

“Tengo varias caras, una es casi bonita. Otra casi fea”

Esta frase la leí el otro día y me parece muy acertada.

Vengo haciendo muchas visitas (más de 30 a) a domicilio por cuestiones relacionadas con; la Dependencia, revisiones de PIA, ayudas económicas, personas que están solas y por cuestiones relacionadas con la salud se les viene toda su vida encima, a todos nos llegará ese momento, la **sarcopenia** está a la vuelta de la esquina...

Muchas veces me pregunto, ¿cómo seguimos las más mayores, realizando este trabajo?, las que llevamos más de 30 años al pie del cañón, ¿qué nos motiva? Entramos en las casas y cuando se abre la puerta todo es un misterio, recorremos las estancias, observamos...siempre me ha llamado la atención la disociación que hay a veces entre el/la usuari@ y la casa.

Últimamente por motivos varios, entran en mi casa personas que nunca habían entrado y yo recorro las estancias como si fuera mi propia Trabajadora Social y me digo a mí misma, Eva no te da na' tener eso así, mira que tienes cachivaches y ese desconchón ya podrías arreglarlo y esa planta pasó a mejor vida hace meses, para qué quieres tantos tupperts y tanto adornito...y la verdad que yo a la trabajadora social que ha entrado a casa con esa persona le digo, tengo que solucionar esto YA y siento cierto rubor de mi “yo usuaria”, pero cuando salen por la puerta sigo a lo mío.

El **apego** a lo material es otro tema a tratar, que levante la mano quien no tenga un poquito/muchito de **diógenes** en su casa. Por eso en las visitas ya levanto el freno, nada de lo que veo y oigo me es ajeno.

Bueno que me disperso...teniendo ya más pasado que futuro y viendo el panorama político, me temo que la cara de más de una será unos días casi bonita y otras casi fea, pero mientras se quede en “casi” hay esperanza y haremos caso a un principio de jiu-jitsu: *dejar que tu oponente use su fuerza contra sí mismo.*

Una película: [La Bola Negra](#)



La Academia de Cine ha elegido *La bola negra* como [representante española en la 99 edición de los premios de la Academia de Hollywood.](#)

El drama de Javier Calvo y Javier Ambrossi hilvana la sombra de Federico García Lorca con tres historias que transcurren en 1932, 1937 y 2017.

[Se estrena el 26 de septiembre.](#) Tenemos que ir al cine.

Una canción: ["It's La Vida Loca" - Kelly Boesch](#)



Una actividad: *Senderos*

Calendario Octubre 2026
CLUB MONTAÑERO CARBONERO

DOM 4 Sendero Baños de Sierra Alhamilla
Pechina (Almería) - Sierra Alhamilla
Dif baja-media - 12 km - 4:00 horas

DOM 18 Sendero Alcudia de Monteagud-Chercos Viejo
Alcudia de Monteagud (Almería) - Sierra de los Filabres
Dif baja-media - 15 km - 4:30 horas

DOM 25 Inauguración Sendero Turre-Cortijo El Jali
Turre (Almería) - Sierra Cabrera
Dif baja-media - 15 km - 4:30 horas

¡PONTE LAS BOTAS!
INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES
WWW.CLUBCARBONERO.COM
616 104 404

CLUB MONTAÑERO CARBONERO
FEDERACIÓN ANDALUZA DE DEPORTES DE MONTAÑA, ESCALADA Y TREKKING

Un libro: *Un día en la vida de Clarita*



A mí hija, unas veces Clara, otras Claris, otras Clarita.

Eva Deborah
-Vocalía de Arte Social-