

**CREIXEM TOTS EN COMUNITAT****VIATGE A HOLANDA – FLORS I MOLINS***Del 11 al 16 de juny 2016**Llista d'espera. Preu 960€***RADIO MUNICIPAL (FM 95,2)***Els dimarts, 3, 17 i 31 de maig**Tot d'una**Matins a les 10,15 h**Divendres, 13 de maig**Tertúlia sènior**De 12 a 13 h***TANTSEMENFOTISME (PASSAR DE TOT)**

El tantsemenfotisme suposa posar en mans dels altres les pròpies decisions, que ens afecten en el dia a dia i que caldria ser tingudes personalment en compte. No deixa de ser una sortida negativa per superar la por a ser, a tenir el valor d'assumir el repte de la nostra llibertat, renunciant al nostre potencial poder, de creure que tenim quelcom positiu a fer en el nostre entorn més proper. "Que vols fer si les coses són així, algú o altre ho arreglarà". "A mi ningú m'ha de dir el que haig de fer, jo passo de tot, no hi ha res a fer" Són expressions clàssiques del tantsemenfotisme.

Passa però, que avui dia, al ser tan majoritari s'ha convertit en una nova espècie de malaltia mental, que acaba generant drogodependència social, impossibilitant la capacitat de pensar. L'adoració al fals ídol dels diners, a qui se li ofereix tot tipus de sacrificis, està convertint en decadent l'actual societat, mancada dels valors ancestrals més primordials i necessaris per al progrés de la humanitat.

En la nova societat de la informació i el coneixement és molt lamentable i depriment constatar la seva afectació a tota la població, incloent-hi la del col·lectiu dels senyors, dotat de grans dosis de matèria grisa infrautilitzada, quin menysteniment afecta negativament als propis interessats i a la resta de la societat. És incomprendible que persones, gran lluitadores vitals, en la seva jubilació renunciïn a continuar essent-ho, per que no volen o per que no poden, oblidant-se de que de on n'hi ha hagut, sempre en raja. En aquests moments en els que la gent passa de tot, els sènior hi tenim quelcom a dir i a fer. Per continuar sentint-nos útils i necessaris cal recuperar la il·lusió de viure comunitàriament amb l'eslògan "Sèniors units, més que mai decisius"

**REPENSAR PREMIÀ – PREMIÀ DESPERTA***Hem passat de "Premià poble d'empenta"**a " Ciutat dormitori desencantada"**Per parlar-ne vine a la tertúlia de cada dimarts**de les 5 a les 7 de la tarda*

## CAPSULES INFORMATIVES

### *TELÈFONS INTEL·LIGENTS*

Hem constatat que la metodologia per l'ús d'Internet amb PC's, correspon al segle XX, donat que en el segle XXI, s'estan utilitzant de forma majoritària telèfons intel·ligents (Smartphones). És per això que, hem canviat la metodologia de formació, substituint els actuals PC's, per smartphones.

Hem posat en marxa un pla de formació que consisteix en visionar un curs per Internet i amb un Manual, que els alumnes han de seguir mitjançant smartphones, a la vegada que realitzant pràctiques, amb l'assessorament de tutors presencials, per resoldre tot tipus de dificultats i dubtes que puguin sorgir.

Aquest curs d'una sessió setmanal de dues hores, té una durada de tres setmanes. Es realitza els dimarts o bé els dijous d'10 a 12 hores

### *PREMIÀ DESPERTA*

Qui l'ha vist i qui el veu a Premià de Mar. En un temps nomenat "Poble d'empenta" i avui dia, malauradament convertit en una "Ciutat dormitori desencantada". Avui més que mai caldria que persones socialment compromeses, deixessin de ser tantsemenfotistes, per passar a ser constructores d'una nova societat per a totes les edats, centrada en les persones i no en els diners i quin millor lloc per començar-ho que en el territori més proper del municipi. Un Premià en el que la vida local 24 hores és impossible, però en el que hi ha persones il·lusionades que creuen possible recuperar-la. Per què no provar-ho?

### *QUI GONG (XiKung)*

El Qi Gong és una es les quatre especialitats de la medicina tradicional xinesa (MTX). Aquest sistema mèdic i de salut té una tradició de més de quatre mil anys.

Concretament el Qi Gong consisteix en una sèrie de moviments senzills i suaus, molt aconsellables per a persones sèniors, que tenen per finalitat fer circular l'energia vital, anomenada "Qi" en xinès, a través dels canals energètics del cos, ja que si el "Qi", a causa d'una sèrie de causes, s'estanca i no circula lliurement, causa l'aparició de la malaltia. De la mateixa manera que l'aigua estancada es podreix.

Tant la MTX en general com el Qi Gong s'enfoquen en particular, sobretot en la prevenció de la salut i tracten d'evitar que sorgeixi la malaltia... Començarem el curs passat l'estiu. Es podeu apuntar.

### *HISTÒRIA DE CATALUNYA*

El desenvolupament de la història en forma d'etern retorn, és el gran repte que la humanitat ha d'assumir cada dia, tenint en compte que el seu coneixement és imprescindible i necessari, per no tenir d'ensopegar dues vegades en les mateixes pedres dels nostres avantpassats.

100 anys d'Història de Catalunya pretén recollir les experiències dels nostres besavis, en el renaixement de Catalunya, intentant recuperar alguns dels seus valors més positius i vàlids històricament emprats, tot i que amb el necessari reciclatge per adequar-los a una nova Catalunya segle XXI. Per qüestions puntuals començarem el curs passat l'estiu.