



## PREMIOS TOMÁS BELZUNEGUI 2024

**Hierba de otoño.** José Augusto Blanco Redondo.  
Premio: Modalidad Relato corto.

**El programa, la carpa y otras cosas de fiestas.**  
Fernando Juan Lezaun Larumbe.  
Premio: Modalidad Senior.

**Recuerdos de infancia.**  
M<sup>a</sup> Cruz Ibáñez Garde. Accésit: Modalidad Senior.

**Los recuerdos.**  
Miley Tatiana Coello. Premio: Modalidad ESO.

**La carta olvidada.**  
Anne Cusnir Negrei. Accésit: Modalidad ESO.

**Más cerca de lo que crees.**  
Elia Mendinueta Olave.  
Premio: Modalidad Intergeneracional.

### NOTICIAS

Premios Tomás Belzunegui concedidos.

**Edita**

**SOCIEDAD NAVARRA  
DE GERIATRÍA Y GERONTOLOGÍA**

**Dirección**

**Sagrario Anaut**

**Comité de redacción**

**Francisco Javier Alonso  
Juana M<sup>a</sup> Caballín  
Leyre Elizari  
Juan Jerez  
Cristina Lopes  
Camino Oslé  
Concepción Molina  
M<sup>a</sup> Luz Vicondoa**

**ISSN**

**ISSN 2659-7284**

**Depósito legal**

**NA 1839- 1994**

**Diseño y maquetación**

**iLUNE.com**

# SUMARIO

## PRESENTACIÓN

---

Cuadernos Gerontológicos y el Premio Tomás Belzunegui. Juan Jerez Bernabeu.	4
--	---

## PREMIOS TOMÁS BELZUNEGUI

---

Presentación de la Modalidad: Relato corto abierto. Dolores López. Hierba de otoño. José Augusto Blanco Redondo. Premio: Modalidad Relato corto.	7
--	---

Presentación de la Modalidad: Senior. Dolores López. El programa, la carpa y otras cosas de fiestas. Fernando Juan Lezaun Larumbe. Premio: Modalidad Senior. Recuerdos de infancia. M <sup>a</sup> Cruz Ibáñez Garde. Accésit: Modalidad Senior.	11
--	----

Presentación de la Modalidad: Educación Secundaria Obligatoria-ESO. Dolores López. Los recuerdos. Miley Tatiana Coello. Premio: Modalidad ESO. La carta olvidada. Anne Cusnir Negrei. Accésit: Modalidad ESO.	19
--	----

Presentación de la Modalidad: Intergeneracional. Dolores López. Más cerca de lo que crees. Elia Mendinueta Olave. Premio: Modalidad Intergeneracional.	24
--	----

## NOTICIAS

---

Premios Tomás Belzunegui concedidos.	28
--------------------------------------	----



# Presentación

## CUADERNOS GERONTOLÓGICOS Y EL PREMIO TOMÁS BELZUNEGUI

**Juan Francisco Jerez Bernabeu**

Este número de Cuadernos Gerontológicos será editado ya en el año 2025, precisamente el año en que celebramos el 25 aniversario/convocatoria del Premio Tomás Belzunegui. Un acuerdo entre la Sociedad Navarra de Geriátrica y Gerontología y la Asociación de Periodistas de Navarra dio paso, con la primera convocatoria 1999-2000, a un Concurso Literario que tuviese como tema a las personas mayores. En este número recogemos los premios concedidos en la convocatoria del año 2024. Desde aquí reiteramos nuestra felicitación a quienes han recibido el premio o el accésit, y nuestro agradecimiento a todas las demás personas que presentaron sus trabajos a concurso y a las entidades colaboradoras.

En estas páginas pretendo hacer una breve reflexión sobre la evolución de la percepción de la imagen de las personas mayores, no solo a través de los escritos literarios, memorias o trabajos académicos, sino también desde mi visión de trabajador social gerontólogo que ha estado en la organización del Premio casi desde las primeras convocatorias.

El Premio Tomás Belzunegui desea incentivar la producción literaria entre los adolescentes y la población en general dejando, intencionadamente, un hueco para la producción literaria de las personas mayores de Navarra. También se ha intentado incentivar, con el reconocimiento y los galardones, a las actividades intergeneracionales y a las publicaciones que tratasen sobre las personas mayores en los medios escritos. En un momento dado, también, se ha reconocido la producción audiovisual y, desde hace varias convocatorias, se ha reconocido aquellos trabajos universitarios de fin de grado, fin de master o Tesis de Doctorado, que tratasen el fenómeno del envejecimiento. Se podría sospechar que la motivación de autores y entidades para participar en este Certamen fuese por la obtención de un premio en metálico, diploma o reconocimiento, legítima aspiración de quien se lanza a concursar. Sin embargo, el Jurado del Premio siempre ha tenido la sensación de encontrarse ante historias personales, actividades y estudios, donde las personas mayores eran protagonistas, valorando aquellos ejemplos que dejasen claro el rechazo a los prejuicios y estereotipos sobre las personas mayores; este ha sido el objetivo fundamental del Premio Tomás Belzunegui.

Personas de renombre literario y cultural como el catedrático Tomás Yerro y el profesor Salvador Gutiérrez, de Bilaketa, velaron por reconocer también la calidad literaria de los trabajos presentados, ayudando al Jurado a completar sus valoraciones socio-gerontológicas.

El Premio Tomás Belzunegui es un Premio modesto, en currículo, presupuesto y universo, pero ha servido para unir sinergias entre diferentes profesionales y entidades colaboradoras y ha tenido la suficiente fortaleza y visibilidad para llegar a las puertas de su 25 aniversario. Los galardones se han quedado mayoritariamente en Navarra, pero también han ido a parar a diferentes puntos de la geografía española. Han llegado algunas colaboraciones procedentes del resto de Europa y América, aunque no hayan sido premiadas. No sé si habremos conseguido cambiar la percepción que la sociedad tiene de las personas mayores, ¡qué pretensión!, pero sí hemos contribuido a que un nutrido grupo de amables concursantes se preguntasen sobre las personas mayores y nos lo contasen.



Temas como la imagen de las personas mayores, la relaciones y actividades intergeneracionales, los nuevos roles de las personas jubiladas, las artesanías populares en manos de mayores, la autoestima, los procesos de envejecimiento, etc., han ido apareciendo en los relatos enviados a concurso, pero somos conscientes que son temas que siguen abiertos. De igual forma, sigue abierto el tema del contexto intergeneracional, en el que se desenvuelve la sociedad, tema que siempre hemos querido observar en los relatos, actividades y estudios que se han presentado al Premio. Es algo que parece interesante que siga siendo motivo de análisis y fina observación, no solo por los profesionales de la gerontología, sino también por los propios protagonistas del envejecimiento y de la nueva longevidad. La imagen que la sociedad tiene de las personas mayores y la imagen que las personas mayores proyectan de sí mismas, es algo que no se resuelve con un Premio Literario, aunque hayamos formado parte de ese escenario, como testigos.

A lo largo de las historias y actividades intergeneracionales, en no pocos trabajos presentados, ha predominado la abuelidad, lo que supone una relación entre generaciones muy jóvenes y otras muy mayores. Pero también se ha visto reflejado el empoderamiento de personas mayores que han tomado las riendas de sí mismas después de su vida laboral y otros que han sabido transmitir, a las siguientes generaciones, sus conocimientos y profesiones, o han estado trabajando juntos varias generaciones en los mismos escenarios socio-laborales-culturales. Es un tema apasionante, porque nos va mucho en ello. Será motivo de estudios el próximo escenario, si no estamos ya en él, de la convivencia intergeneracional, lo que ya alguien ha llamado, el nuevo contrato social entre generaciones y que se traslada también al mundo laboral.

De aquel escenario, que se vislumbraba hace años, de unas personas mayores jugando a las cartas (ejercicio que ayuda a estimular la memoria), en clubes de jubilados durante horas interminables, imagen no del todo real, injusta y algo estereotipada en algunos momentos, hemos pasado a encontrarnos con colectivos de personas mayores matriculados en estudios universitarios, asociados en entidades y/o cooperativas de intereses comunes, como la vivienda, los viajes, la cultura. Es un camino que ya estamos recorriendo, que es real y que responde mejor a la heterogeneidad de las personas mayores. Podemos observar un cierto resurgir del movimiento senior en el mundo laboral y, como no podía faltar, un desarrollo de la “economía plateada” entorno al consumo de servicios pensados para las personas mayores.

También quedan abiertos otros temas, como la soledad y las personas cuidadas y que cuidan (profesionales o no), en los que la imagen de las personas mayores y sus cuidadores, deberían mostrarnos sus capacidades, sus derechos y la dignidad de sus vidas. Muchas de las colaboraciones recibidas, tanto en relatos como en actividades, hacen referencia al mundo de los cuidados.

Así, seguiremos preguntándonos, ¿cuánto de todo esto está libre de edadismo o de estereotipos o prejuicios? No se trata sólo de cambiar de escenario, se trata de resaltar quién es el protagonista de la obra, con sus derechos, obligaciones y su dignidad.

Ojalá existan muchos más Premios Tomás Belzunegui que sepan reconocer estos nuevos escenarios y premiar a quienes los pongan en valor utilizando las nuevas tecnologías de la comunicación, etc.

Queda claro que el Premio Tomás Belzunegui, no es el laboratorio de ninguna patente ni el escenario de ninguna opera prima, sólo ha pretendido reconocer, premiar, a quienes nos han querido contar cómo se ven o ven a las personas mayores, en un contexto intergeneracional,



sin prejuicios ni estereotipos, libre de edadismos. El Premio, preferentemente, ha dado por supuesto que el marco de la literatura es un arte amable para contar las cosas, pero también ha echado mano del audiovisual, las actividades intergeneracionales y los estudios universitarios.

Cuadernos Gerontológicos, en su línea de recoger y dar visibilidad, en cada convocatoria del Premio, los trabajos que fueron galardonados, realizará un seguimiento de la conmemoración del 25 aniversario del Premio Tomás Belzunegui. Además del acto solemne de la entrega de los galardones, dará cuenta de las principales actividades que se desarrollen durante este año y que ya se encuentran en fase de organización.

Como adelanto, diré que en el mes de mayo celebraremos un conversatorio sobre el resignificado de la vejez. En él, participarán varios profesionales del mundo de la gerontología, con presencia de una psicóloga experta en actividades intergeneracionales, una directora productora de trabajos audiovisuales, dos periodistas y un trabajador social.

En el mes de junio, organizaremos un ciclo de cine en colaboración con la Filmoteca de Navarra, Se visionarán tres películas que hagan referencia a las personas mayores, desde diferentes ópticas, seguidas de su respectivo cinefórum o tertulia.

En el mes de noviembre, como es habitual, tendremos el acto de entrega de los premios de la 25 convocatoria, al que invitaremos a algunas de las personas que fueron premiadas anteriormente, para que ellos entreguen algunos de los galardones a los nuevos premiados. Igualmente, invitaremos a los iniciadores del Premio, representantes de la Sociedad Navarra de Geriátrica y Gerontología y de la Asociación de Periodistas de Navarra, así como a las entidades colaboradoras.

Desde la organización del Premio Tomás Belzunegui deseamos que la revista Cuadernos Gerontológicos siga siendo una ventana abierta para dar visibilidad a la realidad de las personas mayores en esta sociedad tan cambiante y llena de retos socio culturales.

Ahora les dejo con la lectura de las obras premiadas. ¡Disfruten de ellas!



# Premios Tomás Belzunegui

## Presentación de la Modalidad: Relato corto abierto

Dolores López



El premio en la modalidad de relato corto el jurado lo concede por unanimidad al trabajo titulado Hierba de otoño presentado por D. José Augusto Blanco. Este texto es, siendo en prosa, de una belleza poética. Cuenta la historia de Ginés y Cándida. Cándida, siempre presente, a pesar de la soledad en los paseos, a pesar de la ausencia del adiós, a pesar de la superación del duelo, a pesar del tiempo y del espacio. El jurado pone en valor la riqueza plástica en la recreación de los sentimientos y pensamientos del protagonista y también en la recreación de los ambientes, especialmente, aunque no sólo, el entorno natural. Leyendo el texto se siente, se escucha y se huele el otoño. El estilo evocador, sugerente, intimista y minucioso, que se recrea en los pequeños detalles, traslada al lector al mundo de Ginés. El jurado valora también los mensajes que la historia transmite: la belleza de envejecer juntos, la importancia del amor compartido,

de los detalles, pero también la dureza de la vida, de la soledad, y la esperanza y fuerza para afrontar un hoy diferente.

Se ha otorgado un accésit al texto titulado La loca de Chaillot escrito por José Ignacio Tamayo Pérez. El autor, en un guiño a la comedia de Jean Giraudoux, a la condesa Aurelia y a la ciudad de París, denomina su obra la loca de Chaillot. La protagonista de este relato, Aurelia, es una mujer anciana sin techo que de tiempo en tiempo se acerca al bar del narrador de la historia. El jurado ha valorado en este relato no sólo su valor literario, sino también la relación entrañable que se establece entre los dos protagonistas, un vínculo tejido con empatía, delicadeza y gratitud. En el mundo complejo e individualista en el que vivimos es necesario redescubrir la fuerza de la solidaridad y del apoyo en momentos de adversidad. Por decisión de su autor, no se publica.

## HIERBA DE OTOÑO

**José Augusto Blanco Redondo**

Premio: Modalidad Relato corto

*"Mira..  
un lento rincón de hojas amarillas..."*

*Manuel Juliá*

Una mesa de aluminio y una silla del mismo metal. Ginés lame sus pulgares, cierra el papel sobre las hebras y, mientras sostiene el pitillo entre los labios, arrastra hacia la petaca el tabaco caído sobre la mesa. Luego vierte una copa de brandy en el vaso que alberga el café, añade el azúcar y remueve aquella mezcla, lentamente. Es entonces cuando levanta la mirada hacia el ajeteo de la calle y comienza su liturgia, con parsimonia, el viejo chisquero de latón, la rueda que incide sobre la piedra, la chispa que prende la mecha anaranjada, la lumbre que abrasa el extremo del cigarrillo, las mejillas de Ginés que se hunden al aspirar aquel humo primerizo cargado de nicotina y alquitrán. Y las volutas densas, ovaladas, casi perfectas que forma el anciano al ondular los labios mientras exhala, despacio, aquella humareda desde lo hondo del pecho. El día ha comenzado. Pero hoy no será como los del último año.

.....

Ginés madrugó. Quería ser el primero en llegar a la alameda. No le importaba que aún no hubiera amanecido. Terminaba noviembre en la ribera, las hojas de los chopos morían en amarillo y estos árboles se despertaban casi desnudos, apenas unas cuantas hojas en las ramas más bajas, hojas que vibraban bajo el viento como las alas ocres

de las mariposas y con el mismo sonido de las páginas de un libro cerrado al ser recorridas con la premura de los dedos. Sólo aquel rumor de ramas y hojas hería el silencio de unos ribazos que parecían dormidos de umbría y soledad. Hasta que el anciano escuchó el prematuro reclamo del mirlo, un sonido ascendente, melódico que hizo que Ginés arrojara su mirada hacia las zarzas. Luego, casi al unísono, cantó el zorzal y también el petirrojo desprendió su gorjeo apresurado, breve, como agua tibia al caer sobre la nieve. El acentor, desde lo alto del tronco muerto de un olmo, quebró aquel crepúsculo con aquel arpegio de alambres arañando la pulida superficie de un cristal.

Las nubes se agarraban con el color del plomo a la cima de los cerros y el frío tejía levísimos encajes de escarcha sobre una hierba nutrida de verde por las primeras, intensas, lluvias del otoño. El anciano recorrió cada uno de los chopos, despacio, rodeando toda la circunferencia de sus troncos, retirando la maleza, levantando las piedras que se arriaban a los árboles, hurgando en los huecos de las raíces y en los pliegues de la corteza, escrutando en el interior de los tocones y en los aledaños de los ejemplares ya corrompidos que el temporal derribó hacía apenas un par de años. Colmó su cesta de mimbre en una hora y media. Le encantaban las se-





tas de chopo, desde niño, no había ningún manjar silvestre que pudiera compararse con ellas, ni los niscalos, ni los espárragos, ni las setas de cardo, tampoco los champiñones ni aquellas setas que llamaban de pie azul, deliciosas cuando se cocinaban, pero que dañaban los entresijos del cuerpo si se consumían crudas.

Las setas de chopo se amalgamaban en ramilletes de apetecible apariencia, pero Ginés, sabiduría tallada con los trámites virtuosos de la experiencia, recolectaba sólo la parte más tierna, la de los sombrerillos. Y luego Cándida, su mujer, los cocinaba a la plancha o revueltos con huevo, ajo y perejil. Le encantaba su sabor a avellanas o a nueces o a almendras. Le gustaba su textura suave, su ligero aroma a vinagre de vino blanco, el color del cobre que adquirían tras su arrebatada estancia en la sartén.

Tras abandonar, a media mañana, una alameda convertida ya en trajín de currucas, jilgueros, zorzales, carboneros y gorriones, Ginés regresó a casa con cierta prisa, ansioso escuchar las alabanzas de Cándida ante aquella cesta de mimbre colmada de tiernas setas de chopo, ansiando contemplar cómo ella las cepillaba con cuidado y las recostaba sobre una sartén restregada con aceite virgen de oliva. Luego, sólo el calor, el tiempo

y una pizca de sal pergeñarían un festín humilde y delicioso, un soberbio plato de setas a la plancha acompañado de una copa de tinto joven. Nada más se podía pedir, de eso estaba seguro.

El anciano atravesó el zaguán, se cambió las botas por unas zapatillas de felpa y entró en la casa mientras canturreaba el nombre de su mujer. No recibió respuesta. Un aire helado se entreveró con la penumbra al acceder a su alcoba. Cándida yacía sobre la cama, inmóvil, la mano derecha sobre su costado izquierdo, una mueca extraña desviando sus labios, los párpados abiertos y las pupilas agrisadas, incapaces ya de contemplar toda la angustia que dislocaba la mirada de Ginés.

.....

Amanece. Ginés sale de casa, al fin. Lleva doce meses metido allí, entre esas cuatro paredes de tapial, sin hablar con nadie, sin pasear, pensando sólo en su desgracia. Acude a la terraza del bar, ya casi ni le recuerdan ¡hombre, Ginés! ¿tú por aquí? ¿cuánto tiempo? ¿te sirvo lo de siempre? El anciano asiente y se acomoda en la silla de aluminio, junto a la mesa del mismo metal. Comienza, muy despacio, aquella liturgia que creía olvidada. Lame sus pulgares,

cierra el papel sobre las hebras y, mientras sostiene el pitillo entre los labios, arrastra hacia la petaca el tabaco caído sobre la mesa. Pero ahora, aunque vierte la copa de brandy en el vaso que alberga el café, lo retira con cuidado, ha decidido abandonar el alcohol. Es lo mejor para él, Cándida estaría orgullosa de su determinación. Es entonces cuando levanta la mirada hacia el ajeteo de la calle y toma, con parsimonia, su viejo chisquero de latón. La rueda que incide sobre la piedra, la chispa que prende la mecha anaranjada, la lumbre que abrasa el extremo del cigarrillo, las mejillas de Ginés que se hunden al aspirar aquel humo primerizo cargado de nicotina y alquitrán. Y las volutas densas, ovaladas, casi perfectas que forma el anciano al ondular los labios mientras exhala, despacio, aquella humareda desde lo hondo del pecho. Quizá sea su último cigarrillo. Cree que también debería dejar de fumar, a Cándida también le gustaría que así fuera. El día ha comenzado. Pero hoy no será como los del último año.

Doce meses de melancolía, de tristeza, de recuerdos empañados en el viejo vidrio de la memoria. El especialista en salud mental le ha prescrito, al fin, un tratamiento que parece funcionar. La depresión es una enfermedad muy seria, insoportable, a menudo incomprendida. Un mal que arrasa con la mente y convierte el cuerpo en un derrubio de solo carne, huesos, pellejo y coyunturas. Sí, a punto estuvo de poner fin a sus días, la tentación de ahorcarse en la rama de un olivo le rondó durante semanas. Pero todo eso ya pasó. La muerte de Cándida la lleva recogida en un esquinazo del alma, allí donde confluyen la pena, la resignación y algunas, pocas, esquirlas de esperanza.

Deja unas monedas sobre la mesa de aluminio y, ya con las botas puestas y su cesta de mimbre en la mano, acude a la ribera. La hierba, nutrida por las lluvias de noviembre, verdea junto a la zarzamora. El mirlo gorjea su melodía ascendente mientras el acentor, recién llegado de las llanuras de Centroeuropa y desde lo alto del tronco muerto de un olmo, quiebra la mañana con ese arpegio de alambres arañando la pulida superficie de un cristal.

Dos horas son suficientes para que Ginés colme la cesta con las setas más tiernas. Dos horas de rumores de aire entre las ramas de los chopos, entre aquellas hojas

que vuelven, con el frío de los días breves, a fallecer en amarillo, a morir en esa metáfora de lo que siempre retorna, de lo que siempre reverdece con la templanza del mes de abril, sí, las hojas de los chopos siempre lo hacen y Ginés lo sabe, reverdecer, retoñar, entregar su ilusión a las soleadas mañanas de la primavera. Es lo que debe hacer, lo que Cándida querría que él hiciera ahora, lo que hará, sin duda, a partir de este mismo momento, desde el instante en que aquellas setas reposen sobre un lecho de aceite de oliva virgen, y se arrebaten del tiempo y del calor necesarios para que, de súbito, despierten la sublime epifanía de los sentidos —sabor a frutos secos, textura suave, color del cobre y leves aromas a vinagre de vino blanco— y conforten de buenos augurios el corazón del anciano.

Ginés sonríe ahora. Un trajín de currucas, jilgueros, zorzales, carboneros y gorriones se entrevera con el viento del fin del otoño, muy cerca, entre la escarcha desleída, en los tocones de los chopos, bajo aquellas nubes del color del plomo. Sobre el olor a tierra mojada y el verdear de la hierba en la alameda.

## Presentación de la Modalidad: Senior

Dolores López

El premio en la modalidad Senior se concede al relato titulado El programa, la carpa y otras cosas de fiesta, escrito por Fernando Juan Lezaun. Esta historia costumbrista, divertida y socarrona transcurre en un pueblo riojano durante la época estival y en el marco de las fiestas patronales. El protagonista es una persona mayor campechana con una vida activa y animada que tan pronto está con sus quintos contemplando el montaje de la carpa, como navegando por internet y comprando por Amazon, escuchando y criticando a los políticos de turno, o tarareando canciones de Carlos Gardel. El jurado valora el ritmo de la historia, su estilo literario, la fuerza del personaje y los valores que transmite como las virtualidades excepcionales de la amistad y la positividad para tener una vida dichosa; y la importancia que en esta dicha tiene el sentido del humor, ser activo, y valorar lo cotidiano y pequeño de cada día.

Se ha decidido conceder un accésit al texto titulado Recuerdos de infancia escrito por M<sup>a</sup> Cruz Ibáñez Garde. Esta historia es un viaje a tiempos pasados, los recuerdos de una abuela pensando sobre la suya, memorias que todavía guardan tantas personas mayores. Su lectura evocadora muestra cuánto ha cambiado la vida, las costumbres, los juegos, las tareas, las prioridades, los modos de hacer familia, de vivir la infancia, de relacionarse entre las personas. ¡Cuánto ha cambiado todo! El jurado valora, especialmente, la capacidad de mostrar de manera tan nítida y detallista el mundo de antaño. Asimismo, el relato pone en valor la “abuelidad” y la fuerza de este vínculo para crecer en felicidad. Como dice el refrán popular: Quien no sabe de abuelo, no sabe de bueno.

## EL PROGRAMA, LA CARPA Y OTRAS COSAS DE FIESTAS

**Fernando Juan Lezaun Larumbe**

Premio: Modalidad Senior

¡Una carpa! Este año iban a montar una carpa en la plaza de las eras. Un secreto a voces que por fin hacía público el programa de fiestas que nos dejaron en el buzón.

- “Nos apuntamos a todas las comidas, paso de cocinar estas fiestas”, le había propuesto a mi mujer nada más descubrir la extensa oferta gastronómica.

- “¡Vale!, pero por la noche yo me retiro que ya no estamos para tanto trote”, puntualizó ella, siempre tan prudente en eso del salir.

El plato fuerte de las fiestas son los disfraces que han terminado por convertirse en tradición y este año subían definitivamente el nivel. Resulta que las eras iban a convertirse por un día entero en escenario del “Far West” y la carpa en un auténtico “saloom”, decía el programa. “No olvides ponerte tu sombrero de cowboy o tus plumas de indio. ¡Habrà premio al mejor disfraz!”, añadía.

Los esfuerzos en el terreno de la diversión por parte de quienes gestionan la cosa pública municipal son desde luego elogiables y parece no haber límite de eventos siempre que lo soporte el presupuesto. Los mayores echamos en falta, eso sí, alguna orquesta en vez de tanto DJ, pero hay que adaptarse, porque la música enlatada es lo que se lleva ahora.

La víspera de fiestas, por la mañana, se presentaron en el pueblo unos señores, preguntaron por el concejal de festejos y se pusieron a montar la carpa en la plaza. Habían ve-

nido de Logroño con un camión y no pararon más que para comer. Aunque para eso tuvieron que irse a Noain porque los dos bares del pueblo estaban cerrados por descanso semanal. Cogiendo fuerzas para lo que venía, imagino.

Sentados en el banco, bajo la casa de Javi, hemos disfrutado mucho supervisando toda la operación a distancia. Elogiando la calidad del trabajo unas veces y enumerando alternativas prácticas otras.

Como no nos poníamos de acuerdo acerca de la superficie que ocupaba la carpa, Javi, que es un tipo práctico al que no le gusta mucho discutir, bajó de su casa un flexómetro de 5 metros y se plantó en la plaza.

- “¡Pues ya está claro! Son 45 por 15 que hacen 675 metros cuadrados”, dijo a su vuelta.

A última hora apareció Paco por el banco. Venía de apuntarse a la comida de jubilados.

- “Desde la asociación nos animan a asistir a la misa y al concierto del día de los mayores vestidos de blanco con faja y pañuelico rojos”, dijo.

- “No estoy seguro que la recomendación alcance a las chicas. Lo preguntaré”, puntualizó pensativo.

¡Qué manía tienen con uniformar al personal! pensé yo por mi parte, aunque no dije nada porque ya era hora de irse para casa.





Como al día siguiente ya estábamos en fiestas, tenía que apresurarme en busca de un disfraz para mimetizarme con el ambiente. Con ese propósito, pero sin idea de por dónde tirar, me puse a navegar por internet. Curioso, me entretuve escuchando a Josep Borrell que hablaba por la radio desde Pamplona, donde se encontraba recogiendo un premio por su labor como embajador europeo. Juzgaba de modesto el papel que en la actualidad juega Europa en este mundo violento y cruel que ya no comprendemos, decía. Pedía, casi suplicaba, a las nuevas generaciones que se involucraran más en construir un mundo que de nuevo gire sobre la libertad política, la prosperidad y la cohesión.

Admiro a Josep Borrell como sincero y sosegado comunicador, quizás porque ya no necesita que le voten, pero no puedo evitar que su ritmo y tono de voz me suman en el pesimismo. Melancolía corregiría mi hija, siempre sobreponiendo su preciso diagnóstico profesional.

Como siempre que me siento de esa manera, alicaído, me esforcé en creer que la crítica a los nuevos tiempos se corresponde en realidad con la frustración y desilusión propia de la edad, y que en todo tiempo fue así. Para reforzar esa sensación, me puse a escuchar el Cambalache de Gardel. Por cierto, ¡qué bien hubiera quedado una actuación suya en la carpa!

Que el mundo fue y será una porquería ya lo sé, ¡en el quinientos seis y en el dos mil también! .... ¡hoy resulta que es lo mismo ser derecho que traidor!

Y en este estado de melancolía que Gardel solo consiguió agravar, fue cuando di con la tecla del disfraz: de enterrador. Me voy a vestir de enterrador sacamuelas, decidí en un arrebato liberador.

- "Cariño, voy a buscar un disfraz en Amazon para las fiestas. ¿Miro algo para ti?", grité a mi mujer.

- "No, no. Con un sombrero vaquero que tendremos por ahí voy de sobra", contestó ella.

La web me facilitó el material perfecto: pantalón y chaleco negros a rayas, una modesta levita, cinta negra para la corbata de lazos, gafas redondas y una chistera de media copa, como la que usa la corporación pamplonesa. Unas tenazas y un metro de sastre harían el resto.

Con las fiestas a mitad, llegó el día de los disfraces en la carpa, pero de mi pedido, que me habían prometido en veinticuatro horas, ni rastro. Apenas vino una disculpa:

Estimado cliente, lamentamos comunicarle que el pedido ha demorado su entrega. En



un máximo de 48 horas esperamos que esté a su disposición. Sentimos los inconvenientes causados.

Me hace gracia. Resulta que quien se ha demorado ha sido el pedido, no ellos. Me colocaré un sombrero vaquero como mi mujer y a correr, decidí.

Después de cinco días de excesos en lo de comer y beber, por fin hoy acaban las fiestas. Mañana vendrán de Logroño a desmontar la carpa, pero no creo que nos reunamos otra vez en el banco de Javi a supervisar la operación. Las retiradas, por lo general, carecen de atractivo y se le quitan a uno las ganas de colaborar.

Aguardando la hora de la misa de los mayores, asomado al balcón de mi casa, la veo allá arriba, solitaria. Se ha pasado todas las fiestas observándonos desde la distancia y aguantando el chaparrón, porque estos días ha llovido de lo lindo.

Fue hace más de un mes, rematando ya la faena, cuando la cosechadora dio vuelta en el monte. Bueno, vuelta no, menos mal, solo tres cuartas partes de vuelta porque si llega a darla completa, lo mismo no para hasta la carretera. La cosa es que, después de reponerse del susto y agradecer a Dios que la cosa no hubiera ido a mayores y se hubiera quedado en lo material, tocaba la tarea de bajar la máquina hasta el pueblo y desde aquí al taller para que los peritos hicieran su trabajo.

Lo primero era ponerla en pie para que los fluidos circularan retornando a su sitio y así intentar que la máquina arrancara y, aunque moribunda, bajara por su cuenta poco a poco; porque no iba a ser fácil que una grúa escalara a por ella hasta esas alturas.

¡Pero, quía! Consiguieron ponerla derecha y, aunque la dejaron un par de días reposando, la tía no consintió en ponerse en marcha. Ni amago hizo siquiera.

Y allá arriba, a lo lejos, sigue después de un mes. Desde el monte parece mirarnos con tristeza, como mira un toro con media estocada al tendido, a punto de derrumbarse para siempre.

El otro día le digo a Juan:

- ¿Sabes?, ya sé cómo podríamos bajar la cosechadora del monte.

Me mira con gesto dudoso como diciendo, ¡a ver qué idiotez se te ha ocurrido!

- “Pues muy fácil. Lo ponemos en el programa de fiestas. Tal que “10:30 Bajada de la cosechadora desde el monte. Seguirá un almuerzo popular en la carpa”, y seguro que te la bajan esos bestias.

- “Tu eres medio tonto o la edad te está trastornando primo”, concluyó nada sonriente. Me parece que la broma no le gustó.

En esos recuerdos estaba mientras me anudaba el pañuelo rojo sobre la camisa blanca para acudir obediente a la misa de los mayores de esta mañana de fin de fiestas, cuando Amazon llamó por fin a mi puerta. Y allí estaban: el pantalón y el chaleco negros a rayas, la levita, de corte más bien decepcionante y, probablemente, de un solo uso, pero por ese precio, ¿qué quieres?, la chistera de media copa, la cinta para la corbata de lazos y unas grandes tenazas de plástico.

- “¿Estás ya?, que llegamos tarde a misa”, me grita mi mujer.

Me echo apresuradamente escaleras arriba.

- “¿Dónde guardas la cinta métrica, esa de coser?”

Y, en un momento, estoy ya listo.

- “Cariño, estás bien elegante. Fiel a tu estilo, ese de hacer siempre lo que te ha dado la gana”, dice mi mujer.

- “¡Vamos!”, le contesto mientras le tomo del brazo y me descubro galantemente de mi sombrero de media copa.

- “Quizás no lo contemplen las bases del concurso, pero lo mismo te dan el premio al mejor disfraz, aunque tendrá que ser a título póstumo”, ríe ella.

- “¿Sabes?, me viene a la memoria aquella última escena de Lo que el viento se llevó: ¡A Dios pongo por testigo que jamás pasaré hambre!”.

THE END

## RECUERDOS DE INFANCIA

**M<sup>a</sup> Cruz Ibáñez Garde**

Accésit: Modalidad Senior

Nací en la mitad del siglo XX y aún siento la necesidad de tener un lugar en la sociedad. Yo no era capaz de quedarme en casa y ser de profesión “sus labores”. Me formé y conseguí un título a base de esfuerzo. trabajé fuera de casa, tuve hijos y, como mi abuela, tejo amigurumis (muñequitos pequeños de ganchillo) para aliviar la soledad. Es lo que ahora resulta moderno.

Mientras tejo para mis nietos muñecos, animalitos, me acuerdo de ti, abuela, y te veo sentada en el sillón de mimbre en la cocina, al lado de la ventana que daba a la calle. Como eras la pequeña de cinco hermanas y delicada de salud, nunca fuiste al campo. Fuiste a la escuela hasta los doce años. Allí aprendiste a leer, a escribir y las cuatro reglas, competencias básicas que toda familia quería para sus hijos. Aprendiste a coser a máquina y te dedicaste a coser por las casas; se remendaba mucho, todo tenía mil usos.



Siempre llevabas vestidos de colores oscuros. Eras bajita de estatura, gruesa, con el pelo recogido en forma de moño en la nuca. Eras sencilla, sin adornos, austera.

Las mañanas las ocupabas en dar de comer a los animales del corral, como en la fotografía con tu biznieta Mónica, de dos añitos, y en preparar la comida para la familia. Por la tarde, hacer ganchillo en silencio y soledad. Son recuerdos nítidos.



Tu vida giraba en torno a la familia. Estabas pendiente de todos, sacrificada, humilde, con gran sentido del deber. Eras muy religiosa todas las noches rezabas tus oraciones. Siempre recuerdo tu rostro concentrado mientras en susurro decías: “Con Dios me acuesto, con Dios me levanto, con la Virgen María y el Espíritu Santo”. Letanías y oraciones por nuestros difuntos, sin olvidar dar gracias por el día que habíamos acabado. Me dormía antes de que tú acabases tus rezos.

Recuerdo tus ropas de noche hechas por ti, naturalmente. Una especie de camisón blanco ancho y largo que se completaba con la “chambra” o vestidura corta de mangas largas con pocos adornos, que usabas como blusa. Tú decías que era pecado dormir con manga corta. No eras una santurróna, pero como todo el mundo en aquella época, seguías las normas y costumbres de la iglesia.

Todo lo iba guardando en mi interior. Tus enseñanzas me interesaban más que la modernidad de mi madre. Junto a ella, nos hacíais la ropa para toda la familia. Tenías diferentes puntos de vista sobre la largura de los vestidos, te parecía indecoroso que enseñase demasiado las piernas, y aprovechabas la noche para decirme: “dile a tu madre que te gusta el vestido más largo”.

Nuestra alcoba era pequeña y daba a la cocina de la señora Juliana. Sus hijas trabajadoras en Alemania les compraban a sus padres los adelantos para la casa. Un verano era una batidora, otro una nevera, otro la cocina de butano...

Siempre te metías en la cama con miedo: ¿Y si no cierran la llave de paso de la botella de butano? ¿Podemos explotar? Al final yo también me asustaba.

Nosotros no teníamos ese problema, teníamos la cocina de leña, completísima, con portillas para meter la leña, el cenicero y el horno. A la derecha, en la parte de arriba, tenía un recipiente para el agua caliente y, en la pared, el registro para el humo. Era una ceremonia la limpieza de la chapa. Siempre con productos naturales, nada de química, estropajo, arena, vinagre y lija y una vez limpio se daba “sidol” de Netol, que como decía la publicidad: “brilla tanto como el sol”.

En la cocina pasábamos el día, tú cocinabas las ricas comidas para la familia. ¡Qué sabor tenían aquellas alubias blancas! Guisadas lentamente con tocino. Algunas veces teníamos que llevárselas al campo a los hombres que estaban plantando o cosechando y no podían venir a casa a comer y descansar un poco.

Aquello era un manjar de ángeles. En el campo todo sabía mejor. Toda la familia alrededor de la fiambrrera. ¡Nada que ver con los modernos tappers! Eran recipientes altos, como las

perolas, pero con más altura y tapa, con una arandela para llevarlo más fácilmente, con lo que era imposible verter ni una gota. Llegaba intacto al campo.

Ahí se vertía en una amplia fuente de porcelana y todos comíamos, sin platos. Nunca más he comido unas alubias tan ricas.

Los domingos ibas a misa de diez de la mañana, para poder cocinar los garbanzos que previamente habías puesto a remojo y pollo de corral guisado. Y unas ricas torrijas de postre. ¡Qué manjares, hechos con lentitud y amor!!

Las noches de verano eran mágicas: tomar “la fresca” con las vecinas era alucinante para los niños. No necesitábamos móvil. Las mujeres, reunidas en la calle si hacía bueno o dentro del portal si hacía frío, contaban historias de ellas o de sucesos del pueblo impresionantes. Me encantaba estar con las mayores, ¡cuántas cosas sabían! Algunas las entendía, otras las adivinaba, otras, sin embargo, solo las podía imaginar.

Así que después de “tomar la fresca” y oír las historias que habían contado, estaba tan impresionada que no era capaz de irme sola a la cama. Siempre te esperaba. Oíamos pasar al sereno cómo iba cantando las horas. ¿Quién no conocía la letrilla?: “las diez y sereno al que pille me lo ceno”, ¡¡¡ Por favor!!!! ¡¡¡Qué miedo!!!

Las abuelas nos contaban historias del hombre del saco. Era el favorito de las abuelas: si te portas mal, si no eres obediente vendrá el hombre del saco. Se le representaba como un hombre grande, destartalado que vaga por las calles cuando ya ha anochecido en busca de niños extraviados para llevárselos metidos en un gran saco a un lugar desconocido. ¡¡¡Terrible!!!

Siempre llegábamos a casa antes del anochecer, había que evitar a estos personajes. En invierno pasábamos las tardes en la cocina, haciendo vainicas y bordados, mientras oímos las radionovelas. Éramos adictos a Ama Rosa, a seriales graciosísimos como “Matilde, Perico y Periquín”.

La radio también entretenía durante la noche: “Aquí radio Andorra, emisora del Principado de Andorra”. La “pirenaica” era radio España independiente. “España para los españoles”, con canciones de Manolo Escobar para los



inmigrantes. A los niños nos indicaban que no debíamos decir en clase que escuchábamos la radio, sino que rezábamos el rosario en familia, guardar ese secreto nos hacía sentir mayores e importantes.

Además de la radio, nos entreteníamos mucho con la lectura: “Los cinco frente a la aventura”, “Los formidables chicos del club de los siete”, los tebeos, las novelas que cambiábamos con las amigas. Así, sin gastar dinero, podíamos leer muchísimas.

Jamás no aburríamos. Pasábamos todo el día en la calle, jugando a diferentes juegos. Al calderón que consistía en dibujar en el suelo un diagrama con distintas formas y casillas, y a la pata coja conducir por las casillas una piedra dándole golpes con el pie. Buscando los orígenes del juego aseguran que ya era conocido entre los griegos y egipcios.

Jugábamos también a saltar a la goma. Era muy divertido y, en ocasiones, complejo. Dos niñas comenzaban con una goma pasada a ras de sus tobillos. Si la que saltaba conseguía saltar sin equivocarse, iban elevando la goma hasta que llegaba al cuello de las niñas, para lo cual había que levantar mucho las piernas y recoger la goma con ellas, haciendo filigranas. La goma era de color negro y se

compraba por metros en las mercerías.

El Escondite inglés era otro juego donde un niño se ponía mirando a la pared con los ojos tapados y, mientras decía la frase: “un, dos, tres al escondite inglés, sin mover las manos ni los pies”, los participantes que estaban a su espalda avanzaban hacia él poco a poco permaneciendo quietos y haciendo la estatua cuando terminaba la frase y se daba la vuelta. Si pillaba a algún jugador moviéndose, ese jugador quedaba eliminado. Cuando alguno conseguía llegar a tocar la pared del que se la “ligaba”, liberaba a los eliminados y se volvía a iniciar el juego.

En el juego de Tres navíos en el mar se hacen dos grupos. Unos buscan y otros son buscados. El juego comienza cuando los buscados, ya se han escondido y gritan: “tres navíos en el mar”. Al escucharlo, los que buscan contestan: “otros tres en busca van”. Y empieza la búsqueda hasta encontrarlos, momento en el que se dice: “tierra descubierta” y se cambiaban los papeles.

Los Cromos eran preciosas estampillas donde se representaban flores, princesas, animales. Con la mano hueca les dabas un golpe y, los que caían hacia arriba, eran los que te tocaban.

También íbamos a los restos del castillo o cueva de los moros que había sido construido en 1098 por el rey Pedro I para vigilar la alcazaba musulmana de Tudela. Un peligroso lugar al borde del río. Jugábamos a caballeros y princesas, utilizando los palos del tabaco a modo de caballos.

Los padres no podían atendernos como nosotros hemos hecho con nuestros hijos y nietos. Trabajaban demasiado y no había peligro en las calles de los pueblos. Tener a la abuela en casa era un tesoro. Tú eras todo en la casa: cocinera, limpiadora, cuidadora, administradora, consejera. Nunca sentí soledad. Siempre estabas tú. Mi madre ayudaba mucho a mi padre en el campo, no era de profesión sus labores. Eran múltiples los trabajos que ejercía.

Jugábamos a cartas en familia, pero con mucho respeto. Siempre tratábamos a los mayores de “usted”. Me atrevía a cantarte, abuela, una coplilla que te nombraba: “Basilisa, lisa, lisa, por delante y por detrás, eres lisa, Basilisa”.

Conocías muchos remedios medicinales para los niños que ahora nos parecen inconcebibles:

- Novenas de huevos crudos, para fortalecer el cuerpo.
- Aceite de ricino, para los dolores.
- Aceite de hígado de bacalao, importante fuente de nutrientes.
- Ventosas, terapia muy antigua para los resfriados.

Las meriendas más comunes eran: pan con chocolate de Pedro Mayo, Elgorriaga, Zahor, con cromos coleccionables. Cuando salía de clase ya me tenías preparado el bocadillo.

En invierno, nos preparabas la cama a toda la familia. Calentabas agua en el depósito de la cocina, llenabas los “caloríferos” y nos envolvías el pijama en él. Así, cuando íbamos a la cama, estaba caliente y también nuestro pijama.

A veces estos caloríferos de hojalata se picaban y había que llevarlos al hojalatero para

ponerles un remache. Había dos hojalateros en el pueblo, ambos tenían mucho trabajo.

Tú eras muy diplomática. Solo salías de casa para visitar a familiares, a parientes y conocidos que necesitaban tus cuidados. Tenías manos de enfermera.

La gente se visitaba. Las vecinas eran tías, jamás se cerraban las puertas por la noche, se esmeraba la limpieza, ya que era muy comentado si alguna vecina era “espesa”.

Tenías muchos miedos acumulados. Habías perdido pronto a tu padre, a un hermano soltero y a una hermana casada que dejó una hija pequeñita, a la que procurabas visitar en el pueblo vecino al que la llevaron para que la criase una nodriza.

Perdiste un hijo de bebé. Te quemaron la casa al comenzar la guerra civil, te robaron toda la ropa y pertenencias. Para que no supiéramos que habíais estado amenazados, nos contabas que un gato entró en la casa con el rabo ardiendo e incendió la casa. Por eso decías que odiabas a los gatos. ¡Cuánto sufrimiento callado, sin quejas! Nunca hablabas de la guerra, solo decías: “rezo para que no conozcáis una guerra”.

¡Cuántas enseñanzas en tu hacer diario! Callado, abnegado, todo corazón; cómo me gustaría dejar algo por lo cual mis cuatro nietos me recuerden, cómo yo te recuerdo.

Ahora, somos abuelas a los setenta años. No hay tiempo físico para que nos conozcan, para reír, hacer tonterías, para jugar o dormir con ellos. Abuela, como tú me decías, pienso en ellos día y noche. Están en mis oraciones. No estamos juntos, pero siempre están en mi corazón.

Para ser feliz también se necesitan las enseñanzas de las abuelas y ser abuela para transmitir las.



## Presentación de la Modalidad: Educación Secundaria Obligatoria-ESO

Dolores López

Esta modalidad está dirigida al alumnado que estudia ESO en centros educativos navarros. Los textos presentados tienen no sólo calidad literaria, sino que son también reflejo de la hondura e importancia de los vínculos biográficos de sus autores con sus abuelos, algunos de ellos añorando el tenerles más cerca y otros mostrando el valor y la especial complicidad de esta relación. Este patrón compartido ilustra, desde las narrativas de estos adolescentes, la necesidad que nuestra sociedad tiene de reforzar los vínculos intergeneracionales, importantes tanto para nietos como para sus abuelos.

El premio se otorga al relato corto titulado *Los recuerdos*, presentado por Miley Tatiana Coello, del Colegio Santa Catalina del Santísimo Sacramento. Utilizando el estilo literario epistolar, una nieta escribe a su abuelo. La firma de esta carta, “la persona más especial de tu vida”, ya muestra la magia de la relación que les une. ¡Qué bonito sentir que eres la persona más especial de la vida de alguien! Y la lectura del texto va explicando los porqués de este sentimiento, un vínculo trenzado con el tiempo y el cariño compartido. El jurado pone en valor la belleza no sólo del texto sino también de su mensaje: cómo de la relación cotidiana y de gestos sencillos entre un abuelo y su nieta puede surgir una alianza familiar inquebrantable de amor, ternura, orgullo y gratitud.

Se concede un accésit al texto: *La carta olvidada*, presentado por Anne Cusnir del Colegio Santa Catalina del Santísimo Sacramento de Pamplona. Como el premiado, es una narración epistolar. Alejandro, un anciano octogenario residente en una residencia, va hablando de su vida, mostrando que envejecer forma parte de la biografía de cada uno de nosotros, también de la de los jóvenes a los que va dirigida su carta. Recoge el problema de la soledad de las personas mayores y la importancia de las relaciones familiares en todos los momentos de la vida. Pero también aparece el guiño a la tecnología y a las redes sociales, y cómo estas pueden tender puentes entre seres queridos. Es una carta llena de buenos consejos. El jurado ha valorado, especialmente, el estilo literario y el recordatorio de que el tiempo pasa rápido y no debemos olvidar lo importante: dedicar tiempo a nuestros seres queridos.

## LOS RECUERDOS

**Miley Tatiana Coello**

Premio: Modalidad ESO

Querido yayo:

¿Cómo estás? Espero que bien, hoy me he sentado a escribirte mientras miro por la ventana y veo cómo el tiempo avanza. No puedo evitar sentir una mezcla de felicidad y nostalgia. Cada día que pasa me recuerda la importancia de tenerte en mi vida y cómo tu presencia me ha dejado una huella imborrable en mi corazón. Aquellos recuerdos llenos de risas, enseñanzas y moralejas son los que más aprecio y guardo profundamente.

Recuerdo esos días cuando era niña que iba a visitarte con mi madre después de tu trabajo. El ambiente era muy especial, algo que solo tú podías hacer con tu presencia. Siempre me contabas los sitios donde ibas a comer y también los lugares que visitabas. La cuestión es que, con todo eso que me dijiste, me enseñaste a tener un paladar exquisito/crítico y pude ver con mis propios ojos paisajes estupendos y mágicos desde el punto de vista de mi niña pequeña. Aprecio cada historia, cada risa y cada lágrima que has compartido conmigo. Me han enseñado a ser más empática y a comprender mejor el valor de las relaciones. En un mundo que a menudo parece adelantado y superficial, tus historias me recuerdan que la esencia de la vida está en las conexiones que hacemos con los demás. Me llevabas a un mundo donde los valores eran importantes, las amistades eran contadas con la palma de la mano y, sobre todo, a no mentir. En esos momentos, aparte de aprender parte de tu vida, también me enseñaste la esencia que hay en cada persona y que, pase lo que pase, nunca pierda la mía.

Te voy a ser sincera, las personas como tú son unas verdaderas joyas y una gran inspiración para esta sociedad. Tienen una sabiduría que se adquiere únicamente a través de la experiencia y el paso del tiempo. A menudo pienso en cómo las personas mayores son vistas en nuestra sociedad. En muchas ocasiones se les olvida o se les subestima. Sin embargo, son quienes han vivido experiencias inimaginables y han en-

frentado las luchas con valentía. Tienen una perspectiva única sobre la vida que puede guiarnos a través de nuestros desafíos. La sabiduría acumulada a lo largo de los años es algo muy bonito. Deberíamos aprender a escuchar más a aquellos que han recorrido el camino antes que nosotros. Cada historia que dices es como un hilo de conocimiento y comprensión, aunque no me lo creas, a veces me pregunto: ¿Cómo sería mi vida sin tus historias, sin esa conexión al pasado que las hace especiales?

Tus palabras han sido una luz muy brillante en mis momentos más oscuros y decaídos. Han estado para guiarme y ayudándome a aprender las lecciones de esta vida tan dura. La sabiduría que has acumulado a lo largo de los años es un regalo que valoro profundamente. Tus experiencias, tus fracasos y tus triunfos son lecciones de vida que me inspiran a seguir adelante, incluso en los momentos difíciles.

Recuerdo cuando pasamos una tarde hablando sobre los retos que enfrentaste en tu juventud. Tus palabras sonando en mi cabeza me hicieron sentir que no estoy sola en mis luchas. La forma en que encontraste la fuerza para levantarte una y otra vez, me hace reflexionar: es triste pensar en cuántas historias quedan sin contar porque no nos tomamos el tiempo para preguntarles sobre su vida o sus experiencias. Me prometo a mí misma nunca olvidar la importancia de escuchar y aprender de ti y otras personas mayores como tú. Quiero ser ese puente entre generaciones, compartiendo tus valiosas enseñanzas con mis amigos y futuros hijos.

Mientras crezco, me doy cuenta de lo fundamental que es aprender de la gente mayor. Las lecciones que me has compartido son más valiosas de lo que te puedes imaginar. Recuerdo cuando me llevaste a Burgos a comer lechazo por primera vez. Al principio no estaba muy segura si quería probar algo nuevo, pero al final me gustó mucho esa experiencia. A veces, me gustaría tener la habilidad de detener el tiempo, de quedarme



en esos momentos en los que me cuentas tus historias, y disfrutar de la pureza de la conversación. Esos instantes son un regalo que atesoro profundamente.

También quiero decirte lo impresionada que estoy con lo bien que te has adaptado a las tecnologías. Recuerdo cuando empezaste a usar el teléfono y cómo, al principio, te parecía un poco complicado. Sin embargo, ahora te veo enviando mensajes, haciendo video-llamadas y navegando por internet con una facilidad que me sorprende. Es increíble ver cómo has aprendido a utilizar aplicaciones para mantenerte en contacto con toda la familia y cómo disfrutas compartiendo tus fotos.

Tu curiosidad y disposición para aprender son verdaderamente inspiradoras. No solo has mejorado tus habilidades tecnológicas, sino que también has demostrado que la edad no es un obstáculo para aprender cosas nuevas. Me encanta que uses las redes sociales para compartir tus pensamientos y fotos, y que siempre estés al tanto de lo que sucede en el mundo.

Tu capacidad para adaptarte a estos cambios me hace sentir muy orgullosa de ti. Eres un ejemplo a seguir para todas las personas mayores, mostrándonos que nunca es tarde para aprender y disfrutar de lo nuevo.

Por último, quiero agradecerte por ser esa figura constante en mi vida. Por ser un ejemplo de amor incondicional y fortaleza ante la adversidad. Te admiro profundamente. Mientras continúo mi propio viaje por la vida, prometo llevar conmigo todas las enseñanzas valiosas que me has enseñado: la importancia del amor familiar, el valor del trabajo duro, la necesidad de ser amable con los demás y la fuerza para enfrentar cualquier desafío con coraje.

Espero poder seguir creando recuerdos contigo durante muchos años más. Quiero aprender contigo cada día, porque sé qué valiosa es tu presencia en mi vida. Espero poder devolverte, aunque sea, una pequeña parte del amor incondicional que siempre me has dado.

Te quiero mucho yayo. Gracias por ser ese faro brillante en mi vida. Gracias por compartir tus historias, tus risas y tus abrazos cálidos conmigo. Nunca olvides cuánto significas para mí ni lo fundamental que eres para nuestra familia.

Un abrazo

La persona más especial de tu vida.

## LA CARTA OLVIDADA

**Anne Cusnir Negrei**

Accésit: Modalidad ESO

Hola me llamo Alejandro.

Tengo ochenta y seis años. Vivo en Pamplona, concretamente en Iturrama, en una residencia en la que llevo aproximadamente seis años, pero en verdad yo los sentí como diez. Los días en la residencia son agradables, no me aburro. Hay actividades chulas como jugar al ajedrez y eso siempre lo hago con Don Alfonso. Somos los mejores. Jugar al mus después de la comida. A veces vienen niños de por aquí o nietos de mis compañeros de la residencia o niños de otros colegios para hacernos compañía o para ver cómo nos manejamos o cómo es por dentro y ver cómo se maneja con el personal...

He hecho más amigos de los que he hecho en mi vida. Doña Laura fue la primera en hablarme en toda la residencia; cocina super-bien y sus croquetas son deliciosas. Ella me enseñó a tejer y con esas prácticas hice un precioso fular para mi nieta María que actualmente tiene diez y ocho años y está estudiando para ser enfermera, pero hace tiempo que no la veo. Supongo que es porque tiene que estudiar mucho; esa carrera, por lo que he escuchado, es muy difícil así que la entiendo.

Con doña Petunia me paso las tardes en los bancos hablando y hablando de la vida y recordando anécdotas de nuestros tiempos jóvenes, ya que resulta que su madre me daba clases. Un día Petunia se fue y nunca más la volví a ver. Se fue a una casa de pueblo a vivir con su familia, pero desde que se fue yo me siento solo, muy solo.

Un día conocí a Loli, una señora que nunca reemplazará a Petunia. Es una señora muy segura de sí misma, aunque está en la misma situación que yo: su familia está muy ocupada y no la vienen a ver; se siente sola. Un día la pillé muy entretenida en la cafetería de la residencia con el teléfono que hace unos días su familia le regaló. Era uno de los que hoy en día los jóvenes usan, pero a mí, al ser muy mayor y por mi propia costumbre, no sabía usar. A ella le enseñaron sus nietos el día que le vinieron a ver y ella me explicó todo lo que tenía que saber. Unos días después me compré uno. Los dos nos reíamos mucho viendo redes sociales y nos ayudaba a pasar el rato con las redes sociales y también podía hacer llamadas con mis familiares a los que tanto echaba de menos.

Mi familia está muy ocupada. La quiero un montón, pero vienen muy poco a verme, al





menos eso siento yo a veces. Veo como a mis compañeros de la residencia vienen a verlos o, al menos, a dar un paseo con ellos, pero cada vez que les pregunto cuándo vendrán a verme solo me dicen: “Lo siento abuelo, tengo que estudiar”; “lo siento papá, tengo mucho trabajo; el mes que viene voy” o “perdón abuelo, es que he quedado”.

En la residencia hay días en los que el silencio se hace pesado, ya que en ese tipo de lugares la gente se va más que viene. A veces, todos tenemos historias que contar, pero no tenemos a quién. Me gustaría que algún joven, algún día, pueda transmitir mis historias o algún día participar en alguna de ellas para, algún día, dejar una marca en este mundo por generaciones.

A veces me siento solo en este mundo, la gente solo está concentrada en sus trabajos o estudios, pero a veces se olvidan de lo importante que es el vínculo familiar. Tengo que admitir que cuando era pequeño también le decía excusas a mis abuelos y los jóvenes creen que no hemos sido como ellos. Sé que cuando me dices: “Tengo que estudiar”, es que vas a estudiar, pero de ese estudio ¿no puedes sacar un ratito para mí? Ahora yo estoy mayor y, en verdad, tengo mucha experiencia en la vida, pero ahora que lo pienso, cuando ponía esas excusas a mis abuelos o

padres ¿se sentían igual como yo me siento ahora? Ahora entiendo todos esos sentimientos de abandono cuando te dejan en la residencia o cuando te ponen esas excusas y, al final, no soy el único que se siente así. A veces, el tiempo pasa rápido y entendemos ese: “No dejes para mañana lo que puedas hacer hoy”. Yo dejé para mañana esa visita a mi padre el día que él estaba ingresado, por una reunión y, al siguiente día, él simplemente no estaba. A veces, priorizamos las cosas del día a día por los momentos que de verdad importan y, al final del día, solo hay un arrepentimiento y una voz interior que te dice lo mucho que te arrepientes de no haber llamado para cambiar esa reunión. En tu vida no olvidarás ese momento en el que podías haber dicho “adiós”. Simplemente, es un recordatorio constante de que cada momento cuenta y que nunca debemos dar por sentado decir un “¡te quiero!” o un “¡adiós!”.

El hecho de haber hecho esta carta es para que los jóvenes sean conscientes de cómo es la vida de un abuelo, ya que algún día ellos también lo serán y que disfruten de esa juventud de manera correcta. Además, es para que piensen en todo lo que se pierden por no estar con esas personas mayores y que reflexionen sobre que algún día no estarán y que no se queden con “una maraca” como la mía de no haber podido decir adiós.



## Presentación de la Modalidad: Intergeneracional

Dolores López

En la modalidad de actividades intergeneracionales el jurado ha decidido premiar al encuentro que tuvo lugar entre las personas mayores de la residencia El Mirador y el alumnado del Colegio Público Cardenal Illundain en los días previos a la Navidad del año 2023. Tras un trabajo previo de sensibilización en el centro escolar y de creación de manualidades, “los invitados”, residentes de El Mirador fueron al centro escolar a encontrarse con estudiantes de 6º de Primaria.

El jurado ha valorado el esfuerzo del centro educativo para crear sinergias entre acciones de crecimiento en valores como la empatía y la solidaridad entre los estudiantes, y una acción concreta, para brindar un momento de alegría a personas mayores que viven cerca. Un encuentro intergeneracional enriquecedor para sus protagonistas y que ayuda a aliviar el sentimiento de soledad que, en ocasiones, acompaña a estas entrañables fiestas y a mostrar al alumnado la riqueza del contacto con sus mayores.

# MÁS CERCA DE LO QUE CREES

**Elia Mendinueta Olave**

Responsable de Convivencia del CPEIP Cardenal Ilundain

El 18 de diciembre de 2023 se celebró un encuentro entre las personas usuarias de la Residencia “El Mirador” y el alumnado del Colegio Público Cardenal Ilundáin, con el propósito de propiciar un intercambio de experiencias, anécdotas, vivencias y conocimientos relacionados con las fiestas navideñas.

Los principales objetivos de esta propuesta eran los siguientes:

- Mantener los referentes sociales de las personas mayores, valorando su experiencia vital y sus conocimientos, como parte importante del desarrollo comunitario.
- Contribuir al fomento del sentimiento de pertenencia social de las personas usuarias de la residencia.
- Potenciar el respeto por las personas mayores mediante la escucha de sus experiencias y vivencias.
- Propiciar el enriquecimiento personal del alumnado y la toma de conciencia de la importancia de considerar a las personas mayores de su entorno más inmediato.

Las actividades previas se desarrollaron a lo largo del primer trimestre dentro del horario lectivo del alumnado. Se dedicaron algunas sesiones de las Áreas de Atención Educativa y Religión en el nivel de 6º de Primaria.

El punto de partida fue la observación y reflexión sobre lo que ocurre a nuestro alrededor con aquellas personas de edad avanzada que tenemos cerca y que son, en muchas ocasiones, las más olvidadas. Posteriormente, se propuso una conversación sobre diferentes noticias relacionadas con este tema, siendo una de ellas el aumento del sentimiento de soledad en las personas mayores, especialmente en momentos como las fiestas navideñas. Finalmente, se compartieron vivencias personales que el alumnado había tenido con familiares, vecindario u otras personas mayores cercanas en su vida cotidiana. Esto nos dio pie a observar que muy cerca del colegio existe una residencia geriátrica con la que podríamos colaborar o realizar un pequeño encuentro. El tema elegido sería las costumbres y tradiciones navideñas, dadas las fechas, de tal forma que pudiéramos poner en común las distintas maneras de celebrar estas fiestas.

Nos pusimos en contacto con la Residencia “El Mirador” y concretamos con la trabajadora social de este centro, la fecha y el número de asistentes. La respuesta fue muy positiva y favorable.

Para preparar este encuentro, se establecieron cuatro fases:

- Comenzamos con una fase de toma de contacto en la que el alumnado reflexionó sobre las Navidades y los encuentros

- familiares, y sobre las costumbres y tradiciones que se dan en sus hogares. Pusieron en común sus experiencias, con qué personas se reúnen, qué días son más significativos, los adornos que colocan en sus casas, las comidas y dulces típicos de la época del año, los lugares que visitan, etc. Surgió la idea de regalar a las personas usuarias de la residencia, unos adornos navideños.
- Seguidamente se decidió, por clases, qué adornos se iban a realizar: árboles navideños utilizando palos de helado decorados libremente, ángeles, diferentes tipos de bolas decoradas y la elaboración de tarjetas felicitando la Navidad. El aspecto más importante en este punto era hacerlo con cuidado y con mucho cariño.
  - A continuación, una vez terminadas las manualidades, el alumnado preparó, en pequeños grupos, una batería de preguntas y se eligieron a varios representantes de las clases para formularlas y para presentar el encuentro.
  - La última fase fue el “esperado día”. Se celebró el 18 de diciembre en la sala de usos múltiples del colegio. Acudieron más personas de las inicialmente previstas, ya que las personas de la residencia estaban muy animadas a venir para pasar un rato con los niños y niñas del colegio. El alumnado, muy motivado e ilusionado, les recibió con un gran aplauso y la acogida y la escucha fue muy atenta y cariñosa.





Las personas que vinieron al colegio nos contaron vivencias que habían tenido en su infancia en relación con la Navidad. Conversaron sobre las recetas típicas que se hacían en sus casas, sobre los dulces navideños que comían, como el guirlache, palabra que sorprendió al alumnado porque no la conocían. También hablaron sobre sus juguetes, tan diferentes de los de ahora. Así mismo, respondieron a varias preguntas de las niñas y niños como, por ejemplo, si les daban la paga. La palabra peseta también sorprendió mucho.

Para finalizar el encuentro, se procedió a la entrega de los adornos realizados. Algunos residentes comentaron emocionados que no habían recibido un detalle tan especial en mucho tiempo y agradecieron el esfuerzo realizado por el alumnado. Por su parte, nos trajeron unas golosinas que causaron sorpresa y alegría.

Terminamos el encuentro cantando unos villancicos conjuntamente: alumnado y residentes de “El Mirador”, personas trabajadoras de la residencia y personal del centro educativo.

Las personas mayores se mostraron muy felices por poder participar y saberse escuchadas. Llegaron emocionadas, preguntando e interesándose por la edad del alumnado,

observando el colegio tan bonito y con tanto color, desenvolviéndose con gran naturalidad y espontaneidad. El alumnado escuchó atentamente sus intervenciones y pudieron preguntar y comentar aquello que les llamaba la atención.

En las sesiones posteriores, el alumnado se mostró satisfecho y agradecido de haber participado en este encuentro, resaltando la experiencia y aquello que más les había llamado la atención.

Gracias a esta propuesta, las niñas y niños no sólo han adquirido habilidades en las tareas manuales y creativas, sino que han crecido en el valor de trabajar en equipo, en el de ayudar a los demás y, principalmente, en el de valorar, respetar y cuidar a las personas mayores.

Con pequeños gestos y sencillas propuestas, podemos fomentar la empatía y la solidaridad, el respeto y la valoración hacia nuestros mayores, colaborando en el camino hacia un entorno más humano y cercano en esta sociedad de prisas, consumismo, frivolidad y redes sociales que nos arrastra en ocasiones. Sería bonito convertir esta actividad en una tradición navideña.



# #Noticias

## Premios Tomás Belzunegui concedidos:

### E.S.O.

- Premio: “Los recuerdos”, de Miley Tatiana Coello, del Colegio Santa Catalina-Santísimo Sacramento de Pamplona.
- Accésit: “La carta olvidada”, de Anne Cusnir, del Colegio Santa Catalina-Santísimo Sacramento de Pamplona.

### Intergeneracional:

- Premio Encuentro intergeneracional: “Más cerca de lo que crees”, del Colegio Público Cardenal Illundain.

### Periodismo:

- Premio: Reportaje sobre Amparo Zubiri escrito por Sonsoles Echavarren y publicado en Diario de Navarra el 7 de abril de 2024.
- Primer Accésit: “Iñaki Vallejo, la llave que garantiza un doble relevo”, escrito por Patricia Ruiz Pérez en Navarra Capital el lunes 22 de marzo de 2024.
- Segundo Accésit: “Jaque mate al olvido”, escrito por Eva Fernández Suárez y publicado en Diario de Navarra.

### Relato Corto Abierto:

- Premio: ‘Hierba de otoño’. José Agustín Blanco.
- Accésit: ‘La loca de Chaillot’. José Ignacio Tamayo Pérez.

### Senior:

- Premio: ‘El programa, la carpa y otras cosas de fiesta’. Fernando Juan Lezaun.
- Accésit: ‘Recuerdos de infancia’. M<sup>a</sup> Cruz Ibáñez Garde.

### Reconocimiento especial:

- Asociación Tele-Taxi “San Fermín”.





En Centro Navarro de la Audición nos importa  
su salud auditiva.

Una buena audición ayuda a evitar el aislamiento

 **CENTRO NAVARRO  
DE LA AUDICION**



 **CENTRO NAVARRO  
DE LA AUDICION**



*¡No necesitarás que te lo repitan!*

**PAMPLONA**

C/ Paulino Caballero 14, bajo  
T. 948 15 16 76

[info@centronavarrodelaaudicion.com](mailto:info@centronavarrodelaaudicion.com)

**TAFALLA**

C/ Plaza de Navarra 4, bajo  
T. 948 987 400

[tafalla@centronavarrodelaaudicion.com](mailto:tafalla@centronavarrodelaaudicion.com)



**ESTA PUBLICACIÓN NO SERÍA POSIBLE SIN LA PARTICIPACIÓN DE  
NUESTRAS ENTIDADES COLABORADORAS**

