



# CLAVES PARA ENVEJECER BIEN

5º SEMINARIO DE HUMANIZACIÓN Y PASTORAL DE LA SALUD



**“LOS ANCIANOS SON LOS QUE NOS TRAEN LA HISTORIA, LA DOCTRINA, LA FE Y NOS LA DAN EN HERENCIA”**

**“EL SEÑOR NO NOS DESCARTA JAMÁS. ÉL NOS LLAMA A SEGUIRLO EN CADA EDAD DE LA VIDA Y TAMBIÉN LA ANCIANIDAD CONTIENE UNA GRACIA Y UNA MISIÓN, UNA VERDADERA VOCACIÓN DEL SEÑOR”**

ORGANIZAN:

Instituto Superior de Ciencias Religiosas  
**“San Francisco Javier”**

Ω

Delegación Diocesana De Pastoral de la Salud y Ancianos

# OBJETIVOS

Promover las condiciones precisas para que las personas mayores lleven una vida autónoma, ofreciendo medios para desarrollar sus potencialidades y retardar los procesos involutivos que acompañan a la edad avanzada. Todo ello a través del impulso y mejora del bienestar físico, psíquico y social y también espiritual-religioso, mediante un cuidado preventivo e integral.

# DESTINATARIOS

Este Seminario está abierto a todas aquellas personas que quieran descubrir el valor de los años y que les ayude a vivir la jubilación como una gracia, como un verdadero derecho y una verdadera necesidad. Una necesidad para ver y vivir la existencia, con serenidad, con verdad y alegría.

# PONENTES

- **Monseñor José Luis Redrado**, H.H. de S. Juan de Dios y Ex-Secretario del Pontificio Consejo de Pastoral de la Salud.
- **Juan Pedro Arbizu**, psicólogo clínico y psico-oncólogo en el Hospital de San Juan de Dios.
- **Margarita Fernández**, médico alergóloga. Médico en la Hospitalidad Diocesana Nuestra Señora de Lourdes.
- **Carmen Echávarri**, médico neuróloga en la Clínica Psico-geriátrica Josefina Arregui de Alsasua, especializada en atención a personas con enfermedad de Alzheimer y otras demencias.
- **Javier Alonso**, médico geriatra del Complejo Hospitalario de Navarra.
- **M<sup>a</sup> Teresa Fortún**, médico de urgencias en el Complejo Hospitalario de Navarra.
- **Itziar Iraizoz**, médico geriatra del Complejo Hospitalario de Navarra.
- **Juana M<sup>a</sup> Caballín**, médico Gerontóloga.
- **José Ignacio Martín**, responsable del Servicio Religioso Hospitales y Delegado de Pastoral de la Salud y de ancianos.

# PROGRAMA

27 septiembre	José Luis Redrado Aprender a envejecer con alegría, felizmente
4 de octubre	Juan Pedro Arbizu Inteligencia emocional. Reconocimiento y manejo de nuestras emociones. Trabajando el sufrimiento
11 de octubre	Margarita Fernández Autocuidados en el envejecimiento
18 de octubre	Juan Pedro Arbizu <b>Comunicación. Con el otro, con uno mismo, "con la vida". La felicidad en el envejecimiento.</b>
25 de octubre	Carmen Echávarri Deterioro cognitivo. ¿Cómo detectarlo y prevenirlo?
8 de noviembre	Juan Pedro Arbizu Espiritualidad y sentido. Avanzando en nuestra historia de vida.
15 de noviembre	Javier Alonso Visión histórica y literaria de la vejez Toma de decisiones en personas mayores
22 de noviembre	M <sup>a</sup> Teresa Fortún La convivencia de las edades en familia
13 de diciembre	Javier Alonso Escenarios frecuentes al final de la vida Pensar y sentir la muerte
20 de diciembre	Itziar Iraizoz Envejecimiento y salud (trayectorias) Enfermedad en el anciano
10 de enero	Juana M <sup>a</sup> Caballín Voluntades anticipadas
17 de enero	José Ignacio Martín Badules Actitudes en el cuidado y en la convivencia con los mayores

*"¡Es un gran don para la Iglesia, la oración de los abuelos y de los ancianos! La oración de los ancianos y abuelos es un don para la Iglesia, ¡es una riqueza! Una gran inyección de sabiduría también para la entera sociedad humana: sobre todo para aquella que está demasiado ocupada, demasiado absorbida, demasiado distraída"*

Papa Francisco  
Catequesis audiencia general, Ciudad del Vaticano, 11/03/2015

## DATOS DE INTERÉS

- **Martes, de 17.00 a 19.00 horas**, desde el día 27 de septiembre de 2016 hasta el día 17 de enero de 2017.
- Las clases se impartirán en el Instituto Superior de Ciencias Religiosas, Avda. Baja Navarra, 64 (Edificio del Seminario)
- Número mínimo de alumnos: **15**
- **Precio: 85 euros**

## MATRÍCULA

- **Del 12 al 23 de septiembre**

**Mañanas:** de lunes a viernes de 9.00 a 14.00 horas

**Tardes:** de lunes a jueves de 17.00 a 19.30 horas

**CAJA RURAL DE NAVARRA** 3008 0206 19 2713670129

**LA CAIXA** 2100 3693 20 2210132082

**Avda. Baja Navarra, 64 (Edificio Seminario)  
31006 PAMPLONA**

**Tel. 948 29 11 00 - Fax: 948 29 11 03**

**E-mail: [iscr@iglesianavarra.org](mailto:iscr@iglesianavarra.org)**

**Web: [www.iscrsanfranciscojavier.org](http://www.iscrsanfranciscojavier.org)**

---