

MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA

La salud no es sólo un asunto particular, de cada cual. La salud y la calidad de vida tienen un aspecto social y ecológico muy importante: una vida sana y agradable sólo puede lograrse cuando las personas se relacionan buscando la armonía con su medio ambiente (su casa, la aldea o pueblo, la naturaleza que le rodea) y también con las demás personas (su familia, sus vecinos, toda la comunidad en la que vive).

PODEMOS MEJORAR NUESTROS HÁBITOS. PODEMOS ORGANIZARNOS EN NUESTRO PUEBLO O ALDEA PARA BUSCAR UNA MAYOR CALIDAD Y ARMONÍA EN NUESTRA VIDA.

Por ejemplo, ¿Será lo mismo vivir en un lugar contaminado que respirando un aire limpio? ¿Tendremos la misma salud y buen humor si desempeñamos un tipo de trabajo que otro? ¿Nos damos cuenta de lo que influye en nuestra vida el vivir en un lugar donde la basura se recoja adecuadamente, el agua tenga todas las garantías de potabilidad y las calles estén limpias? ¿Estaremos igual de sanos si nos "tragamos cualquier cosa" que si sabemos lo que comemos?

Todo esto marca nuestro estilo de vida en el presente, pero, ¿Y el futuro?

Así como ahora no nos da igual al salir de casa ver un pinar verde o un monte ennegrecido por el fuego, no es lo mismo el clima que estamos preparando entre todos para dentro de unos años, porque como todos sabemos, la desertización de una zona marca una gran diferencia en la velocidad de los vientos, la cantidad de lluvia anual o la calidad de la tierra, entre otras cosas.

Tampoco será lo mismo si por nuestros malos tratos al medio, van desapareciendo especies animales o vegetales que formaban parte hasta ahora de nuestra vida y nuestra cultura.

Tampoco está de más tomar conciencia de lo que puede influir lo que hagamos cada uno en temas que nos suelen parecer tan lejanos como las relaciones entre los diferentes países. Un ejemplo concreto: Si todos tuviéramos claro que las fuentes de energía son limitadas y cuidáramos de no malgastarla en nuestra vida cotidiana (no derrochando electricidad, vigilando nuestros sistemas de calefacción en invierno, etc.) aparte de aliviar nuestro bolsillo estaríamos colaborando para mejorar las relaciones con los países productores de petróleo... Así de simple: todos podemos y demos poner nuestro granito de arena. Demasiadas veces pensamos que



ante este tipo de cuestiones nosotros no podemos hacer nada. De momento no podemos decidir sobre el plan europeo de protección del medio ambiente, pero sí podemos organizarnos en nuestro pueblo o aldea para buscar una mayor calidad y armonía en nuestra vida, y todos podemos tomar conciencia de que podemos mejorar una serie de hábitos y costumbres cotidianas.

Nuestro futuro y el de esta Tierra que nos sostiene, tan sufrida y hermosa, está también en nuestras manos.

Vamos a intentar ofrecer, en sucesivos artículos de este periódico, información y alternativas (sobre temas variados como consumo de energía, aprovechamiento del agua, higiene en núcleos de población, etc.) para poder lograr para todos y para cada uno, una vida más sana y cuidadosa con el medio ambiente.

R. Pons

CULTURA

Cuentan los abuelos...

*Pensamiento no andes tanto,
que no te puedo seguir,
no te metas en barrancos
donde no puedas salir.*

* * *

*La fundación del querer
tiene raíces de yedra,
y dijo el sabio Cortés,
que ni duerme ni sosiega
el que quiere a una mujer.*

* * *

*Todo el que va a Linares
y bebe agua del ilar,
olvida a su padre y a su madre,
y a su casa no vuelve más.*

* * *

*Aunque te pongas más lazos,
que una quinquillera,
no te has de casar este año,
ni tú ni tu compañera*

Nos escriben desde Arguellite

Ya estamos astronómicamente en otoño, un año más, por tanto, para muchos, esas tan deseadas vacaciones ya están terminadas.

*Jóvenes, a estudiar
con ánimo, un curso más;
y si tenéis asignaturas pendientes
no las dejéis atrás,
para que un día
un trabajo remunerado
podáis alcanzar.*

*V... a los mayores,
con entusiasmo a trabajar
que, como nos dice un verdadero*

*refrán:
trabaja para descansar y
descansa para trabajar.*

□ □ □ □ □

En este periódico y, concretamente, en mis artículos, no quiero meterme con nadie, y mucho me

nos, cargar culpas y consecuencias, pero sí me gustaría que todos y cada uno echásemos una mirada atrás y al lado desde el punto en que nos encontramos situados para que así, con el máximo acierto, podamos seguir caminando.

*Va ha pasado este verano
y los posibles encuentros
con conocidos, amigos, familiares
y hermanos.*

*Hoy, para cuantos no hemos
tenido esa posibilidad,
a través de este periódico,
medio de comunicación social,
mi más cordial saludo a todos
les hago llegar.*

Segundo