Vol.17 Maig 2021

CASAL DE GENT GRAN DEL BAIX GUINARDÓ

# BUTLLETÍ SETMANAL

# El Casal a casa

## SALUT

- Revista ferSalut.
- ‘Let’s clean up’: Fem de Collserola un espai més net.
- Sessió de gimnàstica per a gent gran: Activa't a casa.
- PCR, Antígens i Serologies.
- Consells de salut: Hipotiroïdisme.
- Pautes de dol.
- Cuina: Paella Carvalho.
- Caminem al Maig.

## ENTRETENIMENT I CULTURA

- “Relats revelats”, un passeig fotogràfic.
- Activitats de primavera al Centre de Natura de Can Soler.
- Oberta la convocatòria per participar al XXII Clàssica a Horta-Guinardó.
- Comença la Setmana Sense Soroll 2021.
- Orgull radio a Mas Guinardó.

Vol.17 Maig 2021

# XARXES

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

- Formació bàsica TIC.
- Tertúlia literària.

# 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

## PERDUT

Avençant i retornant com les onades al mar,
sense nord i sense rumb, l'ànima a cegues palpant
les molt tènues bombolles que fa l'aire al bufar
que m'envolten i m'ajuden per anar avançant.
Com de bell nou en el mon, tot em sembla prodigiós
tan els arbres com el mar, com els núvols en el cel,
tot m'enamora i m'atrau, per a mi tot és xamós,
m'embadaleixo jo sol al mirar-ho amb tan d'anhel.
No reconec gaire res del entorn en el que em moc,
ni les cases, ni els carrers, ni els parcs, ni els jardins,
sembla que ho hagin canviat, que estigui fora de lloc,
com si ho haguessin fet nou i m'hi haguessin posat dins.
Trobo a faltar una senyal, quelcom per mi conegut
que m'obri l'esperança de tornar a saber qui soc,
on em trobo, com em dic i com és que m'he perdut
entre tota aquesta gent i per què jugo a aquest joc?
Una incerta esperança em manté alerta, viu,
dins la busca constant d'allò que jo he de trobar,
que obri noves clarianes fent el mon més atractiu,
il·luminant nous vials per on pugui caminar.
Tu pots ser la meva llum, tan de nit com de dia,
calmant l'ànima meva i ajudant-me a decidir
què fer amb la meva vida i què fer amb la poesia,
quedant, finalment, lliure per poder viure, o morí.

**El Bisbe**

## 2020, l'any que Radars va ser més necessari que mai:

El projecte comunitari Radars ha pres més sentit que mai durant aquest últim any, en què la situació provocada per la covid-19 ha fet incrementar el sentiment i les situacions de solitud no desitjada. La tasca feta per tota la comunitat, els voluntaris i voluntàries, els diversos serveis i entitats i els professionals ha estat clau per poder acompanyar les persones grans durant el 2020.

Radars no va deixar d'atendre en cap coment les persones vinculades al projecte durant tot l'any. Entre l'equip tècnic i les persones voluntàries van realitzar 42.146 trucades telefòniques a les 1.804 persones usuàries (el triple que l'any anterior). Quan les recomanacions sanitàries ho van permetre, el projecte va apostar per mantenir el contacte presencial amb les persones grans, fomentant entregues a domicili o petites trobades, i respectant sempre totes les mesures de seguretat.

D'altra banda, el projecte no va deixar de créixer durant el 2020, en què es van donar d'alta com a usuàries 258 persones més (un 17% del total de les persones ateses). Pel que fa a la xarxa de barri, actualment hi ha 3.931 radars –entre comerços, farmàcies i veïns– i 272 persones voluntàries, 60 de les quals es van incorporar al projecte l'any passat. Aquesta xarxa, atenta a les realitats de les persones grans, va detectar 1.218 situacions de risc i solitud no desitjada que van ser ateses per Radars. Cal destacar que en el moment inicial de la pandèmia aquestes situacions van ser més freqüents.

El procés comunitari tampoc es va aturar als barris. A mitjans d'abril i inicis de maig, les Taules i els espais comunitaris que integren el projecte es van reactivar i, malgrat no poder participar-hi de manera presencial, es van fer trobades telemàtiques per continuar treballant. Durant l'any 2020 es van iniciar nous projectes i col·laboracions, com ara el servei de lectura "A Cau d'Orella", amb la col·laboració de quatre biblioteques de la ciutat, o el treball conjunt amb les xarxes veïnals.

Fruit d'aquestes i de moltes altres relacions comunitàries, des de Radars es van elaborar diversos materials i es van impulsar propostes per a les persones grans del barri (passatemps, gimcanes en format paper, videotrucades, grups de Whatsapp, etc.). Entre aquestes propostes, cal destacar la celebració de les festes de Nadal, tan esperades per tots els usuaris i usuàries de Radars, que des dels barris es van adaptar a les circumstàncies amb l'elaboració de mandales, felicitacions fetes per la comunitat o entregues a domicili de lots de Nadal i de motius decoratius, entre d'altres.

Radars va tancar un 2020 diferent, en què la imaginació i la responsabilitat col·lectiva van fer possible que el projecte continués atenent les persones grans que desitgen estar més a prop dels seus barris. Com sempre, la participació conjunta de la comunitat, el voluntariat i les persones grans ha estat bàsica per aconseguir-ho.