



ENTREVISTA A

# Carla Cantone

Secretaria General de la FERPA

Subvencionado por:



**Ana Martínez López**  
Presidenta del Comité de Mujeres de la FERPA





Foto portada

revista de **orientación**  
e información NÚMERO 69

edita



**federación de pensionistas y jubilados**

Ramírez de Arellano, 19, 1ª planta  
28043 Madrid  
Teléfono: 91 757 26 20  
E-mail: pensionistas@fpj.ccoo.es  
[www.pensionistas.ccoo.es](http://www.pensionistas.ccoo.es)

**Consejo Editorial**

Julián Gutiérrez, Ángel Fernández,  
Félix Muñoz, Ana Martínez, Justo Santos y  
Manuel Cobo.

**Equipo de Redacción**

J. A. Sánchez Espín, Rafael Carrasco, Estella  
Acosta, Esther Almazán, Gloria García y  
Arturo Peinado.

**Fotografía**

Equipo de Redacción, Julián Rebollo.

**Edición e impresión**

IO sistemas de comunicación

Depósito Legal: M21.515 - 1995

*La Revista de Orientación e Información de PP. y JJ. de CCOO es una publicación de expresión libre y carácter plural, vehículo del más amplio ejercicio de la democracia y de la participación de los pensionistas y jubilados de CCOO; respeta las opiniones de sus colaboradores, pero no comparte necesariamente todos los puntos de vista manifestados por éstos en los artículos firmados que se publiquen.*

*La Revista de Orientación e Información se reserva el derecho de publicar las colaboraciones. No se devolverán los originales ni se facilitará información al respecto.*

**Subvencionado por:**



**SUMARIO**

**EDITORIAL** 3

**ENTREVISTA**  
Carla Cantone. Secretaria General de la FERPA 4-7

**ACTUALIDAD**  
Jornadas de envejecimiento activo, hábitos saludables y prevención de la dependencia 8-9  
Participación institucional de la Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO 10-11  
Momento político 12

**ACTIVIDAD SINDICAL**  
Los derechos se conquistan y se defienden 13  
¿Qué pasa con el Fondo de Reserva de la Seguridad Social? 14-15  
Doble adscripción de la afiliación 16-17  
Recogida de firmas de la ILP 17  
Observatorio Social de las Personas Mayores 18

**NUESTRAS FEDERACIONES**  
Federación de Pensionistas y Jubilados de Madrid 19  
Federación de Pensionistas y Jubilados de Andalucía 20  
Federación de Pensionistas y Jubilados de Castilla-La Mancha 21  
Federación de Pensionistas y Jubilados de País Valencià 21  
Federación de Pensionistas y Jubilados de Extremadura 22  
Federación de Pensionistas y Jubilados de Aragón 23  
Federación de Pensionistas y Jubilados de Euskadi 23  
Federación de Pensionistas y Jubilados de Asturias 24  
Federación de Pensionistas y Jubilados de Navarra 25

**INTERNACIONAL**  
Comité de Mujeres de la FERPA 26  
2016 puesta en marcha de los programas de acción en Europa 27

**SAUD**  
Mantener el cerebro en forma 28-29

**CULTURA**  
La tierra de los nadie 30  
Un día perfecto 30

**PENSIONISTAS Y ACTIVOS**  
Precariedad, paro y emigración 31



# LO PÚBLICO COMO REFERENTE

En los últimos años están tratando de desprestigiar lo público y lo hacen utilizando todos los medios que tienen a su alcance. Nosotros los pensionistas de CCOO conjuntamente con otras organizaciones de mayores y el conjunto de los trabajadores/as no lo podemos permitir, tene-



mos datos más que suficientes para dirigirnos a la sociedad y explicarles claramente que lo que se pretende es privatizar lo público. Esto no será en ningún caso beneficioso para el conjunto de la sociedad, y sobre todo, para el colectivo de pensionistas y jubilados que tiene más dificultades para llegar a final de mes.

Hay que dejar claro que detrás de algunos de los logros más importantes conseguidos durante muchos años de lucha han estado las movilizaciones de los trabajadores/as y la negociación de los sindicatos en los Pactos de Toledo, logros tan importantes como las pensiones no contributivas, ampliación de la cobertura al desempleo, Ley de dependencia, etc.

En España, se intensifica a partir de los años noventa una tendencia a la introducción de diferentes fórmulas de gestión privada o de colaboración público-privada, con el pretendido fin de dar respuesta a los problemas de eficiencia de algunos sistemas de protección y servicios públicos. Al mismo tiempo se enjuicia la idoneidad del sector público como consecuencia de su 'ineficiencia', presentando como inevitable lo que debería abordarse, en su caso, desde el proceso permanente de mejora en la gestión y calidad de las prestaciones y servicios. Resolver las ineficiencias es un objetivo deseable y perseguible, abundar en la inevitabilidad de la privatización como alternativa única para alcanzar esta eficiencia no es más que una opción ideológica.

Hay quien quiere hacer negocio con el colectivo de las personas mayores y un ejemplo son las residencias de mayores, que en nuestro país más del 60% de las

plazas residenciales son privadas y éstas tienen un precio en muchas ocasiones inasumible para este colectivo que tienen pensiones muy bajas y que se apuntan a la lista de espera de las plazas públicas y en muchos casos fallecen antes de que se la concedan.

Nos dicen que las personas mayores vivimos muchos años y es así pero queremos dejar claro que la esperanza de vida depende, de factores como la riqueza y la pobreza, el empleo y el desempleo, las condiciones de trabajo, el entorno social en el que se vive, las políticas medioambientales, los niveles educativos, los hábitos saludables de vida, las infraestructuras disponibles, las políticas de salud pública, la nutrición, el ejercicio físico frente al sedentarismo y también la prevención en salud, vacunación, mejoras terapéuticas, etc.

Sigue habiendo un considerable desfase entre ricos y pobres, pues las personas de los países con más recursos siguen teniendo muchas más probabilidades de vivir más años que las personas de países con menos recursos. Se puede prever que una persona nacida en 2012 en un país con más recursos vivirá hasta la edad de 76 años aproximadamente, lo que representa 16 años más que una persona de un país de recursos escasos (60 años).

Nosotros tenemos que dejar claro que el gasto social público, no es una rémora para la economía de un país, al contrario, contribuye a la dinamización de la economía real, a la creación de empleo y al mantenimiento de la demanda, además de producir importantes retornos económicos a las arcas del Estado. Por tanto, el gasto social que las administraciones destinen a mantener y mejorar la red pública educativa, sanitaria y de servicios sociales, es la contribución directa que, desde el sector de servicios públicos debe hacerse para favorecer la salida de la crisis.

Como sindicalistas, como trabajadores/as, nos esforzaremos por mantener y ampliar los servicios públicos de calidad.

# Entrevista a **Carla Cantone**

Secretaria General de la FERPA



Para comenzar esta entrevista, desde la Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO queremos felicitarte por tu elección como Secretaria General de la FERPA. Te deseamos todos los éxitos posibles y estaremos apoyándote en el trabajo diario.

**En el Congreso de la FERPA se discutió sobre la necesidad de disponer de una Carta de Derechos de las personas mayores, para conseguirlo: ¿Cuál es la propuesta central de la FERPA? ¿Puedes enumerar de forma breve los derechos de las personas mayores que existen y los que deberían existir en Europa?**

Desde hace varios años y condicionado por la crisis, se ha desatado, por una casta irresponsable, una campaña de desprestigio en contra de las personas mayores, a quienes se acusa de robar el futuro para los jóvenes, nos acusan de tener un peso excesivo en los presupuestos estatales. Cuanto más altos son sus ingresos, mayor es la malicia hacia aquellos que han obtenido una pensión con su trabajo. Las pensiones son un derecho y no un privilegio.

Intentan cargar la crisis a las personas mayores mediante la reducción de su derecho a vivir una vejez tranquila y digna. Tienen la oportunidad de argumentar que cuestan demasiado, porque la esperanza de vida es cada vez mayor y por lo tanto es necesario contener los costes de los fondos para el cuidado de la salud, de pensiones y seguros.

En todos los países europeos están hablando de esto. En 2030 los mayores de setenta años serán el 35% de los ciudadanos europeos. Millones de personas deben ser respetadas y protegidas, porque son quienes han luchado en el siglo pasado en cada país para ganar la libertad y la democracia, los derechos humanos y el trabajo. Son esas personas quienes ahora ayudan a los hijos y nietos con sacrificios y renunciaciones.

Por ello, creo que es necesario un “manifiesto” de los derechos de la vejez, un estatuto legal, para su presentación a la política y la sociedad de cada país y entregarlo en el Parlamento Europeo para que asuma estos derechos como parte integrante de la Constitución Europea.

Una carta que hable de la dignidad, el respeto, del derecho a la salud, a la atención, a un ingreso garantizado para todos los mayores. Derecho a la vivienda, la seguridad, la formación permanente, al bienestar físico e intelectual.

En cada uno de estos temas FERPA presentará sus propuestas.

**La unidad en el trabajo y la coordinación entre las organizaciones que componemos la FERPA es muy importante, organizándonos, trabajando, aportando nuestra experiencia, sobre todo para conseguir una mayor integración en la CES ¿Cuáles son las acciones más importantes de tu plan de trabajo en este sentido? ¿Crees que tendremos un mayor protagonismo en la CES?**

FERPA es el sindicato que organiza a las personas mayores que son ex-trabajadores y ex-trabajadoras ahora retirados. Es muy importante para la organización de la Unión. En todas las categorías de los distintos sectores de activos, hay derechos individuales y derechos colectivos para la defensa y el apoyo al acceder a la jubilación.

Son los derechos de ciudadanía que el sindicato debe proteger en cada país y en Europa.

Por lo tanto es importante reconocer la FERPA y su papel sindical en la CES.

Yo creo que si FERPA necesita de la CES, la CES también necesita de FERPA. Los temas de las disposiciones de protección social para las personas mayores, que tienen el derecho a organizarse en un sindicato específico.

Para reforzar su papel en Europa la FERPA exige que en cada Estado miembro debe organizarse más y más, con mayor autoridad y mayor visibilidad, la unión de los pensionistas en estrecho contacto con todos los sectores y confederaciones.

***Necesitamos una fuerte coordinación entre todos los países que se adhieren a la CES y la FERPA. Promover reuniones bilaterales y conocer las condiciones de las personas mayores en cada país.***

Debemos, sin embargo, convencer a través del diálogo y propuestas útiles, a los países que no se adhieren a FERPA al entrar en la Unión Europea, porque las personas mayores y pensionistas juntos somos más fuertes.

Hoy, FERPA, además de participar en la CES a nivel ejecutivo, también se ha incorporado en la Dirección, en todos los grupos de trabajo, y en las delegaciones sindicales para el diálogo social con la Comisión Europea. Y es un gran paso adelante, gracias a la sensibilidad política de Luca Visentini, el nuevo Secretario General de la CES.

***La FERPA es muy importante para la organización de la Unión. En todas las categorías de los distintos sectores de activos, hay derechos individuales y derechos colectivos para la defensa y el apoyo al acceder a la jubilación.***

Seguimos comprometidos en superar las dificultades que aún persisten. Necesitamos una fuerte coordinación entre todos los países que se adhieren a la CES y la FERPA. Promover reuniones bilaterales y conocer las condiciones de las personas mayores en cada país. Así que mi objetivo es atender al menos una vez al año a todas las organizaciones de todos los países miembros, para construir y mantener una relación permanente con todos ellos y para facilitar una mejor coordinación en el trabajo sindical de la FERPA.

**Para CCOO existen una serie de medidas claves para responder de forma integral a las necesidades de las personas mayores, para solucionar algunos de sus problemas más graves. Sería importante conocer y difundir las propuestas de la FERPA sobre algunas de esas cuestiones y qué acciones van a desarrollarse: a) sobre las reformas fiscales necesarias para la sostenibilidad de las pensiones públicas, evitar la presión para recurrir a los fondos privados; hacer efectiva la atención a la dependencia, etc. b) Medidas para atender los problemas de la pobreza energética. c) Hacer visible y evitar todo tipo de discriminaciones y de violencia, contra las personas mayores en general y de género, por la condición sexual.**

Las prioridades relativas a los pensionistas en todos los países son: la defensa del poder adquisitivo de los

ingresos de jubilación, que desde hace años ya no es capaz de sostener el coste de vida en cada país. La pobreza aumenta en todos los países. En Europa hay 50 millones de pobres, de ellos el 70 % son personas mayores.

Para ello necesitamos un sistema fiscal que no se reduzca y pueda empobrecer los ingresos de jubilación. Necesitamos un sistema de seguridad social y de salud pública, debido a que la sanidad privada es un coste que no todos los pensionistas pueden soportar. En el sistema de seguridad social y de pensiones debe prevalecer la oferta pública, asegurando cada vez más un ingreso decente, en cada país. También creo que debemos organizar una campaña anual con las demandas de los pensionistas y las personas mayores: 1) Contra la violencia. 2) Ayudar a las personas con discapacidad y dependientes. 3) La pobreza energética.



que afectan a las condiciones de vida de los ancianos. La vida, por suerte se alarga, entonces debemos vivir la vejez con dignidad y con la oportunidad de ser más útiles a la sociedad, que se tenga en cuenta a las personas que merecen respeto, porque se puede, también, llevar a cabo actividades culturales y sociales.

Una persona mayor no debe considerarse, ni sentirse, ni ser una carga para la sociedad: Para mí, el envejecimiento activo significa ser capaz de controlar su propia vida a cualquier edad.

**¿Cuáles son los temas sobre los que valdría la pena realizar encuentros o intercambios entre las organizaciones de distintos países?**

Las condiciones económicas, la salud y el bienestar. La relación con los trabajadores activos. La relación con los jóvenes. Cualquier dificultad o la unión de los pensionistas. La relación con las confederaciones. El diálogo con los partidos políticos, la política, los gobiernos, las instituciones.

**¿Podrías hacer una valoración sobre la elección de nuestra compañera, Ana Martínez para la presidencia del Comité de Mujeres?**

Ana Martínez López es una mujer fuerte y valiente. Cuando la escuché en marzo de 2015, en París, supe de inmediato que era la compañera adecuada para el cargo de Presidenta del Comité de la Mujer. Ana conoce la condición de la mujer, sabe cuáles son los derechos que necesitan. Su elección fue unánime, y estoy segura que sabrá comprometerse con el buen funcionamiento del Comité de la Mujer y tendrá muchos éxitos.

***Necesitamos un sistema de seguridad social y de salud pública, debido a que la sanidad privada es un coste que no todos los pensionistas pueden soportar.***

**Cuando nos visitaste comentamos que se habla mucho del envejecimiento activo pero que queda en el aire sin medidas concretas y que necesitamos propuestas sindicales. ¿Puedes comentar algunas o cómo deberíamos abordar este tema?**

Activo no significa trabajar hasta los 70 años. Significa reivindicar las políticas gubernamentales

**En CCOO estamos muy preocupados por las consecuencias de las políticas neoliberales de austeridad europeas, por lo cual nos parece importante poder influir de alguna forma ¿Qué relaciones tenemos desde la FERPA con el Parlamento Europeo o con la Comisión? ¿Podemos exponer nuestras reivindicaciones? ¿Las relaciones son sólo a través de la CES? ¿Se podrían organizar algunas actividades conjuntas?**

Las preocupaciones de CCOO también son las mías y de la FERPA. Para ello necesitamos una Unión Europea fuerte y representativa. La CES se compromete a abordar las cuestiones del desarrollo y el empleo, el bienestar y la protección social. La responsabilidad de los problemas sociales es de Montserrat Mir de CCOO, con la que ya hemos tenido reuniones positivas. Juntos debemos luchar contra las políticas neoliberales y la austeridad como única vía, para construir una Europa social contra la Europa de las finanzas, la banca y los poderes fácticos.

***El 25 de noviembre es un día que FERPA lo dedica a las mujeres de edad más solas y más frágiles y por lo tanto más expuestas a la violencia física y psicológica.***

**En la reunión que tuvimos en Madrid mencionaste tu preocupación por la falta de control e inspección de las residencias de tercera edad ¿Qué propuestas puede plantear la FERPA? ¿Vamos a organizar alguna campaña?**

En algunas residencias, los ancianos son muy frágiles, a menudo sufren abuso, violencia y humillación. Me gustaría iniciar una investigación en cada país para intervenir cuando las personas mayores y los ancianos no son respetados.

A menudo hay demasiado silencio en torno a este problema, como si estas situaciones escandalosas debieran permanecer en secreto. Los miembros de la



familia prefieren no hablar de ello, en cambio tenemos que saber la verdad, para proteger a todas las personas que estén asistidas en residencias de ancianos. Por supuesto que no todas son iguales, pero los casos de malos tratos están aumentando en todas partes.

El 25 de noviembre fue el día contra la violencia contra las mujeres. No olvidemos las muchas mujeres mayores que viven en casas de reposo o no tienen una asistencia adecuada en sus hogares o con una familia.

El 25 de noviembre es un día que FERPA lo dedica a las mujeres de edad más solas y más frágiles y por lo tanto más expuestas a la violencia física y psicológica.

**Imagina que pasa una estrella fugaz, piensa un deseo, ¿Cuál es? ¿Crees que se cumplirá?**

Mi mayor deseo es la paz en todo el mundo y que de inmediato fuera derrotado para siempre todo terrorismo. En ningún país de Europa ni del mundo tiene que pasar lo que pasó en París el 13 de noviembre. Nadie debería morir debido a la violencia terrorista.

***Si veo una estrella fugaz sólo puedo pensar en la paz para todos los hombres y mujeres jóvenes y mayores.***

# Jornadas de envejecimiento activo, hábitos saludables y prevención de la dependencia



La Federación Estatal de Pensionistas de CCOO celebró los días 26, 27, 28 y 29 de octubre de 2015, en el Hotel Tryp de Atocha, un curso sobre envejecimiento activo, hábitos saludables y prevención de la dependencia a través de las nuevas tecnologías, el curso está subvencionado por el IMSERSO.

La apertura del curso la realizó Félix Muñoz Fernández-Clemente, Secretario de Formación de la Federación Estatal de Pensionistas y Jubilados.

En la primera Jornada nos dirigieron unas palabras, el Secretario General de la Federación Estatal de Pensionistas y Jubilados, Julián Gutiérrez del Pozo, y el Secretario General de la Confederación de CCOO, Ignacio Fernández Toxo, que nos animaron a seguir con el trabajo que venimos realizando por la importancia que tiene para el Sindicato.

Se presentaron ocho ponencias sobre los diferentes temas:

- **“Envejecimiento activo”.**  
Ponente: Jesús Norberto Fernández, Jefe del área de envejecimiento activo IMSERSO.
- **“Recursos para un envejecimiento activo”.**  
Ponente: Carlos Sánchez, Economista.

- **“Envejeciendo activo sin olvidar el pasado”.**  
Ponente: Fernando Obregón, Historiador.
- **“La importancia del ocio y la cultura”.**  
Ponente: Jorge Bosso, Actor.



- **“Prevención de la dependencia a través de las nuevas tecnologías”.**  
Ponente: Enrique Martín Serrano, Adjunto Seguridad Social y Previsión Social Complementaria.
- **“Hábitos saludables para envejecer mejor”.**  
Ponente: Antonio Cabrera, Experto en Sanidad.



- **“Prevención de enfermedades que originan dependencia”.**

Ponente: Carmen Mancheño, Especialista en medicina del trabajo.

- **“Acceso a la Jubilación para un envejecimiento activo”.**

Ponente: Carlos Bravo, Seguridad Social.

- **“Hábitos saludables en la mujer mayor”.**

Ponente: Ana Herranz, Secretaria de la Mujer C.S de CCOO.

Las ponencias se debatieron durante cuatro días, para dar tiempo a los debates. Asistieron ochenta personas miembros de las ejecutivas de las diecisiete Federaciones, que siguieron las intervenciones de los ponentes y participaron con preguntas generando debates de bastante interés.

Fueron unos cursos que nos aportaron o nos recordaron conocimientos sobre los procesos de envejecimiento y estos hábitos pueden servirnos para hacer frente a los problemas de la dependencia.

Uno de los grandes retos a los que se enfrenta hoy en día nuestra sociedad es lograr que este envejecimiento sea saludable, no es una amenaza, es una oportunidad que hay que aprovechar.

El éxito del curso fue por la calidad de los ponentes y la alta participación de los asistentes.

El envejecimiento tendrá consecuencias tanto en el ámbito social como político y económico, es necesario tomar medidas más imaginativas que nos posibiliten

envejecer bien y al mismo tiempo de forma sostenible, con calidad de vida y para lograrlo hay que fomentar el “envejecimiento activo”.

Actualmente no hay suficientes políticas ni programas para un “envejecimiento activo”. Para los cursos anuales que celebra la Federación Estatal de Pensionistas de CCOO “envejecimiento activo”, necesitamos personas preparadas que entiendan bien lo que representa “una sociedad envejecida”.

Al finalizar el curso Félix Muñoz Fernández-Clemente comentó las conclusiones.

La clausura la hizo, Julián Gutiérrez del Pozo Secretario General de la Federación de Pensionistas y Jubilados.

**Rafael Carrasco**

*Secretaría de Organización*



*La Federación de Pensionistas y Jubilados contra la Violencia de Género.*

# Participación institucional de la Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO

¿Ponemos en valor la participación de nuestra Federación en las distintas instituciones del Estado? ¿Cómo llevaríamos la voz de nuestra organización, no sólo como Federación de Pensionistas y Jubilados sino también, como CCOO en su conjunto? Por eso queremos reseñar nuestra participación institucional para que se conozca y se valore.

**1. EL CONSEJO ESTATAL DE PERSONAS MAYORES**, depende del Ministerio de Sanidad e Igualdad, es consultivo con sede en el Imsero. Participan las asociaciones registradas entre ellas CCOO y UGT. Para participar en este Consejo tienes que presentar una memoria que acredite los trabajos que realizas para personas mayores a nivel de todo el Estado.

En enero de 2014 se renovó y la Federación Estatal de Pensionistas y Jubilados de CCOO tiene tres vocales: dos son de la Federación Estatal y uno por la comunidad de Extremadura, obteniendo la segunda mejor puntuación de todas las organizaciones que se han presentado al Consejo. En la permanente somos dos vocales Juan Antonio Sánchez Espín de la Federación Estatal y Reyes Ramos por la de Extremadura.

Existen cuatro grupos de trabajo: 1) Pensiones, Seguridad Social y Dependencia; 2) Envejecimiento activo; 3) Comunicación; y 4) Institucional que se reúnen según las necesidades. El Consejo hace dos plenarios anuales y cuatro reuniones de la Permanente.

En este Consejo se tratan todos los asuntos que competen a las personas mayores como son: la salud, la sanidad, la dependencia, el envejecimiento activo, las pensiones contributivas, etc. Los debates son interesantes y se aportan propuestas en los grupos de trabajo que se llevan a la permanente y a los plenarios para su aprobación definitiva.

Nuestra Federación presenta propuestas en los tres grupos de trabajo que participamos, y consideramos fundamental llevar nuestra voz sindical. En el de pensiones, seguridad social y dependencia participamos: Juan Antonio Sánchez Espín, Ana Martínez y Reyes Ramos. En institucional: Espín y Reyes, en envejecimiento activo: Ana Martínez, que es la Secretaria del grupo, y Reyes.

**2. EL CONSEJO GENERAL DEL IMSERSO** es también importante por los asuntos que se tratan: la dependencia, el turismo social, termalismo social. No olvidemos que gracias a estos programas muchos hoteles y balnearios permanecen abiertos manteniéndose muchos empleos.

En este Consejo estamos varios compañeros/as de la Confederación. La Federación ostenta la segunda vicepresidencia de este Consejo. Están representados la AGE (Administración General del Estado), la CEOE, CEPYME y los agentes sociales: CCOO, UGT, CIG, ELA-STV. La Federación de Pensionistas es la única que participa conjuntamente con la Confederación. Los debates son importantes y se hace el seguimiento del cumplimiento de los programas.

**3. CONSEJO GENERAL DEL INSS.** Este Consejo es esencial para nuestra organización ya que en él se trata lo más importante que nos afecta como son las pensiones contributivas, el Fondo de Reserva, los fondos de las Rentas Mínimas de Inserción, los tribunales de altas y bajas por enfermedad y todo lo relacionado con asuntos sociales, como en el Consejo General del IMSERSO participamos la AGE y los agentes sociales (CEOE, CEPYME, CCOO, UGT, CIG y ELA-STV). Los consejeros de CCOO son todos/as de la Confederación y Federación Estatal de Pensionistas. Recibimos toda la información de los asuntos indicados

que son de máximo interés para todos/as, como el seguimiento y control de los cotizantes a la seguridad social, altas y bajas de los tribunales médicos y mutuas, etc. El número de Consejos anuales son cuatro, uno cada trimestre, Los debates suelen ser bastante extensos sobre todos los temas que están dentro de la seguridad social.

**4. CONSEJO GENERAL DE ONG DE ACCIÓN SOCIAL.** En este Consejo la Federación Estatal de Pensionistas y Jubilados está representada como entidad. La representación de las personas mayores en este Consejo más amplio está representada por las organizaciones de pensionistas de CCOO y UDP elegidas entre todas las organizaciones que componen el Consejo Estatal de Personas Mayores.

En este Consejo están las ONG más importantes como es Cruz Roja, Caritas, el tercer sector, Asociaciones Gitanas, Penitenciarias y muchas otras más, los asuntos que se tratan son la pobreza en España y en Europa, la mendicidad cada vez más numerosa en nuestro país, los comedores sociales, todo lo relacionado con las personas más desfavorecidas que viven en el umbral de la pobreza que son personas mayores, desocupados y que no reciben ningún ingreso y pobreza infantil más de 2.000.000 en España.

También participamos en HELPAGE que es una organización internacional a favor de las personas mayores y por la convención de los derechos humanos de las personas mayores. Como Federación Estatal de Pensionistas y Jubilados de CCOO, participamos en la Mesa Estatal que se crea en Madrid en octubre de 2013. La mesa se une al movimiento existente de 57 países para demandar a las Naciones Unidas una convención de las Personas Mayores. La misión de la Mesa Estatal es defender los derechos de las personas mayores frente a abusos o violencia, luchar contra la discriminación por edad, hacer visible a este colectivo en el actual sistema de protección de derechos humanos, destacar las contribuciones positivas que realiza a sus familias y a la sociedad en general.

Para ello, la Mesa apoya firmemente la elaboración, la adopción, la ratificación y la implementación de una

convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas Mayores, que proporcionaría un marco legal más claro y ayudaría a los gobiernos, al sector privado, a la sociedad civil y a otros sectores en la toma de decisiones dirigidas de forma positiva a la población más envejecida, para la eliminación de la discriminación por edad, una mejor protección de las mujeres y los hombres mayores, y el respeto de su dignidad.

Las actividades realizadas son: reuniones para diseñar actividades de difusión del manifiesto sobre los derechos de las personas mayores, presentación en la Mesa Estatal y a la prensa del Manifiesto por una convención para los derechos humanos, además de las jornadas de cine sobre la problemática de las personas mayores, en Madrid, y la jornada sobre el envejecimiento a nivel mundial.

Este Consejo, además de ser internacional, es relevante para nosotros porque recibimos documentación y también podemos aportar propuestas, a través de nuestro representante Félix Muñoz, Secretario de Institucional.

## Conclusiones

Las conclusiones se relacionan con la pregunta inicial, ¿debemos poner en valor lo que nuestra Federación Estatal de Pensionistas y Jubilados de CCOO representa como una federación más de nuestra Confederación? Que se sepa en las instituciones, que participa con pleno derecho y donde defiende las propuestas de nuestra organización que son muchas. Aunque a veces nosotros mismos no nos lo creemos, el esfuerzo que hacemos para participar en todas estas instituciones supone muchas horas de trabajo y muchas reuniones. Pero lo hacemos con entusiasmo porque sabemos que la defensa de las personas que más lo necesitan es nuestro deber como sindicalistas. También para que la voz de CCOO esté presente en todos sitios defendiendo las reivindicaciones de las personas mayores y de la sociedad en su conjunto.

**Juan Antonio Sánchez Espín**  
*Adjunto al Secretario General*

# Momento político

El 23 de mayo de 2015 se celebraron las elecciones municipales y autonómicas con la irrupción en el panorama municipal y autonómico de nuevos partidos y plataformas políticas formadas por asociaciones ciudadanas. Estas plataformas consiguieron las alcaldías de ciudades como Madrid, Barcelona, Santiago, Coruña y otras. Se instaure así otra forma de gobernar, más cercana a los ciudadanos y esperemos que con menos servidumbre y pleitesía a los poderes económicos y fácticos que dominan el país.

El pasado 27 de septiembre se celebraron elecciones en Cataluña. Unas elecciones que los partidos nacionalistas quisieron convertir en plebiscitarias para conducir a Cataluña hacia la independencia. A pesar de la gran polarización, no consagró la victoria de los independentistas, pues solo llegaron al 47,74% de los votos, pero sí consiguieron mayoría de diputados en el Parlamento. El espectáculo de la elección del Presidente de la Generalidad ha sido bochornoso. A partir de la elección de la Mesa del Parlamento, hemos asistido a una subasta entre el anterior presidente señor Mas y la CUP (partido asambleario y anticapitalista) para ver quién ofrecía más concesiones para que la CUP accediera a nombrar al señor Mas como presidente y la CUP proponiendo otras alternativas para no elegirlo. Al final, en el último minuto, la CUP accede salvar a Convergencia, el más que presunto corrupto partido del señor Mas.

El pasado 20 de diciembre se celebraron las elecciones al Congreso con el resultado del PP como primer grupo; PSOE segundo; Podemos tercero y Ciudadanos cuarto grupo.

A pesar de todos los esfuerzos que ha realizado el PP para hacer las elecciones cuando creía que le era más favorable, después de haber aprobado los Presupuestos (aunque ya ha manifestado la UE que tiene que hacer una rectificación de los mismos). La aritmética parlamentaria hace muy problemático que cualquiera de los partidos con posibilidades pueda formar gobierno.

En el PSOE nada más terminar el escrutinio, se han enzarzado en una lucha interna entre los que cuestionan a Pedro Sánchez y los que propugnan que intente formar gobierno con Podemos, IU y Izquierda

Republicana, que más parece que se quieren suicidar políticamente, que otra cosa.

Podemos está en su estrategia particular, con la pretensión de tener cuatro grupos parlamentarios y líneas rojas (referéndum en Cataluña), pero es improbable que se preste a formar gobierno con el PSOE.

Durante la elección de la Mesa del Congreso se ha producido una gran expectativa mediática por ver a los nuevos diputados. Pero más allá de vestimentas, más allá de peinados y bebes en el hemiciclo, hay que empezar los trámites para la elección de la Presidencia del Gobierno y empezar a cumplir las expectativas que se han suscitado en la ciudadanía.

La Ley de la Dependencia no se ha derogado, pero si no se la dota económicamente, estaremos ante una buena ley pero que no sirve para mucho. La situación económica de los españoles no mejora (somos el país con más desigualdad de la OCDE). Tienen que implementar medidas para aumentar los ingresos de la Seguridad Social y así evitar echar mano del Fondo de Reserva de la SS. Por ello, hay que volver al consenso del Pacto de Toledo.

Hace falta derogar la reforma laboral y legislar para que las relaciones laborales estén más equilibradas entre trabajadores y empresarios. Urge una Ley para que de una vez se produzca la conciliación de la vida personal y laboral. Así como una verdadera reforma para aumentar la natalidad. Somos uno de los países con la tasa de natalidad más baja de Europa.

Es imprescindible el cambio del modelo productivo de España. No podemos seguir siendo una reserva de mano de obra para algunos países de la UE. Una economía de servicios con salarios baratos y contratos precarios. Sabemos que el modelo económico no se cambia de la noche a la mañana, pero si no empezamos a poner las bases para ello, no lo cambiaremos nunca.

Hay que derogar “la Ley Mordaza” para evitar que una simple protesta ciudadana suponga la cárcel y la ruina económica de los participantes, etc.

**Juan Sepúlveda Muñoz**  
*Secretario de Finanzas*

# LOS DERECHOS se conquistan y SE DEFIENDEN

**CCOO es la mejor herramienta para defender las pensiones, los servicios sociales, la atención a la dependencia, la sanidad pública y la calidad de vida de las personas mayores.**

El Estado del Bienestar es el resultado de muchos años de lucha y de conquista de derechos, nadie nos ha regalado ni las pensiones, ni la atención a la dependencia, ni la sanidad pública. A su vez, estos derechos han sido de los más atacados y perjudicados por la crisis y el austericidio. No podemos permitir que desaparezcan o se vean tan reducidos que la consecuencia directa sea la privatización, o lo que es peor, que se generen situaciones de pobreza inadmisibles en una sociedad avanzada. El Estado del Bienestar forma parte de un modelo solidario, de responsabilidades compartidas y donde el Estado debe administrar los recursos para garantizar la superación de desigualdades. La individualización o la privatización sólo promueven que las administraciones no cumplan con sus obligaciones de regular las inequidades del mercado.

La Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO denuncia, moviliza, realiza propuestas y participa en las instituciones que deben garantizar el buen funcionamiento del Estado del Bienestar. De forma permanente estamos involucrados en todo tipo de acciones que contribuyen a esta defensa de los derechos, pero en este caso queremos dedicar unas acciones específicas.

Esta campaña promueve la recuperación de derechos perdidos por los recortes sociales de las políticas de austeridad, presenta propuestas alternativas de CCOO en defensa del Estado

del Bienestar, movilizándolo a la afiliación y difundiendo al conjunto de los trabajadores y trabajadoras las reivindicaciones de las personas jubiladas y pensionistas.

Se realizarán asambleas y actos públicos, publicaciones, notas de prensa con participación de todas nuestras organizaciones autonómicas, provinciales y locales. Llamamos a todos los compañeros y compañeras a participar activamente en esta campaña de la Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO.

**LOS DERECHOS se conquistan y SE DEFIENDEN**

**ESTADO DE BIENESTAR**

**Pensiones**  
Garantizar el sistema público de pensiones y el Fondo Reserva.

**Dependencia y Servicios Sociales**  
Blindar los derechos sociales y garantizar la atención a todos los dependientes.

**Sanidad y calidad de vida**  
Revertir los recortes y garantizar la calidad del sistema público de salud.

**CCOO pensionistas**

**Somos la mejor herramienta para defender las pensiones**

informacion@fpj.ccoo.es | [www.pensionistas.ccoo.es](http://www.pensionistas.ccoo.es)

# ¿Qué pasa con el Fondo de Reserva de la Seguridad Social?



La creación del Fondo de Reserva de la Seguridad Social fue consecuencia lógica y directa de las dos primeras recomendaciones adoptadas en 1995 en el Pacto de Toledo.

1. La de “separación y clarificación de fuentes de financiación”, que refuerza el carácter finalista de las cotizaciones a la Seguridad Social, para financiar las pensiones contributivas, separando estas de las no contributivas y universales (sanidad, servicios sociales, entre otras) que deben financiarse a través de la imposición general.

2. La “constitución de reservas” con los excedentes que puedan producirse unos años, para contribuir a atender los déficits que pueda haber en otros.

El marco normativo que desarrolló estas cuestiones básicas del Pacto de Toledo, fue la Ley 28/2003, Reguladora del Fondo de Reserva de la Seguridad Social, consecuencia directa de los Acuerdos alcanzados entre los respectivos Gobiernos y las organizaciones sindicales y empresariales en 1996 y 2001.

Con ello, se constituyó un potente elemento anticíclico, acorde con el carácter finalista de las cotizaciones

y previsor de las necesidades crecientes de financiación del sistema de pensiones, tanto por la mejora de las prestaciones, como por el número creciente de pensionistas hasta mitad de siglo.

Este Fondo de Reserva se ha ido nutriendo de los excedentes de cotizaciones en los años de bonanza económica y los rendimientos obtenidos por el propio Fondo, hasta alcanzar una cifra de casi 70.000 millones de euros en 2011, que hoy ha disminuido a la mitad, situándose a final de 2015 en menos de 33.000 millones.

La crisis ha hecho necesario disponer del Fondo antes de lo previsto (la evolución demográfica hacía previsible realizar las primeras disposiciones en la segunda parte de la próxima década) y cumplir con el papel estabilizador del sistema de pensiones para el que fue creado durante bastantes años.

¿Por qué bastantes años?, porque la Ley 28/2003 previó una disposición anual limitada del Fondo, con el exclusivo fin de pagar pensiones contributivas y sus gastos de gestión, en un importe anual no mayor del 3% de estos dos conceptos. Traduciendo, en la actualidad unos 3.500 millones de disposición máxima anual. Si las necesidades eran superiores, el Estado completaría la cifra necesaria para pagar pensiones con dinero procedente de los impuestos, en coherencia con el principio establecido en el Pacto de Toledo, las pensiones contributivas se financiarán, básicamente (no exclusivamente) con las cotizaciones sociales.

Sin embargo, desde 2012 las cosas han cambiado. Primero, porque atendiendo a una situación excepcional: recaída en la crisis, caída fuerte de ingresos y déficit anticipado en el sistema de pensiones, elevada deuda y déficits públicos; el Gobierno del PP, en noviembre de 2012 a través de un Real Decreto Ley, suspendió entre 2012 y 2014 la vigencia del límite de disposición del Fondo de Reserva que se ha descrito. Fue una medida grave, aunque garantizaba coyunturalmente, en un momento de capacidad limitada de endeudamiento adicional del Estado, pagar la nómina completa de las pensiones.

Pero esa posibilidad se ha utilizado de forma abusiva, supliendo la necesidad de recurrir al Fondo con un uso indebido del mismo para financiar partidas que

no deben ser soportadas por las cotizaciones sociales. Concretamente, políticas de incentivos a la contratación por cuenta ajena o al alta como trabajador por cuenta propia, las conocidas tarifas planas, entre otras. Con ello, durante tres años se ha utilizado el Fondo para pagar pensiones contributivas, si, pero también para financiar otras decisiones, incumpliendo el acuerdo de no destinar cotizaciones sociales a financiar otras políticas. La disposición del Fondo entre 2012 y 2014 ha alcanzado cerca de 34.000 millones de euros.

Esa situación se ha prolongado hasta hoy de manera contradictoria con otras decisiones. El Gobierno ha ampliado en dos años más (2015-16), la capacidad de disposición del Fondo por encima de los aproximadamente 3.500 millones anuales establecidos. Al tiempo mantiene las tarifas planas y, además, con claro fin electoralista, adelanta una reducción fiscal que hace más difícil cumplir con los compromisos de reducción del déficit y exige tomar más dinero del Fondo de Reserva de lo que era necesario. Disminuye así, para financiar su política inmediata, la capacidad futura del Fondo y anticipa su consumo completo.

De hecho, en 2015 ha dispuesto de 11.500 millones de euros y la previsión para 2016 no es buena, especialmente si tenemos en cuenta que el aumento de personas en alta en Seguridad Social en 2015, más de un 3% sobre la afiliación en 2014, no ha supuesto una mejora comparable en la recaudación a la Seguridad Social, por debajo del 1% de incremento.

Las razones son evidentes: hay más gente trabajando en alta en Seguridad Social, pero la suma de horas trabajadas de todos nosotros en 2015, no supera las trabajadas en 2014. Es decir, más personas repartiéndose el trabajo existente, pero con mucho más trabajo temporal y a tiempo parcial. A eso le sumamos la cuantía de los salarios ofertados para los nuevos empleos, y el efecto de la pérdida de recaudación de las tarifas planas (haciendo pagar a los algo más de 17 millones de cotizantes a la Seguridad Social, políticas activas de empleo, que deben ser soportadas por el conjunto de la población).

En fin, en la crisis, con una política de corto plazo, poco responsable en términos de medio y largo plazo, se utiliza inadecuadamente el Fondo de Reserva, apartándose de los compromisos asumidos por todas las fuerzas políticas, organizaciones sindicales, empresariales y un amplio consenso de la sociedad española en el Pacto de Toledo y sus revisiones desde 1995.

En un momento como el actual, de negociaciones para la formación de un nuevo Gobierno, es especialmente oportuno denunciar esta situación y exigir a las distintas fuerzas políticas que entre las prioridades del nuevo Gobierno, la recomposición del Pacto de Toledo es esencial, el cabal uso del Fondo de reserva, lejos de comportamientos estratégicos y oportunistas, una necesidad y, finalmente, la reconsideración de la última reforma de pensiones y sus efectos, aprobada sin consenso alguno por el PP, una prioridad.

Por otra parte, en enero de 2016 se ha cumplido el plazo de cinco años desde la última revisión del Pacto de Toledo, sin que el Gobierno, hoy en funciones, haya remitido al Congreso el Informe sobre evaluación del cumplimiento de las últimas recomendaciones. Ese informe permitiría que la Comisión Parlamentaria del Pacto de Toledo debata y renueve las mismas para, a continuación, abrir la negociación entre interlocutores sociales y el nuevo Gobierno, que permita recuperar la vía de actuaciones pactadas y corregir las medidas más desgraciadas de los últimos años, centrando, en esta ocasión, el esfuerzo en lo que es imprescindible: reforzar los ingresos del sistema, desde el mercado de trabajo y a través de fuentes adicionales de financiación para mantener el pacto intergeneracional que es la base del sistema de pensiones.

En una situación como la que hoy vive nuestro país, no es la única prioridad, pero es muy importante. Para abordarla, hay que tener también una visión de conjunto y de la interrelación de distintas necesidades: una nueva reforma fiscal justa y suficiente; nuevos plazos y condiciones para cumplir el pacto de estabilidad en la UE; completar nuestro sistema de protección social, a través de una reforma de la protección por desempleo y un sistema de rentas mínimas garantizadas; la recuperación de los salarios, un incremento notable del SMI, recuperar y reforzar la negociación colectiva y reequilibrar la posición entre trabajadores y empresas; mejorar la capacidad de intervención de las administraciones públicas para favorecer y crear empleo de calidad...

Todo ello tiene un impacto positivo en las cotizaciones sociales, son también vías para fortalecer y completar el sistema de pensiones. Pongámonos a ello.

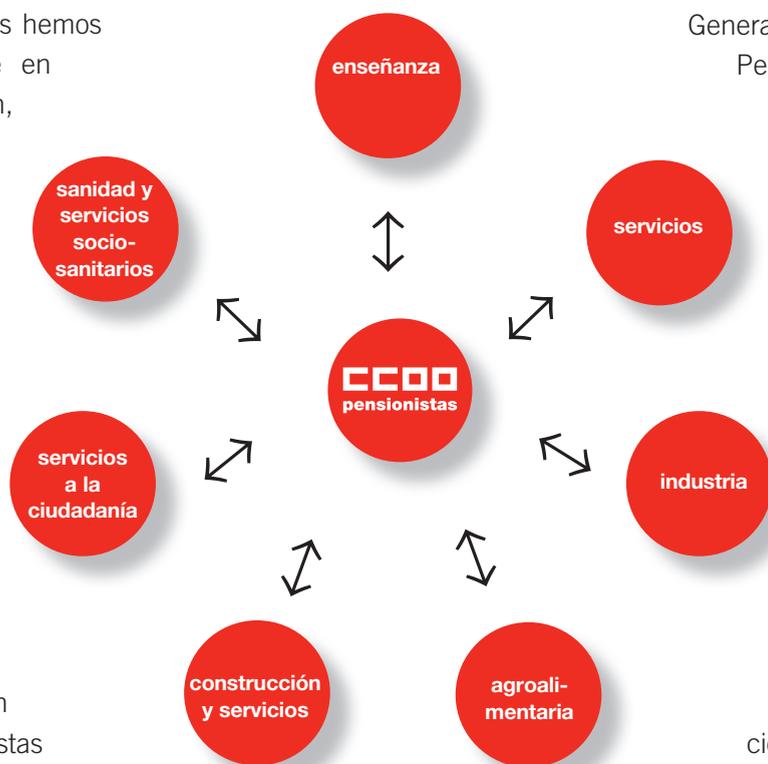
**Carlos Bravo Fernández**  
*Secretario de Protección Social  
y Políticas Públicas de CCOO*

# Doble adscripción de la afiliación

En los estudios que sobre afiliación se han realizado, siempre nos hemos detenido específicamente en la caída de la afiliación, sobre todo la que se produce cuando acaba la vida laboral. Desde la Federación de pensionistas conjuntamente con la Confederación vimos la necesidad de marcarnos un objetivo, para atender a esos afiliados y afiliadas que se jubilan, para que comprendan que la vida sindical puede seguir en la federación de pensionistas con otras actividades y contribuyendo en el sindicato y en la sociedad con su experiencia y veteranía. Entre 5.000 y 7.000 compañeros y compañeras se jubilan todos los años y hay que atenderles para que sigan desarrollando su inquietud dentro del Sindicato, es una responsabilidad común que debemos asumir.

La doble adscripción federativa era la mejor salida tanto para consolidar a la Federación de Pensionistas como para responsabilizar al conjunto del Sindicato de ese problema y de la necesidad de una Federación de Pensionistas fuerte en el Organigrama Confederal.

Fruto de esta iniciativa se ha conseguido, por un lado, acabar con los enfrentamientos entre pensionistas y las Federaciones de activos por culpa de los trasvases de las ramas a Pensionistas, y por otro lado lo hemos cambiado por un sistema de colaboración y sin enfrentamientos. Prueba de ello es el acuerdo de colaboración que firmaron todos los Secretarios Generales



de las ramas con el Secretario General de la Federación de Pensionistas, que ahora se ha puesto en marcha en todos los territorios, ampliando el documento y aprobado por todas las Federaciones Estatales con el compromiso de desarrollarlo en todo su contenido.

Para ello tiene que haber una buena coordinación entre toda la organización, por lo que se establecerán reuniones periódicas de trabajo, entre las federaciones de pensionistas con responsables de las secretarías/as generales, de organización y de afiliación de las Uniones Regionales o Confederaciones, y de las distintas Federaciones de activos. Dicha coordinación estrecha y compartida, será muy importante de cara a mantener reuniones con las secciones sindicales de CC OO en las empresas, en las cuales podremos repartirles folletos explicativos e informativos del porqué seguir en CC OO una vez finalizada su vida laboral. En la Campaña de la Federación de Pensionistas y Jubilados: **“Da un paso adelante después de la jubilación y sigue en CC OO”**, se explican las razones para ello y también se detallan los servicios que tenemos como Federación, para animarles a continuar en CC OO una vez que se jubilan.

En las empresas donde CC OO tiene una amplia afiliación, se van a crear agrupaciones de empresas

específicas de pensionistas y jubilados, en las que se nombrará un o una responsable de esta federación, quienes y en colaboración con la sección sindical, se ocuparán de hacer un trabajo de seguimiento continuo de las personas que se van a jubilar/pensionar, teniendo especial cuidado con la afiliación cuya cuota se descuenta por nómina, que por negligencia de unos y de otros, estos afiliados al desaparecer la nómina de la empresa desaparece el descuento de la cuota causando baja en el Sindicato sin haber mostrado su deseo de desafiliarse.

En toda la estructura del sindicato hay que colaborar más para la visualización de la federación de pensionistas y jubilados, en ámbitos que competen a los pensionistas como: Pensiones, Dependencia, Sanidad, Ayudas y Servicios Sociales, etc., en todos los niveles (estatal, autonómico, provincial, comarcal y local).

Como se refleja en el apartado 865 del programa de acción confederal, se establecerá un tratamiento específico y diferenciado en gastos, servicios comunes y servicios jurídicos, para la Federación de Pensionistas y Jubilados, al objeto de hacer viable la misma.

También hay que acordar cómo se hace el reparto entre las diferentes ramas del sindicato de los gastos de propaganda, atención a los nuevos afiliados/afiliadas, asesoramientos, etc.

Una vez estudiado el impacto económico que para la federación de pensionistas y jubilados haya supuesto el proceso de la doble adscripción, la Confederación Sindical de CCOO procederá a la compensación económica acordada en el X Congreso Confederal, como consecuencia del reparto de la cuota al 50%.

Esta compensación, será distribuida desde la Confederación a la Federación Estatal de Pensionistas y Jubilados y ésta a las distintas estructuras autonómicas de las federaciones de pensionistas y jubilados.

Manteniendo una buena coordinación en el conjunto de la organización, seguro que conseguiremos mantener en las CCOO a la mayoría de afiliados y afiliadas que se jubilan. Trabajando este apartado entre todos y todas, sin ningún lugar a dudas alcanzaremos un buen resultado.

**Manuel Cobo**

*Responsable de Organización*

## Recogida de firmas de la ILP

En abril, los secretarios generales de CCOO y UGT registraron una Iniciativa Legislativa Popular (ILP) en el Congreso para que todas las personas sin recursos y sin prestación por desempleo, perciban una renta mínima mensual de 426€.

El secretario general de la Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO, Julián Gutiérrez, subrayó la dificultad de algunos colectivos de llegar a final de mes con las pensiones que perciben, y ha aludido en este sentido a los ajustes en



sanidad y dependencia, o la retirada de algunos medicamentos de la financiación pública.

Los compañeros y compañeras de la Federación de Pensionistas y Jubilados de todos los territorios recogieron firmas para la ILP y la Federación Estatal también colaboró saliendo

a distintos barrios, algunas veces apoyando las acciones convocadas por CCOO de Madrid

# Observatorio Social de las Personas Mayores

Desde la Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO, hemos preparado un año más el Observatorio Social de las personas mayores para un envejecimiento activo. Pensamos que es importante dar a conocer las carencias de las personas mayores, para que podamos sacar conclusiones de los problemas que tienen y a la vez buscar las soluciones que necesitan para un envejecimiento realmente activo.

El observatorio trata sobre: Diferentes materias referentes a las características demográficas que interfieren en el proceso de envejecimiento de la población de más de 65 años, la composición de los hogares y las formas de convivencia de las personas de mayor edad, la importancia de las pensiones en la economía familiar, la población de personas mayores que viven por debajo del umbral de la pobreza, de la dependencia de la pobreza energética, de las listas de espera en la sanidad, de la falta de médicos geriatras, del copago sanitario y de la sexualidad entre mayores.

Es necesario sustituir este modelo sanitario por otro que responda a las necesidades de los ciudadanos, que elimine los copagos para los colectivos más desfavorecidos, evitando que se generen barreras en el acceso a los tratamientos necesarios, y los reduzca con carácter general aplicando límites y criterios de progresividad. Además, a la par deben incorporarse aspectos relacionados con el uso racional del medicamento y acciones de educación sanitaria e información.

Acabar con las privatizaciones de los centros sanitarios, garantizando la utilización de los fondos públicos en asegurar la provisión y producción públicas de forma mayoritaria.

La tasa de riesgo de pobreza es el porcentaje de personas que está por debajo de este umbral. El porcentaje de población que se sitúa por debajo de éste aumentó respecto al año anterior. La tasa para el conjunto de la población se situó en el 19,9%. Disminuye para la población mayor de 65 años que presentó el menor porcentaje de riesgo de pobreza con un 5,9%.

La principal causa que explica este fenómeno es que el sistema de pensiones ha sido capaz de enfrentar mejor la crisis que otros ámbitos de protección social, como, por ejemplo, el desempleo. Aún a pesar de la no revalorización de las pensiones en 2011 y 2012, y el cambio en la fórmula de

actualización impuesto en 2013, la estabilidad de las pensiones ha conseguido mejorar su posición relativa en la escala de riesgo de pobreza, en un contexto de caída generalizada de ingresos medios (salarios) que a su vez han supuesto una reducción en las cuantías utilizadas para determinar el umbral de pobreza. Es decir, no es que los pensionistas sean más ricos que antes, es que el resto de la población se ha empobrecido más que los pensionistas porque las cuantías de las pensiones se han mostrado más estables.

Este observatorio lo estamos presentando en ruedas de prensa por todas las comunidades autónomas y está teniendo mucho éxito.



## FEDERACIÓN DE MADRID

# Charla-coloquio sobre los Derechos Sanitarios al Final de la Vida

El día 21 de enero pasado celebramos una charla-coloquio sobre los Derechos Sanitarios al Final de la Vida, dirigida fundamentalmente a todos nuestros afiliados de la Federación de Pensionistas y Jubilados de Madrid de CCOO, con la intervención del doctor Luis Montes como ponente.

Manuel Ariza (Secretario General de la Federación de Pensionistas y Jubilados de Madrid de CCOO) hizo una semblanza de nuestro trabajo como federación, felicitó al doctor Montes y a todos los asistentes.

Josefa Pérez-Grueso Ávila (Secretaria de la Mujer de la Federación de Pensionistas y Jubilados de Madrid de CCOO) introdujo el contenido de la charla e hizo una detallada información de quien es el doctor Montes, su trabajo y compromiso con la causa que nos ocupa.

La charla fue extraordinariamente interesante por el tema tratado en sí y los múltiples detalles que enumeró, entre ellos:

- a) Lo que dice nuestro código penal al respecto cuando se refiere a la: eutanasia, suicidio asistido y conductas eutanásicas (permitir la muerte, ayudar a morir, agonía).



- b) Derechos a la información sobre el diagnóstico, testamento vital, etc.
- c) Desarrollo actual en Madrid de todos estos temas, variaciones y retrocesos en la ley.
- d) ¿Qué pensamos de todos estos temas?
- e) El trabajo en el observatorio ¿Cómo nos morimos?

Después de su intervención, hubo numerosas aportaciones a las que dió cumplida contestación el doctor Montes e instó a todos los asistentes a preocuparse por estos temas, también invitó a todos a pasarse por la asociación de Derecho a Morir Dignamente (AFDMD) para mayor información.

### quiero afiliarme a CCOO

#### DATOS PERSONALES

DNI		L	APELLIDOS		NOMBRE	
DIRECCIÓN			CÓDIGO POSTAL		LOCALIDAD	
TELÉFONO		FECHA NACIMIENTO		SEXO	PROFESIÓN	COD.
PREFERIRÍA PAGAR LA CUOTA SINDICAL				EN MANO <input type="checkbox"/>	POR BANCO CAJA <input type="checkbox"/>	

#### ORDEN DE DOMICILIACIÓN BANCARIA

ENTIDAD BANCARIA		CCOO UNIDAD ADMINISTRADORA DE RECAUDACIÓN (UAR)				FECHA	
TITULAR CUENTA DE CARGO			CCC	ENTIDAD	OFICINA	D.C. NÚMERO DE CUENTA	
ENTIDAD DE CRÉDITO	NOMBRE		Muy Sres. míos: con cargo a mí cuenta y hasta nuevo aviso, atiendan la presente orden de domiciliación				
	OFICINA						
	DIRECCIÓN						
	LOCALIDAD						
			<b>FIRMA</b>				

Tus datos serán incorporados a un fichero titularidad de CCOO integrado por los ficheros pertenecientes a las Confederación o Unión Regional correspondiente según tu lugar de residencia, a la Federación Estatal de Pensionistas y Jubilados, y a la Confederación Sindical de CCOO. La finalidad del tratamiento de tus datos la constituye el mantenimiento de tu relación como afiliado, con las concretas finalidades establecidas en los estatutos. Además de lo indicado tus datos pueden ser utilizados por CCOO para remitirte información sobre las actividades y acuerdos de colaboración que se establezcan con otras entidades. Siempre estarás informado en la web de CCOO (<http://www.ccoo.es>) de dichos acuerdos y de los datos de dichas entidades. Puedes ejercitar tus derechos de acceso, rectificación, cancelación y, en su caso, oposición, enviando una solicitud por escrito, acompañada de la fotocopia de tu DNI dirigida a: C.S. CCOO con domicilio sólo en la calle Fernández de la Hoz, nº 12. 28010 Madrid. Deberá indicar siempre la referencia "PROTECCIÓN DE DATOS". Si tienes alguna duda al respecto, puedes enviar un email a: [lopd@ccoo.es](mailto:lopd@ccoo.es) o llamar al teléfono 917 028 077.

# Asamblea de la Asociación de Mayores de Pickman-La Cartuja

El pasado 27 de enero tuvo lugar una Asamblea de Mayores de la Asociación de Pickman “La Cartuja” a la que asistieron José Antonio Jiménez Gálvez, Secretario de Organización, y Enrique Fernández Jaén, Secretario General de la Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO de Andalucía. La Cartuja de Sevilla-Pickman S.A. es una empresa de cerámica especializada en loza fina.

En sus intervenciones dejaron claro que, aunque la relación laboral en la empresa se acaba al cumplir la edad de jubilación, la vida continúa y es importante que sigamos estando afiliados y afiliadas a la organización, ya que en el futuro podemos tener problemas con asuntos tales como las pensiones, la sanidad (copago), dependencia... y, por ello, tendremos la necesidad de asesoramiento e incluso de la intervención de los Servicios Jurídicos.

Al término de la asamblea se repartieron los folletos “Eres más necesario que nunca”, y comentamos que iríamos viéndonos en el tiempo, ya que no todos ni todas estamos jubilados o jubiladas.



## Nuestra razón de ser:



La defensa permanente de las conquistas sociales



El asesoramiento a las personas mayores



La mejora de los derechos de los discapacitados

**Ven a conocernos y luego decide**

## FEDERACIÓN DE CASTILLA-LA MANCHA

## Charla sobre pensiones en Albacete



La Federación de Pensionistas y Jubilados de Castilla-La Mancha organizó una jornada para explicar como se encuentra la Seguridad Social, al acto asistieron, Carlos Bravo de la Comisión Ejecutiva Confederal y Julián Gutiérrez, Secretario General de pensionistas de CCOO.

Carlos Bravo explicó el balance de la revalorización de las pensiones durante la crisis, mostrando la pérdida de poder adquisitivo para 3 de cada 4 pensionistas (-1,10%), lo que se contradice con el triunfalismo del Gobierno, que ha intentado e intenta aprovechar la débil situación de nuestra economía, acompañada de un período de tasas negativas de inflación, para presentarlo como aumento de poder adquisitivo, también explicó que lo peor está por venir. En el momento en que la situación económica se normalice y

el dato de inflación se sitúe en los objetivos establecidos por las instituciones europeas (2%), la fórmula de revalorización de pensiones, tal y como está diseñada, sin previsión alguna de incremento de ingresos de la Seguridad Social, supondrá una pérdida anual de poder adquisitivo importante y sostenida en el tiempo (1,75% anual, con un impacto acumulado mucho mayor a lo largo del periodo medio de permanencia como pensionista). Si España volviese a situarse, según nuestra experiencia histórica, en tasas de inflación superiores, el ajuste sería mayor.

Julián Gutiérrez, se refirió al problema que tenemos las personas mayores, pues estamos pasando, cada vez más, a convertirnos en sustentadoras principales de millones de familias, también se refirió al problema que tenemos los pensionistas con el copago sanitario y a la necesidad de tener más medios para la ley de dependencia, al problema de la pobreza energética. Proponemos una alternativa: grabar los alimentos y bebidas no alcohólicas con el tipo superreducido del 4%; la electricidad, el gas y la calefacción al 10%, actualmente tributan al 21%, eso supondría 4.000 millones euros.

Se terminó la reunión animando a los afiliados/as a seguir defendiendo las propuestas de CCOO.

## ASAMBLEA EN CASTELLÓN

El día 27 de enero tuvo lugar, en el Salón de Actos "Marcelino Camacho" de Castellón una asamblea organizada por la Federación de Jubilados y Pensionistas del Sindicato Intercomarcal Comarques del Nord. Los temas que se trataron giraron en torno a la situación de las pensiones, por una parte, el tema de la discapacidad, y el Observatorio de las personas mayores 2015.

En primer lugar, intervino Evaristo Soto, Secretario General de la Federación de PV, quien explicó la situación actual y el futuro de las pensiones, una situación, tanto actual como futura totalmente incierta y con unas perspectivas muy pesimistas. Hizo un llamamiento al compromiso de l@s pensionistas, para que se movilicen ante el actual estado de las cosas.

Posteriormente tomó la palabra Carmen Santamaría, miembro de la Plataforma en Defensa de la Ley de Discapacidad, quien también expuso la situación del colectivo de dependientes, que si bien a consecuencia del

## FEDERACIÓN DE PAIS VALENCIÀ



cambio de gobierno local y autonómico ha mejorado la aplicación de la Ley de Dependencia, subrayó que todavía queda mucho por hacer.

Finalmente, fue el secretario, Evaristo Soto quien presentó el Observatorio de las personas mayores 2015, en el que se dan a conocer sus carencias, para poder así evidenciar los problemas que tienen y a la vez buscar las soluciones que necesitan para un envejecimiento activo.

Los asistentes participaron activamente a lo largo de todo el acto, especialmente en el turno de debate, aportando propuestas y también sus críticas ante la situación tan seria que se nos presenta.

## FEDERACIÓN DE EXTREMADURA

# CCOO apuesta por una visión integral concertada de la protección social en Extremadura



CCOO de Extremadura apuesta por dotar a toda la política social de la Junta de Extremadura de una visión integral que englobe conjuntamente cuestiones como los servicios sociales de base, la atención a la dependencia o a la discapacidad o la renta básica. Esa es la apuesta que el sindicato trasladará a la mesa de concertación que se abrirá entre el Gobierno regional y los agentes sociales y económicos para configurar una nueva política social en la región que como mínimo recupere lo perdido en estos años de gobierno del PP.

Estas intenciones se han expuesto en las jornadas que ha desarrollado el sindicato en Mérida bajo el título “Un traje a medida, los sistemas de protección a debate”, precisamente con la finalidad de difundir sus propuestas para el diseño de una nueva política de protección social integral en Extremadura.

El secretario general de CCOO de Extremadura, Julián Carretero, indicó antes del comienzo de este encuentro que “si la persona en sí es un todo, por tanto el servicio social debe ser contemplado también como un todo”, en la línea de adoptar una perspectiva integral de la asistencia a la protección social.

Carretero apuntó que ya era un “avance” que en las jornadas haya un representante del Gobierno, como el propio consejero, “para debatir con la ciudadanía, los

trabajadores, jubilados y pensionistas y escuchar nuestras propuestas, porque hemos vivido un periodo de cuatro años en los que no había ningún tipo de diálogo con la sociedad”.

También reseñó que las políticas sociales deben estar muy ligadas y escuchar la opinión de los profesionales que trabajan en el sector y, en ese mismo sentido, subrayó que es importante hablar de “generación de empleo, mantenimiento del empleo y calidad del empleo”.

Entre las personalidades dedicadas al mundo de los servicios sociales que intervinieron en estas jornadas están Carlos Bravo, secretario confederal de Protección Social de CCOO, Joan Gasull, secretario general del Sector Estatal de la Administración Local de CCOO; Cruces Rosado, secretaria de Política Social de CCOO de Extremadura; Reyes Ramos Gómez, secretario general de la Federación de Jubilados y Pensionistas de CCOO de Extremadura; y Carmen Núñez, directora general de Política Social, Infancia y Familia de la Junta de Extremadura.

La inauguración corrió a cargo del secretario general de CCOO de Extremadura, Julián Carretero, y del consejero de Sanidad y Política Social de la Junta de Extremadura, José María Vergeles.

# Concentración en Zaragoza

El martes 9 de febrero, a las 9:30 horas, se inició en los Juzgados de Getafe el juicio a los ocho sindicalistas de Airbus, a los que el fiscal pide 66 años de cárcel, por llamar a la participación en la huelga general del 29 de septiembre de 2010. CCOO ha organizado diferentes concentraciones de apoyo en todo el territorio español para mostrar su solidaridad con los representantes de los trabajadores enjuiciados.



## FEDERACIÓN DE ARAGÓN



Cada año nuestros afiliados nos demandan cursos de Informática y por ello realizamos un mínimo de 2 a 3 cursos de octubre a junio: Iniciación Intermedio y Avanzado.

La Federación de Pensionistas de Aragón está organizando en este momento el curso Intermedio para aquellos afiliados que controlando el ordenador desean avanzar su nivel para ello trabajamos muy especialmente el envío de correos y el Excell.

La Informática nos acerca a las nuevas tecnologías de la información y de la comunicación tan necesario en nuestro sindicato y además tenemos la posibilidad de aplicar los conocimientos adquiridos en nuestra vida cotidiana.

## Manifestación sobre la problemática de las pensiones

Más de 200 pensionistas de CCOO de Euskadi de las tres provincias han marchado hasta el parlamento Vasco para presentar a los grupos parlamentarios un manifiesto sobre la problemática de las pensiones.

Alfonso Fernández, Secretario General de FPJ Euskadi y Antton Karrera de la Comisión Ejecutiva, han presentado a los periodistas, en euskera y castellano, el manifiesto sobre las pensiones que van a entregar a continuación a los grupos parlamentarios vascos.

Posteriormente se han reunido con los Parlamentarios Kerman Orbeagozo del PNV, Bixen Itxaso del PSE-PSOE, Belen Arrondo de Bildu e hicieron entrega del manifiesto también al PP y UPYD.

## FEDERACIÓN DE EUSKADI

Los pensionistas de CCOO les hicieron llegar su valoración para que, tanto el Parlamento Vasco, como los partidos políticos, ante las elecciones generales del 20-D las tengan en cuenta.



# Emotivo y más que merecido homenaje a ilustres veteranos de nuestro sindicato



Emotivo y más que merecido Homenaje a Ramiro Rivas, Francisco Lauriño, Luis Fernández, Laudelino Sánchez, Faustino Antuña, Vicente Pérez y Manuel Rodríguez, ilustres veteranos de nuestro sindicato nacidos en los años 1932 y 1933, recibieron esta mañana el tributo del sindicato al que dedicaron tantos años de lucha.

Organizado por la Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO de Asturias el acto se inició con las palabras de Francisco García Alonso, recordando a los más de 50 homenajeados que no estaban presentes, unos por problemas de salud otros por dificultad de movilidad. Para el secretario general de la federación se trataba del acto anual “más entrañable que hacemos”, dedicado a unos compañeros que “son un ejemplo de compromiso”.

A continuación tomó la palabra Antonio Pino. El máximo responsable del sindicato en Asturias dedicó un reconocimiento “a los hombres y mujeres que con su esfuerzo y sacrificio hicieron posible esta gran organización”, a continuación se detallaron las exigencias principales de CCOO (que se trasladaron a los partidos

políticos): hacer un plan de choque contra el desempleo; mejorar y ampliar la cobertura a los parados; la lucha contra la temporalidad; la subida del salario mínimo a 800 euros, elaborar una carta de derechos laborales; revitalizar la negociación colectiva; la vuelta al Pacto de Toledo y la revitalización de las pensiones; la defensa de la educación y sanidad públicas; un modelo productivo con más industria e I+D+i; una banca pública...

La ponencia central de la jornada corrió a cargo de Irene Díaz Martínez, directora del Archivo de Fuentes Orales para la Historia Social de Asturias, y se centró en

la comisión provincial de pensionistas, que durante los años 60 y 70 se enfrentó al franquismo, reivindicando derechos sociales, laborales y libertades cívicas.

La comisión se caracterizó por “una acción colectiva muy intensa e incesante”, explicó Irene Díaz. “Su carácter era asambleario y unitario”, y tras los mineros y metalúrgicos fueron el tercer motor de la contestación a la dictadura. Había “una identidad obrera y de clase”. Y la hegemonía la tenían los militantes comunistas.

“Fue un movimiento único en España”, particularmente activo entre 1965 y 1976, años en los que protagonizaron sonoras protestas, como los encierros en iglesias (Gijón, Mieres, Sama) y organismos públicos, y la “Marcha del Silencio”, el 10 de junio de 1976 en Oviedo, recogida magistralmente por la cámara de José Manuel Nebot.

El acto concluyó con las palabras del secretario general de la federación estatal de Pensionistas y Jubilados, Julián Gutiérrez del Pozo, quien repasó las campañas en las que se encuentran “peleando todo lo que podemos”, y con la entrega de los diplomas a los homenajeados.

## FEDERACIÓN DE NAVARRA

# Jornada sobre “Valoración de Riesgo Cardiovascular” en las personas mayores

El 15 de diciembre la Federación de Pensionistas y Jubilados/as de Navarra organizó una jornada sobre “Valoración de Riesgo Cardiovascular” en las personas mayores, la misma fué impartida por Maria Teresa Acin de Farmapara Navarra especialista en productos alimenticios que disminuyen el riesgo Cardiovascular.

Los objetivos de esta jornada enmarcada en las actividades de la Federación es promocionar los estilos de vida saludables y otras medidas contribuyendo a prevenir la aparición de estos factores, tratarlos o controlarlos.

En el transcurso de la jornada se informó de temas relacionados con el Riesgo Cardiovascular, la probabilidad de sufrir una enfermedad en un determinado periodo de tiempo, grupo de factores cardiovasculares y metabólicos que de forma individual o en combinación pueden incrementar el riesgo de padecer estas enfermedades y que están muy relacionados con el estilo de vida actual.

La ponente durante su exposición comentó que la enfermedad cardiovascular es la principal causa de muerte en España, la hipertensión arterial, sedentaris-



mo, obesidad, sobrepeso, obesidad abdominal, tabaquismo, etc., son factores de riesgo que aceleran esta enfermedad.

Antes de finalizar la jornada la ponente recomendó una serie de medidas higiénico dietéticas orientadas a prevenir o mejorar los hábitos en dietas equilibradas, ejercicio, dejar de fumar, reducir el consumo de alcohol, limitar el consumo de sal, etc.

## Curso de fotografía organizado por CCOO y ANAJUP

El pasado 9 y 11 de diciembre se ha desarrollado en la sede CCOO de Navarra un curso de fotografía dirigido a personas jubiladas, prejubiladas, pensionistas y/o mayores, en el que han participado un total de 17 personas.

La metodología utilizada ha sido teórico-práctica, la primera sesión se ha impartido en la sede del sindicato y la segunda jornada se ha llevado a cabo en la Ciudadela de Pamplona.

Las nuevas tecnologías están cada vez más presentes en la vida de las personas y en especial en el colectivo de las personas pensionistas y jubiladas, en la que ésta es una asignatura pendiente, por lo que, desde la Asociación Navarra de Jubilados Progresistas ANAJUP en colaboración con la Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO y Fundación Caja



Navarra, ha realizado este curso sobre fotografía para aprovechar el máximo posible la cámara fotográfica y aprender a sacar bonitas fotografías.

La finalidad de este tipo de actividades es continuar con el aprendizaje permanente en todo tipo de contenidos y materias que ayuden a disminuir la brecha digital.

# Comité de Mujeres de la FERPA

El Comité de Mujeres es el lugar de intercambio de experiencias y reconocimiento de acciones dirigidas a favor de las mujeres pensionistas y jubiladas a nivel europeo. Elabora las propuestas de la Ferpa en materia de políticas de igualdad de oportunidades y por la mejora de las condiciones de vida de las mujeres pensionistas y jubiladas en Europa, proponiendo campañas, planes de trabajo, que se someten al Comité Ejecutivo, para su discusión.

El Comité de Mujeres está compuesto por una representante de cada país afiliado a la FERPA y debe de ser asignada por cada organización. Se reúne cuando se realizan las reuniones de la Ejecutiva y convoca de acuerdo con el Comité Ejecutivo la asamblea de Mujeres de la Ferpa al menos una vez entre congreso y congreso. En los últimos años se han convocado dos, más una tercera como Comité Extraordinario en el Consejo Económico y Social Europeo.

La Presidenta es elegida por todas las mujeres pertenecientes al Comité de Mujeres y su elección será ratificada por el Comité Ejecutivo al que pertenece por derecho.

En el último congreso que tuvo lugar en Budapest en septiembre de 2015, en el que se nombró a Carla Cantone como Secretaria General de la FERPA. Carla aporta una nueva y dinámica forma de trabajo. Su prioridad es visibilizar a las personas pensionistas y jubiladas.

En este año 2015 Carla Cantone dentro de su plan de trabajo consideró que la responsable de la secretaría estatal de Pensionistas y Jubilados de CCOO Ana Martínez López es la persona que propone para ser la nueva Presidenta del Comité de Mujeres de la FERPA, resultando elegida en una votación unánime a favor de su nombramiento.

En estos momentos se va a desarrollar un grupo de trabajo en el que se plantearán temas de interés, que se puedan documentar por todas las compañeras del Comité de mujeres y se realizarán propuestas que se llevarán al Comité de mujeres de la CES donde se tiene voz pero no voto, otro handicap que tenemos que lograr poder votar, es cómo poner en valor en Europa a las mujeres pensionistas y jubiladas.



Es un momento importante para nuestra Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO. El trabajo a desarrollar es una responsabilidad que asumimos con entusiasmo y ganas de trabajar poniendo en valor el trabajo que las compañeras que forman el Comité de Mujeres de la FERPA realizan, todas y cada una de ellas son las que dan a conocer los problemas de sus diferentes países: recortes en sanidad, pocas residencias públicas, pensiones bajas pocos geriatras para atender las necesidades de las personas mayores, violencia de género e institucional. Para unificar soluciones y plantear propuestas que se puedan asumir en Europa. Las mujeres pensionistas y jubiladas, miembros de la FERPA, visibilizaremos nuestro valor en la sociedad y las necesidades que tenemos, y que en muchos casos impiden un envejecimiento activo de calidad.

**Ana Martínez López**

*Presidenta del Comité de Mujeres de la Federación Europea de Pensionistas y Personas Mayores (FERPA)*

# 2016 PUESTA EN MARCHA DE LOS PROGRAMAS DE ACCIÓN EN EUROPA

En la última publicación de 2015, resaltábamos la concentración de congresos sindicales a nivel europeo, 7º Congreso de la Federación Europea de Pensionistas y Mayores (FERPA), y 13º Congreso de la Confederación Europea de Sindicatos (CES). Finalizados estos congresos corresponde poner en marcha los programas de acción comprometidos.

En diciembre de 2015, en la gaceta sindical de nuestra Confederación, Luca Visentini, nuevo Secretario General de la CES, reseñaba la necesidad de incrementar el crecimiento económico europeo a través del estímulo de la demanda interna, debido a que el 60/70% de las exportaciones europeas se realizaban en el propio mercado interior. Esto sólo es posible mediante una negociación colectiva, flexible y eficaz, núcleo de la acción sindical europea.

Por otra parte, abordaba Visentini, la necesidad de combatir el discurso neoliberal de la austeridad que ha demostrado su incapacidad para generar soluciones a la crisis.

Así mismo es necesario acercarse a la calle, sobre todo a los jóvenes el espíritu y el carácter de los sindicatos para profundizar sobre el modelo social y democrático.

En la primera Comisión Ejecutiva de la FERPA, tras su 7º Congreso, Carla Cantone presentó un programa de trabajo a medio y largo plazo que, en coordinación con la CES. Éste se apoya en las siguientes estrategias:

- Mejorar la situación de los pensionistas en Europa.
- Defensa de los derechos humanos.
- La dignidad de los mayores y la democracia como valores esenciales.

Con esto conseguiremos una Europa más social para todas y todos, que es el objetivo prioritario de FERPA.

El programa se articulará en dos etapas:

1. Hasta la conferencia de mitad de mandato (septiembre de 2017).
2. Hasta el próximo Congreso.

## ***El programa se articulará en dos niveles:***

### **Nivel organizativo**

1. Un mejor y más preciso conocimiento sobre la identidad y representatividad de todos los miembros del Comité Ejecutivo de la FERPA. Así como sus funciones en sus sindicatos nacionales.
2. Información precisa sobre las situaciones de compromisos financieros establecidos con FERPA.
3. Información, en caso de existir, de los acuerdos por país de los trabajadores y trabajadoras que cesan en su actividad para pasar a la jubilación.
4. Compromiso sobre la “puesta del día” de la página web de FERPA, actualizando datos e informes. Esta actualización se encuentra en marcha.

Carla Cantone, ha expresado su compromiso de visitar en cada país a las organizaciones nacionales, ya ha visitado tres países (en España estuvo en octubre de 2015), hasta el momento tiene programadas otras cinco visitas.

### **Nivel de Política Sindical**

1. Elaboración inmediata de un informe-resumen sobre la situación de las pensiones y de la atención social a los dependientes, así como la existencia de posibles acuerdos entre sindicatos y gobiernos o que estos hayan sido solicitados.
  2. Mejorar la presencia de FERPA, su visibilidad, tanto en el Parlamento Europeo como en la propia CES. En este último aspecto, Carla Cantone, ha confirmado su presencia activa y continuada en el grupo de trabajo de Protección Social de la CES.
  3. Favorecer y estimular los intercambios entre países, claramente los encuentros bilaterales. Próximamente mantendremos uno con los compañeros pensionistas de la CGIL italiana.
  4. Establecer compromisos con las organizaciones sociales que se ocupan del ámbito de las personas mayores, respetando en buena lógica, la autonomía de FERPA.
  5. Relanzamiento de la ICE. En estos momentos se encuentra pendiente de Resolución en el Tribunal de Luxemburgo o de una segunda versión ya elaborada.
  6. Reactualizar la Carta sobre los Derechos de los Mayores, con una adaptación común para todos los países.
  7. Programación de un encuentro con el Comité de Jóvenes de la CES.
  8. Mejorar la presentación de los proyectos del Comité de Mujeres de FERPA existentes y/o nuevos. Recordamos que nuestra compañera Ana Martínez es su presidenta recién elegida.
  9. Iniciar y desarrollar cada año una campaña dirigida a los mayores sobre una cuestión precisa, por ejemplo la “pobreza energética”. El próximo Comité Ejecutivo aprobará algunas de ellas para ponerlas en marcha.
- La pobreza ha sido considerada como tema prioritario, es una cuestión de dignidad. Debemos combatirlo.
- Es importante que FERPA haga oír su voz, para que sea reconocida en el seno de la CES. Con ella debemos construir una Europa de solidaridad, dignidad, responsable con la inmigración, y rechazando las respuestas xenófobas y ultranacionalistas.

**Justo Santos**  
*Secretario de Internacional*

# MANTENER EL CEREBRO EN FORMA

**“Ilusión, motivación y continuo aprender” son las tres claves para mantener el cerebro “en forma”**



Miguel Anxo Álvarez González  
Gerontólogo (Soc., nº 2981),  
Especialista en Psicopatología  
y Salud

Hay mucho que se puede hacer para mantener saludable el cerebro y potencialmente prevenir o reducir el declive cognitivo que viene con el envejecimiento.

Sabemos que en la juventud el cerebro se enfrenta con constantes situaciones de cambio y desafío. Con el paso del tiempo, tendemos a restringir nuestras actividades a aquellas situaciones que conocemos y con las cuales nos sentimos desahogados (una persona mayor, por lo general, huye de las situaciones en las que no se siente cómodo). De esta manera el cerebro se encuentra menos estimulado, o le exigimos menos esfuerzo, lo que limita su óptimo funcionamiento. Esto es así en la mayoría de las personas porque el proceso de envejecer conlleva innumerables aspectos “insidiosos” que nos van situando de manera lenta e inexorable en la antesala de la dependencia, por no tener el valor y el convencimiento de hacerles frente.

**Ilusión, motivación y continuo aprender** son los tres ingredientes principales a los que se expone una mente joven. La mala noticia es que a medida que envejecemos suelen disminuir, pero la buena noticia es que esto puede modificarse. Este es el objetivo de los programas de entrenamiento cognitivo: mantener los grados de

desafío, cambio y aprendizaje en la cuota justa para tener la mente activa.

Podemos contribuir a mejorar lo anterior si cumplimos con el siguiente decálogo; decálogo que no es una lista más a tener en cuenta; constituyen el conjunto de acciones con las que podemos ganar la partida; merece la pena, pues, tenerlos en cuenta:

Una dieta saludable para el cerebro, mantenerse mentalmente activo a través de actividades intelectuales, realizar actividad física de manera regular, mantener la vida social, dormir bien, controlar el estrés, controlar los demás problemas de salud, evitar hábitos poco saludables y, sobre todo, a partir de los 50 años, hay que controlar periódicamente las habilidades mentales (memoria, atención, planificación, etc.) realizando una evaluación sistemática de las mismas; mantener una amplia gama de intereses y hobbies e intercambiar momentos y opiniones con personas de menor edad. Para que no se sientan atosigados por tanta exigencia, podemos resumir lo anterior: mantener la mente activa y enfrentarla a situaciones novedosas alejándose de la rutina, sería la clave para mantener la agudeza mental. Otros factores serían: la salud física y emocional.

¿Por qué es saludable el ejercicio físico para el cerebro? El ejercicio aeróbico, considerando como tal “cualquier actividad física que nos haga sudar y aumente la tasa cardiaca por un período de 35 minutos o más, andar en bicicleta, caminar o correr, nadar, etc., aumenta la producción de químicos claves que alientan el crecimiento de células nerviosas y el desarrollo de

nuevas conexiones neuronales, al mismo tiempo que estimula una región fundamental del cerebro que son los lóbulos frontales (que suelen sufrir bastante con el paso del tiempo)". También hay que tener buenos hábitos alimentarios. "Las malas costumbres alimenticias, que llevan a problemas físicos tales como enfermedades coronarias, se vuelven también factores de riesgo para el deterioro cognitivo. El pescado, los vegetales y las frutas, son fundamentales para tener un cerebro sano. Tener tiempo para las actividades de ocio y relajación y buscar ayuda profesional cuando se necesita son también factores protectores para las funciones cognitivas. "El estrés, la depresión y otras condiciones psiquiátricas tienen un impacto negativo en los procesos cognitivos, al igual que los trastornos del sueño y la fatiga crónica".

También consideramos muy adecuado combatir la rutina, quizás uno de los peores enemigos de nuestro cerebro. Para ello es importante, "no es sólo realizar juegos de ingenio, ni sólo leer, ni cambiar las rutinas: la respuesta está en lograr un **cambio de actitud** que haga que aprendamos a mantener nuestra mente desafiada". Entre los ejercicios propuestos por los diversos autores y en los que coinciden los especialistas consultados están desde escuchar deliberadamente un tipo de música al que no se está acostumbrado, leer un libro de un género diferente al que normalmente elegimos, visitar y conocer lugares nuevos hasta probar nuevos caminos hacia el trabajo o durante el regreso y conversar con gente con la que nunca se haya hablado. Y hay más. También se puede usar la mano no dominante para realizar tareas como peinarse, cepillarse los dientes o abrochar botones; intentar estimular el sentido del tacto haciendo ciertas tareas con los ojos cerrados y hacer las cuentas mentalmente en el supermercado para luego compararlas con el resultado que ofrece la cajera. Incluso cuando se atiende el teléfono se puede intentar reconocer al que llama antes que se identifique, luego memorizarlo y al final del día hacer una lista con todas las personas que llamaron. Esto son sólo algunos de los ejercicios que pueden ponerse rápidamente en práctica para poner a las neuronas "en acción".

Muchas personas opinarán que no tienen ganas o que no es el momento oportuno del día o que hay algo



más importante que hacer; puede que tengan razón, sin embargo, esas son las personas que ingresarán en el colectivo de aquellos que en breve serán diagnosticados con PMAE (Pérdida de Memoria Asociada a la Edad), algo relativamente benigno, o con algo peor, la antesala de una demencia, el DCL (Deterioro Cognitivo Leve). Se trata de unos minutos al día realizados con entusiasmo, creyendo en lo que uno hace, les aseguro que merece la pena.

El aumento de la expectativa de vida "trae consigo una creciente preocupación por lograr un funcionamiento óptimo –físico y mental– en la nueva etapa que se alcanza". Para dar respuesta a estas preocupaciones surge lo que se denomina la medicina del envejecimiento exitoso que va camino de convertirse en la especialidad médica del siglo.

**Miguel Anxo Álvarez González**

Gerontólogo (Soc., nº 2981)

Especialista en Psicopatología y Salud

Miembro de la Sociedad Española de Geriátrica y Gerontología

malvarezgonz@wanadoo.es

# La tierra de los nadie

Javier López, *La tierra de los nadie*, Edt. Legado Ediciones, Madrid 2015

En el hermoso poemario de nuestro compañero Javier López, Secretario Confederal de Formación, nos encontramos con versos entrañables que llegan de “los nadie” y que se incrustan en nuestra piel, en “este silencio ciego y sordo en que vivimos”.

En su minuciosa observación de lo que en los barrios, en los parques, en las calles, en las plazas, en los bares..., nos cuenta el autor que

*“Hay días en los que todo está dicho,  
en los que te aburre lo que aún falta por decir”.*

Porque es cierto que hay que decir muchas cosas: Que tenemos una “juventud vacía carente de horizontes” porque les hemos quitado el trabajo; que ahí están

*“esos ojos vencidos de mi gente en los bares  
suspendidos en un horizonte de ladrillos,  
atrapados en las luces de los tragaperras”;*

que muchos pensionistas no pueden calentarse en los inviernos; que los niños pasan hambre; que hay miles que sufren día a día los misiles de muerte y la expulsión de todos los refugios; que violentan a las mujeres, cargadas de tareas, maltratadas, malpagadas, olvidadas.

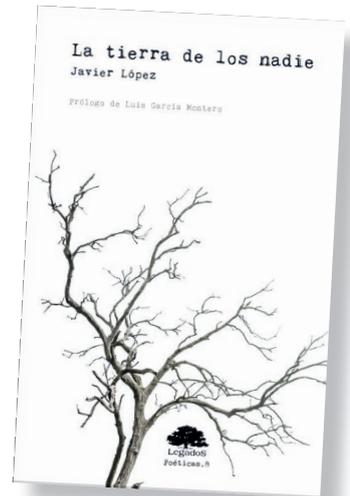
Es cierto que, caminando con los versos del poeta, tenemos la impresión de que nos movemos “en un viaje hacia la nada”, pero a la vez cargado de esperanza. Porque en estos tiempos convulsos de desprecio a la vida, por aquellos que tienen la vida bajo sus billeteras, Javier los llena de ilusión, con la misma ilusión con la que Cervantes llenó a su ilustre Caballero, y lo lanzó por el mundo a desfacer entuertos, ayudar al pobre, socorrer al desheredado, combatir las injusticias. Es así como

*“... el hombre descubre en el desierto  
su camino y le nacen espinas de la frente,  
su voz se transforma en muchas voces y sus pies  
recuperan los pasos perdidos de su gente”*

¡Qué preciosa definición de lo que es un Sindicalista; Gracias Javier, muchas gracias.

**Félix Muñoz**

Secretario de Institucional y Estudio



# Un día perfecto



**Un día perfecto**, es la nueva película del guionista y realizador español Fernando León de Aranoa (también dirigió “Los lunes al sol”, Barrio y Princesas).

El argumento de esta comedia dramática gira en torno a un grupo de cooperantes que tratan de sacar un cadáver de un pozo en una zona de conflicto, que alguien lo ha tirado dentro para corromper el agua y dejar sin abastecimiento a

las poblaciones cercanas. Un grupo de cooperantes recorre el delirante paisaje bélico tratando de sacarlo y resolver la situación. Pero la tarea más simple se

convierte aquí en una misión imposible, en la que el verdadero enemigo quizá sea la irracionalidad.

Una gran película que muestra el horror, de todos contra todos, que sufre la población civil en cualquier guerra y el trabajo necesario del voluntariado en estos conflictos.

Como reflexión en relación con la guerra, la película pone el acento en lo absurdo, en la irracionalidad del ser humano. La primera víctima de cualquier conflicto armado es la razón. Por eso la irracionalidad quizá sea el enemigo más temible que se muestra en la película.

“Humor, drama, ternura, rutina, peligro, esperanza, todo cabe en Un día perfecto. Esta película no tiene más género que el de la vida. Como en un juego de muñecas rusas, es un drama dentro de una comedia” (Aranoa).

**Félix Muñoz**

Secretario de Institucional y Estudio

# Precariedad, paro y emigración

Hace unos meses, justo antes del inicio de la última campaña electoral, El Periódico publicaba en su sección de cartas del lector, las notas de una chica con una lista de reproches y reclamaciones a los diferentes partidos políticos que se iban a presentar a las elecciones. Entre otras cosas, planteaba lo injusto que le resultaba el hecho de que durante la crisis todo el esfuerzo hubiera recaído en la gente más joven, mientras que, según decía, los pensionistas habían mantenido intacto su poder adquisitivo, y criticaba que no se exigiera el mismo esfuerzo a unos y a otros. La carta llevaba por título “Pacto intergeneracional” y es tan significativa de lo que está ocurriendo como preocupante.

Significativa porque cuando se habla de las pensiones no las sitúa como un derecho sino como un privilegio, y preocupante porque esta reflexión que envía una chica “cabreada” a El Periódico no es un caso aislado ni un “calentón”, ni una reflexión específica en torno a las pensiones.

Durante los últimos años, incluso antes del inicio de la crisis, nos hemos cansado de escuchar y de denunciar que la generación mejor preparada de la historia de este país se estaba viendo abocada a la precariedad, el paro y la emigración, debido a la falta de oportunidades, y a la frustración por no poder llevar la vida que todo el mundo les dijo que llevarían. Porque nos encontramos frente a la primera generación que vivirá peor, si no que sus padres, sí que sus hermanos mayores.

Las políticas de empleo juvenil desarrolladas durante los últimos años, han puesto en evidencia que precarizar las condiciones de entrada al mercado laboral no contribuye a la creación de empleo, sino que condenan a la discriminación y la precariedad a quienes las sufren. Esta situación no se limita a una etapa inicial de la vida laboral, sino que resulta permanente para una gran parte de trabajadores y trabajadoras.

Así, nos encontramos con un mercado laboral dualizado, dónde hay trabajadores precarios y trabajadores estables y cuya situación no responde a las necesi-



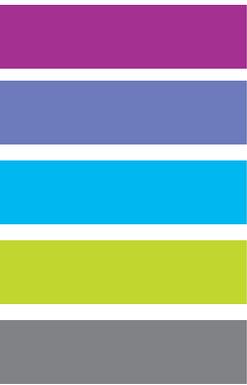
dades del mercado laboral, sino al momento en que empezaron a trabajar. Y si a todo esto le añadimos una regulación laboral, supuestamente, rígida en exceso, nos encontramos con el caldo perfecto para la aparición de un discurso que pretende convertir el conflicto social en conflicto generacional.

Hay que reivindicar los derechos como derechos que son y no como privilegios con los que hay que acabar. Hay que exigir su cumplimiento y ejercicio, así como luchar por la mejora de quienes están en peores condiciones. No vamos a aceptar que la única forma de acabar con la dualidad laboral sea acabar con los derechos laborales, equiparando las condiciones de todos los trabajadores y trabajadoras a la baja, planteando el conflicto allí donde de se encuentra: no entre los explotados, sino entre estos y sus explotadores.

Lo siento mucho por la chica de El Periódico, porque seguro que su situación no debe de ser fácil, pero no puedo estar más en desacuerdo con ella. Y empezando por el principio: yo prefiero hablar de la necesidad de ejercer la “solidaridad intergeneracional”.

**Tania Pérez Díaz**

*Secretaria de Juventud de la C.S. de CCOO*



Informayor

**Asesoramiento**

sobre

**dependencia,  
pensiones  
y protección  
social**



**900 102 305**

Llamada **gratuita**. Laborables de 9 a 14 horas

[informacion@fpj.ccoo.es](mailto:informacion@fpj.ccoo.es)



**CCOO**  
**pensionistas**