

Octubre 2026
Revista gratuita
Edición ilimitada Nº 2

EL BARRIO DE LA ALEGRÍA



https://youtu.be/XTYZW-_RHrw



AUTORES: VECIN@S DEL BARRIO.



ÍNDICE

- HISTORIA DEL BARRIO.
- RECUERDOS DEL FUTURO.
- LA CUEVA DEL PIMPAN.
 - LA ENTREVISTA.
- RECOMENDACIÓN DE CINE.
 - JUBILACIÓN.
- APRENDIENDO SOBRE...
- HORROROSCOPO CHINO.
- CONSEJO DE COSTURA.
 - TOP MUSIC.
- CONSEJOS DE MASCOTAS.
- ESTÁ DE MODA “AURA”
 - VUELTA AL COLE.



HISTORIA DEL BARRIO

En esta segunda parte, continuamos acercándonos a la figura de Isabel Dávila a través del valioso testimonio de María José Vázquez, que convivió con ella, trabajó a su lado y la acompañó hasta el final de sus días.

Sus recuerdos nos permiten descubrir no solo a la mujer entregada al barrio, sino también a una persona cercana, valiente y profundamente comprometida con los niños, las familias y las personas más vulnerables y comprender la huella que dejó en el barrio y el cariño que todavía sigue despertando.

¿Quién era María Isabel Dávila?...

PARTE II

Esta comunidad estaba formada por Pastora Suárez Afonso como directora, Isabel Dávila Raposo y una servidora. Nos instalamos como comunidad en la casa parroquial, en la que vivimos durante cuatro años, y posteriormente nos trasladamos a la vivienda de la Carretera de Mata donde viven las hermanas en la actualidad. Fue a partir de dicho año cuando se iniciaron diferentes proyectos con los que responder a diversas urgencias de los jóvenes del barrio y de la zona: la casa de acogida Magone, que fue el primer piso de las Islas que acogió a jóvenes varones que abandonaban las instituciones de protección al cumplir la mayoría de edad y que carecían de familia; la casa de rehabilitación para mujeres drogodependientes, en colaboración con Proyecto Hombre; el piso de acogida para niños en desamparo y la puesta en marcha de proyectos europeos tales como Horizonte, Integra, Yourestal, destinados a la formación e inserción laboral de los jóvenes del barrio y de la zona.

Debemos recordar también que los talleres para dichos proyectos, en su inicio, se encontraban dispersos en diferentes locales alquilados, hasta que se dispuso de la subvención del Gobierno de Canarias para adquirir un amplio local y fundar la Asociación Benéfico Social Main, y posteriormente crear el centro Cemáin.

Isabel era una mujer de sólidas convicciones, con la mirada puesta en el cielo, el corazón lleno de sueños y de proyectos con los que poder ayudar a los más desfavorecidos. Era una persona siempre atenta y disponible ante las necesidades de las personas. Quienes hemos tenido la fortuna de conocerla de cerca podemos afirmar que era alguien con una inmensa empatía y cercanía, que tenía la virtud de hacerse cargo del sufrimiento de los demás, y ante cualquier necesidad desplegaba



con prontitud todas sus posibilidades, se encomendaba a la Divina Providencia y se disponía a la búsqueda de recursos de manera incansable y sin escatimar esfuerzos, hasta que encontraba la ayuda que alguien necesitaba, independientemente del sacrificio que llevara consigo.

Era una mujer de libertad interior, entusiasta, de ideales que sabía transformar en hechos concretos, siempre con la finalidad de hacer el bien a los demás y de que los más pobres encontrarán las debidas oportunidades para alcanzar sus metas y mejorar sus condiciones de vida, aunque ello llevara consigo renunciaciones, sacrificios o incomprensiones. A este respecto, creo que en ella se refleja la célebre frase de Castelar: “el verdadero heroísmo consiste en convertir los sueños en realidades y las ideas en hechos”.



Su desvelo y su permanente preocupación por las personas más desfavorecidas, así como su dedicación a ellas, fueron una lección de generosidad y entrega, además de un regalo para quienes tuvimos la fortuna de conocerla y trabajar a su lado. Nos deja un legado que debemos preservar, honrando su memoria y manteniendo siempre vivo su recuerdo.

Honestamente, pienso que las personas que tuvimos la oportunidad de tratarla a lo largo de su vida, los jóvenes con los que trabajó, las hijas de María Auxiliadora durante cuarenta años y más tarde el Ordo Virginum, así como los habitantes del barrio de El Polvorín, podemos decir que Isabel Dávila puede incluirse en el elenco de personas excepcionales y extraordinarias, que brillan con luz propia, iluminando los caminos por donde transitan.

Espero que tanto la historia como quienes hemos convivido con ella y, especialmente, los beneficiarios de su entrega y de su labor, podamos un día hacer justicia a su abnegación y a todo lo que entregó por donde fue pasando.

María José Vázquez Fernández, consagrada del Ordo Virginum de la Archidiócesis de Sevilla.

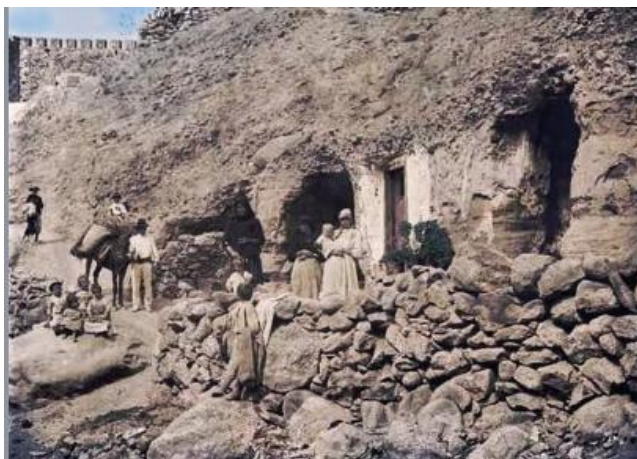
Gracias.



RECUERDOS DEL FUTURO

Esta revista quiere devolver la voz a un rincón de Las Palmas de Gran Canaria que ha permanecido en silencio. **El Polvorín y San Antonio** no son solo nombres en un mapa; son barrios con historia, con memoria y con personas que han hecho de este lugar su hogar.





año 1900 _cuevas de Mata Las Palmas de Gran Canaria



Queremos empezar este viaje en **Las Cuevas del Provecho**, también conocidas como **Cuevas de Mata**, donde los riscos guardan siglos de vida cotidiana. Allí, entre murallas antiguas y cuevas que fueron hogar de muchas familias, comienza la historia que queremos contar.

Usadas durante siglos, estas cuevas acogieron en el XVII a personas del interior de la isla y luego sirvieron como almacenes y viviendas.

Desde el siglo XIX hay registro de familias viviendo allí: en 1885 se contaban 22 casas, y la viajera Olivia Stone las describió en 1883-1884 como un vecindario de familias con pocos recursos.

Olivia Stone, viajera inquieta y observadora, recorrió Canarias cuando pocas mujeres lo hacían y se fijó en lo que otros ignoraban: la vida de las mujeres y los niños.

[Olivia Stone en Canarias 1883-1884](#) ✓ [El Clima y el Agua en Canarias](#)

En sus páginas cobra voz la mujer canaria, relegada al hogar, con poca educación y una vida marcada por el trabajo, la religión y la tradición. Su mirada sensible nos devuelve la humanidad de quienes habitaron estos riscos y recuerda que detrás de cada piedra hay historias de esfuerzo, amor y supervivencia.



Para muchas familias, las cuevas no eran solo parte del paisaje, sino su hogar y un lugar desde el que construir su vida en tiempos difíciles.



Y no hace tanto, esos mismos riscos seguían llenos de vida: en la primera fila de las casas de Pancho Alemán, subiendo la cuesta, se encontraban algunos de los comercios y vecinos más recordados del barrio. Allí estaba Lázaro el zapatero, Panchito el panadero y, al final de la fila de casas, el lugar desde donde Antonio repartía las bombonas de gas junto a su mujer con la que trabajaba y le faltaba un brazo.

También había una tienda de animales, que vendían alfalfa y la conocida Josefita la costurera, a quién muchas vecinas y vecinos acudían para arreglar o confeccionar su ropa.



Y HABLANDO DE CUEVAS...Una aventura en la oscuridad:

LA CUEVA DEL PIMPAN



Ya hace casi 40 años que sucedió, pero en el barrio todavía se recuerda con emoción aquella aventura que mantuvo en vilo a toda una ciudad.

Era el sábado 14 de agosto de 1987 cuando cinco jóvenes, de entre 9 y 14 años, salieron de sus casas para explorar unas cuevas del barrio. Ellos eran Carmelo, Alexis, Alejandro, conocido como "El Cueva", Alberto y Antonio. Lo que comenzó como un juego y una aventura acabaría convirtiéndose en una experiencia llena de miedo y angustia.

Primero entraron en una cueva situada en el antiguo cuartel de los Paracaidistas, en Las Rehoyas. Sin embargo, aquel lugar les pareció pequeño y decidieron enfrentarse a un reto mayor: explorar la famosa cueva del Pim-Pam, un enorme túnel subterráneo situado en la ladera de San Antonio, lleno de pasadizos y ramificaciones.

Entraron alrededor del mediodía, llevando únicamente una vela y algunos fósforos para iluminarse. Pero, al avanzar por el interior, se desorientaron y no lograron encontrar la salida. Mientras tanto, pasaron las horas y los cinco niños no regresaron a sus casas para almorzar. La preocupación de sus familias aumentó hasta convertirse en una gran búsqueda.

Durante tres días, vecinos, familiares, policías y grupos de aficionados a la espeleología recorrieron la zona intentando encontrarlos. La desaparición conmocionó al barrio, a la ciudad y a todo el país, hasta el punto de aparecer en medios de comunicaciones nacionales e internacionales.

Finalmente, en la madrugada del lunes 17 de agosto, a las 2:15 horas, Manuel Calimano, hermano de Alejandro, entró en la cueva acompañado por varios espeleólogos aficionados y vecinos del barrio, entre ellos Juan Jesús González, Bernabé Jiménez y Lelo. Arriesgando sus propias vidas y sin esperar más, se adentraron en la cueva y encontraron a los cinco menores acurrucados, muertos de miedo, pero con vida, después de tres días en la oscuridad, sin agua ni comida.

Aquel rescate puso fin a una historia que pudo terminar en tragedia. También dejó una enseñanza que no debemos olvidar: los niños tienen derecho a jugar y vivir aventuras, pero nunca hay que perderlos de vista ni quitarles la atención.



[Los niños del Pim-Pam: «Siempre tuve la esperanza de salir vivo» | Canarias/](#)



ENTREVISTA

Dña. M^a del Pilar Pérez Sánchez

Hoy queremos hablar de una persona que es el alma de nuestra parroquia. Unos la llaman Mari, otros Pilar, pero todos la reconocen por su entrega incansable. Con 69 años, lleva toda la vida dedicada a la comunidad. Desde muy joven comenzó a ayudar a las Hermanas, y con el tiempo se convirtió en la encargada de la sacristía, ese lugar sagrado donde todo debe estar perfecto para celebrar la fe.



Siempre que puede, está allí: pendiente de cada detalle, colaborando en los grupos de fe, asegurándose de que nada falte. Lo que más la define es su bondad.

Entre sus gustos sencillos y entrañables: la fideuá como plato favorito, el azul turquesa y el rojo como colores que la representan. Si pudiera elegir ser un animal, sería un pajarito. Y es que, aunque le encantaría viajar por cualquier rincón de España, la realidad es que nunca ha podido salir para poder hacerlo.

Vivió en el barrio de Guanarteme hasta los cuatro años, y desde entonces ha echado raíces en este barrio, donde ha construido su vida entre fe, servicio y amor al prójimo.

- **¿Algo que te gustaría que te preguntáramos?:** Por mi vida en el barrio, aprovecho y contesto, en general ha sido una vida feliz, mi niñez (recuerdo las fiestas del barrio, como ponían el picón en las calles, los cochitos, la adolescencia y mi matrimonio, las no tan buenas, cuando vivía en un bajo en la parte de atrás, en los momentos difíciles del barrio).
- **¿Cómo ves el antes y el después de la remodelación del barrio?:** Los edificios, los pisos las infraestructuras muy bien, pero me da pena porque ves que muchas personas no colaboran en cuidar y mantener el barrio y a nivel vecinal, antes la



colaboración de los/as vecinas eran diferentes nos ayudábamos en cualquier necesidad, ahora vamos más a lo nuestro, más individualistas.

- **¿Cómo ha sido tu trayectoria en la parroquia?:** Siempre me ha gustado estar en la parroquia, recuerdo siendo jovencita que me levantaba a las 7 de la mañana en Semana Santa y acompañaba a Don Nicolás el párroco, me acerqué más en la época de la catequesis de mi hija en la preparación de su Primera Comunión y ya poco a poco me quedé en la parroquia porque me sentía llena y lo hacía con ilusión, empecé a dar catequesis y así poco a poco hasta el día de hoy.
- **¿Alguna anécdota que te haya pasado en la parroquia?:** En las comuniones de mi primera vez como catequista, Don Isidoro me hizo ver realmente la importancia que tenía ser catequista, porque alguien con su actitud quiso infravalorarme.
- **¿Qué personas han sido referente para ti a nivel parroquial?:** Mis referentes en la parroquia sin duda fue el párroco Don Isidoro Sánchez, a raíz de un cursillo que impartió, me dejó huella me gustaba como dejaba el mensaje. Otra persona fue Mimita*, me enseñó a llevar todas las tareas de la parroquia, he sido su relevo, le estoy muy agradecida.
- **¿Eres consciente del servicio que prestas a la parroquia y a la comunidad?:** Soy consciente de mi servicio pero lo hago porque me siento bien haciéndolo, pero también sé que no soy imprescindible, y siempre no lo hago sola.
- **¿Sientes que te agradecen lo que haces en la parroquia?:** Generalmente sí, pero hay veces que no, sobre todo cuando hemos puesto tiempo y trabajo en hacer algo, por ejemplo un arreglo floral y oyes una crítica, nos duele, antes se oía más el agradecimiento a las personas que hacían o colaboraban en los arreglos y trabajos en la parroquia, ahora se oye menos.



“A MIMITA QUE NOS DEJÓ EL 21 DE SEPTIEMBRE DE 2026, TU RECUERDO VIVE EN CADA RINCÓN DE LA SACRISTÍA QUE TANTO CUIDASTE”.

D.E.P.



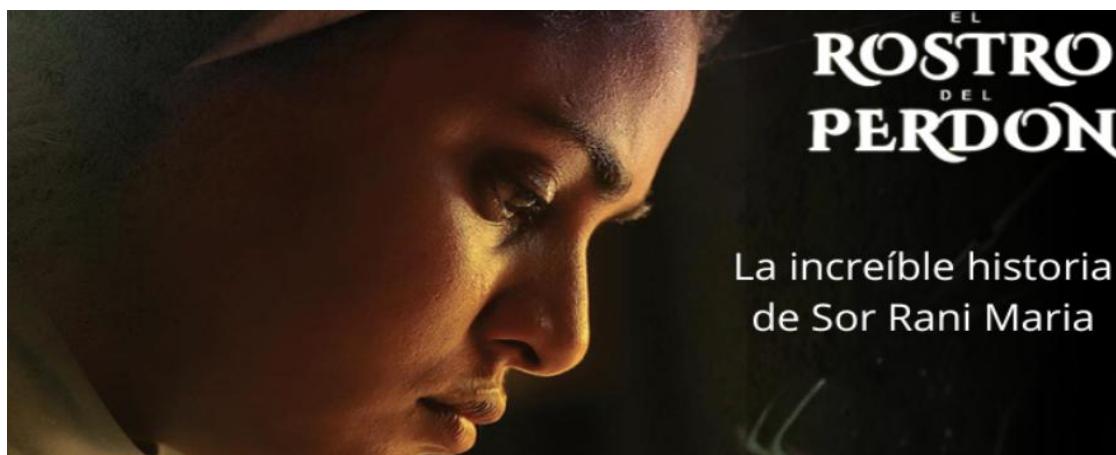


RECOMENDACIÓN

DE CINE:



EL ROSTRO DEL PERDÓN



"El rostro del perdón" narra la vida de la Beata Rani María, una religiosa clarisa franciscana nacida en Kerala (India), que dedicó su vida a defender y ayudar a las personas pobres, explotadas y más vulnerables. Su compromiso con la educación y la justicia social provocó el rechazo de algunos terratenientes. A pesar de su dolor, mantuvo su fe hasta el final, un poderoso ejemplo de amor, esperanza y reconciliación. Fue beatificada en 2017.



<https://www.bing.com/ck/a?!&p=9a3b0d3e365893c29939af1b65f6434564e6bbb252c07e97d6c8b026336ccd50JmltdHM9MTc5MDAzNTIwMA&ptn=3&ver=2&hsh=4&fclid=3b103e95-8eec-6207-3a84-29558f7c63f8&u=a1L3ZpZGVvcy9yaXZlcnZpZXxcvcmVsYXRIZHZpZGVvP3E9WU9VVFVCRS5+FTCtSTINUUK8rREVMK1BFUKQIYzMIOTNOJm1pZD0xMjhFNEQ4ODJDNkFFRjJFFQjlcQzEyOEUORDg4MkM2QUVGMUVCOUJDJmNodXJsPW0dHBzJTnhJTJmJTJmd3d3LnlvdXRlYmUuY29tJTJmY2hhbm5lbCUyZlVBN3J2MFowQIRyVVFzQmt0NWVuc2UtQSZGT1JNPVZJUKU&ntb=1>



JUBILACIÓN

Paco se jubila y, con ello, llegan cambios de rutina, más tiempo libre y también alguna que otra sonrisa. Queremos saber cómo vive cada uno este momento, qué les ilusiona, qué les preocupa y qué planes tienen para esta nueva etapa en pareja.



	PACO	ROSA
¿Qué fue lo primero que pensaste cuando supiste que llegaba este momento?	Que era una bendición que llegara ese día.	Ansias de tenerlo conmigo. Ahora tengo con quién hablar.
Si la jubilación tuviera un color, ¿cuál sería para ti?	Verde esperanza	Rosa
Si la jubilación fuera una película, ¿qué título tendría?	Superación	Lo que Dios nos ponga por delante.
¿Qué ventaja tiene jubilarse que la gente no suele contar?	Que cobro sin trabajar y puedo acompañar más a mi mujer.	Disfrutar.
¿Qué es lo que menos te gusta de jubilarte?	Eso no me lo planteo, ya lo pasé mal cuando trabajaba.	No tener casa propia
¿Qué te gustaría hacer ahora que antes no podías?	Estar más tiempo con mi mujer y mi familia.	Viajar.
¿Qué planes de futuro os hacen ilusión cómo pareja?	A esta edad no se piensa en el futuro sino en el presente.	Queremos recorrer la isla, pero primero tenemos que arreglar cosas de casa.
¿Quién de los dos cree que va a mandar más en casa a partir de ahora?	Mandar no es la palabra. Convivencia y Respeto.	Los dos. Fifty a Fifty. A veces yo propongo ideas y él se enfada y viceversa.
¿Cómo definirías este momento de tu vida en tres palabras?	Bendecido. Agradecido. Recompensado.	Convivencia. Inseparables. Amor.
¿Qué mensaje te gustaría dejar sobre esta etapa?	Luchen por lo que quieren y no se rindan. Perseverancia.	Querer es poder. Confianza.



APRENDIENDO SOBRE:

IGUALDAD

Todos somos iguales

"Hemos aprendido a volar como los pájaros, a nadar como los peces; pero no hemos aprendido el sencillo arte de vivir como hermanos."

- Martín Luther King



Nuestras diferencias nos enriquecen:

- ✓ Cultura
- ✓ Idioma
- ✓ Experiencias



Nuestros derechos nos unen.

Sin importar de dónde vengas, mereces respeto y oportunidades.

TUS DERECHOS



EDUCACIÓN



SEGURIDAD SOCIAL



FORMAR PARTE DE LA COMUNIDAD



NO DISCRIMINACIÓN



- Ser mamá
- Trabajo doméstico
- Cuidar la familia
- Trabajos menores
- Trae el dinero a casa



AÚN EXISTEN DESIGUALDADES



- Cobra más
- Trabajos cualificados y responsabilidad
- Líder
- Techo de cristal
- Piso pegajoso



TÚ PUEDES HACER LA DIFERENCIA



Respeto a todas las personas



Rompe estereotipos



Promueve igualdad



Escucha, valora y actúa

CONCLUSIÓN

Juntos construimos un mundo más justo



RECUERDA:



Mereces respeto y tienes voz.



¡El cambio empieza contigo!



Tu historia importa



Tu futuro está lleno de posibilidades



Todos somos iguales

¡GRACIAS POR VENIR!





HORRORÓSCOPO

CHINO

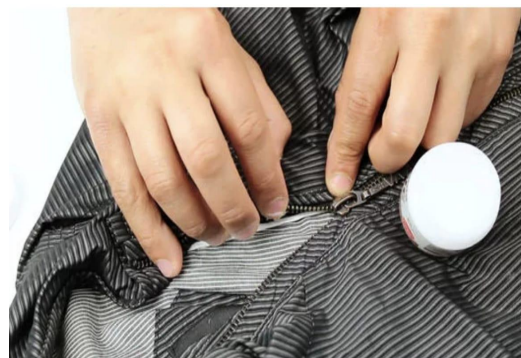
- **RATA:** Encuentras soluciones donde otros ven problemas... y a veces también donde no los hay. Recuerda que compartir tiempo con la familia y la comunidad fortalece el corazón; y sí, escuchar también cuenta cómo ayudar, aunque no siempre es bueno opinar de todo. (1948, 1960, 1972, 1984, 1996, 2008, 2020)
- **BUEY:** Eres constante y paciente, avanzas paso a paso hacia tus metas, sin prisa pero sin pausa... sin perder el rumbo, que ya es mucho. Tu ejemplo de compromiso será valioso y tu perseverancia deja huella y alguna que otra agujeta. (1949, 1961, 1973, 1985, 1997, 2009, 2021)
- **TIGRE:** Afrontas retos con energía contagiosa. Tienes que combinar tu impulso con la cercanía familiar y la generosidad hacia los demás; no todo se resuelve rugiendo... a veces un abrazo funciona mejor. (1950, 1962, 1974, 1986, 1998, 2010, 2022)
- **CONEJO:** Favoreces la armonía y el entendimiento. Una conversación serena con la familia o un gesto solidario en la comunidad puede alegrar el día... y evitar más de un "drama innecesario". (1951, 1963, 1975, 1987, 1999, 2011, 2023)
- **DRAGÓN:** Inspiras a quién te rodea, pero no hace falta echar fuego para demostrarlo. Utiliza esa fuerza para unir a los tuyos y participar en actividades que fomenten la fraternidad y la esperanza. (1952, 1964, 1976, 1988, 2000, 2012, 2024)
- **SERPIENTE:** Sabes cuándo hay que hablar y cuándo escuchar. También cuando hay que desaparecer Cuidado con picar más de la cuenta, no te envenenes con cosas que no merecen la pena. (1953, 1965, 1977, 1989, 2001, 2013, 2025)
- **CABALLO:** Disfrutas avanzando sin perder el ánimo, aunque a veces vayas al galope incluso cuando no hace falta. Recuerda reservar tiempo para quienes te quieren; hasta el caballo más veloz necesita parar para beber. (1954, 1966, 1978, 1990, 2002, 2014)
- **CABRA:** Tu capacidad para cuidar de los demás fortalecerá los lazos familiares. Aportas calidez y comprensión... y también la mejor excusa para una celebración. (1955, 1967, 1979, 1991, 2003, 2015)
- **MONO:** Encuentras motivos para sonreír incluso en días grises, y eso tiene mérito. Comparte ese optimismo con los demás; la alegría también es una forma de servicio... y bastante contagiosa. (1956, 1968, 1980, 1992, 2004, 2016)
- **GALLO:** Prestas atención a los detalles, incluso a los que nadie más ve... ni pidió ver. Tu ojo crítico es valioso, pero recuerda que no es oro todo lo que brilla. (1957, 1969, 1981, 1993, 2005, 2017)
- **PERRO:** Valoras la honestidad y la amistad verdadera. Mantén cerca a quién te aprecia y no ladres al que solo viene de paso. (1958, 1970, 1982, 1994, 2006, 2018)
- **CERDO:** Disfrutas compartiendo con los demás, especialmente si hay comida de por medio... pero no compartas todo contigo. (1959, 1971, 1983, 1995, 2007)



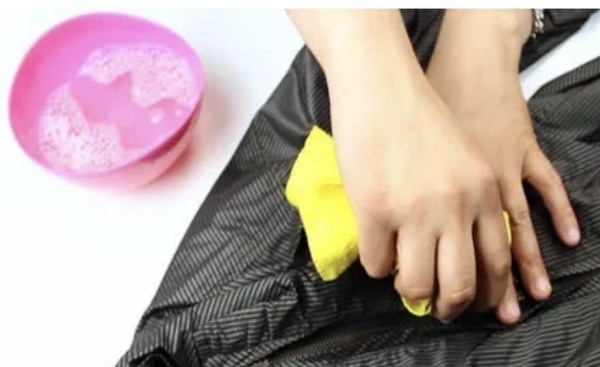
CONSEJOS DE COSTURA

Truco para arreglar cremallera atascada

Aplica vaselina o crema hidratante con un bastoncillo de algodón a lo largo de los dientes de la cremallera, por ambos lados. Presta especial atención a las zonas donde los dientes se cruzan, ya que es donde suelen producirse los atascos.



A continuación, mueve el cursor de la cremallera despacio y con suavidad, sin tirar con fuerza. Si se resiste, no la fuerces, porque podrías dañar tanto la cremallera como la tela de la prenda. Si todavía no funciona, vuelve a aplicar un poco de lubricante.



Cuando la cremallera se deslice correctamente, limpia los dientes y la zona alrededor con un paño humedecido en agua y jabón para retirar los restos de vaselina o crema. Si la prenda lo permite, también puedes lavarla en la lavadora.

Si, después de intentarlo, la cremallera sigue sin funcionar, es posible que no esté atascada, sino rota. En ese caso, lo más recomendable será sustituirla por una nueva.

<https://youtu.be/TvHyhcuJIUA>



TOP MUSIC:



https://youtu.be/R2s5z_jf5k4?t=1



Más dicha que dolor hay en el mundo
Más flores en la tierra que rocas en el mar
Hay mucho más azul que nubes negras
Y es mucha más la luz que la oscuridad
Digan lo que digan (3)

Los demás
Son muchos, muchos más los que perdonan
Que aquellos que pretenden a todo condenar
La gente quiere paz y se enamora
Y adora lo que es bello, nada más
Digan lo que digan (3)

Los demás
Hay mucho, mucho más amor que odio
Más besos y caricias que mala voluntad
Los hombres tienen fe en la otra vida
Y luchan por el bien, no por el mal
Digan lo que digan (3)
Los demás
Digan lo que digan (3)
Los demás





Celeste cuida con mucho cariño a su perrita y a sus dos gatos. A la perrita la baña una vez por semana con un producto dermatológico adecuado para su piel y siempre intenta utilizar agua templada.

Aunque a la perrita le encantan algunos alimentos de los gatos, lo recomendable es que cada animal coma pienso y comida específica para su especie.

También les ofrece de vez en cuando alimentos como pollo o salmón, procurando que tengan poca sal y poca grasa. La perrita pesa algo más de siete kilos, mientras que sus gatos pesan entre cuatro y seis kilos aproximadamente. Los gatos no suelen bañarse porque se asean solos, y como no están acostumbrados a salir, permanecen en casa.

Para Celeste, sus animales son muy cariñosos y forman parte de su familia. Aunque la perrita es algo tímida con los perros grandes y disfruta estando a su lado, los tres le hacen sentirse muy querida y acompañada.



Hasta la próxima...



ESTÁ DE MODA: "FARMEAR AURA"

Desde el Break dance, pasando por los Therians, nos llega la moda de "farmear aura" se refiere a un fenómeno viral que ha llegado a España, donde jóvenes compiten en "batalla aura" sin violencia y sin uso de móviles, intentan transmitir más encanto, carisma y presencia.

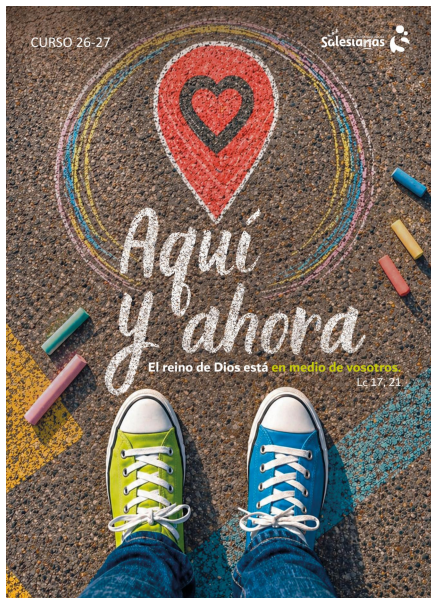
Este término proviene de los videojuegos, donde "farmear" significa acumular recursos, y "aura" se refiere a la percepción de atractivo o popularidad. En estas "batallas", los participantes realizan poses "emotes" y gestos para impresionar al público, que actúa como un jurado informal.



<https://youtu.be/x9xFszULBnQ>



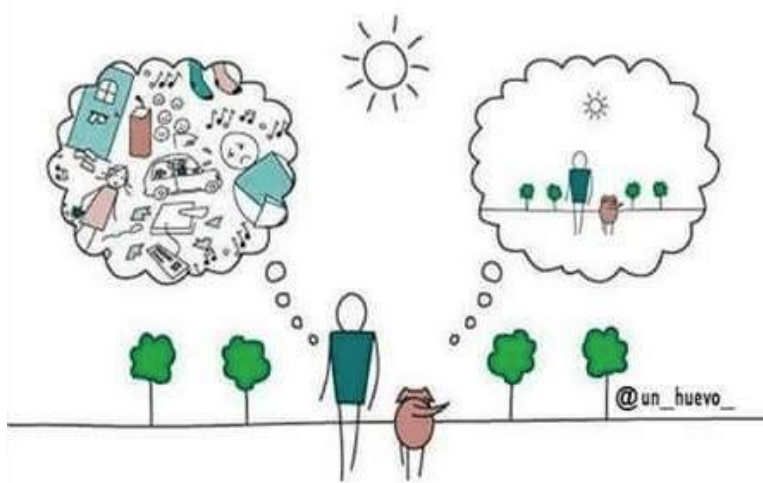
VUELTA AL COLE:



¿Cuántas veces comes sin saborear, escuchas sin oír de verdad, caminas sin sentir el aire o lo que te rodea?. Quizás el “secreto” no sea lograr una vida perfecta, sino aprender a estar donde ya estás. “aquí y ahora”.

Disfrutar de lo que tienes delante, sin más. No ignorar los problemas, sino elegir el momento preciso para atenderlos, en lugar de dejar que ocupen todos los momentos.

Cuando la cabeza y los pensamientos van por un lado y la vida por otro, perdemos lo único que realmente tenemos: este instante. No el recuerdo, no la expectativa, sino lo que está ocurriendo ahora mismo.



FELIZ CURSO...



3573 M3N54J3
51RV3 P4R4 PR0B4R
COM0 NU357R45 M3N735
PU3D3N H4C3R C0545 M4R4V1LL0545!
C0545 1MPR3510N4N735!
4L COM13NZ0 3R4 UN
P0C0 D1F1C1L P3R0
4H0R4, 3N 3574
L1N34 7U M3N73
3574 L3Y3ND0L0
4U70M471C4M3N73
51N 51QU13R4
P3N54RL0
3N0RGULL3C373!

Esta revista nace dentro del Proyecto Atención Social Maín de la Fundación Canaria Maín que trabaja con personas y para personas.

Este barrio sigue escribiendo su historia con la voz de sus vecinos.

Porque mientras haya alguien que recuerde, cuide y se implique, habrá motivos para mirar al futuro con alegría.

Si podemos ayudarte en algo manda whatsapp al 619 961 861 y si quieres participar en nuestras actividades, nos vemos los martes de 11:00 a 12:00 h, en el Espacio Socioeducativo M^a Isabel Dávila



