

02

2023 • FEBRERO

PENSIONISTAS

Revista de la Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO

• **digital**

CCOO
pensionistas



**DÍA
INTERNACIONAL
DE LAS PERSONAS
MAYORES**

**ACCIONES
FORMATIVAS
ORGANIZADAS
POR LA
FEDERACIÓN**

**OBSERVATORIO
SOCIAL DE
LAS PERSONAS
MAYORES**



PENSIONISTAS

Revista digital

Nº 2. FEBRERO 2023

Edita: Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO.

Realiza: Secretaría Confederal de Comunicación.

Consejo Editorial:

Juan Sepúlveda Muñoz, Manuel Cobo Rubio, Antonia del Castillo Amayas, Isabel Mouriño Armesto, Ana Martínez López, Francesc Josep Bademunt López, Juan Martínez Pérez.

Equipo de Redacción:

Antonia del Castillo Amayas, Julián Gutiérrez del Pozo, J.A. Sánchez Espín, Arturo Peinado, Gloria García, Julio Pinto

Ramírez de Arellano, 19,

1ª planta

28043 Madrid

Teléfono: 91 757 26 20

E-mail:pensionistas@fpj.ccoo.es

www.pensionistas.ccoo.es

La revista de la Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO es una publicación de expresión libre y carácter plural, vehículo del más amplio ejercicio de democracia y participación; respeta las opiniones de sus colaboradores, pero no tiene por qué compartir los puntos de vista manifestados en los artículos firmados que se publiquen.

La revista se reserva el derecho de publicar las colaboraciones.

SUMARIO



04

JORNADA REIVINDICATIVA

DÍA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS MAYORES



09

CURSOS

FORMACIÓN



13

PARA UN ENVEJECIMIENTO ACTIVO

OBSERVATORIO SOCIAL DE LAS PERSONAS MAYORES

LA REVALORIZACIÓN DE LAS PENSIONES

A partir del 1 de enero de 2023, las personas pensionistas hemos experimentado una subida en nuestras pensiones del 8,5%, con respecto a lo que cobrábamos en 2022.

Se cumple así el acuerdo al que llegaron los agentes sociales **CCOO**, UGT, CEOE, CEPYME y el Gobierno de revalorizar las pensiones con la subida media de los precios durante el año 2022, dejando atrás la cláusula que existía en la reforma de pensiones que realizó unilateralmente el gobierno del PP que presidía Mariano Rajoy, por la que solo se revalorizaban las pensiones con el 0,25%, independientemente de la inflación existente al final del año.

Ya no habrá la llamada “paguilla” que se abonaba cuando había un desfase entre la inflación prevista por el Gobierno y la real, cuando esta era superior. La naturaleza del acuerdo de pensiones, por el cual la subida de las pensiones es el resultado de la inflación media del año anterior, no produce ningún desfase en la previsión de inflación y, por lo tanto, no puede haber ninguna paguilla que abonar.

Las dos terceras partes de las pensiones que se cobran en España no están sujetas a tributación en la mo-



JUAN SEPÚLVEDA

Secretario general de la Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO

dalidad de IRPF, por lo que aunque la subida haya sido del 8,5% en las pensiones del régimen general y del 15% las pensiones no contributivas, éstas no se verán afectadas por un aumento de tributación.

Solo el otro tercio de los pensionistas se verá afectado con una mayor tributación como consecuencia de haber superado el tramo en el cual estaban tributando anteriormente, en todo caso, se benefician de una subida importante que compensa la ligera subida de tributación.



día internacional de las personas mayores

SE NECESITA UNA LEY INTEGRAL DE LOS DERECHOS DE LAS PERSONAS MAYORES

■ Con motivo del **DÍA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS MAYORES** -jornada reivindicativa y de lucha, que se conmemora el 1 de octubre-, la **Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO**, volvió a reclamar al Gobierno y al conjunto de las Administraciones y poderes públicos la necesidad de impulsar una **Ley Integral de los Derechos de las Personas Mayores**, así como el desarrollo e implantación de políticas públicas, y con mayor dotación de recursos para la mejora del sistema de salud y dependencia y la financiación de las pensiones públicas.

**mejores salarios,
mejores pensiones:
un reto común**

CCOO recuerda que la pandemia y sus consecuencia nos deben hacer reflexionar sobre la importancia que otorga la sociedad a la salud, a los cuidados, pero también a la vivienda, las relaciones sociales, la precariedad laboral y salarial y la suficiencia económica de las personas mayores, ya que son un elemento central para asegurar la calidad de vida de toda la población.

Las personas mayores, consideradas grupo de riesgo, han sufrido y siguen sufriendo las consecuencias de la pandemia en todos los ámbitos, derivadas del mayor impacto del virus en su salud, pero también de la falta de recursos que las Administraciones Públicas destinan a las políticas públicas de salud, lucha contra la pobreza y las desigualdades sociales, vivienda y dependencia.

Desde la Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO recordamos que los sistemas públicos de salud, dependencia y servicios sociales son esenciales para poder envejecer en condiciones saludables y con autonomía, y dar solución a los retos a los que nos enfrentamos las personas mayores.

En este sentido, venimos insistiendo en la necesidad de:

- ▶ **Cambiar el modelo de residencias, para aumentar el control público y asegurar una mejor gestión de las mismas.**
- ▶ **Visibilizar la aportación de las personas mayores para el avance de la sociedad.**
- ▶ **Mayor dotación de servicios públicos y de calidad, para mejorar el sistema de salud y dependencia.**
- ▶ **Garantizar la sostenibilidad y financiación del sistema público de pensiones.**
- ▶ **El establecimiento de un sistema fiscal progresivo, justo y eficiente.**



El secretario confederal de Políticas Públicas y Protección Social de CCOO, Carlos Bravo, y el secretario general de la Federación de Pensionistas y Jubilados, Juan Sepúlveda, durante la rueda de prensa convocada para presentar las propuestas del sindicato para dar solución a los retos a los que se enfrentan las personas mayores

Como en años anteriores, el 1 de octubre, CCOO organizó en todo el país diferentes actos y concentraciones, en los que se leyó un manifiesto con las principales reivindicaciones del sindicato en defensa de los derechos de las personas mayores



MURCIA



PAÍS VALENCIÀ



CASTILLA-LA MANCHA



MADRID



ARAGÓN



CANTABRIA



SEVILLA



GALICIA



LLEIDA



MÁLAGA

Recuperar los derechos perdidos



■ Tanto en el Día Internacional de las Personas Mayores como desde nuestra acción sindical en el **DÍA A DÍA**, la Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO reclamamos al Gobierno y al conjunto de las Administraciones y poderes públicos:

▲ **Desarrollar políticas públicas en materia de promoción de la salud** para garantizar el envejecimiento activo. Es necesario aumentar el gasto sanitario público y dar más capacidad resolutoria a la Atención Primaria.

▲ **Impulsar la atención domiciliaria a las personas dependientes, así como reforzar las residencias y centros de atención diurnos y nocturnos**, mejorando la atención de las personas mayores, además de la formación y condiciones de trabajo de los profesionales que prestan los servicios.

▲ **Que se recupere en la agenda política la necesidad de impulsar una Ley Integral de los Derechos de las Personas Mayores**, que contemple los ámbitos de salud, vivienda, protección social y económica, la protección jurídica, la cultural o el ocio. Así como la no discriminación por razón de edad o sexo y se garantice la visibilidad y participación de las personas mayores en todos los ámbitos.

▲ **La puesta en marcha del Plan de choque del sistema de dependencia 2021-2023**, suscrito por CCOO, UGT, CEOE, CEPYME y el Ministerio de Derechos Sociales, **incluía un compromiso de aumento de la financiación estatal en 3.600 millones de euros hasta 2023**. Aunque se está cumpliendo el compromiso de financiación para asegurar la mejora de determinados indicadores de calidad del SAAD como la calidad del empleo de los profesionales que prestan los servicios, la reducción de listas de espera, el reconocimiento de servicios profesionales

frente a prestaciones económicas, etc., **no estamos de acuerdo con que el Ministerio no haya vinculado la condicionalidad de esta mejora de financiación.**

▲ **Que se baje el precio de los servicios esenciales y se logre un reparto equilibrado entre todas las rentas**, aprobando medidas eficaces de control de precios e incluyendo a los beneficios empresariales.

▲ **Garantizar pensiones dignas y suficientes.**

▲ **Reclamamos la mejora de las pensiones mínimas, contributivas y no contributivas para combatir la pobreza en este segmento de población.** El colectivo de personas mayores es muy vulnerable a la política de recortes, máxime cuando las pensiones suponen la principal fuente de ingresos en más del 25% de los hogares.

▲ **Revisar los criterios de acceso al bono social térmico** para que cubra a más colectivos en situación de pobreza energética, simplificando la carga burocrática.

▲ **Mejorar la accesibilidad a los hogares.**

▲ **Políticas que saquen del olvido a la España vaciada**, que sufre los efectos de la falta de servicios, el empobrecimiento y abandono institucional.

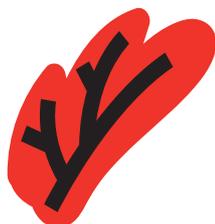
▲ **Asegurar una estructura fiscal progresiva, eficiente y justa, aportando más quien más tiene**, para redistribuir la riqueza y garantizar una mayor cohesión social.

Reconstruir el Estado de bienestar

▲ La transformación digital debe realizarse de forma inclusiva, sin dejar a nadie fuera y especialmente al colectivo de personas mayores.

▲ La necesaria intervención del Gobierno para terminar con la situación de discriminación que sufren las personas mayores en el acceso a los servicios bancarios. No puede ser que quienes menos rentas tienen deban abonar más comisiones bancarias y se grave el carecer de medios tecnológicos o de la capacitación necesaria para operar a través de la banca *on line*.

Si no se tienen en cuenta nuestras propuestas, en el desarrollo de políticas públicas y con una mayor dotación de recursos para la mejora del sistema de salud y dependencia, la financiación de las pensiones y el replanteamiento del sistema productivo y fiscal, los pensionistas y jubilados de CCOO, conjuntamente con la sociedad organizada, nos seguiremos movilizando para conseguirlo.



día
internacional de las
**personas
mayores**

No podemos olvidar que la desigualdad salarial entre hombres y mujeres se refleja claramente en la crecha que existe en las pensiones



CURSOS FORMACIÓN



SISTEMA PÚBLICO DE PENSIONES

El 23 de septiembre del 2022 Carlos Bravo, secretario confederal de Políticas Públicas y Protección Social de CCOO impartió un curso sobre **“Actualidad y funcionamiento del sistema de pensiones”**, organizado por la Federación Estatal de Pensionistas y Jubilados de CCOO.

Un curso con el que, desde la Secretaría de Formación de la Federación, se pretendía situar el acuerdo de pensiones en el contexto del Pacto de Toledo, y que tenía por objetivos:

- Resaltar la importancia de la negociación colectiva en el acuerdo.
- Señalar las aportaciones del acuerdo para la mejora y pervivencia de las pensiones.
- Abrir pistas para la acción sindical en los territorios.

Durante su intervención, Carlos Bravo, subrayó los objetivos de CCOO en esta segunda fase de negociación: Dejar resuelto el grueso de lo que necesita el sistema de pensiones de aquí a mediados de siglo. “ En la primera ‘pata’ de la reforma, en 2021, firmamos un gran acuerdo de separación de fuentes de financiación de la Seguridad Social. Hemos derogado la lesiva reforma de 2013 y actuado sobre todas las modalidades de jubilación distintas de la ordinaria, menos la parcial. Ahora nuestro objetivo es reforzar la estructura de ingresos del sistema, y para eso queremos aumentar las bases máximas de cotización y actuar en relación con la pensión máxima, con una fórmula que siga siendo beneficiosa para el sistema”, advirtió.

Explicó que la proyectada subida de las bases máximas de cotización, junto con la ya aprobada reforma del RETA (que entró en vigor en 2023 y obliga a los autónomos a cotizar por ingresos reales), reforzará la equidad del sistema de pensiones. “Es más justo que todo el mundo cotice y tribute por sus ingresos reales y reciba una pensión en relación a su esfuerzo y, por tanto, mejor que la que tiene actualmente”.

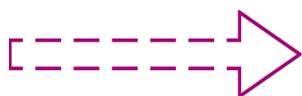


El secretario confederal de Políticas Públicas y Protección Social de CCOO siguió defendiendo que es preciso reforzar la estructura de ingresos para mantener y preservar un sistema de pensiones comparable para generaciones que son muy distintas, porque vamos a tener que proteger a un 50% más de población pensionista en 25 años.

Dejó muy claro que desde CCOO no va a negociar a través de los medios de comunicación. Esta es una de las cuestiones que le reprochamos al ministro Escrivá, esos “globos sonda” que lanza para ver cómo reaccionamos.

Por su parte, el secretario General de la Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO, Juan Sepúlveda Muñoz, subrayó durante la clausura del curso, que “en la actualidad no hay conflicto intergeneracional, lo que provocaba un conflicto intergeneracional brutal era la reforma de 2013, que hemos derogado, porque suponía una reducción enorme de las pensiones de los jóvenes, y de los mayores”

“Los jóvenes tienen que tener confianza absoluta en que van a tener un sistema de pensiones comparable al que contribuyen a financiar”.



CURSOS FORMACIÓN

Sistema de la dependencia problemas y prioridades

Oganizado por la Federación Estatal de Pensionistas y Jubilados de CCOO se impartió el **curso sobre el sistema de la dependencia problemas y prioridades**, a cargo de Enrique Martín Serrano, adjunto a la Secretaría Confederal de Políticas Públicas y Protección Social de CCOO. Durante la apertura intervinieron por parte de la Federación, Antonia del Castillo Amayas, secretaria de Formación, y Rogelio García Sánchez, adjunto a esta Secretaria.

Enrique Martín destacó que el acuerdo de diálogo social para la puesta en marcha del plan de choque de la dependencia ha tenido como primer resultado la recuperación de la financiación estatal concretada en una transferencia adicional de 3.600 millones de euros entre 2021 y 2023, que debe condicionarse al cumplimiento de determinados objetivos relacionados con la calidad de la atención tales como, entre otros muchos, la prestación de servicios profesionales y la calidad del empleo de las personas trabajadoras que los prestan.

En este sentido, explico el riesgo que se deriva en varios territorios en relación a la excesiva utilización de la prestación económica de cuidado familiar y el más recientemente registrado aumento de la prestación vinculada a un servicio, que en la mayoría de ocasiones supone la obligación de asumir un copago familiar adicional.

El ponente animo a seguir peleando por conseguir mejores servicios de ayuda a domicilio, por rebajar la lista de espera y por una jurisdicción social para resolver los conflictos que



en esta materia pueden plantear las personas beneficiarias frente a las administraciones que son competentes.

Clausuró el curso en secretario General de la Federación Estatal, Juan Sepúlveda Muñoz.

La alimentación en las personas mayores, y la identificación del etiquetado de los alimentos

La Federación de Pensionistas ha impartido un curso sobre **“La Alimentación en las personas mayores, y la identificación del etiquetado de los alimentos”**, con el gerontólogo Miguel Anxo Álvarez como ponente.

En su intervención destacó la importancia del envejecimiento ac-

tivo y para conseguirlo la alimentación es una pieza fundamental.

“Tener una edad avanzada no es una excusa para comer mal, ni tampoco los problemas de salud que pueden afectar negativamente a la forma de alimentarse, pues siempre hay alternativas para llevar una dieta sana”.

Hacer una dieta variada y equilibrada es importante a cualquier edad, para vivir bien durante el mayor tiempo posible, con calidad y con mayor autonomía, y siempre procurando que las comidas sigan siendo un placer y no un castigo o una obligación.

Sin embargo, numerosos estudios demues-



Enlace al curso:

<https://www.youtube.com/watch?v=etBWxRY30xg&t=375s>

Enlace al Libro: “La Alimentación en las personas mayores”: <https://pensionistas.ccoo.es/59798ecd46deacbb27293b65f76d44dc000059.pdf>

CURSOS FORMACIÓN



tran que un gran porcentaje de las personas mayores no se alimentan bien. Las razones pueden ser muy variadas: Soledad, problemas de dentición o movilidad, dolores articulares, disminución del sentido del gusto, recursos económicos reducidos, etc.

Una alimentación desequilibrada puede tener efectos muy dañinos sobre la salud: Menor resistencia a las infecciones, recuperación más

lenta después de una enfermedad, fatiga crónica anormal, deshidratación, bajadas de tensión, problemas cardíacos, etc.

Después de esta exposición, se paso a las preguntas de los asistentes, que fueron contestadas por el gerontólogo.

El curso, que fue clausurado por el secretario general de Pensionistas y Jubilados de CCOO, Juan Sepúl-



veda Muñoz, pudo seguirse en directo, a través del **Canal de YouTube** de la Federación Estatal de Pensionistas de CCOO.

Fomento de la memoria para un envejecimiento activo

Dentro de los cursos organizados por la Federación Estatal de Pensionistas y Jubilados de CCOO, se ha impartido una formación sobre **“Fomento de la Memoria para un envejecimiento activo”**, con el gerontólogo Miguel Anxo Álvarez. La apertura corrió a cargo de Antonia del Castillo Amayas, Secretaria de Formación de la Federación Estatal y de Rogelio García Sánchez, adjunto a esta Secretaría.



Enlace al curso: <https://www.youtube.com/watch?v=5jDsfKUE1xw&t=2093s>

Enlace al libro *La Memoria de las personas Mayores. Qué hacer para mejorarla*: <https://pensionistas.ccoo.es/fe8ec6cc80079586f63056b5c2fa120a000059.pdf>

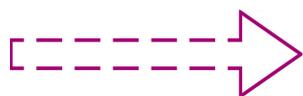
Enlace al Cuaderno para entrenar la Memoria: <https://pensionistas.ccoo.es/19f1ffe9d5193d60e760ccc138047e88000059.pdf>

Miguel Anxo explico que la memoria es la capacidad de registrar, retener y recordar. No nacemos con buena o mala memoria, podemos aprender a mejorar nuestra memoria. Puede que nos sigamos preguntando por qué debemos esforzarnos por mejorar nuestra memoria, la respuesta es clara: La memoria nos ayuda a ser nosotros mismos y a manejarnos en la vida diaria. Nos proporciona calidad de vida e independencia.

La mejora de la calidad de vida de los mayores es una preocupación cada vez más importante para nuestra sociedad.

Las instituciones internacionales que se dedican a tratar los temas de salud, especialmente la Organización Mundial de la Salud, diversas instancias de la Unión Europea, y los organismos nacionales y locales, están promoviendo programas para trabajar en la atención a los mayores. Esta atención debe dirigirse no sólo al tratamiento de sus enfermedades, sino también a la prevención de estas enfermedades y a la promoción de la salud.

La pérdida de la memoria implica, en mayor o menor medida, la negación de este



amplio abanico de oportunidades para el desenvolvimiento individual, un lastre a la autorrealización personal y a las garantías de bienestar vital. Esta realidad, dramáticamente compartida por muchas personas de edad avanzada permanece, en muchas ocasiones, latente y oculta en el silencio de la intimidad personal y familiar.

Conviene puntualizar que, la mayoría de las veces, estas pérdidas se producen por ignorancia y por errores de concepto al atribuir las pérdidas de memoria al paso del tiempo o a considerar que el envejecimiento normal origina estas deficiencias.

Dirigir la mirada y ocuparnos de estos fenómenos significa emprender un camino que entiende el envejecimiento como un proceso y no como un estado. El diseño de acciones de sensibilización social en este campo, la planificación de políticas públicas coherentes y el impulso de los estudios que incidan en la complejidad de los aspectos biológicos, psicológicos, sociales y culturales que entran en juego son algunos de los marcos de acción que es preciso impulsar.

Esta obra constituye una herramienta activa de avance en esta línea, apostando por el bienestar y la promoción del desenvolvimiento integral de las personas mayores. Una ventana abierta al conocimiento de una problemática sobre la que no puede haber más grietas y lagunas de olvido.

El curso, clausurado por el secretario general de Pensionistas y Jubilados de CCOO, Juan Sepúlveda Muñoz, pudo seguirse en directo, a través del **Canal de YouTube** de la Federación Estatal de Pensionistas de CCOO.



ENVEJECIMIENTO ACTIVO

El gerontólogo Miguel Anxo se centró en el contenido del contenido del libro “La Memoria de las personas Mayores. Qué hacer para mejorarla”:

- El estudio de la memoria a través del tiempo.
- El envejecimiento
- La memoria y el cerebro
- Concepto, modelos y tipos de memoria.
- Trastornos de memoria.
- El entrenamiento de la memoria.
- Justificación de la intervención en cuestiones de memoria.
- Aportaciones y propuestas para mejorar la memoria.
- Material de trabajo para el usuario.
- Ejercicios y materiales para el entrenamiento de la memoria.



También explico que el objetivo principal de la obra es proporcionar los conocimientos y destrezas necesarias, tanto por el usuario como por sus familiares y cuidadores, en cuestiones de memoria y aprendizaje, para contribuir al envejecimiento activo, mejorar la calidad de vida y mantener la capacidad funcional .



OS 2022



OBSERVATORIO SOCIAL DE LAS PERSONAS MAYORES

PARA UN ENVEJECIMIENTO ACTIVO

Un año más, CCOO ha presentado el **“Observatorio social de las personas mayores 2022, para un envejecimiento activo”**, realizado por la Fundación 1º de Mayo, en colaboración con la Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO. El objetivo de dicho observatorio es examinar las condiciones de vida y los recursos destinados a las personas mayores, revisando sus necesidades y los retos futuros.

En esta edición se analizan los efectos de la subida desorbitada de los precios en las condiciones de vida de pensionistas y jubilados, así como la situación de los servicios sociales y la atención a la dependencia, elementos esenciales para envejecer en condiciones saludables y con autonomía.

Se aborda también la situación de las pensiones mostrando, entre otros aspectos, las brechas existentes entre hombres y mujeres.

Los datos recogidos en el observatorio ponen de manifiesto la necesidad de seguir luchando por mejorar las condiciones de vida, salud y el poder adquisitivo de las personas mayores, especialmente de las mujeres, que viven una situación aun más precaria que los hombres.

Además, es importante terminar con la brecha digital, implementando cursos de formación gratuitos dirigidos a este sector de la población así como mejorar el sistema público de pensiones y el acceso a la sanidad pública para mejorar la calidad de vida de este colectivo.

El refuerzo y mejora de las políticas públicas y de protección social constituye la principal herramienta para asegurar una vida de calidad para todas las personas, siendo especialmente relevantes en el caso de las personas mayores, que han sido centrales en el contexto de la pandemia de la Covid-19.



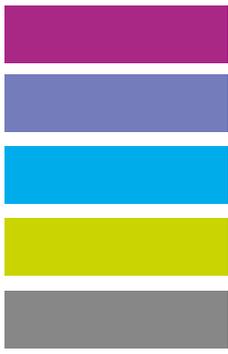
La presentación del *“Observatorio social de las personas mayores 2022”* contó con la participación del secretario confederal de Políticas Públicas y Protección Social Carlos Bravo, el director de Estudios de la Fundación 1º de Mayo, Pedro J. Linares, y el secretario general de la Federación de Pensionistas y Jubilados de CCOO, Juan Sepúlveda

Rueda de prensa de presentación del Observatorio:

<https://www.youtube.com/watch?v=8cDgaD0HK2k>

Enlace al Observatorio Social de las personas mayores 2022:

<https://pensionistas.ccoo.es/8e7ff13814350df7c005ed9ed385cda3000059.pdf>



Informayor

Asesoramiento sobre dependencia, pensiones y protección social



900 102 305

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

informacion@fpj.ccoo.es



pensionistas