

Butlletí informatiu

del Casal de Gent Gran d' Horta

NÚM. 95

setembre 2023

EXPLORA I CREA

Històricament, no ens han ensenyat a sentir ni a donar i rebre afecte d'una manera sistemàtica. Si heu tingut la sort de créixer en un entorn respectuós, amorós i solidari, podeu entendre una mica més la importància que l'afecte ha tingut, té i tindrà en la nostra vida. Confiança, autoestima, empatia, passió, amabilitat, positivitat...

A la programació de tots els tallers trobareu el taller **L'Afecte** i el farem durant els mesos d'octubre i novembre.



En aquest taller, podreu repensar l'edat i l'envelliment amb creativitat a partir de l'afecte. Com? Primer, explorareu les vostres creences i punts de vista. Després, creareu noves maneres d'entendre, acceptar i viure l'envelliment mitjançant l'expressió corporal i el teatre.

Us animem a participar-hi. Si voleu repensar, expressar i gaudir, aquest és el vostre taller.

Si desitgeu participar al Butlletí, veniu al despatx a parlar amb nosaltres. Els escrits no han de superar les 35 línies.

SEPTIEMBRE, LOS ÚLTIMOS COLETAZOS DEL VERANO

En el pasado *Butlletí*, os hablaba de la isla de Skye en Las Highlands que ocupan el norte de Escocia. Su terreno montañoso y poco poblado cargado de historias, batallas y leyendas, ofrece paisajes con verdes colinas y profundos valles llenos de lagos, castillos y restos arqueológicos de la cultura local, donde aún se oye hablar el gaélico escocés que no se parece en nada al inglés.



La distancia entre los pueblos es muy larga; separados por altas montañas se complica más acceder a ellos y no en todos los pueblos hay supermercados para comprar algo de comer: donde los haya, aprovecha. Hay hoteles que incluyen el desayuno escocés, completo y contundente, y con él no tendrás que acordarte de comer hasta la hora de la cena.

Durante el viaje vimos extensas áreas de terreno con árboles cortados, a la espera de ser recogidos para transformarlos en muebles: su cliente principal es Ikea. El proceso es muy interesante porque ya tienen otra extensión de terreno con árboles adultos para la próxima tala, luego otro grupo de árboles un poco más jóvenes y otros empezando a nacer. En el hueco que dejan los árboles cortados, vuelven a sembrar más y así sucesivamente.



Llama la atención la cantidad de ovejas; *hay más ovejas que habitantes. La Blackface o cara negra es la raza más común y apreciada por sus características para afrontar las duras condiciones climáticas.*

Las *Highland cows o vacas de las tierras altas* impresionan de cerca; son amigables y peludas, su pelaje exterior es algo aceitoso para prevenir que la lluvia les cale; el interior es más suave y es el que les da calor durante los duros inviernos escoceses, el largo flequillo les protege los ojos de las inclemencias del tiempo y de los mosquitos. Sus cuernos largos les ayudan a escarbar en la nieve y poder llegar a las plantas enterradas; las de color rojizo son las más impactantes.

En Octubre cierran algunos servicios debido al clima de otoño/invierno y los días cortos condicionan mucho hacer alguna ruta ya que a las 4 de la tarde se hace de noche. Para viajar al norte de Escocia mejor esperar al buen tiempo.

Los viajeros que van con caravana o tienda de campaña están de enhorabuena ya que está permitida la libre acampada.

Si te atreves a conducir por la izquierda el viaje puede ser perfecto. ¡Mientras tanto... un dram (una copita) de whisky en algún pub no es mala idea!

Magda

LAT DE FICCI

De viatge per aquella petita illa, plena de sabines disperses enmig del boscam feréstec com totes les muntanyes de les costes braves.

Vaig baixar a la cala. Era encisadora, menuda i acollidora. D'una bellesa feréstega, l'aigua de la mar semblava transparent d'un color maragda, estava quieta i un cinturó d'escuma blanca moria suaument a la sorra.



Respirant aquella calma, no es podia pensar que un dia qualsevol la mateixa mar tranquil·la s'enfurismés i de mica en mica, l'oratge s'anés revoltant fins que el fort oratge abastés grans alçàries contra els penya-segats, i alhora la platja, batuda per les ones, arribava a desaparèixer.

Però després del temporal tornarà la calma i tota la platja quedarà neta i resplendent amb unes quantes algues escampades arreu.

Caminant lentament per la sorra freda i humida, no em vaig donar compte que el cel s'anava enfosquint; regnava un absolut silenci i el sol, com una gran esfera, fins desapareixia del tot.

Rosa M Ducet

LA VELLETA

Quan era petita, la meva mare sempre m'explicava que, aquí a Horta, hi havia una senyora velleta que sempre deia que no es volia morir mai perquè cada dia aprenia una cosa nova, ja fos una experiència, un guisat, un cosit o un saber estar amb tothom. Els anys m'han ajudat a entendre què em volia dir.



Amb els anys vaig aprendre que, realment, el que em volia dir amb aquestes paraules era que no em tanqués en mi mateixa, que escoltés i em relacionés amb altres persones, que probablement sempre aprendria una cosa nova.

La meva mare va néixer el 1926 al poble d'Horta. Tingueu en compte que en aquells anys Horta era talment un poble. Això significava que les dones només es podien reunir a parlar en els safareigs, el mercat o el carrer quan prenien la fresca.

Què vull dir amb això? Doncs que ells/es no tenien la possibilitat de reunir-se en un lloc on, d'una manera lúdica, poguessin aprendre coses noves.

Ara em direu i això perquè ens servirà? Doncs per intentar entendre a les altres persones que ens envolten. Ja sigui a dins del Casal o al carrer. Ja siguin família o siguin persones amb les quals no hi tinguem cap parentiu. Ja siguin quitxalla, jovent, persones d'edat adulta, persones grans o fins i tot persones velles -cosa que nosaltres encara no ho som. Sí, estem envoltats de persones que formen part de la nostra comunitat: que les trobem pel carrer, que viuen a la nostra pròpia escala o potser a la del costat, que potser porten la botiga que hi ha sota de casa. Potser son de la mateixa raça i color que nosaltres, o potser no. Però, en tot cas, son persones igual que nosaltres.

Persones que tal i com deia ja la meva mare, potser un dia ens hauran d'ajudar o potser nosaltres a ells, "qui lo sa".

En qualsevol cas, el fet de relacionar-nos amb altres persones i començar a entendre la nova tecnologia sempre ens permetrà viure millor i tenir més qualitat de vida.

Bon estiu a tothom!!!

Antònia Valls

LOS MOONWALKERS

Que rápido cambia todo, ya lo que faltaba. ¡Ya existen los zapatos eléctricos más rápidos del mundo!

Son una realidad; si has ido de vacaciones a EEUU igual hasta los has visto y te has quedado asombrado/a al ver pasar a tu lado a una persona caminando al doble o triple de la velocidad a la que tu caminabas. Digo a EEUU porque por ahora solo se comercializan en ese país.

Como casi siempre, los primeros, los americanos. Pero es también una cuestión de precio: cuestan unos 1.300€, casi el doble de lo que cuesta un patinete eléctrico de gama media/alta... Pero todo llegará. Se comercializarán en todas partes, su precio bajará y en cuatro días cuando salgamos a la calle los tendremos que ir sorteando junto a las bicicletas, patinetes eléctricos y otros artilugios que circulan a sus anchas.

¿Pero qué son los moonwalkers? ¿Cómo funcionan?

Pues son unas plataformas que se ajustan a los zapatos provistas de un motor eléctrico de 300W conectado a las ruedas y con una autonomía de 10 km.



Puedes andar sin esfuerzo a una velocidad constante de unos 11,27 km por hora, cuando la velocidad media de una persona es de 4,83 km hora. Para hacernos una idea, es como si caminaras por las cintas transportadoras que se encuentran en los pasillos del aeropuerto. Si andas más rápido aceleras y más lento desaceleras, así de fácil.

Juanjo

REFLEXIONS SOBRE EL CASAL DE GENT GRAN

Tots ens fem una o altra idea sobre la nostra condició de gent gran. El més comú dels pensaments és el de la nostra pèrdua progressiva de facultats físiques i mentals. I no hi ha cosa més certa.

Però encara que perdem aquestes facultats mentals i en tinguem consciència, si no falla aquesta consciència, tinc el convenciment que les nostres possibilitats d'entesa amb els altres pot, o podrien, estar més obertes.

Gairebé se'ns censura quan volem iniciar alguna conversa on s'ensumi que pot originar una polèmica encesa. I és cert, serà així mentre pretenguem imposar el nostre criteri sense escoltar els altres. I aquí és on vull posar l'accent, atenent al meu tarannà confegit de constants interrogants sobre les meves idees.

Des de ben menut he acceptat els criteris dels més grans, veient que era incapaç de raonar-los amb arguments propis. Però immediatament que m'he vist amb prou capacitat per destriar-los, m'he anat fent el meu propi ideari que de seguida vaig desestimar com a dogma; perquè he après que tot allò que acceptes com a segur no fa altra cosa que entorpir el curs lògic de la nostra ment.

Creure en unes veritats absolutes és una força terrible: t'estalvia el recurs de pensar i així tens prou força per sotmetre el rival sense miraments i amb la consciència tranquil·la. Així va el món i ja tenim massa a prop les idees força dels qui volen que la gent no pensi i portar-nos altre cop a la foscor de la humanitat per a la satisfacció de no sé qui, o sí que ho sé...

No vull dir amb això que no hem de creure. Sí que cal creure que la nostra ment pot trobar uns camins cap a la veritat; uns camins perquè qui cregui que l'ha trobada, la veritat, segur que s'equivoca.

Per això sí que crec que podríem fer l'exercici aquest d'intentar raonar sobre qualsevol qüestió conflictiva, no pas per arribar a conclusions definitives sinó per demostrar-nos a nosaltres mateixos que som capaços d'expressar-nos lliurement i conviure acceptant criteris diferents.

Només establiria una excepció a trobades amb aquesta finalitat. Qui vulgui ser-hi per imposar les seves idees no pot ser benvingut.

Francesc

INJUSTÍCIES

Sabíeu que... per rescatar el submarí que portava cinc milionaris a bord que volien fer un "turisme" agosarat anant a veure les restes del Titànic, es van dedicar dos vaixells, tres avions i altres artefactes capaços de detectar submarins?

Es van moure recursos dels EEUU, Canadà, França i Regne Unit: avions, embarcacions i drons submarins.

Als mateixos dies naufragava al Mediterrani un vaixell amb centenars de migrants i potser altres embarcacions més petites que ni se saben. Cap país europeu movia res per rescatar-los.

Aquests migrants buscaven una vida millor o fugien de les guerres; els altres, els passatgers del Titan, anaven sobrats de tot però els faltava una experiència més pel seu ego capriciós.



La vida de les persones hauria de valer igual però estem molt lluny d'això. Tenim el greu perill d'acostumar-nos a les notícies de la mort de tantes persones al Mediterrani, els milers que perden la vida en aquest mar; i dels pares i mares que segurament esperen amb angoixa notícies dels seus fills.

JUSTÍCIA, JUSTÍCIA, SI US PLAUIII Sinó ens haurem de preguntar com deia algú "Hi ha vida intel·ligent sobre el planeta terra" ???

Teresa i Francesc

PROGRAMACIÓ MENSUAL

✧ **Senderisme** ⇒ De l'ermita de Sant Ramon a Viladecans ⇒
⌚ Divendres 29 de setembre a les 9h a la plaça Eivissa

**ACTIVITAT GRATUÏTA. INSCRIPCIONS PER TELÈFON O
WHATSAPP AL 618 15 14 23 I PRESENCIALMENT
DE DILLUNS A DIVENDRES DE 10 A 13H I DE 16 A 18H**

Us recordem informació important:

INSCRIPCIONS DE TALLERS OCTUBRE-DESEMBRE

Repament de números i informació de tallers:

Del 4 al 12 de setembre de 10 a 13h i de 16 a 18h

Publicació de torns d'ordre d'inscripcions: 14 i 15 de setembre

Inscripció presencial i pagament:

Del 18 al 29 de setembre en el dia i hora del torn d'inscripció

Repesca: Del 3 a l'11 d'octubre de 10 a 13h i de 16 a 18h

DIES FESTIUS ⇒ Els dies 11, 24 i 25 de setembre el Casal romandrà tancat

INICI DELS TALLERS ⇒ setmana del 2 d'octubre segons el dia de cada taller
