



PREMIOS FAMILIA 2020

Candidaturas

1. VIDEOLLAMADAS ENTRE ABUELOS Y NIETO

¡Hola a tod@s! Os escribo en nombre de mis padres para explicaros cómo hemos llevado esta etapa del Coronavirus y el confinamiento.

Antes de nada, os pongo en situación: mi madre con 76 años y mi padre con 82 y alguna patología son claramente personas de alto riesgo y que había que cuidar entre algodones durante el confinamiento.

Así que durante toda la fase 0 han permanecido obedientes en casa sin salir. A lo sumo lo justo para bajar la basura que la tienen a dos pasos del portal.

Por edad y por la gran brecha digital no disponen de internet en casa, y nada de pensar en móviles con wasap o videollamadas. Hace un par de años intentamos que aprendieran, pero fue realmente imposible; ellos decían que sus dedos y sus cabezas no estaban hechos para estos adelantos.

Así que bastante con que sean capaces de pulsar esas minúsculas teclas de números de los móviles antiguos que justo valen para realizar llamadas. (y aun así hay veces que la lían)

Con lo que os podéis imaginar la necesidad que tenían de ver a sus hijos y sobre todo a su nieto. Las llamadas “normales” les sabían a poco. Y cómo son estos abuelos que, en vez de estar preocupados por ellos, por su salud, estaban preocupados porque su nieto no estuviera agobiado en casa y no se traumatizara por el confinamiento.

Total, que como digo, no salían de casa, así que me tocaba ir una o dos veces por semana a su casa a llevarles la compra, dejársela en el rellano, hablar un rato con ellos desde las escaleras del portal, y comprobar que estaban bien, que todo seguía en orden.

Y en esos momentos aprovechaba para realizar desde mi teléfono móvil una videollamada para conectar a los abuelos con el nieto. Qué sonrisas se les plantaban en las caras a los abuelos, podían iluminar toda la estancia ☺ Eso sí, el audio no era el mejor, ya que al realizar la llamada yo desde el rellano y ellos desde dentro de casa, el eco que producía la estancia de las escaleras no era el idóneo. Pero no les oí quejarse por ello.

Cada visita de la compra esperaban con ganas esa videollamada que acercaba los lazos de sangre, esta vez por las ondas. Parece mentira lo que puede aliviar ese pequeño gesto, el tener las imágenes en vivo de tus seres queridos cuando estamos obligados a estar encerrados.

Antes de la pandemia nunca me hubiera imaginado a mis padres en una videollamada, y ya veis qué necesario ha sido para la salud mental.

2. CUMPLIR 50 AÑOS EN EL CONFINAMIENTO

Hola, buenas tardes, os voy a contar como hemos utilizado las nuevas tecnologías y en concreto para qué.

Somos una familia de cuatro, yo soy la peque, el 23 de abril, en pleno confinamiento, ama cumplió 50 años. Era una fecha muy importante en su vida y pensamos como podíamos darle una bonita sorpresa ese día. Ya que no podía juntarse con nadie pensamos que le haría ilusión ver a todos como la felicitaban (Familiares, amigos...).

Entonces decidimos hacer un video-montaje con fotos desde su infancia hasta el momento actual, (niñez, su comunión, sus amigos de la infancia, su boda, los nacimientos de sus hijas, etc.) Para ello, por medio de WhatsApp, correos electrónicos y video llamadas, pedimos a los amigos y familiares que nos mandaran fotos en las que apareciera ama sola y con ellos. Junto con nuestras fotos hicimos un montaje con música de Alejandro Sanz (le gusta mucho) que nos quedó muy bonito y emotivo. Luego les pedimos a los familiares y amigos que nos mandaran un video de no más de 15 segundos felicitando a ama.

La respuesta y puesta en escena fue un éxito: bailes, disfraces, etc. Mi tía, hermana de mi ama, que era la que les llevaba comida a los abuelos les grabó un video felicitándola y cantando el Zorionak, mi aita fue Mondragón, donde vive mi otra abuela, y le grabo un video felicitando a ama. Junto con los de mis tíos, primas (que una de ellas nos mandó el video desde Finlandia porque esta de erasmus) y los amigos el resultado un foto-video-montaje de 15 minutos. Lo más bonito de todo fue ver la reacción de mi ama cuando llego de trabajar y se lo pusimos como se emocionó. Creo que es uno de los regalos más bonitos que le han hecho en su vida.

NO SE ADJUNTAN LOS VIDEOS AL NO SABER SI A TODA LA GENTE QUE APARECE LES IMPORTA O NO LES IMPORTA QUE LO ENVIEMOS

3. FELIZ CONFINACUMPLE

Durante el confinamiento por la pandemia del Coronavirus muchos han sido los que han tenido que celebrar su cumpleaños encerrados en casa, sin salir a la calle, sin dar una fiesta con los amigos, sin reunir a la familia para compartir una tarta y recibir los regalos.

Entre ellos se encuentra nuestro hijo, Eneko. En el periodo más duro del confinamiento, cuando teníamos que estar reclusos en casa y no había opción ni tan siquiera de salir una hora de paseo a la calle cumplía años. Exactamente el 7 de abril hacía 9 años.

A Eneko no le han cantado el "Zorionak zuri" ninguna patrulla de municipales, ni ningún bombero subido a la escalera de su camión. Pero no ha hecho falta, su tía se encargó de que este cumpleaños fuese inolvidable y no echara de menos las celebraciones de años pasados.

Sin que nuestro hijo supiera la finalidad, fuimos enviando por WhatsApp a su tía fotos y pequeños vídeos de las acciones que íbamos haciendo en casa para entretenerlo. Durante esas tres largas semanas que estuvimos encerrados, nos dio tiempo a jugar a juegos de mesa, a seguir tutoriales de magia por Youtube, a completar sesiones de gimnasia en el salón, a cocinar un par de bizcochos, a plantar guisantes y ver cómo con el paso de los días iban creciendo, a cumplir con varios retos que nos iban llegando, a celebrar la bajada de Celedón en marzo!!...

Un sinfín de acciones del día a día que su tía fue recopilando. ¿Para qué? Para regalarle un videomontaje con las fotos y los vídeos que le fuimos suministrando. El día de su cumpleaños nos envió el link de Youtube por WhatsApp que le pusimos en la pantalla de la televisión para que lo viera a gran tamaño.

Os podéis imaginar la ilusión que le hizo. ¡Pero es que no quedó ahí la cosa! Además de ese vídeo como regalo personal de su tía, nos envió otro vídeo adicional.

En ese otro vídeo había reunido las fotos del sobrino desde su nacimiento hasta el día de hoy, paso a paso se iba viendo cómo ha ido creciendo, los cambios físicos, su evolución. Y como colofón, tras llegar a la foto actual de sus 9 años, añadió vídeos que había recopilado de sus amigos de la ikastola felicitándole.

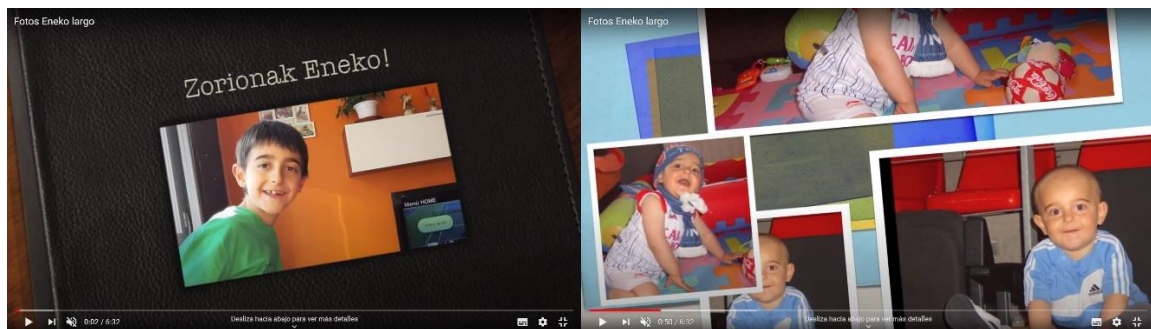
Así que, aunque fuera de manera virtual, pudo recibir las felicitaciones de sus amigos, sentirles cerca deseándole que celebrase su cumple de una manera especial (¡y tanto!).

Yo no sé la de veces que pudo reproducir los dos vídeos. Está claro que ha sido un cumpleaños muy diferente, que recordará siempre de una manera especial. Y si no se acuerda, siempre tendrá a mano los vídeos para rememorarlos.

P.D. Este es el vídeo de su tía con la recopilación de los momentos que ha tenido durante el confinamiento: <https://www.youtube.com/watch?v=xHGIwPCsgRE>

El otro vídeo, el de las fotos cronológicas junto a los amigos de la ikastola, no lo pongo porque al aparecer menores no les he pedido el consentimiento a sus familias para poderóslo mostrar.





4. ¡A MAL TIEMPO BUENA CARA! ETXEBESTES
AL SKYPE

“Etxebestes al Skype” Quién nos iba a decir que las nuevas tecnologías y las redes sociales, iban a conquistar nuestras relaciones sociales, y en especial las relaciones familiares.

“Renovarse o morir” dice el refranero popular, y eso es lo que hemos tenido que hacer las familias en esta nueva etapa de la vida, en vuelta en pandemia y dentro de un Estado de Alarma, en el que por desgracia nos hemos tenido que alejar de las personas más queridas de la familia, para proteger y paralizar la expansión de este virus –COVID 19–, que parece que arrasa con todo.

Nosotros en la familia, lo tuvimos claro desde el minuto 0, que íbamos a dar la vuelta a esta nueva situación, y continuando con el refranero “a mal tiempo buena cara”

Nos instalamos el programa Skype en el ordenador, organizamos nuestro grupo “Etxesbestes”, formado por los abuelos, hermanos, tíos, primos y sobrinos.

Y todos los días de 19h a 20h, era y es nuestro punto de encuentro.

Hemos celebrado cumpleaños, con unos regalos virtuales superbonitos, que hemos compartido en la red, y que nos han dado la oportunidad de no sólo revivir momentos en familia sino trasladarnos a txokos muy especiales para toda la familia

Así mismo, hemos ensayado, preparado y celebrado San Prudencio. Realizando el tambor para la tamborrada, compartiendo partituras y tocando la tamborrada.

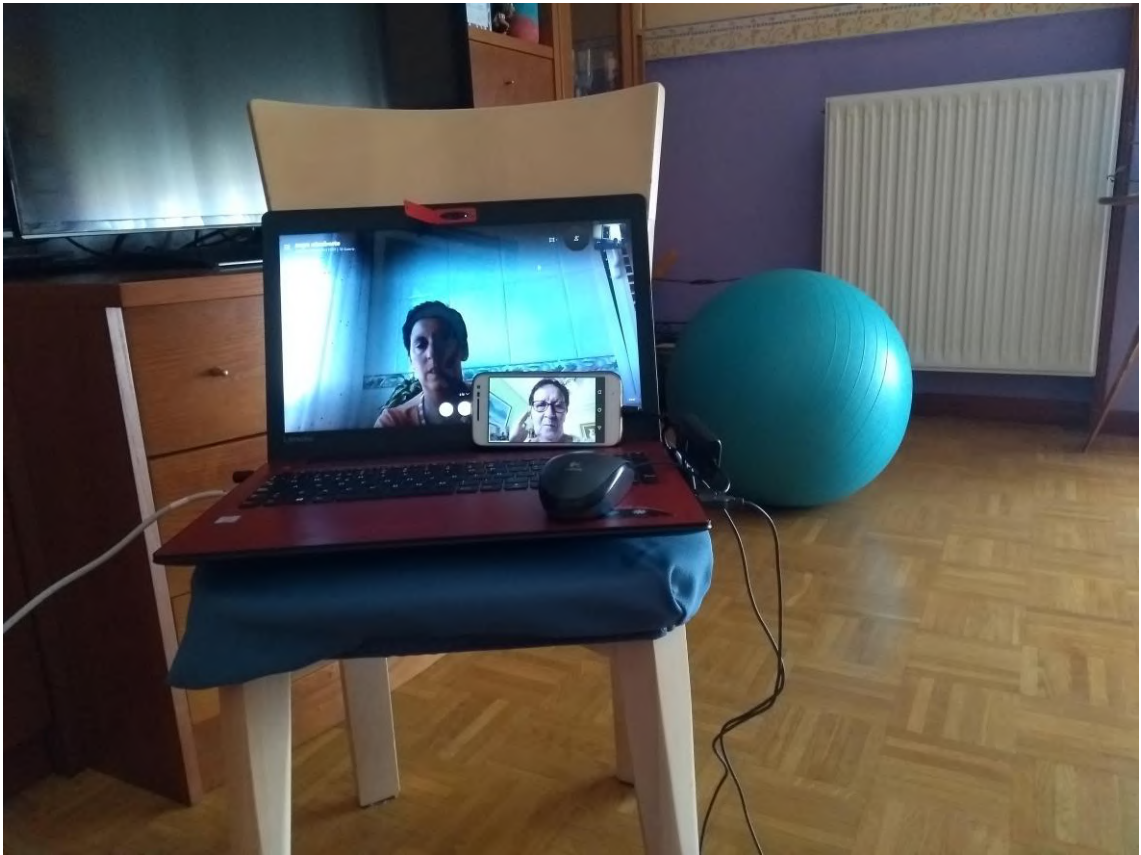
Los sábados, domingos y días de fiesta, a parte de la tradicional quedada de las tardes, hemos hecho pilates en familia. Actividad con la que nos hemos divertido y desarrollado la imaginación un montón. Uno de los “Etxebestes” organizaba la actividad, por el grupo de WhatsApp hacíamos la quedada: hora y material para la sesión de pilates. La esterilla era el material básico, pero hemos utilizado de todo: patata, percha, pinzas de la ropa, vasos, botellas de agua, palo de escoba, libros... y lo más clásico, como pelotas de tenis, pelotas de esponja o pelota gigante. En fin, que nos lo hemos pasado genial moviendo el esqueleto en familia.

No siempre hemos tenido la tecnología a nuestro favor y veces, hemos tenido contratiempos. Justo cuando nos queríamos conectar, el ordenador nos pedía actualizaciones, y el Skype no nos funcionaba, así que hemos hecho combinaciones de diferentes videollamadas: Skype y WhatsApp al mismo tiempo, por ejemplo. Todo ello, para no perder nuestro momento del día, reencuentro de familia.

Pero, lo mejor de todo ésto, es que día a día hemos compartido nuestro día a día. Nos hemos disfrazado, aplaudiendo, reído,...pero sobretodo no hemos podido acercarnos a los nuestros, en esta distancia impuesta por el virus que es tan difícil de llevar, cuando nuestros deseos nos llevan al encuentro caluroso y acogedor, como es el calor de la familia.

Esperamos que estos meses hayan sido un simple paréntesis, y que muy pronto podamos reunirnos como siempre lo hemos hecho con los nuestros, recuperar la ternura del tiempo pasado y que el uso de estas tecnologías sólo sea una alternativa, cuando la distancia nos acompañe.





5. VIDEOCONFERENCIA ANTE EL CORONAVIRUS

Ante esta situación de pandemia que nos ha tocado vivir, a unos les ha tocado y han sufrido el propio confinamiento de distinta manera, de hecho dependiendo de cada situación ; a unos les ha tocado vivirlo en soledad y a otros en familia y con una serie de circunstancias y connotaciones para ciertos colectivos; que se han hecho bastante duros en muchos casos; ya que no es lo mismo pasarlo en lugares, hogares con unas condiciones de habitabilidad acondicionada bien con balcón, terraza que en hogares dando a patio interior.

El acto de las 20:00 que se convocaba para realizar los correspondientes aplausos estaba ya asimilado entre la propia población y se acogía con muchas ganas y entusiasmo. De hecho por medio de este acto se han llegado a conocer hasta los propios vecinos que no se conocían.

En referencia a nuestro propio confinamiento, mi aita lo pasó con un hijo en el centro de Vitoria, como vitoriano mi aita gracias al material didáctico en relación al propio vitorianismo que ha ido acumulando a lo largo de los años lo fue pasando entretenidamente.

A mí en cambio me tocó vivirlo en el sur de Vitoria. La sensación muy rara y nunca antes vivida, estaba marcada en diferentes fases y con una serie de pautas a cumplir, de hecho, cada fase que se superaba parecía un éxito.

Respecto a la comunicación que entre nosotros realizábamos era a través bien por parte con mi aita vía móvil y dicha sensación era fría ya que no es lo mismo presencial, de cara a cara, ya que el propio ser humano ha sido creado para interactuar con otras personas y por otra parte con un hermano me comunicaba por videoconferencia; por medio de este sistema se veía a la persona a través de la pantalla y era otra sensación menos fría, más cercana, aunque dejaba también de existir el contacto humano correspondiente.

El uso de las nuevas tecnologías ha sido determinante para hacer frente a esta nueva situación que nos ha tocado vivir.

Cada vez que llegaba la hora para comunicarnos bien a través del móvil bien por videoconferencia lo vivíamos con muchas ganas y ansias y la sensación era como que los días pasaban y pasaban sin darnos cuenta.

Ante esta nueva situación que nos ha tocado vivir, esperemos que nos sirva de ejemplo y actuemos en consecuencia conjuntamente.



6. EL CONFINAMIENTO Y LA TECNOLOGÍA

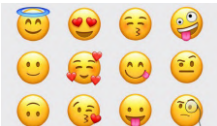
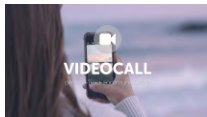
EL CONFINAMIENTO Y LA TECNOLOGÍA

vamos a hablar del uso que le hemos dado a la tecnología durante el confinamiento.

El teléfono, la radio y la televisión son las herramientas diarias... pero las redes sociales han sido muy importantes

durante este confinamiento. 🐱💖

La tecnología es una buena aliada para el trabajo y para las clases online de los chavales los cuales han usado entre otras redes sociales Skype o Discord para comunicarse entre amigos y Meet para seguir las clases online diariamente. Los padres en los que me incluyo, no estamos familiarizados con términos que usan nuestros

hijos, por ejemplo, emojis  o videocall , pero nos ha tocado aprender.

Nos hemos comunicado con la familia y amigos primero por

whatsApp con fotos y audios  y en mi caso he comenzado a utilizar la opción desde el móvil de la videollamada y ha sido muy gratificante, ya que desde la distancia nos hemos reído y visto todo ello sin perder la sonrisa.

También hemos vivido el curso escolar mediante la aplicación Meet activaban la cámara de sus ordenadores y

el profesor impartía su clase acompañado de imágenes y videos. una teleenseñanza gratuita y de gran utilidad. Quiero terminar agradeciendo a toda la gente que ha demostrado su solidaridad convocando concentraciones en balcones a las 8 de la tarde para mediante aplausos agradecer al personal sanitario su labor.



El pueblo ha estado vacío en Semana Santa. ojalá que en verano no sea así.

***LAS REDES SOCIALES NOS MANTIENEN
UNIDOS E INFORMADOS EN TODO
MOMENTO...***

¡GRACIAS TECNOLOGÍA!

7. EL CONFINAMIENTO Y LOS 12 MIL KM HASTA ARGENTINA

Nuestro sueño empezó en diciembre de 2019 cuando emprendimos un viaje desde Argentina hacia Vitoria... somos una familia compuesta por Mamá Stefy (yo), papá Nico y bebé Benja.

Vinimos por cuestiones laborales, en principio por un año, pero a medida que fuimos viviendo la ciudad, empezamos a gestar la idea de seguir más tiempo por aquí.

Todo venía bien, hasta que un "bichito", como le dice Benja, decidió cambiar la vida del mundo entero. De repente todo giró en torno a términos como cifras, curvas, confinamiento, cuarentena, mascarilla, distancia social, aplanar la curva, gel hidroalcohólico, etc., etc., etc.

Nuestro sueño, como el de muchos otros se puso en pausa y la rutina se volvió más rutina que nunca. Pasamos a estar los 3, encerrados en casa, solos y más lejos que nunca de nuestros seres queridos.

Cumpleaños, día del padre, aniversarios y demás momentos pasaron a ser exclusivamente virtuales. Gracias a la tecnología pudimos acortar no solo los 12 mil km que nos separan de Argentina si no el famoso aislamiento por covid - 19.

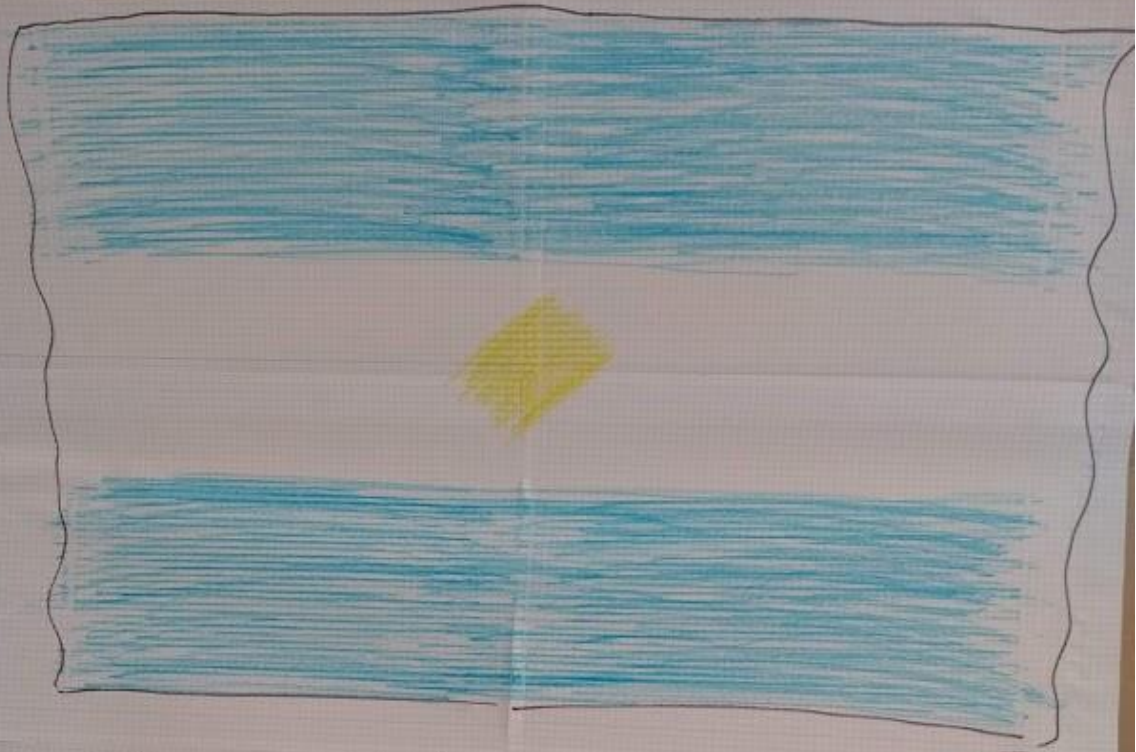
Hicimos de todo: jugamos, leímos cuentos, cantamos, charlamos, nos disfrazamos, bailamos, actuamos y hasta lloramos a través de las pantallas. Pero siempre convencidos que compartiendo con el amor de la familia y los afectos (ya no importaba la distancia física) todo sería más fácil de transitar.

Aquí en España, la cuarentena ya pasó... vemos muchas familias reencontrarse en parques, bares, playas... vemos ese abrazo tan esperado, esa distancia que ya es mucho más corta.

Nosotros seguimos lejos de los nuestros. Y para nosotros la tecnología y las video-llamadas siguen siendo ese "abrazo" tan anhelado, que en algún momento se volverá real como los que vemos a diario por aquí. Los abuelos abrazarán nuevamente a su nieto y nosotros abrazaremos a nuestros padres y hermanos.

Pero siempre, quedarán en nuestra memoria esos segundos, minutos y horas que, a través de la pantalla, sentimos ese calorcito de familia, ese abrazo apretado y ese beso con ruido.





ARGENTINOS 
EN ESPAÑA 

#YoMeQuedoEnCasa

8. CAPITÁN COCINILLAS

“Mami, necesito folios, grapas, un lápiz, una goma de borrar y un sacapuntas” . Así empezó la historia del Capitán Cocinillas Masca Patatas y sus aventuras.

Era la 3ª semana del confinamiento (la semana del 10 de abril). Yo me reincorporaba al teletrabajo e Ian, de 6 años, tenía que trabajar (además de en las tareas escolares), en algo que, a la vez que le divirtiera, le sirviera para evolucionar en lectura, escritura y matemáticas.

Gracias a un libro de actividades donde dos niños de 8 años explicaban cómo hacer un cómic, algo se revolvió en el interior de Ian y quiso empezar a inventar y crear su propio personaje y sus propias aventuras. Mientras yo vivía largas jornadas conectada a la pantalla con videoconferencias, Ian dejaba volar su imaginación y plasmaba personajes e historias infinitas en papel.

Durante esa semana el trabajo en equipo, la emoción, la exaltación y la imaginación se apoderó de la familia entera y, por fin, el momento del reparto había llegado, ya estábamos a punto para la primera entrega: “El horripilante monstruo de la cueva de los ojos grandes y el Capitán Cocinillas Masca Patatas” .

Ian estaba emocionado. Había ilustrado, escrito, fotocopiado y maquetado 5 ejemplares para la primera entrega que hicimos llegar a miembros de nuestra comunidad. Para tener feed back del vecindario, pusimos en la contraportada del cómic una nota que decía “Si te ha gustado, envíanos un whastapp con un audio, mensaje o foto al teléfono XXX”. La mañana del jueves 16 de abril repartimos los ejemplares y, con impaciencia y nerviosismo, esperamos la llegada de algún que otro mensaje.

No fue hasta esa misma tarde cuando tuvimos la primera respuesta. ¡Qué ilusión! La carita de Ian tenía una expresión de satisfacción, vergüenza, agrado.. Tenía un brillo en los ojos que hizo que todo el esfuerzo valiera la pena y le animara e impulsara a continuar con más y más historias.

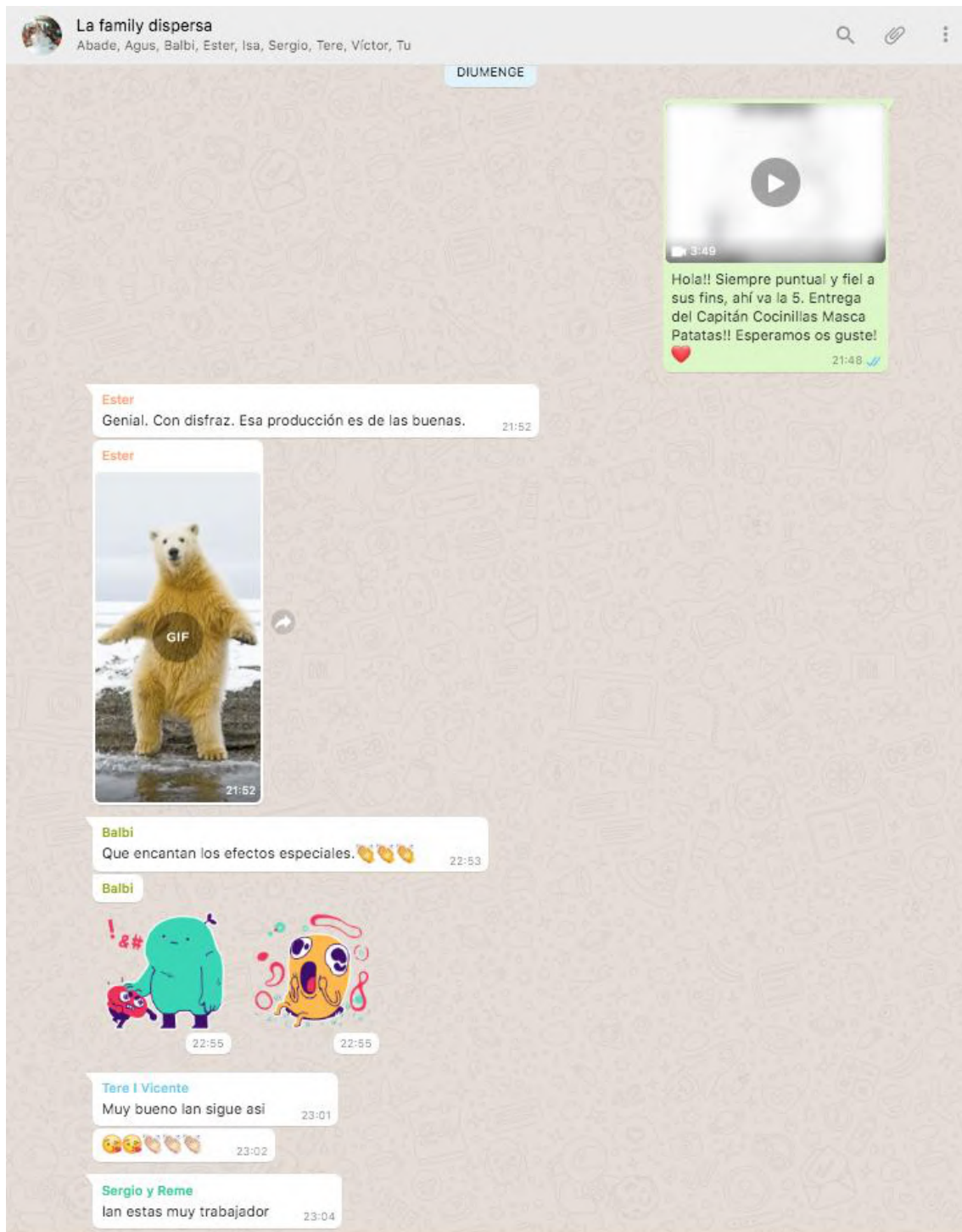
Y así empezamos entregas semanales. Cada jueves, puntuales, salían de casa las historias y aventuras del Capitán Cocinillas que eran recibidas con ilusión por los niños y niñas (y madres y padres también) del vecindario. Cada semana Ian recibía mensajes de sus lectores y lectoras y le animaba a seguir inventando historias.

Pero.. en papel solo podíamos hacer 5 entregas... ¿Por qué no digitalizábamos los cómics y los hacíamos llegar por whatsapp a amistades y familiares? ¿Por qué no hacer uso de la tecnología? Pues eso hicimos.

Ian seguía escribiendo e ilustrando sus cómics en formato papel y yo me dedicaba a escanear cada una de las páginas de sus cómics y preparar las presentaciones con Google Slides. Él mismo, con ayuda de este soporte, hacía las grabaciones narradas de las aventuras del Capitán Cocinillas Masca Patatas y las estuvimos haciendo llegar a través de whatsapp a la familia y a sus grupos de amigos y amigas. La respuesta por parte de amistades y familia ha sido y está siendo muy bonita, pues cada mensaje recibido es un contacto, aunque sea virtual, con cada una de las personas que forman parte de la vida de Ian y hace que les tenga y le tengan presente. Con esta iniciativa, Ian ha adquirido habilidades de escritura, dibujo, paginación, dimensión, narración, expresión

oral y ha podido estar en contacto y compartir con sus seres queridos lo que más le ha motivado durante esta situación anómala de confinamiento.

Hasta el momento hemos realizado 8 entregas del Capitán Cocinillas, pues, desde que podemos salir a la calle, el Capitán Cocinillas ha perdido algo de inspiración, ¡estamos viviendo para poder seguir inventando!



9. NOS HA TOCADO REINVENTARNOS

NOS HA TOCADO REINVENTARNOS

El Covid-19 llegó sin avisar en puertas de la primavera, sin tiempo de programar nada, sin tiempo de asimilarlo, muchos casos sin tiempo de despedirnos de nuestros familiares, sin tiempo de dar el último beso, el último abrazo, ... así nos llegó, de repente...

Hemos pasado a vivir veinticuatro horas en 90 –afortunados- metros cuadrados mirando las calles vacías desde la ventana, desde el balcón... incrédulos por las secuencias “cinematográficas” que nos traían los informativos. Secuencias imposibles de un mundo vacío y temeroso, que nunca nadie imaginó...

El silencio en las calles, sin tráfico, sin niños, sin alegría, sin nada que hacer y sin ningún sitio al que ir, allí abajo solo estaban los imprescindibles, los héroes de verdad... A los que hicimos llorar con aplausos llenos de emoción, de cariño y de agradecimiento...

Vivir todo esto en familia ha sido duro, nos tocó REINVENTARNOS para ser los mejores padres, para ser los mejores hijos, para saber tener la paciencia que requería la situación y aprendimos a querernos, más aún si se puede, desde un confinamiento lleno de incertidumbres.

En todo esto, las redes sociales han sido esa gran ventana abierta hacia las personas que teníamos lejos, tan lejos que solo habría hecho falta cruzar la calle o apenas caminar unas manzanas para abrazarlas, para besarlas, pero un virus lo hizo imposible...

Durante demasiado tiempo un ordenador convirtió una habitación chiquita en un aula con 26 voces diferentes queriendo hablar a la vez. Donde la geografía, el inglés o la historia se hicieron hueco entre los peluches, las sabanas y esa persiana bajada a media altura...

La cocina y una tablet, con demasiados años, nos trajo los lloros preocupados de nuestros mayores, convirtiendo la fría encimera en el mejor confesionario. Benditos momentos llenos de amor y promesas donde rememorábamos lo que hacíamos ayer y soñábamos con lo haríamos mañana. Nunca antes habíamos deseado tanto aquello sin precio que veíamos por esa pequeña ventana de 8 pulgadas...

Esta situación ha sido complicada y nos ha obligado a parar todo, a frenar en seco para conocernos mejor a nosotros mismos, a nuestra familia y también, en cierta medida, a la sociedad en la que vivimos con todas sus grandezas y sus flaquezas... Un momento en la historia que difícilmente olvidaremos donde hemos reído, llorado, querido, añorado y disfrutado de la familia física, con la que hemos convivido intensamente, y de la gran familia que tenemos la suerte de tener al otro lado de la red WIFI...

10. PARA QUE NO ME OLVIDES

Mi familia es muy especial. La componemos mi hija de Nora, que tiene 21 años, mi novio Mikel de 36 y yo, Emi, que tengo 46 años.

Menciono la edad porque, aunque no tenga nada que ver, en este caso y por ser la mayor de los tres soy la que menos interés he puesto siempre en las nuevas tecnologías, cosa que ellos dos siempre me han reprochado porque consideran que hay que estar al día.

El periodo de confinamiento ha resultado duro. ¿Quién no ha echado en falta en este tiempo a los seres queridos?

Nosotros en casa y cada uno por su cuenta hemos dedicado ratos a hacer vídeo llamadas con nuestros amigos. Yo, que soy la más reacia a este tipo de comunicaciones, he accedido a hablar en grupos que, aunque no se entendía demasiado porque hablábamos todos a la vez, nos veíamos unos a otros la expresión de nuestras caras e intercambiábamos emociones que sólo hablando por teléfono no se palpan. He llegado a emocionarme viendo a las personas que tanto he añorado en este tiempo de encierro obligado.

Mikel, aprovechaba los domingos y compartía con sus amigos la hora del aperitivo a través de una vídeo llamada y sentado en la terraza generalmente al sol, se le oía feliz y riendo e intercambiando ideas y gustos musicales se través de la pantalla.

Y Nora, hacia lo mismo con su prima Izaro de 3 añitos, que le mostraba un pequeño jardín que ella misma preparó en su terraza.

Mi madre vive en nuestra misma calle y el primer mes resultó realmente duro ya que sólo la veíamos aplaudiendo de terraza a terraza y por supuesto telefónicamente a diario y varias veces. En este aspecto se sintió muy arropada porque mucha gente se ocupó de mantenerla entretenida a través del auricular. Nuestros mayores han estado muy acompañados vía telefónica y así se han sentido acompañados.

Yo, aprovechaba los ratos en los que llevaba la compra donde mi madre y así de vez en cuando, hacía una vídeo llamada conjunta con mis sobrinas y disfrutábamos en familia, de una abuela agradecida y emocionada. Ella no sabía muy bien que hacer y hablaba y saludaba con las manos, sin ser apenas consciente de que los del otro lado la estaban viendo sin necesidad de moverse. Esos ratos le servían para ver a sus nietas queridas y quizás pensase a su edad que clase de magia es esa de poder verse y hablar cuando no podíamos hacer prácticamente nada.

Por todo ello, escogí el título, “Para que no me olvides” porque me ha parecido súper útil como herramienta la idea de hacer vídeo llamadas y vernos y recordarnos, escuchar la voz, emocionarnos y darnos ánimo cuando más lo hemos necesitado.

He aprendido que somos privilegiados y que tenemos que aprovecharnos de ello y a través de teléfonos, redes, whatsapp, todo lo que sea que pueda comunicarnos, debemos y tiene que ser de carácter obligado, mantenernos más unidos que nunca y estar preparados por si vuelve a ocurrir otra vez y tenemos que estar algún tiempo alejados de los que más queremos.

He aprendido que la soledad si no es por decisión propia es dura y que la comunicación es imprescindible para sobrellevar las situaciones límite.

He recibido muchas muestras de cariño en este tiempo y para mí, lo que mueve mi mundo es el amor, por lo tanto, seguiré siempre intentando mantener lo que quiero cerca de mí.

11. LAS VIDEO LLAMADAS DEL FINAL DE LA TARDE

9 de marzo de 2020, los niños salen del colegio a la una del mediodía. Como todos los días, sus abuelos los recogen y se los llevan a comer. La conciliación es así. Lo malo: que sin ellos los padres y madres no podríamos hacer nada. Lo bueno: que pasan tiempo con ellos. Mis hijos, de 5 y 2 años, comen con sus abuelos. Comparten con ellos experiencias, vivencias, minutos valiosos... Un tiempo que no volverá y del que, como a mí me pasó, espero conserven maravillosos recuerdos cuando sus abuelos ya no estén.

15 de marzo, empieza el confinamiento. Es inevitable, los cuatro encerrados en casa. Mi marido y yo podemos salir, vamos a trabajar, vamos al supermercado... Mis hijos no pisan la calle para nada, se levantan, comen, hacen las tareas del colegio, juegan entre ellos y con nosotros a todo lo que se nos ocurre y se acuestan entre las cuatro mismas paredes cada día. Son pequeños, pero ya están viviendo su primera cuarentena.

Los días pasan y llegan las preguntas. Miles y de mil colores, pero la que nos interesa es clara. ¿Por qué no podemos ver a los abuelos? ¿Cuándo vamos a ver a los abuelos? ¿Por qué no vamos a casa de los abuelos? ¿Cuándo comemos en casa de los abuelos? ¿Cómo era la letra de esa canción que me canta la abuela? ¿Cuándo podré enseñarle al abuelo como hago la voltereta para atrás?

No me gusta que las caras de mis hijos circulen por las redes y por eso no aportaré fotos, pero todo aquel que tenga sentimientos se puede imaginar las caras de unos niños que ven a sus abuelos a través del móvil y les pueden contar lo que han hecho cada día, enseñarles sus obras de arte, sus nuevas habilidades... Vale, no nos engañemos, no es exactamente lo mismo, pero esas video llamadas de final de la tarde nos han salvado.

No han salvado de tirarnos de los pelos; a esas horas, todos cansados y aburridos ya de hacer mil y una actividades, era el momento de hablar con los abuelos, antes del baño y la cena. Minutos y minutos de enseñarles nuevos trucos, recordar juntos, mantener un contacto mágico que no se ha roto gracias a las nuevas tecnologías. Si mantener el contacto con los seres queridos no es el mejor uso de las tecnologías que podemos hacer, no se me ocurre ninguno.

Gracias a las tecnologías hemos hecho los deberes, hemos rellenado muchas horas de ocio de días que se hacían sumamente largos, en ellas hemos buscado gincanas, manualidades y experimentos, hemos bailado a través de sus videos y hemos vivido aventuras por escapes rooms, las hemos usado para volar desde nuestro salón a París y hasta la luna, pero de verdad que esos ratos de charla con los abuelos, enseñándoles el caos de nuestra casa para que pudieran verles bailar, cantar, pintar, construir, aprender, seguir creciendo..., no los cambio por ninguno.

No han perdido el contacto, y dos meses después han podido seguir como si no hubiera pasado el tiempo, se acordaban de ellos y seguían manteniendo los lazos casi intactos. Mis padres y mis hijos han seguido creando maravillosos recuerdos juntos gracias a las tecnologías. Han vivido un momento duro y extraño, pero se acordarán al menos de que pudieron seguir juntos en la distancia. Juntos pero separados, para salvar vidas.

12. ¡QUE LA TECNOLOGÍA SUMEN EN
NUESTRAS VIDAS!

En nuestro caso, siempre hemos sido de los que opinan que las tecnologías te alejan de las personas que tienes cerca y te acercan de los que tienes lejos. Sin duda, las tecnologías ofrecen muchas opciones interesantes (ocio y disfrute, relación, formación, trabajo,...), pero también creemos que se deben utilizar de la manera más saludable posible, porque es una realidad que como con todo, es clave el uso adecuado para evitar consecuencias negativas.

Y si en otros temas los padres y madres tratamos de educar y guiar a nuestros hijos e hijas, en el uso de las tecnologías no es menos importante esa labor.

Nos vamos a presentar...

Somos una pareja con un niño de 5 años, y en nuestro caso particular, el uso de las tecnologías ha sido muy similar antes, durante y después del confinamiento. Sí que es cierto que el hecho de haber estado más tiempo en casa y con tanto tiempo libre, ha facilitado poder acceder más a ellas, pero hemos intentado seguir con buenas prácticas, ya que estamos muy concienciados en la importancia que hemos mencionado antes de ese uso sano.

Por tanto, durante el confinamiento, hemos seguido tratando de ser ejemplo de buen uso, ya que, sin duda, el ejemplo tiene muchísimo peso en nuestros hijos. Así pues, el uso del móvil y demás aparatos ha sido en una medida adecuada, procurando en muchos momentos del día no estar conectados nada más que para lo realmente necesario.

Al mandarle a nuestro hijo fichas y vídeos del colegio, todas las mañanas encendíamos el ordenador un ratito. Era el momento de ver algún video del colegio y trabajar diferentes actividades.

Las pantallas también nos han permitido en todos esos días de estar en casa, poder ver vídeos de temas interesantes. Hemos podido ver documentales de animales maravillosos, de lugares de la tierra lejanos y de mil temas que han hecho también que disfrutemos.

Al hilo de esto último, señalar que después de comer veíamos la televisión de manera más lúdica. Normalmente, poníamos algunos capítulos de dibujos animados. Aquí es cierto que si le dejábamos, podíamos seguir con la tele encendida toda la tarde, y por tanto, era el momento de ingenio y buscar alternativas de ocio que sustituyeran la pantalla y motivaran. Lo que los primeros días costó más porque quería “más dibujos”, fue mejorando al ver que había alicientes diferentes.

Así pues, fueron muchas las ideas que nos facilitaron no caer en estar todo el día pegados a la pantalla. Algunos días hicimos manualidades, otros jugamos a los bolos (hechos con material casero), otros tirábamos de juegos de mesa, otros tocaba jugar al baloncesto en la terraza, hacer repostería, puzzles, plastilina, piezas de lego, jugar a buscar objetos escondidos por la casa, y un largo etc. En definitiva, actividades donde poder disfrutar juntos y ver que con imaginación, se pueden hacer mil actividades divertidas que no solo recurrir a la pantalla como primera opción.

Y como decíamos al principio, las tecnologías nos acercan a los que están lejos. Y en el confinamiento, donde no se podía quedar, nos han permitido poder conectar a través de video-llamadas con los abuelos y tíos, a los que tanto echábamos de menos.

Eso sí, en cuanto hemos podido juntarnos, no hay color. Por tanto, no olvidemos que las relaciones a través de la pantalla nunca podrán sustituir el contacto directo, y que las tecnologías nos ofrecen muchas posibilidades pero que no se pueden quedar en la única opción de ocio y relación, sino en una más que suma en nuestro día a día.

Con confinamiento o sin él, no cabe duda que debemos tener en mente en qué consiste usarlas con cabeza. Si nosotros hacemos buen uso, nuestros hijos irán aprendiendo a manejarlas también correctamente, y serán algo que les aporte muchos beneficios.

13. EL AÑO DE LA PANDEMIA

Este 2020, casi desde su inicio, el covid-19 ha supuesto una gran sorpresa para toda la sociedad; grande e inesperada por lo profunda, y porque muchas consecuencias y efectos aún están por determinar. Nos ha pillado de improviso y sin llamar a la puerta. Ciertamente también que el Gobierno del País, el que debiera velar por la salud de todos, al principio de la crisis, mediados- finales de febrero, apenas actuó ni tomó medidas que hubieran beneficiado la no expansión del covid-19.

Pero queremos hablar, destacar, lo positivo del Covid, **de esas mejores iniciativas de uso de la Tecnología** durante este tiempo.

De manera general, ha supuesto un gran acelerador para la digitalización de la sociedad. El gran avance y el uso de conceptos, como Teletrabajo, Telemedicina, Robótica Asistencial, Desarrollo del Comercio Electrónico, etc.

No solo son más cercanos, sino que hemos aprendido a “manejarnos” con ellos. Hemos tenido la ocasión de hacer compras online de alimentos para evitar salir de casa y expandir el coronavirus. Antes, lo hacíamos de vez en cuando, y productos electrónicos. Ahora nos hemos permitido hacer la compra para casa, sin salir y sin riesgos de contagio.

También las consultas médicas las hemos hecho telefónicamente o por email, también por el mismo motivo: protegerse y proteger a los demás, evitar la propagación del virus en un momento que la disponibilidad hospitalaria estaba colapsando.

Los que han podido trabajar por internet y sin salir de casa han mantenido su puesto de trabajo y su producción, con un mejor aprovechamiento de tiempos (no hay desplazamientos) y recursos, mejor conciliación familiar, productividad y hasta ahorro de costes.

Los estudiantes fomentando su iniciativa e independencia, a través de internet, del email, ...

El uso del Skype entre familiares y amigos. No es una llamada simplemente. Ves la cara, la mueca de una risa o la preocupación. Puede ser desde el ordenador o desde el móvil. La puedes grabar, sacar fotos. Podemos estar en la misma ciudad o en diferente continente. Y no tiene coste, es gratis.

De todas hemos hecho uso. Unas más, y otras menos. Unas mejor y otras no tanto. Empezamos de menos, y fuimos a más. Y con su uso, además, somos más independientes, hemos aprendido a configurar, a probar y a hacer que funcione. Porque a veces la tecnología, ojo con ella.

Pero a nosotros, la mejor, de la que mostramos un orgullo amable y simpático, está relacionada con la escasez de mascarillas. Durante tiempo buscando, pidiendo en las farmacias. Al final, optamos por hacerlas nosotros mismos. Buscamos información en YouTube, la contrastamos con otras web y foros. La gente, desconocida, como participa y comparte. Con qué generosidad, cuánta amabilidad, derrochando afecto. Para hacer unas mascarillas que nos protegieran más y mejor, la de 3 capas, que también se pueden hacer de 4, pero con la primera es suficiente, por ahora.

A ver cómo evoluciona la pandemia.

Pero creo que estamos mejor preparados, también hemos ido de menos a más. Estamos más concienciados y la tecnología nos ha ayudado, sin ninguna duda.





14. VIAJANDO CONFINADOS

Viajando confinados

Mi nombre es Álvaro y como todos los alaveses me ha tocado junto con mi mujer y mi hija de cuatro años pasar el periodo de cuarentena en nuestro piso de Vitoria- Gasteiz.

Los primeros días fueron algo caóticos ya que ninguno estábamos preparados para pasar 24 horas seguidas sin salir de casa. De un día a otro, para nuestra hija Aiala, se había acabado el colegio, los paseos por la ciudad, las tardes de parque con sus amigas, las excursiones de fin de semana, etc.

Tras estos primeros días, tanto mi mujer como yo, nos dimos cuenta de la importancia de establecer horarios y rutinas para evitar posibles alteraciones en el sueño, rabietas o cambios de humor en nuestra hija. Junto a ella fijamos unos horarios y unas rutinas para llevar a cabo en casa toda la familia, se trataba de incluir nuevas actividades para reemplazar todas esas otras que no se podían realizar al no poder salir de casa. Hicimos manualidades de todo tipo, experimentos, cocinamos en familia, etc.



Todo esto estaba muy bien, pero seguíamos sin poder calmar el espíritu viajero y aventurero de nuestra hija, ¿cómo podríamos lograrlo?



Aprovechando uno de los proyectos que había realizado en el colegio, el “Antiguo Egipto”, y sabiendo que era un tema que le había fascinado, se nos ocurrió que podríamos “dar un paseo” por las Pirámides de Guiza e incluso “visitar” alguna de las tumbas del Valle de los Reyes. Para ello utilizamos algunas aplicaciones móviles como Google Earth y Google Street View, proyectándolas del propio móvil a la televisión de nuestro salón. Pronto nuestra hija se dio cuenta de que podía viajar y ver cualquier parte del mundo en cuestión de segundos, ¡era como una máquina de teletransporte!



Viendo el resultado tan positivo que había tenido esta actividad, decidimos incluirla en nuestras rutinas diarias, casi todos los días durante aproximadamente un cuarto de hora nuestra hija decidía a dónde le apetecía viajar. Los sitios en algunas ocasiones eran totalmente inesperados, un día estábamos a miles de kilómetros subiendo a la Estatua de la Libertad en la Gran Manzana, otro día a cientos de kilómetros viendo la Alhambra de Granada y al día siguiente estábamos a escasos metros de casa visitando el Museo de Bellas Artes del paseo Fray Francisco de Vitoria. La experiencia ha sido tan satisfactoria que son muchos los días en los que nuestra hija nos sigue pidiendo viajar a algún lugar lejano o darse un paseo por alguno de los rincones tan maravillosos con los que contamos en Álava.







15. EL USO DE LAS TECNOLOGÍAS AHORA Y ANTES TAMBIÉN

A pesar de que antes de que empezara el estado de alarma, era habitual que utilizara herramientas como el whatsapp para comunicarme con familiares, amigos y compañeros de trabajo, lo cierto es que, durante el confinamiento, el uso se volvió mucho más intensivo y fuimos explorando nuevas vías de comunicación.

Con mi familia, se volvió una costumbre hacer una llamada todas las tardes, sobre las 7, antes de que llegaran las 8, momento del aplauso. Dado que mi hermano vive en Murcia, ya antes de todo esto, usábamos el whatsapp, su opción de video llamada. Pero no en plan “grupo”. El problema que teníamos es que el número de usuarios máximo que permite el whatsapp, simultáneamente en una vídeo llamada, es de 4. Y nosotros somos cinco. Así que probamos otras herramientas como el Zoom, el Skype, etc. El Zoom resultó ser una herramienta muy cómoda, que te permite más participantes y en esencia, funciona igual.

Un momento especial del confinamiento fue el cumpleaños de mi padre, que vive solo. Y sabíamos que iba a resultarle muy duro no poder celebrar ese día con sus amigos, su familia...Así que una vez más, recurrimos a las nuevas tecnologías para intentar que ese día fuera más especial, aunque sea “virtualmente”. Conseguimos que amigos de mi padre, ex compañeros de trabajo, y por supuesto, familia (distribuida por distintos lugares), nos enviaran un vídeo de felicitación. Luxemburgo, Los Ángeles, Londres...fueron algunos de los sitios desde los cuales recibimos esas felicitaciones. Con todo eso, unas fotos “del recuerdo” y buena música, montamos un vídeo que fue su regalo de cumpleaños. ¡Y fue todo un éxito!

Así que gracias a esas nuevas tecnologías, todos estuvimos más cerca.

Con mis amigas también nos conectábamos por Zoom todos los fines de semana (además de mandarnos mensajes durante la semana) para tomarnos nuestro “vermú virtual”. Somos unas cuantas así que no siempre estábamos todas, ni todas a la vez. Pero lo bueno de este tipo de tecnologías es que te puedes unir a la llamada cuando quieres. Y es poco invasivo.

También a través de Whastapp, con el grupo de Amigas, participamos en algunos de los retos que se proponían: grabamos todas escenas bailando y luego se montó un vídeo; hicimos montajes en casa imitando alguna obra famosa de arte...Y en general, además de permitirnos seguir en contacto y desahogarnos un poco, las nuevas tecnologías hicieron que pasáramos buenos ratos “virtuales”.

Finalmente, otro ámbito en que he incrementado mi uso de las nuevas tecnologías, ha sido **en el trabajo**. Desde el confinamiento, estamos tele trabajando. Y gracias al Teams de Microsoft, podemos nos comunicamos todos los días; hacemos reuniones con clientes, estamos impartiendo webinars...es una herramienta muy potente porque permite compartir el escritorio, hacer demos...Nos hemos dado cuenta de que muchas de las cosas que hacíamos presencialmente, se pueden hacer on line. Evitando desplazamientos, ahorrando costes y en general, optimizando la forma de trabajar.

Así que por si podemos decir que de toda situación podemos sacar cosas buenas, diremos que a pesar de lo dura que está siendo esta situación, hemos conseguido que la población en general, haya aprendido a usar nuevas tecnologías que nos permiten estar más cerca de los demás.

16. LA TECNOLOGÍA ES...

Son las siete de la mañana y suena el despertador en un día cualquiera, en el año de la Gran Pandemia que azotó al mundo. Me levanto y miro por la ventana. La calle desierta, como decía aquella canción de mi infancia. Me ducho, desayuno y me conecto. Me conecto con ese nuevo mundo que ha entrado por la puerta de mi casa, sin avisar, de repente. He cambiado el olor a café y los buenos días de mis compañeros, por el olor a cacao y los buenos días de nuestros pequeños agapornis.

Mientras mi familia aún duerme, yo ya estoy en la oficina improvisada de casa. Ya no es la habitación de invitados, ahora es "la oficina de mamá". Ese portátil hace que me sienta un poquito mejor, que parezca que casi no ha cambiado nada, aunque haya menos correos electrónicos, pero mucho trabajo y muchas videoconferencias. Ups, de repente una alerta. Ya es hora de conectarse y hablar con mis compañeros para afrontar los retos del día. Nos damos los buenos días, incluso alguno se atreve a conectar la cámara y nos vemos durante un ratito las caras. Es el momento mágico de la tecnología, eso que dicen "acercar a los que están lejos". Y ya con una sonrisa, comenzamos un día de teletrabajo.

Empiezo a oír ruiditos y la puerta se abre. Es mi peke, que ya se ha despertado y viene a darme los buenos días con su padre. "Buenos días mi bella flor", le digo mientras la achucho. Y la escucho preguntarle a mi marido al cerrar la puerta, "papá, ¿hoy son vacaciones con tareas o sin tareas?". Esbozo un amago de sonrisa, mientras pienso en ese día en el que volvamos a la normalidad de las tareas en el cole y las vacaciones en casa...

Con la tablet, mi marido se conecta a la nube donde el cole nos ha dejado los deberes de hoy. Cada día, cada profesor deja unas pautas a seguir con explicación, videos y tareas. Ellos también trabajan y mucho, para que nuestros hijos no pierdan las ganas de seguir absorbiendo información y conocimientos.

Vaya, se ha acabado la tinta de la impresora, así que hay que improvisar. Papel y boli, y a intentar plasmar en un folio en blanco, lo que se ve por la pantalla. Bueno, no es para enmarcar, pero salimos del paso. La peke hace sus tareas y sacamos fotos y videos que luego subimos a la nube para que los profesores puedan ver sus avances. Vemos también lo que hacen sus amiguitos y eso la anima mucho.

De repente se acuerda, ¡hoy hacemos videoconferencia con mis amigos! Comienza a saltar y a gritar "les voy a enseñar el armario de la ropa que hicimos ayer con la caja, y las lechugas que ya han nacido, y el baile nuevo, y... tengo que prepararlo todo".

Así, como por arte de magia, aparecen en la pantalla, tres niños y dos profesoras. Todos se quedan callados, deseando poder salir corriendo por la puerta y ponerse a jugar juntos. La profesora les va preguntando y poco a poco se animan a hablar. Momento mágico que dura sólo unos minutos...

Ya por la tarde, "en lugar de llamar, ¿hacemos una videoconferencia todos juntos con los abuelos y el primo?" "Siiiiii". Y dejamos que ella le mande un whatsapp a sus abuelos y a sus tíos. "Hoy se lo escribo" y se sienta con el móvil en el sofá, mirando y rebuscando las letras del

teclado. “Papá, ¿cómo se escribe APETECE?” “Pues como suena, A-PE-TE-CE” “Ah, vale”. Mi sobrino manda un audio encantado con la propuesta y la peke le devuelve otro para concretar la hora.

Ya es la hora y llamamos. El primero en descolgar es mi sobrino, que ya pregunta por su prima. Y después los abuelos. Nos saludamos brevemente los mayores y ya les dejamos a los niños con los abuelos. Corren a la habitación para enseñar el nuevo dibujo, o a la terraza para mostrar cuánto han crecido los pájaros, o enseñan la casita improvisada hecha con todas las mantas de la casa... pero lo que más resalta por la pantalla del móvil, es la sonrisa de esos abuelos que pacientemente ven cómo están sus nietos desde la distancia. “Si parece que estos niños han crecido”, escucho decir a mi padre... Bueno, y ahora les toca un poquito a los mayores. Nos contamos las novedades en bricolaje, cocina o salud. Pocas en el confinamiento, pero lo importante es vernos y hablar de lo que sea.

“Y ahora llamamos a los otros abuelos” Y toca otra ronda de carreras, gritos y sonrisas.

Algunos días, gracias a esos aparatitos, hemos ido al cine, leído ese libro pendiente, ido de pteo desde la terraza con los amigos de cerca y de lejos...

Este es un breve resumen de nuestra vida estos días. Conectados con el trabajo, la familia, los amigos... conectados con el mundo. Si me preguntáis cómo definiría en una palabra la tecnología, sería **MAGIA**.

Con su **MAGIA**, hemos trabajado

Con su **MAGIA**, hemos aprendido

Con su **MAGIA**, hemos estado cerca de familia y amigos

Con su **MAGIA**, hemos llorado y reído

LA TECNOLOGÍA ES... MAGIA



17. LA NUEVA ERA TECNOLÓGICA 2020

¿Quiénes de nosotros no vamos a recordar el resto de nuestras vidas lo que ha sido el “COVID-19”, conocido por todos como **“EL CORONAVIRUS”**?

Un *“virus”* que ha marcado un antes y un después en nuestras vidas y en la de nuestras futuras generaciones. Estábamos acostumbrados a tener todo lo que queríamos a nuestro alcance: *libertad* para entrar y salir de los sitios públicos, reunirnos con nuestros familiares y amig@s dónde y cuándo nos diese la gana, ir al pueblo, al monte o a la playa, hacer deporte al aire libre en nuestro tiempo libre, ir al parque a jugar con nuestros hij@s y relacionarnos con la gente, ir a comer o cenar a un restaurante, salir a tomar el vermouth e incluso salir de fiesta y bailar por las noches, o celebrar tu *boda, comunión o bautizo* de tu hij@ o un ser querido, ir de viaje cuando el dinero y las circunstancias te lo permitían.... Y sobre todo, estar con tus familiares o seres queridos, que están enfermos en sus casas o en el hospital cuando quisieses visitarlos, para darles tu apoyo, ánimo y sobre todo, tu compañía.

Al igual, que ir a ver a los *abuelos* que están ingresados ya en la residencia, que sólo están esperando que llegue el fin de semana, porque saben que es cuándo puedes ir a verlos, para poder darles un abrazo y un beso enorme de cariño para recordarles que no están solos. O ir al colegio a jugar y compartir tu día a día con tus amig@s, para no aburrirte solo en casa, e incluso, ir a trabajar para romper la rutina y la monotonía....

TODO ESTO, NO LO HEMOS PODIDO HACER DURANTE EL “CONFINAMIENTO”.

Pero bueno, *vamos a darle la vuelta*, vamos a ver el lado **“positivo”** de nuestra “NUEVA ERA TECNOLÓGICA” y eso ha sido consecuencia del Covid-19.

¿Quién pensaba hace unos meses que nuestros hijo@s no iban a ser capaces de sacar un curso sin ir al colegio? – Yo, no. Yo nunca me lo hubiese imaginado, sin embargo, gracias a las *“nuevas tecnologías”*, entre profesores, padres y alumn@s, hemos sido capaces de sacar el curso de nuestros hij@s adelante.

-¡Qué suerte que tenemos **ordenador**, mamá!-

-¡Pues sí, hijo, sí!- Seguramente, todavía habrá gente que no lo tenga, pero nosotros lo tenemos y tenemos que aprovecharlo para adaptarnos a la nueva situación que estamos viviendo a causa del *“coronavirus”*.

-¿Qué deberes tienes hoy?-

- Ahora lo miro en el **Classroom**, que es donde me mandan todos los días mis profesores la tarea que tengo que hacer-

- Pues me parece muy bien, pero ¿y ellos cómo saben que los haces, o que los estás haciendo bien?-

- Porque se los tengo que volver a enviar o enviarles un correo electrónico con una **foto** o escaneados con el



scanner-

-¿Y los *exámenes*, cómo los haces?-

- A ver mamá, cuando tengo examen, los profes me mandan un enlace para que lo abra y se me descarga un formulario, lo relleno en el tiempo que ellos nos digan, porque si me paso ya no vale, y se lo envío. A veces, el mismo *programa lo corrige* y nos dice la nota que hemos sacado y otras veces, son los profesores los que lo revisan y nos ponen la nota- ¿Entiendes?-

-Bueno, más o menos, es que esto de las nuevas tecnologías a mí me tiene un poco despistada, pero será *cuestión de ir adaptándome a la nueva “era tecnológica”*.

- ¿Y tu hermana que no tiene classroom?-

- A ver mamá, a mí me mandan un enlace a tu **correo electrónico**, y yo desde mi **Tablet**, me descargo los enlaces, veo los *vídeos* que mandan, los *juegos* que proponen que practiquemos, hago los *ejercicios* que nos dicen y luego si se los tengo que enviar a la andereño, pues les hago una foto y se los reenvío por email a su **correo electrónico**- Jolín mamá, que no te enteras.

- La verdad que no mucho, me voy a tener que poner al día con esto de las *nuevas tecnologías*.

-¿Mamá?-

-¿Qué?-

-¿Y sabes qué es lo que más me gusta de esta situación?-

-¿Qué hija?-

- *Que no tengo que levantarme corriendo a las 8 de la mañana, desayunar de pie, vestirme súper rápido y sobre todo, chillar porque tenemos prisa y me haces daño cuando me peinas-*

- Ja, ja, ja, pues tienes razón hija. Gracias al confinamiento, **nos podemos relajar** y *hacer todo con más calma.*

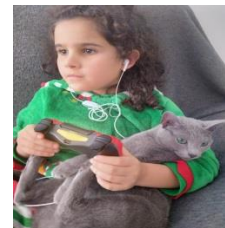
- Sí, y hasta tengo ***tiempo para jugar con mis amig@s-***

-¿A sí? ¿Y a qué juegas? ¿Y cómo juegas si no podemos salir de casa?-

-Jolín mamá. Ahora con el **móvil, el ordenador o la Tablet**, puedo jugar con mis amig@s sin salir de casa-

-¿Y cómo lo haces?-

- Pues muy fácil, sólo hay que descargarse los juegos con el **play store**, luego las aplicaciones como **“DUO”** o



“MEET” o sino con la Ps4 y nos *conectamos todos en línea.*

*Yo juego con mi hermano y sus amigos al Fornite y con mis amigos a juegos que les gustan a ellos, o sino, sólo hablamos y nos contamos nuestras cosas en **video llamada**. La profe también nos hace video llamadas*



para ver qué tal estamos-

-¡Me parece algo increíble!- ¡Quién me lo iba a decir a mí que se podían hacer tantas cosas gracias a estas nuevas tecnologías sin salir de casa!

-¿Y atletismo?- ¿cómo lo vais a hacer?-

-Nos han dicho los monitores que hagamos ejercicio, lo grabemos y luego se lo enviemos por **wasap**-



- Y papá también gracias al “rodillo”, puede hacer bici sin salir de casa y lo hace como si fuese real, elige el recorrido que quiere hacer y lo ve en el ordenador como si estuviese allí. Ayer se imaginaba que se recorría París....jajaaaaa

- ¿Mamá?-

-¿Qué?-

-¿Qué está haciendo papá?-

-Está preparando un plato especial, gracias al **Facebook**, y como no podemos salir a comer ni cenar a ningún sitio, se ha apuntado a un concurso de “*cocina en Confinamiento*” y nos está haciendo unos platos deliciosos. Luego mamá los editará en el *ordenador para que queden súper chulos, con música, efectos especiales, comentarios...* y los enviaremos a ver si hay suerte, y si no, pues **es lo que nos llevamos por delante**-

-¿Qué significa eso?-

-Que gracias al “confinamiento”, papá y mamá, al igual que vosotros, **nos hemos tenido que quedar en casa y aprovechar nuestro tiempo libre y qué mejor que cocinar en familia y para la familia.** Además, sólo por mandar las recetas, estamos ayudando a que la Cruz Roja y la Caja Laboral, donen 1€ por cada receta que enviamos. ¡Así que, a cocinar...!

-¿Y nosotros podemos ayudar?-

-¡Pues claro cariño! hoy papá va a hacer *albóndigas en salsa de setas*.

-Pues yo quiero hacer las bolas.

-Y yo también, mamá.



-Vale, pero hay que darse prisa, porque a las 7 nos toca la **clase de Pilates**-

-¿Clase de Pilates? ¿Pero eso no es a lo que iba papá a un sitio a hacerlo?-

-Si cariño, pero como no podemos salir de casa por culpa del “virus”, se han tenido que adaptar ellos también a las nuevas tecnologías y nos van a dar las **clases 2 días a la semana “online”**. Así que todos a ponerse cómodos y a hacer “Pilates” en familia, que si no llega a ser por el “covid-19” el único que haría Pilates es vuestro padre, así que vamos a aprovecharnos a hacer Pilates los 4 juntos y sin salir de casa-



-¿Mamá?-

-¿Queeeeeeeeeeeee?-

-¿Y este año no vamos a tocar la **tamborrada en San Prudencio**? Con las ganas que teníamos.

-¿Quién ha dicho que no? Pues claro que sí, será distinto, porque no podremos hacerlo en la calle pero lo haremos desde el balcón. Han creado una página para que nos conectemos en directo y tendréis que ensayar con el tambor antes del día de San Prudencio y ese día, también **conectaremos el móvil a la tele con el HDMI** para que se vea en grande, porque **lo transmitirán en directo** para que lo podamos tocar todos a la vez **y con un altavoz, lo sacaremos a la terraza para tocar y se nos oiga en toda la calle.**

-¡Qué guay! ¡Va a ser súper divertido!-

-Bueno, es hora de ir a la cama, habrá que despedirse del abuelo, que como está ingresado en el hospital y no podemos ir a verlo, seguro que le hará mucha ilusión que le hagamos una **video llamada** y le demos las buenas noches en directo.

Una nueva “ERA”, la “ERA DE LA TECNOLOGÍA”, que gracias a ella, a pesar de haber estado encerrados en casa, hemos podido sacar lo mejor de nuestra familia, amigos, vecinos y nosotros mismos, incluso de los malos momentos, hay que hacerlos buenos. **La gente ha podido trabajar desde sus casas, estar y disfrutar de la familia que de otra manera nunca hubiésemos tenido tiempo.**

Y un último ejemplo de lo que hemos conseguido entre todos, es que hemos estado unidos gracias a nuestros móviles, mandándonos **wasaps o msm, o correos por Facebook o por Instagram**, es que, durante el “confinamiento”, hemos hecho uso de ellos, y nos hemos puesto de acuerdo para salir la mayor parte de la población de toda España a **aplaudir** a nuestros sanitarios, comerciales, barrenderos, camioneros, policías, bomberos.... **TODOS JUNTOS** a las 8.

También gracias a las nuevas y modernas tecnologías hemos disfrutado del “CINE EN FAMILIA EN CASA”.



¡Ahora toca disfrutar y aprovechar nuestra nueva “ERA DE LA TECNOLOGÍA”, ¡NOS LO MERECEMOS!.

18. NUEVAS TECNOLOGÍAS Y NUEVOS TIEMPOS

Desde que nació nuestra hija, hace ya 6 años, hemos intentado que el uso de tabletas y teléfonos móviles no formase parte de su juego.

En ocasiones nos falla el ejemplo, porque ante el pitido del *whatsapp* quizá revisemos nuestro teléfono con demasiada *urgencia* para responder con rapidez a conversaciones banales, aislándonos ante la pantalla del *smartphone* y dejando a un lado a las personas que tenemos en frente.

Hasta la llegada a nuestras vidas de un confinamiento que jamás hubiésemos imaginado, nunca pensamos que esas *nuevas tecnologías* pudieran ser tan necesarias para nosotros.

CONCILIACIÓN

Frente al COVID, una de las primeras medidas que se adoptaron fue el cierre de los colegios. Nuestra hija estaría todo el día en casa y con un trabajo a turnos y otro de mañana no era posible la conciliación. Gracias a la posibilidad de teletrabajo pudimos hacer frente al primer escollo-COVID. Un equipo informático preparado y una conexión *wifi* fueron suficientes para lograrlo.

CURSO ESCOLAR

Los primeros días eran como unas vacaciones para nuestra hija, pero al poco tiempo comenzó a echar de menos ir al cole, ver al *maisú*, jugar con los amigos...

Pronto llegó el primer correo electrónico de Iñigo, su profe, comunicando que los lunes y los miércoles recibiríamos un mail suyo. Esperábamos con impaciencia su llegada para poder ver los videos que el profe grababa desde su confinamiento. Con ayuda de sus familiares nos animaba a hacer ejercicio, a aprender coreografías, a cocinar, a leer, a recortar, a pintar, a cantar a jugar... a recuperar una rutina que habíamos perdido. Ayudó a la peque a volver a sentirse parte de su grupo de clase. Solo ver la imagen del *maisú* nos alegraba el momento.

El temido "grupo de *whatsapp* del cole" también nos ha acercado audios, fotos y videos que los peques querían compartir con la *gela*.

Si el grupo de niños y niñas de la clase B de 6 *urte* ha seguido unido hasta el final del curso, ha sido gracias a esos archivos recibidos por *whatsapp* y mail.

AMIGOS

La primera llamada de video por *whatsapp* con sus mejores amigas la sorprendió tanto como la ilusionó. En esa primera llamada solo se miraron, pero tranquilizó la inquietud de *no volver a ver a sus amigas*. En las siguientes llamadas cogieron soltura en el nuevo modo de comunicación y teléfono en mano se iban moviendo por toda la casa contándose esas cosas que se cuentan las amigas cuando se encuentran.

Esas llamadas a tres devolvieron la confianza de volverse a ver PRONTO a las tres super-amigas.

FAMILIA

Siempre es una alegría encontrarse con la familia y en esta situación tan especial mucho más. Cuanto más compartido más se disfruta el momento así que con la pantalla de ordenador dividida en mil ventanitas conversábamos con los tíos, primos y abuelas y aunque la comunicación era un caos, porque resultaba imposible no hablar unos sobre otros, nos animaba oírlos y nos tranquilizaba vernos bien.

Y es que muchas veces una imagen vale más que mil palabras, pero nunca podrá superar a los besos y abrazos, aunque éstos sean con mascarilla...

19. DIARIOS DE TERRAZA

Diarios de terraza

<https://diariosdtrraza.blogspot.com/>

Hola, somos tres hermanos de 13, 11 y 8 años. Nos llamamos Iria, Aner y Enara y vamos a presentar un blog que hemos ido haciendo durante este confinamiento.

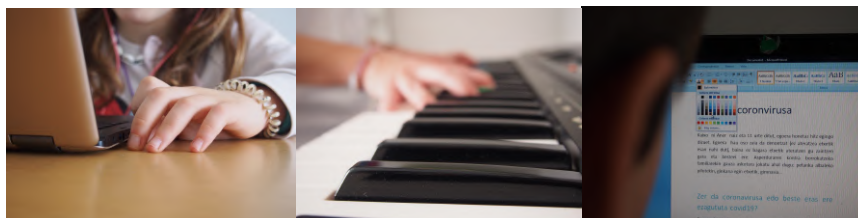
La idea de hacer el blog se le ocurrió a nuestro padre y al principio, cuando nos lo dijo nos dió mucha pereza porque también teníamos muchos deberes. A través de los días escribíamos más porque nos desahogábamos junto a más niños y más gente. Porque aunque estuviésemos escribiendo sólo en un ordenador y no hablando con la familia, pues parece que no pero tenía esa cosa de que iban a haber más gente y más familias que nos leyesen y nos comentasen.



Este blog nos ha servido para ir expresando nuestros sentimientos y para ir contando nuestras cosas para más niños, niñas y más familias. Mayormente basa en lo que hemos ido haciendo día a día, como hemos dicho antes, para dar ideas a más gente. Como por ejemplo hacer videollamadas con la familia y cada día hacer una receta de cocina diferente, cambiando día a día la persona que proponía o dirigía la receta. También hemos utilizado las nuevas tecnologías y aplicaciones como: nuestro canal de Youtube, programas para editar vídeos con música, Meet, Hangouts, grabación de audio, fotografía, Wikiloc,... También hemos participado en clases diferentes que no pertenecían al colegio como: clases de gimnasia, de dibujo, de manualidades,...

Mientras íbamos haciendo cosas nuevas, se lo íbamos mandando a nuestra familia amigas y amigos para que lo fuesen viendo. La verdad es que hemos intentado escribir todos los días para que los niños cogiesen ideas y a la vez nosotros desfogarnos, porque el confinamiento al final ya cansaba y te tenías que desahogar con alguien o con algo como el ordenador.

Creemos que después de hacer tantas entradas ha merecido la pena porque nos ha quedado bastante bien. Por eso cuando vimos este “concurso”, se nos ocurrió presentarlo porque ha sido la idea que hemos tenido en familia para que se nos hiciese más llevadero el confinamiento y para la gente que estuviera igual que nosotros le pudiera resultar entretenido.



20. APRENDIENDO A CONVIVIR EN TIEMPOS DEL COVID

Kaixo!!

En el caso de nuestra pequeña-gran familia, formada por mis dos hijas y por mí, este confinamiento por la crisis del Covid ha supuesto, como para muchas otras, un reto de puesta al día en las nuevas tecnologías, nuevas organizaciones en horarios, en espacios, materiales, pero sobre todo en convivencias....

Todo ha sido muy duro desde el principio; coincidiendo con el comienzo de la crisis en Marzo a mi padre le detectaron un tumor, tuvo que ser intervenido de urgencia, y sin mucho tiempo para asimilarlo, comenzamos con la vorágine de la pandemia: cierre de aulas, cierre de las empresas, nuevas formas de asistir a clase, tareas escolares impresas, clases on line, conocer nuevas plataformas de enseñanza, meets, etc....

Mi ex marido y yo cuidábamos de las peques como buenamente íbamos pudiendo sin apoyos externos, casando horarios de trabajos, tareas escolares, comidas, compras, etc...., pero con el hándicap de que él no tiene internet ni impresora en su casa.

Fue imprescindible para todos hacer un esfuerzo de convivencia y entendimiento para que nadie perdiese más cosas que las que la pandemia nos estaba obligando a perder. Mi ex tuvo que pasar bastante tiempo en mi casa para que las peques pudiesen llevar los estudios con normalidad y tuviesen que desplazarse de un sitio a otro lo mínimo posible.

Así han acabado el curso con bastante buen resultado y se han ganado unas tranquilas y merecidas vacaciones, pero lo aprendido en cuanto a convivencia y colaboración entre su padre y yo continúan ayudándonos a sobrellevar esta maldita enfermedad.

Hace veinte días a mi padre, sin terminar de recuperarse de su operación, y posteriormente a mi madre, hermana, cuñado y sobrino les dio positivo el PCR por Covid-19. Todos enfermos, mi padre muy grave, y el resto aislados hasta recuperarse. A mí y a mi actual pareja, por haber estado en contacto con ellos, también nos tocó estar aislados 14 días, todos en nuestras casas y sin poder ayudarnos ni vernos unos a otros.

El gran consuelo para mi familia ha sido el poder utilizar estas nuevas y aprendidas tecnologías para poder comunicarnos y vernos a través de videoconferencias. Incluso estamos hablando y viendo a mi padre en el hospital, ayudado por las maravillosas sanitarias que con tanto cariño le están cuidando. Además, las nuevas y aprendidas lecciones de convivencia nos han ayudado también, ya que de mis hijas han podido estar atendidas y cuidadas estos 14 días por las mejores manos, las de su padre.



21. CONFITADOS

Si alguien nos llega a decir en diciembre o incluso en enero-febrero, que nos iba a tocar vivir una pandemia, que íbamos a tener que estar en casa confinados, que luego nos dejarían salir, pero con horarios restringidos según franjas de edad y actividad, nos habiéramos reído a carcajadas en su cara.

Pero si, además, hubiera añadido que iba a haber desabastecimiento de papel higiénico, de harina, de levadura, de bicicletas estáticas, de tinte... que íbamos a aprender a hacer pan en casa para evitar tener que salir a la calle y que nuestro rato de conectar con el mundo iba a ser a las 20h aplaudiendo en los balcones, habiéramos empezado a buscar la cámara oculta.

Y si le hubiera sumado que una vez en la calle, nos tendríamos que olvidar de los abrazos y de los besos (taaaan necesarios y tan nuestros), de estar en los bares, en los cines, de tiendas, que íbamos a tener que estar a dos metros del de al lado, aunque fuera tu mejor amigo, que íbamos a oír cifras de muertos como quien oye las pedreas de la lotería, que la mascarilla iba a ser nuestro nuevo complemento obligatorio para salir y que el gel hidroalcohólico y los desinfectantes iban a ser nuestros imprescindibles... habríamos echado a correr por si el loco era además, peligroso.

Pero a veces, sólo a veces, la realidad supera a la ficción.

Menos mal que estaban las nuevas tecnologías para que no nos sintiéramos tan solos, ni tan rotos, ni tan locos.

Con una peque a punto de cumplir los 2 añitos en pleno confinamiento, todo tenía su sabor agridulce. En casa no nos aburríamos, pero tampoco teníamos tregua. **Internet** nos ayudaba a buscar entretenimiento y actividades que nos lo hicieran más llevadero a todos y que, además, fueran educativas. Gracias a las nuevas tecnologías, desde la **plataforma digital del colegio** nos mandaban también actividades, las andereños les seguían contando cuentos, cantando canciones y bailando, lanzando retos, etc., para seguir manteniendo ese contacto tan importante. Qué gran trabajo han hecho. ¡Gracias por el enorme esfuerzo!



Pero lo más importante en estos meses ha sido, sin duda, poder seguir manteniendo el contacto con los nuestros. Gracias a esas videollamadas de **Whatsapp, Zoom,**

Skype...esas primeras veces con la lagrimilla intentando asomar y la garganta un poco rota por vernos sin poder tocarnos.

La peque trae locos a los abuelos, pero sobretodo, es el ojito derecho de la abuela, la que le hace sonreír y jugar como una niña, quitando más de 20 años a sus casi 80 castañas, y ahora el dichoso bicho no les dejaba estar juntas y mi ama, en cada videollamada tenía los ojos vidriosos. Pero han podido estar conectados todos los días y eso también lo ha hecho un poco más llevadero.

También esa desesperación por enseñar cómo se usan los móviles, las videollamadas, los mensajes de voz, el envío de fotos, etc. a los abuelos, una y otra vez, en cada llamada, como si lo explicado en la anterior se lo hubiera llevado el viento... ¡Pero ha merecido la pena!! Ver esas caras de felicidad al ver a la pequeña con los avances de su lengua de trapo y sus payasadas haciendo reír a todos... en 3 meses cambian y aprenden tanto!!!



Y juntarnos con los amigos a través de una pantalla del ordenador, compartir el hastío, las preocupaciones, echar unas risas, y los retos, esos vídeos y las risas con la cuadrilla... eso ha sido impagable. Todos los viernes por la tarde, puntuales a su cita... ainsss qué duro tuvo que ser vivir la pandemia de 1918 sin estos avances.

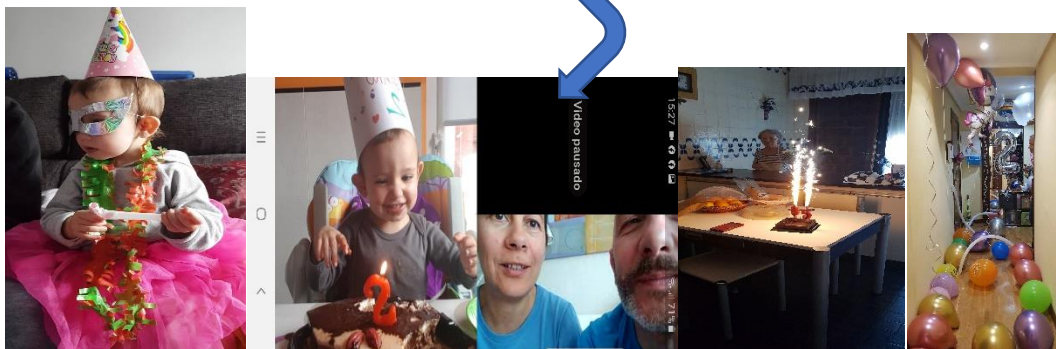


También nos ha tocado recurrir a **youtube** para buscar cómo arreglar todo lo que, justo, se nos ha estropeado durante el confinamiento total, por ejemplo, la cisterna del baño y la máquina de coser (qué mal momento para romperse). Y los tutoriales para aprender a hacer pan, bizcochos, galletas, rosquillas ... Ahora los tutoriales me vienen estupendamente para hacer las mascarillas caseras y poder darle un toque animado al asunto.



Y las **compras online**, por supuesto, para la compra de lo imprescindible, evitando así exponer a los vulnerables (maldito factor de riesgo) y también para conseguir tener un detalle para el cumple del abuelo y de la nieta (sí, los dos el mismo día, casualidad oiga). Gracias a todos los que han estado currando al pie del cañón y lo han hecho posible.

Ponga aquí la imagen de los abuelos, ellos nunca tocan la pantalla y se les cambia sola...



Qué hubiera sido de esos solitarios cumpleaños, sin las **videollamadas** y sin los **videos** sorpresa que han hecho emocionarse a quien los recibía y divertía a quien los preparaba. Duros los cumpleaños de 1918...

Y San Prudencio con su tamborrada desde los balcones...



También **Twitter** nos ha tenido al día de las noticias, como siempre, así como la **prensa online**, y hemos ido aprendiendo sobre la marcha los avances y nuevos estudios del dichoso *Sars cov 2* y su *Covid 19*.

Y también hemos usado más las nuevas tecnologías, mucho más, para los **trámites online**. Qué tranquilidad no tener que salir a hacer papeleos a sitios concurridos. Hemos perdido el miedo a hacerlo online, aunque ha sido a cambio de tener algo más de miedo de hacerlo presencial. En definitiva, nos ha ayudado a llevarlo mejor, a conectarnos más con los de al lado y con los de más lejos, porque, aunque antes ya usábamos las apps para mensajearnos, las videollamadas nos han dado un plus.

Sin duda, gracias a todo esto el confinamiento se hizo un poco más dulce, entre videollamadas, intercambio d videos, pan, bizcochos y galletas, y poder compartirlo con los nuestros por redes sociales... fue un poco menos confinamiento y un poco más **CONFITAMIENTO**.

22. TECNOLOGÍAS PARA ESTE MOMENTO COMPLICADO

Estamos en un momento complicado y de transición mundial en el que un virus mortal actúa silenciosamente avanzando entre nosotros y causando daño a nivel mundial.

En este momento tan complicado, las nuevas tecnologías cobran un sentido importante en nuestras vidas, en el que el estado de alarma y un confinamiento de la población han sido de gran ayuda para que todo el mundo estemos conectados entre nosotros y con nuestros seres queridos, además, y gran ayuda para nuestros hijos y mayores. Anteriormente las utilizábamos, pero no le dábamos más importancia, las utilizábamos más como medio de entretenimiento, hacíamos pocas video llamadas, además, solo se podían hacer de dos en dos, y durante el confinamiento en **WhatsApp**, fueron aumentando las personas en las video-llamadas y así poder ver a más gente y amistades, también utilizábamos conexiones como **Skype** y creaciones de salas a través de **Messenger**. Las nuevas tecnologías nunca suplementarán a la relación interpersonal entre sus iguales ya que el poder de tener a una persona cerca y poder tocarla y mirarla a los ojos, mientras habla viendo además sus gestos no se puede reemplazar por las nuevas tecnologías, pero en estos momentos tan complicados han ayudado muchísimo, para tener cerca a las personas que echábamos de menos.

Han podido acercar también a mi hija y a mi hijo Oihan de 1 año y 10 meses que está empezando a descubrir la vida; A su bisabuela Felisa que la quiere y admira, a la cual no ha podido abrazar y transmitirle su amor y cariño, por la situación vivida. Pero que, a través de algo tan sencillo, tan complicado para otros como es la transmisión digital han podido expresar y darle su cariño, de otra forma diferente a la que estamos acostumbrados, no perdiendo nunca el contacto afectivo y sentimental del abrazo y el cariño entre nosotros. (Aunque a sus 92 años, algo complicado, pero con ayuda nos ha podido ver y expresar que estaba perfecta)

Nuestra hija Enara, que en octubre hace 6 años ha vivido el principio de su desarrollo y el final de una etapa en la educación infantil... Como este virus mortal le alejaba de sus compañeros y amigos; así como de su maestra y acompañante en este largo camino hacía su desarrollo personal. Con las nuevas tecnologías nuestra hija ha podido mantener una relación educacional y de amistad con sus seres queridos y su entorno educativo, utilizando las numerosas herramientas como el **“Microsoft Teams”**, donde a podido comunicarse con la profesora, y sus distintos compañeros, escuchar libros, jugar al lince, etc... Además, hemos aprovechado a través de **Pinterest**, a sacar ideas para realizar manualidades y distintos juegos educativos reciclados y ponerlos en práctica.

En nuestro entorno y en nuestra familia ha sido importante y para mantener el vínculo afectivo, el trabajo de nuestros hijos y del nuestro, creamos una competitividad sana jugando al **parchis Star**, que ha sido otro juego para motivar a contar a nuestra hija. Las nuevas tecnologías han servido para acercarnos más en un estado totalmente anómalo y poder mantener unas relaciones de amistad y

sentimentales que de otra forma no se podrían haber mantenido ya que el confinamiento merma mucho la salud de las personas en todos los ámbitos, hemos estado unidos y haciendo distintos videos y alegrando a las amistades a través de videos en el “**tik tok**”, la familia, nos lo pasamos muy bien montándolos, además nuestras amistades nos animaban a hacer muchos más, ya que nos decían que les alegrábamos el día, así que nos animaban también ellos para poder realizar al menos uno a la semana; buscábamos recetas de cocina y diversos juegos familiares con los que nos uníamos en familia.

Hemos aprovechado las nuevas tecnologías para hacer deporte en casa y mantener el cuerpo alerta a través del **Instagram live**... hacíamos yoga en familia, juegos, aerobio, deporte... buscábamos apoyo para entretenernos en **You tube**, con canciones en otros idiomas, recetas de cocina, y cuentos, etc... Porque hay infinitudes de propuestas para cada edad.

A mi mujer y a mí, nos ha ayudado en las relaciones de amistad y para nuestro entorno de trabajo, además las plataformas digitales han ayudado mucho poniendo a disposición de todo el mundo sus herramientas totalmente gratuitas. Dentro del confinamiento y la situación trágica a la que nos enfrentamos se han sacado bastantes cosas positivas de esta situación, aunque muchísima gente ha perdido no solo seres queridos, sino que en muchas de ellas la soledad, ha estado acompañando durante esta situación pues no disponían de los medios suficientes para poder acceder a esta tecnología, o no sabían cómo utilizarla, aunque sí, que es verdad, que ha habido mucha gente involucrada para acercar a muchas personas entre ellas y voluntarios que a través de diversas aplicaciones ha podido ayudar.

Nuestra familia podemos dar las gracias, a que, con estas herramientas, hemos contactado con nuestros seres queridos y verles, mantener nuestra mente perfectamente, con salud, sabiendo y viéndoles que están bien también... y la de nuestros hijos, aunque el poder jugar con sus iguales no lo podrán reemplazar por nada del mundo.



23. FAMILIA Y USO DE LAS TECNOLOGÍAS POR EL COVID19

Durante la crisis del coronavirus la cual derivó en un confinamiento de la sociedad, el uso de las nuevas tecnologías para mantener el contacto con los seres queridos (familiares y amigos) ha aumentado considerablemente. El uso de Videollamadas por Whatapp, meet (plataforma gratuita de google) o zoom (que nos ofrece una opción gratuita durante 45 minutos) han sido muy usadas durante el confinamiento para mantener el contacto tanto visual como telefónico con nuestro entorno.

Las plataformas como meet o zoom, previas al confinamiento eran desconocidas en el ámbito familiar/personal y no tanto en el ámbito profesional. No ocurría lo mismo con Whatapp, que se encuentra muy extendido entre la sociedad llegando a un gran número de personas de distintas edades y su uso no trascendía más allá del propio intercambio de mensajes, fotos de eventos o los famosos memes. La gente de mayor edad, descubrieron que Whatapp podía tener otros usos como las Videollamadas para estar en contacto visual con familiares.

Muchas personas fueron afectadas por el virus o enfermedades varias necesitando por ello el ingreso en hospitales y con la prohibición de visitas se sentirían sol@s. Las nuevas tecnologías, han permitido que esas personas se sintieran cerca de los suyos. Otra gran parte de la población, durante el confinamiento, han cumplido años no pudiéndolo celebrar con los suyos, es por esto que con las nuevas tecnologías las “fiestas Virtuales” se han extendido haciéndoles llegar el cariño y el calor de los suyos a pesar de la distancia.

Adjunto fotos de ejemplo de Videollamadas en grupo de cuatro familiares de diferentes ciudades.



Las personas de mayor edad de la familia, los cuales no son muy conocedores de las nuevas tecnologías, se adaptaron a la perfección de las nuevas tecnologías realizando Videollamadas a sus seres queridos con total normalidad y facilidad.

Otro uso que se ha dado, ha sido en la tele formación, tanto en ikastolas como en el ámbito profesional con los denominados webinaris, terminología que no estaba muy extendida previa al confinamiento, la cual hoy en día es una de las practicas más utilizadas para la formación. Los peques de la casa no se quedaron atrás, las nuevas tecnologías les han acercado a sus compañeros de clase como a sus profesores llegándoles a dar una interacción y una formación para que no mermase su formación académica.

Adjunto ejemplo de propuestas de trabajo de la Ikastola mediante plataforma meet.


COVID-19: casa ikastola

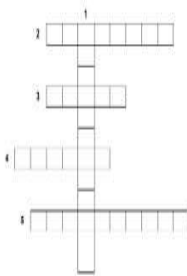
Página de inicio
Propuestas ▼
Cuentos
Canciones
Aulas ▼

2. Propuesta de trabajo

A continuación proponemos un crucigrama y dos letras de sopa.

Aquí hay un crucigrama y sopas de dos letras.

GURUTZEGRAMA-1







1-SUHILTZALEA
2-POSTARIA
3-OKINA




HIZKI ZOPA-1

T	A	S	T	R	O	N	A	U	T	A	L
S	U	H	I	L	T	Z	A	I	L	E	A
R	E	S	U	K	A	L	D	A	R	I	A
M	E	D	I	K	U	A	B	I	L	T	O
A	R	R	A	S	E	T	O	K	I	N	A
T	A	L	R	A	I	T	A	R	I	A	L





ASTRONAUTA
SUHILTZALEA
SUKALDARIA





MEDIKUA
OKINA
ALBAITARIA

HIZKI ZOPA-2

T	L	O	R	A	Z	A	I	N	A	U	L
S	I	G	E	L	T	S	E	R	O	A	J
A	R	R	A	N	T	Z	A	L	E	A	H
S	H	A	R	A	K	I	N	A	F	T	O
J	O	S	T	U	N	A	F	E	I	N	A
P	H	E	P	O	S	T	A	R	I	A	L





POSTARIA
JOSTUNA
IARAKINA





ARRANTZALEA
IGILTSEBIA
LORAZAINA

Las nuevas tecnologías, podría provocar un enfriamiento de las relaciones entre personas, perdiendo el contacto cara a cara (face to face). Tras disponer de un fin de confinamiento y llegando a una nueva normalidad, nos permite las reuniones con los seres queridos y sentirlos cerca pese a tener que respetar la distancia de seguridad. Nuestra cultura no está preparada para vernos exclusivamente por una pantalla y no sentir el calor de los nuestros. Pero sí nos ha servido para darnos cuenta que las nuevas tecnologías nos sirven para dar formación en formato webinar a muchas personas de distintos lugares produciéndose un ahorro del coste de los cursos para las personas impartidoras como para los asistentes. Previo al confinamiento, para realizar una formación fuera de tu ciudad natal, tenías que desplazarte al lugar de la formación con los gastos que ello conlleva y con limitación de asistentes. De esta forma, los asistentes se pueden triplicar y los gastos se reducen al carecer de desplazamientos y en muchas ocasiones de estancia y a su vez facilitando el contacto personal con familiares y amigos al permanecer en tu lugar de residencia.

Otro de los usos que nos brindan las nuevas tecnologías y del tiempo que se disponía durante el confinamiento, fue el nacimiento de una nueva "radio" vecinal en nuestro barrio de Arkaiate que utiliza el hosting de streaming ubicados en la red para poder llevar un ambiente dinamizado y distinto durante ese duro periodo que a día de hoy perdura en el tiempo. Como podemos ver en la noticia que desarrolla en "Diario Noticias de Álava", sin las nuevas tecnologías al alcance de todos, no podría haber sido posible. Los oyentes en cada emisión suben y se enganchan a esta nueva iniciativa creada por dos vecinos de Arkaiate, un amigo y familiar mío, los cuales cuentan con el apoyo de la asociación vecinal. Varios medios de comunicación han hecho eco de la misma.

Adjunto el artículo de DNA del día 21/06/2020 y del 28/06/2020.

20 ARABA

Diario de Noticias de Álava - Domingo, 21 de junio de 2020

Las voces del confinamiento

DOS VECINOS DE ARKAIA TE CREAN UNA RADIO VECINAL TRAS AMENIZAR LA CUARENTENA A TODO EL BARRIO DESDE LA VENTANA

Un reportaje de Sara Cabrera 16 Fotografía Jorge Muñoz

Alberto Clavero y Néstor Alonso, dos vecinos de Arkaiate, unidos por una misma pasión, la de disfrutar y hacer disfrutar con la música y el entretenimiento, han amenizado el confinamiento de quienes les escuchaban, primero a través de las ventanas, y después por Internet, armados con sus micrófonos y altavoces, y muchas ganas de salir adelante y pasarlo bien.

Esta herramienta les ha servido para conocerse, hacerse amigos y unir a los vecinos y vecinas de sus respectivos pueblos, el 38 y el 40 de la avenida Bruselas, y del barrio al completo. Todo surgió porque Alberto «radiofónico» que además pincha en losa y Néstor «aficionado a la música y con una trayectoria también como DJ» se unieron en este proyecto común. Basándose en los vídeos virales llegados desde Italia, de DJs pinchando música desde los balcones, Alberto cuenta a DIARIO DE NOTICIAS DE ÁLAVA que comenzó a hacer lo mismo, poniendo música por la ventana y Néstor se le unió porque tenía altavoces «más decentes». De ahí nació la idea. Comenzaron casi todos los días tras los aplausos, y en pleno confinamiento tenían una programación ya creada los viernes por la tarde tenían la disco de control, «que todos nos tenemos que ver en las ventanas porque eso era una buena señal», cuenta Alberto. Los sábados, además, hacían juegos, como el de la máquina del tiempo para adivinar canciones, y movimientos temáticos, con canciones que parece que dicen una cosa y realmente es otra. Se trajeron incluso la feria de Sevilla al barrio de Arkaiate.

El punto de inflexión «cuentan» llegó cuando algún vecino de un bloque llamó a la policía. Fue en dos o tres ocasiones, y tuvieron que darle una vuelta, porque ni queríamos molestar ni queríamos tener problemas por esto», explican. A partir de ahí lo hicieron más fuerte, y de los viernes pasaron a Internet, porque ambos son informáticos de profesión. Ahora se los puede encontrar en redes sociales, y en su cuenta de Facebook, donde suben los programas de radio, en http://www.facebook.com/pag_100847461148414.

Le han dado tanta vida a este proyecto, que han introducido en sus programas incluso el formato entrevista, por el que han pasado figuras como Cabello o Pablo Gómez, que estuvo en la final del Alavés y charlaron con él en el aniversario. «No esperábamos realmente que lo que empezó en una ventana terminara convirtiéndose en esto. Decidimos hacerlo por las ventanas para divertirnos y que la gente se divirtiera».

También han incorporado un número de WhatsApp, para aceptar peticiones, facilitar cumpleaños, etc., y los vecinos locales les están dando premios para seguir entre los oyentes. Sin embargo, ahora toca tomar un pequeño descanso, y ya han anunciado en sus redes sociales que esto no es un adiós, sino un hasta pronto. «... Pues... y después. Hasta aquí hemos llegado en este formato de radio del confinamiento los viernes, sábados y domingos de 18.00 a 20.00 horas. Hemos estado haciendo el programa en directo desde la panadería degustación Laitia, Arkaiate Space, compartiendo con vosotros este momento de despedida. Hasta que regresemos, más pronto que tarde, en un formato más breve pero igual de intenso», explican en su Facebook, [facebook.com/radiobarraiata](https://www.facebook.com/radiobarraiata). También en su Instagram, [instagram.com/radiobarraiata](https://www.instagram.com/radiobarraiata), han hecho una cuenta de todo lo que vendrá, e invitan a seguirlos para conocer todos los detalles.

Su intención es, tras el verano, intentar retomar este formato como explican, «más breve», los domingos a partir de las 20.00 horas. «Lo hacemos por amor al arte. Con el confinamiento los domingos a las doce pensamos más cosas para los tallos, y pensábamos que llegaríamos a nuestros bloques (el 38 y el 40), y poco más, pero después nos dieron que llegáramos a bloques de al lado y la gente hablaba con nosotros», cuentan con ilusión.

PLANES DE FUTURO La asociación de vecinos de Arkaiate ha sido quien les ha animado a seguir en esta aventura. Además que han invitado en alguna radio FM para pasar con ellos ahí, y tras el verano intentarán hacerlo. «Queremos crear comunidad aquí, en el barrio», cuenta Néstor. Por sus micrófonos ya han pasado multitud de personalidades del barrio, de Vitoria, etc., y tienen otras muchas ideas en mente. Entre ellas, quieren formar un grupo del barrio, porque cuentan con él, un contenedor que también ameniza los días de confinamiento desde su ventana. Por eso, buscan vecinos y vecinas que toquen un instrumento o canten para formar parte de esa banda.

Cuando vuelvan, seguirán con ganas, y la asociación de vecinos les ha pedido que si hay fiestas estén en ellas amenizando musicalmente y organizando alguna actividad. Ambos dicen claro que esta aventura que comenzó en las ventanas, igual que su amistad, durará mucho tiempo.



Alberto y Néstor con el equipo de grabación.

PASA DEN ASTEBURUAN GELDIALDI TXIKI BAT EGIN OSTEAN,
FORMATU BERRI BATEKIN ITZULI DIRA, IGANDEETAN BI ORDUZ

Erreportajeak Sara Cabrera Argazkia Jorge Muñoz

uigan-bera, beraz, zuei
 inoiz ere ez duzue bultzada
 bat izan da barnean zuten giza
 aurerra ateratzeko. Horregatik, jende-
 arekin partekatzan jarraitu nahi
 dute pastu hau, azukroak honen
 parte izan direlako hasieratik.
 Leiofototik musika jarrizen hasi
 zuten, eta hori izan zen beren
 inprobisazioen puskak. Dute, eta
 askotan haren artean bromak egi-
 tzen ere. Leiofotatik, adibidez, Zele-
 donen ekartzearan apustuak jazo zuten,
 eta Zeledonaren (Gorka) ekarritze-
 ta bat antolatu zuten azkenean.
 "oso diergarria izan zen", gogo-
 ratzen dute. Gaur, berriz, beste ohi-
 rikotako batzuk dituzte prestade, eta
 dena ematen jarraituko.



ZELDORREN JAITSIA. Aurtun gatazko omenaldiak egin nahi dituzte Zeldolari, eta horretarako horren jaitsiera sinboliko bat antolatu nahi dute abuztuaren 4an. Aurturren dituen atariko azkoekokin jeltz egitu duta jada, eta Albertoren eusketak aurrean dituzten ekoiztaria polsoa bat eta elhimia bat erakutsi behar izango du. Horren hain *«Gatazka»* elkarleak, adibidez, Zeldolarien aurpegieta egingo die. Ideia hori begira, azkoekokin praxak, blasa, etab. emango diziedate elktimen hau elkarbaten omentariu nahi dutelako. Musikaekin egingo dute, eta horren bidez *«Gorka»* (Zeldolari ordenaketa) eta *«Aurtun horretan»* Arkalaten antolatuak dituen omenaldi bonetan, betiere segurtasun neurri guztiaz hartuta. *«Gatazko»* jalen espirituak omentari egotera nahi dugu bizirik omenaldi

Honen inguruan, eta hurrengo egun eta hilabeteetan zehar etorriko diren berri guztien inguruan informazio guztia hasen sare sozialetan aurustatzen joango dira, baita haien programazioan zehar ere, momentuz, online entzun daitekeelako hau, https://artikulate.radiotransmision.com/?cid=6&AR=9&E=8-9cm_TLGRUBCEIXF&WUFVXZBB
IDrc0rQO000xnf7, edo orrialdean alegia. Gertatuiko dena, izan ere, etorkizunak esaneko du.

"Irailera begira, hitz egiten gabiltza jada Gastelzko irrati batzuekin"

NESTOR ALONSO
jazzmuzikáns

"Pasa den astean
atseden bat hartu
genuen, baina hemen
gaude berriz ere"

ALBERTO CHAVE
 (art@alberto.chave.it)

También se dispone de plataformas donde poder subir los podcast como es Ivoxx.com, los cuales ofrecen a una gran variedad de gente hacer sus propios programas o eventos musicales y que la gente pueda escucharlos sin tener que estar en directo escuchando el programa o la emisor.

24. LO APRENDIDO POR NECESIDAD

Familia y uso de las nuevas tecnologías por el Covid-19

La verdad es que hasta el inicio del confinamiento por el coronavirus no solíamos utilizar muchas de las nuevas tecnologías que hemos aprendido a utilizar durante el mismo, ya que ha sido la única forma de estar en contacto con familiares y amigos cercanos, cosa que tanto necesitamos y tanto hemos echado de menos estos meses.

Hemos utilizado Whatsapp para enviar mensajes, fotos y vídeos, también para realizar videollamadas y también un programa llamado Zoom para hacer videoconferencias grupales y nos hemos dado cuenta de que fácil es su uso y de qué útiles son para mantener el contacto.

También hemos aprendido a utilizar Netflix y Amazon Prime para ver películas, series, descargar libros digitales y se nos ha abierto un mundo infinito de posibilidades y de opciones de cara a nuestro tiempo de ocio con contenido de calidad y con la facilidad de poder seleccionar el contenido deseado en cada momento del día. Una verdadera gozada.

Antes del confinamiento ni mi mujer ni yo, las utilizábamos porque las desconocíamos y nunca nos había surgido la necesidad de usarlas, pero nuestros hijos nos han mostrado que pueden ser funcionales hasta en estado de normalidad para mantener el contacto con personas lejanas, que de otra forma al final se va perdiendo.

Mis hijos son los que nos han enseñado a utilizar estas tecnologías que normalmente utilizan para su vida personal o para su trabajo. Si bien, ni mi mujer ni yo habíamos utilizado nunca las mismas y espero que aunque podamos volver a la normalidad pronto, sigamos utilizándolas en ciertas ocasiones. Aunque también es cierto que prefiero el contacto personal ya que estas nuevas tecnologías a pesar de ser muy útiles, son un poco más frías que el contacto humano.

También me he dado cuenta como los integrantes con mayor edad de la familia han sido más reacios a utilizarlas al principio, siendo los más jóvenes los más predispuestos. Si bien, también es verdad que después de unos meses de uso ya no se distingue por edades habiendo personas que las utilizan durante todo el día (se podría incluso pensar que con cierta dependencia...), otros que las usan ocasionalmente y otros que esporádicamente y esto creo que es debido a la forma de ser de cada uno.

Y lo que nos ha sorprendido enormemente es la facilidad con la que los pequeños de la familia aprenden a utilizar y se desenvuelven con estas tecnologías. Y es que parece que aprendieran millones de veces más rápido que nosotros los hacemos. Se nos caía la baba viendo a nuestros nietos utilizando solos móviles de última generación, tablets y ordenadores como si llevaran toda la vida haciéndolo.

Finalmente, pensando en como trasladar a la sociedad en general estas prácticas o cambios de comportamiento sufridos en mi familia durante el confinamiento, la cuestión es que todos en particular y como sociedad en general tenemos que valorar más lo que tenemos y dejar de preocuparnos de problemas y necesidades superfluas porque en momentos como los que hemos pasado, te das cuenta de lo importante que es la amistad, la familia, la confianza y que tan sólo necesitamos disfrutar unos con otros y

querernos con toda nuestra alma para olvidar cualquier problema y salir delante de cualquier complicación que la vida nos pueda deparar.

Amar, compartir y disfrutar de lo que realmente os hace felices !!!

25. DESENFRENO DIGITAL

DESENFRENO DIGITAL



Y vivíamos: corríamos, quedábamos, entrábamos y salíamos, y teníamos ruido, compras, viajes, amigos y prisa, mucha prisa.

Y de repente, **STOP**. Nos paramos y llegó el silencio, el miedo, la nada y fue así como entrábamos a formar parte del desenfreno digital.



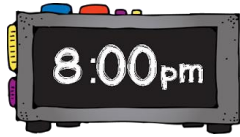
Me levanto, desayuno, me aseo y al escritorio corriendo. Hay que empezar a organizar todo, no puede ser un curso perdido; clases vía online pero sin cambiar la dinámica, entrar en una burbuja, no saber qué ponerse ni siquiera dónde colocarte (un día en la cama, otro en el sofá, otro en la cocina y al siguiente en el estudio), sentirse perdida, pero seguir como si nada estuviera pasando, la carga de estudios lejos de reducirse aumenta, no te dejan desconectar ni físicamente, **pendiente** de los correos a todas horas, ponerse a hacer trabajos en los ratos “libres” que no tienes clase o tutorías y dificultades con la utilización de instrumentos digitales ante la inexperiencia.



Ha llegado la hora de comer y junto a ella la hora de Don Simón, no la del vino sino la de captar los impactantes datos del país. Actualmente las noticias vía online están jugado un rol muy destacable en la sociedad y su exagerado uso ha causado el resurgimiento de las conocidas fake news. De la misma manera que tenemos la necesidad de una vacuna biológica para frenar la pandemia también necesitamos el antivirus para filtrar los **BULOS**.



Llegado el momento más entrañable del día me disponía a realizar una **video-llamada** con la residencia de mi abuela; persona mayor, con COVID-19, aislada completamente y vulnerable. Gozábamos de unos instantes repletos de emoción y pena con un sabor agri dulce.



Salir a aplaudir y luego **PINTXOPOTE DIGITAL** con amigos y familia. La tecnología nos ha permitido mantener costumbres en unos tiempos complicados. Brindábamos con esperanza en pantallas divididas.

En conclusión la tecnología ha cogido un papel fundamental en mi día a día ya que no sólo me ha servido para comunicarme sino para muchos aprendizajes. Momentos de descubrir que no es lo mismo lo urgente que lo importante.

Tenemos que seguir avanzando y confiando en la **evolución** de la tecnología, que tanto ha contribuido en el área de la salud aportando material impreso en 3D para la emergencia sanitaria.



2) $y = x^3 - 4x$ Ecuación de la recta tangente en:

1º Calculamos los corte con el eje X (abscisas): $y = 0$

$$0 = x^3 - 4x ; \quad 0 = x(x^2 - 4) ; \quad 0 = x(x-2)(x+2)$$

Realizo los mismos pasos que en el ejercicio anterior para calcular la recta tangente en dichos puntos. Empezamos por $x = 0$

$$x_1 = 0$$

$$x_2 = 2$$

$$x_3 = -2$$

1º Calculo $f(0) = 0$

2º Derivamos: $f'(x) = 3x^2 - 4$

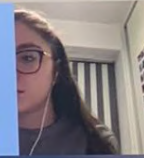
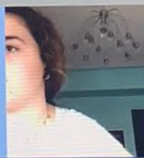
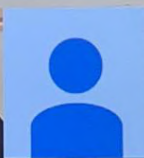
3º Calculamos $f'(0) = -4$

4º Sustituimos: $y - 0 = -4(x - 0)$

5º Operamos: $y = -4x$ en $x = 0$

$$y - f(a) = f'(a)(x - a)$$

$$y - f(0) = f'(0)(x - a)$$



26. TECNOLOGÍAS EN EL PUEBLO

Este confinamiento que hemos vivido se puede calificar con miles de adjetivos, pero no podemos negar que ha sido algo nuevo. Vernos en casa encerrados en familia, aita, ama, Sara de 6, Nora de 4 e Ian de 2, además siendo “okupas” en la casita en el valle de Kuartango de amama y aitite, las 24h juntos conviviendo los siete, estudiando, trabajando, ¡y sin wifi!, ha sido muy intenso. Nos pilló pasando el fin de semana en el pueblo, y decidimos quedarnos por aprovechar el pequeño jardín. Aitite y amama al principio estaban encantados, pero la encerrona con peques, la convivencia y el alargamiento del confinamiento es agotador. Aún así, la elección estaba clara para todos, jardín (¿libertad?) para los peques, frente a las comodidades de nuestro piso que no tiene ni una pequeña terraza, pero que está equipado con las últimas tecnologías, con impresora, wifi, fibra óptica, Smart tv y miles de aplicaciones guiadas por Siri y Alexa que hasta el peque de dos años maneja sin pestañear. Prescindiendo de estas tecnologías a las que estamos acostumbrados, y priorizando la naturaleza, en el pueblo tuvimos que reinventarnos. La tablet que llevé para ver alguna peli el fin de semana, se convirtió en la herramienta más poderosa para seguir las clases de las peques: No sólo hacían las videollamadas de clase utilizando los datos de nuestros móviles, sino que la Tablet se convirtió en cuaderno, impresora, bloc de notas, cuaderno de arte y cine esporádico. Nunca le habíamos sacado tanto partido, ni siquiera sabíamos que se podían hacer todas esas cosas con el lápiz electrónico. Resulta que descubrimos cómo editar los pdf-s de las fichas que las andereños enviaban a diario para hacer en casa, por lo que podían hacer, dibujar, escribir y pintar en todos ellos sin tener que imprimir una sola hoja.

Aitite y amama están jubilados, así que el ordenador viejo de aitite, el mismo que después de jubilarse le ha servido para sacarse la carrera de ciencias ambientales por una universidad online, ha servido también para que nosotros pudiéramos teletrabajar. Lento pero eficaz. Otra vez utilizando los datos móviles, los adultos trabajadores de casa conseguimos hacer una rutina comenzando a las 6 de la mañana para tener un par de horas antes de que los peques se despertaran, continuando con el ordenador echando fuego a turnos a lo largo del día dependiendo de las necesidades de cada uno, y acabando a altas horas de la noche respondiendo emails. Suerte que las compañías telefónicas subieron el número de datos móviles disponibles sin coste, porque sino nos hubiéramos arruinado. Nos dio hasta para bajarnos alguna peli nueva. A parte de esto, re-descubrimos lo que es ver la tele normal en familia con un solo televisor, haciendo zapping para ver que echaban y tragando anuncios, algo que nuestros peques, acostumbrados a Netflix, Amazon Prime, y aplicaciones de los diferentes canales, no conocían ni entendían (que es eso de no poder ver lo que quiero cuando me apetece y sin esperar...), y mientras, pudimos echar largas partidas de cartas con el sonido de la tele de fondo y el calor de la chimenea. Una situación rara, nostálgica, pero de caos; de mucha tecnología pero sin todas las comodidades, sin contacto humano en el trabajo, y con mucho calor humano en familia, sin libertad de movimientos, aislados, y con la tecnología e información mundial a nuestros pies. Raro, nuevo, y de uso obligado para subsistir en estos tiempos de crisis, hasta en el lugar más remoto. Y tampoco hace falta tanto, con una tablet, una tele vieja, un ordenador y datos de nuestros móviles, nos hemos apañado 7 personas para seguir las clases, leer la prensa y tele trabajar. Hemos aprendido a simplificar arrimando el hombro en el momento que más necesitábamos las tecnologías. Una situación que esperemos que no se vuelva a dar, pero que si vuelve a ocurrir, desde luego, no nos pillaré como una novedad, y partiremos con más sabiduría recorriendo y descubriendo un camino ya comenzado.

$70 + 18$ 88	$19 + 70$ 89	$27 + 31$ 58	$43 + 26$ 69	$25 + 62$ 87	$55 + 12$ 67
-------------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------	-------------------

$42 + 16$ 48	$65 + 21$ 86	$10 + 58$ 68	$46 + 31$ 77	$52 + 27$ 79	$92 + 5$ 97
----------------------------	----------------------------	----------------------------	----------------------------	----------------------------	---------------------------

51 + 27

82 + 16
98







27. HACIENDO BUEN USO DE LAS TECNOLOGÍAS

¿Quién nos iba a decir aquél lunes 9 de marzo, que niñ@s y jóvenes de todas las edades saldrían de sus respectivos colegios, escuelas, ikastolas, institutos o universidades sin saber cuándo volverían a verse?

Aquél día para much@s de ell@s fue el día más feliz de su vida. Lo que nadie esperaba era que aquello que parecía una broma se convertiría con el tiempo en una pesadilla.

El “bicho” había llegado y había empezado a convivir con nosotros. No sabíamos desde cuando llevaba con nosotros ni tampoco lo peligroso que podía llegar a ser.

De lo que sí éramos conscientes era de que había puesto a toda la sociedad patas arriba. De la noche a la mañana nos encontramos con miles y miles de niñ@s y jóvenes en casa. El caos llegó a muchos hogares. En un principio nadie era consciente del daño que el virus estaba haciendo, tan solo nos preocupaba organizar nuestra vida, nuestra familia.

Pronto las consecuencias del virus fueron tan evidentes que poco a poco fueron encerrándonos a todos en casa. La situación se convirtió en un: ¡Sálvese quien pueda! Pequeños, medianos y mayores, todos en casa.

¿Y ahora qué? Había llegado la hora de organizar el tiempo

A marchas forzadas el sistema tuvo que reorganizar absolutamente todo: sanidad, educación, economía, ...

Y dentro de esa nueva reestructuración estaban ellas, las nuevas tecnologías.

Muchas personas, trabajan a diario con ellas; otras trastean y realizan pequeñas cositas. Las hay a las que les tienen miedo y ¡por supuesto! hay personas, que ni si quiera saben que existen.

En nuestro caso tengo que decir que nos han venido muy bien. Y eso que yo, madre de familia, no es que haya sido muy amiga de ellas. Personalmente me dan respeto y para que os hagáis una idea, somos de los que pensamos que el móvil cuanto más tarde, mejor.

Antes de nada, voy a presentar a la familia.

Somos cuatro miembros: aita, ama, y dos peques de 8 y 13 años.

Tal como he dicho anteriormente, las tecnologías nos han ayudado positivamente durante el confinamiento en diversos aspectos. Han sido tantos los ámbitos en los que hemos podido utilizarlas que seguro me dejo algo por mencionar.

¡Vamos allá!

Los dos adultos de la familia somos casualmente profesores. Ambos, hemos utilizado más que nunca el ordenador. Es más, gracias a él y a las miles de herramientas que nos ofrece, hemos podido desde el minuto uno, seguir en todo momento dando clases y estar en contacto continuo con nuestr@s alumn@s, sus familias, compañer@s de trabajo,... En nuestros centros escolares, se ha cuidado al detalle que cada alumno fuera la situación familiar que fuera tuvieran la opción de no perder el derecho a su educación.

Se ha seguido el mismo horario de clases que en las clases presenciales, se les ha atendido a petición de las familias y/o alumn@s. Nos hemos conectado en días festivos y a cualquier hora. Cada vez que ha surgido un problema, enseguida se ha intentado solucionarlo. Y no solo problemas académicos. No nos podemos imaginar a nivel emocional, a nivel psicológico, los problemas que existen. Esto quizás ha sido lo más difícil. El calor humano, un abrazo, hacer sentir que estás cerca cuando te necesitan, ¿Cómo reemplazar un achuchón por unas palabras de ánimo ante una pantalla? Ha sido duro para muchas familias.

Como comunidad educativa hemos formado un gran equipo: comunicados oficiales, claustros, equipos de trabajo, ... Entre todos hemos podido adaptarnos al cambio y el proceso de enseñanza-aprendizaje, aunque no ha sido fácil, ha resultado satisfactorio.

Anteriormente al confinamiento todos utilizábamos aplicaciones o programas, pero de forma aislada. La situación ante el Covid-19 nos ha obligado en cierta manera a aprender y a organizar nuestra tarea a partir de nuevas plataformas.

La solidaridad entre todos ha sido extraordinaria. Y gracias a ello en pocas horas estábamos trabajando con herramientas y programas que no conocíamos o que no controlábamos. Hemos aprendido de los alumn@s, de nuestr@s hij@s, de nuestr@s compañer@s, de amig@s... Y a la vez hemos transmitido nuestros conocimientos. En definitiva, un feed-back constante.

Han sido muchas horas las que se han trabajado, pero se ha conseguido sacar el curso adelante y en condiciones óptimas. Y todo gracias a las nuevas tecnologías.

A esto he de añadir que las mismas herramientas con las que nosotros hemos aprendido a trabajar, nos han servido para ayudar a nuestr@s hij@s en sus tareas: meet, zoom, hojas de cálculo, formularios de google, classroom, drive, kahoot, filmora, quizlet, un sinfín de aplicaciones que han hecho posible que la evaluación siguiera su curso.

También he de decir que, en el caso de mi hijo, el problema a la hora de trabajar tantas horas delante del ordenador, no ha sido un problema puesto que ya utilizaban este sistema y muchas de estas herramientas de trabajo antes del confinamiento. De hecho, mi hijo que acaba de terminar segundo de la ESO, nos ha ayudado y nos ha resuelto muchas dudas a su padre y a mí. Creo que nuestros hijos, pertenecen a otra generación. Han nacido y están creciendo en un momento en el que la tecnología es parte de su vida.

Mi hijo Asier, que como he dicho anteriormente comenzará tercero de ESO el curso que viene, aún no tiene móvil. No lo hemos visto necesario hasta ahora y aunque él quería tener tampoco nos ha supuesto ninguna pelea el hecho de no tenerlo. Él mismo ha sido testigo de ciertos problemas o conflictos que han surgido alrededor suyo por hacer mal uso del mismo. Es verdad, que en estos momentos vemos que ya empiezan a tener otro tipo de madurez y cualquier día de estos tendrá su móvil.

Continuando con las herramientas que antes mencionábamos, decir que algunas de esas aplicaciones como por ejemplo Kahoot, nos han servido además de repasar tareas de una manera más divertida y amena, para jugar en familia a distancia. Yo sabía que algunos compañeros míos lo utilizaban como repaso al final de los temas en todas las asignaturas, pero yo la verdad es que no lo había usado y me ha gustado.

Kahoot, para quien no lo conozca es una plataforma gratuita que permite la creación de cuestionarios de evaluación. Pero se puede realizar de forma lúdica como si de un concurso se tratara. De esta manera hemos creado mi hijo Asier y yo durante el confinamiento Kahoot con temáticas diferentes: deporte, cultura en general, canciones y música, Disney, ... cualquier tema nos sirve. A partir de un código que ofrece la aplicación hemos podido jugar a la vez varias familias conectadas a la vez.

Cada familia debía contestar a las preguntas y la que más puntos conseguía ganaba. Lo hemos pasado muy bien y ha sido divertido.

Igual de divertidos han sido esos pequeños entrenamientos que a distancia y gracias a la tecnología, han mantenido activos y en forma a los más peques y no tan peques. ¡Quién nos iba a decir que seguiríamos entrenando desde casa!. No ha sido

lo mismo, pero agradecemos a distintos clubs deportivos el esfuerzo realizado por esos momentos y por esos pequeños montajes de vídeos , juegos, etc que han hecho sentir a niñ@s y jóvenes protagonistas de una película.

El confinamiento, ha sido largo y duro a la vez. Lo que creíamos iba a durar de quince a treinta días se ha convertido en varios meses. Todos de alguna manera hemos tenido momentos malos y días en los que se nos ha hecho cuesta arriba.

En nuestro caso, justo en el pico de la pandemia, perdimos a un ser querido: la amama. Mi madre estaba en una residencia. Tenía Alzheimer y aunque no nos conocía desde hace tiempo, yo sé que de alguna manera nos reconocía. Tal vez por la voz o porque todos los días la visitaban las mismas personas. Pero su mirada y su sonrisa cuando íbamos nos decía mucho.

Desde la residencia, mandaban vídeos y fotos para poder ver a nuestros familiares. De mi madre como ya no decía nada, no recibimos vídeos pero sí una foto que siempre recordaré porque a las doce horas aproximadamente de recibirla me dieron la mala noticia de que había fallecido.

Nosotros fuimos una de esas familias que no pudimos despedir como hubiéramos querido a un ser querido. A mi madre.

Aunque nadie queríamos que esto fuera así, desde la residencia la información y la manera de ver a nuestros seres más queridos también fue gracias a las nuevas tecnologías. Sabemos que otras familias mantenían contacto y hablaban con ellos, aunque fuera delante de una pantalla. Y eso era de agradecer.

El confinamiento empezaba a ser triste y más que duro, así que había que dar vuelta a todo si queríamos seguir activos. Y que mejor manera de hacerlo que con el único lenguaje que es universal: la música. En casa todos tocamos algún instrumento. La música siempre ha sido parte de nuestra vida y no lo iba a dejar de ser ahora.

Ese arte como otros muchos, nos ha dado momentos estupendos. En muy rara ocasión nos hemos juntado para tocar juntos y esta ha sido una gran oportunidad para hacer algo que nos encanta: hacer música en familia. Nos lo hemos pasado muy bien. Ha sido divertido y nos ha hecho reír a tod@s. Ha mantenido a la familia más unida que nunca.

El tiempo, eso que siempre nos falta en el día a día ha hecho posible que descubramos muchas posibilidades de las nuevas tecnologías que desconocíamos. Aunque estábamos lejos físicamente, las nuevas tecnologías nos han acercado. Nos

han transmitido sentimientos, emociones.

A través de videoconferencias hemos mantenido el contacto con otros miembros de la familia y amigos. Antes del confinamiento nunca lo habíamos hecho.

Juntos hemos podido realizar creaciones artísticas maravillosas. Hemos hecho llegar nuestra música, nuestras actuaciones e interpretaciones vocales, instrumentales, teatrales, ...a los demás. Hemos podido felicitar a amigos y familiares por su cumpleaños, animar a los que en ese momento estaban más cabizbajos,...

Aunque todos deseamos ver a nuestros artistas favoritas cara a cara, durante el confinamiento hemos disfrutado de payasos, magos y buenos conciertos (Ismael Serrano, Pau Donés, Iñaki Salvador, Gari,...).

¡Cuántos conciertos y actuaciones nos han ofrecido grandes artistas gracias a las redes sociales! Para todas las edades.

Y todo ello gracias a la tecnología.

A esto añadir que durante el confinamiento recibimos una convocatoria que un mes antes había quedado suspendida. En la EIJO (Euskadiko ikasleen Jazz Orkestra) se necesitaban dos trombones y las pruebas se realizarían mediante videoconferencia y por medio de grabaciones.

Esto suponía un nuevo reto y un nivel de autoexigencia mayor pero había que intentarlo. Mientras mi hija seguía estudiando para sus clase on line de violoncello, mi hijo preparaba su prueba para la EIJO.

Nos dimos cuenta que, para estas pruebas y otras grabaciones de banda y orquesta del conservatorio, necesitábamos cascos con bluetooth. ¡ Oh, no! ¿ Qué hacemos? Una vez más tuvimos que echar mano de las tecnologías y comprar on line unos cascos. No era la primera vez que comprábamos algo por internet, lo único que nos preocupaba era si los cascos llegarían a tiempo.

En fin. Ahora podemos decir que los resultados no pudieron ser mejores. Le aceptaron y a día de hoy, aunque no han podido dar su concierto como a todos nos hubiera gustado (estaba previsto que hicieran de teloneros un día en el festival de Jazz de Vitoria-Gasteiz), han vivido una experiencia distinta entre cámaras y grabaciones (individuales y algunas conjuntas).

Estamos deseando ver en EITB ese documental que están preparando.

Programas como wondershare filmora, movie maker, videoshop, etc han hecho posible la realización de creaciones bonitas y emotivas que siempre

perdurarán en el tiempo.

Mi hijo, al que desde siempre le han encantado este tipo de creaciones artísticas, ha descubierto nuevos programas y a final del “encierro” realizó un vídeo con fotos, música y voz sobre lo que ha sido el confinamiento para él. Un bonito recuerdo y una manera de plasmar y exteriorizar sentimientos y emociones que aunque no se vean, están ahí.

Como podéis observar, nuestra familia antes y durante el confinamiento ha hecho uso de las nuevas tecnologías a diario. En cierta manera, durante estos tres meses, han hecho posible que pudiéramos seguir trabajando y a la vez hemos aprendido y quitado mucho miedo y respeto. Han ayudado a salir adelante en momentos difíciles, a animar y echar una mano a otras personas, a seguir en contacto con el exterior, a disfrutar y hacer más llevadero el confinamiento. Y lo que es más importante. Aunque parezca increíble, nos han mantenido unidos a la familia (grabaciones, creaciones artísticas,...). Nos han dado diversión y nos han hecho reír. Que las nuevas tecnologías sirvan para eso: para aprender y enseñar positivamente; para reír pero no reírnos de los demás; para disfrutar pero no a cuenta de los demás; para avanzar pero sin pisar a nadie.

¿Sí o no a las nuevas tecnologías?

Por supuesto que sí, pero con cabeza y sabiendo utilizarlas.





My Kahoots

Favorites

My drafts New!

25 Questions

CANCIONES 2

Asierzufiaur

Created about 2 months ago • 1 plays

Visible to only you

[Play](#) [Edit](#)

25 Questions

Lógica

Asierzufiaur

Created about 2 months ago • 4 plays

Visible to only you

[Play](#) [Edit](#)

20 Questions

Deportes

Asierzufiaur

Created 4 months ago • 3 plays

Visible to only you

[Play](#) [Edit](#)

¿Quién sabe más?

Asierzufiaur

Created 4 months ago • 3 plays

Visible to only you

[Play](#) [Edit](#)

28. TODO SALDRÁ BIEN

En estas circunstancias hemos aprendido a conocernos más; a relajarnos, a interiorizar en cada uno de nosotros mismos olvidando los cánones que nos marca el ritmo frenético de esta sociedad.

También a valorarnos y a amarnos en familia, más si cabe, a desnudar nuestras almas y a respetarnos y a aceptarnos tal como somos, sin ser lo que se espera que seamos.

A disfrutar y a agradecer el recogimiento familiar obligado; a olvidar las prisas, los relojes, los horarios impuestos “como correctos” y a seguir nuestros propios ritmos adaptándolos en la medida de lo posible a la naturaleza que es muy sabia.

A regalarnos tiempo, ese bien tanpreciado como olvidado y que le dedicamos a un mundo en el que PARAR no está bien visto y en esta sociedad no se nos permite

A observar y admirar cosas de la vida en las que no reparamos habitualmente, como un rayo de sol, el sonido de la lluvia en los cristales, el aire que respiramos...

Esta primavera es muy especial; hemos dejado a la naturaleza hacer su labor: han crecido las flores, la hierba que no pisamos, las hojas de los árboles...

Hemos dado la oportunidad de VIVIR a otros seres vivos tan merecedores como los humanos

Ciervos corriendo en la playa, delfines nadando en el mar, lobos aullando en la montaña, zorros persiguiendo palomas salvajes...

Mariquitas en los parques, abejas bailándole a las flores... Sin miedo...

MARAVILLOSO!

Esperemos que se haya restablecido (aunque sea un poquito) la selección natural

Y dedicarle una mención especial a la AMISTAD, que tantas ganas tenemos de volver a disfrutar, descubrir sentimientos casi olvidados, llenar corazones con unas simples palabras como por ejemplo “¿estáis bien?”

La alegría de saber que a pesar de la distancia, el amor infinito y la lealtad de una buena amistad bien forjada se mantendrá para siempre a nuestro alrededor ☺

No recuerdo bien dónde, ni de quien leí pero era más o menos así “volveremos a llenar el mundo de primeras veces” y me encantó... “la primera vez que salí a abrazar, la primera vez que fuimos de excursión, la primera que fuimos de viaje...”

Y en estos tiempos hemos introducido como herramienta de vida la tecnología, gracias a ella hemos podido mantener relaciones familiares y de amistad que tanto bien nos han hecho

La tecnología ha sido nuestra ventana al mundo, ya sea tan "antigua" como la televisión o tan "moderna" como una videollamada donde vernos la cara (espejo del alma) ha sido un regalo...

Gracias a todas las cosas bonitas que nos está regalando este momento!

Todo saldrá bien



29. ELKARTASUNERAKO BIDEA

Teknologia ez da elementu neutroa. Gure behar eta baloreen arabera moldatzen dugun baliabidea da eta, aurten, koronabirusak eragindako ez-ohiko egoerarekin agerian geratu da elkartasunerako bide potentziala badela. Gauetik goizera egokitzea eskatu digu, ordea. Usadioak eta beldurrak apal batean utzi eta aukeren Itsaso izugarri batetara murgiltzera gonbidatuta.

Batzuei besteei baino gehiago kostata ere denok erabili izan ditugu sareak informazioa jasotzeko, iturriak kontrastatzeko, senide eta lagunekin harremana mantentzeko edo, besterik gabe, denbora pasatzeko. Erabilpenak ugariak izan dira eta asko izan da bidean ikasitakoa.

Gure sendian, adibidez, abagune itzela izan da zaintza aktiboa mantentzeko: telefono arrunta ez ezik, sakelakoaren whatsapp aplikazioari esker gure adineko amonarekin harremana mantendu eta jarraipena egiteko funtsezko oinarria izan da. Nahiz eta ongi entzuteko zailtasunen bat izan, elkarri ikusi eta gutxieneko behaketa egiteko balio izan digu: "gaur zer ariketak egingo dituzu?", "Eztarrian nabaritzen zenuen min hori, hobeto?" edo "erosketa egingo dizut, zer behar dituzu?".

Beste maila batean, umeei dagokionez, egun batetik besterako klaseen eteteak sortutako kokapen falta horri laguntzeko bidea ere izan da. Txikiak izanda, klaseko lagunak kontaktua baliatu dugu elkarren arteko jolasak antolatzeke. Besteak beste, zuzeneko esperimenduak edo mimika eta asmatze jolasak egiteko moldatu ditugu. Parkean elkarrekin egoterik ez zutenez, elkarren arteko sozializazioa gailuetara moldatu dugu.

Helduoi dagokigunez, teknologia funtsezko bidea bilakatu da koronabirusa hizpide bakarra izan zen une horietan ihesgune bezala izateko. Horrela, mentalki atsedean edo errealtatearen azken berriekin haustura egin nahi genuenean, online eskaintzen ziren aukeretara jotzen genuen: kirol saioak youtuben, filmak edo eduki kulturalak telebistan edo Interneten, musika emanaldiak, webinar formakuntzak...

Baina teknologia horien guztien gainetik, ezertarako balio izan badigu konfinamenduak elkartasunerako dugun berezko gaitasuna azaleratzeko izan da: une gogorrenetan elkarri laguntzeko prest gaudela eta muga fisikoak gaindituta, ondoan inor badagoela erakutsi du horrek. Lehen , adibidez, familia gertuarekin, astebururo elkartzeko ginen elkarrekin bazkaltzeko. Konfinamenduan, aldiz, egunero ordu erdiko solasaldia antolatzen genuen online aplikazio desberdinen bitartez, elkarren berri izateko, gure egunekoa azaltzeko eta, azken batean, gertutasun hori ez galtzeko.

Hori dela eta, teknologien aldeko apustu argia egiten dugu gurean, beti ere erabilerarako gutxieneko oinarriak ezartzen badira eta erraztasunak ematen badira, kolektibo anitzek bere egoera eta beharren arabera egokitu ditzaten.

30. ERAMOS MUCHOS Y SE UNIÓ LA ABUELA

NATIVOS DIGITALES

En aquella primera reunión de curso, hace ya cuatro años escuché por primera vez la palabra **·nativos digitales·**....y nos sorprendió a todos los padres...nuestros hijos iban a ser los primeros en teletrabajar en el colegio y en casa con un ordenador.

No con pocas malas caras nuestros hijos iban a pasar del papel y el lápiz a incorporarse totalmente a licencias de ordenador y a estudiar sin libros de texto....por momentos creímos que aquello iba ser una forma de sacarnos el dinero y que sería imposible que pudieran aprender así,...tanto es así que entre un grupo nos compramos todos los libros de texto ,por si acaso...pero vimos poco a poco que ellos se hacían con facilidad con el formato.....lo que no sabíamos es que todos en un momento de la historia nos íbamos a convertir todos en NATIVOS DIGITALES.

Y LLEGO LA PANDEMIA

En todo el mundo empezó el caos, sanitario, político, interpersonal, familiar. Avocados a depender de medios electrónicos para poder interrelacionarnos con el mundo, amigos, familia. No se puede decir que fue fácil al principio, estábamos desarmados totalmente.

Trabajo personal con horarios y calendarios en cada una de las casas, compra de ordenador para que el hijo mayor pudiese asistir a las clases con regularidad, tanto a las del colegio como a las externas de inglés. Temor e incertidumbre, también miedo.

En un tablero se colocó el nombre de cada miembro y las tareas asignadas, los horarios de juego....que he de decir que les ayudaron bastante a tener comunicación con sus **amigos**...incluso con la playa desarrollaron el inglés....algo positivo tenía que tener.

Utilizamos móviles para poder enviar a la nube y compartir trabajos del colegio ya que de esta tenían que salir airoso de este curso...la grata sorpresa es que se ha hecho realidad.

Pasamos tres cumpleaños en confinamiento pero aprendimos a utilizar aplicaciones de tele llamada, aplicaciones de ordenador y estuvimos totalmente comunicados...nos faltaba el abrazo humano pero salió el ingenio de toda la gente y puedo decir que hasta en cuadrilla celebramos vestidos el día de San Prudencio...todo ello después del estupendo aplauso a las 8....en esta zona era muy emocionante, vivimos frente a Txagorritxu y yo bandeaba todos los días el pañuelo de COVI.

Ayuda de padres a hijos y recíprocamente de hijos a padres, a que nos superan con mucho en el manejo de las nuevas herramientas, archivos a la nube, editar.

Nos convertimos en 4 trabajadores a jornada completa, todo un equipazo.

En mi caso, yo iba del COVI al VICO...viviendas comunitarias en una residencia, este era mi punto débil....pánico a traer a casa la enfermedad.

Mis abuelitos lo pasaron mal, no comprendían que pasaba, se les había negado la visita de sus seres queridos, pero una entidad bancaria nos donó unas Tablet y como buenos aprendices llegaron a comunicarse con hijos y demás familia...todo desde el cariño que nosotras podíamos transmitirles pero sin tocarles, esa fue mi peor parte el no contacto con los residentes, muchos días volvía con lágrimas a casa y vuelta a poner buena cara....sin asustar a nadie.

Tuve la necesidad de en el mundo que me ha tocado vivir aportar mi grano de arena y colaboro con Berakah en el reparto de comida de comedor Zugaz....damos unos 200 menús. Me hace sentir mejor persona, os invito a todos a colaborar, una buena experiencia y muy enriquecedora

El móvil tuvo su lugar privilegiado. Edición de recetas...madres y padres haciendo las tablas de educación física y los retos de Tic-Toca.

Unió a toda la familia con un objetivo en común, que todo nuestro esfuerzo no fuese en vano. Y con el tiempo hemos descubierto que todo este macro esfuerzo no cayó en saco roto.

Más tiempo para la familia, conversaciones a media tarde, algo tan complicado con hijos adolescentes

Todos arriba a las 8 de la mañana y a seguir la ruta de la tabla blanca, yo un poco antes para ir la residencia.

SE UNIO LA ABUELA

Tuvimos la mala suerte de que mi sobrina cogiera el COVI....pasamos una semana muy mala hasta que vimos que no la ingresaban...pero esto no pudo con nuestra rutina familiar.

Mi madre con 78 años pidió un móvil para hacer videollamadas y ver nos la cara a todos, ellas saben siempre cuando algo va mal, aprendió en un par de días y era obligado estar a las 10 de la noche en la videoconferencia...HIJOS DE NATI.....así se llamaba la sala.

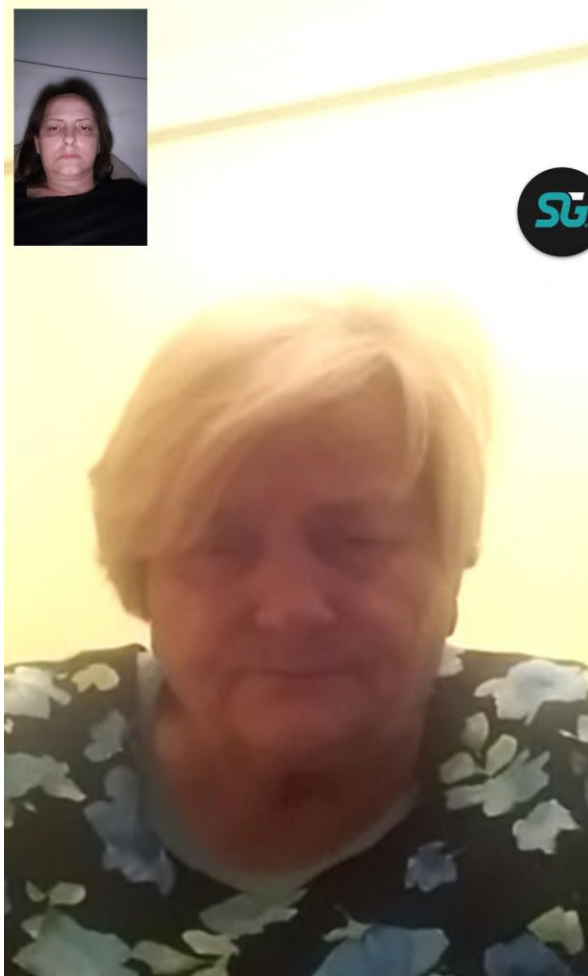
Hablábamos de nuestro trabajo, de sus miedos, ya que sólo nos veía por la ventana cuando le dejábamos la compra. Hoy es el día que descubierta que nos puede ver ya no quiere el teléfono tradicional .La abuela ha visto girar su vida 180 grados, dé aborrecer los móviles a cogerle el truco y llamarnos a todas las horas

REDES SOCIALES

Yo soy en casa quien más ha utilizado las redes sociales, videoconferencias con amigas, videos grabados, Facebook, seguimiento de periódicos...pero si tengo claro que ha habido un antes y un después y que un beso y un abrazo no se puede cambiar por nada en este mundo y que tenemos que demostrarnos todos los días el amor que sentimos...porque el mana es impredecible...y una frase que me encanta....**LA GENTE QUE TE SONRIE CUANDO HACE CONTACTO VISUAL CONTIGO ES UN TESORO DE LA HUMANIDAD**

SONRIAN SIEMPRE, TE MEJORA A TI Y A LOS DEMAS

SALUD



31. TECNOLOGÍA PARA AYUDAR A LAS PERSONAS

Hola:

Mi familia está compuesta por los siguientes miembros:

Blanca (mi madre)

Anun, Joseba y Almudena (Mis hermanos y yo)

Ainhoa y Jon Ander (mis sobrinos)

Eusebio y Mari Carmen (mi marido y mi cuñada)

Todos nosotros hacemos un uso habitual de las redes sociales y de las tecnologías de comunicación porque la mayoría de los miembros de mi familia son personas sordas. No puedo imaginar cómo hubieran soportado el confinamiento sin las posibilidades de comunicación que ofrecen whatsapp, las redes sociales, los teléfonos móviles con conexión a internet o el subtítulo de las televisiones y los DVDs. Solo es preciso recordar por ejemplo, que el Real decreto que obliga a garantizar la accesibilidad universal de las personas con discapacidad al teléfono 112 de emergencias ha entrado en vigor el 24 de enero de este año. Hasta hace poco, una persona sorda no podía comunicarse con el 112.

Por nuestras circunstancias, tenemos desde hace muchos años un grupo de whatsapp denominado “familia”, que utilizamos todos los días de manera habitual para relacionarnos e intercambiar información, dado que no podemos llamar por teléfono. También la asociación de sordos utiliza este sistema para enviar las noticias a sus asociados.

Mi madre, que tiene 84 años y es oyente, utiliza el whatsapp para desearnos diariamente buenos días o buenas noches. Aunque algunas de sus amigas con su misma edad tienen dificultades en el manejo del móvil, creo que en ella ha primado la necesidad y el deseo de estar comunicada con sus hijos y nietos. El amor de una madre mueve montañas!

Durante el confinamiento, ella echaba de menos la relación con la parroquia donde va habitualmente a misa. Por eso hemos creado su perfil de Facebook, que le ha permitido seguir las misas de la diócesis y estar en contacto con su grupo de amigos. Por lo que detecto, está cogiendo habilidades que no sospechaba en esta red social y hace ya incluso algunos comentarios entre sus amigos, aunque asegura y promete que no se va a enganchar. Quiero destacar el trabajo que ha hecho el párroco de San Vicente, d. Juan Carlos Pinedo, que diariamente ha llamado por teléfono a sus feligreses mayores.

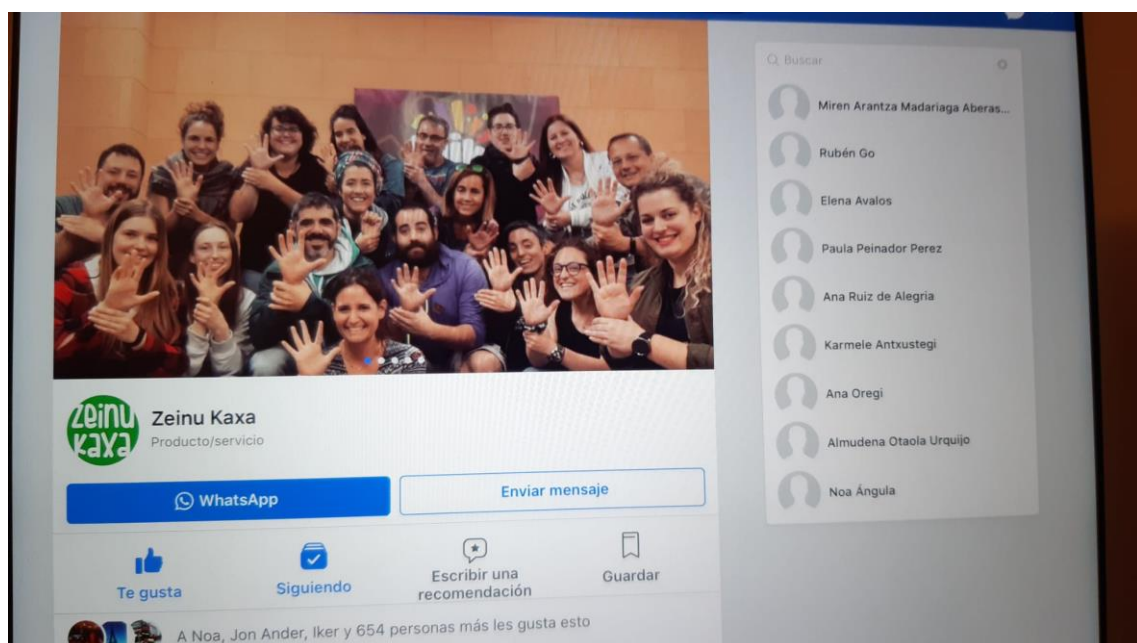
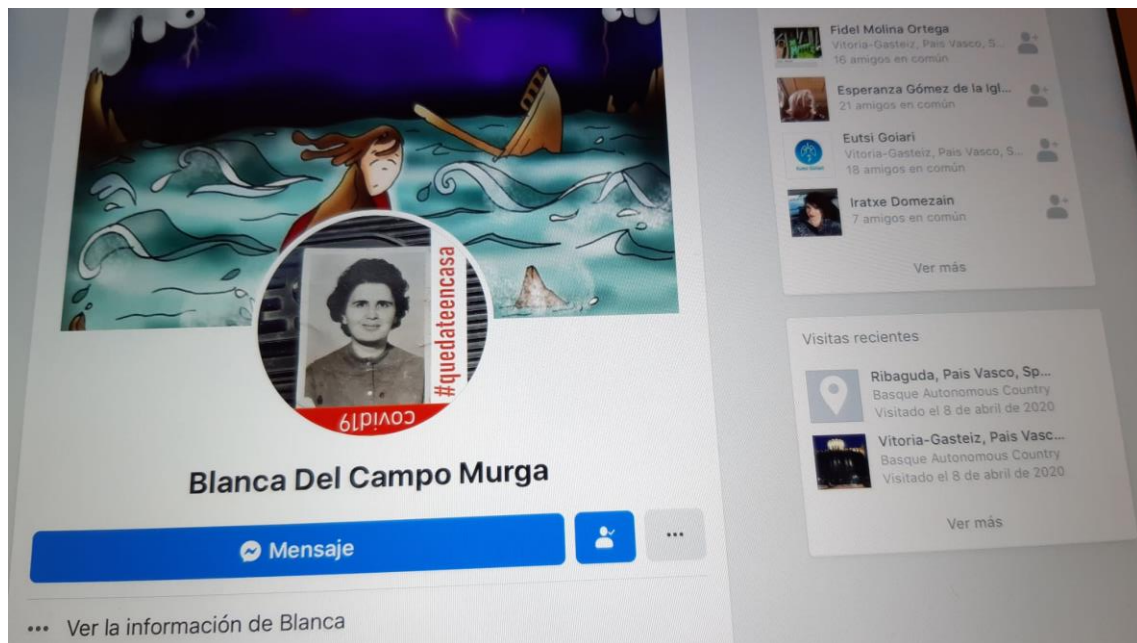
Utilizamos también las vídeo conferencias, bien a través de whatsapp o mediante zoom, porque mi familia utiliza la lengua de signos para comunicarse y por tanto, necesitan verse entre sí.

En este aspecto, quiero destacar el uso que hace de zoom y de google classroom mi sobrina, Ainhoa. Ella tiene 31 años, es Trabajadora Social y ha creado junto a una amiga una empresa cuya finalidad es la enseñanza de la Lengua de Signos. La empresa se llama Zeinu Kaxa. Tenían un local para impartir clases presenciales, pero durante el confinamiento tuvieron que utilizar zoom y google para continuar con los cursos. Ella utiliza constantemente las TICs para comunicarse con las instituciones, para realizar los trámites de su empresa y para relacionarse con su alumnado. Sin las TICs, precisaría el apoyo constante de una persona oyente que le ayudase en estas gestiones. Las TICs le dan libertad y autonomía.

Otra gran ventaja son los subtítulos de las televisiones y los DVDs, no solo porque permiten el acceso al ocio y a la información y las noticias, sino porque posibilitan la práctica del lenguaje y por tanto el conocimiento y el acceso a la educación.

Nuestro objetivo fundamental al participar en este concurso es concienciar a todas las instituciones sobre la importancia de garantizar la accesibilidad universal en la comunicación para todas las personas.

¡Bienvenida sea la tecnología cuando su finalidad es ayudar a las personas!



32. DESCONFINAMIENTO

Buenas somos Elena, María y Juanan de 5, 42 y 50 años respectivamente. Estos últimos meses desde que comenzó a mediados de marzo el confinamiento han sido lo primero bastante extraños, recibíamos infinidad de noticias tristes, duras y desalentadoras, por un lado con el continuo movimiento en los hospitales, el trabajo sin descanso para todo la gente que forma parte de ellos, desde el personal que se encarga de las ambulancias, los celadores y las celadoras, al personal de limpieza, equipos sanitarios, etc., y por otro con el bombardeo continuo del número de muertos. Mientras desde nuestros domicilios y nuestras calles, en nuestro caso desde el barrio de Lakua-Arriaga, lo que veíamos por nuestras ventanas y las personas que teníamos más suerte desde nuestras terrazas era un desierto, una calma y una paz chocante. Con el ajetreo informativo decidimos regular y dosificar esa información por salud mental.

Encerrados en casa empezamos a utilizar de manera más habitual las nuevas tecnologías para estar informados, para estar en contacto de manera fácil, rápida y efectiva con nuestras familias y amistades y para poder acceder a contenidos de entretenimiento y a compras online que nos pudieran ser útiles ya que la situación iba a ser para largo. Siempre con un uso adecuado de las mismas.

La verdad es que nos hemos prodigado bastante en el uso de las nuevas tecnologías durante esta cuarentena debido a la situación sanitaria existente, lo que nos ha obligado a adaptarnos. En nuestro caso nuestra hija Elena ha estado en contacto semanalmente con el equipo docente de su colegio y con sus compañeras y compañeros a través de videollamadas, éstas comenzaron siendo en grupos de 6, luego de 3 y finalmente de manera individual. También podían acceder contenidos subidos a la red por el profesorado para realizar tareas y trabajos escolares (los cuales a su edad no eran obligatorios pero sí que consideramos valiosos e importantes). Todo ello ha posibilitado seguir manteniendo esos lazos de unión.

Como familia, una tarde se nos ocurrió disfrazarnos y jugar a las películas con sus compañeras y compañeros de clase (ya sabéis, el típico grupo de whapsApp de clase), nos grabamos durante 1 minuto y medio aproximadamente, “Peter Pan” fue la elegida, mandamos el video al grupo y la primera persona que lo acertó fue June. Al día siguiente les tocaba a ellos. Siempre lo hacíamos después de los aplausos de las 20:00, cita a la que acudimos todos los días sin faltar para poder dar las gracias a todas las personas que estaban trabajando para protegernos, cuidarnos e incluso alimentarnos y como no, saludar a los vecinos. Conseguimos que se engancharan durante 3 semanas e hicimos varias películas (algunas sobresalientes).

Los sábados por las tardes los dedicábamos a hacer videollamada con la cuadrilla, para contarnos nuestras cosas. A esto le dedicaba más tiempo María, mientras que Elena y yo nos quedábamos jugando o viendo algo en la tele.

Los domingos por las mañanas los utilizábamos para el vermut. Por fin hablábamos con los amigos de Soria. Solíamos estar 1 hora y media en la videollamada contando un poco las últimas noticias familiares, qué ocurría por el pueblo, cómo estaba la situación en Vitoria y en Soria, etc.

La última iniciativa que se nos ocurrió fue la siguiente. Yo toco en un grupo de Rock que se llama Jagerjack y la vida laboral de uno de nuestros guitarras, que se llama Rober, está relacionada con el mundo audiovisual, por lo que como tenía tiempo libre (por desgracia por no tener ningún encargo de trabajo), le propuse hacer un video con una de nuestras canciones, les mandábamos a los amigos y familia que quisieran colaborar que se grabaran dos frases (que les sugeríamos con antelación) de la letra del tema propio de nuestro grupo que elegimos y después él lo montaba. Conseguimos que colaboraran más de 50 personas. Como nos pareció un éxito, decidimos volver a realizar otro video. En este caso se apuntaron más de 30 familias (algunas completas), de Vitoria-Gasteiz y de diferentes puntos de Álava, de Córdoba, de Cáceres, de diferentes puntos de Vizcaya, de Madrid y de León, más de 100 personas en total. Les mandamos videos familiares y lo que tenía que hacer cada miembro de la familia que se había apuntado, con todo detallado. Luego hacíamos una quedada del día que iba a ser la presentación del mismo a través de la plataforma “you tube”. El video quedó bastante bien y la canción parece que es mejor de lo que es ja, ja, ja. Bueno esto es lo que queremos presentar.

La verdad es que aunque hemos utilizado estos últimos meses la nuevas tecnologías de manera habitual y hemos invertido más tiempo que lo que lo hacíamos antes, ha habido ratos que lo hemos pasado genial y también ha habido momentos que resultaba como una obligación y no nos daba la vida, como se suele decir, “es un sin dios”.

Ahora por fin ya podemos quedar con más facilidad con la gente que nos importa, siempre con responsabilidad, y estar cerca y en contacto con ellas, algo que la tecnología no nos puede dar y es tan importante.

A pesar de todo, creo que las nuevas tecnologías nos han sido de mucha utilidad en estos meses de confinamiento, aunque yo siempre he sido un poco reacio a las mismas.

Un saludo y espero que esta pesadilla pase pronto.

https://youtu.be/SZeZZh_n_Jc

33. CUANDO TODO EMPEZÓ

Cuando todo comenzó, nos asustamos y empezamos a indagar que podíamos hacer para ayudar y ayudarnos a llevar de mejor manera lo que estaba sucediendo.

Nos enteramos que había grupos de personas realizando pantallas para protegerse y proteger a los demás de este agresivo virus.

Nos pusimos en contacto con un grupo de personas que estaban realizando sin ánimo de lucro unas pantallas protectoras.

Estaban unidas en partes, una de las partes había que hacerla en una impresora en 3D de la cual disponemos y las otras dos eran material que o teníamos por casa o las pequeñas empresas donaban, como tiras de goma y plásticos para terminirlas.

La asociación a la que nos adherimos se llama “MAKERS”, y desde ese momento nos pusimos manos a la obra, realizábamos los soportes en la impresora 3d, luego los pulíamos y los desinfectábamos con una solución de lejía y agua, luego los secábamos y por último poníamos las gomas de sujeción y colocábamos las pantallas, también realizábamos salva orejas, que sirven para cuando te pones las mascarillas de tela agarrar por detrás de la cabeza la gomas y que no te hagan daño las gomas en las orejas, todo esto lo teníamos que hacer protegidos con guantes y mascarilla, para terminar metíamos las pantallas en unas bolsas protegidas, la verdad se sudaba, pero sabíamos que detrás había personas que necesitaban este material, porque sin él no estaban protegidos ante este letal virus.

Luego quedábamos con una persona encargada de llevarlas a un local, para que pudieran llegar a esas personas que estaban luchando cada día por nosotros, por todos.

Cada vez que terminabas una pantalla, era una alegría, te daba un subidón, el satisfacer a personas que de otra manera no pueden recibir la suficiente cantidad de material, porque todo ha llegado muy rápido no se puede describir sólo con palabras.

La participación era esencial y no cabía pensárselo, estábamos logrando nuestros objetivos y cada nuevo día pensabas que tenías que seguir.

Recordamos cuando veíamos la televisión y aparecía una pantalla de protección, la mirábamos y decíamos, ¡es una de las nuestras!

Y se te ponía la carne de gallina, o cuando ibas y hoy en día vas a un supermercado o a una farmacia y llevan puesta una pantalla, les cuentas, ¡yo hacía esas pantallas!

La comunicación con este grupo ha sido y sigue siendo fluida, la gente sigue aportando ideas, aunque de momento hemos parado de hacer estas pantallas, no descartamos que en un futuro, volvamos a retomar la realización de estos u otros materiales para ayudar y ayudarnos.



