



Cómo va la cosa

El pleno del Ayuntamiento de Torremocha celebrado el 19 de diciembre acordó solicitar a la Comunidad Autónoma de Madrid una "modificación en el uso del suelo" para un terreno municipal de 16.000m² situado en el extremo sureste del casco urbano. Por informaciones del propio Ayuntamiento sabemos que esta documentación ya está presentada a la CAM.

Esta modificación requiere un trámite en principio más breve y sencillo que la aprobación del Plan General de Ordenación Urbana del pueblo, pues se refiere a un suelo que ya está calificado de urbano, y se trataría sólo de un cambio de uso, para otorgarle una calificación que permitiera construir en él una residencia.

¿En qué nos afecta a nosotros esta gestión municipal? Pues muy sencillo. Cuando se apruebe este cambio de uso, si todavía no está aprobado el

PGOU de Torremocha, podríamos negociar con el Ayuntamiento una permuta del terreno que ya tenemos adquirido por este otro terreno, y plantear en él la construcción de nuestra residencia. Esto supone que mantenemos abiertas dos vías, **primera**: si se aprueba pronto el PGOU de Torremocha, edificaríamos en el terreno que ya es de nuestra propiedad; **segunda**: si se aprueba el cambio de uso sin que el PG tenga luz verde, podríamos permutar con el Ayuntamiento y edificar en el nuevo terreno.

Se trata de una ampliación de nuestras posibilidades para alcanzar lo antes posible la deseada residencia. En cualquier caso la decisión sería planteada en una Asamblea General para ser debatida por todas y todos.

A. Zugasti

Noticias de familia

Esto de "FAMILIA TRABENSOL" se le ocurrió a Pepa Salamanca y no está mal ¿verdad?



En el último nº omitimos decir que también Pepe y Dori serán abuelos primerizos no tardando. Nuestra felicitación.



Tenemos un nuevo miembro en nuestra cooperativa, M^a Antonia, a la que damos la bienvenida y acogemos con cariño siempre dispuestos a agrandar la familia. Esperamos la ocasión de poder conocernos.



Y preguntamos a Pepa: ¿Nos aceptarán como familia los señores obispos españoles? Necesitamos que quien sepa nos aclare esta duda.



EL TOPONÍMICO

¿Cómo se llama a los naturales de Torremocha del Jarama? si alguien lo conoce que lo diga. Porque, esperemos que no tardando, nosotros también nos llamaremos “terremochanos” o “torremochinos” o quizá “torremocheros”...

GARBANZOS DE TORREMOCHA

Una sorpresa. Hace unos días mi mujer invitó a unas amigas a comer en casa y éstas le sugirieron que preparara un cocidito. Dicho y hecho, no le faltaba de nada, sus pelotillas de pan rallado, su repollo y todos los demás consabidos ingredientes.

Todo estaba rico, rico y en especial **los garbanzos**. Ni que decir tiene que la ropa vieja al día siguiente estaba igualmente buena.

Un consejo: quienes no hayan probado todavía los **garbanzos de Torremocha** que lo hagan, merecen la pena. ¿Dónde encontrarlos? Pues en Torremocha, al lado de la noria, hay una tienda de la Cooperativa Agroalimentaria y allí están entre otros productos de la tierra.

J.L. Belinchón



TRUEQUE

José L. Belinchón ya tiene el cencerro que buscaba. Unas almas caritativas se lo han conseguido. Gracias en su nombre. Lo quería para hacer más ruido en las manifestaciones convocadas por la huelga de su trabajo, pero ésta ya se ha acabado. Ahora sus nietos juegan con él encantados y cuando no lo hacen es un objeto decorativo estupendo.

¿Le sobra a alguien un ordenador viejo, pero que funcione?
¿Le hace falta a alguien un ordenador viejo pero que funcione?
Decídnoslo e intentaremos casar oferta y demanda.

SOBRE EL HUMOR

- El humor permite al ego triunfar sobre todas las derrotas, obstáculos y tragedias de la vida (Freud).
- De mayor quiero ser niño (Joseph Heller).
- El humor potencia el crecimiento personal y emocional del individuo sano (E. Jáuregui)
- De la paz interior surge, de manera espontánea, el humor y la risa (Dalai Lama).

Tomado de un artículo: *Enseñanzas de la risa*.

Si alguien lo quiere, que lo pida. Con mucho gusto se envía a domicilio...

LA VEJEZ, ¿tiempo de sólo pérdidas?



Es muy probable que usted, querido lector, lectora, haya deseado cambiar “vejez” por otra palabra cualquiera de tantas que se utilizan para decir lo mismo: tercera edad, persona mayor, jubilado... Siempre estamos buscando otras palabras que no aludan tan directamente a los aspectos poco favorecedores de la vejez.

Pero el hecho es que la vida misma va paulatinamente evidenciando que no se escapa nadie de ser viejo. Y si se escapa, tanto peor.

La esplendorosa juventud de los 20, 25, 30... años, va dejando paso inevitablemente a otras etapas de la vida. Y es hasta ridículo empeñarse en vivirlas al revés, o simplemente detenerlas.

Empieza, en el mejor de los casos, un largo camino en el que poco a poco se van perdiendo cualidades: memoria, vista, oído, fuerza, alegría... Es como una cuesta abajo...

Por eso hay que aprender a adaptarse, a vivir con las lógicas limitaciones, a gozar de las cosas pequeñas (esas que siempre están ahí: una conversación, las

palabras bien dichas de una lectura, la luz, la nube, la brisa, la sonrisa de un niño, la música, los viajes, la poesía... mil cosas. El mundo no se acaba).

Es ley de vida: todas las especies aprenden a adaptarse. Hay que estar atento, y sacarle jugo a la vida todo el tiempo. Sabiendo que todos tenemos limitaciones: no somos una excepción. Pretender vivir “como si” no hubiera limitaciones es de locos.

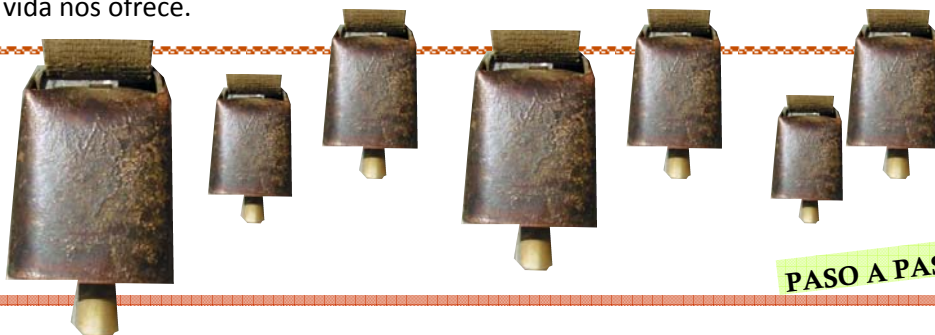
Pero hay algo que puede permanecer siempre: la curiosidad, el interés por las personas y las cosas.

Esto es muy importante porque da sentido a la vida, porque nos permite aceptar cambios sin sufrir traumas, olvidar las añoranzas de tiempos mejores.

Cuando a uno le suena todo igual, un día le parece igual al anterior, le da lo mismo una cosa u otra... y se desconecta, porque la vida le parece rutinaria, ese día ha empezado a ser viejo de verdad, aunque tenga pocos años.

Ovidio Fuentes (extracto de Sembrats)

Y en Trabensol, entre todos y todas, QUEREMOS poner las condiciones para adaptarnos y seguir disfrutando de las muchas satisfacciones gratuitas que la vida nos ofrece.



PASO A PASO



PRÓXIMA EXCURSION

Estamos pensando, en organizar una nueva salida a Torremocha en plan Senderismo recorriendo una de las bonitas rutas que hay por el entorno. Podría ser el Sábado, para evitar el atasco de vuelta, 5 de Abril, ya con la primavera. pero se avisaría con tiempo. Como la vez anterior iríamos en autocar y haríamos una ruta fácil.

Podríamos hacer una comida de campo, con las tortillas consabidas . Se podría tener previsto un lugar cubierto para comer en caso de mal tiempo. Necesitamos un voluntario/a que organice la marcha.

¿Quién se anima A ORGANIZARLO?

¿SERÍA POSIBLE?

Por otro lado y ya para la primera quincena de Septiembre, Pepa Salamanca se ha animado a *prepararnos un viajecito a la EXPO DE ZARAGOZA* con la doble finalidad de convivir e irnos conociendo mientras disfrutamos; también a mucha gente le gustaría no perderse. Serían dos noches. Necesita hacer un sondeo para seguir adelante y ver si hay nº suficiente de interesados/as y si no, abandonar la idea.

Sin ningún compromiso, se trataría de llamarla para decir si alguno/a está interesado/a: PEPA Salamanca Tlf.:915073241; Móvil: 630080164. A ver si antes del 15 de Febrero tiene ya una idea más o menos clara.

Consejos para reír más y mejor

Busca las situaciones que fomentan la risa:

Los descansos, las reuniones sociales, los días de fiesta, las vacaciones y todas las situaciones con amigos, familia, pareja o compañeros.

Acércate a los niños:

En la risa, nuestros mejores maestros son ellos. Redescubre el juego, las cosquillas, los caretos, la tontería, los trucos de magia, las guarradas, los chistes malos...

Ríete de ti mismo:

Sigue la recomendación del filósofo romano Plotino y de los místicos orientales de ver tu propia vida y el mundo entero como una obra de teatro y a ti mismo como un mero personaje. Verás que todo se vuelve bastante más cómico.

Botiquín del humor:

Colecciona las viñetas, artículos, chistes, fotos y videos que más te hagan reír. ¡Usa en casos de emergencia... y cuando quieras!

Desarrolla tu sentido del humor:

Es más eficaz crear tu propio humor activamente que consumir risas enlatadas.

Practica la risa tonta:

Cada mañana, colócate delante del espejo y practica reír sin motivo alguno durante dos minutos.

Expresa tus sentimientos:

El humor no debería emplearse para disimular otros sentimientos como el miedo o la tristeza -- para reír verdaderamente debes explorar y liberar todo tu mundo emotivo.

Controla el estrés:

La risa reduce el estrés, pero también es más difícil reír cuando estamos estresados. Aprende e integra alguna técnica de relajación en tu vida.

Da y recibirás:

Si compartes bromas, risas y juegos con los demás, crearás relaciones divertidas