



Nuevo miembro de la junta
Perfil | pag. 2

LIVING LEDGER

A Compilation of Vital Personal Information

Libro mayor viviente 2023 | pag. 3



Seminario web sobre Estados Unidos
Perspectivas económicas | pag. 4



¡Estamos en Facebook!
UWRA-Madison



THE SIFTER

NEWSLETTER OF THE UNIVERSITY OF

WISCONSIN-MADISON RETIREMENT ASSOCIATION

VIAJE DE UN DÍA

¡Chicos de Jersey!

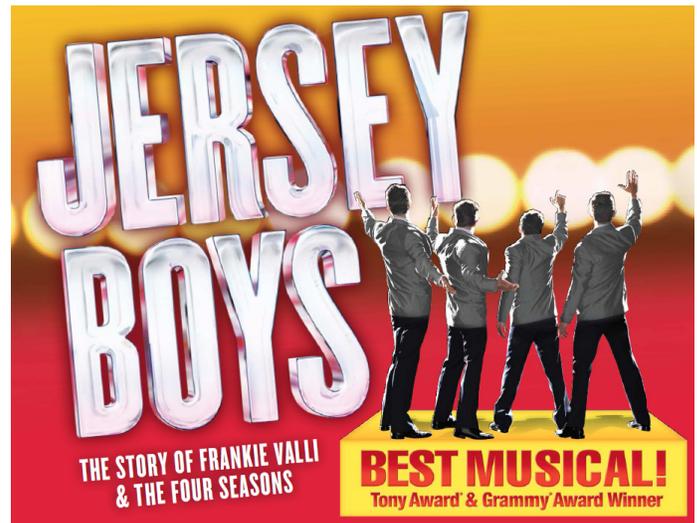
KEmpieza el 2024 con estilo! Únase a otros miembros de la UWRA para otra asociación con el Verona Senior Center y viaje a un espectáculo matinal en el Fireside Dinner Theatre en Fort Atkinson. Las plazas son limitadas y la fecha límite de inscripción es el 18 de diciembre.

Con música fenomenal, personajes memorables y una gran narración, el musical de Broadway *Jersey Niños* sigue la fascinante evolución de cuatro niños obreros que se convirtieron en uno de los mayores éxitos en la historia de la música pop. Ganador del Premio Tony al Mejor Musical, *Jersey Niños* te lleva detrás de la música de Frankie Valli y Four Seasons para descubrir el secreto de una amistad de 40 años mientras el cuarteto asciende desde las calles de Nueva Jersey a las alturas del estrellato.

Disfrute de actuaciones electrizantes de éxitos que encabezan las listas de éxitos, como "Sherry", "Big Girls Don't Cry" y "My Eyes Adored You", que llevaron al Four Seasons al Salón de la Fama del Rock 'n' Roll. (El programa incluye lenguaje explícito para adultos y no se recomienda para niños).

Habrà dos puntos de recogida y devolución: a las 8:45 a. m. en Verona Senior Center, 108 Paoli St. en Verona, y a las 9:15 a. m. en Dutch Mill Park and Ride en Madison.

La comida incluida en el Fireside Theatre incluirá sopa de papa al horno, cuatro opciones de plato principal, pastel de queso de Nueva York de postre y café, té y leche. Las opciones de platos principales se enumeran en la página de registro.



Regístrese en línea o por correo. Las reservas enviadas por correo con el formulario de registro y un cheque deben recibirse a más tardar al mediodía del lunes 18 de diciembre de 2023. Consulte más detalles en el enlace de registro a continuación.-

JERSEY NIÑO MATINEE

jueves 4 de enero

8:45 a. m. a 5:30 p. m.

(Horarios sujetos a cambios)

Fecha límite de inscripción: mediodía del 18 de diciembre

\$135 por persona (Incluye autobús, entradas, comida, impuestos y propinas)

Se requiere inscripción previa. Regístrese en línea en:

UWRAMadison.org/event-5462462

DESDE EL ESCRITORIO DEL PRESIDENTE DE LA UWRA

Sea voluntario para planificar almuerzos y oportunidades de viaje de la UWRA

POR TOM BROMAN



ohUno de los sentimientos más comunes que escucho de otros miembros de la UWRA es el deseo de tener más eventos en persona. Comparto el sentimiento completamente. Durante la pandemia de COVID, cerramos nuestras reuniones en persona a favor de opciones como seminarios web para presentaciones, reuniones por zoom.

ings y similares. Por muy útiles que fueran (y sigan siendo) esos formatos por razones de conveniencia y seguridad sanitaria, representan una segunda opción. sustituto de la posibilidad de conocer y hablar con otras personas.

El objetivo puede ser claro, pero llegar allí requiere tu ayuda. Los dos comités más directamente relacionados con eventos sociales, el Comité de Almuerzos y Recepciones y el Comité de Viajes, necesitan nuevos miembros. El Comité de Almuerzos planifica los almuerzos de socios que antes del COVID eran columna vertebral de la vida social de nuestra organización. Ese comité también planifica la reunión anual de la UWRA, que se llevará a cabo el 6 de junio de 2024 en el UW Arboretum.

El comité de viajes organiza oportunidades de viajes en grupo para los miembros de la UWRA. Estos podrían variar desde pequeñas excursiones de un día al Viejo Mundo de Wisconsin o Pendarvis en Mineral Point hasta excursiones más largas a otros países. ¡Y todo lo demás entremedio!

Es comprensible que la membresía en ambos comités se redujera durante el COVID, pero ahora existe una oportunidad para que ustedes, los miembros de la UWRA, los reactiven. ¿Qué nuevos eventos sociales podríamos pensar en organizar? ¿Adónde más podría ir la UWRA para sus salidas grupales? Si desea aportar sus ideas y energía para ayudarnos a recuperar lo que muchos de nosotros valoramos, considere unirse a uno de estos comités. Si estás interesado envíame un correo electrónico a tbroman@wisc.edu .-

NUEVO A BORDO

Jubilado, con una pequeña r

POR CATHY MIDDLECAMP, MIEMBRO DE LA JUNTA DE UWRA

jLa semana pasada le mencioné a un ex alumno que me había jubilado. "Hmmm", fue ella. respuesta. ella rápidamente agregó "Creo que estás jubilado con una r minúscula". Hmmm tiene razón, pensé para mis adentros. Y de cualquier manera, jubilado o jubilado, definitivamente seguí adelante. Mi oficina en Science Hall pertenece a



Alguien más. Mi nombre ya no está en el horario. Y mis antiguos alumnos de posgrado se han embarcado en nuevas actividades.

Un día de estos, mi cerebro cambiará a Jubilación, R mayúscula. Mientras tanto, estoy ocupado coeditando un volumen sobre educación en sostenibilidad, viajando al Instituto Weizmann de Ciencias (Israel) con un premio Fulbright y trabajando con colegas en California en un proyecto para enseñar química en el contexto del cambio climático.

Mientras estoy en mis primeros años de jubilación (r minúscula), es un honor para mí ser uno de los miembros de su junta directiva. La empresa es genial. Y la misión es clara: encontrar buenas cosas que hacer, encontrar personas excelentes para hacerlas y hacer del mundo un lugar mejor. ¿Que es no gustar?-

— **¡TODAVÍA HAY TIEMPO PARA INSCRIBIRSE!**

THE SHADOW DOCKET: CÓMO LA CORTE SUPREMA UTILIZA SENTENCIAS SILVADAS PARA Acumular poder y SOCAVAR LA REPÚBLICA

Martes 5 de diciembre

10:00 a. m. al mediodía Seminario web en línea

Fecha límite de inscripción: 1 de diciembre

Se requiere inscripción previa. Regístrese en línea en:

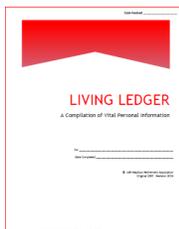
UWRAmadison.org/event-5304009

NOTICIAS DE LA UWRA

Libro mayor viviente Redux

POR EL SUBCOMITÉ DEL LIBRO LIBRO DEL CFMR 2023

ohCon una puntuación negativa hace cuatro años, un comité de miembros de la UWRA presentó una herramienta, la *Libro mayor viviente*, para ayudar a los miembros a realizar registros de activos financieros. La intención era ayudarnos a realizar un seguimiento de las cuentas bancarias dispersas, las



inversiones, pólizas de seguro y demás, y para brindarles a nuestros herederos la información que necesitarían para resolver nuestros patrimonios después de nuestro fallecimiento. Es un documento extraordinario y debemos agradecer al grupo original que lo produjo: Faisal Kaud (presidente), John Chandler (vicepresidente), Lana Chandler, Joe Corry, Peter Monkmeier, Edna Paske, Steven Saffian, Ann Wallace, y junio Weisberger.

Las leyes y los mecanismos de inversión cambian con el tiempo, y la *Libro mayor viviente* comenzó a mostrar algunos signos de edad. En 2017, un comité formado por Faisal Kaud (presidente), Sandi Haase, Karen Holden, Gerald Kulcinski y Millard Susman dio a la *Libro mayor viviente* un tratamiento de Botox para eliminar algunas de sus arrugas acumuladas. Bueno, ha pasado más tiempo desde 2017 y este año volvemos a notar nuevas arrugas, así que le hemos dado la *Libro mayor* Otro tratamiento más.

Libro mayor viviente es un beneficio de la membresía de la UWRA y se puede acceder a él iniciando sesión como miembro en UWRAmadison.org y luego seleccionando Recursos > Living Ledger. Está disponible para descargar en cuatro formatos: MS Word, PDF, PDF rellenable y Pages. Se puede adquirir una versión impresa (\$10,00) iniciando sesión como miembro en UWRAmadison.org y haciendo clic en "Nuestra tienda". Seleccione el artículo y proceda a la compra.

Libro mayor viviente 2023 es nuestro mejor esfuerzo para proporcionar una herramienta útil para los miembros de la UWRA, pero no pretendemos que usted pueda confiar en ella para obtener asesoramiento legal. Debe solicitar asesoramiento profesional a un abogado o contador sobre puntos delicados y circunstancias excepcionales. Tampoco afirmamos que nuestro producto sea impecable. Háganos saber si encuentra errores u omisiones en esta nueva edición, *Libro mayor viviente 2023*.

NOTICIAS DEL CAMPUS

Los jubilados de UW-Madison y Extension pierden acceso al servicio de aprendizaje de LinkedIn

POR KRISTY BERGERON, DIRECTORA ASOCIADA, TECNOLOGÍA ACADÉMICA DOIT

LinkedIn Learning es una herramienta para empleados y estudiantes de UW-Madison que ofrece cursos de aprendizaje en línea. El equipo de DoIT Academic Technology Learn@ UW-Madison gestiona el servicio. Actualmente, LinkedIn Learning está disponible para cualquier persona con un NetID activo afiliado a UW-Madison. Sin embargo, LinkedIn Learning está pasando por una revisión de elegibilidad para garantizar que el acceso al servicio se ajuste exactamente al acuerdo de licencia. Esto significa que algunas personas que actualmente tienen acceso ya no podrán iniciar sesión ni utilizar LinkedIn Learning a través de la licencia UW-Madison.

Como parte de la revisión, los jubilados de UW-Madison y UW Extension (con o sin estatus de Emérito) han sido identificados como grupos afiliados que ya no podrán acceder a LinkedIn Learning a partir del 9 de enero de 2024.

Los jubilados de UW-Madison y UW Extension que hayan utilizado LinkedIn Learning durante el último año y se verán afectados por este cambio recibirán (o han recibido) correos electrónicos para alertarlos sobre el cambio de elegibilidad. Entendemos que este cambio puede causar inconvenientes y decepciones. Sin embargo, es importante que UW-Madison cumpla con sus obligaciones contractuales con el proveedor con respecto al uso del producto.-

OPORTUNIDAD DE VOLUNTARIADO

Transporte a otras personas mayores necesitadas

VSer voluntario en el programa de Servicios al Conductor de RSVP es una forma gratificante de retribuir a su comunidad proporcionando ayuda a las personas mayores que necesitan transporte.

Obtenga más información en rsvpdane.org/programs/driver-services/.

Para ser voluntario, comuníquese con Steve Jaeschke al 608-441-7892 o osjaeschke@rsvpdane.org, o Camela King al 608-441-7896 o cking@rsvpdane.org .-

SEMINARIO WEB DE ASUNTOS FINANCIEROS

Perspectivas económicas de EE. UU.

POR JOAN GILLMAN Y KAY REUTER-KROHN, MIEMBROS DEL COMITÉ DE ASUNTOS FINANCIEROS EN LA JUBILACIÓN

Júnanse a nosotros cuando Steve Rick, director y economista jefe de TruStage (anteriormente CUNA Mutual Group), nos ayude a comprender lo que realmente está pasando con la economía estadounidense.

La economía ha tenido un buen desempeño en 2023 a pesar de que la Reserva Federal aumentó las tasas de interés al ritmo más rápido en 40 años. La inflación se ha reducido pero sigue por encima del objetivo del 2% de la Reserva Federal. ¿Qué efecto tendrán las tasas de interés más altas en la economía en 2024 y más allá? ¿Los cambios fundamentales en el mercado laboral pueden causar escasez de mano de obra y presiones salariales a largo plazo? Esta presentación cubrirá todas las cuestiones económicas relevantes que actualmente abordan los hogares y los responsables políticos.



Steve Rickes director y economista jefe de TruStage, donde realiza investigaciones, análisis y pronósticos estratégicos de la industria de servicios financieros, con especial énfasis en los mercados de consumo y cooperativas de crédito. Publica el Informe de tendencias de las cooperativas de crédito, un "control de pulso" mensual sobre el estado económico del movimiento de las cooperativas de crédito.

Si tiene preguntas preliminares para el orador, envíelas a los coordinadores del programa Joan Gillman a jqillman@wisc.edu y Kay Reuter-Krohn en kreuterkrohn@gmail.com antes del miércoles 13 de diciembre de 2023.

PERSPECTIVAS ECONÓMICAS DE EE.UU.

Miércoles 20 de diciembre

10:00 a. m. al mediodía Seminario web en línea

Fecha límite de inscripción: 15 de diciembre

Se requiere inscripción previa. Regístrese en línea en:

UWRAmadison.org/event-5419908

CLÍNICA TÉCNICA

Comprender los rastreadores personales de actividad física, las básculas inteligentes y más

POR SANDEE SEIBERLICH, MIEMBRO DEL COMITÉ DE TECNOLOGÍA ELECTRÓNICA

A¿Estás pensando en comprar una persona? ¿Algún rastreador de ejercicios o reloj, pero le gustaría saber más sobre lo que está disponible? Tal vez ya

utilizar tecnología de fitness logía, como una aplicación en su teléfono, y

Estaría dispuesto a compartir su experiencia. O bien, es posible que haya recibido un artículo tecnológico de salud y fitness como regalo, pero no esté muy seguro de cómo empezar. Si es así, planea unirse al Comité de Tecnología Electrónica (ETC) de la Biblioteca Pública de Fitchburg para un intercambio de información personal sobre fitness.

Los miembros de ETC estarán disponibles para discutir sus experiencias con Fitbits, Apple Watches, básculas inteligentes, varias aplicaciones de fitness y detectores de caídas. Si tiene preguntas sobre un dispositivo o aplicación que ya posee, tráigalo con usted. Si no sabemos la respuesta a su pregunta, haremos todo lo posible para ayudarlo a encontrar una solución.



Si tiene una pregunta específica que le gustaría abordar durante la clínica, envíe un correo electrónico UWRA.tech@gmail.com antes del evento.

CLÍNICA TÉCNICA: FITNESS PERSONAL

miércoles 10 de enero

1:00–2:30 p.m. En persona

Biblioteca pública de Fitchburg, 5530 Lacy Rd., segundo piso
Fitchburg (Wisconsin)

Fecha límite de inscripción: 5 de enero

Se requiere inscripción previa. Regístrese en línea en:

UWRAmadison.org/event-5411936

RESUMEN DEL SEMINARIO WEB

Libertad negra impugnada en Wisconsin

POR MICHAEL BERNARD-DONALS, MIEMBRO DEL COMITÉ DE OPORTUNIDADES DE JUBILACIÓN

En octubre, el Comité de Oportunidades de Jubilación dio la bienvenida a Christy Clark-Pujara, profesora de estudios afroamericanos en la Universidad de Wisconsin-Madison, para un seminario web titulado "La impugnada libertad de los negros en Wisconsin: de la esclavitud al movimiento moderno por los derechos civiles, 1725-1968". "Describió las historias, a veces ocluidas, de los habitantes negros de Wisconsin, en particular los de las zonas rurales del estado, y las formas en que esas vidas se vieron afectadas por la esclavitud, su legado después de la Guerra Civil y la discriminación que experimentaron los afroamericanos a través de leyes y extralegales. medio.

Clark-Pujara dejó en claro que ha habido negros en Wisconsin desde mucho antes de convertirse en estado. Algunos de ellos eran personas esclavizadas por colonos blancos que llegaron a Wisconsin desde otras regiones de Estados Unidos y sus territorios en el continente; otros eran ex esclavos emancipados que se establecieron en la región en busca de la oportunidad de hacer una nueva vida. Otros más eran negros libres que llegaron al estado en las industrias minera, agrícola y comercial. Además, había una serie de comunidades compuestas por afroamericanos en todo el estado, formadas para crear y establecer sus propias empresas (incluidas escuelas, salones de baile y otros negocios) donde no enfrentarían discriminación ni violencia.

La charla también describió la tarea que enfrentan los historiadores interesados en contar las historias de estos habitantes y comunidades negros de Wisconsin. A menudo, los registros

incluso de la existencia de los negros no existen por sí solos; en cambio, como describió Clark-Pujara, hay que buscar en los registros personas blancas prominentes y buscar sus propiedades, como se enumeran los afroamericanos esclavizados. O tienen que revisar cajas de material para encontrar por casualidad documentos escritos por ellos o que hacen referencia a ellos, porque las "ayudas para la búsqueda", preparadas por los archiveros para enumerar el material importante dentro de sus colecciones, simplemente no consideran importantes estos registros. suficiente para figurar en la lista.

Durante el período de discusión posterior a la charla de la profesora Clark-Pujara, ella hizo referencia a algunos de sus materiales originales, ensayos de la *Registro de Des Moines* sobre la importancia de la historia del Medio Oeste Negro, desde el *Revista de historia de Wisconsin* sobre el sufragio negro a principios de Wisconsin, y de la revista en línea *El nuevo territorio: la revista del bajo medio oeste* sobre una mujer negra esclavizada en Fort Crawford. Estos elementos están disponibles en el sitio web de la UWRA, junto con las diapositivas de la presentación del profesor Clark-Pujara.

Visite el sitio web de la UWRA (UWRAmadison.org) luego seleccione Recursos/Presentaciones/2023-24 de septiembre a diciembre para encontrar materiales de esta presentación.-



APORTES A LA DESPENSA DE ALIMENTOS

En lugar de las tarifas de inscripción para la mayoría de los seminarios web y programas de la UWRA, se recomiendan donaciones a Open Seat Food Pantry que atiende a estudiantes de la UW con inseguridad alimentaria. La despensa es un proyecto de ASM, Associated Students of Madison, y se esfuerza por proporcionar fuentes de alimentos, productos para el hogar y artículos de cuidado personal saludables y accesibles a cualquier estudiante matriculado que lo necesite. Aprender más acerca de [es \[es.asm.wisc.edu/the-open-seat/\]\(http://es.asm.wisc.edu/the-open-seat/\)](http://es.asm.wisc.edu/the-open-seat/) . Cheques Pagables A UW Foundation, con "Open Seat" en la línea de nota, puede enviarse por correo a: UWRA, 21 North Park Street, Room 7205, Madison, WI 53715-1218.-

El registro en línea para los seminarios web de UWRA Zoom es fácil, pero los miembros también pueden enviar un correo electrónico a la oficina de UWRA enjubilassn@mailplus.wisc.edu o llamar 608-262-0641 para registrarse para eventos. Los enlaces a los seminarios web y la información de las llamadas se incluyen en confirmaciones de registro y recordatorios enviados por correo electrónico a los inscritos 7 y 2 días antes de los eventos.

¿Necesitas ayuda con Zoom? Contacto UWRA.tech@gmail.com

CONOCE A UN MIEMBRO DE LA UWRA

Voluntariado con Liga Universitaria y Demeter

POR JUDY STANG

Aunque no asistí a la Universidad de Wisconsin-Madison, mi difunto esposo, el profesor emérito Elden Stang (horticultura), así como nuestros tres hijos exalumnos y un nieto que es estudiante actual, me atan a ella.

Crecí en Minnesota y me gradué de la Universidad Estatal de Iowa. Posteriormente obtuve una maestría de la Universidad Estatal de Ohio con títulos en ciencias de los alimentos y dietética.

Mi primer trabajo fue en General Mills Research Labs, seguido de varios puestos en mi campo a medida que nos movíamos por todo el país. Finalmente estableciéndome en Wisconsin, decidí que era hora de cambiar de carrera y obtuve mi licencia de corredor de bienes raíces. Esto me dio la oportunidad de conocer y ayudar a muchas personas maravillosas durante los siguientes 35 años.

Al jubilarme, de repente tuve mucho tiempo libre que rápidamente fue aprovechado por la Liga Universitaria de UW-Madison. Había sido un miembro silencioso durante mucho tiempo; ahora me he desempeñado como presidente, en la junta directiva y/o en comités continuamente, incluido el comité que financia becas para todas las escuelas y universidades del campus. Disfruto de los cuatro programas creativos de la Liga cada año y de muchos de los 18 grupos de interés disponibles para los miembros de la Liga, especialmente Artiques (arte y antigüedades), Armchair Travelers y mi pasión, Bridge.

También soy miembro de Demeter, que brinda apoyo estudiantil a la Facultad de Ciencias Agrícolas y Biológicas. Trabajo en el Comité del Fondo de Educación y la longevidad me dio el trabajo de historiador de la organización.

La mejor parte de la jubilación es pasar tiempo con la familia. Cuatro de nosotros acabamos de regresar de una estancia un tanto

Búsqueda exitosa de nuestras “raíces” en Noruega.

También estoy involucrado con mi iglesia. Vivo feliz en mi propia casa con mi perro Haddie en la zona rural de Cottage Grove. ¡La vida es buena!

Quizás no sepas que Elden y yo éramos miembros de la primera cohorte del Cuerpo de Paz (1961). Nos conocimos y nos casamos en Santiago, Chile.-



1 al 31 de octubre de 2023

DAMOS LA BIENVENIDA A NUEVOS MIEMBROS

Joan Gage

*joe goss, División de
Tecnología de la Información*

Greg Heatley,
*Oftalmología y Visual
Ciencias*

Ana Palmenberg,
Bioquímica

Juan Parrish,*Ciencia
animal y láctea*

Paula Schumann,*Escuela
de Medicina y Salud
Pública*

Debra Shapiro,
*Computadora, datos y
ciencias de la información,
iEscuela*

José Talmadge,
*Electricidad y Computación
Ingeniería*

— ¡La UWRA es su red durante la jubilación!

ACTIVIDADES EN EL JUBILACIÓN

Un interés continuo en la radioafición

POR DAVE PARKER, MIEMBRO DE UWRA

INació con interés por la electricidad. En la escuela primaria, pasaba mucho tiempo en la biblioteca y comencé a construir cosas. En la escuela secundaria, mi consejero vocacional me guió hacia un programa de electricidad/electrónica de tres años y para unirme al equipo audiovisual. También descubrí el Programa de Cadetes de Patrulla Aérea Civil y tuve muchas experiencias interesantes relacionadas con las comunicaciones por radio. Después de la secundaria, serví cuatro años en la Fuerza Aérea de EE. UU., donde aprendí más sobre comunicaciones por radio y computadoras.

En 1975, descubrí la radioafición y asistí a una clase patrocinada por un club en Waukesha. Aprendí código Morse, teoría de la radio y estudié las regulaciones de la FCC que teníamos que seguir. Después de aprobar mi examen, que incluía poder enviar y recibir mensajes usando código Morse, configuré una estación en casa e hice contactos por radio. Es divertido tener conversaciones con otros radioaficionados de todo el país y también hago algunos contactos en el extranjero.

También hay una parte de servicio público de la radioafición, y he manejado las comunicaciones para eventos como manifestaciones de bicicletas e incluso los desfiles del circo de Milwaukee. Continué sirviendo como comunicador voluntario para el administrador de emergencias de mi condado en (el estado de) Oregon.

Me interesé en las radios de aficionados antiguas, incluidas las radios antiguas excedentes del ejército. Recordé los circuitos de válvulas que aprendí en la escuela secundaria y, con la ayuda de radioaficionados mayores, aprendí a restaurar y construir radios antiguas y operarlas en el aire. En la foto que acompaña a este artículo, me muestran en mi "Ham Shack" con una réplica del transmisor oscilador Hartley de 1929 que construí.

En 2011, me uní a UW-Madison como especialista en controles digitales en el Taller de Electricidad de Gestión y Planificación de Instalaciones. Me convertí en miembro de la Badger Amateur Radio Society, un grupo dirigido por estudiantes que



Me conocí en la Facultad de Ingeniería, donde disfruté trabajando con los estudiantes.

Después de jubilarme de UW-Madison en 2016, mi esposa y yo nos mudamos a Bend, Oregon. Sigo disfrutando de la radioafición y tengo amigos en todo el país con quienes me mantengo en contacto. Nos mudamos mucho durante mis años laborales, pero siempre encontré aficionados con los que podía compartir mi afición. La radioafición es un gran pasatiempo: algunas personas simplemente operan, otras construyen y otras apoyan eventos públicos.-

ASOCIACIÓN DE ÁNGEL DEL ÁTICO

Charlas de diciembre en Attic Angeyo

Tos programas de educación continua de la Attic Angel Association, abiertos al público, se llevan a cabo los lunes por la mañana en Attic Angel Place, 8301 Old Sauk Road, en Middleton. El café se sirve a las 10:00 a. m. y el programa comienza a las 10:30 a. m. No hay ningún cargo y no se requiere reservación. A los asistentes al programa se les pedirá que pasen un examen en la entrada principal.

4 de diciembre **La obra del juego en el Madison Children's Museum** Deb Gilpin, presidenta y directora ejecutiva del Museo Infantil de Madison

11 de diciembre **Coro de Ángeles del Ático** Jessica Courtier, directora de Asociación Comunitaria de MYARTS

18 y 25 de diciembre Sin programas públicos.-

RESUMEN DEL SEMINARIO WEB

La neurología del envejecimiento

POR MARY BETH PLANE, MIEMBRO DEL COMITÉ DE OPORTUNIDADES DE JUBILACIÓN

Puede que sea difícil de imaginar, pero como adultos tenemos alrededor de 18 mil millones de neuronas en nuestro cerebro. Los trastornos resultan de la pérdida de estas neuronas, con nuestra capacidad



para realizar tareas básicas afectadas por el área específica del cerebro que está disminuida. Esto podría incluir nuestro habla y otros procesos cognitivos como la toma de decisiones, la memoria, la concentración, el estado de ánimo, la capacidad de atención o incluso la capacidad de planificar el futuro. Nuestras neuronas también gobiernan nuestra capacidad para caminar o realizar otras tareas físicas y nos ayudan a dar sentido a nuestra relación visual y espacial con el mundo.

El Dr. Ali Zandieh, del Departamento de Neurología de la Universidad de Washington, presentó un programa interesante y lleno de datos sobre los síntomas, el tratamiento y el pronóstico de los trastornos neurológicos que podemos enfrentar a medida que envejecemos, los más comunes de los cuales son las enfermedades de Alzheimer y Parkinson. Otras afecciones incluyen demencias, que pueden ser demencia vascular, enfermedad de cuerpos de Lewy, demencia frontal temporal o demencia relacionada con el alcohol. La neuropatía periférica tiene causas neurológicas, al igual que algunas formas de dolor de cabeza.

Una conclusión importante de la charla: ¡mantengamos nuestra mente y nuestro cuerpo activos!

El deterioro cognitivo leve no es infrecuente; se puede encontrar en aproximadamente el 10% de nosotros que hemos llegado a los 70 años y el 25% a los 80 años. Las evaluaciones pueden incluir pruebas de vitamina B12 o niveles de hipotiroidismo, o para detectar depresión y ansiedad. El tratamiento de la enfermedad vascular puede ayudar a reducir la progresión, al igual que el ejercicio, las intervenciones cognitivas, las señales de memoria y las ayudas organizativas. El tratamiento de los trastornos del sueño y las prescripciones/tratamiento de los trastornos neuropsicológicos pueden resultar útiles. No se ha encontrado que ningún medicamento o suplemento tenga beneficios sintomáticos o preventivos. Desafortunadamente, la mayoría de los trastornos neurodegenerativos

progresan sin remisión, por lo que se recomienda prestar atención a la prevención.

EnEl tamizFecha límite de prensa, UWRA espera una interpretación de derechos de autor por parte del jefe del departamento. Esto determinará lo que se puede publicar en el sitio web de la UWRA.-

RESUMEN DEL SEMINARIO WEB

Actualización del Fondo Fiduciario de Empleados (ETF) y *Es tu elección*

POR KATHY ZWEIFEL, MIEMBRO DEL COMITÉ DE ASUNTOS FINANCIEROS DEL COMITÉ DE JUBILACIÓN

In octubre, Eileen Mallow, directora de políticas de salud del Departamento de Fondos Fiduciarios de Empleados de Wisconsin, dirigió su equipo, incluido Tom Rasmussen, Arlene Larson, Molly Dunks y Luis Caracas, en la presentación de información sobre los planes de salud 2024 It's Your Choice para jubilados. También escuchamos a Liz Doss-Anderson, defensora del pueblo de la ETF, quien ayuda a resolver preguntas y problemas sobre seguros. La UWRA agradece la excelente y oportuna presentación sobre estos importantes beneficios de jubilación.

Visite el sitio web de la UWRA (UWRAmadison.org) luego seleccione Recursos/Presentaciones/2023-24 de septiembre a diciembre para encontrar un video y un PDF de esta presentación.-

- RESERVA

¿AÚN NECESITAS UN SEGURO DE VIDA?

Martes 23 de enero

2:00-4:00 p. m. Seminario web en línea

UWRAmadison.org/event-5308799

Únase a nosotros para conversar con el asesor de gestión patrimonial y agente de seguros, Steven L. Penn, sobre si es necesario un seguro de vida durante la jubilación. ¿Debería cobrar o vender su póliza? ¿Qué papel tiene el seguro de vida en la planificación de mi patrimonio? Penn abordará estas y otras preguntas.

TECNOLOGÍA ELECTRÓNICA

¿Alguien quiere podcasts?

POR RACHEL BAKER, MIEMBRO DEL COMITÉ DE TECNOLOGÍA ELECTRÓNICA

AEl podcast es como un programa de radio, pero puedes escucharlo en cualquier momento, en tu teléfono inteligente, tableta o navegador web.

Para obtener podcasts en un dispositivo móvil, primero descargue una "aplicación" de podcasts de Apple Store o Google Play. Las aplicaciones populares incluyen Spotify, Apple Podcasts, Google Podcasts, Pocket Cast, Audible o Stitcher, por nombrar sólo algunas.

Si no utiliza un dispositivo móvil, aún puede escuchar podcasts a través de sitios web como:

podbean.com/all

podcasts.google.com

open.spotify.com/genre/podcasts-web .

Encontrará literalmente miles de programas para elegir. Elija un tema para buscar: temas de actualidad, películas, música, ciencia, literatura, religión, cocina, etc. Cuando descubra un podcast que le pueda gustar, su aplicación de podcast le permitirá suscribirse a ese podcast para que pueda escuchar el último episodio. descargar automáticamente para usted. La mayoría de las aplicaciones te permitirán crear una lista de reproducción para que puedas escuchar varios episodios de podcasts en secuencia.

Los podcasts son excelentes para viajes largos, hacer ejercicio, tareas domésticas, etc. Con un par de auriculares, un altavoz inteligente o el audio de su automóvil, puede adquirir conocimientos y habilidades o simplemente entretenerse en cualquier momento.

Aquí hay algunos podcasts favoritos para buscar, recomendados por miembros de UWRA ETC:

- Biblia en un año
- The Dispatch (política y cultura pop)
- El resto es historia
- Postales que desaparecen (para los vagabundos de los caminos secundarios),
- El podcast de política de NPR
- Mundos imaginarios
- El podcast de Josh Marshall

- Mercado (de NPR)
- Tecnología del mercado
- Hazme inteligente (del personal del Mercado)
- Consejos de AARP
- Cosas que debes saber

¿Quieres compartir tus propias recomendaciones? Déjanos un correo electrónico auwra.tech@gmail.com.-

OPORTUNIDAD DE VOLUNTARIADO

Se necesitan preparadores de impuestos

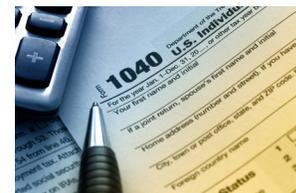
POR GAIL BERGMAN, MIEMBRO DE UWRA Y VOLUNTARIO DE VITA

GRAMOoodwill of South Central Wisconsin (SCWI) se enorgullece de ofrecer nuevamente este año clínicas de Asistencia Voluntaria para el Impuesto sobre la Renta (VITA), y necesitamos su ayuda. Las clínicas VITA

están diseñados para brindar asistencia gratuita en la preparación de impuestos a contribuyentes de bajos ingresos, como personas mayores, personas con discapacidades y personas con conocimientos limitados del idioma inglés.

Al ofrecerse como voluntario, puede contribuir a llevar millones de dólares cada año a los hogares de familias de bajos ingresos, permitiéndoles pagar facturas, prepararse para ser propietarios de una vivienda y ser parte activa de las economías locales. No es necesario ser contador para ser voluntario, solo estar comprometido con nuestra comunidad. Puede decidir cuánto tiempo de voluntariado brindar y si preparar los impuestos de forma remota o en un sitio que implemente el distanciamiento social.

Este año, la capacitación se brindará nuevamente a través de Zoom y mediante cursos de aprendizaje electrónico a su propio ritmo a través del programa de capacitación Link and Learn del IRS. Las sesiones de capacitación comenzarán a principios de enero y continuarán hasta el inicio de la temporada de preparación de impuestos en febrero. Para más información, correo electrónico vitae@buenvoluntadscwi.org o llame al 608-852-8355.-



REFLEXIONES

Aturdimiento escolar

POR MARY BARNARD RAY

El otoño y las vacaciones son a menudo un tiempo para la reflexión, y este año he estado reflexionando sobre los maestros. Porque fui profesor durante mucho más



Treinta años, ésta ha sido una experiencia aleccionadora.

El problema es que me he dado cuenta de lo poco que recuerdo de lo que mis profesores quisieron enseñarme. Desde primer grado recuerdo que el castigo que experimenté por

hablar en fila era tener que sentarse debajo del escritorio del profesor. Mi madre también lo recordó, porque aparentemente le dije: “¡Oh, mamá, no has VIVIDO hasta que te has tenido que sentar debajo del escritorio del maestro!”. Creo que le costó mucho mantener la cara seria.

Desde segundo grado, recuerdo estar acurrucado en el fondo del salón con mi amiga Cozette mientras luchábamos por leer un libro que estaba muy por encima del nivel de grado. Cuando estaba en quinto grado, la maestra de segundo trajo ese libro a mi nueva clase. Para entonces ya no tenía ningún interés en ello. En cuanto a quinto grado, solo recuerdo que la maestra nos señalaba con el dedo medio extendido cuando estaba enojada, lo que nos dejó a todos luchando tanto por no reírnos que no teníamos idea de lo que estaba diciendo.

Mis recuerdos de la escuela secundaria incluyen un poco de contenido. Recuerdo que las palabras del vocabulario del primer día de inglés en octavo grado eran “entreabiertas” y “locuaces”. El profesor eligió palabras que utilizó durante el transcurso de la clase. Recuerdo haber tenido que calcular el volumen de una torre de agua en la clase de matemáticas. Otros recuerdos incluyen aprender a limpiar bien los pinceles y leer *Archy y Mehitabel* en lugar de algún otro tema que la clase estaba tratando, por razones que he olvidado hace mucho tiempo. Recuerdo que me asignaron leer *El ascenso y la caída del Tercer Reich* como un proyecto especial. yo todavía

Tengo pesadillas con eso. Eso es todo en cuanto al contenido. De lo contrario, los recuerdos son cosas como que Billy Otterbach me robó las pastillas para la tos cuando se sentó frente a mí. Creo que fue una forma de coqueteo en la escuela secundaria porque recuerdo que me sonrojé. Luego estuvo todo el tiempo que pasé sentado mirando el cabello de Barbara Mensch, que pensé que era absolutamente perfecto.

La escuela secundaria trajo más profesores a mi vida y más contenidos que se me escapan. Recuerdo haber obtenido una C en mi colección de insectos en biología porque realmente odiaba matar insectos atravesándolos con un alfiler. Un profesor de inglés nos dijo firmemente que no deberíamos referirnos a los estudiantes varones como “chicos” sino como “compañeros”. Así era la brecha generacional de la época. Finalmente, Me sorprende tener un recuerdo vívido de un profesor delante de mi clase ensalzando dos grandes inventos de mediados de los años sesenta: ¡el control de crucero y los pantalones sin cinturón! No recuerdo el nombre del profesor ni qué clase impartía.

Todo esto me deja preguntándome qué recuerdan mis alumnos sobre mi enseñanza. También me deja aliviado que no lo sé.-



OPORTUNIDAD DE VOLUNTARIADO

El equipo de enriquecimiento de vida de Oakwood Village University Woods en Madison (una comunidad para personas mayores) está actualmente buscando voluntarios para:

- actuar como músicos
- ayudar a nuestros residentes a ir y venir de la programación en todo el campus de Oakwood
- ayuda con algún trabajo de oficina ligero.

Si usted o alguien que conoce puede estar interesado, debe comunicarse con nuestra coordinadora de voluntarios de University Woods, Kim Viney, al 230-4238 o vía correo electrónico a kim.viney@oakwoodvillage.net.

Hay oportunidades de voluntariado adicionales disponibles; Comuníquese con Kim si tiene alguna pregunta.-

MARCAS DE LIBRO

El expediente de la sombra

REVISADO POR TOM EGGERT, COMITÉ DE ASUNTOS FINANCIEROS EN EL COMITÉ DE JUBILACIÓN Y OPORTUNIDADES DE JUBILACIÓN

El título del libro de Stephen Vladeck, *The Shadow Docket: Cómo la Corte Suprema utiliza fallos sigilosos para acumular poder y socavar la República* (Basic Books, 2023), contrasta directamente con el llamado expediente de méritos que habitualmente asociamos con la Corte Suprema, que incluye informes extensos, argumentos orales completos y opiniones escritas firmadas por los magistrados, que detallan su razonamiento. Pero las decisiones de fondo resultan ser sólo un poco más del 1% de los decretos de la Corte Suprema.

Así es: casi el 99% de las decisiones de la Corte se toman en el expediente paralelo, un término acuñado en 2015 por el jurista conservador William Baude para aquellas órdenes que no están sujetas a los "altos estándares de regularidad procesal establecidos por sus casos de fondo". "Las órdenes en el expediente en la sombra son, según la descripción de Vladeck, "invisibles, sin firma y casi siempre sin explicación".

En el pasado, el expediente en la sombra trataba de cuestiones procesales que no necesitaban explicaciones. Pero desde 2017, la Corte ha ampliado drásticamente el uso de su expediente paralelo y toma regularmente decisiones que afectan a millones de estadounidenses.

La mayoría conservadora de la Corte ha utilizado el expediente en la sombra para influir en las leyes sobre votación, inmigración, ejecuciones y mandatos de vacuna COVID. Vladeck utiliza este libro para advertir a los estadounidenses de todas las tendencias políticas sobre lo que significa el expediente en la sombra para el Estado de derecho. El uso cada vez mayor del expediente en la sombra se conecta con cuestiones más amplias de confianza. Los jueces conservadores insisten en que están trabajando de buena fe y en interés público, llegando incluso a sugerir que cualquier crítica es un intento partidista de deslegitimar la institución. Vladeck responde argumentando que escribió este libro precisamente porque se preocupa por la Corte Suprema, que parece operar bajo la ilusión de que puede mantener la confianza mientras niega "la crisis de legitimidad que las propias acciones de los jueces han precipitado".

"El expediente en la sombra es un síntoma de una enfermedad mayor", escribe Vladeck. "La enfermedad es cuán descontrolado e irresponsable es el tribunal hoy en día, en comparación con cualquiera de sus predecesores".

Stephen Vladeck es presidente Charles Alan Wright en tribunales federales de la Facultad de Derecho de la Universidad de Texas y analista de la Corte Suprema de CNN.

Envíe por correo electrónico breves reseñas de libros sobre *Book Marks* a la coordinadora de la columna, Laurie Mayberry, lauri.mayberry@wisc.edu.

- Fechas del calendario de la Asociación de Jubilación de UW-Madison-

Visita el UWRAmadison.org sitio web para obtener actualizaciones y muchos eventos futuros adicionales.

Eventos virtuales (V), Eventos presenciales (IP)

- | | | |
|-----------------------------|--------------------------|---|
| • Martes 5 de diciembre | 10:00 a.m.-mediodía | Seminario web: <i>The Shadow Docket: Fallos sigilosos de la Corte Suprema</i> (V) |
| • Jueves 7 de diciembre | 10:30 a. m. a 7:30 p. m. | Tour de vacaciones en el lago Lemán(PI) Seminario web: <i>Perspectivas económicas de EE. UU.</i> (V) <i>Jersey Niños</i> en el teatro Fireside(PI) Clínica tecnológica: <i>Dispositivos personales de fitness</i> (PI) Desayuno UWRA en Elie's Cafe(PI) |
| • Miércoles 20 de diciembre | 10:00 a.m.-mediodía | |
| • Jueves 4 de enero | 9:00 a. m. a 5:30 p. m. | |
| • Miércoles 10 de enero | 13:00 a 14:30 horas | |
| • Martes 23 de enero | 9:00 a 10:30 a. m. | |
| • Martes 23 de enero | 2:00-4:00 p.m. | Seminario web: <i>Seguro de vida para la jubilación: ¿es necesario?</i> (V) |

Para obtener información sobre las reuniones de la Junta y del Comité y los plazos para El tamiz, visita UWRAmadison.org.

Para obtener información sobre los próximos viajes de PLATO, visite platomadison.org/page-18561.

ELSSI DESPUÉS

UWRAmadison.org

Asociación de Jubilación de UW-Madison

c/o División de Estudios Continuos 21

North Park Street, Sala 7205 Madison,

WI 53715-1218

Nonprofit
Organization
US Postage

PAID
UMS

¿Se mudó o se mudó?

El tamizno será reenviado

automáticamente por el Servicio Postal.

Utilice el correo electrónico, el correo

postal o visite nuestro sitio web para

darnos su nueva dirección y poder seguir

recibiendo *El tamiz* sobre una base regular.

ELSSI DESPUÉS

EDITOR • [Sheila Leary](#)

COLUMNISTA • [María Barnard Ray](#)

COORDINADORES DE COLUMNA

Conoce a un miembro • [Kringle creciente](#)

Actividades en la jubilación • [Scott y Lisa Hildebrand](#)

Marcas de libro • [Laurie Mayberry](#)

ASOCIACIÓN DE JUBILACIÓN DE UW-MADISON

Sitio web: UWRAmadison.org Teléfono: 608-262-0641

Correo electrónico: jubilasn@mailplus.wisc.edu

DIRECTOR EJECUTIVO • vacante

PRESIDENTE DE LA JUNTA JUNTA • [Tom Broman](#)

PRE I DEN T- EL ECT • [Laurie Mayberry](#)

ANTIGUO PRESIDENTE • [Mary Czynszak-Lyne](#)

SECRETARIO • [Jane Richard](#)

TESORO SUR ER • [Beth Zemp](#)

DIRECTORES

[Mike Bernard-Donals](#) • [Marcos Fink](#) • [Ramona Gasper](#)

• [Jordan Hanson](#) • [Scott Hildebrand](#) • [Cathy](#)

[Middlecamp](#) • [Kevin Niemi](#) • [Jürgen Patau](#)

• Representante del personal universitario: vacante

EN ESTE ASUNTO

Viaje de un día: *Jersey Niños* pag. 1 Del

presidente de la UWRA pag. 2

Nueva miembro de la junta directiva Cathy Middlecamp pag.

2 Todavía hay tiempo para inscribirse pag. 2 *libro mayor*

viviente, edición 2023 pag. 3

Acceso de jubilados cancelado para LinkedIn Learning pag. 3 Sea

voluntario en RSVP Driver Services pag. 3 Seminario web: *Perspectivas*

económicas de EE. UU. pag. 4 Clínica tecnológica: dispositivos

personales de fitness pag. 4 Resumen del seminario web: *Libertad*

negra impugnada pag. 5 Conozca a un miembro: Judy Stang; Nuevos

miembros pag. 6 Actividades en la jubilación: Radioafición pag. 7

Charlas de diciembre en Attic Angel pag. 7

Resúmenes de seminarios web: *Neurología del envejecimiento* & *Actualización de la ETF*

pag. 8 Reserve la fecha: seminario web sobre seguros de vida pag. 8

Podcasts, ¿alguien?; Voluntario preparando declaraciones de impuestos pag. 9

Reflexiones: Aturdimiento Escolar; Voluntario en Oakwood Village pag. 10

Marcas de libros: *El expediente de la sombra* pag. 11 Calendario UWRA pag. 11