

La Voz de los Mayores

Revista semestral de la Federación Provincial de Asociaciones de Jubilados y Pensionistas de Salamanca

El respeto a los mayores
debería formar parte de la asignatura de
Educación para la Ciudadanía, pero
lamentablemente esa nueva
materia no recoge algo tan
importante

Antonia M. Xabarena

El periodista **Juan Caño** explica
los diez mandamientos para una buena jubilación

Número extraordinario mayo-junio de 2020

LA VOZ DE LOS MAYORES número extraordinario mayo-junio de 2020

ESTER ÁLVAREZ LAMAS: Es psicóloga clínica y experta en Gerontología. En 15 años de experiencia profesional ha trabajado como psicóloga clínica en centros asistenciales, ayuntamientos, Diputación, talleres de empleo y asociaciones de mayores

CARMEN RUIZ MARTÍN: trabajadora social, criminóloga y orientadora familiar. Desde su comienzo profesional, hace 19 años, ha trabajado en la Diputación, Cruz Roja, ayuntamientos, residencias y asociaciones de mayores, centros de día y de atención primaria.

Ambas, dirigen el Gabinete de Psicología y Orientación Familiar en Salamanca y también poseen consulta en Gujuelo. Imparten numerosos cursos y conferencias para asociaciones de mayores, tanto en la capital como en la provincia.
Ver más información en: www.psicologiaorientacionfamiliar.com

S
o
b
r
e

En nuestro país cada 5 minutos se rompe un matrimonio y el número de separaciones y divorcios crece cada año: tres de cada cuatro matrimonios se separan.

Ante esto, cabe preguntarnos cuál es el "secreto" que mantiene unidas a las parejas durante toda la vida. Y es que la clave para permanecer juntos es tener un proyecto común de vida, se trate de compartir las ideas de futuro, las ilusiones y colaborar para alcanzarlas.

El hacer frente con el compañero a la pareja, a las alegrías del éxito, a las penas y frustraciones de la vida, son una de las mayores fuerzas de unión de una pareja a lo largo del tiempo. Es precisamente la superación de estas situaciones más conflictivas lo que hace en las parejas que se consolida su relación.

El amor de los sesenta años es mucho menos egoísta, más desinteresado, con la edad se ha logrado que se adapten el uno al otro, hacen juntos cosas que les gusta a ambos, se toleran, se comprenden.

**La afectividad en la madurez:
superando obstáculos**

- 30 -