



La dignidad no envejece: reflexiones en el Día Mundial contra el Maltrato en la Vejez

En una esquina silenciosa del calendario, **el 15 de junio** nos recuerda una realidad que, con demasiada frecuencia, se esconde entre las grietas de la rutina: el abuso y maltrato hacia las personas mayores. No siempre se ve. A veces se disfraza de indiferencia, de impaciencia o de olvido. Pero está ahí. Y este día mundial existe para que dejemos de mirar hacia otro lado.

¿En qué momento empezamos a tratar la vejez como un estorbo y no como un logro? En una época obsesionada con la juventud, los cuerpos ágiles y el “estar al día”, los adultos mayores parecen ocupar cada vez menos espacio. Sin embargo, detrás de cada arruga hay una historia, una lucha, un legado. ¿No merecen acaso respeto, cuidado y atención?

El maltrato en la vejez no siempre es físico. Se manifiesta también en la exclusión, en la negligencia médica, en la precariedad económica, en decisiones impuestas y voces silenciadas. Es urgente ampliar nuestra comprensión del problema: no se trata solo de evitar golpes, sino de construir entornos donde las personas mayores puedan vivir con plenitud, libres de miedo, con el reconocimiento que se han ganado.

Este día no es solo una efeméride. Es un espejo. Nos invita a preguntarnos cómo tratamos a nuestros abuelos, a nuestros padres, a los mayores del barrio... y también cómo queremos ser tratados cuando nos llegue el turno de habitar esa etapa.

Honrar la vejez es honrar la vida misma. Es entender que el respeto y el buen trato no son actos de caridad, sino principios básicos de una sociedad verdaderamente justa.

Hoy, y todos los días, hagamos del respeto una práctica cotidiana. Porque la dignidad no envejece.

Acude el sábado 14 de junio a la caminata en conmemoración del “Día Mundial de Toma de Conciencia del Abuso y Maltrato en la Vejez” Inicia a las 9:00 a.m. en la Av. 16 de septiembre y Av. Ferrocarril en las Letras de Ciudad Juárez y termina en el CEMA (Centro Municipal de Artes) detrás de la catedral.

Programa de Vinculación con la Comunidad

Segundo Premio Adelante 2025



Este mes tuvimos el honor de entregar nuestro segundo Premio Adelante 2025 a la Sra. Margarita Franco Sagarnaga, una mujer ejemplar que, a sus 75 años, continúa trabajando con la misma dedicación y

honestidad que ha demostrado durante más de 60 años de trayectoria laboral.

Margarita fue elegida entre una terna de personas mayores de Ciudad Juárez por romper con los estigmas que la sociedad impone: que después de los 60 años ya no podemos seguir adelante. ¡Ella nos demuestra todo lo contrario!

En Girasoles premiamos justamente esa filosofía: que las personas mayores tengan más oportunidades de desarrollo, independencia y reconocimiento por todo lo que aportan día a día.

Agradecimiento especial a el Consejo Fray García de San Francisco y a su coordinadora María Sotera Limones, por proponerla y por acompañarnos en esta ocasión especial.

¡Felicidades, Margarita!

Eres un verdadero ejemplo de fortaleza y perseverancia.

Visita histórica del Consejo del Adulto Mayor



Por primera vez en la historia de Girasoles, recibimos la valiosa visita del Consejo del Adulto Mayor de la colonia Fray García de San Francisco durante una de nuestras conferencias comunitarias. El evento, titulado “Tecnologías sin barreras y los beneficios para las personas mayores”, fue impartido por el Mtro. René Noriega Armendáriz y generó un espacio de reflexión e intercambio enriquecedor.

Este momento histórico no solo reafirma la importancia de que las personas mayores continúen vinculándose con la sociedad, sino que también subraya cómo su participación activa en estos espacios les permite seguir creciendo, aprendiendo y fortaleciendo su inclusión.

¡Gracias al Consejo del Adulto Mayor por acompañarnos y demostrar que nunca es tarde para ser parte del cambio!

Programa Educativo



Celebramos el *Día de la Madre*, hubo música, juegos y sonrisas, para nosotros no se trata solo de una fecha conmemorativa. Este tipo de actividades son parte esencial de nuestro programa educativo, porque creemos que el aprendizaje no solo ocurre en talleres o charlas, sino también en los espacios donde compartimos nuestras historias, emociones y afectos.



Fomentar estos encuentros permite fortalecer el sentido de pertenencia, combatir el aislamiento y reconocer el valor de cada persona mayor dentro de nuestra comunidad.



El programa educativo continúa ofreciendo *espacios de aprendizaje y reflexión* con dos pláticas que nos invitaron a mirar hacia nuestro pasado, comprender mejor nuestro presente y fortalecer nuestro sentido de identidad.

La primera charla, “La importancia de Ciudad Juárez en la Revolución Maderista”, fue impartida por Rogelio Valles, quien nos llevó a través de los acontecimientos históricos que colocaron a nuestra ciudad en el corazón del movimiento revolucionario encabezado por Francisco I. Madero.



La segunda, “Volver a los campos: menonitas en Chihuahua”, estuvo a cargo de Itzel Aguilera, fotógrafa de profesión. A través de su mirada, nos acercamos a las raíces, costumbres y aportaciones de esta comunidad, reconociendo la diversidad cultural que habita nuestro estado.

Estas pláticas no solo nos permiten conocer más sobre nuestra historia y nuestro entorno: también fortalecen el tejido social y nos invitan a seguir aprendiendo a cualquier edad.



Programa de Asesoramiento



Hector Holguín es un ejemplo de perseverancia y esfuerzo. Después de recuperar su derecho de vigencia, comenzó a trabajar largas horas como guardia de seguridad. Sin embargo, las exigencias del trabajo eran tan altas que decidió dejarlo para cuidar su salud. En lugar de rendirse, Hector buscó la manera de seguir cotizando por su cuenta y, con gran empeño, logró finalmente completar sus semanas cotizadas y consolidar su derecho de vigencia.

Hoy, Hector es testimonio de que, con constancia y compromiso, se puede alcanzar la pensión por cesantía que tanto se merece.

¡Felicidades, Hector, por tu logro y por inspirar a otros a seguir adelante!

Módulos de Derechos Humanos: Empoderando a las personas mayores.

Como parte de las actividades de nuestro programa de Asesoramiento, surgieron los Módulos de Derechos Humanos. Estos módulos, desarrollados en colaboración con la [Comisión Estatal de los Derechos Humanos](#), están dirigidos a los Consejos del Adulto Mayor y tienen como principal objetivo informarles sobre sus derechos y, aún más importante, motivarles a hacerlos valer.

Creemos firmemente que conocer y ejercer sus derechos es una herramienta poderosa para la digna inclusión de las personas mayores en nuestra sociedad. ¡Gracias a todos los que participan y contribuyen a este valioso esfuerzo!



Programa Mejora Económica

Vuelta al Trabajo: porque nunca es tarde para empezar de nuevo

Sabemos que buscar trabajo después de los 45 puede sentirse difícil o hasta desalentador. Por eso creamos Vuelta al Trabajo, un programa pensado para acompañarte, orientarte y ayudarte a volver al medio laboral con más confianza y herramientas.

Aquí no solo te decimos “buena suerte”: te escuchamos, te conocemos, vemos tus fortalezas, y qué te gustaría hacer. Te ayudamos a armar o mejorar tu currículum, revisamos tu nivel de inglés si es necesario, y te preparamos con talleres para que llegues con más seguridad a tus entrevistas.

Además, te damos tips y herramientas para buscar trabajo de forma más efectiva. Porque sí, hay oportunidades... y mereces estar en disposición para ellas.

Y si alguien duda en contratar a personas mayores, que lo piense dos veces. Mira algunas de las ventajas de hacerlo:

- Faltan mucho menos al trabajo.
- Tienen la sensatez para equilibrar equipos jóvenes.
- Si se van, lo hacen con responsabilidad: avisan, no desaparecen.
- No entran en juegos ni sabotean al equipo.
- Traen muchas habilidades acumuladas con los años.
- Y cuando hay un problema... lo enfrentan directamente.

Tu experiencia sí vale... y te ayudamos a mostrarla mejor

En Vuelta al Trabajo, una de las primeras cosas que trabajamos con quienes se integran al programa es su [currículum](#). Muchas veces, por querer contar todo lo que han hecho, las personas llegan con CVs de varias páginas... y sin embargo, no logran reflejar lo mejor de su perfil.

Un ejemplo que nos encanta compartir es el de una persona que llegó con un currículum de más de cuatro hojas, lleno de datos, empleos pasados y detalles técnicos. Después de trabajar con ella, escucharla, revisar su experiencia y pensar juntas cómo comunicar su valor, ¡logramos dejarlo en una sola hoja, clara, directa y mucho más atractiva!

Un caso reciente fue el de Jacqueline Flores, quien el 15 de abril de 2024 acudió a su cita para comenzar su proceso de búsqueda de empleo. Ese día recibió [asesoría personalizada para buscar vacantes en línea, mejorar su currículum y evaluar su nivel de inglés](#). El 30 de abril completó su proceso participando en el [Taller de Reacondicionamiento de Vuelta al Trabajo](#). Actualmente, estamos apoyándola en la búsqueda de una vacante que se ajuste a su perfil y experiencia.

Porque no se trata de poner “todo”, sino de saber qué es lo esencialmente importante, cómo decirlo y a quién va dirigido. Así, cuando una empresa ve ese currículum, ve a alguien preparado, confiado y con mucho que aportar.

[En Vuelta al Trabajo te ayudamos a mostrar tu historia de manera profesional, actual y poderosa. Tu experiencia sí vale, y aquí estamos para ayudarte a ponerla en valor.](#)

Otras Novedades



Gracias al crecimiento y la demanda de los servicios del programa de asesoramiento, nos vimos en la necesidad (¡y la alegría!) de ampliar nuestro equipo.

Por eso, damos la bienvenida con mucho entusiasmo a Enriqueta Blanco, quien se integra como Coordinadora de Gestorías. Su labor será fundamental: estará encargada de realizar visitas a Consejos de Adultos Mayores y brindar atención directa a las personas que requieran apoyo legal-administrativo, permitiéndonos llegar a más personas y dar un seguimiento más cercano y eficaz.

Estamos seguros de que su experiencia y compromiso serán de gran valor para seguir fortaleciendo este trabajo colectivo que día a día va creciendo.

¡Bienvenida, Enriqueta!

Capacitación: "La causa de Girasoles"

El pasado mes, los colaboradores de Girasoles participaron en una enriquecedora capacitación titulada "La causa de Girasoles", impartida por Carola Amparán. Esta sesión tuvo como objetivo principal presentar la esencia de nuestra causa a las dos personas recién incorporadas, ayudándoles a integrarse de forma plena a nuestro equipo y comprender mejor nuestra misión.

Asimismo, fue una oportunidad para que los colaboradores con más tiempo en la organización continuaran profundizando en los valores y objetivos de Girasoles. Este espacio de aprendizaje permitió fortalecer el compromiso de todos y reforzar nuestro enfoque en ofrecer servicios y atención de la más alta calidad.



Paellada de Primavera: sabor, gratitud y buena compañía

Como cada año, celebramos con alegría una de nuestras tradiciones más queridas: la Paellada de Primavera. Este evento tiene un propósito muy especial: fortalecer los lazos y agradecer, de forma cercana y festiva, a quienes ayudan a hacer posible nuestro trabajo en Girasoles: nuestros benefactores y voluntarios.

La convivencia fue cálida y alegre, tal como la imaginamos. Compartimos risas, buena charla y, por supuesto, una deliciosa y vistosa paella que reunió a todos alrededor de la mesa.

Sin duda alguna, fue un evento que cumplió con su objetivo en toda la extensión de la palabra: decir gracias con el corazón, en un ambiente relajado, amable y lleno de sabor.

¡Gracias por acompañarnos y por seguir sembrando, junto a Girasoles, caminos de digna inclusión para las personas mayores!



Girasoles es una OSC acreditada por:



f Girasoles OSC www.girasoles.org.mx info@girasoles.org.mx
☎ 656 207 77 90 656 617 05 78 656 759 15 17
C. Saturnino Herrán No. 464 Col. Álamos de San Lorenzo C.P. 32340

