



Viaje virtual a la Toscana

Ciudades de las colinas | **Pág. 10**



De los boomers a los Zoomers:

Aprenda a hacer zoom | **Pág. 5**



Líderes del condado de Dane sobre los desafíos de COVID | **Pág. 4**



¡Estamos en Facebook!

UWRA-Madison



# THE SIFTER

NEWSLETTER OF THE UNIVERSITY OF WISCONSIN-MADISON RETIREMENT ASSOCIATION

## SEMINARIO WEB DE OPORTUNIDADES DE JUBILACIÓN

### El bienestar es una habilidad

POR WENDY WAY, MIEMBRO, COMITÉ DE OPORTUNIDADES DE JUBILACIÓN

**J** En nosotros como Richard J. Davidson presenta un marco para comprender el bienestar y cómo se puede cultivar. El marco ha estado en desarrollo durante los últimos cinco años en el Centro para Mentes Saludables de UW – Madison. Discutirá:

- cuatro pilares del bienestar: conciencia, conexión, conocimiento y propósito
- cómo se pueden nutrir estos cuatro pilares mediante un simple ejercicio mental
- la relevancia del trabajo del Centro y este marco para la pandemia actual
- prácticas guiadas que se pueden incorporar a nuestra vida diaria. **norte**

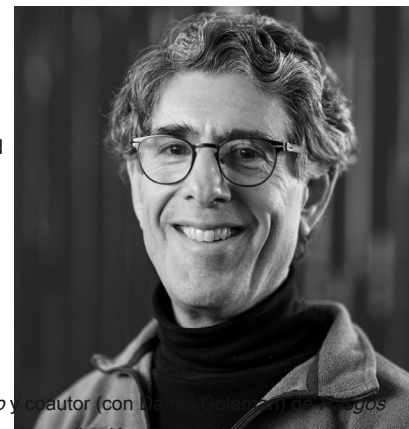
Si tiene preguntas preliminares para el orador, envíelas por correo electrónico con anticipación a la coordinadora del programa Wendy Way al [wlway@wisc.edu](mailto:wlway@wisc.edu) antes del **11 de noviembre de 2020**.

#### Contribuciones a la despensa de alimentos

**PS** Chequeos en línea a la Fundación de donaciones a UWRA, 21 North Park Street, Room 7205, Madison, WI 53715-1218.

#### Richard J. Davidson

es la investigación de William James y Vilas Profesor de psicología y psiquiatría en la Universidad de Wisconsin-Madison y fundador y director del Centro de Mentes Saludables de la UW. Tiene muchas publicaciones y es coautor. (con Sharon Begley) de *La vida emocional de tu cerebro y cómo la meditación cambia tu mente, cerebro y cuerpo*.



### EL BIENESTAR ES UNA HABILIDAD Lecciones para el Pandemia actual

**Miércoles 18 de noviembre de 2020**

10:00 a.m.-mediodía

Webinar en línea

**Fecha límite de inscripción: 13 de noviembre**

Se requiere registro previo. Regístrese en línea en:

[UWRAmadison.org/event-3934454](https://UWRAmadison.org/event-3934454)

Puede llamar o enviar un correo electrónico a la Oficina de la Asociación para registrarse. El enlace del webinar y la información de la llamada se incluirán en las confirmaciones de inscripción y la reunión.

recordatorios enviados por correo electrónico a los inscritos.

## DESDE LA MESA DEL DIRECTOR EJECUTIVO

### Los seminarios web de Zoom atraen a nuevos participantes; "Marcas de libros" Debuts de columna

POR SANDI HAASE



**yo** Ha sido un otoño ajetreado. El análisis de la encuesta de membresía está en marcha con un informe para la Junta y la membresía que se publicará antes de fin de año. Me complace que UWRA esté en pleno apogeo con presentaciones. Todos hemos estado aprendiendo a hacer zoom. Aunque la presencia

Las citas no son en persona, están bien atendidas. Hay miembros que participan que nunca han asistido a sesiones en el pasado. ¡Estamos llegando a más personas! La experiencia de nuestros ponentes es excepcional. ¡Felicitaciones a todos los comités!

En un intento de hacer que nuestro "Desayuno East Meets West" virtual se pareciera más a las reuniones en persona que todos disfrutamos antes de la pandemia, comenzamos nuestra reunión con una discusión sobre "¿qué has hecho este verano?" Los miembros dedicaron más tiempo a la jardinería, o se tomaron el tiempo para limpiar el desorden de la casa, aumentar el ejercicio y caminar, o actualizar su Living Ledger. Una de las actividades más populares ha sido leer más libros, especialmente después de que las bibliotecas abrieron para recoger. Tuvimos una larga discusión sobre lecturas interesantes.

Aprendimos de la Encuesta de Membresía de UWRA que el 12% de los encuestados estaban interesados en un grupo de interés de discusión de libros. Ese hallazgo ha generado una nueva columna, "Marcas de libros", que se lanza en este número de *El tamiz* en la página 3. La miembro de la junta, Laurie Mayberry, ha accedido gentilmente a coordinar la columna. Entonces, ¿qué has leído últimamente? Envíe por correo electrónico un párrafo o dos sobre un libro que le haya gustado

[laurie.mayberry@wisc.edu](mailto:laurie.mayberry@wisc.edu) .

Por último, gracias por su continua participación y apoyo a la Asociación. ¡En Wisconsin! **norte**

## NOTICIAS UWRA

### Forma de los resultados de la encuesta Estrategias UWRA



**T** El Marco Estratégico Survey Workgroup tiene estado muy ocupado durante los últimos meses. A esta altura, ha recibido y, esperamos, completado

la encuesta. Nos complace compartir que tuvimos una enorme tasa de participación del 53%. En comparación, el promedio de tasas de respuesta combinadas para todos los tipos de encuestas es del 26 al 30%. Nuestro más sincero agradecimiento a todos los que participaron. El Grupo de Trabajo está ahora en proceso de analizar los datos, que serán compartidos con la junta directiva y los miembros. Esté atento a futuros informes en *El tamiz*.

El Grupo de Trabajo se complace en anunciar que los ganadores del sorteo aleatorio de una tarjeta de regalo de \$ 100 son Robert Forsberg y Jason Blasczyk. ¡Felicitades! **norte**

## ATENCIÓN: USUARIOS DE TDS.NET Y CHORUS.NET

**W** Hemos notado un mayor número de errores en la entrega de correo electrónico de los miembros que utilizan los dominios de correo electrónico de TDS y Chorus. Estas entregas de correo electrónico fallidas dan como resultado que no reciba recibos de pago, confirmaciones de registro y recordatorios, y los *Cedazo*, ni las invitaciones con URL para reuniones y seminarios web en Zoom. De los mensajes de recuperación que recibe UWRA, estos clientes de correo electrónico están bloqueando los mensajes UWRA. Si es un usuario de correo electrónico de TDS o Chorus, agregue UWRAmadison.org, retireasn@mailplus.wisc.edu ,

y admin@uwramadison.org a su lista de "remitentes y dominios seguros". Otra opción para asegurar una recepción más consistente del correo electrónico de UWRA sería establecer una cuenta de G-mail. Si ya tiene una cuenta de G-mail, le recomendamos que actualice su perfil de miembro en nuestro sitio web para usar esa dirección de G-mail en lugar de su cuenta de TDS.net o Chorus.net para asegurarse de recibir nuestras comunicaciones. **norte**

## NUEVAS ACTIVIDADES EN JUBILACIÓN

## Danza aérea y artes circenses

POR HILDY FEEN, MIEMBRO DE UWRA

**yo** enseñar un solo punto trapecio de vuelo bajo. Después Me retiré de DoIT / Academic Technology en

En 2011, comencé a enseñar en el Madison Circus Space a través de una clase semanal para mujeres mayores de 50 años. También doy clases particulares y samplers de circo para niños y adultos.



Foto de Mick McKiernan

Antes de COVID-19, estaba tomando varias clases a la semana, tanto en Cycropia Aerial Dance como en Madison Circus Space (MCS), y había estado enseñando 2-3 clases por semana en MCS. Debido a que el acceso al aparejo es necesario, no he podido practicar con otros tanto como me gustaría durante la pandemia.

Comencé a aprender danza aérea después de ver la actuación de Cycropia en el antiguo Turner Hall y en el festival anual Orton Park. El área de Madison apoya a tres organizaciones de artes circenses. Cycropia ([cycropia.org](http://cycropia.org)) ofrece clases de danza aérea a mayores de 16 años. La habitación Rumpus ([therumpusroom.org](http://therumpusroom.org))

enseña artes circenses, incluyendo payasadas y danza aérea, principalmente a niños. Espacio Madison Circus ([madisoncircusspace.com](http://madisoncircusspace.com)) tiene [clases para la mayoría de las edades](#) en danza aérea, manipulación de objetos y rueda alemana.

La danza aérea y las artes del circo me brindan una comunidad social, colaborativa y divertida, a la vez que me desafían física y mentalmente. Volar o bailar en el aire es una experiencia alegre y liberadora, y me gusta ser fuerte. También me encanta enseñar a las personas, especialmente a las personas que creen que son demasiado mayores para aprender una nueva habilidad como la danza aérea. Es maravilloso verlos experimentar moverse por el aire con los pies en alto. [norte](#)

## MARCAS DE LIBRO

## Misterio clásico, apasionante Memorias para los placeres de la lectura

POR ILENE SELTZER, MIEMBRO DE UWRA

**yo** Estoy seguro de que tengo mucha compañía cuando digo que he pasado mucho tiempo leyendo durante los últimos meses. He vuelto a visitar a algunos viejos amigos y también he encontrado nuevos autores. Ofrezco los siguientes libros como posibles para su disfrute.

Si eres fanático de la magnífica ficción británica de misterio de Dorothy Sayers, especialmente las novelas y cuentos de Lord Peter Wimsey, es posible que no sepas que muchos años después de la muerte de Sayers hay nuevas historias de Lord Peter Wimsey para disfrutar. La autora Jill Paton Walsh ha retomado la saga, primero al completar una novela inconclusa de Sayers, *Tronos, Dominaciones* (1988). Paton Walsh también ha escrito

*Una presunción de muerte* (2002), *Las esmeraldas de Attenbury* (2010) y *El último erudito* (2013). En

Estos libros, la historia de Peter y Harriet Vane se lleva al matrimonio y la paternidad, manteniendo excelentemente los personajes y el tono del autor original. Me alegró mucho encontrar estas adiciones a la serie, y es posible que ustedes también las disfruten. Si aún no está familiarizado con Dorothy Sayers, también le recomendaría cualquiera de sus novelas o colecciones de cuentos de Lord Peter Wimsey. *Cuyo cuerpo?* es la primera novela cronológicamente.

Mi siguiente sugerencia es una memoria moderna. Tara Westover publicado *Educado* en 2018. Es su propia historia como la más joven de siete hijos nacidos de padres sobrevivientes en Idaho. Traza su vida en una familia que vive una existencia lo más separada posible de la sociedad en general, profundamente desconfiada de cualquier entidad gubernamental, medicina moderna, médicos, hospitales, escuelas públicas y medios públicos. Apenas educada en casa, con su nacimiento no registrado hasta los nueve años, Westover ofrece una narrativa reveladora de cómo y por qué dejó su hogar, asistió y se graduó de la Universidad Brigham Young, y obtuvo una maestría de la Universidad de Cambridge y un doctorado del Trinity College, Cambridge. En el camino, lucha por comprender y prosperar en una sociedad que había sido a la vez extranjera y prohibida. [norte](#)

SEMINARIO WEB DE OPORTUNIDADES DE JUBILACIÓN

## Condado de Dane y Dirección de los líderes de Madison Desafíos pandémicos

POR FAISAL A. KAUD Y MILLARD SUSMAN, MIEMBROS, COMITÉ DE OPORTUNIDADES DE JUBILACIÓN

**re** Los líderes del condado presentarán información actualizada sobre las medidas tomadas para proteger a los residentes del condado del COVID-19 y aliviar las dificultades de los residentes de edad avanzada. Los oradores serán el ejecutivo del condado de Dane, Joe Parisi, Janel Heinrich de Public Health Madison & Dane County, Cheryl Batterman de la Agencia de Envejecimiento del Área del Condado de Dane y Jim Krueger de NewBridge, la coalición de servicios para personas mayores de Madison y Monona. Estos líderes comunitarios discutirán:

- desafíos que los líderes del condado de Dane y Madison han enfrentado al lidiar con la pandemia de COVID-19
- servicios de emergencia ofrecidos a los residentes del condado
- las pautas de seguridad del departamento de salud pública y la notificación de casos
- cómo se puede proteger la salud de los residentes en esta "nueva normalidad". [norte](#)

Si tiene preguntas preliminares para los oradores, envíelas por correo electrónico con anticipación al coordinador del programa Faisal A. Kaud al [fakaud@wisc.edu](mailto:fakaud@wisc.edu) antes del 24 de noviembre 2020.

### Contribuciones a la despensa de alimentos

**PS** **Cheryl Batterman** es la directora de la UW Foundation, con donaciones a UWRA, 21 North Park Street, Habitación 7205, Madison, WI 53715-1218.

### DESAFÍOS PANDÉMICOS DE COVID-19 con Condado de Dane y Líderes de Madison

**Martes, 1 de diciembre de 2020**

10:00 a.m.-mediodía

Webinar en línea

**Fecha límite de inscripción: 27 de noviembre**

Se requiere registro previo. Regístrese en línea en:

[UWRAmadison.org/event-3895986](https://UWRAmadison.org/event-3895986)

Puede llamar o enviar un correo electrónico a la Oficina de la Asociación para registrarse. El enlace del webinar y la información de la llamada se incluirán en las confirmaciones de registro y

recordatorios de reuniones enviados por correo electrónico a los inscritos.



**Joe Parisi** se ha desempeñado como Ejecutivo del Condado de Dane desde 2011. Anteriormente sirvió en la Asamblea Estatal y como Secretario del Condado de Dane.

**Janel Heinrich** es el director de Public Health Madison & Dane County, responsable



para problemas de salud pública en más de 60 ciudades, pueblos y ciudades.

**Cheryl Batterman** es gerente de la

Agencia de Área para el Envejecimiento del condado, que presta servicios a personas de 60 años o más y / o a sus familiares para acceder a servicios para ayudar a los adultos mayores a seguir viviendo en sus propios hogares y comunidades.



**Jim Krueger** dirige

NewBridge, una agencia que apoya vidas independientes más largas, seguras y saludables para las personas mayores en Madison y Monona al brindar administración de casos, servicios de comidas y voluntarios que ayudan con las tareas del hogar.



**TODAVÍA HAY TIEMPO PARA REGISTRARSE EL FUTURO DE SU HUELLA DE DATOS, CON BOB TURNER**

**4** Miércoles 11 de noviembre, de 1:00 a 3:00 p.m. [UWRAmadison.org/event-3963851](https://UWRAmadison.org/event-3963851)

**TECNOLOGÍA ELECTRÓNICA**

## De los boomers a los Zoomers: ¡Aprenda a hacer zoom!

POR KATHY CHRISTOPH,  
COPRESIDENTE, COMITÉ DE TECNOLOGÍA ELECTRÓNICA

**T** El Comité de Tecnología Electrónica extraña verlo en nuestras reuniones mensuales de Tech Clinic para compartir experiencias con diversas tecnologías. También somos muy conscientes de los cambios que haremos todos en nuestros planes habituales de vacaciones. Quizás cenaremos o celebramos de forma remota. Nos gustaría ayudarlo a prepararse.

Lo invitamos a unirse a nosotros en una sesión virtual para aprender los conceptos básicos de la aplicación de videoconferencia Zoom y sus muchas características. Zoom es una "aplicación" que puede descargar e instalar en su computadora, tableta o teléfono.

El resultado es como una llamada telefónica, pero usted y las otras personas pueden verse y oírse entre sí. ¡Muchas personas, toda la familia, pueden participar! Si tiene una computadora, tableta o teléfono con cámara y micrófono, ya está equipado. Si ha estado usando su dispositivo para FaceTime o Skype, también puede hacer zoom.

Trabajaremos con usted antes de la sesión programada para asegurarnos de que se sienta cómodo al unirse a una reunión de Zoom. Después del registro, recibirá información sobre cómo conectarse, consejos para prepararse para la reunión virtual y asistencia personalizada si es necesario. Para probar lo que quieras

experimentar y aprender, ver [youtube.com/watch?v=kh-50kValdAY](https://www.youtube.com/watch?v=kh-50kValdAY).

Durante la reunión en sí, se le guiará en la práctica para:

- cambiar entre la vista de galería y de orador
- silenciar audio y video
- elegir o crear un fondo
- levanta tu mano

### VEN "ZOOM" CON NOSOTROS Prepárate para las vacaciones

**Martes, 17 de noviembre de 2020**

1: 00–2: 30 p.m.

Reunión en línea

**Fecha límite de inscripción: 5 de noviembre**

Se requiere registro previo. Regístrese en línea en:

[UWRAMadison.org/event-4018508](https://UWRAMadison.org/event-4018508)

Puede llamar o enviar un correo electrónico a la Oficina de la Asociación para registrarse. El enlace del webinar y la información de la llamada se incluirán en las confirmaciones de inscripción y la reunión.

recordatorios enviados por correo electrónico a los inscritos.

- chatear con todos, o con un participante
- compartir tu pantalla
- dejar una reunión.

Entonces estará listo para participar en las reuniones de Zoom con familiares y amigos. Debido a que las clínicas tecnológicas están actualmente limitadas por el distanciamiento social, no dude en comunicarse con [uwra.tech@gmail.com](mailto:uwra.tech@gmail.com) con preguntas sobre cualquier tecnología en cualquier momento. **norte**

*Si tiene preguntas preliminares para los presentadores, envíelas por correo electrónico con anticipación al coordinador del programa.*

*Kathy Christoph en [kathy.christoph@gmail.com](mailto:kathy.christoph@gmail.com) por*

**10 de noviembre de 2020.**

#### Notificaciones sobre eventos de Zoom

Con las reuniones de UWRA que se vuelven virtuales este otoño, hay cambios en la forma en que se notifica al registrante acerca de la URL de Zoom / información de llamada. Como en el pasado, cuando se registre, recibirá una confirmación. También recibirá dos recordatorios, siete días y nuevamente dos días antes del seminario web. Por favor, tome nota especial de los recordatorios. En la parte inferior de cada recordatorio estará el título "INFORMACIÓN DE LLAMADA DE ZOOM". Debajo de ese encabezado encontrará toda la información que necesita para vincular al seminario web.

CONOZCA A UN MIEMBRO DE UWRA

## Seguimiento de 6.500 pelotas de golf

POR GARY (PRZYBYSZ) PRISBE



**METRO** Mi pareja es Sharon Makowski, y mi ciudad natal es Roscoe, en el "Territorio de Dakota". los El nombre que figura entre paréntesis arriba habría sido mi apellido si mi padre no lo hubiera cambiado. ¡Intenta pronunciarlo!

Todavía no puedo tirar ...

cosas que pueden estar desactualizadas pero que no están rotas. Culparé a mis padres y su generación por eso. En 1969, cuando el Apolo 11 aterrizó en la luna, yo estaba sirviendo en el ejército de los Estados Unidos en Fort Lewis, Washington, protegiendo la patria contra una posible invasión del Viet Cong. Todavía disfruto escuchando rock and roll de las décadas de 1960 y 1970, cuando los músicos tocaban y cantaban canciones que escribían en lugar de saltar en el escenario con sonidos producidos digitalmente. Yah, sé que suena como el "¡Sal de mi césped!" comentario.

Lo primero que hice después de jubilarme fue ... nada. ¡Era enero en Wisconsin! Ahora paso la mayor parte de mi tiempo en un campo de golf, ya sea jugando u oficiando torneos de golf. Mi interés en officiar sin duda está relacionado con mi experiencia con las reglas.

Ahora me doy cuenta de que todos mis trabajos, desde el primero hasta el último, estaban en un área de cumplimiento / auditoría. Desde el USDA hasta el DILHR y la administración del sistema de la UW, estaba haciendo cumplir las reglas, la mayoría de las cuales no hice y con algunas no estaba de acuerdo. Y no, No fue UWSA lo que limitó su reclamo de cena a \$ 20, ¡ya sea que haya cenado en Des Moines o en la ciudad de Nueva York!

Mi parte favorita de la jubilación es que todos los días parecen sábado. Realmente no tengo nada en una lista de deseos, ya que he tenido el privilegio de ir a muchos lugares y hacer muchas cosas interesantes, principalmente relacionadas con mi pasión por el golf. Siempre he sido un handicap de un solo dígito, pero en el lado negativo,

Puedo documentar que he logrado perder más de 6.500 pelotas de golf en el campo del que soy socio durante 46 años. Mis próximos planes de viaje incluyen visitar a mi hijo y su familia en Sioux Falls para jugar en la salida / torneo de golf "The Priz Invitational", un evento que comencé hace 40 años aquí en Wisconsin y este año se lo pasé a mi hijo para que lo corriera con su amigos por ahí.

Algo que podría sorprenderte de mí es que soy un amante / dueño de perros que he trabajado con más de 3,000 perros mientras trabajaba como voluntario en Dane County Humane Society. Las lecciones de vida y comportamiento que recibí de esos perros superaron a las que traté de impartir.

Mis lugares favoritos en el campus son Camp Randall y Memorial Union Terrace, y mi actividad favorita de UWRA es asistir a los maravillosos seminarios, particularmente los financieros presentados por ETF / SWIB y CUNA. [norte](#)

1-30 DE SEPTIEMBRE DE 2020

### NUEVOS MIEMBROS

María Fahey	Donna Silver
Eric Furness	Margaret Straub
Lawrence Hanrahan	Richard Straub
Gloria Hawkins	Robert Washenko
David Rabago	Carol Woltmann
George salvaje	

**{ ¡La UWRA es su red en la jubilación! }**

## VIAJAR

## Norskies, Basílicas, Pinerías y Ríos

POR TED COLLINS, MIEMBRO, COMITÉ DE VIAJES

Esta es la segunda entrega de Viajes virtuales por Wisconsin a lugares en los que hemos estado, viajes que cancelamos debido al COVID-19 y lugares que aún no habíamos visitado. Te esperamos



disfrute de los cuentos de nuestro guía, el historiador de Milwaukee John Gurda, en un viaje virtual a lugares históricos.

Este mes, visitaremos Norskedalen, un centro de patrimonio noruego en Coulee Country en el suroeste de Wisconsin, y dos basílicas: Holy Hill y Saint Josaphat. Las basílicas son especialmente honradas en la Iglesia Católica. Solo hay setenta y cuatro



en el Unido Estados, y Wisconsin tiene dos.

Próximo, nosotros visitamos Chippewa Falls

para explorar la era de las bodegas de Wisconsin y la influencia del pino en la historia del norte de Wisconsin. Esto será seguido por un viaje en bote por el río Milwaukee para ver el renacimiento del río de alcantarillado industrial a viviendas para jóvenes profesionales y "nidos vacíos". ¿Sabías que el estado de Wisconsin una vez planeó construir una prisión a lo largo de este tramo del río?

Finalmente, seguimos el río Menomonee y aprendemos la historia del área del parque Three Bridges en el valle de Milwaukee Menomonee. Este antiguo valle industrial fue el hogar de dos fabricantes de fragancias, Red Star Yeast y Robert A. Johnston Company, fabricante de galletas y chocolate.

Empiece su viaje en <https://www.pbs.org/video/season-3-the-gurda-hour-oxfc1> / norte

## REFLEXIONES

## ¿Dragonfruit para Acción de Gracias?

POR MARY BARNARD RAY

norte o pregunta al respecto, las vacaciones serán diferentes este año. Dennis y yo acabamos de probar la diferencia cuando nuestro hijo menor se casó en una playa de Australia. Asistimos a la pequeña ceremonia a través de WhatsApp, al igual que la familia de la novia en India. Era el sábado por la mañana en Australia, el sábado por la mañana muy temprano en la India y el viernes por la noche aquí. Sin embargo, pudimos presentar a nuestra familia (en tres ubicaciones del Medio Oeste) a su familia (en tres ubicaciones) y ponernos al día un poco antes de la ceremonia. Como resultado, incluso nuestra nieta más joven entiende que el mundo realmente es redondo y que realmente es de día en el otro lado del mundo cuando aquí es de noche. Con todo, no fue una pérdida tanto como, bueno, diferente.

Ahora, mientras contemplo si debo pedir un pavo fresco o elegir gallinas de Cornualles para dos, trato de concentrarme en el lado liberador de lo "diferente" en lugar de insistir en su pérdida. Podría omitir las aves asadas por completo y optar por rosbif. No voy a renunciar al pastel de calabaza, pero renunciaré al puré de papas para ahorrarme algunas calorías y algo de trabajo de última hora. ¿Platos de papel? Hmm. Si alguna vez hubo un momento para decir, "¿qué diablos?" y probar algo poco convencional, es 2020. Creo que exploraré la sección de alimentos congelados y veré qué hay allí. Y esa fruta del dragón agregaría un patrón interesante a la mesa; no puedes equivocarte con la fruta. Incluso si lo hago, no habrá mucha gente alrededor para quejarse de ello.

Sin embargo, voy a extrañar los abrazos. Nada reemplaza esos abrazos. norte



## RESUMEN DEL WEBINAR

**Covid-19: un virus nuevo**

POR MILLARD SUSMAN, MIEMBRO, COMITÉ DE OPORTUNIDADES DE JUBILACIÓN

**O** El 6 de octubre, el Dr. Dennis Maki de UW – Madison, un experto de renombre mundial en enfermedades infecciosas y epidemiología, presentó un espectacular seminario que cubrió el origen y la propagación internacional del nuevo coronavirus que causa COVID-19, la historia de la pandemia en Estados Unidos, los esfuerzos para controlar la propagación del virus, la biología del virus, la patología y el tratamiento de la enfermedad, los problemas especiales que este patógeno crea para los trabajadores de la salud, el impacto económico de la pandemia, el trabajo que se está realizando en el desarrollo de medicamentos y vacunas para combatir la enfermedad, las acciones necesarias para controlar la pandemia, las perspectivas para el futuro cercano y las preguntas urgentes que quedan sin respuesta.

Hemos publicado las diapositivas del Dr. Maki, 200 de ellas, en el sitio web de la UWRA. ¡Échales un vistazo! Esta presentación fue un resumen notable de una catástrofe de salud pública compleja y alarmante. [norte](#)

**Nuevo EN EL SITIO WEB** [UWRAmadison.org](http://UWRAmadison.org)**Recursos / Presentaciones (septiembre-diciembre)**

- Diapositivas y video, Poder notarial
- Diapositivas, COVID-19 con Dr. Maki
- Diapositivas, es tu elección
- Diapositivas, guardando su historial

**Seguimiento de enlaces de zoom**

**UN** n consejo organizativo: cree una carpeta en su correo electrónico titulada "Información de zoom". Cuando llegue un recordatorio de seminario a su bandeja de entrada, mueva el correo electrónico a esa carpeta. El día de su reunión / seminario web de Zoom, puede abrir la carpeta y localizar fácilmente el recordatorio. Una vez finalizada la reunión, vuelva a la carpeta y elimine ese recordatorio de reunión. [norte](#)

**4 GUARDE LA FECHA, WEBINAR FINANCIERO****Salud de la economía estadounidense con Steve Rick, economista jefe de CUNA Mutual**

16 de diciembre, 10:00 a. M. A mediodía

**T** La mayor crisis económica desde la Gran Depresión ha cambiado el panorama económico, político y financiero, y ha alterado el comportamiento del consumidor, quizás para las generaciones venideras. Los cambios que comenzaron a medida que aumentaba la pandemia tendrán efectos duraderos en la economía y los mercados financieros. La presentación de Steve Rick evaluará cómo estos cambios pueden cambiar la trayectoria económica futura, las tasas de interés y los precios de las acciones. Para obtener más

colas, ver [UWRAmadison.org/event-3966917](http://UWRAmadison.org/event-3966917) . [norte](#)

## RESUMEN DEL WEBINAR

**¿Cuál es tu superpoder?**

POR RICK DALUGE, MIEMBRO, COMITÉ DE ASUNTOS FINANCIEROS EN JUBILACIÓN

**O** El 15 de septiembre, aproximadamente cincuenta miembros de la UWRA participaron en nuestro primer programa del año del Comité de Asuntos Financieros. El abogado Mark Johnson de Johnson-Tiegen, un especialista en derecho de la tercera edad, revisó varias designaciones de poderes y los poderes involucrados en cada uno, incluido el "poder notarial duradero para atención médica" y el más común "poder notarial financiero . "

Este fue nuestro primer intento de usar Zoom para una presentación, y los oyentes enviaron más de diez preguntas. Las diapositivas del programa están disponibles en el sitio web de UWRA en Resources / Presentations / 2020-2021 (septiembre-diciembre). Uno de los puntos más importantes señalados es que el poder termina con la muerte de la persona que lo otorgó. Después de la muerte, la distribución de la herencia legalmente debe ser realizada por un albacea o representante personal. Y otorgar un poder a alguien no significa que aún no pueda administrar sus bienes y asuntos; En realidad, es un plan de respaldo en caso de que no pueda actuar en su propio nombre. [norte](#)



## CONOZCA A UN MIEMBRO DE LA JUNTA DE UWRA

**Nuevo a bordo: Jack Sorenson**

**yo** se mudó a Madison en 1969 para asistir a la escuela de posgrado en la UW School of Business. Mi madre trató de hacerme cambiar de opinión cuando el atentado de Sterling Hall la convenció de que Madison era un lugar "demasiado radical". Afortunadamente, solo se necesitaba tranquilidad, aunque era inquietante caminar por Charter Street pasando Sterling en el camino a Commerce Hall el primer día de clases.

Al graduarme, acepté un trabajo administrativo en un instituto de investigación dentro de la Universidad de Washington. Cuarenta y cuatro años más tarde me retiré del Departamento de Anestesiología, habiendo trabajado como Administrador Clínico durante diecisiete años. En total, trabajé en tres puestos administrativos muy diferentes, en tres áreas diferentes, reuniendo y trabajando con mucha gente maravillosa y talentosa. Además, aprendí a amar el aire libre de Wisconsin y la naturaleza ecléctica de Madison. Lo único que no he podido adoptar son los deportes profesionales de Wisconsin. Nací, crecí y todavía soy fan de los Bears y los Cubs.

Durante los últimos diecinueve años, Tracy Wiklund y yo hemos sido pareja. El pasado mes de julio celebramos nuestro décimo aniversario de bodas. Tuvimos la suerte, al principio de nuestra relación, de encontrar dieciséis acres de tierras de cultivo al sur de McFarland que acababan de ser subdivididas. Hoy en día es principalmente pradera, con un acre de maderas duras de diecisiete años que aún luchan por existir a pesar de los ciervos. Manteniendo plantas invasoras

a raya nos mantiene ocupados, y si las moscas de los ciervos no son demasiado gruesas, es agradable estar en la naturaleza. Nuestro otro placer es viajar. Nos encantan las ciudades antiguas como París, Florencia y Siena, pero también nos gusta la exposición más amplia que ofrecen los cruceros fluviales europeos.

Cuando era más joven, jugaba muchos deportes recreativos (baloncesto, fútbol americano, ráquetbol, sóftbol, etc.), pero dos reemplazos de cadera terminaron esas actividades. Cuando me jubilé, comencé a jugar al golf con un par de viejos compañeros de baloncesto. Para alguien que solía tener alguna habilidad deportiva, esta ha sido una experiencia de humildad que se repite semana tras semana.



Cuando leo, prefiero las novelas policiales y de acción; el problema, por supuesto, es que no puedo dejar el libro hasta que esté terminado.

He disfrutado de mi trabajo voluntario con el Comité de Asuntos Financieros en la Jubilación y espero poder servir en la Junta de Directores de la UWRA. [norte](#)

**COMITÉ DE ASOCIACIÓN Y COMPROMISO****Buscando voluntarios e ideas: una oportunidad para conectarse**

POR CHRIS KLEINHENZ, MIEMBRO, COMITÉ DE ASOCIACIÓN Y PARTICIPACIÓN

**norte** En su segundo año, el Comité de Colaboración y Compromiso está buscando nuevos miembros y nuevas ideas. El objetivo del comité es promover, mantener y alentar las relaciones mutuamente beneficiosas de UWRA con otros grupos y unidades en el campus (por ejemplo, División de Estudios Continuos, Fundación de Wisconsin y Asociación de Antiguos Alumnos),

así como con otras organizaciones en Madison y más allá. UWRA tiene asociaciones continuas con el Distrito Escolar Metropolitano de Madison y con las despensas de alimentos del condado de Dane. Además, el comité tiene como objetivo coordinar las fortalezas colectivas e individuales de los miembros de UWRA para apoyar la misión de UW-Madison (la Idea de Wisconsin) y servir como el "conector principal" para proyectos e iniciativas. ¿He despertado tu interés? Contáctame

hoy a las [ckleinhe@wisc.edu](mailto:ckleinhe@wisc.edu) . [norte](#)

WEBINAR DE VIAJES

## Descubre la Toscana

### Pueblos escénicos de las colinas

POR ESTHER OLSON, CO-PRESIDENTE, COMITÉ DE VIAJES

Durante décadas e incluso siglos antes del libro de Frances Mayes, *Bajo el sol toscano*, se convirtió en un éxito de ventas, la Toscana fue una gran atracción para "turistas" de todo tipo. Artistas y fotógrafos, amantes de la comida y enófilos, aficionados a la historia y la ciencia y aficionados a la literatura, el arte, la arquitectura y la música visitaron esta hermosa región de Italia.

Mucha gente sabe algo sobre la capital de la Toscana, Florencia (Firenze), con sus numerosos museos y galerías de arte, y quizás otras ciudades cercanas como Pisa y Lucca. Menos conocida

son los muchos pueblos de las colinas, todos los cuales tienen historias igualmente interesantes y ofrecen una gran cantidad de placeres.

Esta conferencia ricamente ilustrada proporcionará una visión general de la Toscana, pero se centrará especialmente en las ciudades de las colinas, tanto grandes (Siena, Cortona) como pequeñas (San Gimignano, Montepulciano, Monteriggioni). Nuestro guía, Chris Kleinhenz, examinará la historia de estos pueblos y su patrimonio artístico, literario y gastronómico. [norte](#)

Si tiene preguntas preliminares para el orador, envíelas por correo electrónico con anticipación a la coordinadora del programa Esther Olson al [emolson2@wisc.edu](mailto:emolson2@wisc.edu) antes del 2 de diciembre de 2020.

#### Contribuciones a la despensa de alimentos



Como parte de la UWR Foundation, las donaciones a UWRA, 21 North Park Street, Habitación 7205, Madison, WI 53715-1218.



**Chris Kleinhenz** enseñó literatura italiana medieval en la Universidad de Washington en Madison durante casi cuarenta años. Profesor emérito de italiano y ganador de un premio Chancellor's Award por la docencia, ha dirigido muchas giras a Italia patrocinadas por la Division of Continuing Studies y la UW Alumni Association. Ha vivido en Italia (Nápoles, Bolonia, Perugia, Florencia y Roma) en varias ocasiones donde enseñó y dirigió el estudio de la UW.

programas en el extranjero. Ha realizado una serie de presentaciones ilustradas sobre Italia para la Asociación de Jubilados de UW – Madison y actualmente se desempeña como presidente de la UWRA.

#### PUEBLOS DE TOSCAN HILL

### Historia, Arte, Literatura, Belleza escénica

**Miércoles, 9 de diciembre de 2020**

3: 00–4: 30 p.m.

Webinar en línea

**Fecha límite de inscripción: 4 de diciembre**

Se requiere registro previo. Regístrese en línea en:

[UWRAmadison.org/event-4007871](https://UWRAmadison.org/event-4007871)

Puede llamar o enviar un correo electrónico a la Oficina de la Asociación para registrarse. El enlace del webinar y la información de la llamada se incluirán en las confirmaciones de inscripción y la reunión.

recordatorios enviados por correo electrónico a los inscritos.

**HOW TO JOIN A UWRA ZOOM MEETING OR WEBINAR**

**Meeting reminders are sent to all registrants 7 days and 2 days prior to an event**

**ZOOM call information is located near the bottom of meeting reminders**

**ZOOM URL and Passcode (Take note of Passcode as it may be needed when connecting to the ZOOM event)**

**NOTE:**  
Depending on device, platform, and email system used, 'clicking' (or tapping) on the URL may or may not work.  
  
If 'clicking' on the URL does not work, you will need to use the <COPY> command by highlighting the entire URL and <PASTE> the URL into a web browser.

**SAMPLE BROWSER METHOD**

<COPY> & <PASTE> URL into the browser you use (Google, Chrome, Firefox, etc.)

**DESDE EL ESCRITORIO DEL EDITOR**

**Copyfitting, de 1976 a 2020**

POR SHEILA LEARY, CEDAZO EDITOR

Copiar un boletín de noticias es un poco como trabajar en un rompecabezas. Hay que pensar en la forma y el ajuste, pero también en el tema y el contenido.

Mientras reflexionaba sobre la composición del abarrotado número de este mes, recordé haber trabajado durante el verano en el periódico semanal de mi familia. Cuando era niño, el papel todavía usaba plomo, cortado y fijado por expertos artesanos. Pero, en mi adolescencia, cuando comencé a trabajar, la noticia surgió de una máquina electrónica en largas galeras de papel fotográfico.

Guiado por las mujeres que presentaban las noticias durante todo el año, corté las galeras con un cortador de papel y luego pasé las piezas por la enceradora caliente. Con cera en la parte posterior de cada artículo, podríamos colocarlos en páginas de etiquetas grandes con líneas azules, que se parecían mucho a las páginas de mis plantillas electrónicas de InDesign en la actualidad. Un cuchillo X-Acto (¡también conocido como una pegatina de rana!) Era esencial para hacer un buen recorte para saltar una historia a una nueva columna o página. Pero ahora extraño el aroma de cera caliente. ¡Quizás encienda una vela! **norte**

**norte Fechas del calendario de la UW – Madison Retirement Association norte**

Continúe monitoreando el [UWRAmadison.org](http://UWRAmadison.org) sitio web para más actualizaciones.

- Miércoles 4 de noviembre de 10:00 a. M. A 12:00 h.
- Miércoles 11 de noviembre 1: 00–3: 00 p.m.
- Martes 17 de noviembre 1: 00–2: 30 p.m.
- Miércoles 18 de noviembre de 10:00 a. M. A 12:00 h.
  
- Martes 1 de diciembre 10:00 a.m.-mediodía
- Miércoles 9 de diciembre 3: 00–4: 30 p.m.
- Miércoles 16 de diciembre de 10:00 a. M. A 12:00 h.
  
- Miércoles 13 de enero 10:00 a.m.-mediodía

- El nuevo normal* con Ken Wundrow
- El futuro de su huella de datos* con Bob Turner
- Clinica tecnológica: *Cómo ampliar el bienestar es una habilidad* con Richard Davidson
  
- Desafíos COVID-19* con Joe Parisi et al.
- Ciudades de las colinas toscanas* con Chris Kleinhenz
- Salud de la economía estadounidense* con Steve Rick
  
- El robo de identidad* con Jeff Kersten

Para obtener información sobre los próximos viajes de PLATO, visite [platomadison.org/page-18561](http://platomadison.org/page-18561).

Para obtener información sobre las reuniones de la Junta y el Comité y los plazos El tamiz consulte el sitio web de UWRA en [UWRAmadison.org](http://UWRAmadison.org).

# LOS SIFTER

UWRAmadison.org

Asociación de Jubilados de UW-Madison

c / o División de Estudios Continuos 21

North Park Street, Room 7205 Madison, WI

53715-1218

SIN ÁNIMO DE LUCRO  
ORGANIZACIÓN  
FRANQUEO DE EE. UU.  
ID de PA  
Madison, Wisconsin  
Permiso No. 658

## ¿Movido o en movimiento?

*El tamiz* no lo hará automáticamente

ser remitido por el Servicio Postal. Utilice correo

electrónico, correo postal,

o visite nuestro sitio web para darnos su nueva

dirección para que pueda seguir recibiendo *El tamiz* sobre

una base regular.

## LOS SIFTER

**EDITOR** • Sheila Leary

**COLUMNISTA** • Mary Barnard Ray

**COORDINADORES DE COLUMNA**

*Conoce a un miembro* • Deb Lauder

*Nuevas actividades en la jubilación* • Bob Jokisch

*Marcas de libros* • Laurie Mayberry

## ASOCIACIÓN DE JUBILACIÓN UW – MADISON

Sitio web: [UWRAmadison.org](http://UWRAmadison.org)

Teléfono: **608-262-0641**

Correo electrónico: [retireassn@mailplus.wisc.edu](mailto:retireassn@mailplus.wisc.edu)

**DIRECTOR EJECUTIVO** • Sandi Haase

**PRESIDENTE DE LA JUNTA** • Chris Kleinhenz

**PRESIDENTE ELEGIDO** • Esther Olson

**ANTIGUO PRESIDENTE** • María Czyszczak-Lyne

**SECRETARIO** • Marian Fisher

**TESORERO** • Beth Zemp

**DIRECTORES**

Tom Broman • Paul DeLuca • Marcy Doelp Jane Dymond • Susan

Fischer • Karen LaMere Laurie Mayberry • Jack Sorenson • Wendy

Way

## EN ESTE PROBLEMA

Webinar El bienestar es una habilidad **pag. 1**

Del Director Ejecutivo **pag. 2**

Noticias UWRA **pag. 2**

Nuevas actividades: danza aérea y artes circenses **pag. 3**

Columna Marcas de libro **pag. 3**

Seminario web para líderes del condado de Dane sobre la pandemia **pag. 4**

De boomers a zoomers: aprenda a hacer zoom **pag. 5**

Conoce a un miembro: Gary Prisbe **pag. 6**

Viaje virtual a Wisconsin **pag. 7**

¿Dragonfruit para Acción de Gracias? **pag. 7**

Resumen y vistas previas de seminarios web **pag. 8**

Nuevo en el sitio web **pag. 8**

Conozca al miembro de la junta Jack Sorenson **pag. 9**

Únase al Comité de Colaboración y Compromiso **pag. 9**

Webinar de las ciudades de las colinas toscanas **pag. 10**

Cómo unirse a un ZoomWebinar **pag. 11**

Calendario de eventos, desde el escritorio del editor **pag. 11**