

Año 19 Número 94 Julio - Agosto de 2023

Ejemplar de distribución gratuita. Prohibida su venta.

LOS ABUELOS EN LA **SOCIEDAD**

Por: Diana Gómez

Desde tiempos remotos los adultos mayores han constituido una pieza muy importante en la sociedad, nos transmiten sabiduría y experiencia, hacen lo posible por mantener a la familia unida, nos dan consejos y apoyo económico y emocional. Hoy en día, según las Naciones Unidas, hay 700 millones de personas mayores de 60 años en el mundo y se estima que para 2050 habrá más de dos mil millones de personas, es decir, representarán el 20% de toda la población.

La etapa del envejecimiento debe ser considerada como un momento de la vida lleno de oportunidades, donde pueden seguir siendo personas activas y productivas para conseguir tener una vida digna, de calidad y satisfactoria. Es muy importante tomar conciencia sobre el trato que llegamos a tener con nuestros mayores, no seguir menospreciando su condición, debemos tratar de integrarlos a la sociedad y darles mensajes positivos para que no se sientan poco útiles ante la sociedad

La mayor parte del tiempo, los adultos mayores se dedican al cuidado de sus nietos, brindando un apoyo fundamental a la familia, con un importante aporte afectivo y efectivo para los niños o jovenes. El hecho de estar con jóvenes les obliga a ser activos y por ello su salud mejora o se conserva.

Se debe prestar cada vez más atención a las necesidades de las personas de este grupo de edad, ya que cada vez son más, se deben promover los derechos de las personas mayores y darles una mayor visibilidad considerándolos partes activas y comprometidas con la sociedad y resaltar la importancia de la contribución de las personas mayores y sensibilizar sobre los problemas y retos del envejecimiento.



Edición y autoria: Héctor Gómez, Sandra Díaz, Manuel Torres y Diana Gómez

Prohibida su reproducción total o parcial, a través de cualquier medio mecánico electrónico o de cualquier tipo sin permiso expreso del editor. Los autores son responsables de sus textos.

NUESTRAS UBICACIONES / AGENCIAS FUNERARIAS

CD AZTECA

Blvd. De los guerreros 3, Cd. Azteca, Ecatepec, EDOMEX, CP 55120 Tel.5779-8400

TULTITLÁN

Av. José López Portillo km 24.5, Sta. Ma. Cuautepec, Tultitlán,, EDOMEX, CP 54949 Tel. 5867-7289 / 5890-1234

NEZA

Av Texcoco 364, Metropolitana 2da Secc, Nezahualcóyotl, EDO MEX, CvP 57740 Tel. 5793-4008 / 2232-8377

Cementerio Británico / TACUBA

Calz, Méx.-Tacuba 1129, Huichapan, Miguel Hidalgo, CDMX, CP 11290 Tel. 5527-6615 5399-6554

Cementerio CULIACÁN

Geovany Zamudio 6892 Sur, Real del Parque, Culiacán, Sinaloa, CP 80194 Tel. (667) 721-6196 / 718-5430

OFICINAS

LA RAZA

Seris s/n local K, La Raza Azcapotzalco, CDMX, CP 02990 Tel. 5782-9616 / 5583-8405

MULTI PLAZA ARAGÓN

Local LQ13, Av. Carlos Hank Glez. 120, Rcda. de Aragón, Ecatepec, EDO. MEX., CP 55140

PENSIL

Lago Ness 206 B, Col. Pensil Nte. Miguel Hidalgo, CDMX C.PC 11430



EL MARAVILLOSO Y DELICADO PAPEL DE LOS ABUELOS

5 Tareas primordiales delos abuelos



Por Sandra Díaz

Los abuelos de hoy tejen con sus nietos relaciones basadas en el afecto, la complicidad, el apoyo y el intercambio. Los «nuevos abuelos» brillan por su disponibilidad y su capacidad para asumir roles múltiples.

Hoy los abuelos se asignan a sí mismos cinco tareas esenciales que dan testimonio de la de la riquezarelación con sus nietos,pero también evidencian el peso y las responsabilidades de su nuevo papel.

1. Cuidar a los nietos

¿Qué harían muchas parejas en las que los dos miembros trabajan si no pudieran contar con los abuelos para cuidar a los niños cuando salen del colegio o durante viajes y vacaciones? Las estadísticas hablan de centenares de miles. Y, a medida que los años pasan, aumenta el número de abuelos que se convierten no solo en elementos esenciales del equilibrio familiar, sino también en piezas importantes en el plano social y económico, al realizar gratuitamente un servicio que suele ser remunerado.

- 2. Transmitir valores y saberes. El papel de los abuelos no consiste en ocuparse de la educación de los nietos (tarea de los padres), sin embargo, como «especialistas de la vida», sí les corresponde naturalmente transmitir sus conocimientos, experiencias... Los niños están deseosos de aprender, y a los abuelos los complace ese papel de transmisores de saberes y valores. La palabra valores no debe asustar. No designa principios rígidos ni polvorientos, sino elementos fundamentales que ayudan a los niños a construirse a sí mismos: abrirse a los demás; disfrutar de las cosas bien hechas; ser pacientes; saber compartir...
- 3. Escuchar. Los abuelos son confidentes de los nietos por vocación y desempeñan ese papel maravillosamente. El salto de una generación entre ambos les permite poner distancia y desapasionar las relaciones. Cualquiera que sea la edad de los nietos, el papel de confidente se ejerce a través de la confianza recíproca. Sin embargo, en etapas concretas de la vida, adquiere una dimensión valiosa. Por ejemplo, en la adolescencia de los nietos, el papel de los abuelos reposa también en la facultad de relativizar los problemas. Su experiencia de la vida es una excelente herramienta para conseguirlo.
- 4. Mantener los lazos familiares. Cuando la estructura familiar salta por los aires, los abuelos son a menudo los únicos que mantienen los lazos intergeneracionales y genéticos. Son ellos los que encarnan los valores esenciales de pertenencia, origen y cohesión. Ayudan a los niños a mantener su identidad cuando no saben va dónde están sus raíces.
- 5. **Divertirse**. Los momentos de encuentro entre abuelos y nietos son a menudo tiempo de vacaciones. Son días de desayunos tardíos, de helados demasiado grandes, de pequeños placeres que se convierten en los mejores recuerdos. Abuelos y nietos tienen que poder disfrutar juntos de ese espacio y ese tiempo de libertad.

Los abuelos ayudan a padres y nietos, y son un referente y una fuente de experiencia y sabiduría para la familia. Son unas figuras muy importantes en las familias de todo el mundo. En los países de cultura cristiana se ha elegido el 26 de julio para celebrar el día de los abuelos, por ser el día en el que la liturgia católica conmemora a Santa Ana y San Joaquín, los padres de la Virgen María y por tanto, los abuelos de Jesús. Es por ello que proponemos siete planes divertidos para celebrar este día por todo lo alto con los abuelos.

1. Ver álbumes de fotos de la familia

Recordar es revivir. Hojear los álbumes de fotos de la familia puede traer divertidos y tiernos recuerdos a los abuelos. Recordar momentos felices y emocionantes favorece a la conexión de nietos y abuelos con el pasado, con sus raíces, y a aumentar su vínculo.

2. Elaborar juntos una receta casera y deliciosa. El día de los abuelos puede ser un día perfecto para preparar un desayuno, una comida o una merienda especial. A los nietos les encantará aprender a hacer recetas de los abuelos como crepes, muffins, bizcochos, una tortilla, una ensalada o un pan.

3. Dar un paseo por el campo.

Los paseos por el campo es una alternativa bastante acertada para un día tan especial con los abuelos. Además del ejercicio físico que promueve, nietos y abuelos pueden pasar un tiempo juntos, de las manos, y aprender mucho de lo que ven.

para celebrar el

DÍA DE LOS ABUELOS

4. Jugar a algún juego de mesa.

A los abuelos también les gusta mucho jugar, especialmente juegos de mesa como el dominó y el ajedrez... O simplemente juegos con papel y lápiz. Les encantará enseñar a los nietos o aprender a jugar algo nuevo.

5. Ver una película juntos.

Hay muchas opciones de películas que nietos y abuelos pueden ver juntos. Películas que hablan de abuelos, de lo mucho que enseñan y aportan a sus nietos. Películas tiernas que cuentan experiencias con las que pueden aprender mucho.

6. Aprender a hacer cosas con las manos.

Hay mucho que aprender con los abuelos. Aparte de los valores y de sus experiencias, los niños pueden aprender a coser un botón, a hacer ganchillo y a elaborar puntos de cruz, a pintar, dibujar... y muchas otras cosas hechas con las manos.

7. Leer cuentos sobre abuelos.

La lectura es una actividad gratificante no solo para los abuelos como también para los niños. Compartir un cuento sobre abuelos puede ser una forma muy cariñosa para homenajear a estos verdaderos héroes para sus nietos.

Por Manuel Torres

ABUELOS,

FIGURA FUNDAMENTAL EN LOS HOGARES MEXICANOS

Según reportes del Instituto Nacional de Estadística y Geografía Informática (INEGI), los abuelos cuidan al 55% de infantes de mamás mexicanas que trabajan.

Cada vez son más los abuelos quienes educan a los hijos en un segundo plano. Por ello, la figura del abuelo está tomando mayor protagonismo en el núcleo familiar y en la crianza de los nietos.

La importancia de los abuelos en la educación se puede resumir en 10 claves:

- 1. Son una fuente de amor incondicional.
- 2. Cuidan a sus nietos.
- 3. Transmiten valores. Con frecuencia enseñan el respeto, la austeridad, la prudencia, la dignidad, «ser buena persona», «ser educado» y los valores religiosos. Y lo hacen de manera indirecta, indirectamente a través de los padres o del modelado, juegos, historias y entrenamiento directo.
- 4. Cuentan historias y tradiciones familiares.
- 5. Juegan y miman a los nietos.
- 6. Arbitran en situaciones familiares conflictivas entre padres e hijos.
- 7. Intervienen y prestan ayuda en momentos de crisis.
- 8. Guardia de la familia. Están disponibles en las emergencias.
- 9. Conservan la biografía familiar. Difunden las tradiciones y la herencia familiar.
- «Estan ahí». Dan estabilidad en momentos de dificultad.

¿Qué representan los abuelos en la vida de los niños y niñas?

Los abuelos representan muchas cosas importantes en la vida de sus nietos y nietas. Tienen una gran influencia sobre lo que hacemos o no hacemos. No es raro el caso de nietos o nietas que sigan los pasos profesionales o personales de sus abuelos o se intenten desligar de la tradición familiar, por ejemplo.

Además, los abuelos representan la dedicación. Debido, como decíamos antes a su longevidad y que, ya no trabajan, pueden dedicar más tiempo a sus nietos y nietas, ejercitar su paciencia y jugar con ellos. Son frecuentes los abuelos que llevan a sus nietos y nietas al cine, al teatro, a dar un paseo o, incluso, a montar en bici. Los abuelos contribuyen, además, a la educación de los niños y niñas, enseñando valores y dando información que está en la familia desde hace años.



DÍA DEL ABUELO 28 de agosto



Queridos amigos, entramos en el siguiente capítulo de encuentra tu persona vitamina y hoy nos toca hablar del amor.

El amor es un tema que me apasiona y supongo como a muchos de los que están escuchando, por que todo ser humano necesita querer y sentirse querido, pero ya cuando entramos al plano de la pareja, hablamos del amor en mayusculas.

Cuando comencé a ver pacientes con mi padre y en los hospitales y en diferentes terapias, me daba cuenta de la cantidad de gente que sufría problemas de pareja y también acudían a terapias de pareja para aprender y entonces me hice una pregunta, el problema no estaba con la gente que no acierta en la pareja, es decir el origen de las cosas están en el momento donde uno elige esa pareja, quizás uno que me este escuchando, me diga pero Marian si uno no elige a la pareja si no la pareja un día surge, es una chipa, algo sucede, es aquí donde yo vengo a transmitirte mi mensaje.

Después de muchísimos pacientes y años escuchando historias, diseñe de lo que yo denomino la teoría de la pirámide, es una pirámide, un triangulo, en el cual intento explicar a las personas como acertar en la pareja, yo digo que esta teoría de la pirámide existen 4 fases, la primera es la chispas cuando tu ves a alguien y algo surge dentro de ti, puede ser lógicamente en la parte física, por que la atracción física es importante pero puede ser otra cosa, la cercanía,

Por Manuel Torres

la dulzura, la manera de comportarse, algo de la otra persona que de repente te llama la atención y te hace querer conocer mejor, hay mucha gente que cree que eso ya nos determina, y es aquí donde yo vengo a contarte lo que yo pienso, tras ese momento de chispazo inicial, uno tiene que dejar paso a la cabeza.

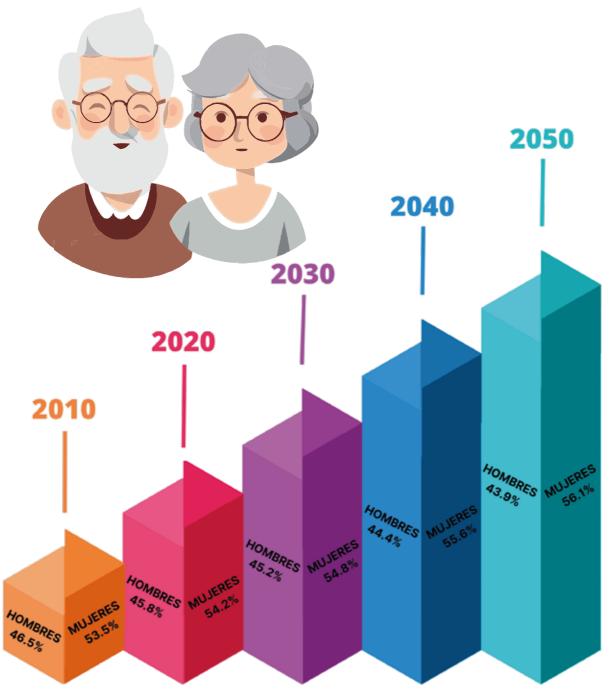
Segunda fase fundamental, meter la inteligencia, a veces es cuestión de segundos, minutos, semanas, días, meses, en mi caso particular, fue un poco lenta y me duro casi un año, donde uno se debe preguntar ¿ me conviene ? ¿ Me hace ser mejor personas ? ¿ Saca lo mejor de mí ? Y ¿ esta dentro de mis criterios ? Si alguna de estas preguntas es que no, mi recomendación es que no sigas a delante.

El tercer paso es enamorarse, por que estoy segura que muchos conocen o les ha sucedido que conocen a alguien que primero les parece interesante y se dan cuenta que encaja en nuestro proyecto vital pero no se enamoran, es decir falta siempre algo, hay algo muy importante que surge y uno se da cuenta que es una persona que vale la pena pero falta algo y eso es enamorarse



Por: Diana Gómez

Distribución porcentual por sexo de la población de 60 años y más, por décadas de 2010 a 2050



La relación hombre-mujer indica que por cada 100 mujeres de 60 años y mas, viven 87 hombres de esas edades y conforme se incrementa la edad, la supremacía femenina se hace evidente con la reducción de dicha razón, de tal forma que entre las personas de 80 años o más, hay solamente 77 hombres por cada 100 mujeres.

http://cedoc.inmujeres.gob.mx/documentos_download/101243_1.pdf





Los servicios incluyen:

- Traslado en carroza a crematorio.**
- Sala de despedida.
- Cremación individual (de 1 a 50 kilos).
- Constancia de cremación.
- Recuperación de cenizas en urna Básica.
- Placa para urna grabada

Contamos con planes a previsión desde \$305 pesos a 12 meses*.

Jardin 🥖

*(pagos de contado, domiciliados a tarjetas de crédito y/o *Planes a 3, 6, 9 y 12 meses

** Producto especial.

tel: 55 3400 2466

iardindemascotas

www.jardindemascotas.com.mx



TEL: 55 57798400

- Confortables salas de velación.
- A elección: fosa o gaveta (temporalidad) o cremación.
- Nichos familiares (perpetuidad).
- Instalaciones de primera calidad.

www.jardinguadalupano.com