

¡PARTICIPA!

¿Tienes más de 65 años?... o ... ¿Trabajas y/o colaboras con personas mayores? ¿Te gusta opinar sobre los temas de actualidad? Escríbenos por correo electrónico y ...¡lo convertimos en artículo! Indícanos: Nombre (no es necesario apellido), edad y municipio o barrio en el que vives.

Escríbenos



a:

entreamigosmayores@gmail.com

Explícanos lo que quieras: actualidad social, política, económica o del corazón

Opina desde tu perspectiva, tu experiencia, lo que vives en tus circunstancias

Escribe a cualquiera de las personas que participan en la revista

Anímate a ilustrar nuestra portada con alguna propuesta

EDICIÓN

DEMOS LA BIENVENIDA AL 2021

Ahora ya estamos en el 2021 y seguimos estando a prueba, pues además de la pandemia, el cambio climático nos está haciendo malas pasadas. Parece que ya hay vacuna para combatir a este virus, pero quizás necesitaríamos podernos vacunar también contra la irresponsabilidad de determinados políticos, otra vacuna para liberarnos de algunos héroes de pacotilla que incumplen las normas a que estamos obligados y otra para determinados grupos cuyo grado de estupidez pone en peligro muchas vidas. Esperamos que el sentido común acabe con esta oleada de insensatez.

Ya hemos desmontado nuestro Belén y comenzamos un nuevo y difícil año, es por esto que más que nunca necesitamos grandes dosis de responsabilidad y optimismo pues el problema en el que nos encontramos es una cuestión de muchísima gravedad y tenemos que tomar conciencia de lo que cada uno de nosotr@s tiene que hacer para poder superar esta situación. En cualquier caso no perdamos la esperanza, comprometámonos a participar en todas aquellas actividades que fortalecen nuestro espíritu y nuestro bienestar y en lo posible hagamos una piña para que los desacuerdos los guardemos en una estantería y consigamos ser un poco mas felices cada día,

J.Miguel Portal, 85 años - Director de la revista

RINCÓN DEL ARTE

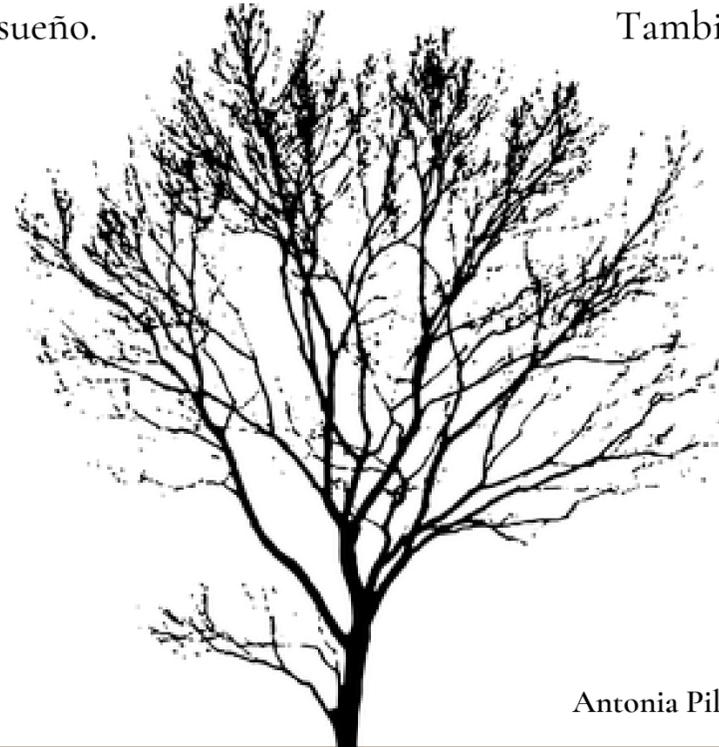


Ilustración por Feliciano, 89 años, El Fort Pienc (BCN)

LA PEQUEÑA HISTORIA DE SU VIDA.

Pensándolo bien, la historia de su vida había sido tan pequeña, tan insignificante que, a veces, cuando se acostaba y quedaba a solas con su almohada, lloraba como una niña. Lloraba porque recordaba a una niña con una infancia de escasez; escasez de juguetes, de ropa, de calzado y muchas más cosas... Toda su vida aprovechando el ropaje de sus hermanas y de alguna vecina adinerada que le sobraba o estaba harta de usarlo. De eso, hacia muchísimos años. Ahora, en la última etapa de su edad, tenía otras necesidades en su vida pero también se había acostumbrado a vivir sin ellas. Como cuando era pequeña, esas enseñanzas nunca se olvidan, duran eternamente. Su vida había pasado sin pena ni gloria, se casó tan joven y parió seis hijos tan joven, que su casa se convirtió en su propia celda y su vida quedó hipotecada para siempre al lado de un marido que ni caso le hacía. Lavar, fregar, comprar, cocinar, planchar, cuidar al hombre que traía el dinero, a los hijos que le arrebataban las horas de sueño. También a los padres que siempre tenían poco y a su suegro que en paz descansa y que siempre fue un buen hombre.

Elvira era así de sencilla. Con pocos estudios y mucha hambre a sus espaldas, porque cuando había algún filete, ella era siempre la que se quedaba con las ganas de devorarlo, primero eran los hijos y después el marido. Por extraño que parezca, nunca había pisado un cine, ni un teatro, tampoco conocía otras ciudades, jamás se había movido de su pueblo. Ni tan siquiera le llamaban por su nombre entero: "Elvi" era su apodo; su vestuario siempre consistió en unas tristes batas caseras y algunos delantales, porque se pasaba el día en la cocina y en el lavadero. El cabello recogido en un pequeño moño, una especie de peinado de la época que a ella se le quedó eterno.



Ahora, todos habían marchado poco a poco de la casa. Primero el marido, que se fue al camposanto..y luego, los hijos, uno a uno, de seis que parió, ninguno quedaba ya con ella. Si pudiera volver atrás, cuantas cosas cambiaría de su vida. Una vida así, no se la deseaba a nadie. Aunque fue reconfortante criar a los hijos y verlos crecer, fue una vida sin luces, sin lujos, con muchas ilusiones y sueños no cumplidos. Una historia pequeña la de su vida.

Antonia Pilar Villaescusa Rius, Animadora poética de personas mayores, Barcelona

La poesía es la anti-mentira,
vacunarse en contra de la realidad.

¿Qué es poesía?
La poesía es el primer beso.
Soñar como sueña un niño,
con ilusión



En un mundo donde reinan
la indiferencia, la hipocresía,
las mentiras,
el amor es la última esperanza.
Porque el amor es perfecto.

M^aRosa, Esperanza, Ana, Pedro y Raquel, jubilados de El Fort Pienc (BCN)

POESÍA IMPROVISADA

Hay que pensar con lo imposible,
conseguir lo impensable.
El mundo cambia
cuando las personas empiezan a soñar.

LOS PROPÓSITOS PARA 2021

Que la gente tengamos amor y felicidad. Es lo principal. Estar como estoy ahora, no. Ir progresando. Hay que proponerse el ir haciéndolo mejor en la vida, porque si no las cosas no vendrán por sí mismas. La felicidad vendrá por haber luchado por nuestras cosas y el amor, en primer lugar nos lo estaremos teniendo a nosotros mismos. En segundo lugar, los demás también nos tendrán afecto si demostramos amor propio.

El principal propósito para 2021 es que tengamos un propósito. Necesitamos saber hacia dónde va el camino para caminarlo. A mi edad, he conseguido muchas cosas y he perdido otras tantas, pero todas han sido por tener claros mis objetivos. Y hoy en día, me veo con mi familia y todos bien, y me satisface.

Tenemos que tener claro que todos tenemos nuestra fuerza para tirar adelante con nuestra vida. Así que lo primero que tenemos que proponernos para este año, es tener la actitud adecuada para afrontar cada momento de nuestras vidas.

VAMOS A DARLO TODO

Iniciamos sin lugar a dudas el año más incierto de las últimas décadas. La verdad es que no se me ocurre un precedente de estas características desde el periodo de la Segunda Guerra Mundial porque hasta ahora ningún fenómeno había impactado sobre la mayoría de países a estos niveles. Tenemos una vacuna ya en marcha que se supone va a devolvernos gran parte de la normalidad que teníamos hasta ahora pero en el fondo solo el tiempo lo dirá.

Es momento de mantenernos prudentes, fuertes y optimistas a partes iguales. De ser realistas y de valorar lo que tenemos. Hay gente que no lo ha contado. Hay gente que, después de haber estado ingresados por Covid, sí ha vivido para contar que lo que pasa en los hospitales es dramático. Que han pasado casi más miedo por lo que han visto que por ellos mismos. Hay gente que está viviendo para contar que su pequeño bar o restaurante no puede continuar esta asfixia. Taxistas y venta al por menor sin volumen de negocio. Auténticas pesadillas.

De momento, esta crisis ha hecho más grande al capital que apuesta por las tecnológicas y a las farmacéuticas. También a la bestia asiática, que parece haber despertado ya hace rato y habernos adelantado por la derecha y sin intermitente. Igual tienen razón las malas lenguas y esta ha sido la mayor guerra comercial jamás contada.

Por tanto, desde nuestra insignificancia como individuos, lo que está en nuestras manos es luchar por dar el máximo cada día. En lo que hagamos y hacia las personas que nos rodean.

ME DA LA RISA

En estos tiempos parece que se pierde el respeto. Hay menos empatía por los demás y la gente se ríe de lo ajeno como si no supieran que lo que le pasa a uno, le puede pasar a cualquiera. Veo en las noticias como hay personas que están pasando un mal rato y hay otras que, en vez de ir a ayudar o denunciar lo que pasa, lo está grabando con la cámara.

Hay cosas ridículas que dan risa. Los chistes dan risa si son simpáticos y con gracia. Si se cae alguien por la calle, iré a recogerla por si se ha hecho daño, le podré decir: "Muchacho, ¡qué castañazo te has pegao!" pero no me reiré.

La risa es alegría. Y los niños la practican constantemente. Tienen tendencia a reírse. Al niño le hace gracia casi todo. En ese caso, por ejemplo, si se va a caer el padre porque se ha tropezado sí que se ríe el niño. En cambio la mujer, no tanto. Sirve mucho para esconder el mal humor que tiene uno a veces.

Pero la risa no se hace con maldad. Uno ha de ser inteligente y saber reírse de sí mismo, pero el respeto por la integridad no se puede perder.

2020, LA PELÍCULA

REPARTO:

- China en el papel de “Terminator”
- EEUU en el papel de “Dos tontos muy tontos”
- Europa en el papel de “La historia interminable”

FOTOGRAFÍA: “El hombre invisible”

MÚSICA: “Amor es mi canción”

DIRECTOR: Covid-19

SINOPSIS:

El año 2020 será recordado como “el año que no debió existir” curiosa descripción de un año que no se olvidará nunca. Un virus maligno y pendenciero se apoderó de nuestros cuerpos, un enemigo común que atacó a la humanidad sin distinción de raza, ideología o sentimientos. Una película basada en hechos reales, la película que hicimos todos los humanos en lucha por la vida que se nos quiso arrebatarse.

CRÍTICA:

Aún así, aún habiendo vencido al maligno virus, su paso por nuestras vidas las cambió. Entramos en una nueva era de cambio afectivo, en cierto modo fuimos vencidos porque a partir de esa lamentable experiencia nos volvimos más cautos, más distantes en la amistad y en la familia, nos resistimos todo lo que pudimos pero sin duda, el virus nos convirtió en otras personas, quizás era lo que necesitábamos, quizás como Sodoma y Gomorra, Dios nos mandó un castigo o bien quiso que entendiéramos una lección que empezábamos a olvidar. Como dijo Jesucristo, hijo de Dios “Dad al César lo que es del César y a Dios lo que es de Dios”, “Amaos los unos a los otros como yo os amo”. Quizás quienes no lo han entendido sean los políticos que siguen con sus guerras verbales poniéndose en ridículo delante de sus electores..., no, estos no han aprendido la lección.



Ernesto, 72 años, El Fort Pienc (BCN)

2020, LA PELÍCULA, 2: (segundas partes nunca fueron buenas)

REPARTO:

- COVID-19 en el papel de “Asesinato en el Orient Express”
- LA VACUNA en el papel de “Grandes Esperanzas”
- LOS SANITARIOS en el papel de “Gladiator”
- LOS HOSPITALES en el papel de “Aquellos chalados en sus locos cacharros”
- LAS FIESTAS ILEGALES en el papel de “Proposición Indecente”
- LOS POLÍTICOS en el papel de “Esta casa es una ruina”

SINOPSIS:

Después de haber visto como los grandes ejes se comportan en la pandemia, la segunda parte nos trae la visión y comportamiento de los distintos agentes sociales y sanitarios. Cada uno en su rol por hacer frente a la terrible pandemia. Cada uno sacando lo mejor y lo peor del ser humano, que es lo que sucede cuando hay épocas de crisis. El desenlace no dejará indiferente a ningún espectador.



Ernesto, 72 años, El Fort Pienc (BCN)

ANTES Y AHORA

- Los maestros de ahora no tenían categoría de educadores. No podían decir que sabían enseñar porque no sabían.
- Los maestros se hartaban de darte con la regla y los padres se sacaban el cinturón rápido.
- Cuando éramos jóvenes no podíamos hacer muchas barbaridades que se hacen ahora, porque había la porra.

S
E C
N O
T M
I Ú
D N
O



- Los maestros de ahora están mejor formados. Son más capaces de enseñar.
- Los maestros de ahora han perdido autoridad. Algunos alumnos llegan a insultarles, faltarles el respeto de diferentes maneras. En casa con los padres, también pasa.
- Muchos jóvenes están desmadrados. Los ves que entran a una tienda y no saben decir buenos días, adiós, gracias...
- Los chicos se juntan en cuadrilla a hacer el burro y a emborracharse.

Miguel, Esperanza, Ana, Pedro y Raquel, jubilados de El Fort Pienc (BCN)

COMENTARIO SOBRE ARTÍCULO: A VUELTAS CON EL ABORTO

El mes pasado leí un artículo sobre el aborto, que me pareció valiente ya que es un tema del que no todo el mundo dice lo que piensa. Puede que sea, como comenta el grupo de jubilados, porque hay algo de tabú cuando se habla de sexualidad. Pero yo creo que hoy en día las escuelas tratan el tema lo suficiente como para que la juventud esté al corriente. También creo, y así lo espero, que tratan el tema con la sensibilidad que requiere. Porque la sexualidad es algo que merece ser tratado con mucho respeto. Es un momento totalmente íntimo gracias al que un hombre y una mujer pueden conseguir lo más bonito en la vida, que es tener hijos.

Por eso también opino que el aborto tiene que estar muy restringido. Mis valores me han enseñado que el niño que ha de nacer es una vida. Tiene su alma. Mi experiencia es que cuando he sido madre lo he notado desde las primeras semanas y seguro que también lo notaron mis hijos. Que estaban desde el primer momento en un entorno de seguridad y cariño.

Por eso, vuelvo a insistir en que el aborto no puede ser salvo en caso muy justificado. En el que el daño que se va a producir sea peor. Cuando es así, normalmente el aborto ya sucede de forma natural. La vida es un regalo de Dios y tenemos que apreciar ese regalo y luchar por él hasta nuestro último aliento. Nunca sabemos las alegrías que puede llegar a dar esa personita.

Ramona, 79 años. Sants (BCN)

EL LADO OSCURO DE LAS NAVIDADES

Las fiestas ya han pasado y son días de ilusión, alegría y magia para los más pequeños, pero también nos traen algo de tristeza a los mayores. Es así, la tristeza es una parte de la vida que llevamos con nosotros y hablar de ello nos ayuda a manejarla de una forma más sana. Siempre encontramos a alguien que lo comparte y que nos hace ver que no somos los únicos...

- Cuando murieron mis padres fue lo más triste que he pasado nunca y en las Navidades los echo mucho a faltar.
- Esos ratos siempre son tristes, pero es bonito recordarlo porque no se recuerda siempre y tendríamos que pronunciarlo más. Yo quedé viudo con 45 años y el mayor de mis hijos tenía 8 años. Yo siempre he echado de menos a alguien en casa, pero los subí como pude.
- Murió mi madre y luego murió mi padre, en paz descanse. Pero es así. La muerte no la podemos quitar. Las cosas son así.
- A mí se me murió un hermano que valía como un padre y una madre juntos. Y tuve un hijo que no estaba bien y al final falleció de pequeño. Yo siempre sufría pensando en lo que pasaría cuando yo no estuviera para cuidarlo. Cuando murió, descansé.



Esperanza, Pedro, Florencio y Raquel, jubilados de El Fort Pienc (BCN)

LOS HOMBRES SON MARCIANOS, LAS MUJERES, DE VENUS

MR- Una mujer es indispensable en la casa. Un hombre viudo necesita a alguien. Una mujer, no.

F- Una mujer, si se queda sola, se arregla muy bien en la casa. La mujer tiene mucha fuerza.

R- Un hombre es distinto de una mujer. El hombre tiene unas necesidades que la mujer, puede pasar sin ellas.

P- La mujer tiene una entereza el doble que el hombre. Para que la casa vaya bien, la mujer tiene que mandar en casa. Cuántas casas hay que se han ido al garete porque el marido le ha quitado las alas a la mujer.

M- También es cierto que el hombre está demasiado acostumbrado a que la mujer sea su vida. A que sea la que le planche, le cuide las cosas básicas de la casa, lo que hay que comprar, lo que hay que preparar para el colegio de los niños...



P- Los hijos también se sienten más apoyados por las madres que por los padres. Es más fácil que convivan mejor con la madre. Las madres ponen paz en una casa, porque hay muchas maneras de poner paz en una casa. Hay más compenetración y según qué cosas, al padre no se la dicen y a la madre sí.

R- Y lo mismo si cuando un padre queda viudo, los hijos que quedan son chicas. Todo sale mejor en casa.

Maria Rosa, Miguel, Pedro, Florencio y Raquel, jubilados de El Fort Pienc (BCN)

EL AÑO EN QUE VIVIMOS PELIGROSAMENTE

Hay muchos acontecimientos importantes en la historia de la humanidad desde que se inventó el fuego hace más de 1,4 millones de años, solo hace falta mirar los libros de historia o más recientemente Internet.

Algunas personas que vivimos aún, hemos sido espectadores de algún acontecimiento pasado que ha quedado estampado en los anales de la historia y nos está tocando vivir uno más, uno del que nadie hubiera querido vivir, uno no deseado ni siquiera para nuestros enemigos, el COVID-19.

Vivimos una época de un peligro invisible letal para los mayores en un 96% de los casos, las pandemias siempre han atacado a los más mayores, en este aspecto no es nada nuevo, pero este virus es distinto, este virus se defiende, intenta sobrevivir a los ataques para combatirlo, muta para protegerse.

Se han inventado muchas vacunas, armas para combatirlo, debemos tener fe en ellas porque es lo único que tenemos, no sabemos si lo venceremos definitivamente o esta “guerra” durará varios años más, desconocemos aún el tipo de arma que utiliza para poder mutar y evitar nuestros ataques, podemos estar cerca de combatirlo o lejos aún de conseguirlo, todo es cuestión de tiempo. Desconocemos su procedencia y por lo tanto no podemos ir a su feudo para combatirlo, para extirpar su raíz, el día que se descubra se podrá acabar con el, antes es difícil. Solo un milagro, quizás hasta un error (como ha sucedido en muchos inventos), se puede acabar encontrando un antídoto, contra este bicho maligno.

No hay que tener miedo, solo hay que tener precaución, vivimos un año peligroso, solo la cautela puede salvarnos antes de acabar con el enemigo.

Pep, 78 años, Eixample Dreta (BCN)

SUCEDÁNEO DE CABALGATA

Yo he ido todos los años que he podido a la cabalgata. De niña, hasta oía los caballos de los pajes desde casa. Los niños se vuelven locos cuando ven la cabalgata por la calle, porque lo ven en el acto y es una evidencia muy grande para ellos. Este año, los niños han visto cómo llegan exclusivamente por televisión y aunque es comprensible, es decepcionante. La magia y la fantasía forman parte del desarrollo de nuestros hijos.



El planteamiento que yo me hago es: enseñamos a los niños a ser pragmáticos o les enseñamos a tener fantasías, a creer en lo imposible, en la magia, y en todas aquellas cosas que enriquecen el espíritu. Conforme los niños van creciendo, van aprendiendo la realidad y según cómo, podemos crear maquinillas de pensar o por el contrario, crear soñadores que busquen lo imposible porque solo los que buscan imposibles acaban por hacer que las cosas sean posibles.

Pienso que quitarle a los niños la fantasía es como pisar una flor, o amordazar a un poeta por lo que en este caso podríamos acabar creando una generación de robots. Dejemos que nuestros niños sueñen, que imaginen, para que cuando sean mayores sean libres de pensar y actúen pensando en que nada es imposible si el objetivo es hacer un mundo mejor.

Josep Maria, 80 años, El Fort Pienc (BCN)

¿LIBERTAD, IGUALDAD Y FRATERNIDAD?

Cada año empezamos enero con una larga lista de propósitos de año nuevo que tienen la intención de mejorarnos como persona física y mentalmente. Por ejemplo: ir al gimnasio, hacer yoga, aprender a cocinar, etc. Sin embargo estos propósitos desaparecen misteriosamente antes de llegar a junio. Pero nunca he escuchado de nadie que su propósito sea mejorar no su persona pero su gobierno; luchar por el cumplimiento de los derechos escritos en papel o alzarse en contra de un sistema que sigue basándose en las desigualdades sociales.

Francia 1789, varias malas cosechas y una crisis financiera sin precedentes provocan un gran alzamiento popular que consiguió derrocar el Antiguo Régimen Feudal y la Monarquía Absoluta. ¿Cómo pudo suceder aquello? Al contrario de lo que muchos estudiosos defienden, no fueron las reclamaciones de los burgueses lo que hizo caer el Antiguo Régimen sino los alzamientos de aquellos que no tenían nada que perder. Eso explica que aquellos propósitos llegasen más lejos de junio, tan lejos que el junio de 1793, cuatro años más tarde, se redactaba la que hasta ahora sigue siendo una de las constituciones más completas e igualitarias de la historia de la humanidad incluyendo derechos como la libertad de expresión y pensamiento y un artículo que subordinaba el derecho a la propiedad al derecho a la vida y a la vida digna. Sin embargo, la Revolución también diluyó sus propósitos y acabó instaurando un sistema capitalista que, como el Antiguo Régimen, su funcionamiento provocaba una gran desigualdad social.

Necesitamos que estos propósitos de año nuevo, como los de la Revolución Francesa, no sean meros deseos, sino que se conviertan en acciones y cambiemos no solamente nuestras personas, sino también el sistema que rige nuestra manera de vivir en esta sociedad.

Maria, voluntaria de personas mayores en ASTE (BCN)

NO TIENES PERDÓN DE DIOS

En la Justicia se manejan cosas que en la vida de las personas son imposibles de manejar. Cuando un ciudadano lleva a cabo actos incívicos se cometen ataques con consecuencias negativas para los demás y normalmente el resto no sabría perdonarlo. Si no hubiera justicia, la ciudadanía tomaría su venganza contra la persona que comete el crimen y sabemos que eso no puede ser. La Justicia se estudia para eso. Para el arreglo. Para que haya algo que valore desde el centro.

En un caso extremo, por ejemplo, de un asesinato, la familia no puede perdonar. Aunque creo en el perdón divino, no sería capaz de perdonar. Sé que no está bien pero no podría. Y lo que desearía es lo peor para esa persona. No veo bien que una persona que ha matado se la condene a 20 años, que luego sean menos y que luego salga a la calle cuando sólo ha hecho que aprender cosas aún peores en la cárcel y no tiene medio para ganarse la vida cuando sale. Ni tampoco estudios, normalmente.

Y por eso en algunos casos es muy difícil que la Ley juzgue. Yo he trabajado en Justicia y he visto como la gente ha ido hasta 25 veces para ver qué hacían con ellos. No es nada fácil saber qué es lo mejor que hay que hacer para la persona y para la sociedad. Se ven casos muy duros allí. Si no hubiera Justicia, el mundo sería la selva.



Pedro, 89 años, El Fort Pienc (BCN)

VACUNARSE O NO VACUNARSE



La vacuna no se sabe aún si se funciona bien o si funciona mal, pero está claro que no nos queda mucha alternativa. Si la vacuna tiene alguna reacción estaremos controlados y nos ayudarán a combatirla. Además, lo más probable es que sea algo leve. Es verdad que, según se acerca el momento, a uno le entra un poco de canguelo. Hay que confiar en los especialistas. Hay que evitar que se sigan prolongando los contagios. Y tenemos que protegernos a nosotros mismos.

Es una pena que, después de todo se vea que está yendo lento el tema. Sin ir más lejos, las primeras personas que tienen que vacunarse son las de las residencias. Ahí es pan comido. Sólo tiene que desplazarse un equipo y en un solo viaje vacunan a decenas de personas.

Hay gente que se quiere negar, pero vaya que no creo que sea problemático. En general, todo el mundo se vacuna y por lo que se está viendo es un porcentaje muy bajo. Siendo así, al final los brotes serían muy contenidos. Muchísimo más que ahora. De todas maneras, los gobiernos, otra cosa no, pero cuando hay que obligar a alguien, tienen todo el arte posible. Tienen maneras, las que quieras, para que estés obligado. Hombre a casa de cada uno a ver si te la has puesto, no, pero... Y si no te pueden atender en un centro médico si no estás vacunado? Y si no te contratan en un trabajo? Y si hacen como con los críos, que exigen un carné de vacunación en vigor?

Raquel, 86 años, El Fort Pienc (BCN)

CAPACITAR A LOS DISCAPACITADOS

Integrar a todo el mundo es una obligación de la sociedad. Vivimos en sociedad para poder ayudar a los más necesitados y hay que conseguirlo. Antiguamente, si tenías a alguien ciego o que le faltaba un brazo, en la familia, era un desastre porque no se podía colocar en ningún sitio. La ONCE, sentó un precedente en España al ayudar a que personas discapacitadas tuvieran cómo ganarse la vida. Creo que han tenido un éxito grandioso haciendo calar su obra en la gente. En mi familia, cada viernes era tradición comprar un número de los ciegos y no sólo por la motivación de que te toque la lotería sino también porque sabías que le dabas trabajo a esa persona que está en la calle vendiendo cupones.

Ahora, el desafío está en los discapacitados intelectuales. Existen centros y talleres ocupacionales para ellos, aunque como siempre, es insuficiente y más vale que te lo puedas pagar porque sino tienes un problema. Es fundamental que, la sociedad integre a las personas en una dinámica lo más normalizada posible con independencia del problema que tengan. Es la mejor manera de generar salud y calidad de vida. Si una persona con discapacidad puede ganarse la vida, puede pagar impuestos y puede cotizar. Así, el día de mañana cuando faltan sus padres, esa persona puede seguir cotizando y cobrar su jubilación.

Rogelio, 81 años, Encants (BCN)

MENUDA NEVADA, MONADA

Este fin de semana hemos podido olvidarnos de la pandemia por unos momentos, encandilándonos con las imágenes de ciudades llenas de nieve.

Lo primero comentar que no entiendo como cada vez que hay un temporal así se quedan miles de personas atrapadas en la nieve. ¿No hay manera de que la gente entienda cuándo debe quedarse en casa? Si te plantas en una autopista radial como las de Madrid y se colapsa por los coches, a ver cómo pasa la Quita-nieves... en fin.

Lo segundo, comentar también que antes esto se veía mucho más y no había tanto revuelo. Antes nevaba más. Nuestro modo de vida va minando la tierra y va cambiando el aire. No estamos cuidando el medio ambiente para nada. Y esta canción es vieja. Hace tiempo que se discute que si los cambios de tiempo son naturales o son por nuestra culpa, pero al final el tiempo va cambiando y se pierden las cosechas, vienen insectos que no habíamos tenido nunca, etc.

Yo me alegro cuando hace frío en invierno y cuando nieva. Le va bien a la tierra y cada vez pasa menos. La gente del campo no se asusta cuando nieva en invierno. Lo malo es que lo haga en abril cuando ya no toca y han cosechado.

Arturo, 76 años Gràcia (BCN)

AQUELLOS MARAVILLOSOS AÑOS

Vivir de la nostalgia es un error y, desde luego, no todos los tiempos pasados fueron mejores. Lo que verdaderamente importa es nuestro presente y nuestro futuro. Es lo que nos centra para dirigirnos por objetivos realistas. Sin embargo, hay 2 cosas claras. La primera, es que nuestro presente es el resultado de nuestro pasado. Con nuestras experiencias, nuestros aciertos y nuestras más profundas meteduras de pata (pueden llegar a ser maravillosas). La segunda es que, por supuesto, ciertos momentos de nostalgia, en su justa dosis, son fantásticos. Os animamos a que nos escribáis y nos mandéis fotografías de objetos antiguos y nos expliquéis por qué tienen valor. Recordad. Escribid a entreamigosmayores@gmail.com

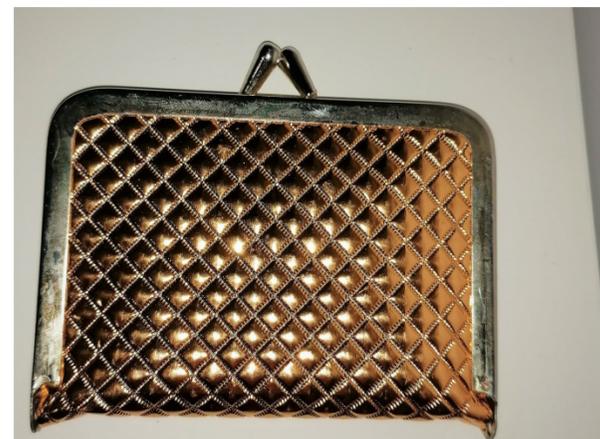


EL ARREGLA-BOTONES

"Yo no soy de guardar casi nada, la verdad sea dicha. Cuando me coge el arretrato y hago limpieza, mi marido tiembla. Pero este pequeño costurero de viaje ha sido siempre la mar de práctico.

Mi hermana mayor me lo regaló porque ella tenía otro y siempre lo llevé en el bolso. Cuando mis hijos iban al colegio, no te puedes imaginar cuántos botones he llegado a arreglar en un momento porque se liaban a jugar como brutos y se los rompían.

Ya cuando han crecido, a mí misma también me ha sacado de un apuro alguna vez. También lo llevo por mis nietos pero ahora no llevan camisa igual que antes. "



África, 66 años, Sants (BCN)

CONSEJOS PARA MAYORES

Recuerda que cada vez hay más personas mayores en el punto álgido de su carrera.
Hacerse mayor no implica siempre perder facultades mentales.
¿Cómo podemos prevenir y/o compensar la pérdida de memoria asociada a la edad?

IMPLÍCATE EN
AQUELLAS
ACTIVIDADES QUE
TE RESULTEN
SATISFACTORIAS.
¡SÉ ACTIVO!

1

SI TIENES DUDAS
SOBRE EL ESTADO
DE TU MEMORIA
CONSULTA CON UN
ESPECIALISTA,
¡PODEMOS
AYUDARTE!

2

ESFUÉRZATE POR
RESOLVER
MENTALMENTE
PROBLEMAS DE LA
VIDA DIARIA
¡OLVIDA LA PEREZA!

3

CUÍDATE FÍSICA Y
EMOCIONALMENTE.
¡VIVE LA VIDA EN SU
PLENITUD!

4

TEMAS INTERESANTES DE BARRIO

¡Amig@s! Aquí os pasamos temas a tener en cuenta a nivel comunitario. Os animamos a tod@s a que echéis un vistazo a lo que las asociaciones de vuestro barrio están aportando, que seguro que es mucho. En nuestro barrio - el Fort Pienc - los comerciantes siguen activos generando proyectos que promueven el comercio de proximidad con los vecinos.

Año nuevo, nuevos propósitos. Y qué mejores propósitos que los que tienen que ver con cuidarnos en cuerpo y alma. Os animamos a inscribiros en els Tallers Culturals que se ofrecen en el Centre Cívic de nuestro barrio y que se inician a finales de enero. ¡DISFRUTADLOS! Podéis descubrir cómo hacerlo simplemente pulsando sobre la imagen de la derecha.

Destacamos los talleres como "CUIDA'T: ACTIVA LA MEMÒRIA", que cuenta con un neuropsicólogo que nos ofrece consejos útiles para mantener una buena función cognitiva, "TONIFICA'T I ENFORTEIX ABDOMINALS, GLUTIS I CAMES", que nos aportará ejercicios muy interesantes para mantenernos autónomos mucho tiempo y, "CONVERSA EN ITALIÀ", porque la inmersión en otros idiomas es un gran ejercicio mental y el italiano favorece nuestra motivación al ser un idioma próximo al nuestro, tanto el castellano, como el catalán.



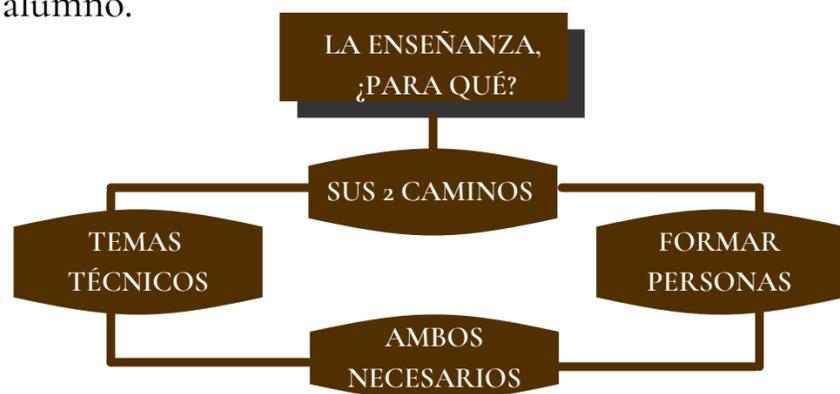
¡Pulsando en la imagen, podéis encontrar toda la información sobre la Asociación de Comerciantes de l'Eix Fort Pienc

Hola amigas y amigos,

La pandemia, la demostrada incapacidad de los políticos para gestionarla, el problema económico debido a las medidas que se han tenido que implementar han puesto de manifiesto que no somos tan “magníficos” como creíamos.

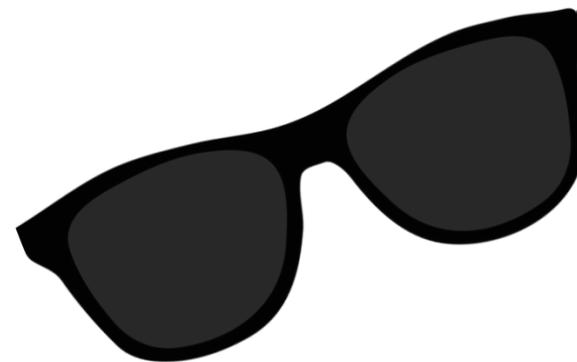
Para ello, creo que es fundamental un cambio en nuestro sistema educativo y formar a las nuevas generaciones.

Mi teoría es que el sistema educativo actual se ocupa mucho de los aspectos técnicos y olvida con frecuencia, que en la formación y principalmente en la universitaria la asignatura más importante sería la formación de los estudiantes en el compromiso que deben adquirir con la sociedad. En principio os planteo un esquema en el que sintetizo mi punto de vista de cómo deberíamos plantear la formación del alumno.



ENCUENTROS CON MIGUELITO BUENA VISTA

LA ENSEÑANZA, ¿PARA QUÉ?



Dicha teoría la he estado debatiendo con un estudiante Nil Barquero, que quiere especializarse en ingeniería aeronáutica. Después de una buena charla me ha hecho la síntesis que ahora os presento:

“La enseñanza técnica es importante para la especialización de las personas que también debe complementarse con otro tipo de enseñanza que sirva para hacer que las personas puedan convivir en armonía con la sociedad. Las dos son esenciales para el crecimiento de los estudiantes. El profesor debe conocer perfectamente las enseñanzas que está impartiendo y debe saber aplicarlas a la práctica. Además, no debe sentirse superior a los alumnos, sino como un compañero más que los puede ayudar en su camino del aprendizaje y hacer de ellos ciudadanos comprometidos, responsables e integrados.

El criterio de poner notas no sería el más adecuado porque las enseñanzas sólo se deberían medir por la interpretación que el alumno ha hecho de lo aprendido.



Creo que se deberían realizar charlas con profesores para intentar implementar este método de aprendizaje que es tan importante para crear estudiantes que busquen mejorar el mundo en el ámbito social, económico y cultural”.

Nil, todo mi mayor agradecimiento por tu valiosa colaboración que ojalá sirva de ejemplo como base para tu trabajo.