Riquezas del Baúl

La amistad

La amistad es un afecto muy hondo, es un lazo muy estrecho; es un sentimiento desinteresado y recíproco; un cariño íntimo, firme, duradero y tan lleno de abnegación, que es capaz de cualquier sacrificio, hasta el de llegar al heroísmo.

En efecto, la verdadera amistad sólo se manifiesta después de algunos años de trato íntimo y de inequívocas pruebas de cariño y desinterés.

La amistad no se conquista, no se impone, se cultiva como una flor, se abona con pequeños detalles de cortesía, de ternura y de lealtad, se riega con las aguas vivas del desinterés y cariño silencioso.

No importan las distancias ni las diferencias de los niveles sociales, de los años o de las culturas, la amistad todo lo allana.

Las almas de igual nobleza tienen el mismo origen, y así puede haber amistad entre mayores y menores, pues las amistades nobles proceden del alma.

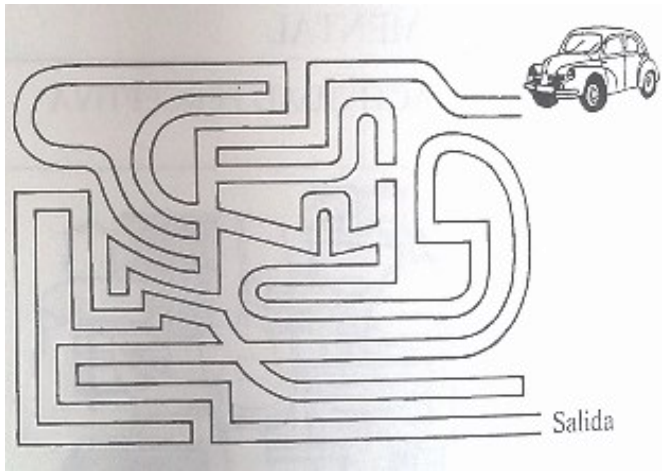
No se necesita ver frecuentemente al amigo para que la amistad perdure. Basta saber que éste responderá, cuando sea necesario, con un acto de afecto, de comprensión y aun de sacrificio.

Anónimo

(Adaptado de: "Gotitas de amistad")

"Un amigo es aquel que adivina siempre el momento en que se le necesita"
Jules Renard

ΘΨΣ ENTRETENIMIENTOS... ΠΘΔ



Trace el camino que debe seguir el coche para llegar más rápidamente a la salida.

Consejo de Dirección: Teresa Fuego. Edición: Mayra Elina Guevara. Dirección: Cáritas Diocesana. Calle Cuba No. 8 % A. Delgado y Ml. Gómez. Teléfono: 33223057.

El Decano de la Trocha

"En los ancianos está el saber y en la longevidad la sensatez" Job 12,12.

Boletín del Programa de Personas Mayores.
Cáritas Ciego de Ávila.
Numero 6. Año XVIII. NOVIEMBRE - DICIEMBRE 2018

¡FELIZ NAVIDAD!

¡Próspero 2019!

FORMACIÓN

Crisis de identidad en la adultez mayor

Esta situación se presenta por varios motivos que pueden y causan conflictos internos en la persona por ejemplo:

- Vive en la incertidumbre del futuro
- Surge una crisis de identidad: "deja de ser quien es y para qué sirve"
- Se asaltan dos temores: por un lado el temor a perder el control de su vida y por otro la incertidumbre nacida de un sentimiento de inutilidad.

La tarea para envejecer exitosamente compromete a todos a entender los cambios que son necesarios enfrentar y tratar de prepararse para ellos. Por eso es importante que nos hagamos las siguientes preguntas:

- ¿Qué arreglos debo hacer en mi vida?
- ¿Qué tipo de comodidad o bienestar y compañía espero?
- ¿Cuál va a ser mi pensión?
- ¿Qué proyecto de vida tengo y/o voy a seguir?
- ¿Qué puedo hacer para estar mental y físicamente apto (a) ?

Lo que NO debemos hacer:

- Aceptar vivir con tristeza, insatisfacción o malhumor.
- Pensar que los problemas de salud mental no tienen remedio.
- Negarse a recibir ayuda médica o psicológica por los prejuicios sobre el tema.
- Padecer insomnio durante meses o años.
- Ser víctimas de maltrato y/o violencia por parte de un familiar o cuidador y callarlo.

No hay por qué rendirse, es necesario acudir al médico cuando se necesite para buscar consejos o sugerencias sobre donde y cómo recibir ayuda porque ofrece la oportunidad de compartir preocupaciones e intercambiar experiencias y estrategias. Además pertenecer a un grupo ayuda a superar la soledad.

(Adaptado de: Amores y desamores en la vejez. María Elena Real Becerra)

NOTIABUELO

⇒ Encuentro Zonal en Camagüey del 6 al 9 de noviembre. Participaron personas mayores de las diócesis de Cienfuegos, Santa Clara, Camagüey y Ciego de Ávila. Doce adultos mayores tuvieron el privilegio de representar a nuestra diócesis en esta ocasión donde el lema fue: "Seamos creativos para envejecer bien". Entre debates y manualidades transcurrió el primer día. Además todos disfrutaron de un paseo por la Quinta Simone y la Maqueta de la Ciudad de Camagüey. Fueron unos días muy divertidos donde reinó la fraternidad y el amor.

⇒ Celebraciones Navideñas

- El Comedor P. Olallo de Pina cumplió 10 años de servicio el 25 de diciembre, la celebración contó con un tiempo de animación, piñata, regalitos y un delicioso almuerzo. !Felicidades!
- El grupo de cultura y recreación de Baraguá tuvo su festejo el 22 de diciembre. Todos participaron en la dinámica: "La flor de la vida" donde cada uno aportó su pétalo cargado de bendiciones, comenzando así la parte recreativa del día y entre canciones, juegos y hasta un poema compuesto por un miembro del grupo nos divertimos muchísimo. Al finalizar la mañana y para cerrar con broche de oro disfrutamos de una rica merienda.
- El 29 de diciembre el grupo de animación de la comunidad de Algodones se reunió para compartir un rico almuerzo. Además del tema impartido por Carlitos, estudiante de medicina, se hicieron rifas, juegos y bailes que disfrutaron animadamente todos los presentes.

⇒ Encuentro Intergrupal celebrado en Tamarindo, el 5 de diciembre, entre los grupos de esta comunidad, Florencia, y una representación del grupo de Chambas. En trabajo en equipos (4) se reflexionó sobre el amor en sus varias aristas y cada uno llevó a plenaria un corazón con frases y fotos alegóricas al tema para juntos formar una bella flor.