación de exclusión o sin hogar, de forma que podamos seguir generando esperanza y oportunidades de cambio a través de los diferentes proyectos. Para realizar todo esto, son necesarios los recursos tanto económicos como en especie".
www.cocina-economica.com

COMUNIDAD VALENCIANA

¡¡¡ VOLVEMOS A BENIDORM !!! Y BAJAMOS AL LLANO

XIX Convención Lúdica Nacional del 7 al 13 de Noviembre 2021

Hay ilusiones que cuando se realizan, se convierten en costumbres; y costumbres que cuando no pueden realizarse por alguna causa, se toman después con mucha ilusión.

Eso es lo que ocurre en el ánimo de la Comisión Gestora de AGMT Valencia con la Convención Lúdica de Benidorm, fallida en 2020 por causa de la pandemia. Estamos preparándola con toda la ilusión para el próximo mes de noviembre, con la seguridad de que podremos volver a vernos y abrazarnos, aunque sea con la mascarilla puesta.

Queremos que darle un nuevo aire y dinamismo. En estos días hemos visitado algunos hoteles de Benidorm que cumplieran las condiciones del Palm Beach de todos los años, pero a la vez, mejorando sus carencias y manteniendo unos precios ventajosos.

Hemos elegido un hotel donde no hay que afrontar ninguna rampa para llegar, cuando salgamos a dar un paseo. Tendrá un buen servicio de ascensores, una piscina para aquagym, dos auténticos lagos con bar y una piscina climatizada con solárium. Hay atracciones diarias y amplias salas para reuniones y actos lúdicos. También ofrece un buffet de calidad, con amplia y variada oferta.

Las habitaciones son espaciosas y accesibles, aunque para aquellos que tengan más dificultades, hay habitaciones adaptadas en las primeras plantas. Además, hemos pensado en tener un autobús a nuestro servicio, para organizar excursiones todos los días de estancia en el hotel, a las que se podrá apuntar cualquiera de los asistentes.

Se trata del **hotel Meliá Benidorm** de 4 estrellas, a diez minutos del paseo de la playa, con acceso llano, al lado del Centro "La Torreta" donde tradicionalmente hemos hecho los conciertos de las bandas de música que nos visitan y también a un paso de la sala de fiestas Benidorm Palace, en una zona donde no llega el bullicio nocturno de los bares.

Os invitamos a realizar una visita por su web: https://www.melia.com/es/hoteles/espana/benidorm/melia-benidorm/index.htm

No hay excusa para no acudir este año a la **XIX Convención Lúdica GMT.**

Además de los propios espectáculos del hotel, habrá baile, juegos de mesa, teatro, coro, concursos, horchata y fartons, aperitivos, senderismo, excursiones culturales y turísticas, entrega de trofeos, fin de fiesta, etc. O sea, diversión y entretenimiento a raudales.

También animamos desde aquí a los Grupos Provinciales a que participen con muestras de sus actividades en las artes escénicas, artísticas, de manualidades, etc.

Las reservas realizadas hasta el 15 de julio, se beneficiarán de los precios indicados en la página de la Convención.

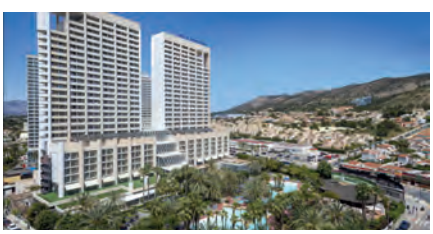
Realizad la reserva a través del correo corporativo, **valencia@mayorestelefonica.es** indicando el número de habitaciones a reservar diferenciando: individual, dobles y triples así como adaptadas en su caso o llamando al teléfono **96 367 59 41 martes y jueves de 10h a 13h**. La reserva debe ir acompañada de un ingreso de 50 €.

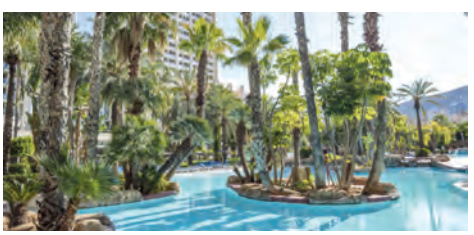
El hotel es espectacular, así como la comida y el servicio.

¡¡No te lo puedes perder!!

Os esperamos con los brazos abiertos

LA COMISIÓN GESTORA





Protagonistas del cooperativismo social

Mayores Telefónica de Valencia, a través de la cooperativa de viviendas 'Mayores Solidarios' ha participado activamente en el desarrollo del proyecto BASE VIVA de la Generalitat Valenciana, que presentó a la sociedad el pasado 4 de mayo.

Este proyecto, coordinado por Teresa García, Directora General de Emprendimiento y Cooperativismo, tiene por objeto impulsar la creación de la Red Valenciana de Viviendas e Infraestructuras Sociales a través de la colaboración público-cooperativa y la cesión de suelo público por 75 años a cooperativas para que desarrollen proyectos sociales que cubran las necesidades de las personas afectadas o interesadas.

En el presente año una docena de ayuntamientos ofrecerán parcelas públicas para desarrollar diversos proyectos que se ejecutarán en 2022/23 y servirán de prototipo para corregir deficiencias antes de su implantación general.

FERNANDO FRANCÉS ROIG

Miembros Comisión de trabajo. En la foto de derecha a izquierda: Vicent Diego, Presidente FECOVI; Teresa García, Directora General de Emprendimiento y Cooperativismo; María José Vañó, Directora IUDESCOOP y Fernando Francés, Presidente Mayores Solidarios.

Curso de formación "Las TIC´s frente a la soledad"

Los Mayores Telefónica de Valencia participando del compromiso social para reducir la brecha digital que sufre el colectivo de mayores, con el comienzo del nuevo año vimos que seguíamos sin realizar ninguna actividad presencial por ello iniciamos un proyecto al que llamamos *"Las TIC´s frente a la soledad"*.

La intención era introducir a los socios por medio de unas charlas sencillas, en el uso de las plataformas de las videoconferencias, tan útiles para comunicarnos. Para ello, enviamos un email a todos los socios que disponían de correo electrónico y posteriormente, se les llamó por teléfono para conocer quienes estaban interesados. A modo de incentivo se les comunicó, que al final del cursillo se sortearía entre los participantes, unas *tablets*. Estos contactos los realizaron, a lo largo del mes de enero, componentes de la Comisión Gestora, elaborando pequeños grupos de trabajo de 5/6 socios.

Las prácticas se hicieron en los meses de febrero y marzo con cada grupo un día concreto de la semana. Finalmente, en este proyecto de formación de esta tecnología participaron un total de 178 socios. que ahora podrán practicar con sus familiares y amigos, de hecho nos consta, que algún grupo ha continuado reuniéndose delante del ordenador semanalmente un día señalado.

El día 15 de abril, en reunión telemática, la Comisión Gestora efectuó el sorteo de 10 *tablets*, la entrega a los premiados se realizó el 29 de abril en la Plaza del Ayuntamiento, delante del edificio de Telefónica, con la consiguiente clásica foto de grupo.

El cursillo significó un encuentro muy agradable, tanto para alumnos como para formadores, prácticamente todos conocidos, pero que por las circunstancias hacía mucho tiempo que no entraban en contacto.

Nuestra web - **https://www.mayorestelefonica.es/**

A finales de los noventa, comenzó a extenderse una frase que decía algo así como ***"si no estás en Internet, no existes"***. Hoy, veinticinco años más tarde aquella frase sigue vigente.

No vamos a contaros aquí que fuimos pioneros, porque sería faltar a la verdad, sin embargo, si os podemos decir que gracias a Ramón Sánchez Horneros (DEP) y a Luis Álvarez, y otros colaboradores, la Asociación, poco a poco fue dotándose de la infraestructura necesaria para que todos pudiéramos tener un red corporativa con dominio propio, y así hasta nuestros días, en los que tenemos una página web muy viva; una red de correos electrónicos asociados a la estructura organizativa de cada provincia y una plataforma común (Eureka, también vía web), que nos permite tener, de una forma homogénea, una base de datos en donde recogemos, no solo los datos personales de un socio, no, también desde ahí gestionamos toda la labor de la asociación en el día a día, ah! y esto es, también, WWW, o sea, Internet.

Ahora centrémonos en nuestra web https://mayorestelefónica.es, qué utilidad tiene el estar en la "nube", de qué nos saca: sencillo, como decíamos al inicio de éste, existimos y somos visibles al mundo (sí, a todo el mundo [1]), ofertamos la posibilidad de que

se nos conozca; que aparezcamos en los buscadores, de tal forma que, por el motivo qué sea, cualquier persona, al introducir en un buscador *"mayores telefónica; seniors telefónica; asociación Telefónica, etc..."* nos encontrará por esta vía y, a partir de ahí, podrá estar informada de una serie de aspectos que pudieran ser de su interés.

Acorde con los tiempos, nos hemos renovado y nuestra página es **"responsive"**, esto significa **accesible y adaptable** en todos los dispositivos: tabletas, smartphones, ordenador, etc. Estés donde estés y te conectes desde el dispositivo que te conectes vas a poder acceder a todos nuestros contenidos.

Puedes saber quiénes somos y cuáles son nuestros objetivos; en qué trabajamos; nuestra actualidad; contactar con nosotros a través de nuestras Coordinadoras Provinciales o directamente con la Coordinadora Nacional a través del teléfono o mediante correo electrónico.

También vas a poder compartirnos con tu familia, amigos, conocidos a través de Whastapp, Facebook, Twitter o Pinterest.

Y por supuesto, y no menos importante, la revista Al Habla está muy presente en nuestra web y podrás hojearla antes de recibirla en tu domicilio en papel. Además de poder acceder a números anteriores de la misma que podrías haber desechado. También te la puedes descargar cómodamente en un archivo.

Igualmente tienes a tu alcance revistas de otras Coordinadoras Provinciales (Alicante, Almería, Cantabria, Guadalajara, Huelva, Madrid, Tenerife o la revista multiprovincial de Noroeste), todas ellas alojadas en la web, y enriquecerte con sus vivencias.

Queremos con nuestra web sentir que ***Juntos, conectados @avanzamos*** (Lema del pasado 6º Congreso de Voluntariado)

[1] Al tener acceso a las estadísticas de navegación de nuestra página, sabemos de qué lugares del mundo recibimos visitas. Os sorprenderá saber que nos visitan desde Asia, Latino América o el Norte de Europa.

Intervención de nuestro Presidente, Santiago G. Carrero, en la Junta de Accionistas de Telefónica

Madrid, 23 de abril de 2021

Estimado Presidente, estimados Consejeros,

Hablo en nombre de los Mayores de Telefónica, cuya Asociación, con 27 años de historia y cerca de 20.000 socios procedentes de esta Empresa, me honro en presidir; y expresarle nuestra felicitación por los magníficos resultados obtenidos durante el ejercicio 2020.

Si me permiten, quiero dedicar mis primeras palabras al recuerdo de todos aquellos que han fallecido o han visto fallecer a algún familiar o amigo por esta pandemia que nos está afectando tan duramente a toda la sociedad.

Pero también decirles que no están solos.

Telefónica ha hecho que, en estos momentos de crisis, los ciudadanos hayamos podido seguir estando comunicados con nuestros seres queridos, a través de los servicios que soporta la red (llamadas, videollamadas, envío de videos, servicios de chat, reuniones por internet, etc.) pero también con más opciones de entretenimiento en sus domicilios con las plataformas de televisión, música, libros, etc.

Por nuestra parte, como sabe, durante este período de alarma y confinamiento que estamos sufriendo y de manera muy especial las personas mayores, nuestros más de 500 voluntarios de toda la geografía española, se están volcando en la realización de miles y miles de llamadas a las personas más vulnerables, por su edad, salud o soledad no deseada, o en situaciones de dificultad, y lo hacemos conjuntamente con centenares de empleados en activo, a través del Programa Voluntarios de Fundación Telefónica.

Quiero agradecerles públicamente a ellos, todo lo que sin duda están aportando para que la dura situación que estamos pasando, resulte menos gravosa para los que tienen más edad o limitaciones adicionales. Nuestro reconocimiento más sincero por la extraordinaria labor que están realizando de acompañamiento, afecto, cercanía, solidaridad y resolución de problemas de las personas que están en soledad y que más lo necesitan.

Hace unas pocas semanas, hemos sido capaces de organizar de manera totalmente telemática nuestro 6º Congreso de Voluntariado, en el que hemos contado con su presencia, que agradecemos enormemente, así como la de Marta Machicot, Carmen Morenés, Raquel Fernández y otros directivos del Grupo Telefónica.

También nos acompañaron, el Director General del IMSERSO, el Vicepresidente del Consejo Estatal de Personas Mayores, órgano en el que ostentamos representación, el Presidente de la Confederación de Mayores CEOMA, el Padre Ángel y otros miembros destacados de entidades de Voluntariado de nuestro país.

Como ya tuve ocasión de manifestarle personalmente, le agradezco enormemente el respaldo y afecto que sentimos siempre por su parte y asumimos el compromiso de seguir aportando, con nuestras acciones solidarias de voluntariado, un poco de energía y calor humano a las personas más vulnerables y que más lo necesitan. Creemos que podemos estar contribuyendo algo a la Responsabilidad Social que Telefónica ha mostrado siempre en los lugares donde opera.

En definitiva, quiero tener un recuerdo específico destinado a los centenares de voluntarios que están realizando una labor extraordinaria, de la que nos sentimos especialmente orgullosos y nos felicitamos y les felicitamos por ello.

Quiero decirle que en estas ocasiones se aprecia, si cabe aún más de lo habitual, la cercanía y el afecto que recibimos de la Empresa, a la que seguimos vinculados y cuente con todos nosotros para colaborar en cuantas labores humanitarias y de colaboración social, podamos desarrollar a su lado y al de Fundación Telefónica.

Los telefónicos llevamos en el ADN la palabra SOLIDARIDAD.

Reiterándole nuestra gratitud más sincera por los momentos que ha querido compartir con nosotros y ofreciéndole nuestra disponibilidad para ayudar en todo lo que sea necesario, reciba nuestros más cordiales saludos.

Madrid, 28 de abril de 2021
Oficina del Accionista

Telefónica

D./Dª. SANTIAGO GONZALEZ CARRERO

Estimado accionista:

En primer lugar, nos gustaría agradecerle la confianza que, como accionista, ha depositado en Telefónica, S.A., así como su participación en la Junta General Ordinaria de Accionistas celebrada el pasado 23 de abril de 2021, en la que ejercitó su derecho de información.

En relación con la intervención por usted formulada durante la referida Junta General, y de conformidad con lo dispuesto en el artículo 182 de la Ley de Sociedades de Capital, cúmplenos manifestarle lo siguiente:

Antes de nada, muchas gracias por sus palabras.

Nos gustaría, en primer lugar, agradecerle el continuo apoyo que Asociaciones como la suya nos prestan día a día, y, en segundo lugar, agradecerles y felicitarles por la solidaridad que han mostrado con los afectados por la pandemia.

Su labor es un ejemplo y un orgullo para todos, es encomiable la colaboración que han prestado durante los duros momentos que hemos vivido recientemente.

Telefónica se ha puesto a disposición de la sociedad para contribuir con todos sus recursos a mantener viva la actividad empresarial, cultural, educativa, laboral y financiera, incluso la respuesta sanitaria y administrativa fluyó sobre sus redes.

El cumplimiento de su misión, de hacer un mundo más humano, conectando a las personas, ha ganado aún más relevancia, y la participación de su Asociación, tanto en el programa de Voluntariado como en otras iniciativas, muestra que el camino que Telefónica está recorriendo es relevante para nuestra sociedad.

Celebramos que sigan dedicando su empeño a ayudar a los demás, y le reiteramos nuestro compromiso total para seguir apoyando todas sus iniciativas de colaboración social

Sin otro particular, reciba un cordial saludo,

Telefónica S.A.
Dª. Isabel Beltrán España
Oficina del Accionista
900 111 004/914827979
http://www.telefonica.com/accionistaseinversores

Telefónica S.A , en su condición de responsable del tratamiento con CIF A28015865 y domicilio en C/Ronda de la Comunicación SN, Edificio Central, planta 2ª, 28050, Madrid, le comunica que utilizará sus datos personales en base al consentimiento otorgado por usted al remitirnos su correo, con la finalidad de responder a las cuestiones, consultas o dudas que usted nos plantea. Estos datos serán conservados mientras sean necesarios para el desarrollo de esta finalidad. Por otro lado, le informamos que puede ejercitar sus derechos de retirar el consentimiento, acceso, rectificación, supresión, limitación, oposición, así como otros derechos aplicables a la dirección de correo: accionistas@telefonica.com o mediante correo postal a la Oficina del Accionista de Telefónica dirigido al domicilio arriba mencionado. Finalmente, podrá contactar con nuestro DPO a través de DPO_telefonicasa@telefonica.com así como, podrá presentar una reclamación ante la Agencia Española de Protección de Datos

XIX Convención Lúdica Nacional

del 7 al 13 de Noviembre 2021

AVANCE DE PROGRAMA

Domingo , 7/11/21
Llegada al hotel MELIÁ, inscripción en actividades.

Lunes, 8
Mañana: Inauguración del Congreso.
Conferencias
Tarde: Concierto de coros

Martes, 9
Actividades del Congreso
Clausura

Miércoles, 10
Mañana:
Senderismo. Excursiones optativas
Tarde: Teatro.

Jueves, 11/11/21
Mañana: Concierto Bandas de Música
Tarde: Libre
Noche: Sala Fiestas Benidorm Palace

Viernes, 12/11/21
Mañana: Paseismo. Excursiones optativas.
Tarde: Realización de actividades .
Entrega premios y reconocimientos.

Sábado, 13/11/21
Regreso a los puntos de origen.

Hotel MELIÁ ****

7 días / 6 noches

Precio por persona

P/C, buffet libre (bebida incluida)

En hab. doble : ..... 300 €

Suplemento hab. Ind.: .. 180 €

3 pax: ..... 210 €

OFERTA VÁLIDA HASTA 15/07/2021

Reservas: valencia@mayorestelefonica.es

Cuenta ingresos:

Bankia ES09 2038 5763 9130 0087 9331
BBVA ES39 0182 0503 0602 0164 5961

Se subvencionará la presencia de grupos provinciales con más de 10 participantes

XVII Congreso Asociaciones de Mayores

II TELEMÁTICO

8 y 9 de Noviembre 2021

Lema del Congreso

LA SOLEDAD DE LOS MAYORES: *ALTERNATIVAS A LAS RESIDENCIAS*

AVANCE DE PROGRAMA

Lunes, 8/11/2021

10:00 h. Apertura XVII Congreso

Ponencias de invitados

Martes, 9/11/2021

Conclusiones y clausura

Organizado por

Mayores Telefónica Valencia

Mayor información en:

96 367 59 41

valencia@mayorestelefonica.es

MI VIDA EN TELEFÓNICA

Mi nombre es Miguel Ballesteros y voy a relataros un pequeño recuerdo de mi vida en Telefónica, desde la solicitud de ingreso hasta mi jubilación.

En el año 1952 sobre el mes de abril, en el Boletín Oficial del Estado, anunciaron nuevas plazas para ingreso en la Compañía: 30 en Barcelona y 20 en Bilbao.

Mi padre, tenía un amigo en Cuenca, que era empleado y trabajaba de celador, le había comentado que, si algún día se enteraba que había alguna convocatoria para ingresar en la empresa, le avisara para alguno de sus hijos.

Y así fue, ese amigo, era el Sr. Cesario Navalón, quien me entregó el impreso para la solicitud y me facilitó unos trepadores, una barra y un cazo, para que iría practicando.

En el pueblo, otro amigo (Crescencio Rodríguez) y yo, en el corral de mi padre, plantamos unos pinos secos, y todas las tardes, después de las faenas del campo, nos dedicábamos a practicar subiendo al pino y cavar hoyos, lo cual me vino muy bien para cuando nos llamaron para el examen de acceso.

El día 26 de Julio de 1952 era la primera vez que subía al tren, para hacer el recorrido desde Cuenca a Madrid y desde Madrid a Bilbao. El Sr. Cesario Navalón fue el que me recomendó que me presentara en Bilbao, el examen fue el día 28 en la Central de Buenos Aires.

El examen consistía en: Un dictado, tres cuentas de matemáticas (una resta, una multiplicación y una división), levantar una pesa de 5 Kg y posarla sobre una mesa que tenía una altura de 1,20 metros y el correspondiente reconocimiento médico.

Al día siguiente nos llevaron en un camión brigada, a 21 examinantes, repartidos en tres grupos, a mí me toco en el primer grupo, que el examen consistía en subir al poste y poner la cruceta.

Después de 4 días de exámenes, nos acercamos a la Central de Buenos Aires en Bilbao, para mirar la relación de los aprobados, cuando se acercó el Señor Benito Navalón, que estaba con una brigada, estábamos esperándole en la puerta.

Se dirige a mí y me dijo “Miguel, tú has aprobado con plaza”, me eche a llorar de alegría. A Zabala le dijo que también había aprobado. A su primo le dijo: “Benito a ti te han cateado otra vez”.

Nos informó que todos los aprobados entrabamos el día uno de septiembre, y que los 6 primeros salíamos fuera de la residencia, a cobrar dietas.

Como teníamos un mes (agosto) para empezar a trabajar, podíamos volver a nuestros domicilios, yo al no tener dinero

Tuve la gran suerte de que me mandaran a la Brigada 993.
Estuve trabajando con ellos hasta el 15 de marzo de 1953 que me fui al Servicio Militar.

para el viaje, me quedé en Bilbao trabajando en una obra.

Tuvimos que cambiar todas las líneas y teléfonos de Tolosa y pueblos de alrededor. Los desmontajes eran muy peligrosos porque eran unos cables de hierro y postes de castaño y acacia, que eran muy peligrosos para subir y bajar de ellos.

En abril de 1953 me incorporo al servicio militar, que, para mí, era como seguir en Telefónica. Estuve de recluta en Prado del Rey, en transmisiones.

Cuando juramos bandera, a todos los que éramos de Telefónica nos mandaron a Madrid, al Centro de Transmisiones del Ejercito, a la calle Amaniel 40, que con el tiempo ese edificio pasó a ser Servicio Médico de Telefónica.

Nuestro destino, era conservar todas las líneas, cables, teléfonos y centralitas militares de Madrid y todos los pueblos de la zona, como: Campamento Hoyo de Manzanares, El Goloso, Villaverde, Cuatro Vientos, El Pardo, La Marañosa (fábrica de explosivos), Getafe y otros.

Todos los militares de Telefónica, éramos celadores, empalmadores, mecánicos y operadores.

El día 1 de abril de 1954 me dieron tres meses de permiso en el Ejército, y estando en Madrid, me presente en la Central de Gran Vía, planta 13, para trabajar en la brigada 993, pero como estaba completa, me dieron la 994 que estaba en San Sebastián. En esta brigada había 4 compañeros en pruebas, entre ellos, mi hermano Simón.

El 15 de marzo de 1953, después de 6 meses en periodo de pruebas y prácticas, que la Compañía exigía, recibí el nombramiento como peón de Redes en plantilla. La experiencia no fue muy agradable por lo mal que se comportaron el capataz y su segundo con los que estaban en prácticas por lo que ambos fueron trasladados a otras provincias.

Ya licenciado, me presenté en la Central de Gran Vía, planta 13 Departamento de Construcciones, para pedir Brigada; me dieron la 992 que estaba en Vega de Pas (Cantabria) para hacer el Centro y el Túnel de La Engaña y San Pedro del Romeral. Terminados estos centros nos mandaron a Laredo, para el cambio de sistema "JOTA" Bilbao-Santander.

Después nos enviaron a Burgos, luego a Pamplona y posteriormente a Zaragoza y Huesca.

En septiembre, nos mandaron nuevamente a Zaragoza y allí tuve que pedir plaza, solo para los que habíamos aprobado en la de celadores. Me mandaron pedir para todas las localidades que había plaza, pero solo puse tres: Santander, Madrid y Bilbao (construcciones). Pasaron unos días y me comunicaron que tenía concedida la plaza de Santander.

El día 7 de febrero de 1957 me presenté en mi nueva residencia, Santander, y a partir de aquí resumo un poco mi vida laboral y por los distintos Departamentos que la nueva Dirección me encomendaron.

Empecé por Instalaciones; iba por los domicilios dando de alta las nuevas líneas telefónicas. Luego pasé al sector de Averías, trabajo que llevaba con mucho agrado, porque además de gustarme se me daba bastante bien.

Al cabo de unos años, me pasaron a desempeñar el trabajo de ordenador de averías y luego de instalaciones. Pasando por las centrales de Pereda, Arrabal, San Fernando, nuevamente a la de Arrabal y finalmente a la Milagrosa como ordenador y despachador de averías, intentando llevarme bien con todos los compañeros a los que asignaba los trabajos, a los nuevos compañeros que venían de otros Departamentos o que venían desplazados de otras provincias les ayudaba y explicaba cualquier duda que tuviesen.

Otro de los recuerdos agradable que tengo era el Centro Cultural de Telefónica, donde nos reuníamos con compañeros de otros Departamentos para disfrutar de la compañía de todos, junto con nuestras familias, y sobre todo cuando llegaban las fiestas de Navidad, donde preparamos actividades (concursos dibujos y juegos para nuestros hijos) y para los mayores (concursos de ajedrez y de cartas) y sobre todo preparar la fiesta de los Reyes Magos que siempre lo celebrábamos en el Colegio de los Salesianos.

Después de contar parte de mi vida laboral por distintas localida-

A Miguel en su jubilación *por Luis Campos*

De Cuenca es hoy el jubilado
Que partió de su tierra un día lejano
¡Conquense de esa tierra enamorado!
¡Cuan dentro la lleva de su retina y mano!

El Huécar y el Júcar se abrazan y se besan
Cerca donde Miguel dio los primeros pasos
Cerca donde esas aguas se amansan y represan.
Allí en la serranía... del sol vio mil ocasos.

Nacido en un lugar tranquilo de esa tierra
Un pueblo cuyo nombre es un bello poema
Un nombre sugerente... ¡Zarzuela de la Sierra!
¡con solo pronunciarlo el alma se serena!

Rodeanle los pinos esbeltos, centenarios,
Que alternan con los robles y rugosas encinas
Y cobijan níscalos cuantiosos, millonarios...
Mezclados con las piñas, piñones y resinas.

Se embriagó con el espliego y el tomillo
Y tantas flores de la serranía perfumada
Y exploró incansable de chiquillo
La pétrea “Ciudad”, que llaman “Encantada”.

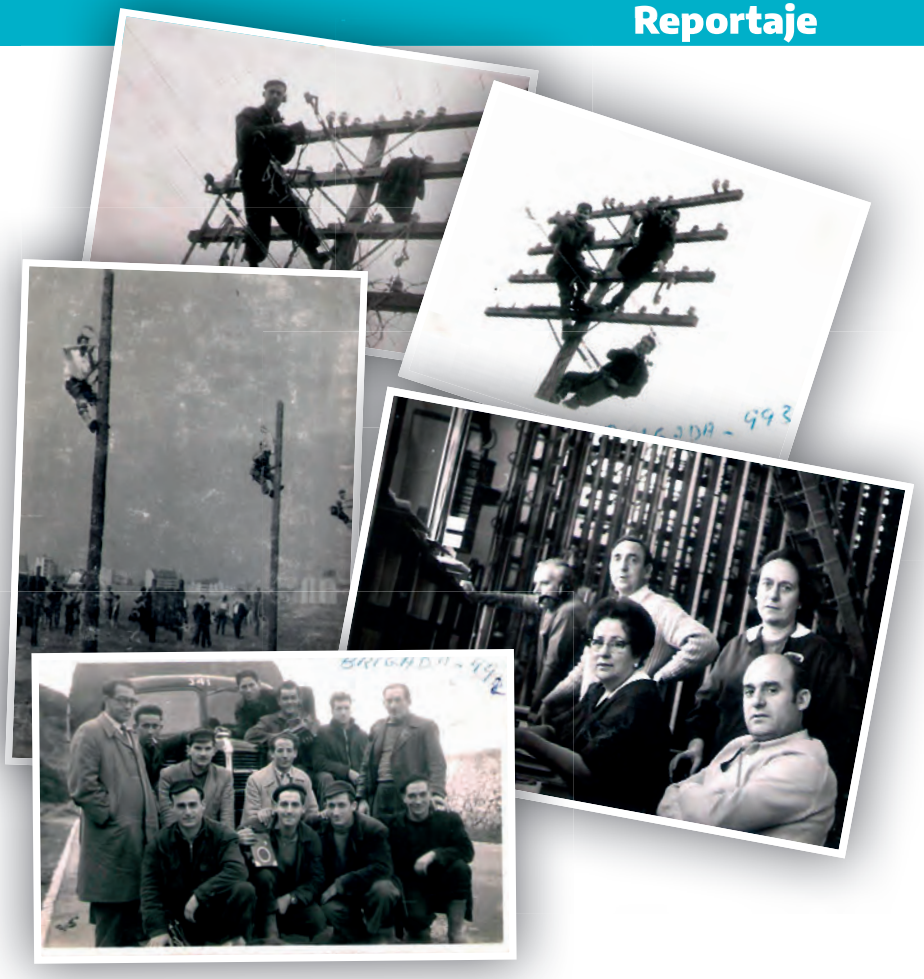
Pastoreó rebaños de merinas
Y acarreó secos leños para el lar
Soñando con historias que vecinas
Le narraban al calor del dulce hogar.

Mas las aguas cristalinas y las flores
Miguel tubo que trocar por otra cosa
Los días vividos, los pinos, los colores
Dejó por el gris Norte y aterrizó en Tolosa.

Bilbao fue otro destino y obligada meta
Lo fue también Laredo, su playa y suave brisa
Aquí Miguel se casa, se corta la coleta
O mejor se la corta... en seco Marisa.

des y los trabajos que he realizado como instalación de líneas, redes, averías y ordenador de ambos servicios y haber sido empleado de esta Gran Compañía, me siento muy feliz con los buenos capataces, encargados, delegados, compañeros y amigos que he conocido y siempre tendré grandes recuerdos de ellos.

El 8 de mayo de 1991 cumplía 60 años de edad y el día 31 de ese mismo mes los compañeros de la central "La Milagrosa" me organizaron una cena y baile de despedida. Recibí unos bonitos regalos los cuales conservo con todo cariño y una emotiva poesía de Luis Campos, donde se pasa de elogios hacia mí persona.



Luna de miel disfruta en Zaragoza
Y del Pilar con el Ebro por testigo
Son cosas que Miguel disfruta y goza
Con Marisa y con tanto buen amigo.

¿Recuerdas a Huesca recoleta
Donde compartimos trabajo e ilusiones,
Donde tú me explicabas la receta
para disfrutar venideras emociones?

Vivencias que son todas entrañables
Y que cambiaste por nuestro Santander
Donde dichas y penas mensurables
Al cabo de los años tuviste tú que ver.

Caminaste peatón hasta Pedrosa,
Reparados teléfonos sin pausa,
Con rapidez y calidad cual si tal cosa
Consciente del deber, consciente de la causa.

Ordenador de averías en Numancia
Ordenador de instalaciones en Pereda
San Fernando otro periodo y otra estancia
Y en la Milagrosa termina la vereda.

Madrugaste como pocos, muy temprano...
¡Servicial como no hay otro en la Empresa!
Dispuesto a ayudar y a dar la mano
Por lo que el precio no te importa ni te pesa.

Un humor envidiable te acompaña
En la vida cotidiana, en el trabajo...
Es sin duda en estos tiempos gran hazaña,
Plena de inhibiciones, egoísmo y relajo...

Hoy te desean lo mejor Brezmes, Mabel,
Javier, Pili Herrero, Barreda, Pili Santos,
Velasco... Del colectivo (te lo aseguro)
Que en tropel formamos en la Empresa, tanto, tantos...

Satisfecho puedes ir, de haber cumplido
Con la misión que te marcaron día a día...
¡Te lo digo plenamente convencido!
¡Para muchos tú serás ejemplo y guía!

Ahora vas a cuidar familia y casa
A velar por tus queridos nietos...
¡juega con Daniel y José mientras el tiempo pasas...!
¡Que tengas muchos días, felices y completos!

¿USTED QUE SABE HACER? José Delso Fernández

Hoy nuestro espacio va de pintura, en este caso la afición de nuestro compañero José Delso Fernández, que recientemente se ha incorporado a nuestro Grupo de Mayores de Guadalaja. Nos habla en la revista "Guadalajara al habla" del mes de mayo de su afición a la pintura y también de sus vivencias como 'telefónico'. Este es su relato.

Es complicado resumir 42 años de vida en la Compañía Telefónica en tal solo unas pocas líneas, aun así empezaré diciendo que me he criado en un ambiente 'telefónico' desde que nací. Mi padre, ya en el año 1924 cuando se crea la C.T.N.E, fue pionero en la Compañía, comenzando su andadura como Capataz de Redes de Conservación en las provincias de Soria y Guadalajara. En este ambiente, mis tres hermanos y yo, continuamos este camino y hemos sido, al igual que él, empleados de la Compañía.

Como anteriormente he dicho, 42 años suponen vivir muchos momentos y experiencias como para escribir un libro, pero por falta de espacio, me limitaré a describir mi vida en esta gran empresa.

En septiembre de 1953, con tan solo 16 años, me presenté a una convocatoria de 'Mecánicos de Entrada', a pesar de que la edad mínima era de 17 años, hecho que se solventó puesto que en diciembre cumplía dicha edad. La convocatoria la pasé con éxito y obtuve el nombramiento de 'Mecánico de Entrada', convirtiéndome así, en 'el empleado más joven de la Compañía'.

Me destinaron a la ciudad de Oviedo. Esta circunstancia y mi corta edad, hizo que mi padre sintiera preocupación por enfrentarme solo y tan joven a este reto tan lejos de casa y me sugiriera renunciar a la plaza; decidí que tenía que enfrentarme a este reto puesto que me había esforzado mucho en conseguirlo y para renunciar ya tendría tiempo en caso de no poder adaptarme a mi nueva circunstancia tan lejos de mi familia.

Durante el trayecto en tren a Oviedo, la Guardia Civil solicitó la documentación pertinente a los viajeros; en mi caso, entregué el DNI y la carta de traslado de Telefónica, pero al no llevar la autorización de mis padres y ser menor de edad, me indicaron que en la próxima estación tendría que bajarme del tren hasta aclarar la situación con mis padres. Finalmente, y gracias a que en el vagón iba un capitán del ejército, se solventó esta situación al decirles aquel hombre que él había visto a mis padres despedirme en la estación del tren.

La llegada a Oviedo, así como la acogida por parte de todos mis compañeros fue muy buena y, de forma especial de mi jefe, el cual se quedó totalmente perplejo al ver frente a él a un niño en lugar de un hombre, como él se esperaba. Sin embargo, siempre se comportó como un padre conmigo, formándome no sólo en el puesto de trabajo sino también en situaciones de la vida.

En 1954, un año después, regresé a Madrid, donde me asignaron un puesto en la Central de Gran Vía, donde trabajé hasta el 1957 para posteriormente trasladarme a Guadalajara a cubrir una vacante en esta ciudad. En Guadalajara me encontré de Encargado a un amigo, Pepe García; entre los dos nos encargamos de gestionar la sección técnica.

En 1959, volví a Madrid para opositar para O.T., de Mesa de Pruebas Interurbana y Alta Frecuencia; terminado el curso en Madrid, regresé a Guadalajara para cubrir un puesto de trabajo en esta área.

Pasado un tiempo y por enfermedad, me reclasificaron y pasé al Grupo Administrativo, en este grupo se desarrolló la mayor parte de mi carrera profesional, pasando a ser Subjefe de Negociado en el año 1971. En 1972 me nombraron Jefe Administrativo, cargo que ejercí hasta 1977, que fui nombrado Encargado de Cobros y Finanzas.

En 1978 me adjudicaron el cargo de Delegado Provincial Financiero. Esta época fue la que mejor recuerdo tengo como empleado de Telefónica, sobre todo con las operaciones de venta de las acciones, las famosas 'matildes'. Puse todo mi esfuerzo y mi alma en este proyecto y los resultados fueron muy significativos, recibiendo por aquel entonces, mi jefe y delegado, Amadeo de Fe, varias cartas de reconocimiento por mi gestión, donde le sugerían me felicitaran por los resultados obtenidos. En esta época tuve una relación muy intensa tanto con la Dirección de Madrid, como con los directores de las principales bancarias y sobre todo con mis clientes.

En el año 1986, la Comisión Directiva, me asignó el pase del grupo B al grupo 1 (personal fuera de convenio), en razón al puesto que desempeñaba. En 1987, me nombraron Jefe Provincial de la Oficina de Abonados. Durante esta etapa se trabajó con mucha presión y en especial en mi área de gestión: Comercial, Asistencia Técnica y Cobros ya no solo por el trabajo en sí, sino por los problemas que continuamente se presentaban, los innumerables objetivos a cumplir y las reclamaciones de todo tipo... Todo ello me provocaba vivir con mucha tensión. Hoy en día me atrevo a confesar que esta época no ha sido la más gratificante que he vivido en la Compañía.

No obstante, y a pesar de las vicisitudes sufridas, se colaboró directamente con las demás Direcciones Provinciales, para completar aquel logro tan importante como fue la Automatización Integral de todo el territorio español, no quedando ninguna petición de teléfono pendiente de instalar.

Como anécdota, tengo que contar que nadie se enteró que la última instalación telefónica que se llevó a cabo, fue en nuestra provincia, 15 minutos antes que nuestro presidente anunciase en rueda de prensa a toda España, que el país estaba totalmente automatizado. No puedo extenderme en explicar cómo se desarrolló este episodio, que me tuvo en tensión toda esa mañana, puesto que hasta ese mismo día éramos desconocedores de esa petición que me fue notificada por la Dirección de Madrid ese mismo día a primera hora.

Durante mi gestión realizada durante 42 años de servicio, no puedo decir que fui un especialista en un tema en concreto, pero sí puedo sentirme orgulloso de haber tenido un conocimiento completo y extenso de la explotación provincial.

Por fin, con 57 años cumplidos, el día 19 de marzo de 1995, día de San José, tuve el premio de ser prejubilado de la Compañía en la que tantos buenos y algunos peores momentos viví.

Agradecido de haber formado parte de esta Gran Familia y haber conocido a tantos compañeros y a algunos tan amigos, un abrazo fuerte para todos.

PEPE DELSO

Es satisfactorio hablar con los amigos y compañeros y recordar nuestra vida profesional, que indiscutiblemente va unida a la personal, y no se pueden quedar en el olvido, al fin y al cabo eran muchas horas y mucha dedicación a nuestra compañía, muchas veces en detrimento de nuestra vida familiar. Le deseamos a nuestro compañero que disfrute de su merecida jubilación y que no abandone a su afición a la pintura.

Catedral de Burgos, a vueltas con las puertas

La Catedral de Burgos empezó a ser una realidad en el año 1221. Este templo catedralicio de culto católico está dedicado a la Virgen María.

En la actualidad, las puertas de la fachada principal de la Catedral, las que dan salida a la Plaza de Santa María son de madera con herrajes de forja y se instalaron en el siglo XVIII.

El Cabildo de Burgos decidió su sustitución en el año 2019, proyecto sustentado gracias al mecenazgo, para lo que contrató al pintor realista Antonio López. Este artista está trabajando en unas puertas de bronce que representan a la Virgen María en la puerta izquierda, el rostro de Dios en la central y el Niño Jesús en la derecha. Una vez que el público ha conocido el diseño es cuando ha surgido el debate sobre este cambio.

El Cabildo y hosteleros auguran que la fama del artista podría atraer a muchos turistas y animar la economía de la ciudad. En contra está el Comité Nacional Español de ICOMOS (Consejo Internacional de Monumentos y Sitios) que recomienda no realizar el cambio y ha remitido su informe al Centro del Patrimonio Mundial de la UNESCO, al Cabildo, Junta de Castilla y León y demás entes implicados. A esta opinión contraria se une la Academia de San Fernando. No hay que olvidar que la Catedral fue declarada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO en 1984.

Entre los burgaleses también hay todo tipo de opiniones y, mientras los organismos implicados toman una decisión, seguimos “a vueltas con las puertas”.

Dentro de un año los compañeros que asistamos a nuestra Concentración Nacional podremos ver la catedral con las puertas de madera o de bronce. Ya veremos...

Las catedrales del Noroeste

La historia nos llega representada por las obras del ser humano que perduran en el tiempo y alcanzan nuestros días. En Galicia y Asturias algunas de estas obras son sus seis catedrales, símbolos y emblemas que acumulan creencias, pensamientos y sentimientos universales de cristiandad.

Las cinco catedrales gallegas y la asturiana aúnan la convergencia de esfuerzos de obispos, cabildos, comunidades de fieles (pueblo) y del poder político. Las gallegas reflejan el espíritu, el arte y las técnicas de trabajo de las escuelas de arquitectura que las caracterizan, sobre todo la escuela Compostelana. Hablar de Galicia no tendría sentido si no se hace referencia al papel vertebrador de las ciudades históricas en la que las catedrales fueron germen fundacional y fundamental de este país.

La Santa Iglesia Catedral Basílica Metropolitana de San Salvador de Oviedo, de principio, tiene tres nexos comunes con las gallegas, Alfonso II el Casto, el inicio de los Caminos de Santiago y la gran variedad de estilos arquitectónicos que las conforman. El Camino Primitivo es el punto idóneo de partida desde el asentamiento actual de la Catedral de Oviedo para iniciar la senda del primer Camino conocido, el que tomó Alfonso II el Casto, en el siglo IX para visitar la recién descubierta tumba del Apóstol Santiago. Recordemos el dicho popular asturiano: "Quién va a Santiago y no al Salvador, visita al criado y no al Señor".

Con el afianzamiento de la España cristiana frente a la musulmana y el descubrimiento del sepulcro del apóstol Santiago, los reinos cristianos del norte peninsular se vertebran y Santiago de Compostela se convierte en lugar de peregrinación, dada la multitud de peregrinos que llegan de toda Europa por los diversos Caminos de Santiago. Por esta razón, Santiago precisó construir un gran templo para recibir al, cada vez mayor, número de peregrinos que acudían a la llamada de los restos del Apóstol. La catedral de Santiago no es una edificación aislada ya que forma parte de un conjunto monumental vinculado a lo que serán los Caminos de Santiago y que recorre toda Europa y toda la Península Ibérica. Aquí haremos referencia a las seis catedrales del noroeste peninsular, las gallegas y la asturiana.

Estas seis catedrales están vinculadas a los distintos caminos de Santiago que fueron surgiendo, así: La Catedral de Oviedo y la de Lugo se sitúan sobre el Camino Primitivo, la Catedral de Mondoñedo está sobre el Camino del Norte, la Catedral de Ourense sobre el Camino del Sur, la Catedral de Tui está situada sobre el Camino Portugués y al final de todos los caminos está la Catedral de Santiago de Compostela y la llegada al Finisterrae romano.

Que el templo compostelano ejerce una gran influencia sobre las otras cuatro catedrales gallegas es algo obvio. Todas ellas son de planta basilical, tienen su origen en la religiosidad que brota en la Europa cristiana y que alcanzó su máximo esplendor en el siglo XI. Surgen con el románico, un estilo internacional en esa época para toda Europa. Pero, esta influencia no impide que las demás catedrales tengan una fuerte personalidad propia y que potencien otros estilos arquitectónicos claves, como el gótico, el renacentista, el neoclásico... por encima de la catedral compostelana. La catedral de Oviedo, aunque el estilo dominante sea el gótico, como veremos es también una mezcla de estilos arquitectónicos, debido sobre todo a la longevidad de su construcción. Sus orígenes están en el conjunto catedralicio prerrománico del siglo IX, alguno de cuyos edificios aún persisten en la actualidad formando el conjunto catedralicio actual.

Continúa en la página siguiente ▸

▶ Viene de la página anterior

CATEDRAL DE SANTIAGO

Antes de la actual Catedral, existieron al menos dos iglesias prerrománicas de las que existen documentos y restos arqueológicos. La primera data del siglo IX (año 813, reinando Alfonso II el Casto) y se levantó al descubrirse el sepulcro del Apóstol Santiago, fue sustituida a finales del mismo siglo por una más grande durante el reinado de Alfonso III. La actual Catedral se construyó en tres etapas, se inicia en el año 1075, en el reinado de Alfonso VI, siendo obispo Diego Peláez. La obra románica fue encargada al Maestro Bernardo el Viejo y Roberto al frente de un gran grupo de canteros. Tras una etapa inicial de construcción, diversos problemas ralentizan su construcción que fue revitalizada en el año 1100 por el Arzobispo Diego Gelmírez. En el año 1168 se le encarga al Maestro Mateo la terminación de la obra, de tal modo que en el año 1211 se celebra la consagración del templo con la presencia del rey Alfonso IX. La estructura medieval se ha mantenido en lo fundamental a lo largo de los siglos, pero la Catedral ha ido variando su fisonomía con la construcción en el Renacimiento del Claustro y sus espacios anejos y, sobre todo en el barroco, en que se realizan obras como la capilla mayor, los órganos, el cierre de la cabecera o la fachada del Obradoiro. Durante el neoclasicismo se realiza la nueva fachada de la Azabachería y nunca se han dejado de realizar actuaciones, la última, la actual restauración en curso.

CATEDRAL DE LUGO

Situada dentro del recinto amurallado y cerca de una de sus puertas de acceso, es una catedral románica cuya construcción se inició en 1129 y finalizó en 1273. Diseñada por el maestro Raimundo de Monforte y dedicada a Santa María, llamada Virgen de los Ojos Grandes. Cornelis de Holanda diseñó su joya artística más importante, el retablo renacentista que estaba en el altar mayor y que se partió como consecuencia del terremoto de Lisboa de 1755. Tras este suceso se decidió dividirlo en varios fragmentos, los dos mayores se encuentran, en la actualidad, en ambos extremos de la nave de crucero. La catedral posee el privilegio papal de exposición permanente del Santísimo Sacramento, de ahí que el cáliz y la hostia que aparecen en el escudo de la ciudad con la leyenda “Creemos con fidelidad en este misterio” (en latín), en referencia a la consagración del Cuerpo de Cristo y que se trasladó al propio escudo de Galicia. Este hecho hace de Lugo la ciudad del Sacramento.

CATEDRAL DE MONDOÑEDO

La catedral combina varios estilos debido a las sucesivas ampliaciones y reformas que se hicieron a lo largo del tiempo. Fue construida sobre bases románicas, con ampliaciones barrocas. La puerta principal y el ábside mayor dan fe de orígenes románicos. Por otro lado, el crucero, la sacristía , rosetón de la fachada occidental, las pinturas de la nave central situadas bajo los órganos, la sillería del coro tallada en madera de nogal y el crucero, que está en el centro, son de estilo gótico. El claustro, reformado a principios del siglo XVII es de estilo clásico.

El retablo mayor actual, obra de Fernando de Terán es rococó con columnas neoclásicas.

CATEDRAL DE OVIEDO

La Santa Iglesia Basílica Catedral de San Salvador de Oviedo es una catedral de estilo gótico, combinado con otros estilos arquitectónicos. También conocida como "Sancta Ovetensis", en referencia a la cantidad y calidad de las reliquias y joyas que posee. La Catedral está emplazada en el lugar del anterior conjunto catedralicio prerrománico del siglo IX, alguno de cuyos edificios han sobrevivido hasta nuestros días. La construcción de la actual Catedral se inicia a finales del siglo XIII, comenzando por la sala capitular y el claustro. Su construcción se prolongó durante tres siglos hasta el remate de su única torre a mediados del siglo XVI. Posteriormente, en el siglo XVII, se añadiría una girola y capillas anexas a las naves laterales. Lo dilatado de la construcción del edificio actual, contiene estructuras de estilo prerrománico como la Cámara Santa (declarada Patrimonio de la Humanidad por la Unesco en 1998), románico como las bóvedas y apostolado de la Cámara Santa, gótico como la fachada, naves y claustro, renacentista como el remate de la torre y barroco como la girola, la Capilla del Rey Casto y otras varias capillas. En el año 2015 con la aprobación por la Unesco de la ampliación del Camino de Santiago en España a «Caminos de Santiago de Compostela: Camino francés y Caminos del Norte de España...», fue incluida, con la Cámara Santa, como uno de los bienes individuales del camino primitivo.

CATEDRAL DE OURENSE

La Catedral de Ourense es uno de los grandes templos románicos de España. Data de la segunda mitad del siglo XII y primera del XIII habiendo sido consagrado su altar mayor en 1188. Los añadidos posteriores son una variada muestra de los diferentes estilos de épocas sucesivas (románico, gótico, renacentista, barroco, neoclásico...). Las diversas devastaciones que sufrió Ourense (musulmana, normanda...), originaron pérdidas importantísimas en los archivos. Esta falta de noticias documentales hace que sean muy dispares las opiniones sobre la construcción de la Catedral. Un dato documentado es el de la fecha consagración.

CATEDRAL DE TUI

El inicio de su construcción está fechado a finales del siglo XI. Es de planta románica. El claustro es gótico, de la segunda mitad del siglo XIII, es considerado el mayor claustro medieval de Galicia. En el claustro se conserva la única sala capitular románica de Galicia (una de las mayores en su género de España).Posee una colección de orfebrería realizada por plateros judíos y conversos en los siglos XV y XVI (cáliz gótico, copón de coco, cetros de las dignidades, acetre, etc.). Su colección de mobiliario litúrgico barroco es de los más interesantes a nivel español y europeo.

JUAN VICENTE VÁZQUEZ FUNQUEIRO
Mayores Telefónica A Coruña

Muchas entidades bancarias ya ofrecen la posibilidad de sacar dinero del cajero sin usar la tarjeta, a través del servicio «efectivo móvil», «sacar dinero sin tarjeta», «retirar dinero con código», «dinero móvil» o similares. Para ello, debes teclear el número de móvil de la persona a la que quieras enviar el dinero (incluso a ti mismo). El destinatario recibirá un mensaje SMS informándole del importe y una clave secreta. Para recoger el efectivo bastará con que introduzca su número de móvil y la clave en el cajero. Así de sencillo. Sin embargo, la forma más habitual de conseguir dinero en efectivo, sin importar el día y la hora, continúa siendo acercarnos hasta un cajero automático e introducir nuestra tarjeta de débito o crédito. Pero **"no es extraño que en alguna ocasión el cajero se quede con tu tarjeta"**, advierten desde el Banco de España(@BancoDeEspana).

Según el supervisor bancario, por razones de seguridad o problemas técnicos, un cajero puede 'tragarse' nuestra tarjeta. En esos casos, lo que deberías hacer es **notificar la situación al banco** (la normativa vigente obliga a que figure en un lugar visible un número de teléfono para incidencias), **bloquear la tarjeta a través de tu servicio de banca online** (si es que lo tienes activado) y después, **revisar tus movimientos**, para comprobar que todo está en orden. Pero **lo que nunca deberías hacer es abandonar el cajero**. En primer lugar, por si finalmente expulsa la tarjeta, algo que puede ocurrir "sin previo aviso". Y en segundo lugar porque el supervisor bancario también advierte que **los ladrones en ocasiones manipulan el cajero para que se atasque la tarjeta.** Cuando la víctima desiste y se marcha, el ladrón regresa al cajero para recuperarla.

Otra modalidad utilizada por los ladrones es la de adherir una barra con pegamento a la ranura de extracción de billetes para que el efectivo se quede enrollado. Por eso también se aconseja **no marcharse sin antes comprobar que la ranura no esté tapada o manipulada,** y **vigilar a las personas que se acercan con la idea de ayudarnos porque podrían ser esos ladrones que esperan conseguir nuestro dinero cuando nos alejemos.** En el caso de que, pese a esta prevención, nos roben, **podemos denunciar los hechos y presentar esta denuncia en el banco para que nos abonen el dinero sustraído.**

40 SEGUNDOS PARA RETIRAR LA TARJETA

Por supuesto, además de por problemas técnicos del propio terminal o debido a la acción de los cacos, un cajero automático puede retener nuestra tarjeta **por razones de seguridad que tienen que ver con un uso incorrecto por parte del usuario**. Así, puede que el terminal se trague nuestra tarjeta **si introducimos de manera reiterada y errónea nuestro código PIN.**

Según el Banco de España, también puede ocurrirnos lo mismo **si no retiramos la tarjeta de la ranura en un tiempo determinado (aproximadamente, unos 40 segundos)**: "El cajero detecta que no hay actividad y

emite unos sonidos de advertencia previos a la retención. Si la operación que estás haciendo es para sacar dinero, el cajero no te lo dará ya que se entregaría con posterioridad a que recogieras la tarjeta". Por el último, el cajero **también podría retener tu tarjeta si está caducada.**

Muchos recordamos divertidas películas como '***Atraco a las tres',*** donde un empleado de banca quiere involucrar a sus compañeros para atracar la sucursal en la que trabajan y, cuando por fin los convence, el plan se ve frustrado cuando unos atracadores de verdad se presentan en el banco. Y aunque parezca increíble todavía funciona en España ***el timo del tocomocho***. Ya saben (o no): aquel en que el estafador aborda a la víctima manifestando tener un billete de lotería premiado que por alguna causa no puede cobrar y le ofrece venderle el boleto por menos dinero del que corresponde al premio o por joyas.

Pero ahora se llevan más las estafas por Internet o la clonación de tarjetas o *'skimming'*, término inglés que hace alusión al aparato que se suele usar con más frecuencia a la hora de realizar este acto delictivo, **un s*kimmer*, un dispositivo preparado específicamente para duplicar las bandas de las tarjetas que se van a clonar.**

El *skimmer* es un aparato pequeño que emplea una tecnología similar a la **que usan los cajeros automáticos para leer las bandas magnéticas de las tarjetas.** Basta con pasar estas por el mismo para obtener los datos necesarios que permitan efectuar una clonación. Por eso los delincuentes intentan conseguir los datos de la banda magnética de tu tarjeta ***"superponiendo o intercambiando copiadoras en la parte externa de los cajeros, como, por ejemplo, en la ranura por la que se introduce la tarjeta",*** avisa el Banco de España. Además, para robar tu PIN **instalan una cámara en el lateral** y graban el momento en el que lo marcas o superponen **un teclado falso que lo registra y almacena. Se recomienda tapar con la otra mano el teclado mientras marcamos nuestra clave para evitar ser observados o grabados.**

TARJETA ATASCADA

El supervisor bancario también advierte de otra técnica que usan los ladrones, conocida como el ***lazo libanés***, que consiste en **manipular el cajero para que se atasque la tarjeta**. Cuando la víctima desiste y se marcha, el ladrón regresa al cajero para recuperarla. Otra modalidad es la de **adherir una barra con pegamento a la ranura de extracción de billetes para que el efectivo se quede enrollado.**

Así como para evitar los timos de la *estampita* y el *tocomocho* la Policía recomienda utilizar el sentido común y desconfiar de las gangas y las oportunidades de ganar dinero fácil y de forma rápida, para no encontrarnos con sorpresas desagradables cuando sacamos dinero en un cajero automático el Banco de España recomienda que hagamos estas **"comprobaciones de seguridad":**

- Vigila que **no haya terceros en tus inmediaciones y evita ser observado** (algunos cajeros disponen de espejos convexos para ver lo que sucede detrás de ti).
- **Rechaza la ayuda** de extraños o consejos mientras uses el cajero. El único personal que puede y debe hacerlo son los empleados de la sucursal.
- **Tira de la ranura con fuerza** para comprobar que no hay dispositivos extraños, **golpea ligeramente el teclado** para ver si está flojo y **busca en los laterales por si hubiera cámaras**. Es una manera rápida y eficaz de detectar este fraude.
- **Cubre con tu mano el teclado al introducir el PIN.** Esto es recomendable que lo hagas no solo en el cajero, sino en general al hacer pagos con tarjeta.
- **Si el cajero dispone de lector *´contactless´* ya no es necesaria introducirla en la ranura**. La escaneas y ya puedes guardarla en tu cartera.
- Si por cualquier motivo, la tarjeta no es expulsada del cajero durante la operación, **nunca abandones el lugar**, primero notifícalo al banco y a la policía.
- Activa los **servicios de alertas SMS** que te avisan en el caso de que se produzca una operación que supere un determinado importe.

Mayores de 55 años, "muertos" para las marcas: *"Hay edadismo en publicidad"*

La socióloga portuguesa Ana Sepúlveda es una de las mayores expertas en Economía de la Longevidad a nivel europeo. **La fundadora de la consultora 40+ Lab (@40Economy), está considerada como una auténtica *influencer* en temas de envejecimiento sostenible**, con proyectos pioneros en este campo tanto para instituciones como para empresas que le han valido su actual cargo de presidenta de la Associação Age Friendly de Portugal. También es embajadora de la red Aging 2.0 (@Aging20), parte del pacto mundial del Cambio Demográfico y es autora de varios libros sobre marketing para mayores de 45 años.

PREGUNTA.– ¿Crees que las compañías son conscientes de que hay que empezar a incorporar en la agenda los temas de envejecimiento y longevidad en positivo?
RESPUESTA.– La consciencia se está haciendo cada vez mayor. Pasan dos cosas, una de ellas es el tema del edadismo. Muchas veces la gente no sabe lo que es y como no lo sabe, tiene comportamientos edadistas. Lo hacen sin saber que están haciendo algo malo, sienten que este tipo de comportamiento es lo natural.

Y luego, como en otros sitios, el tema de diversidad es importante, incluir a diferentes públicos, por ejemplo. Pero el tema del edadismo no es un tema crítico en estos momentos para la mayoría, salvo para los que estamos en este mundillo.

Muchos estudios y estadísticas de las agencias de publicidad ni siquiera incluyen a los mayores de 40 o de 55 años. Esto no tiene sentido. ¿Cómo comunicas si te dejas casi a la mitad de la población fuera? Tienes toda una historia, toda una estrategia de desarrollo de negocio que estás dejando de lado.

P.– Nosotros llevamos tiempo hablando con expertos que nos señalan que lo grave no es solo que no se represente a los mayores sino que cuando aparecen, se caigan en sesgos y estereotipos. ¿Compartes esta visión?
R.– Claro, uno de los propósitos es promover el cambio, es decir hay que concienciar a la gente para que cambie por un tema económico y social. La gente mayor de 40, 50, 60, ya no se ve representada en muchos de los productos. O sea, no tienes oferta para ti. Pasa igual que con las tallas de ropa. Me quiero comprar una chaqueta y no existe de mi tamaño. La marca te contesta: "ya, si nosotros sabemos que hay necesidad de pantalones 42-44, tallas grandes...". Pero no hacen nada para cambiarlo, se quedan en objetivos aspiracionales de que la gente quiere estar delgada.

Pues no, la gente no va adelgazar, no quiere. Lo que hay que hacer es hacer productos para todos. Es fundamental que las marcas comprendan que estamos hablando no solo de un adulto, sino de un adulto mayor y algo más importante tanto en la historia de España como en la de Portugal: La generación de los *'baby boom'* vivimos una dictadura, tuvimos una economía cerrada al desarrollo y la gente que tiene más de 50 años ha sido la que ha vivido el abrir de la economía al consumo. Es gente que sabe muy bien lo que quiere y lo que no y va a penalizar la marca si no se lo da.

"Los mayores de 50 años son los que abrieron la economía al consumo tras la dictadura. Saben lo que quieren y van a penalizar a la marca si no se lo da"

P.– Es cierto que la moda ha recibido siempre críticas por crear determinados patrones...
R.– Este es un aspecto muy importante. Hay que adaptar la innovación y los nuevos negocios a las nuevas realidades y a la diversidad. El ejemplo de la modelo brasileña Helena Schargel convertida en diseñadora sénior de lencería es muy bueno. Ella venía del mundo de la moda, con un sentido de la estética muy particular, y de repente al llegar a los 60 vio que no había sujetadores para ella, que los hacían para cuerpos de niñas. Entonces lo que hizo es crear su propia marca y ahora se ha convertido en una gran *influencer* en redes.

La idea no es solo hacer productos para mayores de 60 años, sino una línea de diseño con distintos materiales, para distintos cuerpos. Porque los cambios que se producen en el cuerpo de una mujer en los 20, los 40, los 60, no son los mismos. Helena Schargel ha creado un concepto de que

tú no te tienes que adaptar a la ropa sino ella a ti. Y eso es importante que las marcas tengan en cuanta porque es posible que si hay una marca que se dedica al sector de 60 y más sea tu competencia. Por que tu marca tiene que estar preparada para el futuro. Es lo que están haciendo las más visionarias. Concepto de productos para todos.

P.– Volviendo al tema de la fidelidad de las marcas, muchos de nuestros lectores se quejan de que después de años siguiendo un producto o un servicio, parece que cuando se hacen mayores las compañías se olvidan de ello. ¿Tiene esto sentido, teniendo en cuenta que los senior tienen mucho más poder adquisitivo que los millennial?

R.– Más que perder, lo que pasa es que cuando un joven ve a una persona más mayor, feliz, eso es aspiracional. Esto puede tener mucha repercusión e influencia. Lo que pasa es que, bueno, las compañías muchas veces olvidan que si una abuela habla con su nieta y le dice que la marca no le convence, está haciendo, que esa nieta deje de confiar en esa marca. Y eso se trasmite de generación a generación, sin que las empresas hayan acabado de comprenderlo.

Además, una de las cosas que nos pasa cuando nos hacemos mayores, es una cuestión biológica, es que tenemos más resistencia al cambio. Si me puedo quedar aquí, lo prefiero. Si estoy contento con una marca, voy a seguir fiel ella, pero si lo cambio, probablemente no voy a volver a la marca inicial. Es decir, que la tendencia es que te quedas más fiel cuanto más viejo eres, incluso, en términos de la compañía con la que estamos trabajando.

P.– ¿También ves edadismo con el talento sénior dentro de las compañías?

R.– Sí, hay mucho edadismo. El problema es que se mira a la persona por el gasto de salario que puede generar y eso se suele poner en una balanza. Pero la realidad va mucho más allá y el problema es que hoy en día no hay manera de medir el impacto del empleado en el negocio. El talento sénior es muy importante porque los mayores aportan conocimiento, experiencia, contactos, saber hacer...El precio que puedes llegar a pagar por deshacerte de estos empleados de más de 50 años en planes de prejubilaciones como ha pasado con la crisis de 2011, es muy alto.

Muchas empresas creen que hay que traer innovación, nuevos productos, otras formas de llegar al consumidor... Para eso contratan a gente joven, que tiene una parte innovadora, y sobre todo se les paga menos. Pero el asunto es que no son incompatibles las dos generaciones, son complementarias. Los mayores también pueden aportar innovación de una manera distinta. Lo que ha pasado con marcas de alimentación, por ejemplo, con muchas prejubilaciones es que se ha dejado atrás la historia de la marca, y en muchos casos se ha dejado de hablar con el consumidor, que puede irse y no volver más.

P.– Y entre marcas y sectores, ¿cuáles dirías que son los que más discriminan a los mayores?

R.– Te contesto dando ejemplos de lo contrario, sectores como banca y seguros, son los que más están integrando a la gente mayor en su comunicación. Son los sectores más abiertos y que están comunicando de una manera más positiva. Pero vuelvo a decir que el sector tecnológico sigue siendo típicamente muy edadista. Solo hay que pensar en campañas de móvil, solo aparece gente joven, como si fuera una cosa solamente dinámica, *cool*, innovador, de jóvenes.

Lo que pasa es que la gente mayor está descubriendo lo digital, el marketing digital, integrándolo totalmente. Con el propósito de negocio o no, la gente se está convirtiendo en *influencers*, creando blogs, inspirando a jóvenes y a mayores...Han descubierto el e-commerce, han perdido el miedo a la tecnología, lo que pasa es que las marcas siguen queriendo ser completamente ciegas a esta realidad. No lo están queriendo ver.

"La economía de la longevidad es hoy como internet en los años 90, una revolución"

P.– ¿Cuáles serían según tu experiencia las claves para una comunicación inclusiva que incluya a los mayores?

R.– Hay que quitarse las gafas del edadismo, de los prejuicios. Es decir, hay que mirar a la gente tal cual son, escuchar lo que tienen que decir, qué les gusta, qué hace latir su corazón.

Nunca en la historia hemos tenido una demografía de estas características. Ya estudios de la UE y de la Asociación de Retirados de Estados Unidos dicen que la curva de la innovación se va a quedar más o menos a 10 años. O sea, que el tiempo de innovación para las marcas es corto, entre 2030, 2035. Desde ahí, se va a seguir innovando, pero la curva no va a ser tan pronunciada como hasta ahora. La oportunidad de ingreso, de crecimiento económico más fuerte es 2020-2025. Y estamos al medio de 2021. ¡Hay que poner gas en eso! Se abre un mundo de posibilidades que ni imaginamos. Éste irá más allá de la sanidad, con nuevos modelos financieros, ciudades amigables, otra línea de consumo...Países como Suiza ya están en ello, en ser un Longevity Valley adaptado a lo que viene.

(Extracto de la entrevista)

Telefónica presenta una nueva imagen corporativa que proyecta su transformación digital y tecnológica

- **El nuevo logo, compuesto por cinco círculos, rescata y evoca el creado en 1984, para reconocer el legado de la compañía, y lo adapta y lo simplifica para proyectar su futuro, con una clara apuesta por la tecnología y los entornos digitales.**
- **"Esta nueva identidad refleja una nueva Telefónica preparada para los próximos 100 años", afirma el presidente de la compañía, José María Álvarez-Pallete.**

Telefónicaha presentado el pasado 23 de abril, en el transcurso de la Junta General de Accionistas, una nueva identidad corporativa que refleja la nueva Telefónica resultante del plan estratégico presentado en noviembre de 2019. Esta hoja de ruta se ve fortalecida ahora por una imagen que captura el liderazgo, el potencial y la visión de futuro de la compañía.

El cambio de logo constituye un paso más en el proceso de transformación en el que el Grupo viene trabajando en los últimos tiempos, con el objetivo de proyectar una Telefónica más moderna, flexible y digital.

El anterior logotipo llevaba vigente desde 1998 y la idea de crear una nueva imagen responde precisamente al deseo de querer expresar visualmente la transformación y el liderazgo de Telefónica en los últimos tiempos, evidenciados en ejes tan relevantes como el masivo despliegue de fibra óptica, la configuración de un modelo más sostenible y diversificado, la implantación de la red 5G, el aprovechamiento y la puesta en valor de las infraestructuras de telecomunicaciones o la proliferación de nuevas soluciones tecnológicas para propiciar una digitalización justa e inclusiva al alcance de todos. Con el nuevo logotipo, la identidad de la compañía refleja ya la nueva Telefónica.

UNA IMAGEN DIFERENCIAL, PERO RECONOCIBLE

Al mismo tiempo que proyecta esta realidad, la nueva identidad también es heredera del legado de una compañía casi centenaria, puesto que Telefónica acaba de cumplir 97 años. Por ello, se trata de un logotipo diferencial pero reconocible, ya que rescata y evoca el creado en

1984, anunciado igualmente en la Junta de Accionistas celebrada ese año.

Ahora, ese logo es simplificado y modernizado para adaptarlo a los nuevos tiempos, con el fin de generar una expresión de marca que conecte con la sociedad actual, con los clientes empresariales y con los distintos públicos a los que la compañía se dirige. Una imagen que encaja, además, con la misión de Telefónica, que sigue firme en su propósito de *"hacer nuestro mundo más humano, conectando la vida de las personas"*.

LLENO DE SIMBOLISMO

El logotipo, vigente desde hoy en todos los países en los que Telefónica opera, está compuesto por cinco círculos que, como en el caso de su predecesor, configuran la letra 'T', distintiva de Telefónica. En este caso, más estilizada, ágil y moderna, pero honrando al mismo tiempo la historia de la compañía. Su uso se extenderá a las áreas que utilizan la marca Telefónica como Telefónica Tech, Telefónica Empresas o Fundación Telefónica.

El emblema está conformado por cinco esferas por el especial simbolismo que este número tiene para el Grupo. Primero, porque se trata del quinto logo en la historia de la compañía. Segundo, porque cinco son los pilares en los que pivota el plan de acción de la nueva Telefónica. Y tercero, porque cada círculo representa cada una de las 'T' que constituyen las señas de identidad de la compañía: telecomunicaciones, tecnología, transformación, talento y trascendencia.

"Esta nueva identidad refleja de dónde venimos, porque vertebramos las sociedades desde las telecomunicaciones. Refleja hacia dónde vamos, al ser una compañía cada vez más tecnológica y que quiere ser protagonista del mundo que viene. Refleja el ADN de la compañía, que es de innovación y continua transformación. Refleja el alma de la empresa, que es el talento de los profesionales que impulsan el presente y futuro de la compañía. Y refleja la trascendencia de todo lo que hacemos, de nuestro propósito", valora el presidente de Telefónica, José María Álvarez-Pallete, en referencia a cada una de esas cinco 'T'. *"En definitiva, esta nueva identidad refleja una nueva Telefónica, preparada para los próximos 100 años y será el faro que nos guíe en este rumbo que ya hemos emprendido"*, concluye el presidente.

La nueva identidad recoge de este modo la apuesta de Telefónica por la tecnología y los entornos digitales. Este es el motivo por el que se ha elegido un color azul para la imagen corporativa, puesto que desprende modernidad y tecnología, y por el que se ha generado una nueva tipografía, *Telefónica Sans*, totalmente pensada y optimizada para los entornos digitales.

La nueva identidad corporativa ha sido desarrollada por el equipo de Marca de la compañía con el apoyo de Lambie Nairn, consultora de branding de WPP, que viene trabajando con Telefónica desde hace más de 10 años y ha participado en las actualizaciones de la identidad de nuestras marcas O2, Movistar y Vivo en los últimos tiempos. Su profundo conocimiento de la compañía y de las marcas comerciales en las distintas geografías y negocios ha sido clave para reflejar la nueva Telefónica en la identidad corporativa.

Carta del Presidente de Telefónica, José Mª Álvarez-Pallete, presentando a nuestra Asociación la nueva marca

Querido Santiago,

Una vez finalizada la Junta General de Accionistas, quería agradecerte el apoyo que un año más el Grupo que presides me ha dado. Para mi vuestro apoyo es siempre muy especial.

Quería también compartir contigo uno de los principales temas que hemos tratado en la Junta y que es la presentación de una nueva identidad corporativa para Telefónica.

A lo largo de nuestros 97 años de historia, sólo hemos cambiado nuestra marca en cuatro ocasiones, en momentos en los que teníamos que mostrar nuestra visión de futuro y nuestra capacidad de ir por delante. Estamos viviendo uno de esos momentos trascendentales, marcados no solo por los cambios tecnológicos, sino por cambios profundos que afectan a nuestras vidas. Desde hace unos años, venimos trabajando para construir la "Nueva Telefónica", una Telefónica más sencilla, cercana, digital y transformadora. Este cambio de identidad es una parte importante del proceso de transformación en el que estamos inmersos.

Me hace especial ilusión que nuestra nueva identidad esté basada en unos de los símbolos de nuestra historia, esa historia que el esfuerzo y el talento de profesionales como vosotros habéis construido. Es un símbolo que mira orgullosamente a nuestro pasado y nos proyecta al futuro, mostrando el ADN transformador de Telefónica. Refleja nuestra alma, el alma de todos los que habéis formado parte alguna vez de esta gran Compañía y hecho posible que hoy miremos al futuro y sigamos trabajando para hacer nuestro mundo más humano, conectando la vida de las personas.

Por todo ello, quiero presentarte nuestro nuevo logotipo y agradecerte a que nos ayudes a que toda la familia de 'Telefónicos' se sientan ilusionados con esta nueva etapa. Aprovecho para enviarte un fuerte abrazo,
José María

Telefónica

JUNTA GENERAL DE ACCIONISTAS 2021

José María Álvarez-Pallete es reelegido como consejero de Telefónica por el 84,6% de los accionistas

- **El presidente de la compañía obtiene un respaldo que supera en 4,4 puntos porcentuales al conseguido en 2017.**
- **La Junta General celebrada hoy aprueba todos los acuerdos propuestos por el Consejo de Administración de la compañía.**
- **"Telefónica ha tenido el privilegio de ser parte de la solución durante la pandemia y ahora está lista para conquistar el futuro", ha destacado José María Álvarez-Pallete en su discurso.**
- **La compañía ha introducido los elementos visuales más innovadores en su Junta, aplicando la realidad aumentada para informar a sus accionistas.**

La Junta General de Accionistas de Telefónica, celebrada el pasado 23 de abril de manera telemática, ha aprobado todos los acuerdos propuestos por el Consejo de Administración de la compañía. De esta manera, la Junta ha dado luz verde a la gestión correspondiente al ejercicio 2020, a la reelección de José María Álvarez-Pallete como consejero ejecutivo con un respaldo del 84,6%, superior al 80,2% obtenido en 2017, y de Carmen García de Andrés, Ignacio Moreno y Francisco José Riberas como consejeros, y a la retribución al accionista mediante 'scrip dividend', entre otros.

El presidente ejecutivo de Telefónica comenzó su intervención recordando la capacidad histórica de la compañía para adelantarse al futuro. La transición de la voz al dato, el papel vertebrador de las telecomunicaciones para la sociedad y el valor de las redes para unir a las personas sirvieron a Álvarez-Pallete para subrayar cómo Telefónica ha sido parte de la solución durante la pandemia y asegurar que está lista para liderar el futuro.

Ha explicado igualmente que este liderazgo en redes fijas y móviles, con más de 135 millones de unidades inmobiliarias pasadas con fibra, es producto de *"una estrategia meditada y sostenida en el tiempo"* que se ha traducido en una inversión de 95.000 millones de euros en el conjunto de sus mercados. Esta evolución y los logros obtenidos a lo largo de los años capacitan a Telefónica para continuar liderando los retos del futuro.

El presidente ejecutivo ha recordado ante los accionistas de la compañía cómo la crisis ha obligado a perder el miedo a la tecnología y a la digitalización, que marcan ahora el camino para el futuro de la sociedad. *"Durante el confinamiento inicial, la digitalización avanzó tanto como lo hubiera hecho en un lustro. Cada mes de confinamiento, nos hizo avanzar un año en digitalización"*, ha resumido.

FORTALEZA FRENTE A UN AÑO EXCEPCIONAL

"*Telefónica no es inmune, pero sí resistente*". De esta forma, Álvarez-Pallete ha hecho balance del ejercicio 2020 y ha destacado el impacto de la pandemia en Telefónica como consecuencia de la menor actividad económica mundial. A continuación, ha enfatizado la resistencia demostrada por la compañía y su capacidad para imprimir un mayor esfuerzo en circunstancias adversas: *"Sufrimos, sí, pero reaccionamos y supimos gestionar la situación. No nos resignamos; al contrario, redoblamos el esfuerzo y dimos lo mejor de nosotros mismos"*.

La Junta celebrada el pasado 23 de abril ha contado con la tecnología más innovadora aplicada a los elementos de diseño gráfico. La realidad aumentada se ha puesto a disposición de todos los accionistas para facilitarles de una manera visual la información más completa y transparente de la compañía.

LA MITAD DE DEUDA QUE HACE CINCO AÑOS

Telefónica ha cerrado 2020 con una generación de caja cercana a los 5.000 millones de euros, o hasta un total de 25.000 millones de euros en los últimos cinco años. También a lo largo del último lustro, la compañía ha reducido deuda por importe de 17.000 millones de euros, y su volumen se situará próximamente en un total de 26.000 millones de euros, menos de la mitad que hace cinco años, una vez se materialicen las operaciones pendientes de cierre.

Además, y a pesar del impacto de la crisis, Telefónica ha alcanzado un beneficio neto de cerca de 1.600 millones de euros en 2020,

un 40% más que en el ejercicio precedente.

DECISIVO IMPULSO AL PLAN DE ACCIÓN

José María Álvarez-Pallete ha recordado la oportunidad y vigencia del Plan Estratégico anunciado hace apenas año y medio, cuando aún nada se podía intuir sobre una pandemia que poco después cambiaría las reglas del mundo conocido. *"Cuando diseñamos el plan y lo anunciamos, desconocíamos que unos meses después nos enfrentaríamos a una situación tan excepcional. La pandemia nos sorprendió con un Plan de Acción apenas estrenado. No lo aparcamos, ni siquiera lo ralentizamos. Al revés, lo aceleramos",* ha señalado.

Telefónica ha avanzado de forma decisiva en los últimos meses en cada uno de los cinco puntos del mencionado Plan Estratégico, poniendo el foco en sus cuatro mercados clave: en el liderazgo europeo de España en el despliegue de fibra y de la tecnología 5G, que alcanza ya al 80% del territorio nacional; en Reino Unido, con el acuerdo con Liberty Global, la mayor operación corporativa de la historia de la compañía; en Brasil, con la compra de los activos móviles de Oi; y en Alemania, con la creación con Allianz de un gigante de fibra. En cuanto a Hispanoamérica, Telefónica ha reenfocado su presencia en la región, centrándose en la rentabilidad, la eficiencia y la mayor captura del valor de los activos.

Telefónica Tech y Telefónica Infra, ambas piezas estratégicas para el Grupo, han avanzado también de forma significativa en el último año. Tech es ya una realidad compuesta por dos sociedades digitales, enfocadas en la ciberseguridad y el ámbito Cloud, por un lado, y en el Big Data y el Internet de las Cosas, por otro. En cuanto a Infra, ha cumplido con su objetivo de maximizar el despliegue y la puesta en valor de las infraestructuras, como lo demuestra la venta del negocio de torres de Telxius por 7.700 millones de euros, a múltiplos récord y un referente hoy en el sector.

Por último, el objetivo de avanzar en el despliegue de un nuevo modelo operativo impulsando la digitalización también ha dado sus frutos, con el 80% de los procesos de la compañía ya digitalizados y un porcentaje de las ventas a través de canales digitales que alcanza el 35% del total.

UNA ESPAÑA DIGITAL PARA LIDERAR LA CUARTA REVOLUCIÓN INDUSTRIAL

Recién cumplido el 97º aniversario de Telefónica, José María Álvarez-Pallete ha reforzado la importancia de seguir hacia adelante bajo los criterios más sostenibles y diversos, priorizando los valores y un nuevo contrato social. *"Es hora de establecer las normas de este nuevo mundo. Es hora de definir un contrato social que fije las reglas y los derechos en el espacio digital"*, ha explicado.

Igualmente, el presidente de Telefónica ha hecho un llamamiento para aprovechar la ocasión histórica que ofrece Europa para impulsar una España Digital. *"Es una oportunidad de oro para que España lidere la Cuarta Revolución Industrial -ha asegurado-, más aún cuando Europa ha marcado una agenda ambiciosa que sitúa justamente la digitalización y la sostenibilidad en el centro". "Su potencial permitiría aumentar el PIB entre 1,5 y 2,5 puntos porcentuales anuales hasta 2025 e incrementar la productividad de las pymes entre un 15% y un 25%"*, ha añadido.

José María Álvarez-Pallete ha proyectado su mirada hacia los próximos años y, como al comienzo de su discurso, ha insistido en que "Telefónica sabe hacia dónde apunta el futuro". "Emergemos de una de las mayores crisis vividas por la Humanidad con el orgullo de haber cumplido nuestra misión y como una compañía tecnológica lista para conquistar el futuro. Disponemos de la memoria sobre la que construir el porvenir, de un plan preciso para afrontarlo y del talento humano para pilotarlo", concluyó.

Telefónica obtiene un beneficio neto de 886 millones, un 118% más que en el primer trimestre de 2020

Telefónica obtiene un beneficio neto de 886 millones de euros durante los tres primeros meses de 2021, un 118,3% más que en el mismo periodo del año anterior. Estos resultados muestran la resistencia del modelo de negocio de la compañía, la eficacia de la gestión aplicada, enfocada en la reducción de costes y en la estabilidad del flujo de caja operativo, y el menor impacto de los efectos derivados de la pandemia y de la evolución de los tipos de cambio con respecto al cierre de 2020. El beneficio por acción alcanza los 0,15 euros en los tres primeros meses del ejercicio, frente a los 0,06 euros del mismo periodo del año pasado.

"Estos resultados reflejan el acierto de nuestro plan estratégico y la capacidad de ejecución de Telefónica para lograr un crecimiento sostenible y rentable, impulsado por nuestros negocios tecnológicos y por el despliegue de las mejores redes y servicios", ha subrayado José María Álvarez-Pallete, presidente de Telefónica.

Las cifras del primer trimestre sitúan a la compañía en la senda del cumplimiento de los objetivos financieros establecidos para 2021, consistentes en una estabilización de los ingresos y del resultado operativo antes de amortizaciones (OIBDA) y en una vuelta a un nivel normalizado de inversión (CapEx) sobre ventas de hasta el 15%.

En este sentido, tanto los ingresos como el OIBDA expresan ya esa progresiva estabilización, puesto que reflejan una mejora secuencial por tercer trimestre consecutivo. En el primer trimestre, los ingresos del Grupo se sitúan en los 10.340 millones de euros, un 9% menos que en el mismo periodo de 2020, pero sólo un 1,3% menos en términos orgánicos, una cifra que muestra un descenso menor que en los trimestres anteriores.

Además, la eficiencia conseguida con la gestión aplicada por la empresa, con una reducción de los gastos operativos del 9%, hace posible que el OIBDA crezca el 0,3% en el primer trimestre en términos orgánicos.

Los cuatro mercados principales, España, Alemania, Reino Unido y Brasil, aportan el 78% de los ingresos y el 88% del OIBDA. Por geografías, España proporciona el 29% de los ingresos del Grupo y el 35% del OIBDA; Alemania, el 18% y el 16%; Reino Unido, el 15% y el 16%; y Brasil, un 16% y un 21%, respectivamente. De Hispam, por su parte, procede el 19% de los ingresos y el 12% del OIBDA.

REDES DE CALIDAD, CLIENTES FIELES

La calidad de las infraestructuras ha seguido siendo una prioridad para Telefónica en el arranque de 2021. Esta calidad se traduce en más clientes y más contentos. La base total de accesos de Telefónica crece hasta 347,4 millones, un 1,5% más que al cierre del primer trimestre de 2020, con un claro crecimiento el segmento de usuarios de alto valor gracias a las infraestructuras diferenciales del Grupo. Los accesos minoristas de ultra banca ancha (UBB) suben un 8,2% en el último año y los de fibra hasta el hogar (FTTH) lo hacen en un 23,5%, con lo que representan el 53% del total de clientes minoristas de banda ancha. La mayor satisfacción de los clientes se refleja en una mejora del NPS (*Net Promoter Score*) hasta niveles récord del 27% en los cuatro principales mercados.

La compañía finaliza el primer trimestre con 137,1 millones de unidades inmobiliarias (UUII) pasadas con fibra, un 6% más que hace un año, y de las que un total de 63 millones discurren por redes propias. En relación con la red de fibra, Telefónica Infra, la sociedad que se ocupa de poner en valor las infraestructuras de la compañía, anunció en el trimestre la creación de dos nuevos vehículos mayoristas para el despliegue de fibra en Brasil y Chile, que se unen así a la sociedad conjunta creada con Allianz en Alemania, presentada el pasado mes de octubre.

EJECUCIÓN DEL PLAN ESTRATÉGICO

Los cinco pilares que sustentan la estrategia de Telefónica también avanzan a buen ritmo. Con respecto a los mercados principales, España mantiene el liderazgo europeo en el despliegue de fibra y alcanza ya una cobertura 5G del 80% del territorio, mientras que en Reino Unido la fusión de O2 y Virgin Media progresa de acuerdo con lo esperado, después de que el regulador británico (CMA) aprobara la operación de forma preliminar en abril. En Brasil, la adquisición de los

ASPECTOS MÁS DESTACADOS

Los resultados del trimestre reflejan la ejecución del plan estratégico, la resistencia de Telefónica y los positivos efectos de la gestión operativa del negocio, centrada en obtener una mayor eficiencia.

- Los ingresos y el resultado operativo antes de amortizaciones (OIBDA) registran una mejora sostenida por tercer trimestre consecutivo y permiten a la compañía confirmar los objetivos establecidos para 2021.
- El beneficio por acción alcanza los 0,15 euros en los tres primeros meses del ejercicio, por encima de los 0,06 euros del mismo periodo del año pasado.
- La deuda del Grupo, que se reduce un 6,4% en el último año, será rebajada aproximadamente en 9.000 millones adicionales en el segundo trimestre del ejercicio y quedará recortada a la mitad de la existente hace cinco años.

activos móviles de Oi sigue igualmente su curso, y en Alemania la compañía ha cerrado durante el trimestre un acuerdo de roaming nacional con 1&1 Drillisch que garantiza una línea de ingresos a largo plazo.

Por lo que refiere a Hispam, la mejora del modelo operativo se hace cada vez más evidente. La maximización de las eficiencias en los costes operativos y la inversión hacen posible un fuerte incremento del flujo de caja operativo en la región.

Telefónica Tech refuerza su historia de crecimiento en el primer trimestre con un aumento de los ingresos del 25,1%, hasta los 166 millones de euros, al tiempo que continúa con el proceso de migración de servicios y con la transferencia de negocios y activos.

De este modo, Telefónica Tech avanza en su objetivo de ampliar el perímetro de la compañía, que se extenderá a lo largo de los próximos meses. Además, continúa apoyándose en sus capacidades operativas y comerciales, en sus activos diferenciales y en acuerdos con socios clave para ofrecer sus servicios a los más de 5,5 millones de clientes B2B del Grupo.

En cuanto a Telefónica Infra, y junto con la creación de los vehículos mayoristas mencionados, su principal éxito durante este primer trimestre fue la venta del negocio de torres de Telxius a American Tower Company por 7.700 millones de euros, una operación a múltiplos récord y referente del sector.

Por último, el quinto pilar estratégico, que busca simplificar y digitalizar en mayor medida el actual modelo operativo, ha dado frutos también durante el trimestre. La digitalización de los procesos supone el 79%, mientras que las ventas digitales han crecido el 37% en los cuatro mercados clave y representan ya el 35% del total. Es decir, hasta marzo, cerca de 30 millones de clientes, un 12% más, han optado por utilizar canales digitales en el conjunto del Grupo.

DESARROLLO SOSTENIBLE

Otro evento destacado del primer trimestre consistió en la colocación de un bono híbrido sostenible, el primero de estas características emitido en el sector y una nueva muestra del compromiso de Telefónica a favor de un desarrollo sostenible. El importe de esta operación, que alcanzó los 1.000 millones de euros, permite a la compañía extender el alcance de su financiación a proyectos sociales en España, Alemania y Brasil, al tiempo que da continuidad a iniciativas ambientales en línea con los bonos verdes emitidos en 2019 y 2020, con los que el Grupo también fue pionero.

Comentarios de José María Álvarez-Pallete, Presidente Ejecutivo

"Empezamos el año 2021 con fortaleza, a pesar de la difícil comparativa respecto al 1T del año pasado, que prácticamente no se vio afectado por el COVID-19. Continuamos mejorando secuencialmente las tendencias de ingresos y OIBDA por tercer trimestre consecutivo y hemos vuelto a crecer interanualmente en términos orgánicos en el mes de marzo en todas estas métricas.

Estos resultados reflejan el progreso en nuestra estrategia a largo plazo enfocada en un crecimiento sostenible y rentable impulsado por nuestros negocios tecnológicos y por el despliegue de redes y servicios con la mejor calidad. T. Tech acelera el crecimiento interanual de los ingresos por encima del 25%, mientras que en nuestros mercados clave seguimos aumentando los accesos de fibra y de contrato móvil. Al mismo tiempo, seguimos cumpliendo con nuestras prioridades inmediatas, avanzando en las transacciones de transformación en Reino Unido, Brasil y Torres de cara a completarlas este año, lanzando las "JVs" de fibra, eficientes en capital, en Alemania, Chile y Brasil, y reduciendo la deuda neta en un 6% interanual, con una reducción adicional de cerca de 9 mil millones de euros en el año.

La eficiencia de capital a través de una apropiada asignación del mismo sigue siendo un punto clave de nuestra estrategia. Mantenemos el OIBDA-CapEx (ex-espectro)/Ingresos en el 20%, destinando aproximadamente la mitad del CapEx ex-espectro a redes de próxima generación para mejorar nuestro posicionamiento en los mercados clave. Todo esto, apoyado en un NPS de los clientes que crece en 9 p.p. interanual en 1T y en las tendencias que se mantienen en el mes de marzo, me hace confiar en que estamos en el buen camino para cumplir nuestras previsiones fijadas para el año, a la vez que avanzamos correctamente en nuestra transformación a largo plazo."

Telefónica

Resultados Telefónica 1T 2021

"Empezamos el año 2021 con fortaleza, a pesar de la difícil comparativa respecto al primer trimestre del año pasado, que prácticamente no se vio afectado por el COVID-19. Continuamos mejorando secuencialmente las tendencias de ingresos y OIBDA por tercer trimestre consecutivo y hemos vuelto a crecer interanualmente en el mes de marzo en todas estas métricas".

José María Álvarez-Pallete
Presidente Ejecutivo de Telefónica

Nuestras principales magnitudes

- **886 Mill.€** — **Beneficio Neto** +118,3% interanual
- **3.417 Mill.€** — **OIBDA** +0,3% interanual orgánico
- **35.796 Mill.€** — **Deuda Neta** -6,4% interanual
- **727 Mill.€** — **Flujo de caja ex espectro** +201,4% interanual
- **347 Mill.** — **N.º accesos totales** +1,5% interanual
- **112.543** — **Empleados**
- **Objetivos 2021** — **Confirmados**

- **#1** — Fibra en **España y Brasil**
- **0 emisiones netas** — Para el año **2025**
- **137 Mill.** — **Fibra**
- **83%** — Cobertura **LTE**
- **79%** — Procesos **Digitalizados**
- **166 Mill.€** — **Ingresos** de T. Tech +25,1% interanual

Nuestros ingresos por geografías

Ingresos:
10.340 Mill.€

Nuestra remuneración al accionista

Amortización del 1,5% de acciones en autocartera

Objetivos y remuneración al accionista

→ El Grupo está en línea para alcanzar los objetivos fijados para el año 2021, estando los resultados del trimestre en línea con nuestras expectativas. Los objetivos financieros de 2021 son:

- Ingresos y OIBDA; "estabilización" (interanual orgánico).
- Vuelta al nivel normalizado del ratio de CapEx sobre ventas de hasta el 15%.

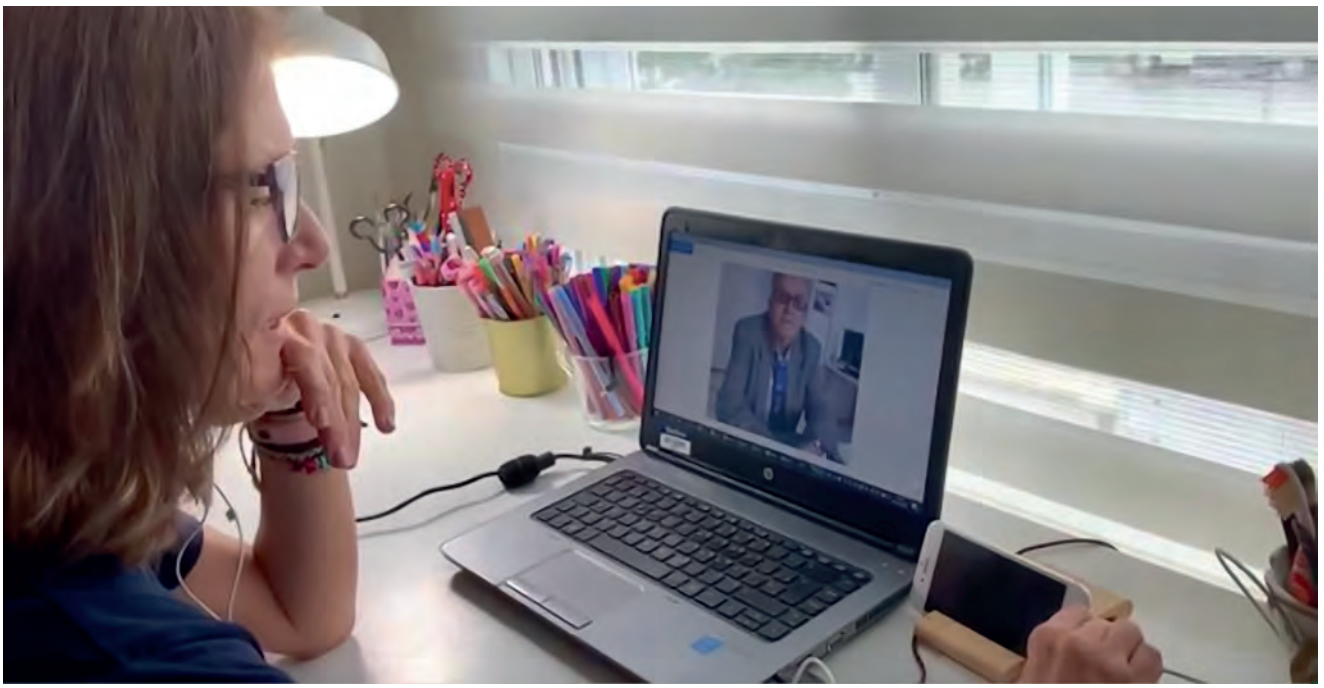
→ Telefónica confirma la remuneración al accionista para 2020 y 2021.

- El segundo tramo del dividendo de 2020 (0,20€ por acción) se pagará en junio de 2021, mediante la modalidad de dividendo flexible voluntario.
- Dividendo de 2021 de 0,30€ por acción pagadero en diciembre de 2021 (0,15€ por acción) y junio de 2022 (0,15€ por acción), mediante la modalidad de dividendo flexible voluntario. A efectos de este segundo tramo, se propondrá a la JGA la adopción de los correspondientes acuerdos sociales.
- Reducción del capital social mediante la amortización de acciones propias (82.896.466) de la Sociedad.

Fundación Telefónica

EL VOLUNTARIADO DE TELEFÓNICA: CONECTANDO GENERACIONES

Bajo el lema 'Conectando Generaciones', los participantes en el voluntariado de Telefónica desarrollan durante todo el año en diferentes iniciativas solidarias para tender puentes entre jóvenes y mayores y promover esa conexión generacional tan importante en pro de una sociedad más justa y equitativa.



Contribuir a mejorar la calidad de vida de las personas y acercar el potencial de la tecnología para que nadie se quede atrás en una sociedad cada vez más digital, son dos de las actuaciones principales de Fundación Telefónica. Por eso, a través del programa de Voluntariado de Telefónica, se llevan a cabo diferentes iniciativas a lo largo del año con el foco puesto en los mayores y en fomentar la comunicación y la conexión con otras personas.

Una de las más importantes es el **acompañamiento telemático a mayores.** Con la plataforma **JUNTOS EN RED**, los empleados de Telefónica acompañan virtualmente, a través de llamadas telefónicas, cartas o vídeos a personas en soledad no deseada mitigando así el sentimiento de desamparo y reduciendo sentimientos negativos.

Gracias a la colaboración de entidades sociales como Fundación 'Lo que de verdad importa', Fundación FDI, Adopta un Abuelo, **AGMT Mayores Telefónica**, Cruz Roja Española Madrid, Seguros DKV, Fundación Amigos de los Mayores, Senior en Red, o Fundación Theodora, se ha beneficiado a 11.218 personas durante 2020.

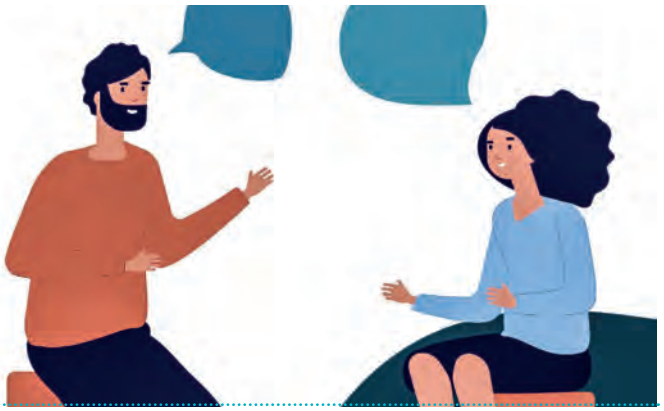
El **uso de las nuevas tecnologías por parte de los mayores** es una de las tareas más importantes para la conexión con las nuevas generaciones. **RENACER DIGITAL** es un programa de alfabetización digital entre las personas mayores para que sean capaces de manejarse con aplicaciones como Whatsapp, videollamadas o compras online.

En ambos proyectos Mayores Telefónica viene participando activamente y contamos con que siga siendo así cuando próximamente se abra un nuevo período de inscripciones.

Fundación Telefónica

JUNTOS en red

Una iniciativa de Fundación Telefónica contra la soledad no deseada.



¿Qué es JUNTOS en red?

Juntos en Red es una iniciativa de Fundación Telefónica que busca **paliar los efectos de la soledad no deseada creando vínculos entre personas a través del voluntariado.** Hemos puesto a disposición de las entidades sociales con las que colaboramos una plataforma digital para favorecer el acompañamiento no presencial, ofreciendo recursos formativos sobre los vínculos positivos, el envejecimiento activo, el acompañamiento efectivo y otras cuestiones de interés. Un proyecto integrador que promueve las relaciones no presenciales entre personas voluntarias y personas que quieren ampliar su círculo social.

¡AYUDA A LOS MAYORES A ESTAR CONECTADOS!

RENACER DIGITAL

Queremos que la tecnología sea el gran aliado de las personas mayores para mantenerse comunicados y que sean capaces de manejar aplicaciones como Whatsapp, conocer las oportunidades que les ofrece un Smartphone o hacer una compra online, todo ello gracias a los contenidos de Renacer Digital.

Testimonios

Es una iniciativa que me está encantando, y las personas a las que estoy llamando están super agradecidas de que les llamemos, y es tan bonito.

Es una experiencia enriquecedora y muy gratificante. Me gustaría destacar la humanidad y el comportamiento ejemplar de todas las personas con las que he contactado.

La experiencia de hablar con personas que han vivido tanto, me está gustando mucho, porque son un ejemplo de fortaleza y optimismo, y me hacen darme cuenta de lo que realmente es importante en esta vida, las personas.

Gracias por hacerme partícipe de esta experiencia tan especial, está siendo maravillosa, dentro de lo que estamos viviendo. Me he dado cuenta que me están dando más de lo que podía imaginar, volvería mil veces a repetirla.

Esta ha sido mi primera actividad como voluntario y cada día que pasa estoy más convencido de que ha sido la mejor elección. El sentimiento que tengo después de estos días es de ser útil y cómo una simple llamada de teléfono puede ser tan importante en estos momentos. Pero sobre todo es de gratitud hacia las personas que llamo por dejarme entrar en su "vida" y establecer una relación cada vez más cercana.

Mereces una vida más tranquila

¿Conoces **Pléyade?**

En Pléyade Peninsular somos la correduría de seguros del Grupo Telefónica. Ofrecemos ventajas exclusivas para todas las empresas del Grupo y para todas las personas que sean o hayan sido empleados, así como para sus allegados. Desde Pléyade, trabajamos para ofrecerte las mejores condiciones posibles en materia de seguros para garantizar tu tranquilidad, con las más amplias coberturas y al mejor precio posible. Disponemos de una amplia variedad de seguros, siempre adaptados a las últimas novedades del sector y hoy venimos a hablarte del seguro de Defensa Jurídica.

¿En qué consiste un seguro **de defensa jurídica?**

¿Quién no ha tenido alguna vez un problema con algún vecino, o tras haber comprado un producto? ¿Quién no ha dudado alguna vez en cómo proceder con cuestiones legales, como un divorcio o reclamar un viaje? El seguro de defensa jurídica te ofrece la asistencia que necesitas y el asesoramiento legal de la mano de expertos en la materia para cualquier situación que pueda sorprenderte. Se trata de un seguro que te proporcionará la ayuda legal de la mano de abogados especializados, para proporcionarte un asesoramiento personalizado, sin importar el ámbito o la actividad con el que esté relacionado.

Pero, ¿qué cubre un seguro **de protección jurídica?**

El objetivo de este tipo de seguro es cubrir los gastos que pudiera tener cualquier proceso legal y de asesoramiento jurídico que pueda necesitar el asegurado a la hora de defender sus intereses. Las coberturas más típicas en esta clase de seguros son:

· **Asistencia jurídica telefónica:** Con abogados especializados para asesorarte acerca de cualquier posible litigio que debas afrontar.
· **Revisión y redacción de documentos:** Para garantizar que toda la documentación legal esté correctamente presentada en vías administrativas.
· **Defensa penal y civil suplementaria:** Tendrás a tu disposición un abogado experto, en caso de que necesites la defensa adecuada por una denuncia de vía penal, incluyendo tu representación en un juicio.
· **Vivienda principal y secundaria:** La ayuda que necesitas para gestionar reclamaciones y asesorarte sobre trámites en caso de conflicto con vecinos, propietarios, el casero, etc.
· **Protección administrativa y fiscal:** Aprovecha el asesoramiento de nuestros abogados ante problemas con Hacienda, sanciones administrativas, desgravaciones, etc.
· **Prestación por separación o divorcio:** Defensa legal para ambos cónyuges en casos de separación o divorcio.

¿Y tú, te identificas con estos casos?

"Tengo que presentar un documento legal, pero no tengo la certeza de que esté bien preparado"

La presentación de documentos legales en procesos por vía administrativa debe hacerse de forma exacta, sin que falte información y con todo correctamente organizado. Contrata este seguro con Pléyade y tendrás a tu disposición el asesoramiento que necesitas para no cometer ningún error en el trámite.

"¡He recibido una denuncia! ¿Qué debo hacer ahora?"

Una denuncia por vía penal requiere la mejor defensa para tus intereses. En Pléyade, con el seguro de Defensa Jurídica, encontrarás la ayuda que necesitas de la mano de un abogado que velará por tus intereses. En caso de que se celebre un juicio, te representará para que cuentes con la mejor defensa posible.

"Me gustaría saber más sobre este seguro, ¿Cómo puedo contratar mi seguro con Pléyade?"

Para saber más sobre el seguro de Defensa Jurídica o contratarlo, puedes hacerlo directamente a través de nuestra web: www.pleyade.es o poniéndote en contacto con nosotros llamando al 91 344 66 91. Uno de nuestros expertos en seguros te atenderá de forma completamente personalizada, ofreciéndote la mejor opción en tu caso concreto y garantizando que consigas lo que necesitas.

Telf. 913 446 691

www.pleyade.es

Pleyade

*En función de la modalidad contratada. Pléyade Peninsular, Correduría de Seguros y Reaseguros del Grupo Telefónica, S.A. Una compañía de Telefónica – Sede Social C/Ronda de la Comunicación, S/ N Edificio Oes t e 2 – planta 2ª 28050 Madrid. C.I.F.: A80157795. Registro Mercantil Provincia de Madrid, Hoja M 31419. 1/ A, Folio 168, Tomo 1735 del Libro de Sociedades. Nº Registro Corredor de Seguros D.G.S.: J 196. Nº Registro Corredor de Reaseguros D.G.S: RJ 0020 (http://www.dgsfp.mineco.es/es/Paginas/Iniciocarrousel.aspx). Concertados Seguro de Responsabilidad Civil y Caución y Certificación de Capacidad Financiera según Ley 26/ 2006 de 17 de Julio. Aplicación de la Legislación vigente en la resolución de quejas y resolución de quejas y reclamaciones por el servicio de mediación (Dpto. de Atención al Cliente: reclamaciones pleyade@telefonica.com) y en materia de Protección de Datos le recordamos que puede ejercer sus derechos de acceso, rectificación, supresión, así como otros derechos de los interesados a través del email: privacidad.pleyade@telefonica.com. Para consultar información adicional y detallada sobre Protección de Datos visite nuestra página web www.pleyade.es. Atento actúa como asesor auxiliar.

LA ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS ADULTOS MAYORES

Con el paso de los años, ya en la edad madura, nuestra vida tiende a ser más sedentaria de una forma natural, consecuencia de la aparición de problemas físicos y, en ocasiones, a causa de una disminución de la vida social.

La vida sedentaria contribuye al envejecimiento precoz y el riesgo de aparición de numerosas enfermedades. Una inmovilidad prolongada produce cambios en los diferentes órganos y sistemas del cuerpo, siendo los más afectados el sistema cardiovascular y el musculoesquelético. Ya en 2018, la Organización Mundial de la Salud (OMS) advirtió que el sedentarismo aumenta en el mundo y pone en peligro a una cuarta parte de la población adulta del planeta.

El sedentarismo está considerado para todos una de las causas de aparición de enfermedades (obesidad, insuficiencia cardíaca, osteoporosis, demencia...) y dolencias, e incluso de muerte prematura. Pero si pensamos en cómo afecta a las personas mayores esta falta de actividad es necesario animar a moverse.

MAYORES Y SEDENTARISMO: CÓMO EVITARLO

A excepción de los mayores con discapacidad y/o enfermedades crónicas, que precisan recomendaciones especiales, como pautas generales se aconseja:

- Evitar la inactividad: cualquier cantidad de actividad, por pequeña que sea, siempre será beneficiosa.
- Adaptar la cantidad y el tipo de actividad a la edad y forma física de cada uno.

- Marcar, si es posible, la meta mínima de 150 minutos semanales de actividad física moderada o 75 minutos de actividad física intensa. Puede ser una combinación equivalente de ambas y se puede fraccionar en períodos de al menos 10 minutos.
- Distribuir el tiempo dedicado a la actividad física entre todos los días de la semana, o al menos en 3 días a la semana.
- Alcanzar, si sus condiciones lo permiten, los 300 minutos de actividad moderada o 150 minutos de intensa, o las combinaciones proporcionales de ambas, ya que los beneficios en salud son mayores.
- Para mantener la salud y prevenir la discapacidad, es importante realizar al menos 2 días a la semana actividades de mantenimiento o incremento de la fuerza muscular (8-10 ejercicios, cada uno de 10 a 15 repeticiones, en 2 días de la semana). Se pueden realizar más días por semana, pero siempre que no sean consecutivos. Las actividades de fortalecimiento muscular incluyen: ejercicios con bandas elásticas, con máquinas y mancuernas, ejercicios con autocargas (con el propio peso del cuerpo) o transportar la bolsa de la compra.
- Fomentar los ejercicios de equilibrio (estático y/o dinámico), al menos 3 días por semana, sobre todo en las personas con riesgo de caídas, incluyendo ejercicios específicos y actividades como baile o tai-chi.
- Ejercicios de flexibilidad, con la finalidad de mantener la movilidad articular. Se realizarán durante un mínimo de 10 minutos y al menos 2 días por semana, incluyendo estiramientos (de 2 a 4 por ejercicio) que provoquen tensión o molestia leve y que duren entre 10 y 30 segundos, completando un total de 60 segundos por cada grupo muscular.
- Progresión gradual del tiempo de ejercicio, de la frecuencia y de la intensidad para mejorar la adherencia al ejercicio y para minimizar los riesgos.

¿QUÉ TIPO DE ACTIVIDAD FÍSICA DEBEN REALIZAR LAS PERSONAS MAYORES?

Para los adultos mayores, la actividad física puede consistir en actividades recreativas o de ocio, desplazamientos (por ejemplo, paseos caminando o en bicicleta), actividades ocupacionales (cuando la persona todavía desempeña actividad laboral), tareas domésticas, juegos, deportes o ejercicios programados en el contexto de las actividades diarias, familiares y comunitarias.

ACTIVIDAD FÍSICA PARA TODOS: ¡A MOVERSE!

Estas recomendaciones son válidas para todos los adultos mayores, con independencia de su sexo o raza y no suponen gastos adicionales excesivos, por lo que no existen limitaciones económicas.

Los consejos también son extensivos a los adultos mayores con discapacidad, siempre y cuando se adapten a cada persona en función de su capacidad de ejercicio, de sus limitaciones físicas y de los riesgos específicos para su salud.

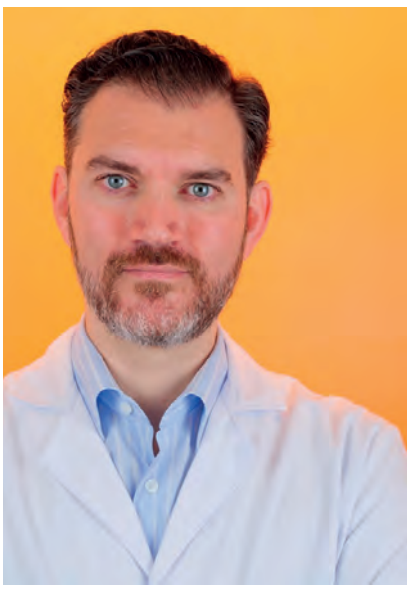
Los adultos mayores inactivos o con enfermedades limitantes verán mejorada también su salud, si pasan de la categoría “sin actividad” a la de “cierto nivel”.

Hacer casi cualquier tipo de ejercicio que implique movimiento es algo más que recomendable. Los adultos mayores que no siguen las recomendaciones de realización de actividad física deberían modificar este comportamiento e intentar aumentar paulatinamente la duración, la frecuencia y, finalmente, la intensidad como meta para cumplirlas.

Mantener un buen estilo de vida no es difícil y sólo depende de uno mismo. ¡A moverse!

Autor: **César Hernández de la Peña**

Médico Rehabilitador
del Equipo Clínico de ATAM.



Más información en:
www.equipoclinico.atam.es

TECNOLOGÍA Y AUTOCONOCIMIENTO: CUIDARSE MÁS Y MEJOR CON VIVELIBRE SALUD

Entrevista con: **Cristina Saavedra** | Responsable de ViveLibre Salud

¿Qué necesidades cubre el nuevo servicio de ViveLibre Salud?

Hoy en día nuestra sociedad está envejecida. Este hecho ha producido un aumento en las tasas de cronicidad, discapacidad y dependencia que, consecuentemente, está intensificando las necesidades de apoyo de las personas. Además, hay que sumar el hecho de que estamos en plena revolución tecnológica y científica, lo que nos permite obtener cada día más información relacionada con el estado de salud global de la persona. Si a esto le sumamos una mayor conectividad que multiplica la información casi en tiempo real, la situación es muy diferente a la que teníamos hace sólo unos años.

Por ello, es imprescindible una evolución hacia un nuevo modelo sociosanitario en el que el usuario deja de ser un elemento pasivo del sistema sanitario y pasa a ser el agente central activo en la autogestión de su propia salud. Es ahí donde surge ViveLibre Salud, que busca la promoción de la autonomía personal y el mantenimiento del bienestar de las personas con enfermedades crónicas, personas con discapacidad o dependencia, así como de sus familias.

¿Qué tres características destacaría por encima de todo de esta solución?

Sencillez, autoconocimiento e informes inteligentes. Es decir, que la aplicación sea fácil e intuitiva es una característica irrenunciable de nuestra solución. Deben usarla personas que no son nativos digitales y, por tanto, la tecnología no puede ser nunca un hándicap. Por este motivo, los propios usuarios han sido partícipes en su diseño desde distintas experiencias piloto.

Otro punto clave es el autoconocimiento, puesto que existen muchas soluciones que se limitan a dar muchos datos, pero sin ningún contexto o utilidad. ViveLibre Salud ha analizado los factores que tienen más impacto sobre la propia salud de sus usuarios, sus hábitos de vida, sueño...

Y, por último, el verdadero valor añadido son los informes inteligentes. En ello nuestra solución aprovecha todo el potencial de un sistema cognitivo propio integrado en la plataforma de soluciones inteligentes. Así, mediante la aplicación de diferentes algoritmos, el sistema es capaz de generar periódicamente informes altamente personalizados.

¿Qué valor aportan la tecnología y los datos para promover el cuidado de la salud de las personas?

El avance de las tecnologías de la comunicación supone una revolución en la medicina y el cuidado de la salud. Se ha evolucionado de una medicina pasiva y reactiva en la que solo se actúa cuando el paciente manifiesta algunos síntomas claros y evidente, a una medicina predictiva y participativa en la que el foco está puesto en la prevención. Y, para lograrlo, necesitamos obtener datos de una manera constante. Por ello, estos avances sólo se han podido empezar a realizar ahora, gracias a las tecnologías de Big Data y la Inteligencia Artificial, que han permitido llevar a cabo análisis complejos con grandes cantidades de datos que antes éramos incapaces de gestionar.

¿Se puede anticipar una situación de riesgo para la salud de manera realista?

En nuestros pilotos hemos podido comprobar cómo a través del uso del servicio se pudieron detectar situaciones de descompensación en la salud de los usuarios que habrían pasado desapercibidas hasta la próxima revisión médica. Desde crisis hipertensivas a patologías cardíacas, e incluso, más recientemente, se pudo detectar en pacientes los primeros síntomas de casos de COVID-19. No obstante, todavía tenemos mucho que aprender para poder aprovechar todo el potencial de los datos para la predicción de situaciones de riesgo. Este será, desde luego, un viaje fascinante.

¿Cómo actúa la Unidad de Apoyo si se detecta un nivel de salud fuera de lo habitual?

El objetivo primordial de la Unidad de Apoyo cuando contacta con el usuario es comprobar si este se encuentra bien o necesita ayuda. Afortunadamente, la mayoría de las ocasiones en las que la Unidad de Apoyo contacta con los usuarios no representan

gravedad y los profesionales se limitan a solicitar una nueva medida para comprobar que no se trate de una falsa alerta. Si se siguen superando los niveles de alerta, la Unidad de Apoyo recomendará al usuario acudir a un centro de salud si se encontrara mal o incluso puede prestarle apoyo para realizar un contacto con los servicios de emergencia.

Fruto de la experiencia de los pilotos, hemos añadido una nueva funcionalidad a la herramienta que permite al usuario indicar que no necesita que le contacten. Se trata de poner a las personas en el centro y empoderarlas en el mantenimiento de su salud.

¿Qué veremos en este campo en los próximos años?

La innovación tecnológica está en un momento álgido. Así, el avance que están teniendo todos los sensores biométricos y la monitorización nos hace pensar en un futuro con datos de salud recogidos de manera continua y de forma no invasiva. Hoy en día la tecnología ya permite integrar sensores de monitorización en parches adhesivos o en componentes textiles como camisetas o ropa interior.

En pocos años, toda la información integrada de estos sensores junto la información medioambiental y de estilo de vida de las personas permitirá elaborar una especie de “huella dactilar digital”. Esta nos ofrecerá una fotografía global de nuestro estado de salud, y su comparación con los patrones de personas en condiciones similares nos permitirá calcular diferentes estados o “trayectorias de salud” por los que una persona podrá ir pasando a lo largo de la vida. Sin duda, un futuro tan fascinante como abrumador que estamos seguros será un hecho en una organización como ATAM.

RENTA 2020: ¿REPASAMOS O REPENSAMOS?

El pasado 7 de abril dio comienzo la campaña de la renta de un año singular marcado por la pandemia, por el incremento de los ERTE´s y por la aparición del Ingreso Mínimo Vital. Es en este momento del año cuando nos planteamos cómo sacarle la mejor partida a nuestra Declaración de la Renta, pero lo cierto es que, llegados a este punto, poco podemos hacer.

La clave para buena planificación fiscal reside en el largo plazo, en organizar las decisiones en los momentos oportunos para aprovechar al máximo los beneficios fiscales que prevé nuestra legislación. Otro aspecto importante a tener en cuenta en nuestras declaraciones será el ser coherente en las mismas, no cambiar continuamente de criterio nos ayudará a no llamar la atención ante la Administración.

Aunque lo hecho, hecho está, sí que podemos revisar cuales son las actuaciones realizadas que nos van a facilitar reducir nuestro impacto en la renta. Para todos los contribuyentes en general, y en especial para los mayores de 65 años a los que la ley dota de más beneficios, es fundamental conocer las claves de la renta.

Si tenemos viviendas destinadas al alquiler, deberemos tener en cuenta los gastos generados en estos inmuebles para disminuir la renta derivada del arrendamiento. Tened en cuenta en la declaración desde los intereses de la hipoteca, el IBI, la tasa de recogida de basuras, las primas del seguro del hogar, así como los gastos de comunidad y suministros del hogar si es el propietario quién los asume.

No os podéis olvidar tampoco de los gastos derivados de la reparación y conservación de la vivienda, como puede ser el mantenimiento de la caldera, la pintura o la sustitución del frigorífico, todo ello sabiendo que los gastos que constituyen mejoras de la vivienda, como puede ser la instalación nueva del aire acondicionado, se deducirán vía amortización. Desde luego si se dispone de un inmueble dedicado a su arriendo, mejor que su uso sea el de vivienda habitual del inquilino (no cabe aquí el alquiler turístico) para poder aprovechar la reducción del 60% que nos permite la normativa del IRPF.

Si aún disponemos de inmuebles o activos adquiridos antes de 1994, recordar que, en caso de transmisión, podremos dejar sin tributación parte de la ganancia generada, con el límite de 400.000 euros, mediante la aplicación de los coeficientes de abatimiento.

Los 65 años suponen un antes y un después de cara a la declaración de la renta. A partir de dicha edad podemos vender nuestra vivienda habitual sin tributación alguna en el IRPF y sin necesidad de reinvertir el importe en absolutamente nada. Si ya vendemos otros elementos, cómo puede ser la casa de la playa, unas acciones, fondos de inversión, etc, podremos evitar la tributación de hasta 240.000 euros si contratamos un seguro de renta vitalicia dentro de los seis meses siguientes a la venta.

Pero ¿qué sucedería si sólo uno de los cónyuges propietarios de la vivienda habitual o del apartamento de la playa ha cumplido los 65 años en el momento de la transmisión del inmueble? En estos casos los beneficios que acabamos de citar sólo se aplicarían en el 50% de la ganancia obtenida. Volvemos a recalcar aquí la importancia de una buena gestión del patrimonio para aprovechar al máximo la norma fiscal y evitar casos como los que decidan realizar la transmisión a los 64

esperando cumplir los años en los meses siguientes, ya que para aplicar estas ventajas será necesario tener 65 años cumplidos en el momento de la venta.

Hay que tener en cuenta que para poder aplicar los beneficios fiscales relativos a la vivienda habitual se nos va a requerir la justificación de una utilización efectiva y permanente de la vivienda, por lo que el mero empadronamiento no va a determinar, por sí solo, una prueba suficiente, ya que nuestra Agencia Tributaria va a poder analizar desde el consumo de luz de la vivienda hasta el centro médico al que acudes para determinar si constituye o no la vivienda habitual.

Aunque no esté directamente relacionado con el salto de edad de los 65 años, en el caso de que se prevea rescatar el plan de pensiones se debe recordar que, si se cobra en forma de capital, se puede obtener una reducción fiscal del 40% en las aportaciones realizadas antes de 2007. Para las contingencias acaecidas (como la jubilación) a partir de 2015, la normativa fiscal establece la posibilidad de aplicar tal reducción durante el año de la jubilación y los dos siguientes.

Ahora bien, antes de rescatar el plan es recomendable contactar con su gestor personal y analizar el impacto fiscal del mismo ya que, por ejemplo, en términos generales, no se recomienda realizar el rescate durante el mismo año de la propia jubilación debido a la propia progresividad del IRPF.

Por otro lado, si no es necesario rescatar el plan de pensiones en el momento de la jubilación, la reducción del 40% puede permanecer para la contingencia de fallecimiento y la podrían disfrutar el cónyuge o los descendientes. El plan de pensiones es un magnífico instrumento de planificación fiscal ya que incluso se puede plantear que lo utilicen los nietos para pagar sus estudios (con la normativa actual, si los nietos no tienen otra fuente de ingresos, podrían rescatar 8.000 euros al año sin retención ni tributación).

Si entre tus perspectivas se encuentra el seguir realizando aportaciones, recuerda que los planes de pensiones, con la nueva Ley de Presupuestos, han visto reducidas las aportaciones a los planes de pensiones a 2.000 euros anuales (de los 8.000 euros previos) y las aportaciones a los planes de pensiones del cónyuge a los 1.000 euros (de los 2.500 euros previos), por lo que la renta de 2020 será la última declaración, al menos de momento, en la que puedas ver reducida tu base imponible con hasta 8.000 euros.

Como de costumbre, no hay que olvidar la desgravación por donativos a entidades sin fines lucrativos y que en 2020 se incrementó hasta el 80% por los 150 primeros euros y al 35% por el resto de la cuantía (se incrementa al 40% si la cantidad donada a una misma ONG no ha disminuido en los dos años anteriores). De esta forma, en caso de realizar una donación de 150 euros te devolverán 120 euros.

Desde Ibercaja Banco tratamos de ayudar a nuestros clientes de Banca Privada a planificar todo su patrimonio, para que puedan disfrutar de una buena jubilación y que la transmisión del patrimonio a las siguientes generaciones se realice de la mejor manera posible.

SARA HUESO PEQUERUL
Departamento de Asesoría Fiscal
en Ibercaja Banco

EL PLAN DE PENSIONES, SU DOBLE FISCALIDAD

Llevamos varios años trabajando sobre la doble fiscalidad y se espera que sigamos en la brecha dado el interés que tiene esta gestión económica en la que Hacienda nos tiene ocupados.

Al disolverse la ITP, se creó el Plan de Pensiones (1-7-1992) con una parte de los fondos existentes en la mutualidad que conocemos como “derechos por servicios pasados”.

Esta cantidad ya había pagado su IRPF y ahora que rescatamos el Plan nos pide la Agencia sumarlo como rendimientos del trabajo y volver a cotizar, en esto consiste la “doble fiscalidad”.

Los derechos por servicios pasados se componen de: Plan de Transferencia y Plan de Amortización y a su vez la AEAT considera una parte de este Plan de Transferencia como primas del seguro colectivo exentas de tributar y el importe lo calcula la misma AEAT. El resto del Plan de Transferencia considera que son rendimientos de esas primas con reducción fiscal del 75% por proceder del anterior seguro colectivo.

Al estar este criterio establecido por la AEAT resulta que ya está en la fase de Solicitud de devolución de los ingresos indebidos y se puede solicitar por los que han rescatado dinero de esta parte de los derechos por servicios pasados en cualquier forma (capital o renta).

Para que no prescriba este derecho hay que solicitarlo en

los cuatro años siguientes, es decir, que hasta el 30 de junio 2021 podemos pedir los ingresos indebidos de los años 2016 a 2019, ambos inclusive. Como esta gestión no está muy popularizada, y las fechas corren, es previsible que se pierda el año 2016 y se gestione la solicitud después del verano. El modelo para esta solicitud ya tratamos de facilitarlo lo antes posible.

Informo que los TEARs de Canarias, Barcelona y Sevilla, entre otros, ya consideran que los derechos por servicios pasados están exentos de tributación.

Por todo lo expuesto y la información de que dispongo solicito de la Asociación que se cree un grupo dedicado a la economía para colaborar en la recogida de sentencias favorables (ya tenemos algunas) del Tribunal Supremo y TEARs para encauzar nuestras reclamaciones por los mismos cauces que han dado resultados positivos a los compañeros que nos han precedido en la gestión.

El abogado suele cobrar 50 € y un 5% de lo recuperado por el interesado. Mi criterio es que lo pague, en principio, la Asociación y así sabremos quién es el que ha llevado a buen fin la reclamación y seguir la misma línea por los demás. Hoy tengo que decir que los reclamantes que consiguen el éxito no quieren colaborar por la sencilla razón de que en su momento nadie quiso apoyarles esperando que les solucionaran el problema para aprovecharse después.

Quisiera saber y hablar con el, o ella, telefónic@ que finalizó la reclamación exitosa del 25%, me resulta muy penoso que el Grupo provincial no haya investigado quién es esta persona y lo haya hecho llegar a todos para seguir lo antes posible sus pasos. Aquí está el camino.

Animo a que se dé a conocer para hacerle un homenaje de gratitud y que nos explique por qué no ha dado a conocer su éxito. Por mi parte adquiero el compromiso de informar de todo lo que nos sea favorable a todos sin la menor reserva mental a fin de terminar la gestión cuanto antes.

Ampliación del 25% desde 1-1-1979 a 1-1-1992

La reducción del IRPF de la pensión incluyendo el período de 1-1-1979 a 1-1-1992 ya dejaré la información en nuestro blog para que todos los interesados encuentren un motivo para iniciar la colaboración conmigo, o con la Asociación, en la forma que ésta estime organizar estos temas que están pasando por el punto más difícil cuál es el trámite judicial para seguir en el administrativo, ya más fácil, como hemos hecho con el 25%. Ya hay sentencias favorables y serán los abogados los que harán su trabajo con el apoyo de la información que disponemos.

A mediados de junio marcho de veraneo; pero seguiré con vosotros. Durante el verano pasaré a nuestro blog detalles que aquí no hay espacio suficiente para explicar detenidamente, cosas muy jugosas y en la revista AL HABLA colaboraré siempre que los editores me permitan dirigirme a todos los socios como hacen ahora, lo cual agradezco sinceramente.

El blog de Zaragoza:
http://lapuyade27.blogspot.com

ENRIQUE BERNAD MAINAR
Teléfonos de contacto:
976 53 74 89 // 619 38 87 61

CLÍNICA IMPLAN-T, DAMOS EL SALTO HACIA LA ODONTOLOGÍA DIGITAL.

Gracias al gran avance de las nuevas tecnologías que se están aplicando en el campo de la salud, podemos decir que se ha creado un concepto totalmente nuevo de odontología.

¿Qué es la odontología digital?

La odontología digital es una revolución, un antes y un después, un nuevo modo de enfocar los procesos que se llevan a cabo en la clínica dental con la finalidad de ofrecer una experiencia más agradable para el paciente y un aumento de la calidad de los tratamientos.

A golpe de click

No hay duda de que nos encontramos en la era digital, con sólo un click en nuestros teléfonos inteligentes, podemos realizar operaciones bancarias, pedir comida a domicilio, solicitar un servicio de chófer e incluso hacer una revisión de nuestra boca con el dentista. Se están incorporando unos dispositivos, que se colocan en nuestro Smartphone y permiten hacer un escaneo de los dientes para enviar un archivo tridimensional al odontólogo, esta tecnología se utiliza sobretodo en tratamientos de ortodoncia invisible, de este modo, el clínico puede hacer un seguimiento y dirigir el proceso de alineamiento de los dientes en la distancia y sin necesidad de que el paciente acuda de manera física a la consulta.

Desde la clínica Implan-t hemos querido apostar por la innovación incorporando una multitud de equipos de tecnología puntera con la intención de continuar mejorando el servicio que damos a nuestros pacientes. Para comenzar contamos con el pilar fundamental que abre la puerta hacia la digitalización, el escáner intraoral (IOS), consiste en un dispositivo diseñado para tomar impresiones de la boca de los pacientes sustituyendo las impresiones de cubeta (con pasta o masilla) que suelen ser desagradables para el paciente. El escáner intraoral se compone de un mango que incorpora una cámara de fotos lo suficientemente pequeña para introducirse en la boca con la máxima comodidad. Este aparato realiza una secuencia de fotografías de los dientes y tejidos circundantes que, mediante un software, reproduce de manera tridimensional la forma exacta de la boca. Con este proceso obtenemos automáticamente la impresión del paciente de manera virtual lo que nos permite, por ejemplo, transferirla al laboratorio por email en pocos segundos, simular la posición final que tendrán los dientes después de un tratamiento con alineadores transparentes o comunicarnos con el paciente para poder explicar de una manera más visual el tratamiento que llevaremos a cabo. Las ventajas del escáner intraoral no terminan aquí, gracias a la precisión con la que cuenta permite que las prótesis que se coloquen en boca tengan una mayor adaptación y por tanto mayor calidad. Una vez que las impresiones llegan al laboratorio se diseñan las prótesis (coronas, puentes, etc) por ordenador mediante un procedimiento Cad/Cam (diseño asistido por computadora y manufacturación asistida por computadora), posteriormente se materializan

en la impresora 3D o se esculpen en la fresadora, este tipo de fabricación, al realizarse de manera menos artesanal, garantiza un óptimo ajuste y calidad del material.

¿Qué otras ventajas aporta la digitalización de la Clínica Implan-t?

Además de los escáneres intraorales, se ha incorporado un microscopio de última generación el cual permite visualizar de manera excepcional todos los detalles de la cavidad oral, esta magnificación nos ayuda a ser muy precisos y lograr resultados aún mejores consiguiendo que las intervenciones sean mínimamente invasivas.

La clínica dental Implan-t, también cuenta con un equipo de láser de diodo, se trata de una herramienta de precisión y alta tecnología que cuenta con una longitud de onda más larga que otros tipos de láseres. El haz de luz generado por este dispositivo, al interactuar con el tejido, consigue efectos terapéuticos. Ofrece ventajas en multitud de tratamientos ya que garantiza una recuperación más rápida y con menos efectos secundarios, incluso menos dolorosos ya que a veces se puede prescindir de puntos de sutura gracias a que disminuye el sangrado durante una intervención, esteriliza la zona intervenida y tiene efecto analgésico por lo que se requiere menos anestesia previa a la intervención. Por otro lado, los equipos radiológicos han sido renovados por modelos de última generación que disminuyen de manera muy significativa la radiación que recibe el paciente y aumentan la calidad de imagen permitiendo un mejor resultado diagnóstico.

Diseño de sonrisa digital

Sin duda en la sociedad actual que vivimos la imagen personal está cobrando cada vez más peso, muchos pacientes acuden a nuestra consulta en busca de mejorar el aspecto de su sonrisa, es por ello que en la clínica Implan-t contamos con un software especializado en el diseño estético de los dientes facialmente guiado. Esto significa que el programa permite al odontólogo diseñar una forma de diente que quede en concordancia con la anatomía facial del paciente, de este modo el paciente podrá participar en el diseño e incluso podrá verse en una simulación virtual con su nueva sonrisa antes de proceder al tratamiento.

La clínica dental Implan-t cuenta con un equipo multidisciplinar, expertos en todas las áreas de la odontología, que además, están a la vanguardia de las últimas tecnologías aplicadas a la odontología, para poder brindar el tratamiento más adecuado para cada uno de nuestros pacientes en un entorno lo más confortable y seguro posible.

No dude en contactarnos en nuestra clínica de Madrid (C/ Fernández de la Hoz, 45. Tel. 91 445 75 39) o Burgos (C/ Almirante Bonifaz. 1 1ºA. Tel. 947 274 655)

implan-T

VENTE CON NOSOTROS

Te esperamos. No lo pienses más

Hazte socio

Mayores TELEFÓNICA

www.mayorestelefonica.es

grupo@mayorestelefonica.es

Telefónica

1924
Voz a distancia.

2021
Voz a distancia,
teletrabajo,
clases online,
entretenimiento,
ciberseguridad,
internet de las cosas,
cloud,
contenidos,
tecnología del bienestar,
inteligencia artificial,
ciudades inteligentes

y muchas más maneras
de conectar para hacer
nuestro mundo más humano.

Cada día, mejor conectados.