

# ENTRE AMIG@S

**PUBLICACIÓN DE LOS USUARIOS DE VINCLES,  
CENTRE DE DIA PER A GENT GRAN**

## HABLA VINCLES

Querid@s Amig@s, este mes de marzo motiva el cambio en la entradilla. Es tiempo de aportar un mensaje de ánimo y esperanza. Muchos de vosotros habéis pasado por tiempos crudos pero, a los más jóvenes, se nos antoja con cierto temor todo lo que está pasando. Muchos no supimos ver que terminaríamos confinados en casa. En casa, impotentes ante un enemigo intangible, al que no se le combate convencionalmente. En casa, impotentes por no poder hacer lo que hacemos cada día, que es compartir nuestro tiempo y nuestra actitud para generar un impacto positivo en los compañer@s que acuden al centro de día.

Siendo así, parece que el resto de temas tratados en esta edición son secundarios. No obstante, esperemos que ayude a que paséis un rato distraído, reflexionando junto a los vuestros.

Gracias y ¡hasta el mes que viene!

## EDITORIAL

Por fin llegamos a cumplir el año, durante este tiempo, hemos tenido la ocasión de expresar nuestros sentimientos y de comentar las cosas importantes que pasas alrededor nuestro. Es por esto que queremos agradeceros vuestro trabajo y os animo a que sigáis escribiendo a pesar de las extrañas circunstancias por las que estamos pasando.

Creo que el punto más importante es la historia del COVID19 que ha dejado un mensaje muy importante: el mundo se ha hecho muy pequeño y cada vez más los acontecimientos por muy lejos que estén de nosotros nos están afectando. Cada vez más, los países pierden peso

Parece que entre la epidemia que ya hemos mencionado, el machismo, el problema de los inmigrantes, etc. no sabemos exactamente dónde vamos a parar y cuales son los problemas que se nos están presentado.

Un abrazo.

Juan Miguel Portal  
Director de la revista y usuario en CD Vincles

## COLABORADORES

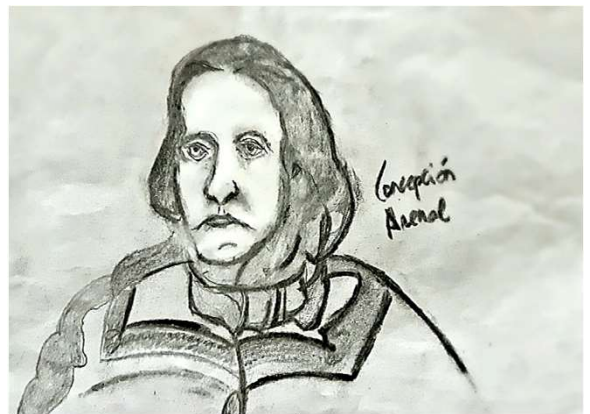


Ilustración por Feliciano

Josep M.ª (Corrector)  
Ricard  
Joana  
Carlos  
Feliciano  
Miguel  
Carmen  
Rufina

Pura  
Miguela  
Laura  
Ana  
Vicenta  
Petri  
Susa  
Javier

## EL VIRUS DEL PÁNICO

### ¿Cómo perciben algunos mayores el miedo al Coronavirus?

P: *“A mí me parece tan raro. Que sea tan contagioso, que sea tan malo... no me cabe en la cabeza. Era una cosa que estaba en China y de pronto llega aquí. Lógicamente un poquitín de miedo se tiene pero hay que seguir porque también podría ser yo.*

*Yo pienso que es una gripe como otra cualquiera en la que se están haciendo cosas para sacar dinero. Yo no sé si es que lo sacaron para asustar a la gente. Ha saltado a todo el mundo. Mira por ejemplo las mascarillas. No hay una en toda Barcelona. La gente no se muere por esto si no por otras enfermedades que a lo mejor ya tenían”.*

R: *“Yo lo que digo es que si es un laberinto que están esperando a ver cuánto da de sí... Pero tan malo que dicen que es y en cambio resulta que se muere más gente por la gripe que por este virus. Desde luego se mueve mucho dinero en esto. Se trabaja tanto en China, el textil y la cantidad de cosas que vienen de allí. Ahora con esto no se atreve la gente a ir allí o... Podría ser perfectamente un experimento para ver qué sacan. Lo que no llevo a entender qué fundamento tiene.*

*El otro día nos encontramos con una vecina que es china y tiene negocio. Nos explicaba la cantidad de controles que pasó y que perdió un vuelo. Mi hija le dijo en confianza que no se volviera a acercarse a nosotros (bromea), pero en el fondo, no sabes. Si tuviera a alguien cercano o en la escalera que estuviera contagiado igual lo miraba con recelo. Mascarilla no la pones por el qué dirán pero ya no hay esa confianza. Y si fuese yo que empiezo a tener síntomas, pues iría al médico y seguiría lo que me dijeran, pero en el fondo sin saber lo que hacemos”.*

Pura y Rufina  
Usuaris en CD Vincles

## NOS QUEDAMOS SIN EL MOBILE

*A consecuencia del riesgo de contagio, la organización del Mobile World Congress decidió cancelar el evento de este año en Barcelona. Resulta que, finalmente, nos hemos visto impactados por el virus de todas maneras. Igual hubiera sido aún peor...*

Ri: *“En Holanda se hizo al final otro congreso sin necesidad de tanto cuento. Y no se ha muerto nadie... ¿dónde está la comparación? En el fondo no se sabe lo que pasa en China tampoco y parece que han aprovechado los gobiernos para que se cancele. Parece que sea una guerra entre gobiernos, más que otra cosa. Hay algo debajo seguro y algo que no nos han dicho.*

Ru: *“Yo pienso que no es una cosa pa’ jugar. Yo entiendo que esta epidemia... si vienen gentes y más gentes... hay un resquicio de que puedes contagiarte. Yo creo que daría igual que se hiciera en Madrid, que en León. Yo pienso que esto pasó y pasó. No sabes si aquél está contagiado, si ha estado con el otro. A mí me duele de que no vengan porque mucha gente gana dinero con ello. Al final estamos expuestos. Yo ya soy muy mayor así que daría igual (bromea) pero hay mucha gente en el mundo.*

*Estoy pensando en el miedo que tendrán los comerciantes chinos que, ya estaban aquí antes de esta movida y no pasaba nada. Estarán diciendo: ahora nos acorralan y no vendrá nadie a comprarnos.”.*

Ricard y Rufina  
Usuaris en CD Vincles

## ¿INACTIVIDAD ECONÓMICA?

Como dice el director de la revista, Miguel, una mala noticia es una buena noticia para los medios de comunicación porque asegura lectores. Por tanto, enlazamos con nuestra 3a mala noticia desde el inicio de esta edición. En Barcelona, ciudad con indicadores económicos saludables, 1 de cada 4 locales comerciales está cerrado. ¿Qué pasa? Le preguntamos a una compañera del centro. ¡La experiencia es un grado!

*“La gente no se atreve a abrir un negocio porque está la cosa en el aire. No sabes pa’ dónde tirar. Va sosteniendo cada uno a su manera y van pensando en si a ver si va pasando la cosa... Se nota que la gente tiene miedo a meterse en un negocio. Y ¿quién te va a dar el préstamo si no tienes de dónde agarrar? Y los que están, pues abstenerse de coger más gente. Estamos en una época muy inestable.*

*Digo yo que por eso no se decide nadie a montar nada. Un señor que monte algo tiene que tenerlo muy claro porque se te tuerce un poco y caes a la primera.*

*Parece que se oye que hay más pobres que antes. Mi hija tiene negocio y de momento no ha notado nada. La oigo quejarse de que la cosa no está para tirar cohetes. Pero también se oye que cerró fulano o mengano. Creo que habrá muchos que, aunque les paguen poco, prefieren tener algo seguro y trabajar por un sueldo fijo“*



Usuaría anónima  
en CD Vincles

## CAGADAS REALES

Ha habido reyes en Francia, en Alemania... en Inglaterra todavía hay... pero han ido desapareciendo. Los sitios donde existen monarquías, ya se sabe que hay que pagarlo. Pero es que ya están pagados. No creo que necesiten más de lo que tienen.

Con su influencia, el Rey Juan Carlos, consiguió que el AVE funcionase allí y a lo mejor, si no fuera rey, no lo hubiera conseguido. Tenía mucha relación con los árabes. Aquello se sabía. Pues gratis no debía ser y más con el dinero que tiene esa gente.

Se tiene que ser honrao y si eres rey, más. No le tiene que admitir ni un duro por ir a visitarle a ver si querían el tren. Básicamente es cuánto le dais a España, que en España hay gente que lo necesita. Parece que cómo fue una figura importante en la transición España le deba a él algo y no es así.

Al final parece que lo ha dejado porque empezaban a salirle muchos trapos sucios. Creo que es una pena que el hijo haya tenido este padre.

La verdad es que, si ha robado algo tendría que devolverlo todo. Pero claro, de entrada, ¿dónde lo tendrá? Aunque no es el único. También hay políticos que han robado mucho.

Usuaría anónima  
Usuaría en CD Vincles

## HA CAIGUT UN ÍDOL

Plácido Domingo, nascut a Madrid, des de la seva més tendra edat, va destacar entre els seus companys per la seva veu i la seva musicalitat. Tenia afició a tocar tots els instruments que estiguessin al seu abast. Ja en la seva adolescència, va destacar per la seva veu de tenor i sobresortia en tots els cors que acudia, tant a Mèxic, on es va mudar amb els pares, a Espanya i a Europa. No va trigar gaire a guanyar-se la popularitat a nivell mundial com a tenor, actuant en les millors Operes de el món. Va tenir companyes femenines incondicionals com Maria Callas, Victoria de los Ángeles i Montserrat Caballé. Hi va haver altres sopranos no tan populars ara, però que van treballar amb ell igual per tot el món, sobretot a l'Òpera de Milà i Moscou, on el tenor portava la direcció d'orquestra i tenia moltes accions a favor seu.

Recentment, moltes han estat les dones que s'han unit i l'han denunciat per assetjament sexual en els seus temps de màxima esplendor. Això, ha despertat tal enrenou a nivell mundial que el tenor, està sumit en una gran depressió. El tenor ha demanat disculpes de tot cor i públicament a totes les dones que pogués haver ofès, comentant que no era la seva intenció. Ara està pendent de judici, on s'aportaran proves per la part acusadora, esperant que el tribunal faci justícia.

Jo, com a dona i feminista,estic a la banda de les dones, però en aquest cas, no deixo de sentir llàstima per aquesta persona que va ser tan estimada i que des que es va destapar el cas, s'ha vist menyspreat per tots els seus amics i treballadors arribant al seu cercle més proper i familiar. Sabut és que li han anat anul·lant tots els contractes que tenia, probablement el principal motiu de la seva depressió, ja que no cal oblidar la part econòmica. Un cop més veiem que la riquesa de l'afligit tenor, no pot curar els seus errors del passat i les seves llàgrimes del present. Esperem que es faci justícia i que hi hagi compassió per a tots ells i puguin arribar a perdonar-se i que en tots els seus cors tinguin amor mutu i cap a la seva vocació per temps passat.

Joana  
Usuaria en CD Vincles

## EL DÍA DE LO RETRO

El 2 de marzo fue el Día Mundial de lo Retro. Se están recuperando algunas cosas de antes. Como las modas que van y vienen. Cuando ya tenemos teléfonos táctiles que hacen una llamada en un par de toques, la gente se vuelve loca por comprar teléfonos de los que giras la rueda con los números. Pero hay que reconocer que las tendencias retro nos recuperan cosas interesantes. ¿Qué comentan los usuarios del centro?

*“Se ve que hay gente que vuelve a llevar ropa de antes. La ropa de antes duraba mucho más que la de ahora. La de ahora es de usar y tirar y hay que volver a la ropa de calidad...”*

*...Esto ayuda a reciclar más y a no estar tirando cosas a la basura constantemente...*

*...Sí que es verdad que hace ilusión volver a ver cosas de las de antes. Que habíamos tenido nosotros...*

*...Por ejemplo, se están abriendo algunos colmados. Sitios en los que se compra a granel, como toda la vida...*

*...Está bien recuperar cosas de antes pero no todo. No hace falta vestir como un payaso...*

*...También es delicado regocijarse en la nostalgia. Hay que mirar hacia el futuro.*



## MENUDOS TROMPAZOS

En esta ocasión, pretendemos dar visibilidad a un problema real, sin dramatizarlo en exceso. Las caídas son comunes entre las personas mayores y pueden tener consecuencias negativas. Petri, Pura, Laura, M<sup>a</sup> Teresa, nos cuentan sobre la caída en casa que más recuerdan últimamente.

*“Yo me duchaba, me salía de la ducha y me ponía el pie encima de la tapa del retrete para vestirme. Me pasó una de las últimas veces que había que ir a votar. Me caí para atrás y me di en la cabeza. Luego me levanté y me volví a caer. Desde entonces que no soy la misma.”*

*“Habían llamado al timbre abajo. Me levanto del sofá, voy a abrir y no sé que hice que caí, fui contra un mueble y me tuvieron que dar 4 puntos en la cabeza. Los puntos que le faltaban al Barça para ganar la Liga me los pusieron a mí. He caído muchas veces sin saber por qué, pero ¿qué voy a hacer? Me aguanto.”*

*“Estaba limpiando las ventanas y la ventana tiene salida a la terraza. Como no podía brincar a fuera para limpiar la parte de fuera de la persiana, en un sitio me ponía una escalera y en el otro un sillón. Me subo el pie en la escalera y el otro en el sillón. De repente ¡pum! Lo primero, eché mano a la cabeza porque pensaba que me la había reventao. Por suerte no fue nada más que el golpe.”*

*“Estava caminant amb el taca-taca a casa, quan vaig caure de costat. Em vaig quedar a terra com una tortuga panxa amunt. Com que no em podia aixecar i la meva filla tampoc, vaig cridar els de la medalla. Van venir 3 molt ràpid i 1 d'ells em va aixecar com si res. Però nen, em feia un mal el cul!”*



Petri, Pura, Laura, M<sup>a</sup> Teresa  
Usuaris en CD Vincles

## PERDIENDO LA MEMORIA

Es sabido que, durante el envejecimiento se producen algunos cambios cognitivos. La flexibilidad, algunas tareas de atención y de memoria pueden perder fuelle en favor de una mayor sabiduría y despliegue de estrategias de compensación. Hay que diferenciar lo anterior de cuando hay realmente problemas de memoria por una enfermedad neurodegenerativa.

En cualquier caso, tomar conciencia de esto puede afectar al estado de ánimo y el entorno estamos para que sepan que tienen apoyo. Comentamos con un par de compañeras del centro sobre cómo lo viven en sus carnes:

*“Yo la memoria la sigo teniendo bastante bien. Hombre en según que cosas sí que me lo noto, pero también es según el interés. Luego hay cosas que se difuminan. A veces te quieres acordar y no puedes”*

*“Jo la memòria no la tinc malament, però tampoc la tinc bé. M’he d’apuntar molt les coses. I a sobre, després no les trobo (riu). Sobretot quan les coses no m’interessen. Llavors desconnecto. Jo continuo fent moltes coses que altres de la meva edat no poden fer. Intento fer lo que puc de cuina, planxa. També faig ganxet que em fa treballar la memòria perquè he d’anar contant.”*

*A vegades això em fa sentir molt decebuda. No hi ha res a fer perquè he parlat amb els metges i m’han dit que no s’arregla.*

*El que no penso és que sigui pitjor. Soc com soc i què hi farem. No tinc massa por de perdre memòria, tinc por de morir-me, perquè encara tinc ganes de fer la punyeta”*

Carlos del Río  
Psicogerontólogo en CD Vincles

## LOS PROBLEMAS DEL CAMPO

Estos últimos días vimos, aunque sin pena ni gloria porque no interesaba, como los trabajadores del campo de Extremadura se manifestaban por su derecho a trabajar y obtener un rendimiento digno. Que les permita una mínima calidad de vida. En el centro, hay muchos compañeros que se han criado en el entorno rural e incluso han vivido de ello. Ellos nos pueden explicar qué pasa y cómo lo solucionarían. Estas son sus aportaciones:

- Es importante que la gente del campo se una para ser más fuertes. Que hagan cooperativas, por ejemplo.
- Sería interesante que los agricultores se animaran a crear sus puntos de venta. Acabaría con el precio que cargan los intermediarios, el consumidor compraría a un precio más bajo y el agricultor o ganadero no perdería dinero.
- Los consumidores también pueden ayudar yendo directamente al payés a comprar o al mercado en lugar de ir a la gran superficie.
- Las profesiones del campo se merecen tener más prestigio. Tienen su ciencia, son duras, la mayoría ya no se quiere dedicar pero todos dependemos de ellos.
- Ir modernizando el campo también es importante para reducir el esfuerzo de sus trabajadores. Esto también ayudaría a que la juventud se animara a volver al medio rural y pudieran aportar sus ideas para la venta.
- Si el gobierno diera más ayudas no se marcharía tanta gente y el trabajador del campo no estaría tan abandonado con sus problemas.

Javier Andrés  
Educador Social en CD Vincles

## CUESTIONES DE GÉNERO

Aunque es cierto que mucho se ha avanzado en materia de igualdad aún existen actitudes y creencias entorno a lo que respecta a cada sexo que no se sostienen demasiado. Una que a veces puede mosquear un poco tiene que ver con la asunción de que una mujer se debe arreglar o no o debe llevar a cabo unas interacciones sexuales acordes a lo que es apropiado o socialmente convenido. Es bonito darse cuenta de que, incluso las personas mayores, van superando ciertos estereotipos:

- *“Las mujeres tienen que ir monas y arregladas. Y los hombres también”* (no es cuestión de género, es cuestión de cuidarse)
- *“Los piropos, en principio se aceptan, pero sin ofender”* (a todos, hombres y mujeres, nos gusta que nos halaguen siempre que haya respeto)
- *“Las cosas de casa las pueden hacer los 2. Hay que repartirlas”* (no es cuestión de género, es cuestión de ser responsable)
- *“A los hijos hay que enseñarles igual desde pequeños”* (no es cuestión de género, es cuestión de educación)
- *“Los hombres también lloran. La sensibilidad no es sólo de mujeres”* (no es cuestión de género, es cuestión de humanidad).



## COMO CONOCÍ A MI PAREJA

Per a aquesta secció, ens fem servir d'una entrevista d'estil semiestructurat que és eina elemental del nostre centre de dia. Aquesta està basada en un model aportat per professors de la Facultat de Psicologia de la Universitat de Barcelona i requereix un anàlisi de mínim rigor per extreure informació professionalment rellevant. En el transcurs d'aquesta obtenim també altres beneficis. **Els usuaris, ens transmeten records que són joies.** El coneixement que extraiem ens permet no només ajustar estils d'intervenció sinó també ajudar a la persona a integrar la seva vida i establir vincles de confiança amb ella. Ens aporta una visió profunda en relació a les persones que conformen el grup humà del centre. Com cada mes, presentem un petit tros de l'entrevista on es tracta sobre anècdotes carregades de romanticisme.

Extracte d'una de les entrevistes d'Història de Vida que es realitza als nostres usuaris:

- **Quins eren els teus somnis, de cara al futur, quan eres jove?**

Ai, filla. Tu no en tens cap de somni?

- **Sí...**

1 només?

- **Uns quants...**

Pues això em passava a mi. Jo també he tingut il·lusions. M'ha agradat un home, que a lo millor ell ni si ha fixat, però res. I com el meu marit havia sigut veí nostre, pues sempre hi ha més lligams. Perquè mentres jo estava enamorada d'ell, ell ni caso. (Somriem) Ni caso. I després, un dia vem anar al cine, perquè era un diumenge a la tarda i ell va passar per davant de casa meva que jo tenia la finestra oberta i vem posant-se a parlar i em va dir que si volia anar al cine que ell hi anava i vem anar. Vaig anar. I allí al cine em va demanar si em volia casar amb ell.

- **Què ràpid!**

Bueno, feia molts anys que ens coneixíem! Perquè jo tenia llavors 18 o 19 anys. Em vaig casar als 23.

- **Guau! Molt bé, molt bé. I aquest era el teu somni?**

Pues mira, que ens casàvem o que teníem fills...aquestes coses.



\*A tenir en compte:

**Lletra negreta, l'entrevistador.**

Lletra normal, l'usuari.

Els noms de persones han estat canviats

Usuari anònim de CD Vincles



## LA TERTULIA EN VINCLES



### EL TEMA DEL MES: DIA INTERNACIONAL DE LA MUJER

#### Selección de Frases:

- ✓ Nosotras no hemos sentido ninguna dificultad en la vida por ser mujer.
- ✓ Es corriente que los hombres se piensen que tienen toda la fuerza del mundo. En un momento dado le estás enseñando algo a tus hijos y el marido, porque no le gusta pues, se mete.
- ✓ Antes las mujeres no trabajaban.
- ✓ Yo fuera de casa no he trabajado, pero dentro mucho.
- ✓ Antes el hombre traía el dinero y la mujer en casa, pero esto ya se ha pasado.
- ✓ El cuidado de los hijos, sobre todo lo que es formar como persona, es cosa de la madre.
- ✓ Algunas de nosotras, cuando pudimos estudiar un poquito lo hicimos y trabajamos fuera de casa.
- ✓ Yo no he trabajado pero he cuidado de familiares y bien orgullosa que estoy.
- ✓ No veo a mujeres en la política. Las mujeres a su trabajo, o su casa, pero no en la política. Estas personas tienen dinero, criadas y servicio. Y así no se crían los hijos.
- ✓ Los maltratos pasan porque hay gente que quiere seguir mandando toda la vida.

#### Conclusiones:

Con la lectura de estas frases, hemos podido llegar a unas conclusiones sobre la situación del hombre y la mujer en la convivencia diaria y en las posiciones sociales que la mujer y el hombre tienen. Como se puede deducir de las frases seleccionadas, vemos que hay tres posturas claras: Una parte acepta como muy normal la situación actual y entienden que el trabajo en casa no es remunerado porque es su obligación, ya que el hombre es el que trabaja. Es interesante destacar, que el hombre, si entiende que la educación de sus hijos no es la que el quiere; implanta su voluntad y prohíbe a su mujer que siga enseñando a su hijo unas ideas, que los hombres no comprenden y que, de una manera u otra, tratan de que la mujer en realidad, siga siendo “visado y conforme” del marido para poderse ajustar a lo que él piensa. Por otra parte, hay una consciencia ya más extendida de que actualmente ya hay unos cambios importantes en la sociedad, pero evidentemente, que no es todavía entendido la problemáticas de las mujeres.

Como reflexión final, podemos decir que aunque se haya avanzado algo, hay unos puntos que todavía no se han resuelto en favor de las mujeres. El hombre manda, fija los objetivos en la educación de sus hijos, algunos más o menos avanzados, ayudan algo (muy poco) en las tareas del hogar y también hay mujeres que piensa que no existe ningún problema; así ha sido toda la vida y así están bien. Se juntan dos problemas; el afectivo y el problema real. Nos queda mucho que avanzar, mucho que cambiar, porque aún quedan muchas mujeres que creen normal el ser subordinadas del hombre y que el sitio de la mujer y el honor de la mujer es ser madre y buena ama de casa. Pues que bien.

Nuestra agradecimiento a las compañeras usuarias:  
Vicenta, Carmen, Titas, y Petri

Juan Miguel Portal  
Director de la revista y usuario en CD Vincles