Vol.16 Abril 2021

CASAL DE GENT GRAN DEL BAIX GUINARDÓ

BUTLLETÍ SETMANAL

El Casal a casa

SALUT

- Revista ferSalut web.
- Canal youtube ferSalut.
- Sessió de gimnàstica: Estiraments amb cadira. Repte 21 dies.
- Sessió de ioga per a gent gran: Ioga en cadira.
- Consells de salut sobre l'ictus.
- Cuina: Pastís de iogurt i nabius.

ENTRETENIMENT I CULTURA

- Agenda de museus de Barcelona.
- La Fundació Pla i Armengol.
- Exposició centre de cultura contemporània de Barcelona: Mart.
- Teatre social per trencar barreres.

XARXES

- Canal Youtube Gran Gent en Xarxa Horta-Guinardó.
- Facebook
- Instagram
- Web
- Vimeo

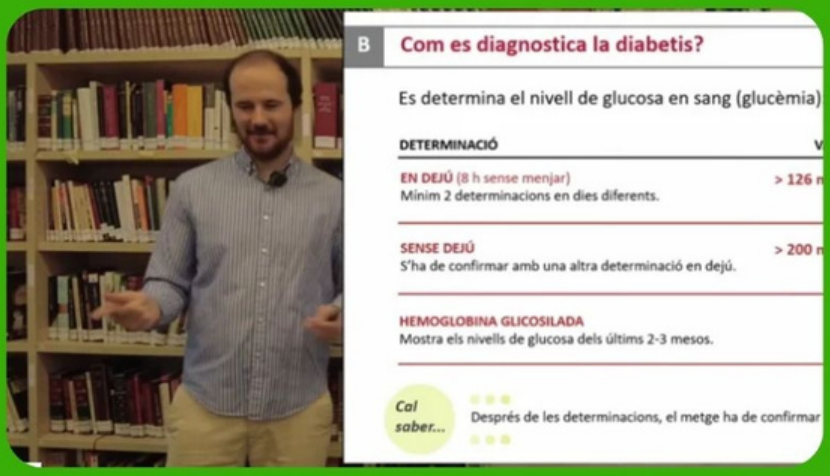
Nous vídeos: Ball en línia - Tango

CONFERÈNCIES DE SALUT

Què cal saber de la diabetis?

Conferència virtual a càrrec de Fidel Rosselló, farmacèutic.

Clic aquí



Generalitat de Catalunya
Departament de Salut
CatSalut
Servei Català de la Salut
CONSELL DE COL·LEGIS FARMACÈUTICS DE CATALUNYA
Districte d'Horta-Guinardó
Ajuntament de Barcelona

AULA D'EXTENSIÓ UNIVERSITÀRIA

CONFERÈNCIA 22 D'ABRIL

LA PERSONALITAT LITERÀRIA DE JOAN MARGARIT

a càrrec de Mª Isabel Pijoan Picas. Doctora en filologia catalana.

Clic aquí

Afopa
Agrupació d'Aules de Formació Permanent per a la Gent Gran de Catalunya

UAB Universitat Autònoma de Barcelona

Districte d'Horta-Guinardó

Ajuntament de Barcelona

LA VEU DELS SOCIS

Si esteu interessats en participar en aquesta secció del butlletí amb els vostres textos, articles, poesies, etc... podeu enviar-los a la direcció de correu electrònica: infobaixguinardo@gmail.com

RETROBAMENT

De vegades, podem pensar que només les paraules son capaces de transmetre l'afecte, l'amor, l'odi, l'angúnia, el dolor, que només quan verbalitzem els nostres sentiments l'altre s'adona d'allò que sentim, i si bé és cert que mitjançant la força d'una paraula podem expressar el que un home o una dona és i sent, hi ha gestos que no es paguen amb res, que diuen més que un seguit de frases. I això ve al cas, perquè fa uns dies un grup d'amigues es retrobaren després d'un llarg parèntesis de no veure's per un motiu no gens baladí, però que ara no cal explicar perquè enterboliríem l'alegria d'aquelles dones, que van poder –per fi- estar juntes una estona. Totes elles es van guarnir, sense estridències, com si anessin a assistir a un esdeveniment important. Volien fer veure que res passava ni havia passat. Només un pedaç, un adob, si em podem dir així, cridava l'atenció en les cares de totes elles, una mascareta que tapava nas i boca fins sota la barbeta. No eren idèntiques les mascaretes, ja que canviaven de color i de material. La veu sortia del darrera una mica distorsionada, però els ulls parlaven expressius. Les amigues xerraven sense treva davant una plàtera amb begudes, uns croissants i uns bombons que feien les seves delícies. I va anar passant l'estona i va arribar el moment del toc de queda. I no sabien com acomiadar-se ja que no podien abraçar-se ni fer-se petons segons la normativa vigent. Tanmateix, havien aconseguit estar juntes una hora llarga, cosa que mesos enrere feien totes les setmanes i en les quals compartien els seus escrits tant en prosa com en vers. Avui havia estat un retrobament també de gestos.

Des de la que se'n va recordar que eren totes llamineres i va portar els bombons, fins les que es van oferir per anar a buscar dintre la cafeteria la plàtera amb les begudes i croissants, la que va pagar les consumicions, la que va ajudar a aixecar-se de la cadira a l'amiga que tenia dificultats per fer-ho, la que li va oferir el braç per acompanyar-la a casa o l'altra que també caminà al seu costat. I les tres plegades es dirigiren fins la porta de l'ascensor on es van acomiadar. No digueu que no, però belleses com aquestes fan el món més bonic i acollidor malgrat la situació tan anòmala que la Humanitat sencera està vivint des de fa ben bé deu mesos.

Anna Agustí

Més de 1.500 roses contra la soledat no volguda

Des d'Amics de la Gent Gran es mobilitzaran més de 1.500 persones voluntàries perquè la gent gran estigui acompanyada durant la diada de Sant Jordi.

Per la diada d'enguany, Amics de la Gent Gran tornarà a adaptar les seves activitats i iniciatives perquè el dia de Sant Jordi cap persona es trobi en solitud. Per aquest motiu, l'entitat s'adaptarà a les circumstàncies actuals, per seguir acompanyant a les persones grans i, d'aquesta manera, combatre el seu sentiment de soledat no desitjada.

Sota el lema 'Sant Jordi en Companyia', Amics de la Gen Gran ha preparat un programa d'accions i activitats que duran a terme a tot el territori català per tal de poder seguir portant caliu i amistat a les persones grans en un dia tan especial com la diada de Sant Jordi.

Albert Quiles, president d'Amics de la Gen Gran, explica que, tot i que encara no es pot celebrar com abans, enguany es viurà d'una forma propera i inclusiva a través de l'acompanyament del voluntariat i les activitats programades. "No serà un Sant Jordi com el dels anys anteriors, però el fet de poder-nos retrobar, que puguin rebre un llibre o una rosa o que puguin fer alguna activitat en una festivitat social com aquesta farà que la gent gran pugui gaudir d'aquest dia i es senti inclosa".

Lliurament de 1.500 'Roses Contra l'Oblit':
Totes les persones voluntàries de l'entitat, més de 1.500, rebran una 'Rosa Contra l'Oblit'. La flor està feta de feltre i representa un símbol de la lluita a favor de la gent gran i l'orgull d'envellir. Sempre que la situació ho permeti, aquestes roses seran portades a casa de les persones grans per les més de 1.500 persones voluntàries de l'entitat, que podran felicitar en persona el Sant Jordi a la vegada que fan companyia.

Trucades de suport emocional:
En la línia d'una de les activitats principals de l'entitat, quan no sigui possible realitzar una visita presencial, les persones voluntàries faran trucades o videotrucades, i en molts casos compartiran lectures de poemes o llibres.

Llibres:
La fundació també ha posat a disposició del voluntariat centenars de llibres donats per diverses editorials perquè els puguin portar a la persona gran que acompanyen el mateix dia de Sant Jordi.
Suport a les residències
En aquests dies previs a la diada es lliuraran capses de llavors de l'amistat a 50 residències com a símbol de suport i de col·laboració entre institucions. D'altra banda, a 80 residències més, se'ls farà arribar una carta de suport per traslladar tot el recolzament de l'entitat.

Activitats locals:
També s'organitzaran a moltes delegacions del territori activitats locals, com per exemple caminades, trobades en grups petits, pícnics o berenars amb la finalitat que les persones grans de la fundació gaudeixin en companyia de la diada de Sant Jordi.

Implicació de personalitats públiques:
Com ja han fet anys anteriors, comptaran amb la participació de diverses personalitats del món de la cultura, la restauració, l'esport i el periodisme, així com de càrrecs electes perquè facin visites a persones grans o realitzin trucades o videotrucades per lluitar contra el sentiment de la soledat no volguda.

Sensibilització a través de les xarxes socials:

Des de les xarxes socials de l'entitat, es publicaran testimonis de persones grans i persones voluntàries que comparteixin aquest Sant Jordi. Totes les publicacions aniran acompanyades del hashtag #SantJordiEnCompanyia. En aquesta línia, es convidarà a fer-ho al voluntariat i a les personalitats públiques que visitin o truquin a persones grans de l'entitat, així com a tota la ciutadania que vulgui compartir la diada amb la fundació.

Regals solidaris:

D'altra banda, totes les persones que vulguin fer un regal solidari, des de l'entitat s'ofereix la possibilitat de participar en la iniciativa #SantJordiEnCompanyia a través de la botiga solidària. En aquesta web es pot comprar un paquet format per una 'Rosa Contra l'Oblit', una bossa de tela i una polsera de la fundació.

Amb aquest gest, a més de fer un regal solidari a una persona estimada, es col·labora amb la campanya de Sant Jordi i es contribueix a la lluita contra la soledat no desitjada de les persones grans. La recaptació de tot el que es vengui anirà destinat per combatre la soledat de les persones grans a través dels programes socials de l'entitat.