

# Abriendo puertas



Organización Recicla Alicante  
para la cooperación al desarrollo norte - sur

Boletín Nº 21

Artículo de Opinión

## La importancia del tiempo



Del tiempo hablamos de ganarlo, perderlo o ahorrarlo, pero lo cierto es que ni siquiera puede atesorarse. El tiempo avanza de manera inexorable y no hay nada que podamos hacer para modificar su curso. Imposible lograr que se desarrolle más lento o más rápido, o pretender guardar un poco para el futuro.

Hace un par de semanas una gran superficie nórdica nos enseñaba su anuncio de Navidad en el veíamos a niños redactando dos cartas, una a los Reyes Magos y otra a sus padres. Tenían que escoger a quienes de los dos enviarla, y el resultado lo hemos visto todos: prefirieron enviar la masiva a sus padres, y en ella les pedían que jugaran más con ellos y también les solicitaban más tiempo para estar juntos.

Hay una canción que dice: "a veces hay cartas que llegan demasiado tarde". No sé qué nos está ocurriendo. Vamos corriendo a todas partes y nos estamos olvidando de lo más importante, que es dedicarle tiempo a los hijos, hermanos, padres, familiares y amigos. Hagamos que esas cartas, wasaps o mensajes no lleguen demasiado tarde. Está en nuestras manos cambiar y darle ese tiempo a todas las personas que queremos.

¡Qué efímero tiempo! Creo que deberíamos recapacitar y pensar que ir a todas partes corriendo no nos lleva a ningún lado. Disfrutemos con nuestros familiares y amigos nuestro tiempo, que al final es lo único que nos quedará y recordaremos.

Volvamos a reencontrarnos con los valores transmitidos por nuestras generaciones pasadas, y debo decir en honor a la verdad, que algo sabios eran. Recuerdo ver a mis abuelos, padres, tíos, primos y algunos amigos de la familia reunidos frente al fuego en casa, si era invierno o en verano en la terraza. Pasábamos las tardes con juegos de mesa y charlando, algo que hoy lo hemos cambiado por pasarlas en centros comerciales, o imbuidos en las nuevas tecnologías. No estamos sabiendo disfrutar de nuestros seres queridos y amigos. Debemos aprender y enseñar a usar estas nuevas herramientas y tener claro que nunca deben sustituir las relaciones humanas.

Hace algún tiempo ví en el muro de una amiga una frase que leí con mucha atención. Decía algo así...

"Si todos los caminos llevan a Roma, ¿cómo se sale de Roma? A veces pensamos demasiado y sentimos muy poco. Mi abuelo decía que si alguien quiere seriamente formar parte de tu vida, hará lo imposible por estar en ella, aunque en cierto modo, perdemos entre pantallas el valor de las miradas, olvidando que cuando alguien nos dedica su tiempo, nos está regalando lo único que no recupera jamás. Y es que la vida son momentos, ¿sabes? Que ahora estamos aquí, y mañana... mañana no lo sabemos....."

Aunque hablaba de la amistad, también podría ser válido para cualquier tipo de relaciones humanas.



## Nuestros mejores deseos para el 2015



Los niños y niñas disfrutaron de una fiesta con merienda junto a sus padres como despedida por la Navidad

## Fiesta con los niños de 'Creciendo juntos'

Los niños y niñas que participan en el proyecto 'Creciendo Juntos' que se desarrolla en el 'Aula Recicla', disfrutaron de una fiesta con merienda incluida para dar la bienvenida a la Navidad.

Fue el pasado miércoles 17 de diciembre cuando las profesoras y el coordinador Mauricio García, decidieron despedir el 2014 de una forma diferente.

Tanto los niños y niñas como sus padres asistieron a la fiesta, que sirvió como una jornada de convivencia y acercamiento, tanto

para los pequeños y sus progenitores como para las profesoras. En la fiesta "se merendó, se jugó y se entregaron regalos", comenta Mauricio García.

En el proyecto 'Creciendo juntos' participan 13 niños con problemas de aprendizaje a los que se les da apoyo escolar.

Comenzó el pasado mes de octubre en el 'Aula Recicla', sita en la Calle Rufino Gea, 3, 3º A y desde entonces, "los niños han mejorado mucho en tan solo algo más de dos meses. Van comprendiendo y

asimilando las tareas de clase y aunque hay alguno revoltoso, como niños que son, van adaptándose poco a poco a las clases", afirma Julia Soto, coordinadora del proyecto.

En la fiesta,  
celebrada el 17 de  
diciembre, se  
merendó, se jugó y  
se entregaron  
regalos



Un momento de la merienda, con juegos incluidos en la última tarde del proyecto antes de las Navidades



# Mauricio García y Benito Zuazu, delegados de Asafán de la Vega Baja y provincial

## “La reforma del IRPF beneficiará más a las familias numerosas a partir del 1 de enero”

El 2015 comienza con una buena noticia para las familias numerosas. La reforma de la ley del IRPF beneficiará a alrededor de 8.600 en toda la provincia de Alicante. Se da así un paso más para equiparar y compensar a las familias numerosas, pero como dice el delegado de Asafán en la Vega Baja, Mauricio García, “necesitamos que estas políticas mejoren”. Asafán es la Asociación Alicantina de Familias Numerosas que trabaja día a día para echar una mano a las personas que han decidido tener tres o más hijos.

Para conocer las nuevas ayudas y compensaciones, hablamos con Mauricio García, delegado de Asafán Vega Baja y con Benito Zuazu, coordinador provincial.

**Buenas noticias ya en enero para las familias numerosas.**

**Benito Zuazu.** Sí, se ha aprobado en Las Cortes españolas el nuevo reglamento del IRPF que se aplica desde el 1 de enero. Las familias numerosas de categoría general vamos a tener 1.200 euros que nos podemos desgravar de la cuota que tenemos de los máximos de nuestros ingresos. Si se es familia numerosa especial, 2.400 euros. También hay para discapacitados. Es decir, una persona discapacitada o una familia que tenga un discapacitado con más de un 33% de discapacidad, tendrá 1.200 euros también.

**Mauricio García.** Lo más importante es que son acumulativos, es decir, puede ser familia numerosa especial, 2.400 euros, si además tengo un discapacitado con un 33%, pues 1.200 euros más y si además, soy madre trabajadora con un niño de 0 a 3 años, tengo también 1.200 euros al año.

**¿Qué diferencia hay entre una familia numerosa general y una familia especial?**

**B.Z.** La familia numerosa general es la que la forma el matrimonio y tres o cuatro hijos y la especial es a partir de cinco hijos. Pero también hay casos especiales. Un hijo discapacitado cuenta como si fueran dos, o sea, si yo tengo dos hijos y uno de ellos tiene una dis-

capacidad reconocida, me cuenta como si tuviera tres hijos, así tendría el título de familia numerosa. En la ley de las familias numerosas también hay un apartado que se refiere a los viudos o viudas que, con dos hijos, se le reconoce el título de familia numerosa. Todo esto sería hasta que los hijos tengan 21 años si no estudian o hasta los 26 si están estudiando.

**M. G.** Con el ejemplo que se ha puesto de discapacidad también consta para los progenitores. Si el padre o madre tiene una discapacidad mayor del 33%, también pasa a contar como familia numerosa con dos hijos.

**Las familias numerosas siempre han sufrido alguna que otra discriminación pero desde hace unos años parece que van teniendo más fuerza, por lo menos socialmente.**

**B.Z.** Yo creo que la sociedad se está dando cuenta de que las familias numerosas tenemos el activo que se necesita, que son niños. España es el país con menor índice de natalidad en toda Europa, incluso somos el número dos en el mundo, o sea, ya no hay relevo generacional. Cuando hay políticas familiares que se están aplicando en Europa, en España mirábamos para otro lado, y ahora estamos sufriendo estas consecuencias. ¿Por qué las familias numerosas estamos ahora en boga? Porque realmente tenemos la solución, que son los niños y es lo que necesita la sociedad. Nosotros por convencimiento propio los hemos tenido. Yo no buscaba subir el índice de natalidad ni nada, así lo decidimos mi mujer y yo, pero sí veo justo tener una compensación y una ayuda por la crianza de mis hijos. Estamos consiguiendo muchas ayudas como las del IRPF, también en becas, pero aún así estamos muy lejos de como tendría que ser.

**¿Ha costado mucho convencer a los políticos para que tengan en cuenta estos beneficios o ayudas?**

**B.Z.** Convencerles de que funciona no cuesta porque lo ven rápidamente, el problema es cuando hay que ponerle números a esa propuesta. Ahí empiezan los “madres mías” y los “no se puede”. Pues hay que poder, porque si no el sistema público de pensiones se nos viene abajo, la pirámide generacional ya no existe. Somos cada vez más mayores y menos gente joven activa trabajando, y la inmigración no ha sido solución tampoco. Los políticos



Benito Zuazu, Coordinador de Asafán Alicante, a la izquierda de la imagen, junto a Mauricio García, Delegado de Asafán Vega Baja

siempre en época electoral nos dicen que nos van a tener en cuenta, que nos meten en los presupuestos, que vamos a recibir tal ayuda... Son pequeños ladrillos, está claro que toda piedra hace pared, pero habría que hacer una pared gorda y potente para apostar, no solamente mirando a las próximas elecciones, sino a una política de estado que venimos demandando las familias numerosas de la Vega Baja.

**M.G.** Las políticas familiares en España están muy atrasadas con respecto a las europeas. Se considera, se defiende y se protege más a las familias pasando los pirineos que de los pirineos hacia abajo. Las ayudas que se dan a las familias numerosas en España son totalmente irrisorias comparado con las ayudas que pueden prestar en Francia, Bélgica, Holanda, o los países del norte de Europa. Siempre hablamos de que nos queremos parecer a Europa pero nunca se da ese paso para, realmente, ser Europa, aunque pertenecemos a ella. España siempre se queda a la mitad. Necesitamos que estas políticas se mejoren.

**¿Qué pueden hacer las familias numerosas que todavía no se han beneficiado de ayudas?**

**M.G.** Asafán tiene delegaciones en toda la provincia. La sede principal está en Alicante en la Calle de García Andreu, 4, pero también hay sede en Elche en la Calle Gilberto Martínez, 47, en Crevillente en Parc Nou (Centro de Mayores), en Orihuela en la

Calle Rufino Gea, 3, 2º B, en Torrevieja en Avda. Asunción, 44 Urbanización Los Balcones. También hay delegaciones en

Aspe y en Alcoy. Por cualquiera de ellas se pueden pasar sin ningún problema para preguntar y serán bien informadas.

### Nuevas modificaciones del IRPF

#### Familias y discapacidad

- Hasta 1.200€, con posibilidad de cobro anticipado 100€ mes, para 750.000 familias.
- Por familia numerosa (doble en caso de categoría especial) o por ascendientes o descendientes a cargo con discapacidad.

Compatibles y acumulativas, entre sí y con la deducción por maternidad de madres trabajadoras con hijos < 3 años que se mantiene.

#### Familia integrada por dos cónyuges y tres hijos, uno de ellos con discapacidad

- a) Trabajan ambos padres fuera del hogar en 2015, cada cónyuge en su declaración de IRPF:
- Por familia numerosa: 600 € cada uno
  - 12 meses x 50 € (su importe se prorratea entre ambos padres)
  - Por descendiente con discapacidad: 600 € cada uno
  - 12 meses x 50 € (su importe se prorratea entre ambos padres)
- TOTAL FAMILIA: 2.400 euros anuales.**

b) Sólo trabaja uno de ellos en 2015: el cónyuge que trabaja en su declaración de IRPF:

- Por familia numerosa: 1.200 €
  - 12 meses x 100 € (su importe no se prorratea, sólo uno tiene derecho)
  - Por descendiente con discapacidad: 1.200 €
  - 12 meses x 100 € (su importe no se prorratea)
- TOTAL FAMILIA: 2.400 euros anuales.**

“Las políticas familiares en España están muy atrasadas con respecto a Europa”, afirma Mauricio García



## El rincón de la psicóloga

### El síndrome del nido vacío



En estas fechas navideñas me estoy encontrando con muchas publicaciones que hacen referencia a este término.

El Síndrome del Nido Vacío se utiliza para denominar a un conjunto de sentimientos de carácter negativo como soledad, vacío, tristeza, melancolía o irritabilidad que son experimentados por los padres cuando sus hijos se marchan definitivamente de casa. El nombre que se usa para llamarlo compara al amor en casa con un nido de aves y cuando llega el momento de volar, el polluelo, inevitablemente, se irá. Deja así una gran ausencia en el hogar familiar provocando en los padres y madres este síndrome. A pesar de carecer de entidad clínica diagnosticable, existen una serie de síntomas frecuentes que lo caracterizan como:

Sentimientos de tristeza, llanto o ganas de llorar más frecuente de lo normal y durante un período prolongado.

Recuerdos constantes de cuando los hijos eran pequeños.

Sensación de pérdida del sentido de la propia vida y sentimiento de que nunca van a ser tan felices como cuando estaban los hijos en casa.

Problemas para dormir y otras quejas somáticas.

Aburrimiento o sensación de no tener nada que hacer.

Es importante tener en cuenta que, para hablar de "síndrome de nido vacío", estos síntomas deben aparecer tras el abandono del hogar de uno o varios hijos, y no estar asociados a ningún otro problema emocional como algún trastorno del estado de ánimo. Para poder afrontarlo, es necesario normalizar las emociones, es decir, buscar información sobre lo que nos está ocurriendo para poder entenderlo.

Saber que nuestro rol de padre o madre continúa ya que es independiente de que nuestros hijos vivan en casa o no. Visitarlos y que ellos también vengán a casa.

Buscar nuevas actividades, roles o 'hobbies' para realizar en nuestro tiempo libre y de los que disfrutemos, solos o con nuestra pareja.



## Cuidamos nuestro Medio Ambiente Llamamiento a la educación Medio Ambiental



La educación ambiental es muy importante, porque cuidar el ambiente es cuidar la vida. En la medida en que protejamos nuestro ambiente inmediato, podemos conservar nuestro país y nuestro planeta y garantizar un legado de supervivencia para las futuras generaciones.

Hoy en día es común hablar sobre la necesidad de conservar y hacer mejor uso de nuestros recursos porque cumplen una función vital para satisfacer nuestras necesidades básicas.

El ambiente es de todos, por ello los seres humanos debemos cuidarlo, mejorarlo y preservarlo para así tener un presente y un futuro mejor.

La cultura ambiental no es un comportamiento ciudadano sino una faceta cívica. Es el mantenimiento de un entorno de vida. Es aquí donde radica la importancia de la educación ambiental, donde las personas deben de hacer conciencia sobre su medio ambiente, así como de todo lo que le rodea, ya que si no se hace algo, entonces se perderá una infinidad de animales, plantas y árboles, pero sobre todo acabaremos con nuestro planeta Tierra. Los profesores deben considerar importante esta disciplina (Educación Ambiental) para que se fomente en los centros educativos y a cualquier nivel. Así habrá una posibilidad de actuar ante tal problema. Hay que tener en cuenta de que no sólo afecta a una sola persona sino a muchas. La educación ambiental es responsabilidad de todos.



## Trabajando por la Educación

### La importancia de la educación



Hoy en día, la gente no tiene conciencia de la importancia de la educación, porque desgraciadamente, hay una idea confusa con este término.

Por una parte, hay que tener claro que la educación es externa a la escuela, es decir, parte de las familias y la escuela enseña y refuerza la educación que se da en casa.

La educación no es sólo tener buenas notas en el colegio. En las escuelas, en muchas ocasiones, se valora la reproducción literal de respuestas únicas y esto no debería de ser así, ya que algunas personas tienen una buena educación y carecen de títulos académicos.

Pues bien, hay que tener en cuenta la importancia de la educación, porque una persona "educada" presenta las siguientes características:

- La capacidad de pensar y de actuar de forma correcta. Ser capaz de desarrollar uno mismo todas sus posibilidades.

- Ser empáticos. Una persona educada es aquella que se sensibiliza con la otra persona y la trata con delicadeza. Con ella nos sentimos cómodos.

- Sacar lo mejor de uno mismo. Es importante hablar de una persona educada, cuando es capaz de superar obstáculos, ser mejor persona y sobre todo, saber vivir la vida de una forma positiva para ser feliz.

- Ser libres. Es imprescindible conseguir tu propia independencia y tomar tus propias decisiones de una forma madura y adulta, saber asumir consecuencias y aprender de tus propios errores.

Después de tener claro estos puntos, como educadora, le doy mucha importancia al tema de educación ya que intento dejar claro lo que realmente significa este término. En aspectos generales, la educación consiste en ir progresando en la vida poco a poco hasta conseguir la madurez, responsabilidad y libertad que te hace falta para ser una persona "EDUCADA".

En Recicla-Alicante trabajamos dicha madurez en los alumnos y potenciamos esa educación que se ha empezado en casa. Aquí lo que queremos es conseguir personas educadas para que tengan un buen futuro como personas adultas.



## Hablamos de Justicia Social

### Día Internacional del Voluntariado



Voluntario/a es aquella persona que, además de sus propias obligaciones, dedica parte de su tiempo libre y altruistamente y de manera continuada, a actividades, no a favor de sí mismo ni de los asociados, sino a favor de los demás y de intereses sociales y colectivos, dentro de un proyecto que no se agota en la intervención misma, sino que tiende a erradicar o modificar las causas que lo provocan.

Las cuatro características del voluntariado son: libertad, unidad, solidaridad y generosidad.

Las personas voluntarias realizan en las asociaciones y fundaciones todo tipo de tareas, como por ejemplo: recogida de datos y testimonios sobre una determinada situación; información y sensibilización, difusión, dando a conocer situaciones; orientación y asesoramiento, escuchando, prestando apoyo y facilitando información a personas o colectivos; formación, educando en valores, capacitando en habilidades sociales; dirección, gestión y mantenimiento de organizaciones de acción voluntarias.

El 5 de diciembre todos los años se celebra el DIA INTERNACIONAL DEL VOLUNTARIO y ya que acabamos de finalizar las navidades y las personas nos sentimos más sensibles, os proponemos unos pasos que os pueden ayudar a concretar la decisión de ser voluntario.

- PIENSA en tus motivos, en tus razones para hacerte voluntario. ¿Qué te mueve?
- MIRA a tu alrededor. ¿Qué necesidades, qué problemas, qué iniciativas de acción solidaria existen en tu entorno?
- VALORA tu disponibilidad, tus capacidades, tus intereses. ¿Qué puedes hacer?
- TOMA contacto con las organizaciones de acción voluntaria de tu entorno, infórmate, concreta tu compromiso. ¿Cómo, dónde, cuándo ... vas a trabajar?
- PARTICIPA, actúa, trabaja ... en tu proyecto de acción voluntaria y en tu organización.

