

Cómo va la cosa

La primavera nos da un respiro en este invierno de coronavirus que estamos viviendo a nivel planetario.

En Trabensol estamos prevenidos y seguimos sin contagios desde la primera ola. Pero ya se van abriendo las restricciones con el nuevo protocolo de desinfección de salas por el que se sustituye el uso de ozono, buscando la ventilación y aplicando la limpieza, al tiempo que controlamos la pureza del aire con los medidores de CO2.

Dolidos por el deterioro del medio ambiente, hemos cambiado a recipientes de cristal para el reparto de las comidas. También se han cambiado las farolas del parking buscando la mejor eficiencia energética, lo mismo se hizo con la instalación de las placas solares.

Pero el tema clave de esta primavera es la vacu-

nación, que ya camina por tramos de edad y nos da, según dicen, esperanza de una pronta salida del túnel.

Las visitas a la casa aún deben esperar. Para situaciones delicadas, Gerencia y familia revisarán la forma en que debe organizarse el cuidado y acompañamiento a las personas que lo necesiten.

Con el acompañamiento y mutua ayuda, y admirando el milagro de la primavera desde nuestra ventana o paseando por el bonito jardín, estamos superando esta noche oscura y mirando con optimismo el futuro.

En Trabensol se están activando nuevas ideas y propuestas de actividades, lo que se entiende como un signo de vitalidad de la Cooperativa.

Pepe Redondo

Noticias de familia



Una nueva nieta para Dori y Pepe Redondo. Niña tenía que ser: ¡Bienvenida, Ania! Y tus abuelos, felices, de tu parte, nos han invitado a un gran helado. El primero de la temporada. Gracias.



Paqui, nuestra trabajadora, a la que echamos de menos, sigue enferma de Covid y lleva una temporada de baja. Ha salido felizmente, pero las secuelas están siendo fuertes y no se puede incorporar al trabajo. La recordamos con mucho afecto.



La vacunación sigue su ritmo. Con ella nos protegemos y nos parece que será la manera de poder abrir la convivencia y la relación mutua.



Nuestra muy querida y valorada médica de cabecera, Elena Orio, ha asumido una tarea diferente en el área sanitaria de esta zona. Los recortes a la atención primaria se dejan notar y más para nuestros pequeños pueblos. Sabemos que ella lo acusa y padece. Mantenemos vivo el afecto y agradecimiento a Elena.



Un grupo de trabensoleños, el viernes de semana santa, propusieron un acto abierto a todos. Se trató de recordar a los dolientes de la tierra, sobre todo a los actuales. Como siempre, se respeta la diversidad de iniciativas. Fue algo emotivo y cargado de sentido.



Aún no comemos en el comedor, pero esperamos superar pronto esta limitación. Por ahora felicita-

mos a quienes han oído nuestro clamor y han encontrado la fórmula para dejar de utilizar los envases desechables y usar los de cristal. El planeta lo agradece.



Se han abierto las limitaciones de utilización del baño terapéutico, tan necesario para la recuperación de algunos de nosotros. También se agradece.



Participamos desde hace años en el grupo de gimnasia de mantenimiento del pueblo. Jorge es un maestro en el tema y ahora, además, viene un día en semana a Trabensol para ayudar a las personas que tenemos necesidad de un mantenimiento más adaptado a nuestras posibilidades.



“Los sábados culturales”

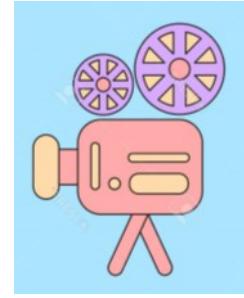
A un grupo de miembros de TRABENSOL se nos ocurrió recientemente que podríamos crear un espacio de “cine cultural”, como complemento al cine de los domingos, de tipo más recreativo, y que sirviera para exhibir películas sobre temas de bellas artes (música, pintura, arquitectura...) y otras áreas como historia, pensamiento, biografías de interés, etc. En efecto, el cine tiene gran número de películas y/o documentales de gran interés cultural y consideramos que era lastimoso que las personas de TRABENSOL no aprovecharan tal tesoro.

Así, insertando nuestro Grupo en la Comisión de Actividades, se convino dedicar en principio dos sábados de mes. Lo formamos inicialmente: Carmen Mahe-dero, Ramón, Jaime Moreno y Jaime Beneyto.

Este Grupo está abierto a cuantas sugerencias propongan los miembros de TRABENSOL, beneficiarios finales de esta iniciativa, para la buena marcha sucesiva.

La primera sesión tuvo lugar el sábado 13 de marzo con la película “Amor inmortal” sobre la vida de Beethoven, del director Bernard Rose del año 1994, como un obligado homenaje por el reciente 250º aniversario del nacimiento del compositor.

Jaime Beneyto-



Comisión de Vida Saludable

Hace poco hemos continuado en Trabensol con una comisión que se llama Vida Saludable y que iniciaron, como tantas otras, algunas de nuestras compañeras durante los primeros años.

La hemos reorganizado repartiéndonos por áreas, para coordinar las actividades relacionadas con la salud física, la salud mental y la higiene ambiental. Todo ello para favorecer nuestro bienestar.

Desde esta comisión se lanzó la idea de organizar un *encuentro festivo sorpresa* para recibir la primavera y “vacunarnos” de la falta

de contacto y relación próxima a la que nos ha llevado el confinamiento.

La fiesta resulto una experiencia muy positiva. Teníamos ganas de pasarlo bien pero respetando las normas de seguridad de la pandemia. Fue al aire libre, con utilización de mascarillas; se premio la mas original y la mas bonita. Reímos, bailamos, charlamos y nos divertimos compartiendo una tarde estupenda con el deseo de que pronto esta proximidad sea la habitual.

Isabel Pérez



Participación: La Dependencia en Trabensol

Tiene una importancia grande al encontrarse entre los Principios Básicos de nuestra cooperativa. Además, conlleva un aspecto muy sensible ya que nos sentimos todos afectados como posibles candidatos.

Por eso, la Comisión de De-

pendencia, a través del Consejo Rector, han puesto en marcha una dinámica de trabajo por grupos.

Nos hemos apuntado libremente para formar 6 grupos de no más de 12 personas .

Nos facilitaron un guion para mejor llegar a expresar cual creemos que es la idea originaria, lo que no nos gusta, nuestras esperanzas, temores, deseos.

Abordamos además, otros aspectos, dentro del marco que nos hemos dado,

como es el económico, las dificultades técnicas, el papel del voluntariado y si necesitamos soluciones habitacionales. Todo esto y más.

Contamos con amplias posibilidades para una adecuada participación. Todos los grupos conoceremos lo que trabajan los demás y al final llegará a la Comisión de Dependencia y al Consejo Rector que dará las pautas para encauzar adecuadamente la respuesta a *las necesidades que con la edad y la pérdida de la salud pudieran acaecernos.*

Felisa





Celebración del 8 de Marzo

La creatividad no cesa y este año, la fiesta de la mujer, el 8 de marzo, ha estado llena de actos interesantes, siempre respetando el cuidado y la protección de unos a otros. Recitales en la plaza del ayuntamiento. Conciertos, batucadas.... Todo el pueblo estaba regado de poemas que muchas mujeres nos han legado a lo largo de nuestra historia reciente. Avanzamos en su justo reconocimiento social.

Feminismo:

En Trabensol creemos que tenemos lograda la igualdad de hombres y mujeres. ¡Ojalá! Pero a veces afloran actitudes más o menos machistas, eso sí, inconscientes, que anidan en nuestros genes. Son muchos siglos de educación en esta línea. Por eso nos viene bien celebrar, al menos un día al año, la reivindicación de los mismos derechos, y el reconocimiento de su

dignidad e importancia en el desarrollo de la Humanidad. Da escalofríos pensar que, según Unicef, hay más de 100 países donde aún persisten leyes discriminatorias.

En este acto de homenaje repasamos la historia de algunas mujeres valientes que se enfrentaron a las costumbres misóginas de su tiempo, que las relegaban al hogar y a la sumisión.

Así, releímos relatos de Rosalía de Castro y hemos escuchado fragmentos de compositoras musicales que firmaban sus obras con nombres masculinos para que fueran valoradas: Clara Schumann, Fanny Mendelssohn... Otras tuvieron más suerte: Teresa Carreño o Francesca Caccini, que triunfó en la Corte de los Médicis.

Y descubrimos otras mujeres de gran talla, que nos eran casi desconocidas: María de Lejárraga, Mileva Maric, Gisela López... Finalizó el acto con la joven cantautora,

Rozalén. Todo un reconocimiento y admiración, que llenó de orgullo a las mujeres, y una cura de humildad para los hombres.

Pepe Redondo



María de Lejárraga, a comienzos del s. XX

El día del libro el 23 de abril

También *el día del libro* tuvo su espacio en la casa. Con un formato adaptado a las circunstancias, pudimos compartir los libros leídos que nos habían gustado, para animar o recomendar su lectura.

Algunos de los libros nos habían impactado, incluso nos habían cambiado la vida...

Sí, el objetivo se cumplió con creces. Disfrutamos de las lecturas de todos, del entusiasmo que nos crea la dedicación a la lectura, de constatar que se lee bastante. Ha sido una actividad muy estimulante.

Además, a los pocos días, se reanudó el **libro fórum**: Todos habíamos leído el libro de Paul Auster, titulado *Brooklyn Follies*.

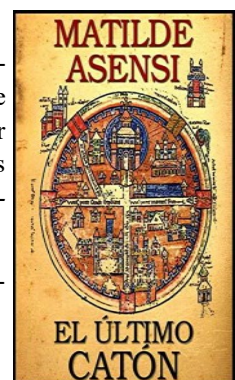
Hubo un rico intercambio de puntos de vista y expresamos nuestra predilección sobre unos personajes u otros; todos ellos magistralmente convertidos por el autor en seres de carne y hueso.

No es de extrañar, tratándose de tal autor, lo que pudimos disfrutar con él, entretenernos y poder reflexionar sobre algunos aspectos de la vida de cada día.

Está escrito con una fluidez y sencillez que te envuelve y te va llevando...

Con el programa de préstamo de libros de la comunidad de Madrid., nos vuelven a ofrecer entre dos posibilidades, que no es mucho, y elegimos *El último catón*.

¿Será un tesoro escondido? Vamos a descubrirlo.





Buenas tardes, muchas gracias, cómo siempre por tener noticias vuestras, me encanta leer vuestro boletín (este de marzo creo que ya lo he leído tres veces), me ha gustado mucho la redacción del artículo 'Almendros en el desierto'.

Hace un par de meses paseando en mi hora de descanso del trabajo y que aprovecho para escuchar algún podcast que alimente mi alma, escuché unos versos del poema 'Invictus' de William Ernest Henley y no sé por qué pero trajo a Trabensol a mis pensamientos, aquí dejo

estos versos del citado poema:

Cuidaros mucho y a ver si podemos vernos pronto, os llevamos siempre en nuestros pensamientos y corazón. Besos Fati y Javi

*En la noche que me envuelve,
negra, como un pozo insondable,
le doy gracias al dios que fuere,
por mi alma inconquistable.*

*En las garras de las circunstancias,
no he gemido, ni llorado.
Bajo los golpes del destino,
mi cabeza ensangrentada
jamás se ha postrado.*

Más allá de este lugar de ira y llanto

*acecha la oscuridad con su horror.
Y sin embargo la amenaza de los
años
me halla, y me hallará sin temor.*

*Ya no importa cuán estrecho haya
sido el camino,
Ni cuántos castigos lleve
a mi espalda:
Soy el amo de mi destino,
Soy el capitán de mi alma.*

*Gracias, amigos, por
vuestra carta.*

Senderismo

AFICIONES COMPARTIDAS: Existen formas y maneras de llegar a realizar actos que, al compartirlos con los demás, nos ayudan a que la actividad realizada se nos haga más placentera.

En estas ocasiones compartir unos minutos con estos compañeros nos lleva a poder efectuar comentarios, con unos y con otros, mas allá de lo convencional y estricto que podamos hacer en el pasillo de casa camino de no sé dónde.

Nos hemos dado la oportunidad (una vez más) de poder hacer ejercicio al aire libre, poder conocer rutas y caminos magníficos en los alrededores de nuestra casa. Visitando lugares y compartiendo momentos al mismo tiempo que podemos entender o conocer algún

problema que tenemos cerca y que desconocíamos.

Los lunes, para los que lo saben ó para los que no lo recuerdan, se ha restablecido SENDERISMO, sin ánimo de amilanar o enseñar a nadie nada que ya sepa y conozca.

Eso sí, ofreciendo a todo aquel que pueda aportar alguna idea, alguna ruta, alguna experiencia que lo haga y que lo comparta con todos nosotros.

Llevamos saliendo mes y medio y esperamos poder ir ampliando el grupo, que sin grandes alardes, queremos que sea referente de compañerismo, solidaridad y diversión. Os esperamos los lunes a las 08.15 horas.

Julio Arribas

