



# BUTLLETÍ INFORMATIU



## NOTÍCIES DEL CASAL



El passat 23 de novembre, el Ball que fem els dissabtes va reunir a més de 90 persones a la sala d'actes. És el segon Ball en pocs dies que acull a més de 80 persones.

Hem de recordar que la COVID-19 i el tancament dels Casals va ser l'inici d'una caiguda de la participació que ha estat complicada d'assumir per les persones voluntàries i per les persones que han continuat assistint.

Ens alegrem que més persones tornin a venir a ballar al Casal. Ens alegrem especialment per la Comissió de Ball perquè, amb totes les dificultats del món, està tornant a gaudir d'una sala plena com era habitual abans del 2020.



DESEMBRE  
2024

NÚM. 108



# MUJERES Y CAMBIO, EN BUSCA DE LA IGUALDAD TOTAL

Hace unos días, íbamos caminando y coincidimos con una chica joven, fue curioso porque sólo verla, tanto por su forma de vestir como por su actitud y su conversación, se veía una chica segura, independiente, libre. Ese encuentro nos llevó más tarde a comentar entre nosotros el cambio tan enorme que ha tenido la mujer en nuestra sociedad en los últimos años.

Las generaciones más jóvenes quizás no lo saben, pero en la época de mis padres, gobernando Franco, las mujeres necesitaban el permiso del padre o del marido para abrir una cuenta en el banco, para viajar o para sacarse el carnet de conducir, entre otras cosas. Incluso en mi caso, cuando mi mujer y yo éramos novios, ella tuvo que hacer el "Servicio Social femenino" que fue obligatorio desde 1937 a 1978, era necesario, por ejemplo, para sacarse el carnet de conducir, obtener el pasaporte o acceder a un título oficial.



Fue a partir de 1975, con la muerte de Franco, cuando hubo un cambio legislativo y social y empezó a haber avances para la igualdad de la mujer en España, desde esta fecha hasta la actualidad, se ha avanzado mucho, pero no lo suficiente, para que la mujer y el hombre tengan los mismos derechos, queda mucho por hacer y pongo unos ejemplos:

- *Eliminar la brecha salarial de género, no debe haber diferencia entre hombres y mujeres.*
- *Erradicar la violencia machista.*
- *Conciliar la vida laboral y familiar de la mujer, ella dedica el doble de tiempo al trabajo en la casa y también es la que está al cuidado de las personas dependientes.*
- *Aumentar la presencia de mujeres en algunos sectores laborales y puestos de responsabilidad, dominados por los hombres, hay que eliminar el llamado "Techo de Cristal", que es la dificultad de las mujeres para llegar a cargos más elevados o directivos.*

En los últimos años se han dado pasos de gigante, pero **hay que seguir trabajando para que la mujer y el hombre tengan los mismos derechos y las mismas oportunidades.**

# FESTES



Se estan acostant ja, les festes de Nadal. Per nosaltres els cristians tant si son Ortodoxes, Protestants o Catòlics, és una festa en la que és celebra el naixement de Jesús, ens fem regals, estem, normalment en família, etc... Però hem de tenir en compte que no es així en totes les parts del mon, hi ha llocs que tenen altres creences, us explico:

Pels musulmans, a part del Ramada hi ha la festa de "Id al-Frit" o festa petita que marca el final del dejuni, Làylat al-Qadr, i altres més.

En el mon hi ha altres cultures/creences a mes de les anomenades fins ara ni han a Sud-america, Àsia, fins hi tot al Àrtic, us en nomenaré unes quantes: el Hinduisme, el Budisme, el Nepalí, el Asteca, els Inques i moltes mes les he d'anomenar totes seria una llista molt llarga.

Però, el que jo us volia dir, és que dins de un mon amb tantes creences i cultures diferents com es el nostre, no ens hem d'estranyar que a Catalunya

terra d'acollida, en aquest moments tinguem un batibull de creences i festes que varien segons de quina cultura provenen.

Hem de tenir tots molt present, i quan dic tots, som tots, tan els nadius com els nous vinguts, un respecta mutu entre nosaltres i les nostres creences que ens permeti tenir una molt bona i pacifica convivència.

Una convivència que permeti, entre veïns, viure en pau i harmonia ajudant-nos els uns als altres.

Que unes persones tinguin uns trets diferencials dels altres, o un color de pell diferent de la majoria de nosaltres, això no hi vol dir res. Son persones iguals que nosaltres amb els nostres/seus defectes i amb les nostres/seves virtuts, que com nosaltres tots pretenen viure amb Pau.

Respectem a tothom i tothom ens respectarà a nosaltres.

Bones Festes i Bon Any per tothom.

# IMSERO (SEGUNDA ENTREGA)

No, no me desdigo, mi escrito sobre el IMSERSO ha traído no pocas controversias, pero... situémonos en el caso de una persona con movilidad reducida, mandarle una carta en la que se invita a viajar no deja de ser un sarcasmo, prever un viaje con meses de antelación, sin tener en cuenta que nuestro calendario está regido por imprevistos de salud, es también una lotería y por supuesto, remitirnos a un destino no apetecido o en época poco propicia no puede ser precisamente motivo de ilusión.

El cambio propuesto es muy sencillo: si no te seduce el lugar de destino o no puedes viajar, poder disponer del importe del viaje en forma de bono, cuya única condición sea gastarlo en eventos culturales, incluidos el teatro, el cine y por supuesto también viajar, pero a un destino ó época apetecible. También poder gastar su importe en una o varias actividades, de esta forma potenciaríamos la convivencia, realizando salidas en grupo o participando en una actividad determinada, e incluso abonos en centros deportivos o de rehabilitación.

Señoras y señores gobernantes, déjenos administrar el presupuesto que ustedes destinan a nuestro colectivo, dejen que el comercio del entretenimiento y de proximidad haga el resto, estamos seguros que las ofertas de captación no se harán esperar, e incluso el teatro y el cine podrían frenar la caída libre a la que están abocados, un trocito de nuestro pastel puede ser muy goloso y de esta forma, también quedarían beneficiadas

las personas que, por edad o circunstancias, se ven obligadas a depositar su oferta en el buzón de los desheredados.



Se nos pide integración, se nos pide mantener una actividad saludable y lúdica, se nos pide no dejar atrás a quien por circunstancias no puede seguir nuestro ritmo, se nos pide... en definitiva, que mantengamos la ilusión como norma de vida, pero en este caso y debido al sistema empleado por ustedes, muchos de nosotros quedamos catalogados como ciudadanos de segunda o lo que es más grave: la de juguetes rotos defenestrados por la administración.

Pedimos poder interactuar en un escenario propicio a nuestra situación y circunstancias y que ustedes nos limitan a disfrutar unos días “a mesa puesta” aunque esa mesa esté cojitranca, despendolada y en tierra de nadie.

**LA EDAD ES UN PASATIEMPO DEMASIADO CARO PARA DEJARLO PERDER**

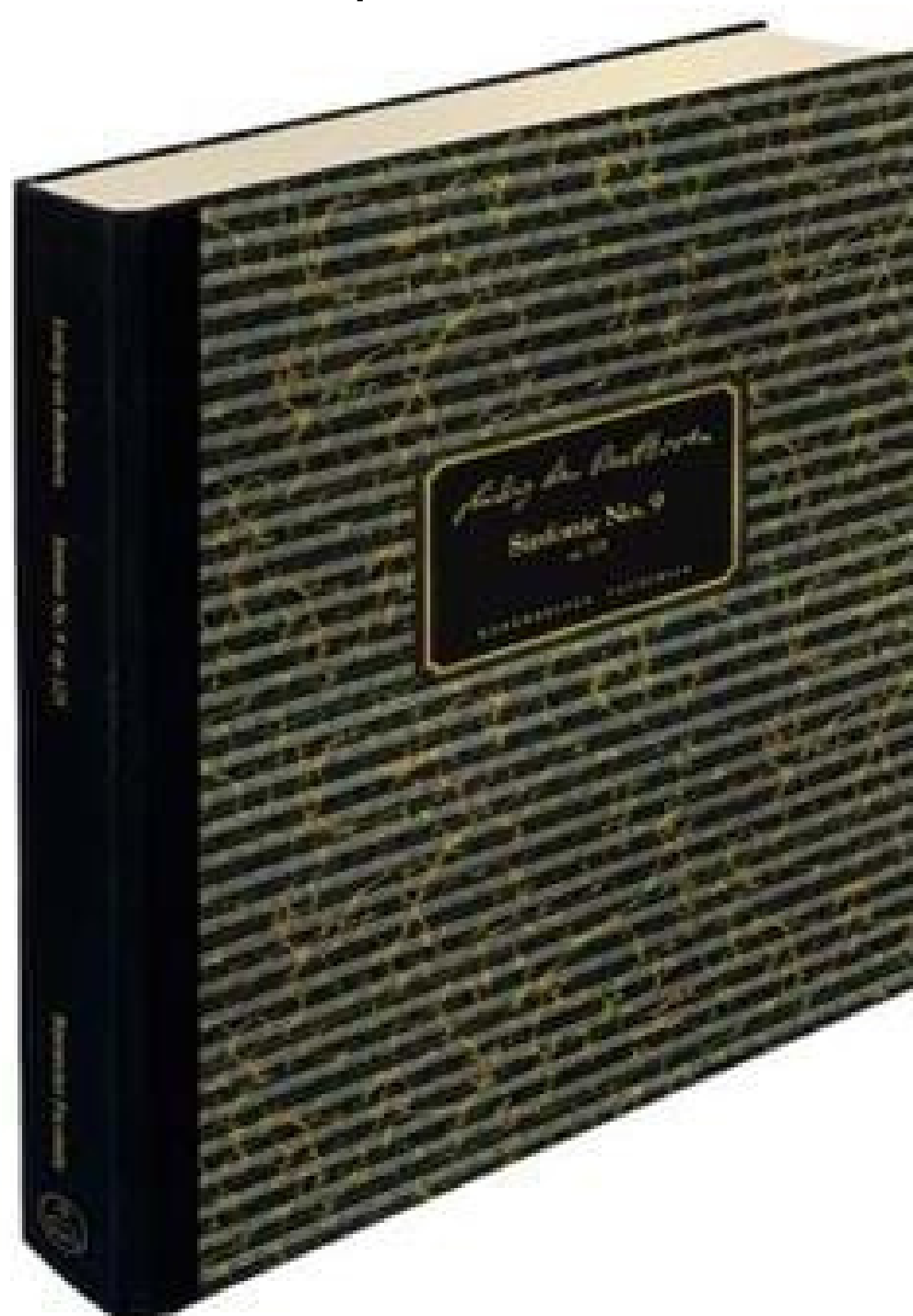
# 200 AÑOS DEL “HIMNO DE LA ALEGRÍA” EL MILAGRO DE UN GENIO

En 1824, Ludwig van Beethoven estrenó en el Teatro Imperial de Viena, su Novena Sinfonía, que está basada en la “Oda a la Alegría”, un poema de Friedrich Schiller. La letra del poema, habla de fraternidad, alegría, libertad y unidad; ideales que Beethoven había defendido toda su vida.

Beethoven, fue capaz de imaginar la música en su mente, sin escucharla. Su dominio del lenguaje musical era excepcional. Captaba emociones como: alegría, esperanza, dolor, fraternidad... y sabía expresarlas a través de distintos instrumentos, cuyos timbres conocía de memoria, sin necesidad de escucharlos. ¡Mentalmente dominaba más de 20 instrumentos sin poder oírlos!



Cuando Beethoven compuso su Novena Sinfonía, estaba completamente sordo, no escuchó los atronadores aplausos en el estreno. La ovación fue tan grande, que tuvieron que indicarle, que se diera la vuelta para que la viera.



El manuscrito original de la Novena Sinfonía, está conservado en la Biblioteca Estatal de Berlín, tiene un valor histórico y artístico incalculable. Es una de las piezas clásicas más importantes de todos los tiempos. Su influencia ha sido tan grande, que ha pasado de la música académica a la música pop. Estamos hablando de un genio que revolucionó la música.

Hoy, 200 años después, su mensaje de unidad, resuena más fuerte que nunca.

# EL DESEMBRE CONGELAT

Ara podem recordar algunes celebracions que s'escauen en aquest mes de desembre. Podríem començar per Sant Eloi dia 1 i acabar amb el 31, Sant Silvestre. Podríem continuar recordant el dia de la Constitució i després la Immaculada, patrona de les noies. Després Santa Llúcia «dotze dies per Nadal», la patrona de les modistes. Per celebrar la festa les noies feien colles i li porten flors a la capella que hi ha a la Catedral. Després fent xirinola pel bari anaven a esmorzar a can Culleretes nata i xocolata. La Santa també és la patrona dels sastres, rellotgers i tota mena d'oficis que treballen amb la vista.

A les escales de la Catedral hi ha festa popular amb les casetes plenes de figuretes de fang pels pessebres i d'altres objectes brillants pels arbres. I no hi podien faltar els arbres de totes les mides. I així xino-xano ja hem arribat a N A D A L.

La nit de Nadal és diferent a les altres, en la qual, el món commemora el fet meravellós de l'arribada del nen bonic i rosset que va néixer en una establia.



Aquella nit meravellosa, els pares i avis entretenen la mainada amb el tió, un tros de pi d'on surten petits jocs i llaminadures. Amb això la família està unida i comença la festa.

D'antics temps hi ha diverses tradicions religioses. Una d'elles és el cant de la Sibila que enmig de l'Ofici, solemne, un nen vestit de blanc, la canta amb la seva veu, ell tot sol. Avui a Mallorca encara la celebra.

Com és una Festa extraordinària, diferent a totes les altres es distingeix de manera preferent la manduca, per això comença a la vetlla i acaba amb el gran àpat tradicional de Nadal.

El dia 26 ens trobem que es celebra el martiri de Sant Esteve (proto martir). Va ser el primer en patir martiri per seguir les lleis del cristianisme. Aquest dia es celebra a Catalunya i a d'altres països, on és el Patró i molt venerat. La Catedral de Viena porta el seu nom.

Per sant Silvestre les bruixes van en destre

Per acabar el darrer dia del més és Sant Silvestre. En vells temps es deia als infants que les bruixes, a la nit baixaven de les muntanyes per fer de les seves i tothom es tancava a casa, no es podia sortir al carrer per por de trobar-les.



**Així acabem el calendari. Molt bones Festes a tothom i fins l'any que ve.**

# PESSEBRISTES

Como cada año, el día 13 de Diciembre tendrá lugar la inauguración de nuestro belén.

Con cosas renovadas, como la casa de Herodes y la incorporación de luces, y todo ello hecho con material reciclado.

Como cada año, hemos intentado confeccionar un belén con nuestra mayor ilusión. No sé si habremos logrado nuestro objetivo de hacer un belén bonito. Sed benevolentes porque sólo somos unos aficionados con muy buena voluntad.



## NAVIDAD

Las navidades se acercan  
con pasos de gigante.  
Las calles se están adornando  
con luces y con árboles  
Fiestas que no son  
Iguales para todos.  
Es la rueda de la vida,  
esa que nunca se para,  
es siempre una lotería  
Unos pierden, otros ganan.  
Unos tienen mucho y bueno  
Otros, poco o casi nada  
Las causas, son muchas veces  
esa codicia malvada  
que ciega y enloquece a algunos  
y los pobres, siempre pagan.  
muchos con su propia vida  
en guerras infames, sin alma.  
Otros porque la tierra se enfada  
mandando fuego, terremotos  
inundaciones... desgracias  
Pero siempre los que quedan  
Han de tener esperanza  
En que la cordura vuelva  
Y los días de bonanza.  
Las gentes buenas que ayudan  
a los que caen en desgracia.  
Respetados y bendecidos  
aquellos que dan de comer  
y de beber al sediento.  
Porque regalan su tiempo.  
Porque lo dan con amor.  
Porque consuelan y están  
Ellos son, el espíritu de la navidad.

**Gracias a los que ayudan a los  
necesitados.  
Ellos son los reyes y los ángeles de  
la Navidad**



## NAVIDAD 2024

¿Qué hemos perdido  
en esta navidad oscura  
para tantas almas?

¿Dónde nacerá el niño  
que apacigüe el fuego  
con su sonrisa?

¿Quién guarda el silencio  
ante la verdad serena  
de tanto texto sagrado?

Cierra los ojos, escucha  
adentro, tu enemigo es  
tu hermano,  
tu techo es su techo,  
tu plato es de todos.

Que vuelva pronto  
la palabra pródiga,  
que llueva a cántaros  
la paz.



# LA CABINA

Os acordáis de las cabinas de teléfonos?

En Barcelona, las han quitado todas, todas menos una.

Yo, como soy muy curiosa fui a verla hace años cuando me enteré que quedaba la única y última cabina, y la encontré en la calle Lledoner, entré en ella, estaba muy deteriorada, me causó una agradable sensación a la vez que una pena porque la iban a retirar como se ha hecho con todas las que se instalaron, pero mediante una consulta vecinal se acordó darle un servicio útil y así poder seguir disfrutándola.

Y vaya si lo consiguieron, la han cambiado de ubicación y restaurado, convirtiéndola en un punto de intercambio de libros, también es un punto de recarga de móviles y tiene WI-FI gratis. El cercano centro cívico Casa Grogà, es el que gestiona su acceso.

**Está situada en el barrio de Sant Genís dels Agudells, en la plaza Meguidó.**

Para que os situéis y por si queréis ir a verla in situ os comento que la encontraréis muy cerca del Hospital de San Rafael, la parada de metro Vall d'Hebrón, también se puede ir con el bus 19, 76 y 112.



# TRUITA JAPONESA OKONOMIYAKI

**Okonomiyaki** en japonès significa “el que t’agradi a la planxa”.

L'okonomiyaki és un plat que es va originar a la regió de Kansai (Kyoto, Osaka, Hiroshima...) i després es va estendre a tot el Japó.

Es tracta d'un plat de las classes populars. Hi ha molts restaurants al Japó que el preparen directament davant del comensal o fins i tot s'entreguen els ingredients als comensals i ells mateixos s'ho fan.

Aquí us presentem una manera de fer Okonomiyaki.



## INGREDIENTS

**3 tasses de col en juliana**

**2 cebes tendres**

**1 tassa de pa ratllat**

**3 ous**

**Sal**

## ELABORACIÓ

Tallar les cebes tendres a daus molt petits (Brunoise)

- Barrejar en un bol la col, el pa, les cebes i la sal.
- Afegir l'ou barrejat
- Deixar reposar 10 minuts
- En una paella pinta amb una mica d'oli i posa-la a foc mig
- Col·loca  $\frac{1}{4}$  d'una tassa i aplanar amb l'espàtula fins que tingui 1 cm de gruix.
- Quan estigui daurada donar la volta, fer el mateix amb la resta de la massa
- Es pot acompanyar amb llavors, fulls d'enciam, algues, sèsam, etc.
- Servir

# SUDOKU

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

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

# PROGRAMACIÓ



**BALL GRATUÏT de 17 a 19.15h** dissabte 14, MÚSICA VARIADA I SORTEIG DE PLANTES  
dissabte 28, FESTA DE CAP D'ANY AMB MÚSICA EN VIU AMB VICENT ALBELLA

**SEVILLANES de 18 a 19.30h** dissabte 21  
Activitat oberta de sevillanes

**TASTET PER A DONES** divendres **13 de desembre d'11.30 a 13.00 hores**  
ELS MITES DE L'AMOR. Cal inscripció prèvia!

**INAUGURACIÓ DEL PESSEBRE** divendres **13 de desembre a les 12 hores**

## CICLE DE CONFERÈNCIES DE LITERATURA OCCIDENTAL

divendres 20 de desembre d'11.30 a 13.00h  
**LA IL·LUSTRACIÓ: QUAN ENS VOLEM FER GRANS**  
Cal inscripció prèvia

**TEATRE** dimecres **18 de desembre a les 17.30 hores**  
Mostra del grup de teatre "NO T NI NOM"

**SENDERISME** **13 de desembre a les 9.00 hores**  
**Itinerari:** Estació FGC Vallvidrera superior - c/ Alberes - ctra. Vallvidrera al Tibidabo - ctra. Vista Rica - camí i font de Can Borní - font del Bacallà - Can Solé - església de St. Genís dels Agudells - ermita de St. Cebrià - c/Vayreda (Jardinets - escultures de Carles Soler).  
**Punt de trobada:** a FGC estació Provença per anar fins a l'estació de Peu Funicular.  
Allí agafarem el funicular per pujar fins a Vallvidrera superior.

**TANCAMENT DEL CASAL**

**6, 7, 24, 25, 26 i 31 DE DESEMBRE**