



### ¡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](mailto: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

Querid@s compañeras y compañeros,

En el número anterior, hablamos sobre la enseñanza, lo que me ha hecho reflexionar sobre los planteamientos que expuse. Pienso que como consecuencia de los debates que hemos mantenidos durante este mes y de los cuales se nutre en gran parte la revista, se hace imprescindible aclarar cuál es el cambio profundo que necesitamos tener en nuestra convivencia diaria.

Por supuesto que cada mes vuestra participación en la revista es más interesante y sin apenas darnos cuenta y gracias a vuestra colaboración son cada vez más las personas que se interesan por ENTRE AMIG@S y aunque lo repita mil veces os ruego que escribáis todo lo que podáis para aclararnos dos puntos que me preocupan: 1) La problemática de superar el Covid y todo su entorno 2) Cómo vamos a resolver la situación económica en la que estamos ya inmersos.

Aprovechemos que ayer fue el día de los Enamorados y por tanto, inspiremos con amor nuestros escritos.

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

### RINCÓN DEL ARTE



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

## VEINTIÚN DÍAS EN LA UCI

A media mañana vio levantar la persiana. Lo cierto es que no sabía la hora que era, pero por la luz que de ella entró calculó que así sería. Alguien, vestido de una manera extraña se acercó a su cama, miró cada uno de los aparatos que había a su alrededor, le tomó el pulso, su temperatura y bajó su sábana para observar su cuerpo, un cuerpo bastante dolorido, casi inmóvil, no sentía hambre ni sed, ni frío ni calor, pero estaba vivo, “que cosa más extraña” se dijo. Lo cierto es que estaba solo y no recordaba el tiempo que lo había estado; no recordaba nada... Era una total confusión, tampoco recordaba que le pasaba, ni por qué estaba allí, en aquella cama metálica llena de aparatos. La persona que lo observaba (no sabía si era hombre o mujer, parecía más bien un astronauta bajado de una nave o un ser de otro planeta) le dio unos suaves golpes en el hombro y aplaudió de una manera efusiva.

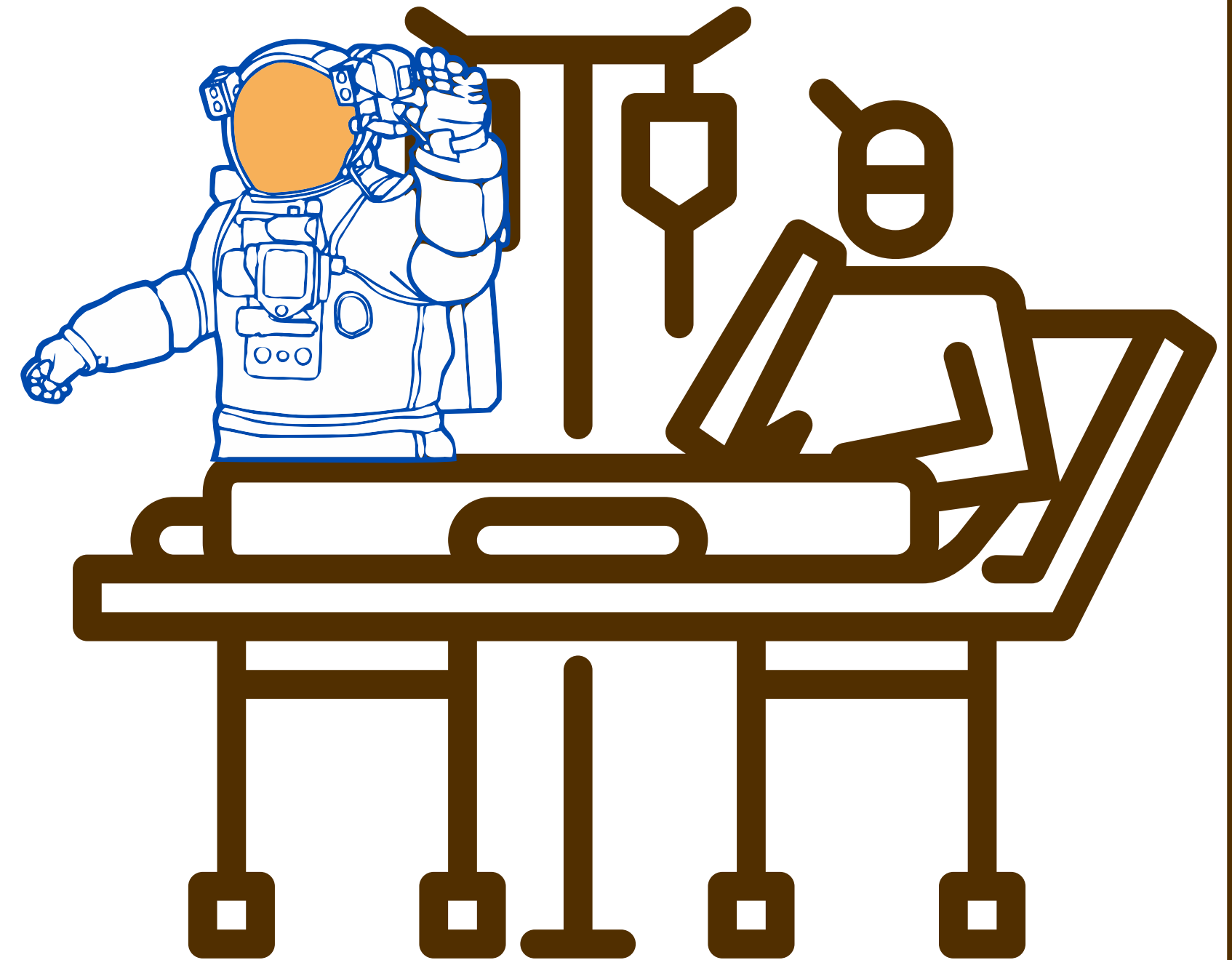
¡¡BIENVENIDO A LA VIDA!!

Esas palabras se oyeron a la perfección por el entusiasmo. De repente vio abrir la puerta de la habitación y entraron varias personas más, vestidas o disfrazadas de la misma manera, aplaudiendo sin cesar. El hombre se sintió raro, extraño, ignoraba lo que ocurría, estaba aturdido. "¿Pero qué es lo que ocurría?" Se preguntó. Alguien, al ver su aturdimiento se le acercó y le dijo:

- Veintiún días en la UCI, en coma inducido. Ya lo has superado Gregorio. Has podido con ese “bicho”. Esta noche has vuelto a la vida de nuevo. Ahora, te bajaremos a planta para tenerte en observación durante unos pocos días más y ya te podrás ir a casa, a ver a tu familia que lo está deseando. No te asustes si ves cámaras, ha venido un equipo de televisión a filmar tu salida de la UCI, eres un ejemplo para muchos, tu recuperación saldrá en todos los informativos. Hay que demostrar que se sale de esa. Felicidades Gregorio.-

-Dicho esto, agarraron la litera y lo sacaron de aquella habitación. Y mientras empujaban su cama por los pasillos del hospital, se sintió un poco héroe al oír aquellos efusivos aplausos, ver las cámaras, y escuchar las felicitaciones de gente que no conocía.

Su casa, su familia, la perra, su jardín, su coche, ahora, ahora comenzaba poco a poco a recordar, claro, él era, Gregorio Martínez Navas, lo había sido toda la vida. Los recuerdos mezclados por las sonrisas iban viniendo a su memoria...



JUVENTUD PROBLEMÁTICA

A mí me sabe un poco mal que se esté juzgando a la juventud como se viene haciendo últimamente, como si aquí nadie hubiera sido joven antes. "En mi época no hacíamos estas cosas" no es verdad. Y si no, hacíamos otras. Lógicamente los tiempos han cambiado pero la juventud siempre representa una etapa intensa en la persona.

Lo que sí cambia es el entorno y es bonito que la juventud ahora es más extrovertida. Más abierta. a decir las cosas. Antes teníamos vergüenza de todo. Tienen mucha libertad y eso es bueno y malo. Mucha libertad es difícil de la controlar para los jóvenes porque hace falta madurez.

Es una pena, que van mucho a la suya. No se preocupan por las cosas importantes de la vida y en esto haría falta que tuvieran algo más de conocimiento. Pero es que eso es la juventud.

Entonces, queremos que los jóvenes se comporten de manera ejemplar, cuando somos nosotros mismos los que les hemos dado demasiada libertad. Ahora vas y se la quitas.

¿PERO CÓMO QUE NO HAY DOSIS?

El pasado 14 de enero, contactaron desde el Departament de Salut de la Generalitat con el Centre de Dia Vincles, centro de día para mayores del que soy director. "Corre, corre, envíame el listado de usuarios y personal, porque os vamos a programar para ir a vacunaros." Para mí, un día histórico. La luz al final del túnel. Pues a día de hoy, a pesar de haber escrito un par de veces para que no se olviden de nosotros, aún no estamos vacunados.

Cuando nos tenían que programar, la vacunación se detuvo en seco, según los medios de comunicación, por falta de dosis. Eso, según los medios, porque la administración, como siempre, no se moja.

Ya me perdonarán, pero los agentes implicados en el plan de vacunación deberían ser de máximo nivel. La excusa de que nunca nos habíamos enfrentado a esta situación empieza a no ser creíble. Todo los procesos que se han venido dando después del confinamiento eran esperables. La gestión de la flexibilidad en las medidas con la ciudadanía, el nivel de respuesta en los centros sanitarios ante probables picos de contagios y por último, la vacuna, que se lleva anunciando ya unos meses.

Es una broma de mal gusto, que no haya dosis para llevar a cabo el plan de vacunación. Que los laboratorios no hayan hecho acopio de lo necesario para su producción y distribución. Que las administraciones no ejerzan de tal cosa para proveerles o penalizarles en caso de incumplimiento. Y ya no podemos decir que somos un país de pandereta. La Unión Europea es una gran pandereta con 27 cascabeles cada cual con más miserias que el anterior.

COMENTARIO A "2020: LA PELÍCULA"

Apreciado Ernesto,

Quería decirte que me divertí mucho con el artículo en que comparas el terrible año 2020 con una película.

En primer lugar, porque me has recordado películas que me gustaron mucho en su momento. Y en segundo lugar, ¡porque los símiles son muy ciertos! China como la nueva superpotencia que viene a dominar el mundo y que impone mucho miedo. El gigante asiático ha despertado. Europa, que no se encuentra a sí misma y cada vez más parece un proyecto (carísimo, por cierto) fracasado. Y Estados Unidos gobernado por unos cuantos locos. Una película disparatada, como 2 Tontos muy Tontos. La diferencia es que los protagonistas de aquella entrañable película eran en general, bien intencionados. Trump y sus amigos, en cambio, tienen bastante mala sombra.

Nada, felicitarte y animarte a que sigas aportando escritos tan simpáticos y entretenidos. ¡Enhorabuena!

2021, EL MUSICAL

REPARTO:

- COVID-19 protagoniza “*El Jorobado de Notre Dame*”  
(No sé bien si es un musical pero, jorobar, sí que joroba)
- LA VACUNA protagoniza “*El Mago de Oz*”
- EL PORTAVOZ DE LA COVID-19 protagoniza “*Fiebre del Sábado Noche*”
- LA PRESIDENTA DE LA COMUNIDAD DE MADRID protagoniza “*La Verbena de la Paloma*”
- LOS FIESTEROS SIN MASCARILLA protagonizan “*Los Miserables*”
- EL SECTOR DE LA RESTAURACIÓN (Bares, Restaurantes,...) protagonizan “*La Bella durmiente*”
- EL GOBIERNO protagoniza “*Nerón*” (quemó Roma componiendo nefastas canciones)

ORQUESTA SINFÓNICA:

RENFE “Retraso Enorme Necesitamos Fuerzas Empujen”

DECORACIÓN:

SEAT “*Siempre Estamos Arreglando Tonterías*”

SINOPSIS:

Si te gustó "2020, LA PELÍCULA", tienes que ver "2021, EL MUSICAL". Los mismos actores y algunos otros, protagonizan historias con música propia que no nos dejan indiferente. Es impresionante lo bien que se ajustan a cualquiera de las obras de representación que se les propone. ¡Esto son actores y los demás son tonterías!

DE LAS SERIES DE TV  
QUE NOS DESLUMBRARON  
NACE...

LA GRAN CRÍTICA DE LA VIDA

(basado en hechos reales)



REPARTO:

- EL GOBIERNO en el papel de “*Los Picapiedra*”
- LA VACUNA en el papel de “*El Coche Fantástico*”
- LOS SANITARIOS en el papel de “*El Equipo A*”
- EL QUE DA LOS DATOS SANITARIOS en el papel de  
“*Historias para no Dormir*”
- LAS FARMACÉUTICAS en el papel de “*La Familia Adams*”
- EL EX-MINISTRO DE SANIDAD en el papel de “*El Fugitivo*”
- LOS GOBIERNOS AUTONÓMICOS en el papel de “*Manos a la Obra*”
- BARES Y RESTAURANTES en el papel de “*Gran Reserva*”
- LOS POLÍTICOS (en general, salvo alguna cosa) en el papel de  
“*Los Ladrones van a la Oficina*”
- LOS CELADORES DE LAS RESIDENCIAS en el papel de  
“*Amar en Tiempos Revueltos*”

MÚSICA DE LA ABEJA MAYA: En un país multicolor...

## EL ÉXODO DEL TALENTO

Vemos últimamente que muchas personas jóvenes se van a estudiar y trabajar fuera. Muchos van a aprender el idioma y abrirse a otras experiencias. En otros países, hay que pensar que se tienen más posibilidades que en España. Cuando te vas a otro país empiezas de nuevo y la juventud está más abierta y preparada que nunca para hacerlo. El problema es que después no vuelvan. Aquí tenemos que ofrecer más posibilidades para que la gente vuelva.

Luego tenemos también la noticia de los youtubers que se marchan a Andorra u otras empresas que se van a otros países porque así pagan menos impuestos. Pues menudo chollo hemos conseguido. Formamos a las generaciones más preparadas de la historia para que después se vayan a otros países porque el que no consigue el trabajo al que aspira aquí se va y el que consigue ganarse bien la vida en España también se va porque tiene la sensación de que le acribillan a impuestos.

Todo se cierra, al final y acabaremos siendo de verdad un país de 3ª categoría. Como el talento se va, las mejores patentes, también. Por lo tanto, lo que se produce al final aquí es lo de siempre, sol y ladrillo. Entonces, seguimos manteniendo que lo que se hace en el extranjero es mejor que lo que se hace aquí.



Por ejemplo, hace pocos días, los periódicos hablaban de el "antiviral español que reduce la carga viral del COVID al 100%". O sea que no haría falta ni vacunar a todo cristo. El que se ponga malo, tiene tratamiento. Pues este fármaco hecho en Madrid, ha sido investigado en EEUU y Francia. Como si la investigación hecha aquí no tuviera el mismo valor. La vacuna de Oxford se ha investigado allí y la rusa, lo mismo. Lo siguiente será que tampoco el fármaco se podrá producir aquí.

La comida hecha en España, sí (hasta que venden aceite tunecino), pero cualquier producto industrial que se precie, no. Como si no fuéramos de los primeros productores de coches, por ejemplo.

## MI VIAJE ALREDEDOR DEL ALZHEIMER

Mi esposo y yo compartíamos desde siempre una gran pasión: viajar. Para nosotros cualquier viaje significaba una aventura, un desafío. Comportaba estar dispuestos a convivir durante un tiempo con la incertidumbre, aceptar la diferencia y por tanto crecer y cambiar algo en nuestras vidas. Por eso siempre que las circunstancias nos lo permitían, lo organizábamos.

Hace ya casi 13 años que nos embarcamos juntos en un nuevo viaje ¡Esta vez alrededor del Alzheimer! En él, hemos ido recorriendo juntos cada senda, cada curva, cada rellano que la enfermedad nos ha puesto en el camino. Es un viaje muy especial, sin guías ni planos, en el que todo se ha de improvisar a cada paso, en el que no existe otra brújula que nuestra propia intuición. Es un viaje en el que te tienes que ir readaptando continuamente, no puedes tomarte ni un respiro para calmar la sed o el cansancio del peregrino. Sin embargo, como todo viaje, y quizás este especialmente, ha sido un viaje extraordinariamente transformador. Un viaje que no sólo ha sido de acompañamiento y cuidado sino de encuentro, aprendizaje y crecimiento.

Durante este viaje se experimentan momentos y etapas de mucho dolor que quedan grabadas a fuego en el corazón, por citar algunas señalaría el momento en que te confirman el diagnóstico, el ser testigo de la tristeza y la irritabilidad que le embargaba cuando veía como se tambaleaba su mundo tras los primeros síntomas de la enfermedad, la angustia de toda la familia las dos veces que se nos perdió y estuvimos varias horas sin encontrarlo, el aislamiento social en el que poco a poco te vas instalando, etc... A medida que transcurría el tiempo decidí ser valiente y aceptar la realidad. Entonces descubrí otra cara más amable del Alzheimer. Comprendí que debía adaptarme yo a la situación y no esperar milagros.

Dejé de tratar a mi esposo como un enfermo, para tratarlo como una persona que necesita sentirse amado, seguro, reconocido e integrado, como necesitamos todos. Él seguía siendo el mismo hombre, bueno, generoso, tierno, servicial del que muchos años atrás me había enamorado, su esencia se mantenía intacta. No había más que observar cómo me sonreía cuando me sentaba a su lado en el sofá y me decía con palabras entrecortadas "¡Tú eres la mejor! ¡Para ti lo que quieras!" ¡En esos momentos nos sentíamos totalmente conectados, sentía que estaba recibiendo más de lo que daba y comprendía lo que es amor con mayúsculas.

Fue entonces cuando comenzamos nuestra 2ª luna de miel, más ligeros de equipaje, más naturales, sin artificios... corazón a corazón. Nuestro lenguaje ahora eran los sentimientos los gestos, las caricias, la música, las emociones.

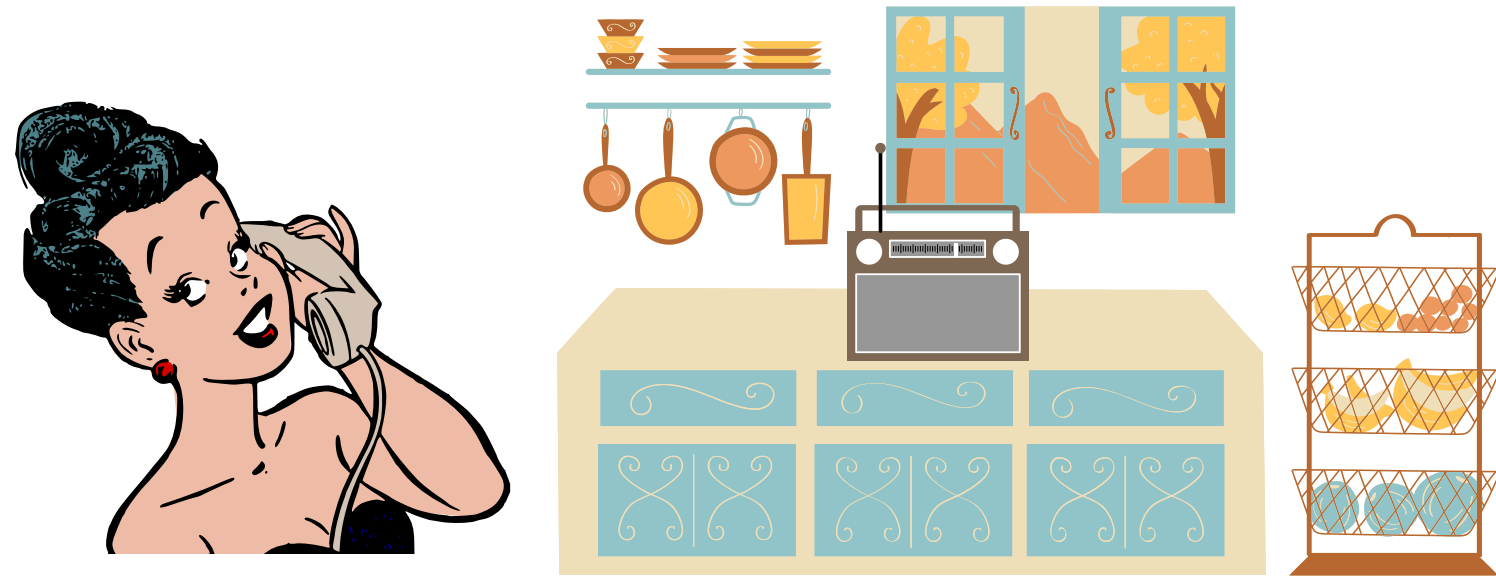
Aprendía de él cada día sobre humildad, resignación, aceptación, confianza incondicional en tener que depender totalmente de otra persona, ¡Qué grandes lecciones me va dando cada día mi esposo a través de su silencio! Por todo ello, a estas alturas del proceso ya puedo decir que éste ha sido mi viaje más transformador.



Julia, 69 años. El Fort Pienc (BCN)

CARTA A LA SEÑORA FRANCIS

Señora Francis, soy una pobre revistita y noto que la gente me mira con enojo porque dicen que escribo sobre cosas feas. ¿Señorita Francis que me aconseja? ¡Ay! Aquella España que tantas cosas nos negó y demos gracias a aquella radio que abrió una rendija a la esperanza con un programa que sirviera de consuelo al desconsuelo de las mujeres, que no encontrando respuestas a sus problemas se dirigían a Vd. buscando el consejo de una buena madre para de esta manera suplir la tristeza de aquella España negra.



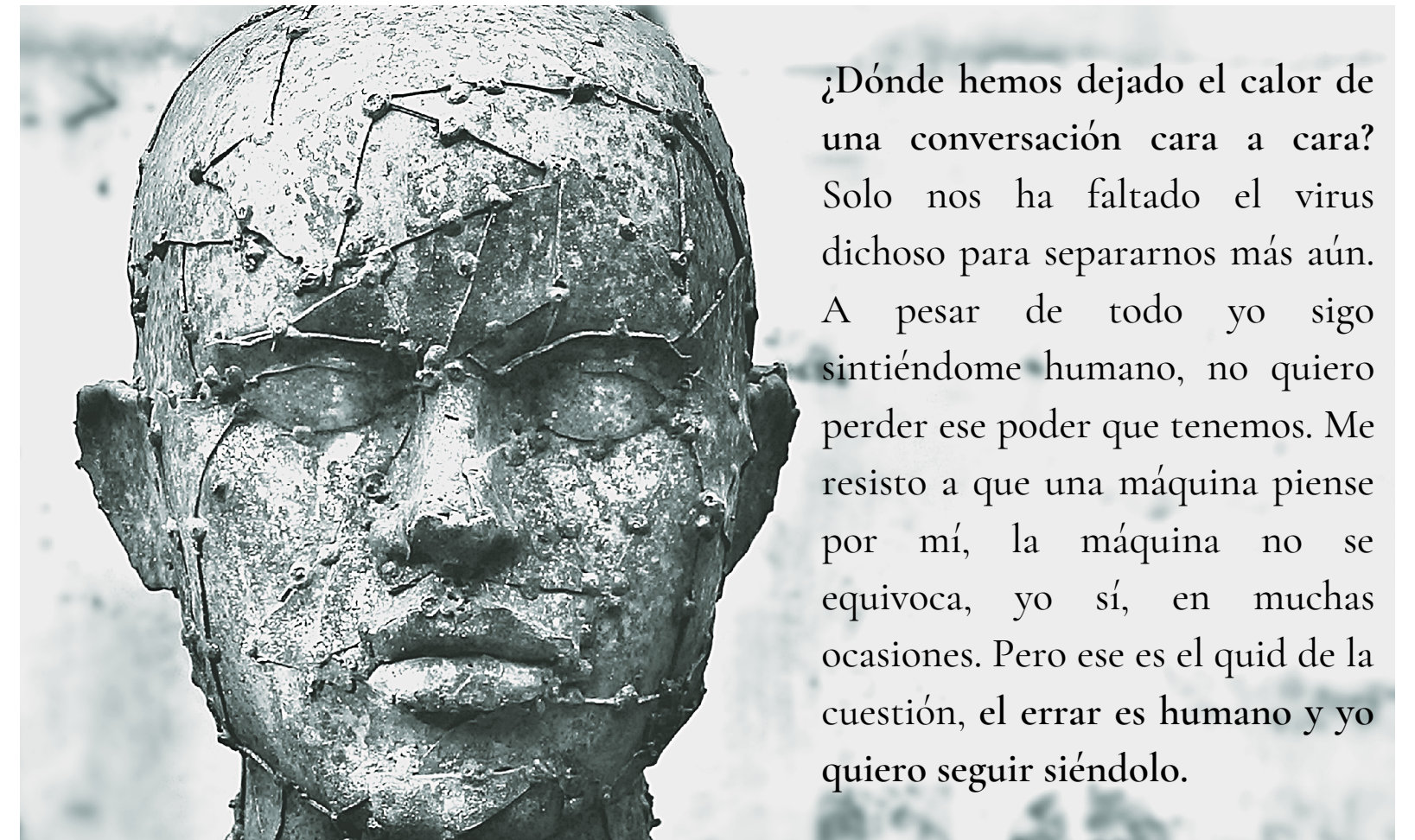
Recuerdo una carta que le decía: “Srta. Francis creo que mi marido me está engañando, soy muy desgraciada”. y Ud. Sra. Francis con su voz suave y maternal le decía: “Hija ten fe en Dios y pídele que tu marido vuelva a ti y te dé todo el amor que te mereces. Ten paciencia, todo será cuestión de tiempo”.

Señora Francis Vd. se convirtió en la gran madre de las mujeres españolas y que tan importante fue en aquellos tiempos de silencio y soledades. Ahora nos damos cuenta de la desolación de aquella España a la que tantas preguntas le hacíamos y tan pocas respuestas nos daban.

¿Os acordáis compañeras de la Señora Francis? Qué tiempos...

MI YO HUMANO

Hemos entrado en un ciclo vicioso, los adelantos que se inventaron para nuestra felicidad, nos están haciendo más distantes, solo hay que ver la cantidad de gente que usa el móvil para comunicarse, no hay aquel acercamiento entre las personas, ya ni siquiera te preguntan por una calle, el móvil te lo dice todo.



¿Dónde hemos dejado el calor de una conversación cara a cara? Solo nos ha faltado el virus dichoso para separarnos más aún. A pesar de todo yo sigo sintiéndome humano, no quiero perder ese poder que tenemos. Me resisto a que una máquina piense por mí, la máquina no se equivoca, yo sí, en muchas ocasiones. Pero ese es el quid de la cuestión, el errar es humano y yo quiero seguir siéndolo.

Quiero hablar con la gente, quiero sentir que soy humano y que los demás también lo son, para ello hemos de unirnos para combatir al enemigo común llamado Covid-19. Sólo la unión humana puede acabar con él y volveremos a ser los de siempre, algo hermoso que tenemos, que me resisto a perder, la amistad, la conversación, el orgullo de poder decir: “soy humano, pienso y ayudo a los demás en lo que puedo, con un simple ¿me puede decir donde está esta calle?” Qué fácil es ayudar y qué lastima no hacerlo ya.

### ¿QUIÉN NOS DIJO QUE ÉRAMOS BRUJAS?

Las brujas eran aquellas mujeres que practicaban la medicina, en la Edad Media, esta tarea la realizaban sobre todo las parteras y las sanadoras. Estas mujeres, poseían conocimientos que rivalizaban con los conocimientos médicos que aprendían los hombres en la Universidad (lugar al que se denegaba el acceso a las mujeres). Por esta razón se acusó de brujas a aquellas mujeres que practicaban la medicina.

Evelyn de Morgan, como muchas otras artistas de finales de su tiempo, hizo una gran labor desmontando estos monstruos en sus obras. En la pintura “Pócima de amor” Evelyn coloca un gato negro, elemento que se relaciona con las brujas a los pies de una mujer pelirroja (color del fuego del infierno) para así señalarnos que estamos ante una. No obstante, vemos a la mujer completamente vestida con ropas de oro, y no desnuda, como solían representarse. La bruja parece estar preparando una pócima que, podría tratarse de un brebaje que incitara a la cópula, sin embargo, los dos amantes del fondo, parecen demostrar que entre ellos no existe simplemente una atracción carnal, sino algo mucho más profundo como es el amor. Por todo esto, Evelyn convierte a la “bruja” en una alquimista, cuyo propósito no es llevar al hombre a la perdición, sino acercarlo al amor de Dios.



Maria, voluntaria de personas mayores en ASTE (BCN)

### CUANDO ENTRÉ EN EL CENTRO DE DÍA

Yo voy a decir una cosa. Cuando entré aquí, vine como el que cogía amapolas por el cielo. ¡Estaba desorientao! Cuando entré aquí no sabía quién me saludaba. Ni por qué me saludaba. Yo venía de otro mundo. A mí se me cerró el mundo y ya no tenía mundo. Pero aquí, volví al mundo. Aquí me di cuenta de que yo podía hacer algo.



Y ha sido verdad. A mí, aquí me recibieron de maravilla. Y fue tan bueno, que todavía vivo en las nubes.

Luego aquí a mí me dieron faena, para ir desarrollando lo mío. Yo he tenido muchas cosas: la música, el teatro, he llevado bares, eventos... Podía hacer de todo y eso a mí, me valió mucho. Y como eso me lo recibieron bien, a mí me pusieron en un pedestal sin merecérmelo. Me encontré aquí con el señor Miguel (director de la revista y compañero del centro) que no ve, pero ¡REDIOS si es listo! Este sabía más que le habían enseñao!. Y con él, compañero inseparable.

Pedro, 89 años, El Fort Pienc (BCN)



EL TRATO A LOS ANIMALES EN LAS EXPLOTACIONES DE CARNE

Los animales se crían para comer. Uno ya se hace el ánimo de que se tienen que matar para alimentarse. No lo matas porque sí. Es una necesidad. Antes, por ejemplo, en los pueblos era muy habitual tenerlos en casa y criarlos para vivir uno mismo. El labrador, si no tiene más que la cosecha, pues también se coge algún animal para comer otra cosa. Hoy los matan igual para comer, pero en otras condiciones.

Hay gente que dice que es una barbaridad criar animales para luego matarlos. Que nos podemos alimentar de verdura, pero no es así. Hay que comer de todo. Variación. También hemos visto a gente de nuestro entorno que se hacen los vegetarianos y que luego comen carne a escondidas.

Pero maltratar a un animal, por aquí no pasamos. En los pueblos a veces se era un poco bruto en la matanza pero no era con ánimo de maltratar. Simplemente se cogía al animal sin miramientos. Había unos días para matar al tocino, por ejemplo y ese día era fiesta. El cerdo es difícil de matarlo y se le tenía que coger entre 2 o 3. Se le enganchaba por el cuello con un garfio porque era la manera. Se iba a ello sin liarte a nada. Sin ponerte a darle golpes porque sí.

Ahora no se hacen matanzas así en casa porque la gente se intoxicaba por no hacer las cosas bien. Y las granjas han cambiado mucho a mejor y tienen maneras de hacer que el animal tenga una buena vida y una buena muerte. Ver que tienen a los animales como lo que salió en Llinars no hay derecho.



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

¿CÓMO SE PUEDE VIVIR CON ESO?

El salario más frecuente en España es de unos 17000 Euros brutos anuales. O sea, unos 1000 Euros/mes. Nosotros nos preguntamos, cuánto cuesta hoy en día sacar adelante una familia prototípica. El matrimonio y 2 hijos. Damos por supuesto que la casa es de alquiler y no en propiedad. Tenemos nietos en esta situación y nos maravillamos de cómo pueden subsistir, así que nos ponemos a repasar los gastos típicos, según precios de hoy en día:

Alquiler medio en Barcelona:	800 Euros/mes
Comida:	800 Euros/mes
Otros (ropa, desperfectos, farmacia):	200 Euros/mes
Suministros (agua/luz/gas):	250 Euros/mes
Telefonía e internet:	80 Euros/mes
<b>TOTAL</b>	<b>2.130 Eurs (mes)</b>



Este presupuesto, que seguramente se queda corto, nos hace entender que mucha gente en el país se encuentra totalmente atada a su economía doméstica. Es imposible ahorrar, imposible contar con un rincón para un imprevisto o para comprarte tu vivienda. Y por supuesto, que el matrimonio no se separe, porque si no tiene un problema y gordo. ¿Realmente tenemos estado del bienestar o es un engaño?

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

## BÁRCENAS Y SUS COSAS

La política nos interesa lo justo, en principio. Parecen temas aburridos y de los políticos parece que no te puedes fiar mucho.

Pero es que aparecen estos casos y es una vergüenza. Te das cuenta de que el dinero que se meten en sus bolsillos, en el fondo es tuyo. Nos están robando a nosotros. Nos tomamos una cerveza y ese IVA que pagamos va al estado. Y es más de un 20%. Todo eso va al estado y se malgasta en que la gente que nos gobierna viva una vidorra con todo pagado.

Es que esto pasa en todos los partidos. Ahora sale el caso Bárcenas, pero cuando no es este es otro. No se puede decir que todos los políticos sean así. Seguro que hay políticos decentes, pero a veces parece mentira creerlo. Los casos son tantos y tan desagradables que impacta mucho.

Cuando uno llega a un puesto de poder parece que la tentación de aprovecharse de ello es demasiado grande. Que uno no puede evitar hacer cosas a escondidas porque nadie te controla. Y lo más grave de esto es que, cuando hablamos de políticos, es que son funcionarios públicos que están a nuestro servicio y muchos nos toman el pelo. Nos venden humo y luego nos la meten doblada.

Josep Maria, Julià, Pedro, Ana y Raquel, jubilados de El Fort Pienc (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](mailto:entreamigosmayores@gmail.com)



## HERRAMIENTAS PARA EL RECUERDO

*"Yo me dedico y me dedicaré hasta que no pueda más, a trabajar la resina que se obtiene de los pinos. El pinar es media vida para mí. Este era el oficio de mi padre y después de haber caído en desuso, en los últimos años ha vuelto a demandarse mucho este producto.*

*Estas herramientas eran de mi padre y tienen más de 40 años. Hoy en día se trabaja de otra manera para obtener más resina con menos esfuerzo, pero se maltrata más el pino. Yo, que aprendí a trabajar según la vieja usanza, puedo combinar los adelantos que conviene con las técnicas antiguas, que son menos dañinas. La resina que se obtiene en la provincia de Segovia es de las mejor valoradas del mundo, por sus propiedades. Es un producto y un oficio, patrimonio de nuestra tierra, que hay que conservar."*

Jose, 65 años, Remondo (Segovia)

SOY MAYOR PERO NO ME MUERO

La crisis sanitaria provocada por el maldito COVID19 ha provocado miles de cambios a todos los niveles. Y como no, yo he puesto mi visión en las personas mayores. Sobre todo, me ha hecho reflexionar: Si estuviera viviendo esta pandemia con 50 años más de los que tengo ahora (ponle 77 años), ¿cómo me estaría sintiendo?

Como no puedo sumarme estos años, he hablado con mis abuelos en un ejercicio de empatía. Mis abuelos, porque soy su nieta (los que me vais siguiendo, ya sabéis que detesto que hablen de 'nuestros abuelos', 'nuestros mayores'...). Bien, pues hablando y observando algunos cambios, pre-Covid y situación actual he podido comprobar como se respira un ambiente diferente. Todas la rutinas se han visto afectadas porque tomar un cortado cada mañana en la misma cafetería puede ser su único motivo para salir de casa.

A esto, se le suma la información y sobre-exposición en lo medios. "No salgas de casa, eres persona de riesgo, la probabilidad de morir es más alta, tenemos que protegerte, lo vamos a hacer todo por ti, para cuidar de ti..." esto son algunos de los mensajes que reciben diariamente las personas mayores por el simple hecho de ser mayores. Por no hablar de la negación que han sufrido algunas personas mayores a ser atendidas en los hospitales (vinculando claramente, vejez con muerte). Y lo peor, hablar de las defunciones en este colectivo como un mero número sin importancia. Entonces, ¿cómo no va a aparecer más estrés, angustia y ansiedad?

CALIDEUM



¡No dejéis de visitar la Web de Marta para estar al corriente de su trabajo!

Marta Saiz, Psicogerontóloga en Barcelona

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.

Por noveno año consecutivo, la asociación de comerciantes Eix Fort Pienc ha conseguido lanzar una campaña de salud más relevante que nunca. Los comerciantes, a través de sus servicios y productos orientados a la comunidad, ponen de manifiesto su carácter socialmente responsable.

Este año la campaña ha tenido que adaptarse a las circunstancias y renunciar a los eventos en la calle que tanto nos acerca a los ciudadanos de a pie, pero no ha renunciado a mantenerse firme en impulsar la salud en el barrio a través de, por ejemplo, una serie de consejos que aborda este tema desde los diferentes aspectos que influyen en las personas. La nutrición, la salud ocular, dental, el estado físico general, el emocional y el cognitivo, entre otros.



Eix Fort Pienc



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

Carlos del Río - Editor de la revista

Hola compañeras y compañeros,

Estos días hemos venido debatiendo sobre numerosos temas y algunos un tanto delicados, casi sin darnos cuenta comprobamos como van cambiando las cosas aunque aparentemente todo parece que sigue igual.

En los medios de comunicación, nos cuentan que progresivamente se está perdiendo la fe católica en España. Que cada vez hay más personas que dejan de ser religiosas, lo cual trae consigo un componente de pérdida de fe por decepción inapelable. Tanto es así, que España no es una excepción. Regiones del mundo como Oriente Medio, que hasta hace 2 días estaban íntimamente asociadas a la religión ya no lo están tanto según estudios recientes. Se están perdiendo adeptos a la religión musulmana a pasos de gigante y los factores asociados a este cambio son urbanización, alfabetización, acceso a Internet...

De este tema, se habla en los debates que hacemos en el Centro de Día Vincles. Y a mí me interesa saber si esto también es un cambio asociado a la edad. Si es un cambio generacional. Uno de los temas fue "la decisión de bautizar o no a nuestros hijos".

Veamos las frases más significativas recogidas durante la discusión:

## ENCUENTROS CON MIGUELITO BUENA VISTA

POCO A POCO,  
EL MUNDO CAMBIA



- En casa hay costumbre de bautizar a los niños.
- Yo soy católica, apostólica y romana. Yo creo que es un deber.
- No por fe religiosa sino porque es lo habitual llevamos a bautizar a los niños y los convertimos en católicos. Es la costumbre y es una ceremonia simpática.
- Ser cristiano es porque vivimos en España y nos lo han enseñado desde pequeños.
- Incluso Jesús no se bautizó hasta que fue mayor de edad y los padres tomamos el atrevimiento de decidir por ellos.
- Para ponerles un nombre y para saber cómo se llaman .
- A veces el niño cuando llega a mayor dice: no, yo no soy católico a mi es que me me bautizaron.
- Mis hijos no han sido bautizados hasta que lo pidieron ellos.
- Son los padres quiénes deciden.

Observamos que hay personas que entienden que la decisión de tener una creencia religiosa debería ser una decisión del nuevo/a nacido/a y no deberían ser los padres los que marquen la religión que adoptará el nuevo ser.

Vamos viendo la importancia de la libertad en la educación de los hijos, dejando que sean ellos quienes decidan su religión cuando sean mayores de edad. Destacamos el hecho de que Jesucristo se bautizó cuando ya era mayor de edad, como ejemplo de lo que se debería hacer.

Si seguimos leyendo las frases vemos que los pretextos son muy diversos: Porqué en España había el nacional catolicismo, porqué era un deber patrio, por costumbre y tradición. Aunque hay también alguna referencia de que actualmente algunos jóvenes no se sienten bautizados porque ellos no tomaron la decisión, En cambio surge la afirmación de que fueron sus hijos quienes decidieron bautizarse.



### ¡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](mailto:entreamigosmayores@gmail.com)



### ESTUDIO SOBRE LAS ELECCIONES EN CATALUÑA 14-F

Cómo nos gusta meternos en líos. Elecciones en mitad de una pandemia. El 10 de febrero, se nos ocurrió investigar contando con una muestra de 20 personas mayores del centro de día Vincles para saber qué buscan de un líder político como el que representa el President de la Generalitat. Aquí se dan 3 circunstancias. La primera, que son personas que aunque siguen las noticias a diario, pueden tener cierto deterioro en la memoria. La segunda, es que la mayoría de candidatos son personas que no han sido la cara más visible de su partido. La tercera, es que el panorama político se ha vuelto bastante más complejo en los últimos años, con la irrupción de Podemos, CUP, Ciudadanos, VOX, y el cambio de marca de Convergència.

Para ello, hemos utilizado nuestro querido método Portal, adaptado al contexto. Hemos presentado imágenes de los candidatos, con buena calidad, donde se presentaban sonrientes y que aparecían en un fondo que no les tenía por qué vincular a la política (un fondo liso, la calle, etc.). Se han descartado a la candidata de PDCat por similitud como opción política con Junts y porque ha perdido la batalla del márketing con estos, hace rato. También la de PNC, por no contar con una mínima representación esperable. Así, las imágenes de candidatos escogidas se correspondían con Carrizosa, Borràs, Illa, Aragonès, Sabater, Fernández, Albiach y Garriga. Para cada persona, preguntamos sobre qué impresión les genera.

1. "¿Le da la impresión de ser buena persona?"
2. "¿Le da la impresión de ser alguien responsable?"



## ELECCIONES AL PARLAMENT DE CATALUNYA

Todos sabemos que, al conocer a alguien por primera vez, su aspecto, vestimenta y fisonomía generan una influencia en la manera en qué percibimos a esa persona. Entramos a un bar, vemos al camarero y pensamos: "¡Uy, qué tipo más simpático!" o por el contrario "¡Qué cara de mala uva tiene!". De manera incontestable, esa primera impresión tiene un peso importante a la hora de determinar nuestra actitud y comportamiento en una situación dada. Básicamente, genera más o menos probabilidades de que demos más oportunidad de interacción con esa persona y ese contexto. Por ejemplo, será más fácil que nos quedemos en el bar si el camarero nos ha parecido simpático o que nos marchemos si nos ha sucedido al contrario.

Bendita  
inocencia  
...

Tiene cara  
de honesto.  
Por fin, un  
cambio.



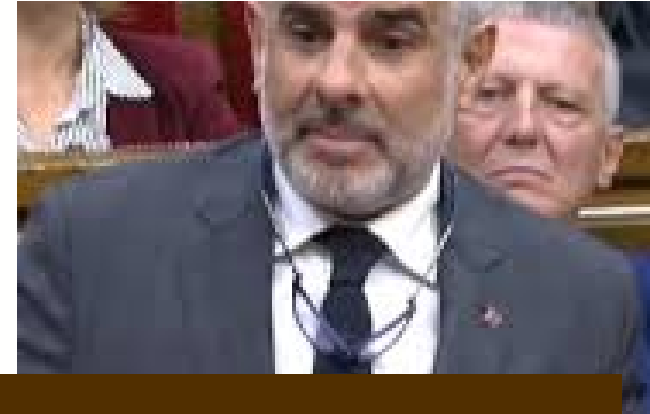
Y fijaos que nos pica en la curiosidad que quizá esto pasa también en la percepción y valoración que los ciudadanos hacemos de nuestros queridos líderes políticos. Que, afinidades a parte o teniendo en cuenta que el entorno ideológico en el que hemos crecido o en el que nos movemos en nuestro círculo social, nos regimos por la impresión que nos ha dado ese líder político desde el primer día que aparece en los medios de comunicación.

Si nos gustó en su momento, le dimos más oportunidades para escuchar sus discursos, sus intervenciones en programas de televisión o sus aportaciones en sede parlamentaria. Y poco a poco, nos gusta cada vez más hasta que un día, cambió de aspecto. Se cambió de estilo y de repente nos gustó más o dejó de gustarnos. ¿O a caso pensáis que los líderes políticos no tienen asesores que piensan hasta en el color de la corbata? ¿Qué pasaría si Pablo Iglesias se cortara la coleta?

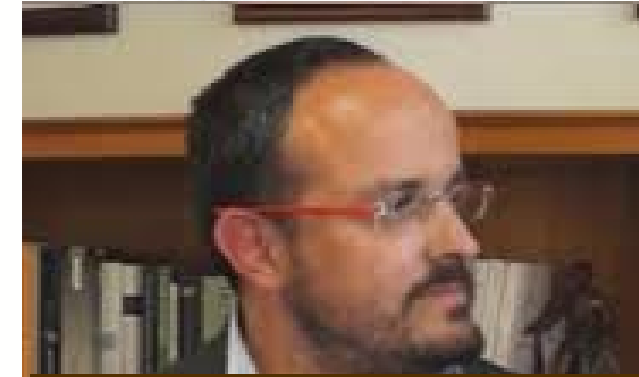
Volviendo a la primera parte del estudio, las circunstancias comentadas hacen que las personas de la muestra no estén especialmente familiarizadas con las imágenes que les hemos presentado. De ahí, deducimos que sus respuestas han sido poco influenciadas por el conocimiento previo que pudieran tener de los líderes políticos, ni de sus partidos ya que, aunque les resultara familiar, no siempre sabían a qué partido o ideología vincularles. Las personas, podían responder sí o no, para intentar obtener datos significativos. Se tiene que incidir habitualmente en la primera impresión que da la imagen y no en lo que pueda conocerse o desconocerse de esa persona.



Buena pers: 9/20  
Responsable: 7/20



Buena pers: 11/20  
Responsable: 13/20



Buena pers: 6/20  
Responsable: 8/20



Buena pers: 8/20  
Responsable: 11/20

Estos han sido los resultados:



Buena pers: 10/20  
Responsable: 12/20



Buena pers: 6/20  
Responsable: 12/20

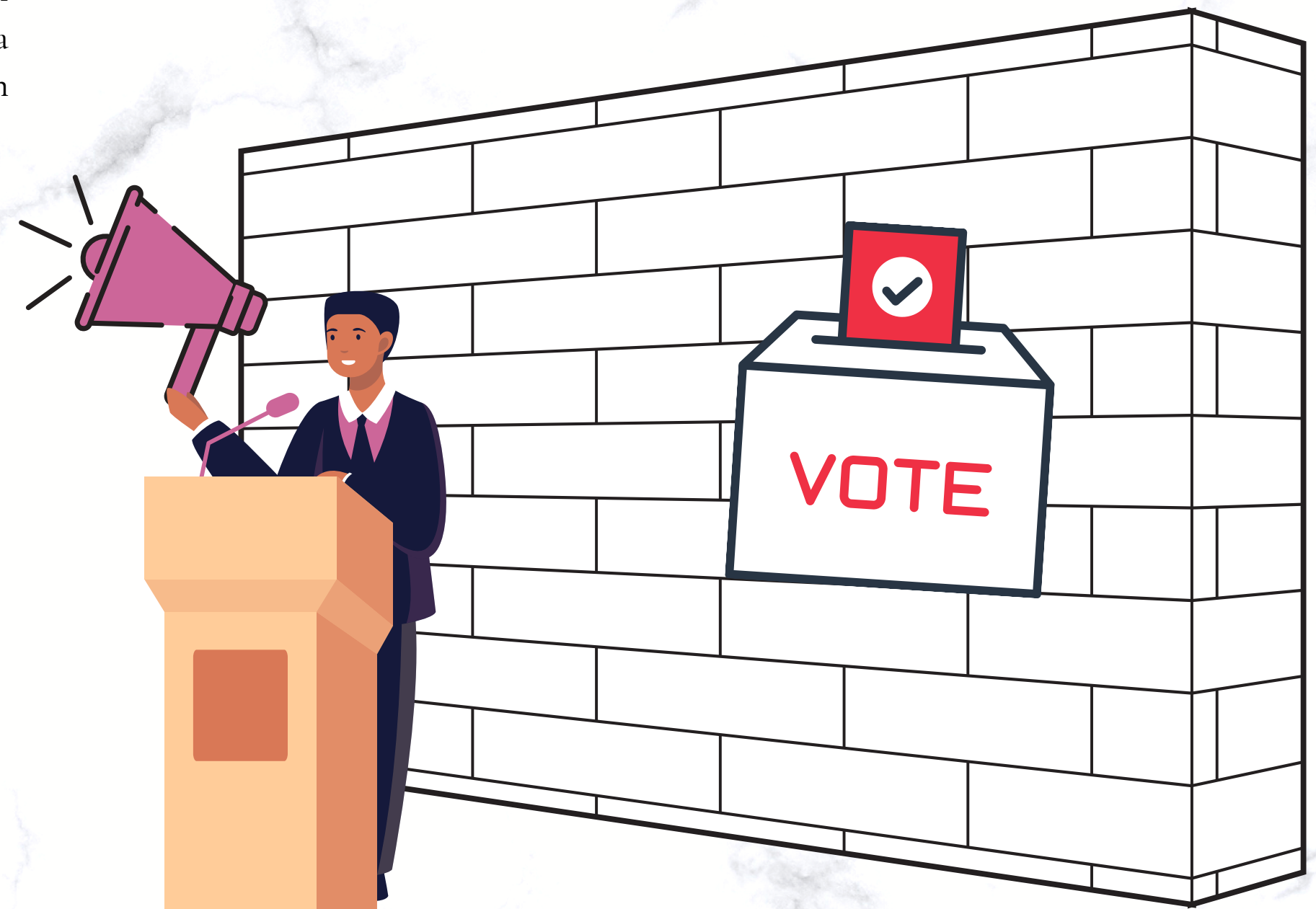


Buena pers: 4/20  
Responsable: 8/20



Buena pers: 9/20  
Responsable: 11/20

Las preguntas planteadas para cada imagen tienen que ver con 2 virtudes que en principio deberían ser deseables en líderes políticos: La honestidad y la responsabilidad hacia su cargo. Todos queremos funcionarios públicos que sean bien intencionados y que lleven a cabo su labor con implicación y seriedad.



Así, según lo expuesto, los líderes mejor percibidos en términos de "buena persona", fueron Carlos Carrizosa, de Ciudadanos, Laura Borràs, de Junts y Dolors Sabater de la CUP. Por contra, los peor percibidos fueron Salvador Illa a la cola, de PSC, Alejandro Fernández del PP e Ignacio Garriga de Vox.

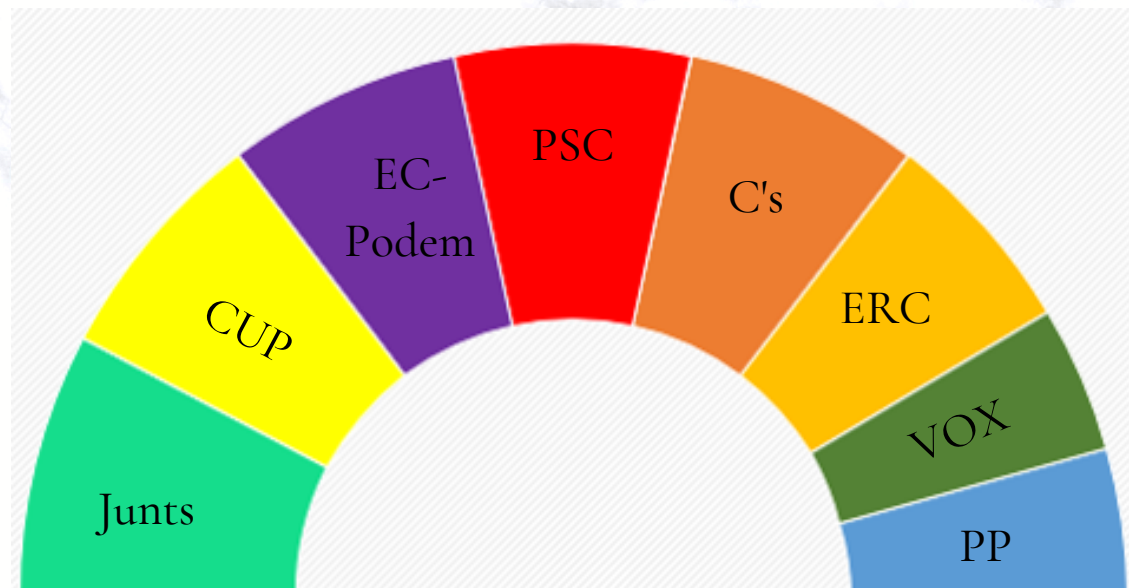
Por otra parte, los líderes políticos mejor percibidos en términos de "capaces de ser responsables", fueron también Carrizosa, Laura Borràs y sorprendentemente, Garriga que había sido quien menos fue visto como buena persona.



Una vez tenemos información sobre cómo son percibidas estas personas en cuanto a honradez y responsabilidad, nos hemos lanzado a la pregunta del millón:



**"¿Elegiría usted a esta persona como President/a de la Generalitat?"**



Estos han sido los resultados:

**"¿Te interesa la política?"**

**Resultado: 6/20**

Obviamente, este no sería un resultado simulado de elecciones, en tanto que la pregunta, líder tras líder, es si a través de su primera impresión podría elegirse como President/a. Esto resulta en que más de una persona de la muestra responde "SÍ" a más de un líder político.

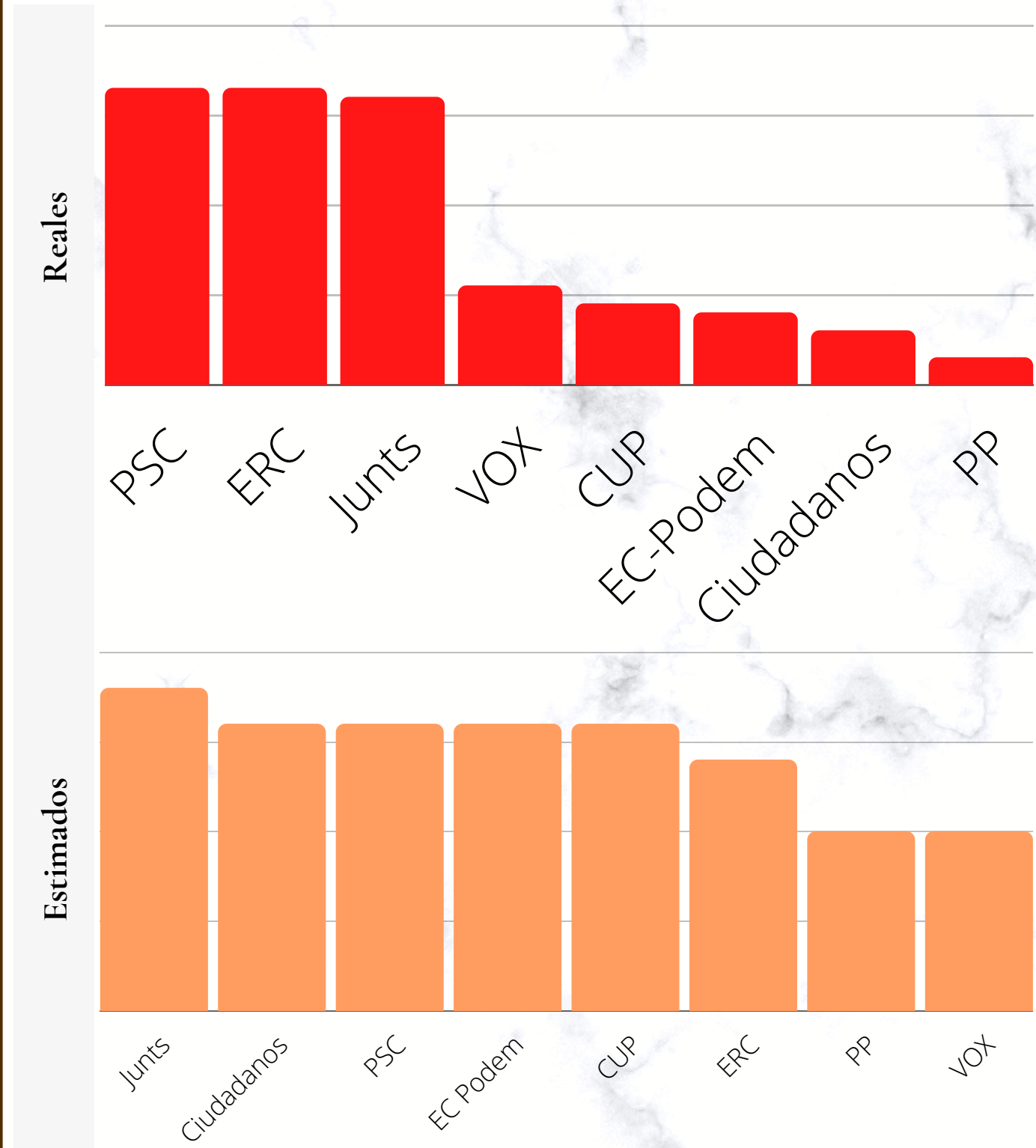
Simplemente, estos datos nos tendrían que generar una idea de qué líderes políticos presentan un aspecto más proclive a ser bien percibido por el público general.

Es curioso ver, por ejemplo, como Borràs o Illa, que tienen buenas perspectivas según las encuestas, encabezan esta lista. También, por el contrario, Fernández y Garriga, coinciden en resultado con lo que se espera. No pasa así con Sabater y Aragonés.

No es menos curioso comentar que el índice de respuestas afirmativas es significativamente más bajo para esta pregunta, que para las 2 iniciales. Como si de alguna manera, las personas tuvieran más predisposición a comentar sobre los aspectos humanos de los demás, pero menos interés en cuanto el contenido del discurso versa sobre lo político.

Finalmente, para reafirmar lo que se acaba de comentar, se realizó una última pregunta general para cerrar la recogida de datos. Ésta fue:

Lo más bonito ha sido contrastar los resultados de nuestro estudio con el resultado real de las elecciones que salió ayer a la noche, marcadas esta por la incertidumbre y el absentismo.



Nos damos cuenta de que, con matices, pocas cosas coinciden. Primero, la distribución del voto no es tan proporcionada como en la estimación y, en la realidad, 3 partidos se llevan casi 3/4 partes del voto. Segundo, líderes como Garriga, que quedaba en última posición según lo estimado, ha quedado realmente cuarto. Y Carrizosa, que había generado gran impresión en la muestra pero ha quedado en penúltimo lugar en votaciones. Los líderes de PSC, Junts, ERC, CUP y PP han obtenido resultados similares a lo estimado según la primera impresión generada en nuestra muestra.

Contrariamente a lo que habíamos aventurado, se puede concluir, que la ciudadanía tiene auténtica implicación en lo ideológico cuando va a votar y cede su confianza al líder al cargo de la formación que representa sus ideas o las del entorno social que pueda ejercer presión ideológica. Así, teniendo en cuenta el factor interés o desinterés por la política, las motivaciones para votar a uno u otro líder, se alimentan de más variables.

Sin embargo, el efecto líder sí puede ser una variable a considerar. ERC lleva tiempo esperando resultados que la desmarquen con diferencia de Junts y el "efecto Aragónés" puede haber hecho que no termine de despegarse. Al mismo tiempo, el "efecto Borràs" puede ser parcialmente responsable de que Junts permanezca fuerte y ERC no termine de consolidar un amplio sorpasso. De la misma manera, el "efecto Carrizosa" quién generó muy buena impresión en nuestra muestra, puede haber conseguido que el "efecto Illa" (esta vez nos referimos al real, al que hemos oído en los medios repetidamente) no haya borrado del mapa a Ciudadanos, cuyo votante se ha pasado descaradamente al "voto útil". La CUP es un partido que ha duplicado escaños, por lo que puede haberse beneficiado en parte del "efecto Sabater". El "efecto Garriga" (hay que recordar que había sido considerado como "responsable" por la mayoría de la muestra) puede haber ayudado a que VOX haya irrumpido con tanta fuerza.

Por último, comentar que el absentismo puede influir en gran medida en cuanto a la representatividad real de los resultados obtenidos en las elecciones de ayer.