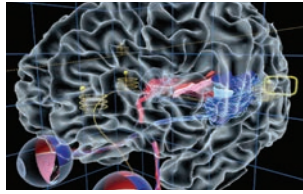




Excursión de un día a Milwaukee | pag. 2



¡Sesos! | pag. 3



El dibujante Phil Hands | pag. 5

Vida asistida y personas mayores
Contratos de inicio | pag. 5

THE SIFTER

NEWSLETTER OF THE UNIVERSITY OF WISCONSIN-MADISON RETIREMENT ASSOCIATION

NOTICIAS DE LA UWRA

Regístrese ahora para música y gira en el evento Hamel en marzo

¡Únase a otros miembros de la UWRA para un concierto en vivo, una gira y una recepción muy especiales en el Hamel Music Center en el campus de UW-Madison el sábado 9 de marzo.

Marc Fink, profesor emérito de música y miembro de la junta directiva de la UWRA, presentará un recital de oboe de 30 minutos de música de Haydn, JS Bach, Poulenc y Mozart. Junto a Fink actuará el profesor emérito Karlos Moser, piano y director de la Ópera Universitaria desde hace mucho tiempo. Seguirá un recorrido por el hermoso Centro Hamel y una recepción con servicio de catering. Patrocinado por la UWRA, el costo del evento es de \$10.00 por persona.

- 1:00–1:30 Recital de oboe y piano, con Marc Fink, oboe y Karlos Moser, piano, Collins Recital Hall en el Hamel Music Center
- 1:30–2:00 Visita del Centro de Música Hamel
- 2:00 a 3:00 Recepción con servicio de catering en el vestíbulo

Regístrese en línea o por correo, pero en cualquier caso la inscripción y el pago deberán recibirse a más tardar el lunes 19 de febrero de 2024.

tenga en cuenta que el estacionamiento para este evento será escaso debido al reciente cierre de la rampa de Lake Street de la ciudad. Consulte los mapas de estacionamiento del campus para conocer las opciones en:

transportation.wisc.edu/campus-maps/#parkingmaps.

Los estacionamientos cercanos incluyen Grainger Hall (7), Fluno Center (83), W. Johnson y Lake Street (46), Helen C. White Hall (6) y Frances Street (público). Considere compartir automóvil, transporte público o servicios de taxi.

Póngase en contacto con Marc Fink en emdfink@wisc.edu con cualquier pregunta sobre este evento.

Marcos Fink es un profesor jubilado de la Escuela de Música Mead Witter de la Universidad de Washington en Madison, donde durante 40 años enseñó oboe, música de cámara y música interpretativa. Él actuó durante muchos años en el Wingra Quintet de la facultad y como oboísta principal en la Orquesta Sinfónica de Madison. También ha actuado en festivales de música de todo el mundo, incluidos Moscú, Tokio, Chengdu, Granada, París, Buenos Aires, Río de Janeiro y Banff.



RECITAL DE OBOE, CENTRO DE MÚSICA HAMEL TOUR Y RECEPCIÓN DE LA UWRA

Sábado 9 de marzo

13:00–15:00 horas | En persona | \$10.00

Centro de Música Hamel | 740 Avenida Universidad

Fecha límite de inscripción: 19 de febrero

Se requiere inscripción previa. Regístrese en línea en:

UWRAmadison.org/event-5544133

VIAJE DE UN DÍA

Magnífico Milwaukee: Museo Harley-Davidson y cúpulas del parque Mitchell

POR SANDI HAASE, MIEMBRO DEL COMITÉ DE VIAJES DE LA UWRA

¡Dos de las principales atracciones de Milwaukee son el complejo del Museo Harley-Davidson y las delicias botánicas de Mitchell Park Domes. Ahora podrás visitar ambos con facilidad el lunes 18 de marzo: ¡toma nuestro autobús, sin problemas de estacionamiento! Los sitios para recoger y dejar estarán en Verona y en el lado este de Madison.



El sitio de Harley-Davidson, en 20 acres de la ribera del río Milwaukee con vistas al horizonte de la ciudad, incluye el museo, dos tiendas minoristas completamente nuevas, una galería de experiencias mejoradas y un restaurante. Nuestro guía turístico le explicará cómo esta famosa marca de motocicletas evolucionó y se volvió icónica en Estados Unidos durante sus más de 100 años de fabricación.

Descubra la cultura y la historia a través de historias y exhibiciones interactivas, con una colección inigualable de motocicletas Harley-Davidson® y recuerdos en dos pisos de exhibiciones. Después del recorrido, habrá tiempo suficiente para pasear por las colecciones del museo y la tienda de regalos antes del almuerzo en el bar y restaurante HD Motor®.

Después del almuerzo, continuaremos hasta Mitchell Park Horticultural Conservancy, más conocido como “the Domes”, para una visita de 1,5 horas, que incluye una visita guiada.



de las colecciones Áridas y Tropicales. En el Floral Show Dome, el Winter Train Show anual estará en pleno apogeo, con 600 pies de vías de trenes de juguete. Trenes en miniatura recorrerán más de 4000 plantas, creando una exhibición impresionante.

El costo de esta excursión de un día es de \$110 por persona e incluye transporte, almuerzo, tarifas y propinas. Visite la página de registro para obtener detalles sobre los horarios y lugares de recogida y devolución, las opciones de almuerzo y la política de reembolso.

Este viaje está patrocinado y patrocinado por el Verona Senior Center. Los asientos son limitados, así que regístrese lo antes posible en línea. Si se registra por correo, su cheque debe recibirse a más tardar al mediodía del miércoles 28 de febrero de 2024.

Si tiene preguntas, comuníquese con la coordinadora del viaje Sandi Haase al sandi.haase@wisc.edu o la oficina de UWRA al 608-262-0641.-

MAGNÍFICO MILWAUKEE

Lunes 18 de marzo

8:00 a. m. a 5:30 p. m. | En persona

Fecha límite de inscripción: mediodía del 28 de febrero

Se requiere inscripción previa. Regístrese en línea en:

UWRAdison.org/event-5516692

SEMINARIO WEB DE TECNOLOGÍA ELECTRÓNICA

Cerebros humanos, cerebros artificiales, 50.000 cerebros: Nuevos usos fascinantes de la tecnología en la enseñanza y el aprendizaje en UW-Madison

POR BRAD HUGHES, KATHY CHRISTOPH Y CATHY MIDDLECAMP, MIEMBROS, Y BRUNO BROWNING, COPRESIDENTE DEL COMITÉ DE TECNOLOGÍA ELECTRÓNICA

A¿Tiene curiosidad por saber cómo los profesores de UW-Madison están ayudando a los estudiantes a aprender con nuevas tecnologías, incluida la inteligencia artificial (IA), la realidad virtual y el análisis del aprendizaje? ¿Está interesado en cómo podría utilizar estas tecnologías en el futuro? ¿Quieres poder hablar con los jóvenes sobre cómo están aprendiendo ahora?

Únase a nosotros mientras tres fabulosos maestros de UW-Madison presentan estas tecnologías y describen su uso de maneras fascinantes que quizás no imagine. También aprenderemos cómo el campus está fomentando una cultura sólida para respaldar este tipo de aprendizaje innovador para sus 50.000 estudiantes.

El vicerrector de enseñanza y aprendizaje, John Zumbrunnen, destacará las tendencias en la tecnología utilizada por los instructores para mejorar el aprendizaje y discutirá el enfoque de la universidad para aprovechar los datos de enseñanza y aprendizaje para respaldar las prácticas educativas. Laura Grossenbacher hablará sobre la incorporación de nuevas herramientas de IA generativa como Chat-GPT en un curso de comunicación técnica, enseñando a los estudiantes de ingeniería a pensar críticamente sobre el potencial y las limitaciones de los potentes generadores de texto. Karen Schloss hablará sobre el Proyecto Cerebro Virtual de la Universidad de Washington, un enfoque innovador para enseñar neuroanatomía funcional en el aula de pregrado a través de realidad virtual inmersiva.

Si tiene preguntas preliminares para los oradores, envíelas por correo electrónico al coordinador del programa, Brad Hughes, a bthughes@wisc.edu hasta el lunes 19 de febrero.

Juan Zumbrunnen Es vicerrector senior de asuntos académicos, vicerrector de enseñanza y aprendizaje y profesor de ciencias políticas en UW-Madison.



Laura Grossenbacher es directora de comunicación técnica y directora de revisión del programa de pregrado en la Facultad de Ingeniería de la UW-Madison.

Karen Schloss es profesor asociado en el Departamento de Psicología y en el Instituto para el Descubrimiento de Wisconsin en la Universidad de Wisconsin-Madison.



CEREBROS HUMANOS, CEREBROS ARTIFICIALES, 50.000 CEREBROS

miércoles 21 de febrero

10:00–11:30 a. m. | Seminario web en línea

Fecha límite de inscripción: 20 de febrero

Se requiere inscripción previa. Regístrese en línea en:

UWRAMadison.org/event-5529732

APORTES A LA DESPENSA DE ALIMENTOS

In lugar de pagar las tarifas de inscripción para la mayoría de los seminarios web y programas de la UWRA, se anima a los miembros a donar a Open Seat Food Pantry que atiende a estudiantes de la UW que padecen 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.

Obtenga más información al respecto en asm.wisc.edu/the-open-seat/.

Los cheques pagaderos a UW Foundation, con "Open Seat" en la línea de nota, pueden enviarse por correo a: UWRA, 21 North Park Street, Room 7205, Madison, WI 53715-1218.-

SEMINARIO WEB SOBRE OPORTUNIDADES DE JUBILACIÓN

Campus de la Universidad de Washington-Madison West **Plan de desarrollo a largo plazo**

POR SCOTT HILDEBRAND, COPRESIDENTE DEL COMITÉ DE OPORTUNIDADES DE JUBILACIÓN

PAGaul Seitz discutirá el plan a largo plazo para reinventar y rediseñar el campus oeste de la universidad.

Los objetivos del plan incluyen impulsar la misión de enseñanza e investigación de la universidad; mejorar la calidad, habitabilidad y sostenibilidad de esta área; e invertir en prioridades estratégicas universitarias a través de fuentes de financiación adicionales. El equipo del proyecto ha celebrado más de 150 reuniones con partes interesadas desde el verano de 2022 para compartir y recopilar comentarios sobre las necesidades y prioridades de los usuarios del campus oeste.

Si tiene preguntas preliminares para el orador, envíelas por correo electrónico al coordinador del programa Scott Hildebrand a scott.h.hildebrand@gmail.com hasta el lunes 12 de febrero.-

Pablo Seitz es el director de estrategia iniciativas en la Oficina del Vicerrectorado para Finanzas y administración en

Universidad de Washington-Madison.



PLAN DE DESARROLLO DEL CAMPUS OESTE

Miércoles 14 de febrero

10:30 a. m. a mediodía | Seminario web en línea

Fecha límite de inscripción: 9 de febrero

Se requiere inscripción previa. Regístrese en línea en:

UWRAmadison.org/event-5531000

SERIE DE SEMINARIOS WEB DE AROHE

Reimaginando la jubilación La serie continúa

Reimaginando la jubilación: explorando su plan de vida es una serie de aprendizaje virtual de tres partes organizada por la Asociación de Organizaciones de Jubilados en Educación Superior (AROHE) y Fidelity Investments®. Explorará los aspectos sociales, psicológicos y emocionales de la transición.



y vivir en ella. La serie está dirigida a profesores y personal de educación superior que están pensando en jubilarse o que ya están jubilados. Alentará a los asistentes a aclarar sus objetivos y aceptar los cambios que ocurrirán en el próximo capítulo de la vida.

La primera presentación de la serie tuvo lugar en enero de 2024, pero dos ocurrirán en febrero.

UWRA es miembro de AROHE y alienta jubilados y aquellos que contemplan la jubilación para registrarse en la serie. Todos son bienvenidos a registrarse y no hay ningún cargo por asistir.

13 de febrero Reimaginando su plan personal

Después de una larga carrera de logros académicos y laborales, los jubilados pueden examinar las oportunidades de la siguiente fase, definir metas y hacer planes basados en valores, aprovechando las redes sociales existentes y desarrollando nuevas conexiones sociales.

27 de febrero Reconstruyendo su red

Para algunos, el brillo vertiginoso de la libertad de la jubilación desaparece a medida que intentan adaptarse a días desestructurados. Aprenda estrategias para reconstruir redes, desarrollar nuevas conexiones e identificar recursos para encontrar nuevos propósitos.-

REIMAGINAR LA JUBILACIÓN

Miércoles 13 y 27 de febrero

MEDIODÍA Hora central | Seminario web en línea Se requiere inscripción previa. Regístrese en línea en:

UWRAmadison.org/event-5515598

SEMINARIO WEB DE ASUNTOS FINANCIEROS

Vivienda asistida, contratos de residencias de ancianos y patrimonio Planificación: Qué saber

POR JACK SORENSON, COPRESIDENTE, Y KAREN HOLDEN, MIEMBRO DEL COMITÉ DE ASUNTOS FINANCIEROS EN LA JUBILACIÓN

A ¿Está considerando mudarse a una comunidad de vida asistida o a una casa de retiro? ¿Has considerado cómo pagar estos costos? Stephanie Thompson discutirá:

- cómo se pagarán las tarifas de vida asistida y de residencia de ancianos
- cuándo pedirle a un abogado que revise el texto del contrato de una casa de retiro antes de firmarlo
- cláusulas o términos en algunos contratos que podrían entrar en conflicto con los intereses de su plan patrimonial
- qué opciones, si las hay, están disponibles cuando sus activos se agoten por completo.

Sea consciente y aprenda cómo eliminar cualquier conflicto potencial con la administración de su patrimonio antes de comprometerse con una residencia de ancianos/vivienda de cuidados asistidos.

Si tiene preguntas preliminares para el orador, envíelas por correo electrónico al coordinador del programa, Jack Sorenson. en enwsoren1@gmail.com por Lunes 19 de febrero.-

Stephanie Thompson es abogada y propietario de las Oficinas Legales de Krueger, Hernandez and Thompson, SC.



SEMINARIO WEB SOBRE OPORTUNIDADES DE JUBILACIÓN

Caricatura editorial con Phil Hands of the *Diario del estado de Wisconsin*

POR SCOTT HILDEBRAND, COPRESIDENTE DEL COMITÉ DE OPORTUNIDADES DE JUBILACIÓN

PAG hil Hands, caricaturista editorial del *Diario del estado de Wisconsin*, discutirá su proceso y técnicas creativas y el enfoque de su trabajo en un año electoral.



Manos dibuja ilustraciones y de cuatro a cinco dibujos animados cada una semana para el *Diario estatal's* página de opinión. **El Wisconsin**

Diario estatales el último periódico de Wisconsin que emplea a un caricaturista en plantilla.

Si tiene preguntas preliminares para el orador, envíelas por correo electrónico al coordinador del programa Scott Hildebrand a scott.hildebrand@gmail.com hasta el viernes 1 de marzo.-

manos de phil Tiene una maestría en periodismo y comunicación de masas de la Universidad de Washington. Madison. Ha ganado varios premios estatales por caricaturas editoriales y en 2012 recibió el premio Sigma Delta Chi de la Sociedad de Periodistas Profesionales por caricaturas editoriales con una circulación inferior a 100.000.



CONTRATOS DE CASAS DE JUBILACIÓN Y PLANIFICACIÓN patrimonial **Martes 5 de marzo**

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

Fecha límite de inscripción: 1 de marzo

Se requiere inscripción previa. Regístrese en línea en:
UWRAmadison.org/event-5395054

PHIL HANDS, DIBUJANTE EDITORIAL **Jueves 7 de marzo**

10:00-11:30 a. m. | Seminario web en línea

Fecha límite de inscripción: 4 de marzo

Se requiere inscripción previa. Regístrese en línea en:
UWRAmadison.org/event-555199

RESUMEN DEL SEMINARIO WEB

Las perspectivas económicas de EE.UU.

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

In diciembre, Steve Rick, director y economista jefe de TruStage (anteriormente CUNA Mutual Group), presentó un seminario web muy extenso sobre lo que estaba sucediendo en la economía estadounidense en 2023 y lo que espera en 2024.

Para combatir la inflación el año pasado, la Reserva Federal aumentó las tasas de interés al ritmo más rápido en 40 años, del 0,07% al 5,35%. Predice que las tasas de interés se mantendrán a esta tasa hasta la primavera de 2024 y luego comenzarán a reducirse en el verano. Actualmente la inflación tiene una tendencia a la baja (3,1%), con un objetivo de inflación a largo plazo del 2,5%. La mayor inflación que hemos experimentado en nuestra economía está reduciendo la confianza de los consumidores.

Aunque la curva de rendimiento invertida ha predicho recesiones desde la Segunda Guerra Mundial, Rick predice que "esta vez es diferente" y no habrá recesión en 2024. Destacó que las tasas de inflación continúan con una tendencia a la baja, el sector de servicios está bien muy bien, y el mercado de valores subió en diciembre a niveles récord: todos ellos indicadores que respaldan la predicción de que no habrá recesión.

La tasa de desempleo actual es baja, del 3,7%, con un objetivo de pleno empleo del 4,5%. Esto significa que la demanda laboral es mayor que la oferta laboral. Este año se seguirá viendo escasez de mano de obra y el poder de negociación pasará a manos de los empleados. La rotación laboral seguirá siendo mayor con más empleo

oportunidades que contribuirán a salarios más altos y una menor productividad laboral.

En resumen, el pronóstico de Rick para la economía para 2024 es:

- lento crecimiento económico
- una tasa de inflación decreciente durante los próximos dos años
- la tasa de desempleo aumentará hasta la tasa natural del 4,5%
- los tipos de interés a corto plazo se mantendrán por encima de los tipos de interés a largo plazo.

La UWRA está muy agradecida por esta excelente y oportuna presentación de Steve Rick sobre nuestras perspectivas económicas para el próximo año. Su seminario web nos brindó una mejor comprensión de los numerosos factores que afectan el futuro de la economía estadounidense.

En general, su predicción fue una visión positiva de cómo nuestra economía está en camino de evitar una recesión en 2024.-

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 las diapositivas de esta presentación.

RESERVA

MEMBRESÍA ANUAL DE LA UWRA REUNIÓN, RECEPCIÓN Y PONENTE

jueves 6 de junio

16:00-17:30 | En persona

Universidad de Washington-Madison Arboretum



Registro en línea para eventos presenciales de la UWRA y seminarios web de Zooms fácil, pero los miembros también pueden enviar correos electrónicos a la oficina de la UWRA en jubilassn@mailplus.wisc.edu o llame al 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

SOCIOS PARA DAR

Gracias por ser parte de algo más grande

POR GIANNA TAYLOR, SOCIOS DEL COMITÉ DE CAMPAÑA COMBINADA DE GIVING UNIVERSITY

ohEn nombre de la campaña Partners in Giving, una vez más ofrezco mi más sincero agradecimiento a la comunidad UWRA. Hasta el 3 de enero, UW-Madison (incluidos los donantes de UWRA) ya había contribuido generosamente con casi \$1,1 millones a la campaña de este año, y cerca de \$1,9 millones en combinación con nuestros socios estatales y de salud de UW. Una parte importante del éxito de nuestra campaña anual depende de la participación de los jubilados: ¡no podríamos hacerlo sin ustedes!

Todavía hay tiempo para dar y el nuevo año es un buen momento para participar. Las contribuciones son bienvenidas. Llegó hasta el 14 de mayo de 2024. Tan solo \$1/mes puede soportar servicios vitales de los que dependen nuestros vecinos para obtener alimentos, atención médica, vivienda.

educación, empleos, servicios de salud mental y más. Usted elige dónde dirigir su dinero y apoya solo las causas y organizaciones que más le interesan.



El sitio web, dando.wi.gov , Te permite:

- done en línea con una tarjeta de crédito o débito (haga clic en Jubilados debajo de DONAR AHORA, arriba a la derecha)
- regístrese para recibir información de la campaña directamente en su correo electrónico o en su casa (haga clic en Acerca de y luego en Donaciones).
en jubilación o
dando.wi.gov/about-us/giving-in-retirement)
- conozca las organizaciones benéficas que apoya su donación (haga clic en Organizaciones benéficas)
- conozca el impacto que puede tener su donación (haga clic en Por qué donar)
- ver todas las opciones para donar, incluso mediante cheque enviado por correo (haga clic en Cómo donar).

Gracias por su generoso apoyo a Partners in Giving. Mis mejores deseos para usted y sus familias felicidad y buena salud en el nuevo año.-

MESA REDONDA UNIVERSITARIA

Orador de mesa redonda abordará el cambio climático en Wisconsin

POR LESLEY FISHER, OFICINA DEL SECRETARIO DEL PERSONAL ACADÉMICO

h¿Cómo está cambiando el clima en Wisconsin? ¿Cómo nos afectará? ¿Y qué está haciendo Wisconsin para prepararse para el futuro cambio climático?

La Iniciativa de Wisconsin sobre los Impactos del Cambio Climático (WIC-CI) ha estado ayudando a Wisconsin a responder estas preguntas durante casi 17 años. Daniel Vimont, profesor de ciencias atmosféricas y oceánicas y codirector de WICCI, brindará una descripción general

de parte del trabajo de WICCI y su estrategia reconocida a nivel nacional para unir a las comunidades para identificar y promover soluciones frente a nuestro clima cambiante.

Este almuerzo y charla de mesa redonda universitaria se llevará a cabo en Varsity Hall en Union South, de 11:45 a. m. a 1:00 p. m. el 10 de abril. La tarifa de inscripción es de \$15 e incluye el almuerzo. La inscripción y el pago deben recibirse con antelación; no habrá día de inscripción. La fecha límite de inscripción es el 26 de marzo. Regístrate en:

talento.wisc.edu/Catalog/Default.aspx?CK=77420

Si tiene ideas para oradores para la Mesa Redonda Universitaria o preguntas sobre el programa, comuníquese con póngase en contacto con Lesley Fisher en mesa_redonda@soas.wisc.edu o 608-263-1011.-

OPORTUNIDAD DE VOLUNTARIADO

ohakwood Village University Woods (una comunidad de atención continua para personas mayores de Madison) da la bienvenida a músicos voluntarios, transportistas voluntarios para ayudar a nuestros residentes a ir y venir de la programación en todo el campus, y voluntarios para ayudar con algunos trabajos de oficina livianos. Si usted o alguien que conoce puede estar interesado, comuníquese con el coordinador de voluntarios.

Kim Viney al 230-4238 o kim.viney@oakwoodvillage.net. También hay más oportunidades disponibles.-



CONOCE A UN MIEMBRO DE LA UWRA

Defensa de la atención médica

POR ANN DODGE

INació en Seattle y creció en Madison. Mi primer trabajo fue como cocinero de parrillada a los 15 años en Schwoegler's Bowling Alley. Después de recibir mi licenciatura en enfermería en la Universidad de Duke en 1980, trabajé en cuidados intensivos pediátricos en el Hospital de la Universidad de Minnesota. Formé parte del equipo de transporte aéreo de emergencia pediátrica, que presta servicios en un área de cinco estados que incluye reservas de nativos americanos desatendidas. Luego trabajé durante 12 años como enfermera coordinadora de investigaciones clínicas sobre alergias pulmonares/asma en la Universidad de Wisconsin/American Family Children's Hospital.

En 2009, completé una Maestría en Ciencias en el Programa de Enfermería Profesional Pediátrica en la Escuela de Enfermería de UW-Madison. Mi función de NP era en cardiología preventiva pediátrica. Nuestros pacientes tenían un mayor riesgo de enfermedad cardiovascular que sus pares debido a los antecedentes familiares, incluido el consumo de tabaco; afecciones médicas, como lípidos anormales, diabetes o hipercolesterolemia familiar (FH); u obesidad. También dediqué tiempo a enseñar a los estudiantes del programa de Enfermería Profesional de UW-Madison sobre los trastornos lipídicos pediátricos, así como a enseñarlos en la práctica clínica.

Uno de cada cinco niños ya tiene niveles elevados de lípidos en sangre. El examen de lípidos también identifica a uno de cada 250 niños que tiene la condición genética FH lo suficientemente temprano como para prevenir el daño (a menudo un ataque cardíaco temprano) que la FH suele causar. La Academia Estadounidense de Pediatría (AAP) publicó pautas para la detección de lípidos en niños en 2011, lo que resultó en que más padres llevaran a sus hijos a la Clínica de Cardiología Preventiva Pediátrica (PPCC). Nuestro grupo de investigación dirigido por la Dra. Amy Peterson publicó más de 25 artículos sobre temas de trastornos lipídicos pediátricos.

Desde mi jubilación sigo trabajando en salud.



Abogada. Me desempeñé como presidente del Comité de Defensa de Wisconsin de la Asociación Estadounidense del Corazón en temas como la financiación del control del tabaco, la capacitación obligatoria en RCP para estudiantes de secundaria y la capacitación de los operadores del 911 para RCP. También acepté un papel como orientador de atención al paciente para la Family Heart Foundation mundial, donde ayudaré a pacientes y familias recientemente diagnosticadas con afecciones genéticas de colesterol que amenazan sus vidas a encontrar un especialista, explicarles el proceso de la enfermedad, evaluar a otros miembros de la familia, y ayudar con los planes de atención de medicamentos. Además, soy mentora de una estudiante de enfermería de UW-Madison.

Mientras observo a mi madre de 94 años con Alzheimer grave, también tengo la intención de cambiar las directivas médicas anticipadas para permitir que las personas tomen decisiones sobre la forma en que serán atendidas en caso de demencia grave. Más opciones relevantes para la demencia en una directiva médica anticipada, como la opción de rechazar la alimentación manual, evitarían un sufrimiento enorme.

¡La mejor parte de mi jubilación es pasar más tiempo con mi familia, incluido nuestro primer nieto! ¡El glaseado de mi pastel de jubilación es pickleball! Algo que te sorprendería de mí es que estuve en el equipo competitivo de natación sincronizada de la Universidad de Duke.-

— *¡La UWRA es su red durante la jubilación!*

ACTIVIDADES EN EL JUBILACIÓN

¡Comparte tu pasión!

La columna de Actividades durante la jubilación se tomará un descanso este mes, pero nos encantaría conocer SU pasatiempo, trabajo voluntario u otras actividades durante la jubilación. Si está interesado en compartir información sobre una actividad de jubilación con otros jubilados, envíe un correo electrónico al coeditor de la columna.

scott.h.hildebrand@gmail.com . Te enviaremos información sobre el recuento de palabras, fechas límite y fotografías junto con algunas preguntas para comenzar. ¡Esperamos poder ayudarle a contar sus historias sobre actividades interesantes durante la jubilación!-

1 al 31 de diciembre de 2023

DAMOS LA BIENVENIDA A NUEVOS MIEMBROS

Nancy Depcik

McSean McGee, Excelente
Lagos Bioenergía
Centro de Investigación

techo de arena, Enfermería
velocidad wendi,
Agricultura y Vida
Ciencias

Diana Thomson,

Bioenergía de los Grandes Lagos
Centro de Investigación

Diana Turner, Pediatría
Marcos Wetter, Botánica

RESUMEN DEL VIAJE DEL DÍA

Jersey Boys en el teatro Fireside

POR ELAINE ROSENBLATT,
MIEMBRO DE LA UWRA



W. sombrero una delicia día que tuvimos el 4 de enero! Nos recibieron en el parque y paseo y nos dieron nuestras etiquetas con nuestros nombres. Cuando nuestro autobús llegó al Fireside Theatre en Fort Atkinson, nos acompañaron a nuestros asientos para almorzar y luego tuvimos tiempo de comprar o tomar una copa en el divertido bar. Puedo informar que tanto la comida como el servicio fueron geniales.

El espacio del teatro es redondo, con un escenario asombroso que puede moverse hacia arriba y hacia abajo. La producción fue *chicos de jersey*, que me trajo recuerdos. El espectáculo fue increíble: excelentes voces, fantásticos disfraces y una hermosa puesta en escena. Esta fue la tercera vez que *vi Jersey Niños*, incluido el original en Broadway, y quedé impresionado con la actuación.

Todo el viaje estuvo muy bien organizado, incluso asegurando que nuestras bolsas de compras regresaran al autobús. Felicitaciones a la UWRA y al Centro para personas mayores de Verona por colaborar, planificar y organizar este viaje. ¡Definitivamente estaré revisando viajes futuros!-

Retired and Senior Volunteer Program of Dane County

Where Volunteers make a Difference



RSVP helps Dane County thrive:

- Recruiting and personally placing volunteers, ages 55 and older, who deliver priority services to people of all ages.
- Connecting volunteers to meaningful work in up to 70 nonprofits, agencies and schools across Dane County.
- Providing rides and delivering meals to seniors and veterans.

Each year over 1,200 RSVP volunteers contribute more than 143,000 hours of service!

**Help create a new tomorrow...
Join the volunteer force making a difference in Dane County**

Call 608-441-7891 or visit rsvpdane.org today



REFLEXIONES

Si al principio no tienes éxito, ¡olvídate de que no lo lograste!

POR MARY BARNARD RAY

METRO Hace algunos meses, mencioné en esta columna que estaba teniendo problemas para adaptarme a la nueva



formato para Sudoku en el periódico. felizmente yo Finalmente superé los obstáculos y puedo completar los acertijos nuevamente, excepto que tengo que copiar los más difíciles en un papel para tener más espacio para trabajar. Persistencia o terquedad, a veces.

vale la pena. Pero superar estos obstáculos me ha dejado preguntándome qué fue tan difícil para mí en primer lugar.

Parece ser un fenómeno persistente: algo parece increíblemente difícil hasta que lo descubres y luego te quedas preguntándote por qué parecía tan difícil. Nuestro hijo mayor, a quien en su día le encantaba el juego Mario Brothers, solía quejarse de los niveles difíciles hasta que los conquistaba. A partir de entonces, se refirió a esos niveles como "sims". Un ejemplo similar es el parto. Dar a luz a ese hijo mayor fue extremadamente difícil y resultó bastante peligroso para él. Pero después de que él llegó sano y salvo y ambos nos recuperamos de nuestras infecciones, aparentemente me olvidé por completo de esa experiencia, porque mi esposo y yo tuvimos dos hijos más. Supongo que el olvido del parto es común; de lo contrario, habría muchas más familias con un solo hijo en el mundo.

Resulta que el olvido es probablemente un mecanismo útil para disfrutar la vida. Sin ella, nunca habría aprendido a gustarme la pizza, porque la primera pizza que probé, allá por principios de los años 60, era realmente horrible. Muchas de mis amistades han sobrevivido a lo largo de los años gracias a olvidos estratégicos, y no sólo por mi parte. Olvidar el primer intento en algo me ha dado el disfrute del snorkel, los champiñones, las hojas de cálculo y el brócoli. Pero no



guisantes. Todavía no tolero los guisantes. Y nunca volví a intentar el esquí alpino.

Sin embargo, voy a empezar a pensar en el olvido como un activo potencial. A medida que envejezco, parezco volverme más olvidadizo, por lo que necesito todas las ventajas que pueda obtener.-

ASOCIACIÓN DE ÁNGEL DEL ÁTICO

Charlas de febrero en Attic Angeyo

Los 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.

5 de febrero **Minimizar las caídas y hacer que el hogar sea más seguro para reducir el riesgo** Tina Heikens, coordinadora de terapia, Attic Angel Community

12 de febrero **Enseñanza basada en el trauma: respuesta a la pandemia** Joan Lampert, MSW, Ed. D., profesorado adjunto, Divisiones de Educación y Vida Infantil, Edgewood College

19 de febrero **¿Qué nos dice la estacionalidad del hielo de los lagos sobre el cambio climático?** John Magnuson, profesor emérito, Departamento de Biología Integrativa y director emérito, Centro de Limnología, UW-Madison

26 de febrero **Creando posibilidades universitarias para estudiantes con discapacidades** Marissa Blackmore, coordinadora de prácticas de vanguardia, Edgewood College-

MARCAS DE LIBRO

¿Únase a un club de lectura de la UWRA?

POR LAURIE MAYBERRY, COORDINADORA DE LA COLUMNA DE MARCADORES

Existen muchos tipos de clubes de lectura, a menudo organizados según categorías como género, adaptaciones, temática, clásicos, tradicionales, virtuales o autor. Resulta que pertenezco a dos tipos. Uno es tradicional y se reúne en persona en una de las casas del coordinador (excepto durante la pandemia cuando nos reunimos en línea) e incluye un tiempo social, discusión de libros y cena. El otro es un grupo privado de Facebook al que me invitaron a unirme durante el apogeo de COVID.

El grupo de Facebook es un club de lectura "Reading Challenge". Cada año, el organizador envía 12 categorías para que cada miembro busque libros, los lea y proporcione un breve resumen para publicar en el grupo de Facebook. Generalmente es fácil encontrar libros basados en los propios intereses, pero buscar un libro en una categoría no explorada previamente es a la vez un desafío y un medio excelente para descubrir nuevos autores, temas y géneros de libros. Por ejemplo, unos cuantos

de las categorías que se enumeraron recientemente fueron: un libro con un árbol genealógico; un libro con la letra de una canción como título; y un libro sobre alguien que lleva una doble vida.

UWRA está llena de miembros que leen en todos los géneros y algunos de ustedes han escrito reseñas para la columna Book Marks durante los últimos tres años. Si tiene un buen libro que le gustaría compartir, considere revisarlo para *El tamiz*.

Si desea participar en la creación de un grupo de lectura de Facebook de la UWRA, envíeme un correo electrónico a laurie.mayberry@wisc.edu . ¡Feliz lectura!

DESAYUNO EN EL CAFÉ DE ELIE

909 E. Broadway, Monona, WI 9:00–10:30 a. m. Reunión en persona

Martes 27 de febrero

Únase a otros miembros de la UWRA para desayunar (o tomar una taza de café o té) una vez al mes para conversar animadamente. No es necesario registrarse.



- 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)

- | | | |
|---------------------------|-------------------------|---|
| • Miércoles 14 de febrero | 10:30 a.m.-mediodía | Seminario web: <i>Plan de desarrollo a largo plazo, campus oeste</i> (V) |
| • miércoles 21 de febrero | 10:00–11:30 a.m. | Seminario web: <i>Usos innovadores de la tecnología educativa</i> (V) |
| • Martes 27 de febrero | 9:00 a 10:30 a. m. | Desayuno UWRA en Elie's Cafe(PI) |
| • Martes 5 de marzo | 10:00 a.m.-mediodía | Seminario web: <i>Planificación patrimonial y vida asistida</i> (V) Seminario web: |
| • Jueves 7 de marzo | 10:00–11:30 a.m. | <i>Phil Hands, caricaturista editorial del WSJ</i> (V) Concierto, gira y recepción en |
| • Sábado 9 de marzo | 13:00 a 15:00 horas | el UW Hamel Music Center(PI) Excursión de un día: Museo Harley Davidson |
| • Lunes 18 de marzo | 8:00 a. m. a 5:30 p. m. | y cúpulas del parque Mitchell(PI) Desayuno UWRA en Elie's Cafe(PI) |
| • Martes 26 de marzo | 9:00 a 10:30 a. m. | |
| • Jueves 11 de abril | 10:00 a.m.—mediodía | Seminario web: <i>Actualización anual de ETF y SWIB</i> (V) Reunión |
| • jueves 6 de junio | 16:00 a 17:30 | anual de miembros, recepción y orador(PI) Salida de |
| • viernes 30 de agosto | 09 A.M | <i>Descubre las Montañas Rocosas de Colorado</i> Viaje(PI) Salida |
| • domingo 27 de octubre | 09 A.M | de <i>Descubra el soleado Portuga</i> Niaje(PI) |

Para obtener información sobre eventos, reuniones de juntas y comités y fechas límite 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, *Reflexiones* • [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: jubilassn@mailplus.wisc.edu

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

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

ANTIGUO PRESIDENTE • [Mary Czyszczak-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

Evento del Centro de Música UWRA Hamel [pag. 1](#)

Excursión de un día: el magnifico Milwaukee [pag. 2](#)

Seminario web: *Usos innovadores de la tecnología educativa* [pag. 3](#) Done

a la despensa de alimentos Open Seat [pag. 3](#) Seminario web: *Plan de*

Desarrollo, Campus Oest [pag. 4](#) Seminarios web: *Reimaginando la*

jubilación [pag. 4](#)

Seminario web: *Contratos de casas de retiro y planes patrimoniales* [pag. 5](#)

Seminario web: *Phil Hands, caricaturista editorial del WSJ* [pag. 5](#) Resumen del

seminario web: *Perspectivas económicas de EE. UU.* [pag. 6](#) Reunión anual de

miembros de la UWRA, recepción y orador [pag. 6](#) Socios en donaciones;

Ponente de Mesa Universitaria [pag. 7](#) Oportunidades para voluntarios [pag. 7](#)

[y 9](#) Conoce a un miembro: Ann Dodge [pag. 8](#)

Nuevos miembros; Actividades en la jubilación [pag. 9](#) Resumen

de la excursión de un día: *Jersey Niños* [pag. 9](#)

Columna de Reflexiones: *Si al principio no tienes éxito...* [pag. 10](#) Charlas de

febrero en Attic Angel [pag. 10](#) ¿Únase a un club de lectura de la UWRA? [pag. 11](#)

11

Desayuno Mensual; Calendario UWRA [pag. 11](#)