

CÓMO VA LA COSA

Tenía que ser en Primavera cuando la Naturaleza despierta. También en Trabensol despertamos del letargo de la pandemia y ofrecemos de nuevo nuestra casa con todos sus rincones y actividades a quienes desean conocernos. Nuestros asociados, de forma especial y por derecho, tenéis nuestra casa abierta. Estos dos años de ayuno parece que nos han distanciado, pero la afectividad y las relaciones de confianza son una característica de Trabensol y tenemos que recuperarlas. Os esperamos.

Hemos trabajado en grupo para actualizar el Reglamento de Régimen Interior. Ha sido aprobado por la Asamblea General. Las normas tienen siempre la finalidad de conseguir una convivencia organizada y feliz.

Siempre tenemos presente la atención a la dependencia. Necesitamos ser reconocidos, oficialmente, como centro que ofrece servicios sanita-

rios; eso nos facilitaría la organización. Con este fin hemos recibido a los responsables de la CAM: al Sr. García Ferrer del área del Mayor y Dependencia; al Sr. López Santos de Evaluación, Calidad e Innovación; al Sr. Prieto Rivera del Servicio para Personas Mayores.

Se ha incorporado una pareja, Juan y Prado, al alojamiento que quedaba vacío. Vienen con toda la fuerza y ganas de continuar haciendo posible este proyecto cooperativo. Es como si hubieran estado siempre aquí.

Hemos tenido a lo largo del trimestre dos Asambleas Generales y a finales de mayo tenemos la Ordinaria para la aprobación de las cuentas. Se nos informa, y toda la documentación nos confirma, que nuestra economía está muy saneada.

Pepe Redondo



NOTICIAS DE FAMILIA

 Ya hemos empezado a tener en casa nietos, familiares y amigos. Estamos contentos de volver a enlazar con aspectos entrañables de nuestra vida.

 Nuestro jardín revienta de color y hermosura. El atardecer, a pesar de que ya ha aparecido el calor, nos invita al disfrute pacífico y sosegado..

 Damos la bienvenida como ASOCIADOS a dos parejas: José Miguel González y María Elena Lozano; también a Jesús Villen y Ana Vázquez. Estaríamos encantados de poder contar con ellos como compañeros de la casa.

 La vida en Trabensol sigue rica y variada. Es fun-



damental la organización y creatividad de las diversas comisiones y la participación de los cooperativistas. Aunque algunas cosas parecen más vistosas, todas son importantes y necesarias: la mejora de nuestra alimentación y de la lavandería; el orden y la limpieza de la casa; las ayudas puntuales; el interés de unos por otros. Todo se agradece.

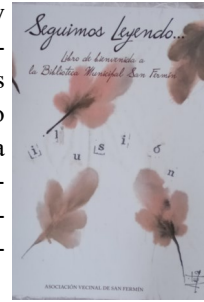
Seguimos con la celebración de los cumpleaños trimestrales. Cada uno tiene un encanto propio y todos estamos bien dispuestos a celebrar los años y la vida.

Torremocha, pueblo pequeño pero grande según el horizonte y los deseos, participó en la cadena por la

paz. Trabensol supo poner su pequeño eslabón en esta cadena. El grupo de la batucada tocó por la igualdad y por la paz.



La **Asociación Vecinal de San Fermín**, de la que nuestros compañeros Rosa y Víctor son miembros muy cualificados, ha conseguido después de años trabajando, editar un bonito y cuidado libro, que recomendamos, sobre la actividad previa a la flamante Biblioteca conseguida. Ahora será más alcanzable el objetivo que iban consiguiendo: "SEGUIR LEYENDO"



CARTAS DE NUESTROS LECTORES

"...Aún no formo parte de vuestra comunidad, pero tengo la esperanza de poder hacerlo cuando las circunstancias me sean favorables. Estaré encantada de poder participar con vosotros y vosotras y estar informada de los acontecimientos que vayan surgiendo. Me gusta mucho vuestro proyecto y por eso quiero ser parte de él..."



Teresa

"...Me admira vuestro espíritu de apertura consciente hacia la vida. Me alegra sentir que hay comunidades de personas que se unen para sentirse juntas, generosamente compartiendo. Hoy me he emocionado hondamente al leer las despedidas a vuestros compañeros y quería agradecerlos todo el amor que cultiváis y transmitís hacia el exterior..."

Elvira

Gracias, amigos,
por vuestras cartas.

Otra persona nos da el pésame por nuestros tres hermanos fallecidos y dice:

"...me he emocionado al leer esas palabras llenas de amor por esos compañeros, amigos de camino que Dios os puso en vuestro caminar. No dejéis de enviarme vuestros artículos, me dan aliento de sabiduría..."

M^a Ángeles.

HABLAN LAS COMISIONES

Una gran historia

Muy a menudo se nos ha mostrado la historia de las grandes batallas, de los llamados grandes hombres con poder de vida y muerte sobre sus contemporáneos.



Pero **la comisión de biblioteca**, a través del escritor Juan Ignacio Fernández Torres, nos ha querido mostrar la pequeña gran historia de un hombre humilde, uno de tantos españoles que vivió las ilusiones de su tiempo por un mundo mejor; luchó, perdió y sufrió.

Bertolt Brech se preguntaba:

¿Quién construyó Tebas, la de las siete puertas?

En los libros aparecen los nombres de los reyes.

¿Arrastraron los reyes los bloques de piedras?

Y Babilonia, destruida tantas veces, ¿quién la volvió siempre a construir?

Entre las páginas de su libro amenas y escritas con cariño, podemos entrever la sociedad que les tocó vivir a tantos de nuestros padres o abuelos en el convulso siglo XX. Una historia de carencias, represión, sufrimiento y silencios, tras la que yace nuestra tristemente olvidada identidad.

María Antonia



BUSCANDO A CERVANTES

¿Qué sabemos de Cervantes? Así se inicia el vídeo que nos enganchó desde las primeras imágenes. De una forma tranquila, sosegada el actor Alberto San Juan, a través de una doble dimensión, se convierte en Cervantes y se va entrevistando a sí mismo con preguntas para presentarnos un Cervantes desconocido. Porque nos volvemos a preguntar: ¿Qué sé yo de Cervantes? Sé que escribió El Quijote, que fue soldado, que estuvo en la cárcel, retazos de su vida poco y mal conocidos.

El mismo Cervantes se queja de su apodo de “Manco de Lepanto” y se enfada: “¡Pardiez, que manco será quien no tenga

mano, pero mirad vuestras mercedes, aquí la tengo retorcida e inerte pero en su sitio”

Cervantes se queja que solo saben de él porque escribió el Quijote; y ¿su poesía, La Galatea, las Novelas Ejemplares, y los cientos de obras y Entremeses para el teatro?

Fantástica la caracterización de Alberto San Juan, y la dirección de Francesc Escrivano; armónica y variada, nos sumió en un mundo mágico. Sentíamos la presencia de Cervantes. Nos envolvió un aire de respeto hacia este Cervantes desconocido, sufrido, irónico, defensor de la dignidad de las mujeres, de las Artes y las Letras.

Cuando el vídeo termina, un respiro hondo de emoción se siente en nuestra sala; un aplauso cerrado y un agradecimiento a la **Comisión de Biblioteca** por las emociones compartidas

Enlace de Buscando a Cervantes

<https://youtu.be/1ZxBsB2LMrk>

Carmen R. Villegas



EL SEXO NO TIENE EDAD

Muy a menudo, comentando los acaeceres de nuestra casa, nos referimos a ella como un organismo vivo, cambiante y deseamos que la edad no bloquee nuestro deseo de aprender y evolucionar.

En esa línea nuestra **Comisión de Vida Saludable**, organizó una charla sobre sexualidad a la que acudimos un nutrido grupo de personas.

La ponente, una joven sexóloga de treinta y cinco años, nos ilustró sobre los cambios en los comportamientos actuales de cortejo - imprescindible internet- y sobre toda una batería de adminículos que podrían hacer más gratificantes tanto las relaciones de pareja como las de aquellos que forzados o por voluntad propia carecen de ella.

Entre nosotros por razones de la edad y la educación recibida a menudo la procreación, el amor y el sexo han ido unidos; posteriormente en las generaciones más jóvenes se disoció la procreación, pero el amor y el sexo siguieron unidos, al menos en la parte femenina de la población.

El sexo como un derecho en sí mismo, desti-

nado a proporcionar placer, sorprendió a una parte de los oyentes; para otros fue una aportación valiente y enriquecedora que abrió perspectivas.

En cualquier caso, apuntó en la dirección del deseo de llenar nuestros días de vida y posibilidades, que pueden ser rechazadas o aceptadas.

Todo un lujo a cualquier edad.

María Antonia.





Cuidando el físico

Hace unos días pasamos una informativa y agradable tarde escuchando y dialogando sobre la Educación Física y la nueva ley que reconoce los valores de esta disciplina.

Miguel López, **hijo de Carmen y Pablo**, profesor de E. Física, y entusiasta de su profesión, nos sacó una sonrisa cuando nos hizo recordar nuestros años de “gimnasia” en el patio del colegio allá por los años 50 del siglo pasado.

¡Qué diferencia con esta E. Física que ahora tienen nuestros nietos y nietas!

Porque se fortalece el cuerpo, y eso es salud además de descubrir que el esfuerzo, la disciplina, la constancia, son valores necesarios para conseguir metas y retos: la concentración, la capacidad de relación con el equipo, ayuda al compañer@, el respeto a los otros jugadores, y más... Y así se van creando actitudes que les sirven para la vida.

Esto y más nos dijo Miguel y nosotr@s le dijimos que en Trabensol seguimos con nuestra actividad física, que nuestra meta es mantenernos sanos, ágiles, gozar de una vida saludable y que lo vamos consiguiendo con la actividad física que nos permiten nuestras limitaciones: se hace senderismo, gimnasia de mantenimiento, piscina, marcha nórdica, bádminton, paseo por el jardín, y para algunos la actividad más querida: el **Chikung**. Mejoramos nuestra salud física con movimientos suaves y lentos. Respiración consciente, profunda, lenta y controlada. Y un gran beneficio mental: nos tranquiliza, y equilibra las emociones. “Recogemos toda la energía de la naturaleza conectándonos con el aquí y ahora”.

Agradecemos la incansable fuerza generosa de **nuestro maestro José M^a García**, la calidad de salud mental y física que durante estos NUEVE AÑOS nos ha transmitido..

BIBLIOTECA

TARDE CON LOS FARAONES

En ocasiones nuestra querida Marilar nos obsequia con charlas muy trabajadas, acompañadas por imágenes, que ilustran y apoyan sus palabras, sobre el arte, la historia, o la escritura del Egipto faraónico.

Su pasión por la civilización egipcia se inició de forma muy temprana, a partir de unos cromos que llegaron a ella cuando tenía siete u ocho años acompañando chocolatinas; el descubrimiento de la tumba de Tutankamón despertó en ella una curiosidad e interés que la han acompañado y han sido fuente de satisfacciones toda su vida.

Su cercanía y conocimiento del arte egipcio le llevan a distinguir los estilos que se van sucediendo en las diferentes dinastías a pesar de su aparente similitud, y le hablan de las condiciones políticas y sociales en que se desarrollaron; que por cierto -como nos indica con sorna- nada tienen que ver con lo que nos ha mostrado Hollywood.

Especial interés tiene para ella la situación de la

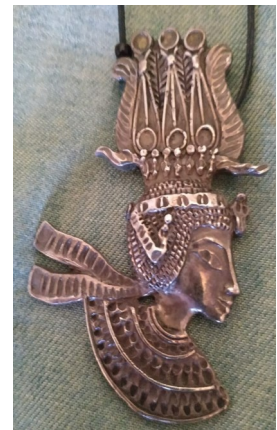
mujer, que podía heredar de sus padres, realizar transacciones comerciales o desheredar si consideraba que no era bien tratada.

También la sangre real o sea, el derecho a ser faraón se transmitía por vía matrilineal.

Me indica que para ella la egiptología ha sido una aventura intelectual y humana que le ha enriquecido y hecho disfrutar.

Le damos las gracias por los ratos amenos que nos ha regalado y esperamos que se sigan produciendo.

María Antonia



Río Jarama

Espejo

*Atrapas en tu transparencia
el intenso azul del cielo.*

*La vegetación de tu ribera te
abraza y agradece:*

Abiertos a la luz

PASO A PASO