



pensionistas por la democracia
DEPE - Bizkaia / Bilbao
C/Uribitarte, 4 Bilbao

Hoja informativa

Asociación Jubilados y Pensionistas por la Democracia. Octubre 2021 nº 23

Talleres, Viaje, Salida,... Octubre, Noviembre y Diciembre

Hacia la normalidad. No hemos estado parados. La brecha digital

Desde que el confinamiento paralizó las actividades de las asociaciones, un grupo de personas de la Junta Directiva y colaboradores, hemos visto lo que suponía la pandemia y las reacciones de las administraciones y empresas que, sin entrar en temas sanitarios, han empeorado notablemente la situación de las personas mayores y vulnerables al intensificar la digitalización para muchas de nuestras cosas habituales. La dificultad de la atención presencial, tanto en la sanidad, como en las ventanillas de las administraciones o los bancos. Todo esto supone de hecho un retroceso en los derechos que tenemos como ciudadanos. El Ararteko lo había evidenciado en sus informes que la asociación hemos hecho nuestros. Algunas de estos problemas saltaron a la prensa como lo hacienda o la vacunación, otros han permanecido ocultos pero actuando.

La asociación promovió un manifiesto contra este estado de cosas y logramos que se adhiriesen al mismo más de 40 asociaciones. Escribimos al Lehendakari, al Diputado General de Bizkaia, a los alcaldes de Bilbao y Barakaldo y a todos los partidos políticos. Sin respuesta, optamos por ir nosotros a ellos. Hablamos con la Diputación, comparecimos en Juntas Generales y en el Parlamento Vasco para exponer el problema y pedir medidas para paliarlo. La cola-

boración y los apoyos, escasos, salvo Elkarrekin Podemos y, por su lado, Bildu. De todo lo anterior, tenéis información detallada en nuestra web www.pensionistasdemocracia.org. El problema se va a agravar. Los fondos europeos van a destinarse a esto en gran medida. Como asociación seguimos defendiendo que se debe garantizar en todos los servicios la atención presencial, a la vez que deben de ponerse medios para que esto no suponga la marginación de las personas mayores. Eso que se llama la "brecha digital". Hemos pedido, entre otras medidas (ver en la web) que se establezcan unos servicios de acompañamiento y asesoría atendidos por funcionarios para ayudar a las personas con dificultades. La atención presencial es irrenunciable. Cada vez que nos encontremos con estas situaciones, protestemos, reclamemos, denunciemos, etc. Solo así lograremos que el proceso de digitalización tenga en cuenta a las personas. Seguiremos con ello.

Ahora es el momento de empezar a recobrar nuestras actividades, con precaución, sí, pero no podemos perder las relaciones sociales que manteníamos, nuestros entretenimientos, nuestras aficiones. Todo eso forma parte de nuestro bienestar que se ha deteriorado, más allá del dolor que sentimos por los fallecidos o por los que han enfermado. A todos ellos nuestra solidaridad y apoyo.

La Junta directiva

Taller de Estimulación de la Memoria

El objetivo es mejorar las capacidades mentales

Mediante materiales, se trabajarán las áreas cognitivas: orientación, lenguaje, memoria, atención, concentración, cálculo, pensamiento abstracto, la percepción, razonamiento, lógica, *Serán actividades prácticas.*

Matrícula 10 € *

Se abona el primer día del curso.

Inicio 19 de octubre

Horario 10,00 a 11,30.

Martes

19, 26 octubre

2, 9, 16, 23, 30 noviembre

14, 21 diciembre

Por motivos COVID, el taller el cupo será de 6 personas

Lugar:

Centro Municipal de Santutxu
C/ Remigio Gandasegui, 6. Bilbao

Metro Santutxu. Salida Karmelo
por las escaleras

**APERTURA
MATRICULA**

Para inscribirse llamad al 664373303



pensionistas por la democracia
DEPE - Bizkaia / Bilbao

B

COVID-19: Se tendrá que acreditar estar vacunado

Taller de Fotografía 2021

Saldremos a hacer fotos acompañados de un fotógrafo profesional asesor

Días 3, 10 y 17 de noviembre

Salidas fotográficas Previstas:

- ♦ Bolintxu (Rekalde)
- ♦ Hayedo de
- ♦ Artxanda

En la primera salida el grupo podrá decidir modificar las siguientes anunciadas.

* El horario es indicativo. Se concretará con las personas matriculadas.

Horario

9,30 a 14,00

**matrícula
15€**

Se abonará el primer día

Apuntarse en:

teléfono **688757014**(whatsapp) o **ajpd.actividad@gmail.com**

B

Manejo de Móvil (Smartphone)

Contenidos:

Llamadas/Contactos, Videoconferencia, Cámara de fotos, Galería. Whatsapp: Enviar. Cambiar foto pantalla, privacidad y notificaciones, eliminar historial de conversaciones y mensajes, crear un nuevo grupo. Configurar e

10,00-12,00 horas

Días 15, 19, 22, 26 de Noviembre

**Matrícula
5 €**

Centro Municipal Santutxu

C/ Remigio Gandesegi, 6 **Bilbao**

Metro Santutxu. Salida Karmelo, por las escaleras mecánicas.

Apuntarse en:

teléfono 688757014(whatsapp) o **ajpdactividad@gmail.com**

Taller de lectura-literatura

**22 OCTUBRE
11,00 horas**

Comentaremos el libro
Las intermitencias de la
muerte de José Saramago

Centro Municipal de Santutxu

C/ Remigio Gandesegi, 6 **Bilbao**

Metro Santutxu. Salida Karmelo, por las escaleras mecánicas. Nada más salir, edificio a la izquierda 1º piso.

En el taller, cada mes, se comenta un libro. Allí el grupo decide cual es el siguiente a leer. Si quieres, participa e incorpórate al taller, manda un email a elices.ma@gmail.com o llama al 688757014

Puedes leer el libro y venir a comentarlo con los demás. Si no lo tienes, pídenoslo y te lo enviamos por e-mail.

Contemporánea

PREMIO NOBEL DE LITERATURA

**JOSÉ
SARAMAGO**

**Las intermitencias
de la muerte**



DEBOLSILLO

Rutas caminando

Recorrido

1. Iglesia San Jorge
2. Paseo orilla ría
3. Puente Colgante
4. Las Arenas. Paseo Churruca
5. Playa
6. Paseo Arriluce
7. Puerto de Algorta
8. Metro:
- 7 Km. Llano. 2,30 horas

Para apuntarse.
Teléfono 664373303

Juan Mari Leon

Salida:

Santurtzi. Iglesia de San Jorge

Día 27 de octubre. Miércoles

Hora 10,15

**El 1 de Diciembre nueva ruta: Cruces –Bilbao
Casco Viejo**



Excursión 28 de octubre

LOGROÑO

2021

ITINERARIO:

08:30.- Salida de Bilbao (Tinglados del Arenal, c/ Sendeja)

10:30.- Llegada a Logroño. MUSEO DE LA RIOJA.

El Museo está instalado en un palacio construido a mediados del siglo XVIII por don Pedro Ruiz de la Porta, Regidor Perpetuo de la Ciudad de Logroño, que a su muerte pasó a la familia Martínez de Sicilia. Sin embargo el edificio es conocido como Palacio de Espartero, porque tras su matrimonio con Jacinta Martínez de Sicilia vivió en él el general Baldomero Espartero tras su retirada definitiva de la política en 1856. El Museo tiene su origen en el siglo XIX como consecuencia de las leyes de Desamortización Eclesiástica que promulgó Mendizábal a partir de 1835 y de la expulsión de las órdenes religiosas.



11:30.- Visita a BODEGAS ONTAÑÓN.

Una visita a bodega con experiencia enogastronómica donde conoceremos los secretos del ritual de la cata de vinos. Además, atenderemos todas tus curiosidades sobre este mágico y misterioso elixir y tendrás la oportunidad de encontrarte con el Dios del Vino en la Sala de las Barricas, un espacio icónico y trascendental dentro de nuestro Templo del Vino.

Esta experiencia va acompañada de sabrosas tapas de temporada.

13:00.- Tiempo libre. Calle Laurel, Bretón de los Herreros y Senda de los Elefantes

Tiempo libre para disfrutar del ambiente de estas calles.

14:30. Comida en el restaurante PASIÓN POR TI (Logroño).

MENÚ. A elegir un Primero, un Segundo y un Postre caseros. Comunicarlo al llamar

PRIMEROS

- Nuestro salmorejo casero con tomate de la Rivera y AOVE riojano
- Revuelto de morcilla de Burgos con pimiento del piquillo
- Ensaladilla rusa casera al corte
- Nuestra ensalada de tomate de Calahorra
- Pisto riojano con huevo a baja temperatura
- Tagliatelle fresco a la carbonara
- Puerros frescos con romesco y almeñdra laminada

SEGUNDOS

- Nuestro bacalao confitado a baja temperatura sobre cama de pisto con Pil-Pil
- Lubina fresca estilo Orio
- Albóndigas de merluza en salsa americana
- Solomillo ibérico braseado con salsa campera
- Carillera de ibérico 36h al crianza con lágrimas de manzana caramelizada
- Nuestro secreto ibérico con salsa Teriyaki, piña y pimientos caramelizados
- Patitas de cordero a la riojana

POSTRES

- Puzzle de piña natural Frunet
- Flan casero de café
- Flan de huevo de mi abuela
- Tarta de queso casera pasión con frutas del bosque
- Helado de vainilla
- Helado de dulce de leche

Incluye: Vino tinto Reciente Bodegas Olarra D.O.Ca. Rioja (1/3 botella), Pan (1 ración), Agua mineral, Café o infusión

16:30.- Recorrido guiado a pie por el Casco Histórico de Logroño

Veremos los restos de las Murallas del Revellín y haremos un recorrido por las calles más emblemáticas y antiguas de la ciudad (Barriocepo, Plaza de la Oca, Ruavieja, Calle Mayor, Plaza del Mercado, Espolón, San Juan, Zona de Laurel y Portales). Iremos conociendo la historia de Logroño a través de sus edificios más singulares (Parlamento, Iglesia de Santiago, La Reja Dorada, CCR, Iglesia de Palacio, Concatedral, Casa de los Chapiteles, Museo de La Rioja,...), y haremos entrada en alguna de las iglesias siempre que el culto no lo impida.

Historia, arte, Camino de Santiago, gastronomía, fiestas y tradiciones, vino y algún chascarrillo de la zona.

19:00.- Regreso a Bilbao.

El precio es de 35 €/persona para asociados/as, y de 45 € para los no socios/as que quieran sumarse, se pueden asociar en el propio autobús y acogerse al precio de socios. No se paga cuota.

Para apuntarse al viaje a Logroño

Tenéis que hacer lo siguiente:

Ingresar con vuestro nombre* en el número de cuenta **ES13 2095 0396 0091 1614 9687** de la BBK y después llamar o enviar un WhatsApp, de lunes, a viernes, al **688757014** de la Asociación J. Pensionistas Democracia y dad vuestro nombre y teléfono móvil (o fijo si no tenéis) y los del/la acompañante. El número de plaza en el autobús se dará por el orden de ingreso en la cuenta.

Si hacéis por internet poned en “concepto beneficiario” vuestro nombre + apellido y del acompañante. Ejemplo: J.Moreno-M.Agirre. No hace falta poner excursión. La cuenta es solo de viajes y ya se sabe.

- si os quieren evitar el cobro por ingresar, hacedlo sin nombre, pero luego hacednos llegar a la asociación el resguardo o haciéndole una foto con el móvil y lo enviáis por WhatsApp.

El ingreso para la salida deberá hacerse antes del 25 de octubre

COVID-19

Se respetarán las normas establecidas, como es el uso de mascarilla, en el autobús y donde no se pueda guardar la distancia de seguridad.

Será obligatorio acreditar estar vacunado/a presentando el certificado o declaración responsable de haberlo hecho

Bajas:

1. Si os dais de baja 7 días antes de la fecha se devolverá el dinero, menos 5€/persona.
2. Caso de hacerlo 4 días antes, se devolverá el ingreso, menos 15€/p., salvo que haya lista de espera, que se aplicará el 1.
3. Con dos días de antelación, se devolverá la mitad, salvo que haya lista de espera que serían 5€/p. (punto 1)
4. Caso de no presentarse, se perderá el ingreso íntegro.

* La Junta Directiva valorará casos especiales. Tiene pendiente la aplicación de las normas en el viaje de Legazpi de 2020.

información e inscripciones viaje a Logroño:

Tfono. ywhastapp / 688757014

Salida Ferrería EL Pobal - Museo de las Encartaciones 25 Noviembre (día del asociado/a)

Otras actividades

Itinerario

9,30 Salida de Bilbao

1º Grupo, 10,30 Visita Ferrería El Pobal. 12,00 Visita Museo de las Encartaciones

2º Grupo. 10,30 Visita Museo de las Encartaciones, 12,00 Visita ferrería de El Pobal.

14,00 Comida de fraternidad. Restaurante

Menú

17,00 Vuelta hacia Bilbao

Están por definir restaurante y menú. Se comunicará. Serán 25€

Hay previstas otras actividades: Charlas, seminario Seg, Soc, tras Covid-19, Informática iniciación, etc. A día de hoy aun no se han concretado. Se irán convocando y aparecerán en la web. www.pensionistasdemocracia.org . Quien tenga email y no le haya llegado ninguna comunicación es que no lo tenemos así que escribenos al ajpdkomunikazioa@gmail.com y añade tu nombre y apellidos si no salen en el correo,