

Todos los [resultados deportivos](#) en **Multimarcador**

[Iniciar sesión](#) | [Regístrate](#)

Granada

[Listas](#)

[Foros](#)

[Calle 20](#)

[Resultados deportivos](#)

[Portada](#) | [Tu ciudad »](#) | [Gente](#) | [Tele](#) | [Deportes](#) | [Tecnología](#) | [Videojuegos](#) | [Cine](#) | [Música](#) | [Zona 20](#) | [Vivir Vivir](#) | [Servicios »](#)

[Cartas de los lectores](#) | [Tele](#) | [Cartelera](#) | [Fotos antiguas](#) | [Callejero](#) | [Empleo](#) | [Edición impresa](#) | [Mini20](#) | [RSS](#) | [Conciertos](#) | [Granada](#) ☀️ 25°C [Ver más ciudades](#)

Lunes, 16/06/08. **Actualizado hace 1 minuto**

Haz 20minutos.es [tu página de inicio](#) | 363.253 lectores diarios (OJD abril 2008)

[Enviar](#)

[Imprimir](#)

Artículo 2 de 11 en [Granada](#) | [« Anterior](#) - [Siguiente »](#)

Enviar a:

[Menéame](#) | [Digg](#) | [Del.icio.us](#) | [Technorati](#) | [Yahoo](#) | [Fresqui](#)

Nota: debes estar registrado en estos servicios para anotar el contenido

[¿Hará sol mañana?](#)

[Callejero](#) y [mapa](#) 2008

Los mayores aprenden a pensar y organizarse para sentirse útiles

A. HUERTAS. 15.06.2008

La profesora Ramona Rubio gestiona un plan de ayuda en una decena de centros de día.

Los alumnos se apoyan y dejan a un lado la soledad.

El programa Ciudad Granada reúne todos los jueves a 100 personas.

CONSULTA AQUÍ MÁS [NOTICIAS DE GRANADA](#)

Las personas mayores tienen, en la mayoría de los casos, mucho tiempo libre y pocas actividades para llenarlo. La Universidad de Granada, a través de los **programas de ayuda coordinados por la profesora Ramona Rubio**, trabaja en más de una veintena de residencias y una decena de centros de día.

Rubio, catedrática de Psicogerontología, realizó hace unos años un estudio nacional sobre **la soledad de las personas mayores**.

Los resultados fueron contundentes: En España se calcula que hay 1,6 millones de mayores en soledad y Granada es una de las ciudades con la tasa más alta, donde **uno de cada 5 granadinos mayores de 65 años vive solo**.

La Junta de Andalucía y los miembros de este departamento universitario se pusieron a manos a la obra para erradicar el sentimiento de tristeza.

Uno de cada 5 granadinos mayores de 65 años vive solo

«Son trabajos de intervención en los que enseñamos a la gente a pensar», afirma Rubio. «Lo importante -continúa- es que las personas **sepan qué hacer con su tiempo** y por qué. Así que les damos las pautas, los instrumentos, y ellos se organizan según sus gustos».

Estos talleres están consiguiendo que los mayores se sientan útiles no sólo por llenar horas, si no por aprender a gestionar qué hacer y **cómo hacerlo más allá de las simples manualidades**.

Ciudad Granada, es uno de los programas, donde cada jueves un centenar de personas, **entre los 60 y los 90 años**, se reúnen en la facultad de Ciencias para intercambiar inquietudes y participar en charlas, conferencias, mesas redondas...

Desde que nació, hace once años, muchos mayores han aprendido a **pensar en positivo** y ser un poco más independientes de los lazos familiares.

Carmen González. 70 años. «Me han devuelto a la vida»

Carmen se quedó viuda hace varios años y no pudo soportar la soledad. «Me entró una depresión tremenda, una vecina me habló de Ciudad Granada y desde entonces he vuelto a la vida. Aquí he aprendido a relacionarme con la gente, a usar el móvil y a ser independiente. Ahora soy yo la que doy ánimos».

CONSULTA AQUÍ MÁS [NOTICIAS DE GRANADA](#)

Artículos relacionados

[Ofertan más de 250 escapadas de otoño para los mayores andaluces, a partir de dos euros](#)

Ahora en portada...

20minutos.es



Condenan a Losantos por injurias graves a Gallardón

[Comentarios \(76\)](#)



Esther por fin 'triunfa', pero en la portada de 'Interviú'...

[Comentarios \(28\)](#)

[Cumple el vaticinio](#) | [Noelia 'berrea, berrea'](#)



... Y Pablo saca un punto de chulería

BLOG [Todo sobre 'OT'](#)

La saturación del INEM podría retrasar hasta tres meses el cobro del desempleo

[Comentarios \(28\)](#)



Pau Gasol: "No presto atención a las críticas"

[Comentarios \(1\)](#)

[Ganan los Lakers](#) | ENCUESTA: [¿Quién ganará?](#)



Pablo Carbonell ha fichado por 'Hospital Central'

[«La risa combate la depresión y la soledad»](#)

[70 voluntarios ayudan a combatir la soledad de las personas mayores con paseos](#)
(12/06/08)

La Guardia Civil para a los camioneros que van a Madrid sin llevar mercancía

[Comentarios \(241\)](#)

[Llegada masiva a Madrid](#) | [Peajes abiertos](#) | BLOG: [Vuelven los camioneros airados](#)

[El paro hace subir los precios en los mercados](#) | [Las claves del paro](#) | [Quién es quién](#)

El estado de los mercados: [Madrid](#) | [Santander](#)

[Más noticias en 20minutos.es](#) [Haz 20minutos.es tu página de inicio](#)

Anuncios Google

Todo Riesgo desde 300 €
Calcula ahora tu seguro. Pásate a Fénix y Pásalo.
www.FenixDirecto.com

Comentar

[Usuario registrado](#) | [Regístrate](#)

Escribe tu comentario

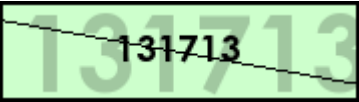
Nombre (Obligatorio) [Identificate](#)

Correo electrónico (Obligatorio)

Página web (si tienes)

☐ **Mostrar mis datos**

Introduce el número de la imagen (Código de verificación para prevenir envíos automáticos).



[Normas para comentar en 20minutos.es](#)

Esta es la opinión de los internautas, no la de 20minutos.es.

No está permitido verter comentarios contrarios a las leyes españolas o injuriantes.

Nos reservamos el derecho a eliminar los comentarios que consideremos fuera de tema.

Por favor, céntrate en el tema.

[Avísanos de los comentarios o avatares fuera de tono.](#)

[Normas y protección de datos](#)

Noticias	Portada • Gente • Tele • Deportes • Tecnología • Videojuegos • Cine • Música • Zona20 • Vivir Vivir • Entrevistas • Videos • Fotos • Archivo • Edición impresa
Ciudades	A Coruña • Albacete • Algeciras • Alicante • Almería • Ávila • Badajoz • Barcelona • Bilbao • Burgos • Cáceres • Cádiz • Cartagena • Castellón • Ceuta • Ciudad Real • Córdoba • Cuenca • Elche • Gijón • Girona • Granada • Guadalajara • Huelva • Huesca • Jaén • Jerez • Las Palmas • León • Logroño • Lleida • Lugo • Madrid • Málaga • Marbella • Melilla • Murcia • Ourense • Oviedo • Palencia • Palma • Pamplona • Pontevedra • Salamanca • San Sebastián • Santander • Santiago • Segovia • Sevilla • Soria • Tarragona • Tenerife • Teruel • Toledo • Valencia • Valladolid • Vigo • Vitoria • Zamora • Zaragoza
Servicios	Alertas SMS • Callejero • Cartelera de cine • Descarga de software • Empleo • Encuestas • Foros • Listas • Loterías • Mini20 • Museo Virtual • Páginas amarillas • Páginas blancas • Sindicación • Tiempo • Trivial • Vivienda • Resultados Elecciones
Blogs	Blogs 20minutos • Premios 20Blogs
Opinión	Columnistas • Cartas de lectores • Viñetas
Minuteca	Fernando Alonso • Gran Hermano • Tokio hotel • Paris Hilton • Interviú • Victoria Beckham • IRPF • Angelina Jolie • Zapatero • Rajoy • Juegos Olímpicos • Penélope Cruz • Javier Bardem • iPhone • Eurocopa • Operación Triunfo
Enlaces	El Tiempo • Mapas
Corporativo	Trabaja con nosotros • Condiciones de copia y distribución • Quiénes somos • Publicidad • Aviso Legal • Contacto • Titulares RSS

Este periódico se publica bajo licencia Creative Commons