



BUTLLETÍ INFORMATIU



NOTÍCIES DEL CASAL



El Casal de Gent Gran d'Horta està participant en la Setmana de la Gent Gran al Districte d'Horta-Guinardó.

Juntament amb els casals del Baix Guinardó, Vall d'Hebron i Sant Genís hem organitzat diverses activitats que es portaran a terme fins el 28 d'octubre.

Podeu triar: un documental amb debat posterior, una conferència, una ruta de senderisme i un cicle de benestar. Aquí teniu aquesta programació especial:

BCN+65 barcelona.gran #barcelona.gr



Setmana internacional de les persones grans

1 D'OCTUBRE A LES 18 H
 Concert del grup "Son de la Rambla"
 A l'espai de petanques de la Seu del Districte (Ronda del Guinardó, 32)

 **Ajuntament de Barcelona** Districte d'Horta-Guinardó

Activitats gratuïtes. Cal inscripció prèvia.
 Per a més informació, posi's en contacte amb el Casal organitzador

CASAL DE GENT GRAN DE SANT GENÍS	CASAL DE GENT GRAN D'HORTA	CASAL DE GENT GRAN DEL BAIX GUINARDÓ	CASAL DE GENT GRAN DE LA VALL D'HEBRON
C. de Naim 667 62 00 51	C. Feliu i Codina, 37 934 28 78 29	C. de la Marina, 380 934 50 27 47	C. Arquitecte Moragas, 5 934 287 363

2 D'OCTUBRE A LES 17 H
Projecció del documental "A la bretxa" + debat posterior
 Activitat dinamitzada pel Consell Assessor de la GentGran
 Organitza: Casal de Gent Gran de Sant Genís

3 D'OCTUBRE A LES 17 H
Conferència "Què és l'edatisme i com combatre'l?"
 A càrrec de l'Associació Som Seniors
 Organitza: Casal de Gent Gran de la Vall D'hebron

4 D'OCTUBRE A LES 9 H
Ruta "Grans senders"
 Itinerari: La Floresta - Can Busquets La Rierada - salt d'aigua - Molins de Rei - Barcelona (10km aprox.)
 Dificultat: fàcil
 Organitza: Casal de Gent Gran d'Horta

7, 14, 21 I 28 D'OCTUBRE A LES 10 H
Cicle de benestar: Viatjant per l'edat
 Com ens enfrontem, percebem i vivim el pas del temps de manera individual i social.
 Organitza: Casal de Gent Gran del Baix Guinardó



**OCTUBRE
2024**

NÚM. 106



CATALUNYA, MON AMOUR

Llevo casi toda mi vida en Catalunya y escribo este artículo desde el cariño a esta tierra, sin ninguna intención política. Escribo lo que veo y siento.

Veo, desde hace varios años, que Catalunya no brilla como brillaba antes, la veo incapaz de solucionar asuntos pendientes de emergencia, importantísimos que nos afectan a los ciudadanos directamente.

Seguro que hay muchos más de los que percibo y voy a comentar pero viviendo en Barcelona soy incapaz de ver otros, también importantes, que afectan a otros territorios de Catalunya. Hay algunos que son generales como la Sanidad pública, con unas listas de espera importantes, con falta de sanitarios, muy eficaces, pero agotados, que difícilmente pueden hacer frente a las necesidades actuales. También la enseñanza pública con demasiados fracasos y con unos malos resultados; no hay más que ver el informe PISA de 2022.

Tenemos las infraestructuras desbordadas: autopistas como la AP-7, saturada de tráfico -con un exceso de camiones-, transportes públicos a tope, la movilidad por Barcelona complicada -con unas Rondas incapaces de absorber el tráfico a ciertas horas-, la estación de Sants sobresaturada y a la espera, todavía, de que se inaugure la estación de La Sagrera y así descongestionarla, la ampliación del Aeropuerto de El Prat -que seguro debe ser complicado al querer preservar los espacios naturales pero aún sin realizarse. Y no quiero olvidarme de esas aproximadamente 4.000 empresas que se fueron de Catalunya y parece ser, que no tienen ningún aliciente para volver -cuando las empresas generan riqueza.

Y hay cosas que no se ven si no te afectan directamente pero faltan juzgados: no puede ser que los juicios rápidos en Barcelona se estén fijando para el año 2026 y los juicios leves, por hurtos -muchos de personas reincidentes- tarden de un año a año y medio en celebrarse.

Estamos de suerte porque ha llovido esta primavera/verano y ha hecho que se levantara el estado de emergencia por sequía. Eso nos ha salvado ante la falta de previsión en la construcción de las depuradoras de Tordera y Cubelles, paralizadas hace años. Parece que está previsto que en 2028 funcione la de Tordera y en 2029 la de Cubelles. A ver si es verdad.

Finalizo con una petición. Igual es mucho pedir pero sería de agradecer, a las personas que corresponda, que se pongan a resolver los problemas que tiene Catalunya y que afectan a sus ciudadanos.

¡Catalunya se merece brillar como siempre lo ha hecho!



UNA HISTÒRIA

Evidentment, els temps van canviant i les persones encara més. L'any 1969, quan les meves amigues i jo vam acabar el col·legi, ens costava molt que ens deixessin sortir/anar soles pels llocs; acostumàvem a portar una persona de confiança de la família que teòricament ens vigilava a tot el grup.

L'any 1968, a Paris i altres capitals hi va haver una gran majoria de gent jove que es/ens vam rebel·lar per aconseguir que la joventut que ens venia darrera - especialment les dones que venien darrera nostre- tinguessin una joventut i vida més fàcil que la que nosaltres havíem tingut.

Es va començar a parlar dels drets i de les obligacions de dones i homes i sobretot de la LLIBERTAT. Moltíssimes dones van estudiar carreres universitàries o bé es van posar a treballar fora de casa i així van continuar encara que formessin parelles i es casessin.

Aquells joves vam assumir que tots eren persones i ,per tant, tenien els mateixos drets i obligacions. Que les coses de casa s'havien de fer en equip i que si venien fills s'hauria de comptar amb els avis perquè no hi havia res més.

Els pares assumien que havien de donar la millor qualitat dels seu temps als fills. De ben petits se'ls ensenyava a fer les coses que els hi pertocava fer per la seva edat. També se'ls ensenyava a reflexionar de forma que aprenguessin a pensar per ells mateixos i a obrar segons els hi deia la seva consciència. És lògic que prèviament ja se'ls hagués ensenyat el que és bo o no de fer.



Evidentment, si nosaltres érem els educadors i formadors dels nostres fills, havíem de donar exemple amb els nostres fets. Penseu que érem/som el seus referents.

Avui la joventut té molts problemes; un d'ells és que no empra el llenguatge adient per cada situació. Això té un doble conseqüència: una falta d'educació i una necessitat de saber com parlar i comportar-se correctamet el dia que busquin feina. Això els dona molts punts.

Els primers tenedors d'aquest butlletí som els socis del Casal i podem tenir la temptació de dir: Com que jo ja soc gran/vell aquestes coses no m'afecten. NO us enganyeu, encara que nosaltres no hi serem tots volem deixar un *món millor* per les persones estimades; per tant:

Ànims i lluitem per aconseguir la societat que desitgem. Encara ens queda molta feina per fer!

JOSÉ RODRIGUEZ Ó KARIM BEN ALFARAH

La biografía de nuestro protagonista habría de recogerse en dos capítulos distintos teniendo en cuenta el bagaje de su andadura. Nació en Marruecos en el tiempo de aquella España con protectorados allende los mares. Sus primeros años por tanto están salpimentados con brisas del desierto, la sombra de un sicomoro y una cultura en la que él mismo se definía como Ladrón de palabras. Karim amaba la poesía, su visión de la vida y su experiencia nos hacia copartícipes de sentimientos contrapuestos vistos desde las dos orillas; los cayucos eran para él barcos de papel timoneados por los sueños, el hambre y las ganas de libertad, los ahogados en un naufragio nunca fueron un número sinó hermanos a los que llorar en un cementerio de aguas profundas.

De la mano de Karim Ben Alfarah ó José Rodríguez conocí el grupo Numen de poesía de nuestro casal hace ahora unos diez años. Buena estatura, barba canosa muy peculiar, gafas ahumadas y una voz áspera y gastada conferían a nuestro protagonista una especie de halo de profesor universitario subrayado además por un rictus serio y una opinión sentenciosa. Era un personaje muy señalado en los círculos poéticos a los que asistía o de los que formaba parte y por supuesto un poeta singular con argumentos muy sensibles extraídos del siroco del desierto. Tristemente y de forma imprevista nos dejó muy pronto, hará de esto ocho años, pero quedó para la posteridad su legado poético del que extraemos uno de sus trabajos y publicamos en otra página de este boletín como recuerdo en este su octavo aniversario.



La semblanza de Karin Ben Alfarah me hace pensar una vez más que nuestra generación está diciendo adiós por la puerta de atrás, somos como un sándwich entre dos épocas sin pertenecer a ninguna, hicimos del kilo de pan de novecientos gramos nuestra dieta y de nuestro esfuerzo una transición mal valorada, el libro de nuestra vida va perdiendo hojas que nadie podrá recuperar y pocos desean compartir mientras nos diluimos en el mundo de las comunicaciones.

NUESTRO AYER SOLO CONCURRE A LOS PREMIOS DE LA CONSOLACIÓN



LA PINK BARCINO: HISTORIA Y MODERNIDAD

El **Paseo de Gracia** celebra su 200 aniversario con la **Pink Barcino**, una escultura de piedra rosa creada por el artista barcelonés Lluís Lleó. Esta obra rinde homenaje a Barcino, el nombre que los romanos daban a Barcelona, y al color rosa, que ha sido un protagonista destacado en la historia del paseo.

Inspirada en el **Plan Cerdà**, la escultura refleja la forma de las manzanas octogonales del Eixample, con sus característicos chaflanes. Lluís Lleó fusiona pintura al fresco en rosa, sobre piedra, uniendo tradición y modernidad. La obra también evoca el nostálgico **Salón Rosa**, lugar de encuentro de la alta sociedad barcelonesa entre los años 30 y 70, que dio paso al conocido centro comercial **Bulevard Rosa**, ya desaparecido.

El Passeig de Gràcia es un bulevard elegante y cosmopolita. En él se encuentran dos edificios declarados Patrimonio Mundial de la Humanidad: la Casa Batlló y La Pedrera, ambos diseñados por Antoni Gaudí. Pocas ciudades pueden presumir de una avenida donde conviven obras de arquitectos tan renombrados como Gaudí, Domènech i Montaner y Puig i Cadafalch.

Pasear por esta avenida es como visitar un museo al aire libre, con sus edificios modernistas, los bancos-farolas decorados con la técnica del trencadís, las icónicas baldosas hexagonales de Gaudí, invitan a los visitantes a caminar literalmente sobre obras de arte.

Además, las tiendas de renombre que flanquean la avenida recuerdan el carácter sofisticado y comercial que ha caracterizado al Paseo de Gracia desde sus orígenes.

La Pink Barcino está ubicada frente al Palau Robert, en la confluencia del Paseo de Gracia con la Diagonal, cerca del obelisco popularmente conocido como "el lápiz". Esta ubicación convierte a la escultura en un nuevo icono del paseo, donde lo antiguo y lo moderno se entrelazan.

El Paseo de Gracia, un lugar para Redescubrir



LA TABLA DE MADERA

Ay mi pequeña Zaida
que mal me porté contigo,
ahora veo mis errores
al leer tu hermoso libro.

Yo te obligaba a trabajar
y tu me pedías de rodillas,
que te dejase ir a la Madraza
para aprender a leer y escribir,
y sin que yo me diese cuenta
tu madre fue tu maestra.

Cuando yo estaba en el campo
ella cogía aquella tabla de madera,
y con una caña por cálamo
te enseñó las primeras letras.

Era una mujer especial
que tuvo la convicción
de la inteligencia de su hija
al ver como te expresabas
con las personas de la aldea.

Tenías un gran talento
y ella puso su empeño
de que fueses a la ciudad
y pudieses ir a la universidad.



Y tu has llegado a lo mas alto
de ser una poeta famosa
y tu madre desde el cielo
se sentirá muy orgullosa.

Yo siempre fui un Hamaro
que nunca me di cuenta
de los dos grandes tesoros
que yo tenía a mi lado.

Ahora miro el firmamento
y veo el gran momento
de mi próxima partida,
y este pobre viejo
te pide tu perdón
por todos sus desaciertos.

Ay mi pequeña Zaida,
en aquella tabla de madera
donde tu madre te enseñó
las primeras letras,
yo te dejo esto escrito
junto a tu libro "Poemas en la Arena"



LAS CUATRO AMIGAS

Tener amistades es ser afortunado, conservarlas durante años es lo más importante. El respeto, la paciencia, saber escuchar y mil virtudes más, son la base de la verdadera amistad.

Las primeras amistades suelen empezar en el colegio, dijéramos que es el principio del conocimiento de esta bonita palabra, pero a veces no las vuelves a ver nunca más, los motivos son varios, cambio de barrio, de ciudad, hasta de país. Con las nuevas tecnologías se pueden recuperar organizando encuentros por medio de Facebook, Instagram, etc.

Luego están las amistades que haces en el ámbito laboral, creo que son las más frecuentes, somos personas adultas y valoramos más el concepto de la amistad.

Precisamente del ámbito laboral es de donde provienen estas cuatro amigas.

Sus nombres son: Mamen, Ona, Maika y Sesé.

Trabajaban en la misma empresa, en diferentes departamentos, pero el destino quiso que continuaran teniendo contacto a pesar de ya no estar en la empresa y con la comodidad de su ahora tiempo libre por estar casi todas jubiladas. Se reúnen muy a menudo para viajar, asistir a eventos culturales y celebrar sus cumpleaños, estas cuatro amigas son INSEPARABLES...

Y sí, yo soy una de las cuatro.



UNA PETITA HISTÒRIA

Qui és l'Alba Guibert?

L'Alba Guibert, coneguda també com a Alba de Vic, era una dona que va existir, en el petit poble de Santa Eulàlia de Riudepera, una muntanya de Catalunya, (Barcelona) de 568 d'alçada. Història que ha estat amagada milers d'anys i per fi s'ha trobat en el segle XX.

Va viure al segle XI i pertanyia a una família instruïda. El seu pare era un gramàtic vingut de Lieja que es va instal·lar a Osona, i es va casar amb Guilla, van tenir sis fills i els va ensenyar perfectament.

L'Alba va ser la primera dona en escriure correctament, amb una bella caligrafia, era completament alfabetitzada i d'una cultura superior.

Aleshores, encara no existia Catalunya ni el català, com en l'actualitat, la lletra que escrivien era el llatí, o tardo-llatí, que és podria considerar molt modern per l'època.

De molt jove ensenyava a l'escola diocesana de Vic.

Es va casar amb en Jobert i van anar a viure a la Parròquia de Riudepera. Va tenir sis fills amb els que va ensenyar tots els seus coneixements.

El 16 d'abril, quan tenia 30 anys, amb el seu marit, van fer una compra-venda i ella va escriure el document amb una bella caligrafia.

Aquest és el primer document amb validesa legal signat per una dona a Catalunya. Avui aquest document es guarda pel seu valor històric en favor de les dones.

Va ser la primera escriptora professional que existia a Catalunya.

Gràcies ALBA



ENTREBANCS QUE ENS TROBEM SOVINT

Dues expressions molt actuals i que segurament vosaltres, com jo, les tenim força atravesades. Son “cita prèvia” i “protocol”.

Cita prèvia que per ser més correcte en català seria “demandar hora” ens l’han plantat des de la pandèmia i s’ha quedat de manera ben inoportuna. Que per gestions complicades o una mica llargues de fer s’hagi de demandar hora ho trobo normal. Però que de vegades per segellar-te un paper que és un instant: o per dir-te que el següent pas és anar a la taula 8 (posem per cas); o anar al primer pis i hagis de demandar “cita prèvia” i tornar un altre dia, això sí que és un abús i una tocada de nassos, no creieu?

Prou complicada que és ara la burocràcia que a sobre te la compliquin més amb aquesta exigència moltes vegades inoportuna. Abans no calia demandar hora i es feia igual; potser hi havia més cues, però aleshores el problema és un altre: falta de personal. Doncs que en posin més. Que gent que busca feina n’hi ha molta!



L'altra paraula és **protocol**. S’ha inventat perquè la gent no hagi de pensar? Ho diu el protocol i va a “missa”. No es pensa si el que diu el protocol és allò més pràctic, si és de sentit comú, si hi ha altres possibilitats... no, no es pensa i s’ha acabat!

No us heu trobat alguna vegada que si feu una objecció per alguna cosa que creieu que no va prou bé us diguin: “ah! Jo faig el que em manen!” o bé “això és el protocol”. O una que em vaig trobar jo demanant en un lloc que s’havia de fer cua, per què no posaven un banc per les persones que no podien estar molta estona dretes, em van contestar que això no era la política de l’empresa! Sorprenent!!

Em pregunto si és que hi ha por d’agafar alguna responsabilitat personal, simplement pel que pugui passar? O si les directives són poc eficients i tampoc es volen comprometre?

Què passa: que en lloc d’anar endavant anem enrere?

EL CASAL EN PROFUNDITAT

L'última setmana de setembre ens hem reunit amb les persones voluntàries del Casal que començaran a impartir tallers la primera setmana d'octubre.

Ha estat una presa de contacte després del període de vacances, per informar-los de les novetats d'organització dels tallers, informar-los dels nous tallers i oferir-los un espai per fer preguntes i resoldre dubtes.

A més a més és un espai on les persones que imparteixen els tallers poden suggerir idees per millorar-los.

Com cada any cal organitzar el curs 2024-2025 abans que comenci; és important que les persones que imparteixen els tallers tinguin les eines necessàries i sàpiguen qui és la persona de referència al Casal. La majoria ja ho saben perquè han impartit cursos en anys anteriors.

Tot i això, per a les persones noves i per refrescar la memòria a les persones més veteranes hem detallat els tallers que s'ofereixen en aquest nou curs i qui és la persona de referència de cada taller.

Facilita molt la feina d'organització que cada tallerista es comuniqui amb la seva persona de referència i que es pugui parlar sense pressa per tal de solucionar, millorar i gestionar qualsevol tema.

Si participeu en algun taller, és important que sapiguen que podeu consultar qualsevol dubte a la persona voluntària que el realitza. Ella us la resoldrà.



També dir-vos que properament tindrem la primera reunió de la Comissió Gestora després de les vacances d'estiu. Normalment cada mes es fa una reunió d'aquesta comissió.

I parlant de la Comissió Gestora, deixo un tema pendent. Possiblement hi hagi persones que desconeguin què és la Comissió Gestora: quina funció té, quines persones la formen, de quins temes es parla. Crec que seria interessant escriure un article sobre el seu funcionament en un altre número. Tot això ho parlarem amb les persones que formen una altra comissió... la Comissió del Butlletí.

SUDOKU

	6	3	8		7		5	
			4	6		2	8	3
		7		3				2
			7				3	8
	5				2	7		4
		5			4	8		6
	3	4	5		6		9	
6			2				4	5

7	4			6		3		
		5		8		4	9	
		9				7	6	2
		6			7			9
		3	8				1	
	9		5			2	7	6
1						6	8	
9			3	2	8	1		5
4	3							

PROGRAMACIÓ



BALL GRATUÏT dissabte 19, MÚSICA EN VIU AMB VICENÇ ALBELLA I
de 17 a 19.15h SORTEIG DE PLANTES

dissabte 26, MÚSICA VARIADA I SORTEIG DE
PLANTES

SEVILLANES dissabte 5
de 18 a 19.30h Activitat oberta de sevillanes

TASTET dimecres 9 d'octubre d'11.30H a 13.30 hores
PER A DONES COSMÈTICA NATURAL, Benestar a través de la natura.
Cal inscripció prèvia!

CICLE DE CONFERÈNCIES DE LITERATURA OCCIDENTAL

divendres 18 d'octubre d'11.30 a 11.30h
Quan comença la literatura moderna?
Cal inscripció prèvia

SENDERISME L'activitat habitual de senderisme es reprendrà al mes
de **novembre** tal i com ja vam informar a l'últim butlletí.

DIES DE TANCAMENT DEL CASAL 12 D'OCTUBRE