

p. 7

Covid-19

Assís reparteix kits d'emergència a persones sense llar

p. 16

Anna Jover

"A l'Hospital Plató som majoria de dones prenent les decisions"

p. 5

Josep Amat

La Generalitat lliurarà la **Creu de Sant Jordi** al veí i enginyer del Putxet

p. 6

Mor Roser Oller de Capell

Política i activista de Sant Gervasi

p. 8

Fer barri des dels balcons



C/VICO 28
08021 BARCELONA
TEL. 932021713



Panchito
Sabor a México

 panchito_oficial
www.panchito.com

C/AMIGÓ 57
08021 BARCELONA
TEL. 932022131



ACONSEGUEIXI UNA ALTRA PENSIÓ

RENDES VITALÍCIES PER A UNA MILLOR QUALITAT DE VIDA

Des de 1998 al costat dels nostres grans

“Feu un vitalici
us ho mereixeu”

- Assessorament integral
- Atenció personalitzada
- Explicacions clares i comprensibles
- Adaptació a les seves particularitats
- Cotitzacions gratuïtes
- També l'ajudem a cancel·lar els deutes



Barcelona - Avinguda Diagonal 468, 6a Planta.
93 415 22 99 - www.gvv.cat - info@gvv.es



Gestió Vitalici Vivenda



*Vols fer una festa
i no saps on?*

**Estàs a casa teva!
(netegem nosaltres)**

Festes Privades

Nota79 • C/ Vallirana 79
(Entre Plaça Molina i Plaça Lesseps) Tel. 669 893 140

  **Nota79**
BARCELONA LIVE MUSIC BAR

Ajudeu-nos a mantenir-vos informats
en temps complicats

Subscriu-t'hi!

~~50€~~ 40€ l'any

diarieljardi.cat/subscripcio2020



CLÍNICA SERVIDIGEST OFEREIX VISITES MÈDIQUES AMB ELS SEUS ESPECIALISTES MITJANÇANT LA TELEMEDICINA

A causa de la pandèmia d'Infecció respiratòria (COVID-19) pel coronavirus SARS-CoV-2, Clínica ServiDigest **manté l'atenció sanitària a tots els seus pacients mitjançant la telemedicina.**

Fins que duri l'estat d'alerta, les visites mèdiques als especialistes d'Aparell Digestiu, Endocrinologia, Nutrició i Cirurgia General i Digestiva de Clínica ServiDigest, es poden fer per telèfon, videoconsulta, videoconferència o d'altres mecanismes de telemedicina.

Per tal de continuar oferint el millor servei, Clínica ServiDigest compta amb el Servei de Telemedicina, un suport clau per evitar que el pacient hagi de sortir de casa, fent alhora prevenció i contenció del coronavirus.

Per altra banda, i seguint les recomanacions de la Societat Espanyola d'Endoscòpia Digestiva (SEED), la Societat Catalana de Digestologia (SCD), la Societat Catalana d'Endoscòpia Digestiva Mèdico-Quirúrgica (SCEDMQ), del Col·legi Oficial de Metges i d'altres Societats de Digestiu i d'Endoscòpia nacionals i europees, **suspenem, durant l'Estat d'Alarma i segons l'evolució de la pandèmia, la nostra programació d'endoscòpia digestiva ordinària i no urgent, limitant-la a les indicacions urgents.**

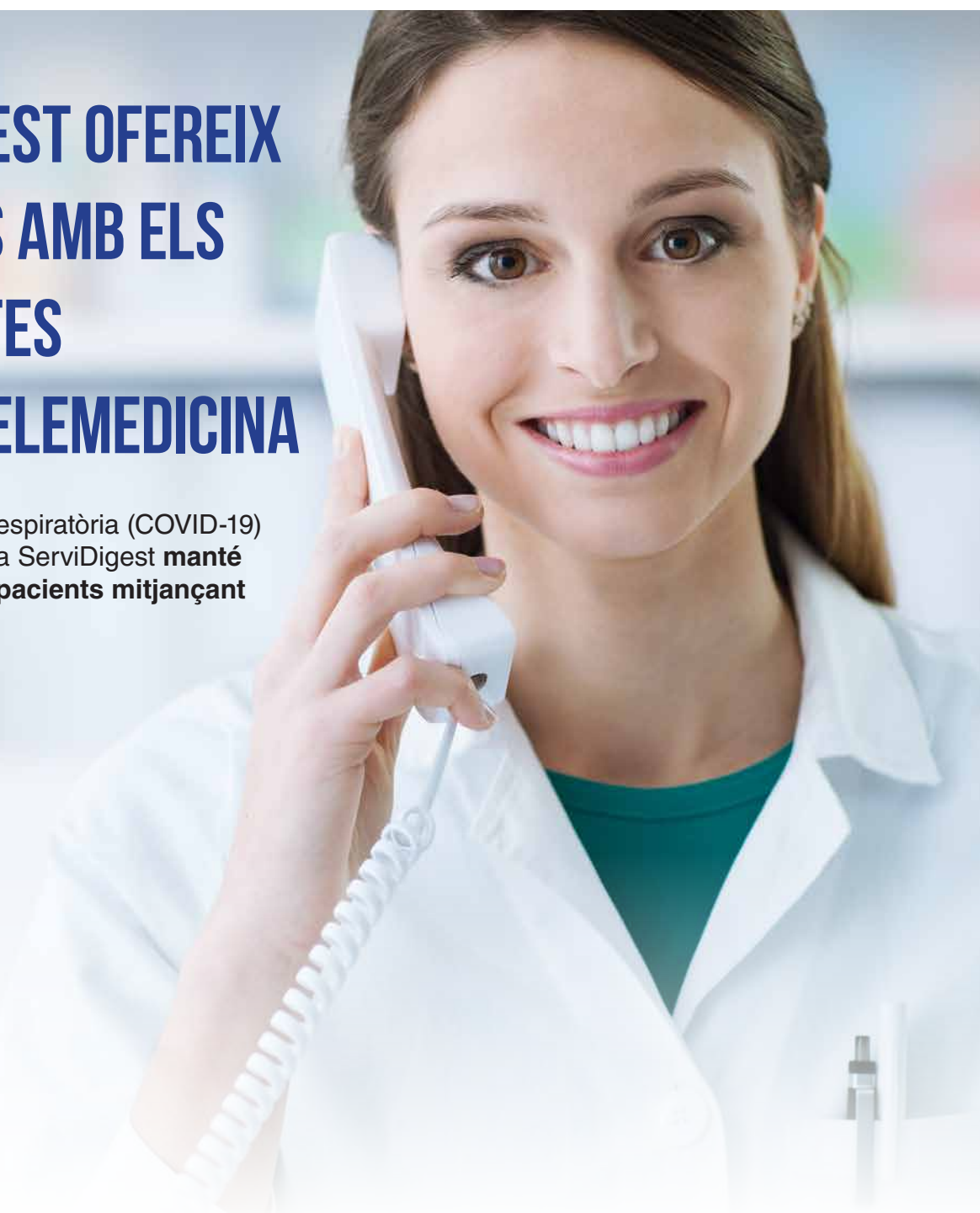
Disminuir la corba de contagis i descongestionar el sistema sanitari és responsabilitat de tots. Per això, a Clínica ServiDigest hem creat aquest nou servei de consulta mèdica per seguir atenent els pacients, donar continuïtat a la seva assistència mèdica i resoldre els seus dubtes.



Clínica ServiDigest
CENTRE MEDICOQUIRÚRGIC
APARELL DIGESTIU, METABOLISME, NUTRICIÓ I OBESITAT

Truca'ns **93 545 09 90 - 93 415 34 64**

Clínica ServiDigest, Centre medicoquirúrgic de malalties digestives i metabòliques, segueix al vostre costat





Editorial

La primavera es va fent notar progressivament, encara amb una certa timidesa però, segur que ben aviat, tal com li és propi, ho farà amb tota l'opulència. Aquest any, confinats a casa, no la podrem gaudir com acostumàvem a fer, amb activitats i passejades per una natura d'horitzons il·limitats. La nostra mirada és més curta, però potser també la podem fer més microscòpica. Quatre flors en un test també ens poden ensenyar molt. O sentir els reflets dels ocells que aquest any se senten molt més des de les finestres i balcons de casa.

Normalment El Jardí d'abril, amb el Sant Jordi i la tria de novetats editorials, era un dels diaris més esperats de l'any. I aquest any ens veiem obligats a publicar una edició més breu i una tirada reduïda, ja que hi ha menys punts de distribució. En aquest sentit, al web publicarem allà on podreu trobar aquest número. En temps de covid-19, de confinament, les dinàmiques han canviat molt. Molt més del que hauríem pogut imaginar fa un mes. Però també tenim molt clar que cal seguir publicant el diari en paper per informar del que passa al districte. Evidentment, cada dia podeu informar-vos puntualment al web diarieljardi.cat, que està sent molt visitat aquests dies. Són dies que també recollim moltes iniciatives solidàries i activitats veïnals des de balcons i terrasses.

Moltes botigues, serveis i centres socials i culturals dels barris han hagut de tancar durant un temps indefinit les seves portes. Volem enviar tot l'escalf i ànims a cadascun dels treballadors que no poden aixecar la persiana cada matí. I animar-los que després afrontin la sortida al confinament amb accions titàniques per redreçar-ho tot. Sortir d'aquesta aturada no serà fàcil i ens caldrà comptar, sobretot, amb la complicitat i solidaritat de tothom. ■

Sumari

4 DISTRICTE

Superar la crisi sanitària ALBERT BATLLE
Plataforma Bici Augusta CARME ROCAMORA
Places d'aparcament per sanitaris EL JARDÍ

5-6 SANT GERVASI

Creu de Sant Jordi per Josep Amat S. ALEMANY
Nomenclàtor: Carrer de Lleó XIII J. MESTRE
Mor Roser Oller de Capell EL JARDÍ
Homenatge policial als mercats de Galvaní i Sant Gervasi EL JARDÍ

7-8 SARRIÀ

Mor Pepa Montserrat EL JARDÍ
Aspasim reclama ajuda EL JARDÍ
Missa per Youtube a les Planes S. ALEMANY
Assís reparteix kits per persones sense llar EL JARDÍ
El balcó de la Montse i l'Alex ELENA BULET,
CARME ROCAMORA

10, 12 i 14 ARTICLES D'OPINIÓ

XAVIER BONED-MOSSOS D'ESQUADRA, GLÒRIA VILALTA,
JAUME DE OLEZA, MARTA ROYO, JUANJO COMPAIRÉ

16 ENTREVISTA

Anna Jover (Hospital Plató) S. ALEMANY

17 SALUT

#NosaltresEnsQuedemACasa NEUS MESTRE
I MARC TALLÓ

17 HISTÒRIA

Remei per curar-se de la pesta FRA VALENTÍ SERRA

18-19 POLÍTICA

Presentació Units per Avançar C. ROCAMORA
ERC reivindica el feminisme com a resposta a la repressió C. ROCAMORA

20 EXPLORAR EL JARDÍ

Parc del Castell de l'Oreneta (2) M. JOSEP TORT
El rossinyol ENRIC CAPDEVILA

22 ESCOLES

Qualitat de l'aire de l'Escola Betània Patmos EL JARDÍ
Campus de l'Experiència de la UIC E. MORA

23-25 CULTURA

Mercè Rodoreda M. CASTELLET
Joan Perucho, poesia global R. DÍAZ
Free Choir de Sarrià M. ANTÒNIA FONT
Ressenya Escriure a contracorrent M. TRIUS
Una escultura perduda de Fenosa EL JARDÍ

26-27 LA MIRADA JOVE

Entrevista a l'aventurer Dani Benedicto S. ALEMANY
Salesians i IQS faciliten material sanitari EL JARDÍ
Esperit escolta i guia: L'Agrupament Sant Ignasi confinat A. RUBIÓ
Sembla la fi, però podria ser l'inici ARRAN CASSOLES

28 PER ALS PETITS DE CASA GRÀCIA FARRÀS

29 CUINA I NUTRICIÓ

L'espàrruc i les seves varietats FRA VALENTÍ SERRA
Què menjar durant el confinament? A. VILARRASA

30 GENT GRAN

L'estimulació emocional, vital en demències C. MARTÍNEZ
16a pinzellada M. CORNET

31 GUIA DE COMERÇOS I EMPRESES

PREMSA LOCAL EL JARDÍ SCCL

Coordinació general
JESÚS MESTRE CAMPI
jesus@diarieljardi.cat

Cap de redacció
CARME ROCAMORA
carme@diarieljardi.cat

Redacció
SERGI ALEMANY, ELENA BULET,
JUANJO COMPAIRÉ, MARIA ANTÒNIA FONT, MARTA TRIUS

Correcció
HÈCTOR LLULL

Disseny de maquetació i maquetació
GRÀCIA FARRÀS

Comercials
JOSEP M. FARRÀS
josepm@diarieljardi.cat
ENRIC MORA
enric@diarieljardi.cat

© Textos: els autors

© Fotografies i il·lustracions:
se n'esmenta l'autoria o la procedència

Tirada: 12.000 exemplars
Dipòsit legal: B 25204-2014

Il·lustració de portada
Fer barri des dels balcons
© Elena Bulet

Publicitat: 654 044 410

Avis legal: El titular de la publicació no serà responsable de cap error, inexactitud o irregularitat que puguin tenir els continguts publicitaris o dels patrocinadors. Per tant, estarà exempt de qualsevol responsabilitat derivada d'eventuals descomptes, ofertes i promocions de tercers, que es puguin oferir en la publicació. Tampoc no es fa responsable de les opinions i continguts expressats per tercers persones en la publicació.

amic mitjans d'informació i comunicació

Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència

Regala periodisme local!

Periodisme cooperatiu i de proximitat



Vols fer un regal i no saps què?
Regala una subscripció d'El Jardí

Hem reduït el preu de 50 a 40 € l'any
fins que s'acabi la crisi pel coronavirus

info@diarieljardi.cat diarieljardi.cat/subscripcio2020

[f](#) [t](#) [@diarieljardi](#)

CARTA DEL REGIDOR



Superar la crisi sanitària i afrontar les conseqüències econòmiques

ALBERT BATLLE I BASTARDAS
Regidor del Districte

Estem vivint una situació molt difícil que mai ens haguéssim pensat que ens tocava viure, però és en aquestes situacions quan es demostra la fortalesa de la societat. L'única manera de superar aquesta crisi és amb la col·laboració de tothom, cadascú amb les seves capacitats i possibilitats. La ciutadania en general, fent l'esforç de quedar-se a casa i seguint les recomanacions de les autoritats sanitàries. I les persones que treballen en serveis essencials, tirant endavant la seva tasca.

Vull agrair el civisme de la major part de la ciutadania que compleix el confinament amb el màxim rigor des del primer dia, però permetin-me que dediqui un agraïment molt especial a les persones que treballen als serveis essencials: el comerç d'alimentació i de productes de primera necessitat, les farmàcies, els transportistes, els treballadors del transport públic, els dels serveis de neteja d'edificis i de l'espai públics, avui tan necessaris. I sobretot, vull agrair la feina i el gran esforç de les persones que estan a primera línia, aquelles que tenen cura de nosaltres: el personal sanitari, els membres dels cossos de seguretat, els treballadors i treballadores de les residències de gent gran, que estan treballant en unes condicions molt difícils, però que ho estan posant tot perquè puguem superar aquesta crisi de la millor manera i el més aviat possible.

També vull fer arribar el condol a totes les persones que han perdut algun familiar; i fer palesa la solidaritat i tot el suport a les persones que estan patint i les que patiran les conseqüències econòmiques d'aquesta pandèmia. Des de l'Ajuntament de Barcelona ja estem treballant i farem tots els esforços perquè ningú quedi enrere. Per acabar, recordar-vos que tot el personal del Districte, com el de tot l'Ajuntament, segueix a la vostra disposició, treballant des de casa. ■

Neix una plataforma que reclama un carril bici a Via Augusta abans de 2023

CARME ROCAMORA

Un conjunt d'entitats aplegades sota el nom 'Plataforma Bici Augusta' s'ha unit per aconseguir recolzament ciutadà i reclamar a l'Ajuntament de Barcelona un carril bici a Via Augusta, entre la Diagonal i la plaça Borràs, abans de l'any 2023.

Aquesta plataforma, que neix després que el Consell Plenari del Districte aprovés una proposició d'ERC per desenvolupar aquest projecte, valora positivament que la via institucional hagi recollit la demanda veïnal, però reclama que esdevingui realitat en els propers mesos.

Entre les entitats impulsores hi ha la plataforma Sarrià Respira, l'AMPA de l'Institut Menéndez y Pelayo, l'Associació Cultural Casa Orlandai, l'Associació de Veïns del Farró i de Sarrià o el Centre Excursionista els Blaus, en un total de 12 col·lectius.

En un manifest, Bici Augusta destaca que en un moment en què l'emergència climàtica i la qualitat de l'aire són unes de les preocupacions més destacables a la ciutat, és important que l'Ajuntament es

comprometi a implementar el carril bici com a projecte executable abans de la data que fixen. La primera de les accions de l'entitat serà una bicicletada que se celebrarà el 19 d'abril a les 11.00 hores de forma virtual a través de l'app Jitsi, on els que vulguin participar hauran de posar al buscador 'volem carril bici'. A partir de les 11.15 emplacen a difondre 'selfies' de la participació en la convocatòria a les xarxes socials amb l'etiqueta #carrilbiciaugusta i a les 11.30, l'actriu Nora Navas, farà lectura del manifest.

La proposta que tenen és reduir dos dels sis carrils de la via per fer un carril bici lateral en cadascun dels sentits, i resalten la importància de fer-ho encara més en un dels districtes escolars i universitaris de més alta densitat del món, que supera els límits anuals de diòxid de nitrogen.

Pacificar i enverdir voreres

També aposten per la reivindicació de pacificar i enverdir les voreres de la Via Augusta, amb accions com fer aparcaments de motos a la calçada, donant prioritat al transport públic i a



© Carme Rocamora

les zones de càrrega i descàrrega del comerç, i enverdint així com connectant Sarrià amb Les Planes fent ciclable els Túnels de Vallvidrera.

"Pertoca reduir emissions, reduint l'espai públic segregat pel vehicle particular, i augmentant les infraestructures ciclables a la ciutat. La reivindicació d'un carril bici comporta posar l'urbanisme i la ciutat al servei de les persones. La Zona de Baixes emissions és el camí, però calen mesures més clares i contundents, com estan aplicant Londres i París, i com va aplicar ja fa molts anys Copenhaguen", apunten en el manifest.

Així mateix, alerten que la contaminació perjudica la salut dels habitants: "La contaminació de l'aire va causar més de 400 morts a Barcelona durant el 2018. Nosaltres, els habitants de Barcelona, no mereixem les autopistes urbanes d'entrada i de sortida al costat de les cases, les escoles, els hospitals, les feines i les botigues", insisteixen. ■

© Roser Díaz



Districte posa a disposició places d'aparcament per a sanitaris

EL JARDÍ

El Districte de Sarrià - Sant Gervasi ha fet unes reserves especials d'esta-

cionament per a personal sanitari al voltant de l'Hospital Plató i de la Clínica del Pilar, mentre duri l'estat d'alarma per la covid-19. També ha reservat algunes places al parking soterrat de la plaça de la Bonanova.

Les zones d'estacionament reservades per a personal sanitari són 16 places al carrer Muntaner —entre els carrers Copèrnic i Plató— que donen servei a l'Hospital Plató, i 10 places al carrer de Madrazo —entre els carrers Balmes i Alfons XII— que donen servei a la Clínica del Pilar. ■



**DUET
CORTINES**

Serveis

- Cortines
- Tendals
- Tradicionals
- Coixins
- Paquetos
- Plaid
- Enrotllables
- Cobrellits
- screen/tèxtils
- Entapissats

Servei d'instal·lació i reparació



Tel: 93 768 72 86
Via Augusta, 166
08006 Barcelona
duet@duetcortines.com
www.duetcortines.com

EL PUTXET

L'enginyer Josep Amat rebrà la Creu de Sant Jordi de la Generalitat

SERGI ALEMANY

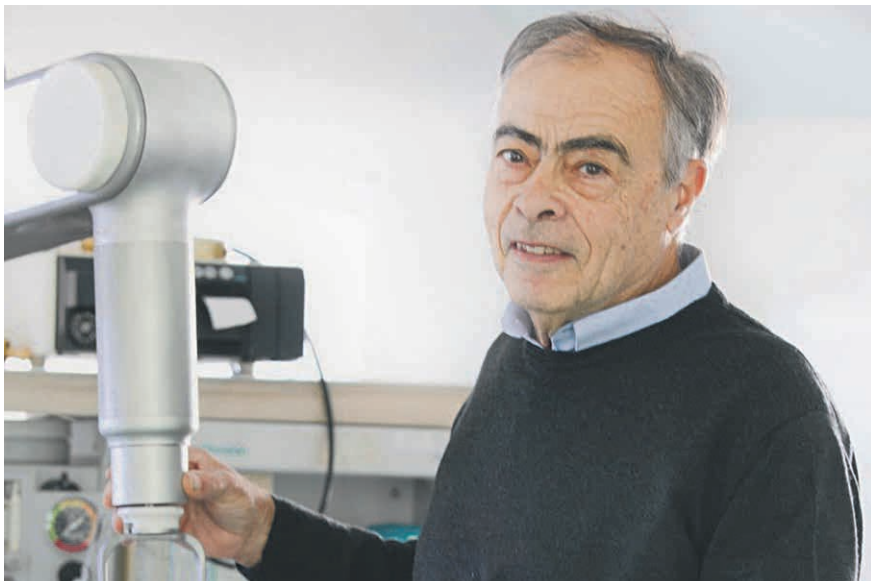
La Generalitat ha aprovat concedir la Creu de Sant Jordi a 30 personalitats i 15 entitats, entre les quals hi ha el doctor enginyer industrial Josep Amat i Girbau, veí del Putxet. La Creu de Sant Jordi és un dels màxims reconeixements que pot rebre una persona per part de la Generalitat i reconeix els serveis prestats al país en la defensa de la seva identitat o en el pla cívic i cultural.

El perfil de Josep Amat i Girbau

Josep Amat (Barcelona, 1940) té una llarga carrera dedicada a la recerca en el camp de la robòtica quirúrgica. És autor de múltiples patents i llibres. Va iniciar la recerca en el camp dels sistemes digitals, que va derivar en el disseny de processadors especialitzats en el tractament

del senyal radar, i el processat d'imatges aplicat a la visió per ordinador.

Posteriorment, va orientar la recerca al camp de la robòtica industrial, submarina i quirúrgica. Catedràtic emèrit d'Arquitectura i Tecnologia de Computadors a la Universitat Politècnica de Catalunya (UPC) des del 1977, va exercir com a docent fins al 2010 com a professor de l'Escola Tècnica Superior d'Enginyers Industrials de Barcelona, i a la Facultat d'Informàtica de Barcelona. Des d'aleshores és professor emèrit de la UPC. Amat també és membre de l'Institut d'Estudis Catalans i de la Reial Acadèmia de Ciències i Arts de Barcelona. És fill del pintor Josep Amat, referent Impressionista de la pintura catalana del segle XX, i manté viva amb la seva família la Fundació Josep Amat, al Putxet. ■



NOMENCLÀTOR

El carrer de Lleó XIII

JESÚS MESTRE

El carrer de Lleó XIII està situat a la zona limítrofa entre la Bonanova i el Putxet. Presenta un fort desnivell i uneix el passeig de Sant Gervasi amb el carrer del doctor Ribas i Perdigó, a tocar de la ronda de Dalt, a la falda de Collserola.

Aquests terrenys van començar a urbanitzar-se a partir de 1872 quan Josepa Cayol, hereva de la propietat del Frare Blanc, presenta a l'Ajuntament de Sant Gervasi de Cassoles un projecte urbanístic a llevant de la riera de Maduixar, que tenia l'actual carrer de Lleó XIII com a eix central. En aquest carrer, que aleshores era conegut com el Frare Blanc, van construir-se torres residencials, sobretot a la part sud i propera del passeig, i una de les primeres va ser la torre Bassols. Unes dècades més tard, amb el canvi de segle, el doctor Andreu i els seus socis van iniciar la urbanització de l'avinguda del Tibidabo, al costat de ponent del torrent de Maduixar. El carrer conserva avui el seu caràcter residencial i es mantenen moltes de les torres que l'han caracteritzat.

La torre Bassols, però, ha desaparegut. Un article de Joaquim Folch i Torres a *La Veu de Catalunya* (12 de setembre de 1912: pàgina 5) ens descriu la casa i l'indret: "Precedida d'un pont amb baranes modernistes ben de dolendre, alçada en la flor de l'any 70 enmig la florida vall que'l Putxet mira i de cara a la vila de Sant Gervasi, domini dels senyors y menestrals barcelonins". També diu que la torre s'havia convertit en un museu, per l'afany col·leccionista del seu propietari Joan Bassols Villà, un metge molt interessat en la meteorologia, l'astronomia, la sismologia i altres disciplines científiques. La torre l'havia convertit en un museu que va despertar l'admiració de Folch i Torres per la gran quantitat de peces de ceràmica, numismàtica, mobiliari antic, fòssils que guardava, a més d'un important herbari. Una germana de Bassols, M. Rosario, estava casada amb el fabricant de seda Francesc de Paula Santoja, que tenia la fàbrica i habitatge ben a prop, al passatge de Foraster. ■

A l'esquerra, vista del torrent de Maduixar cap al 1900, des del carrer Lleó XIII; s'hi veu la casa Frare Blanc, més tard reformada amb estil modernista com a casa Roviralta. A la dreta, la torre Bassols, el 1912, amb un pont que permetia salvar el barranc de Maduixar (La Veu de Catalunya).



scÖts

CORSETERIA • MODA ÍNTIMA • BANY

Especialistes en corseteria:
confort, maternal, esportiva,
terapèutica, bodys, faixes
i moda bany.

Disponibles en totes les talles i copes.



C/ d'Armon, 6 Telèfon: 93 667 83 90
www.corseteriascots.com [f](#) [t](#) [p](#) [g](#)

SANT GERVASI

La imatge del confinament

EL JARDÍ

A falta de balcó, bona és qualsevol altra cosa. I així ho ha pensat una veïna del carrer Mandri, que no ha volgut renunciar al sol malgrat el confinament. Així que ha aprofitat la cornisa del seu pis per gaudir-lo, d'una forma una mica temerària. Això sí, amb la farmàcia ben a prop per qualsevol incident. ■



© Ajuntament de Barcelona

GALVANY

Els paradistes dels mercats de Galvany i Sant Gervasi reben l'homenatge de la policia

EL JARDÍ

La Guàrdia Urbana i els Mossos d'Esquadra han homenatjat aquest mes d'abril els treballadors dels mercats municipals de Barcelona, en reconeixement a la tasca essencial

que fan pel funcionament de la ciutat i el proveïment de la població durant l'estat d'alarma per la covid-19. Patrulles dels dos cossos es van concentrar el dissabte 4 i 11 d'abril davant les portes principals de diferents mercats municipals, entre ells el de Galvany. L'acció va consistir en fer sonar les sirenes i encendre els llums dels seus vehicles mentre els agents aplaudien dempeus els paradistes, concentrats per uns instants a les portes del mercat. L'Ajuntament va tenir en compte els criteris d'accessibilitat als 38 mercats municipals i la presència de places o espais oberts al seu voltant, a l'hora d'escollir on fer les accions, que es van produir de manera simultània en tots els districtes de la ciutat. ■



© Col·legi Santa Teresa Ganduxer

LES TRES TORRES | EDUCACIÓ

Mor la directora del Col·legi Santa Teresa Ganduxer, Pepa Monserrat

EL JARDÍ

La directora del Col·legi Santa Teresa Ganduxer, Pepa Monserrat, va morir el dissabte 28 de març a causa del coronavirus, segons va explicar la teresiana Viqui Molins al Catalunya Religió, on detalla que va ingressar a l'Hospital Plató amb símptomes d'una pneumònia. Des de la Fundació Escola Teresiana la recorden com "una dona forta, entregada i amb un gran cor", a qui li agradava la gent i les relacions socials. Una dona amb "capacitat de liderar simpatia i entusiasme" en la tasca de docent fins al final de la seva vida. El Col·legi Santa Teresa Ganduxer també recorda la seva directora com una dona amb "un fort tarannà, la ment oberta i plena de projectes", a qui agraeixen per sempre més el seu exemple, fortalesa i ensenyaments a l'escola. Diverses persones i entitats han volgut expressar a través de les xarxes socials el seu condol per la mort de Pepa Monserrat. ■

BARRIS DE MUNTANYA

Aspasim reclama ajuda per a les entitats socials davant el coronavirus

EL JARDÍ

La Fundació Aspasim, amb la seva seu al carrer Mont d'Orsà de Vallvidrera i que treballa per millorar la vida de persones amb discapacitat intel·lectual psíquica des de fa més de 80 anys, avisa que centres com el seu veuen multiplicades les despeses econòmiques amb motiu de la covid-19. La necessitat d'acompanyament permanent a aquestes persones suposa per aquesta entitat sense ànim de lucre una necessitat de liquiditat imminent per fer front a despeses extraordinàries, tal i com ha destacat en un comunicat.

Fins al moment cinc persones han estat diagnosticades de la covid-19 en diferents llars de la fundació, el que ha suposat la seva hospitalització amb l'acompanyament de professionals especialitzats, a més d'una tasca de coordinació i suport emocional. A més, cal sumar-hi un cost econòmic extraordinari en desinfeccions, compra de productes sanitaris, Equips de Protecció Individual (EPIs), aïllaments preventius i pagament del personal complementari a les baixes per confinament, a més de la rotació d'una trentena de professionals. "Són milers d'euros que s'incrementen cada dia", alerten des de la fundació, que a més ha lamentat en els últims dies la mort del seu tesorier. ■

SANT GERVASI

Mor la política i activista Roser Oller de Capell

EL JARDÍ

El passat 24 de març va morir als 90 anys d'edat Roser Oller de Capell, una persona compromesa al llarg de la seva vida amb els barris de Sant Gervasi mitjançant l'Associació de Veïns i la Comissió de Festes. Una "activista de barri" com titulava l'entrevista que li va fer aquest diari el juny del 2016. Roser Oller de Capell va ser una de les fundadores de Convergència Democràtica de Catalunya i diputada



© Javier Sardá

al Parlament per Convergència i Unió en la quarta legislatura. També va ser una de les fundadores, amb el seu marit Jordi Capell, de l'escola Nabí, de Vallvidrera on va treballar com a pedagoga musical. "Necessitem un centre cívic per al jovent, un poliesportiu i un

teatre, bàsicament això", eren les tres reivindicacions per Sant Gervasi que feia Roser Oller de Capell en l'entrevista amb El Jardí ara fa quatre anys. Les mostres de condol per la mort de Roser Oller de Capell han estat nombroses. ■



La Peixateria Xavi i Sònia és una de les parades que està participant a la prova pilot que la start-up catalana FreshAi està fent al Mercat de les Tres Torres

LES TRES TORRES

Anar al mercat des de casa amb FreshAi

EL JARDÍ

Anar al mercat des de casa. Així és la proposta que ha presentat al Mercat de les Tres Torres la start-up catalana FreshAi, que des del 18 de març, en una prova pilot, ha instal·lat les seves càmeres de vídeo d'alta resolució en dues parades de l'establiment: la Peixateria Xavi i Sònia i la Carnisseria Eugenio.

FreshAi presenta una plataforma sota el lema 'El mercat a casa' dissenyada per "transformar la forma de comprar en línia" de fruita, verdura,

carn o peix procedent dels mercats municipals. L'usuari pot seleccionar en temps real el producte gràcies a la imatge en directe de la parada que veu a través del seu telèfon mòbil, ordinador o tauleta. A més, expliquen que l'objectiu és anar creixent progressivament també al Mercat de Sarrià i al de Sant Gervasi, i durant l'estat d'alarma no es cobra cap recàrrec per transport.

Els mercats municipals de la ciutat representen no només els llocs on es compra producte fresc, saludable i de qualitat, sinó també espais de relació veïnal. El fet d'oferir als paradistes aquesta eina els permet competir en el mercat digital, del qual fins ara s'han mantingut allunyats davant la dificultat d'enfrontament amb els grans supermercats, apunten des de FreshAi. ■



BARRIS DE MUNTANYA

Missa per Youtube a les Planes

SERGI ALEMANY

"En el nom del pare, del fill i de l'esperit sant. Estimats germans, des de la distància em sumo a les vostres cases i oracions. Veient que les noves tecnologies permeten aquest acostament, aquí em tindreu." Amb aquestes paraules, el rector de la parròquia de les Planes Mossèn David, es va adreçar als seus feligresos a través de Youtube el passat 21 de març.

La Parròquia d'aquest barri, igual que en molts punts de Catalunya, no ha volgut deixar els seus fidels sense anar a missa malgrat l'estat d'alarma i el confinament pel Covid-19, i ha decidit obrir un canal de comunicació online des d'on oferir cada dia l'eucaristia. Una setmana després de la seva posada en marxa, el canal de Youtube de la parròquia de les Planes compta amb gairebé 700 subscriptors. ■



SARRIÀ

Assís reparteix 600 kits d'emergència per a persones sense llar

EL JARDÍ

El Centre Assís, ubicat a Sarrià i que treballa per a les persones sense llar, ha començat a repartir kits d'emergència per a les 1.200 persones que dormen al carrer a Barcelona. Assís ha impulsat aquesta iniciativa tenint en compte que aquest col·lectiu no pot seguir correctament les recomanacions sanitàries durant l'estat d'alarma pel coronavirus, i de moment ja ha pogut fer 600 kits que repartiran a algunes entitats socials que donen servei a persones sense llar aquests dies. Un centenar de kits seran destinats a dones i inclouen productes d'higiene femenina.

Cada kit inclou material indispensable per a una higiene i protecció bàsica per evitar contagis (mascareta, hidrogel desinfectant, guants, sabó...), l'essencial per poder seguir la majoria de les recomanacions sanitàries.

Campanya de finançament col·lectiu

Assís ha posat en marxa una campanya de micromecenatge sota el lema #jocuidoiemcuido, amb la qual espera aconseguir els 30.000 euros necessaris perquè les 1.200 persones sense llar que hi ha a la ciutat de Barcelona puguin protegir-se davant aquesta pandèmia. ■

Residencial Augusta Park
Amb la Gent Gran

C/Copèrnic, 30-32-08021 Barcelona-T 93 362 49 10
informacio@residencialaugustapark.com
www.residencialaugustapark.com



Residencial Bellesguard Park
Amb la Gent Gran

C/Valet d'Arquer, 30-34-08017 Barcelona-T 93 254 05 70
informacio@bellesguardpark.com
www.bellesguardpark.com



Residències i Centres de dia

En el cor del barri de Sarrià-Sant Gervasi, dos centres acollidors i tranquils en un entorn privilegiat, amb atenció personalitzada i professional.

Un model assistencial amb experiència i serveis hotelers especialitzats des de 1985.

SARRIÀ

El balcó de la Montse i l'Alex, el punt de trobada del confinament a Major de Sarrià

CARME ROCAMORA
FOTOGRAFIES D'ELENA BULET

Brics de caldo i llaunes d'olives que simulen peses, espàtules de cuina com a instrument de percussió i famílies ballant seguint les pautes que arriben d'un balcó del número 89 del carrer Major de Sarrià, sota les directrius de la Montse, i on l'acompanyen sempre el seu marit, l'Alex, i la seva filla Ona.

Així és la trobada diària que ja s'ha convertit en tota una institució cada tarda confinada al carrer Major de Sarrià, on durant una hora, els veïns surten al balcó i fan exercicis de gimnàstica, ballen coreografies i practiquen percussió. Fins i tot han establert un horari consensuat: primer era



a les 18h, després a les 19h pels que no podien deixar la feina abans, però era molt fosc. I amb el canvi d'hora l'acord va ser a les 18.30, per després empalmar amb els aplaudiments pels sanitaris a les 20h.

Tot va sorgir d'una forma ben senzilla i improvisada: la Montse Andreu, que és professora d'Educació Física a Primària al Sagrat Cor de Sarrià, va començar amb la seva veïna Maria, a l'inici del confinament per la covid-19, a fer una mica d'esport, no més d'un quart d'hora, posant música al balcó: "Cada vegada s'anava afegint més gent", ens explica en una conversa telefònica.

El 14 de març, primer dissabte de confinament, van fer una batucada amb els seus fills, amb qui també formen part dels tabalers de Sarrià, i a partir d'aquest moment van crear un grup de veïns que al Whatsapp ja acumula més de 60 persones.

I a partir del 18 de març va ser una cita diària que només s'ha vist interrompuda per un dia de pluja i per l'aniversari d'un dels fills de la família propulsora, que això sí, va avisar que aquell dia feien festa.

Així, des d'aquell dia 18 la Montse anticipa al veïnat les activitats que tocaran cada tarda: peses, percussió, i altres exercicis que hauran de fer amb elements que trobin per casa. També passa coreografies... I la convocatòria és tot un èxit, i depèn en gran part, d'un efecte cadena: la irregularitat del carrer Major de Sarrià no fa precisament que tothom pugui veure a la Montse, així que són els mateixos veïns els que serveixen de punt de transmissió per anar fent arribar els moviments carrer amunt, en una activitat que de vegades arriba fins a l'altura del carrer on hi ha el Teatre de Sarrià. I per si no n'hi ha prou,

amb l'exercici diari, les ganes de compartir han portat al fet que els diumenges també facin un bingo veïnal cap a les 13.00 hores, on cada veí es prepara el seu cartró.

"No coneixíem a la majoria de gent que veiem als balcons", assegura la Montse, que ara, amb la seva iniciativa improvisada, ha aconseguit sense saber-ho que el barri es conegui molt més i que durant una hora, tot el carrer sembli una gran família. Aquest confinament i el coronavirus està afectant moltes famílies i l'economia, però també regala expressions d'una nova forma de viure que tant de bo puguem seguir mantenint més enllà de l'emergència sanitària. Aprendre d'aquestes noves formes que ens han obligat a ser creatius, i que no calgui una pandèmia perquè els barris estiguin més plens de vida ara, que quan podíem sortir al carrer. ■



Estem compromesos amb la independència, i tu?

A l'assemblea ho volem tot. Fes-te'n soci!

assemblea
SARRIÀ - SANT GERVASI

www.ssgxi.cat



Unidad del Dolor Clínica Sagrada Familia



La Unidad de Dolor de la Clínica Sagrada Familia está formada por profesionales especialistas en Anestesiología, Reanimación y Clínica del Dolor, miembros de la Sociedad Española del Dolor. Seguimos los protocolos de los grupos de trabajo de la SED (neuromodulación), dolor neuropático, opioides, radiofrecuencia (mal llamada rizólisis), dolor musculoesquelético, cefaleas, dolor agudo, dolor crónico, dolor pélvico crónico.

Asistimos a todos los cursos de actualización que se realizan en España y estamos en posesión del Master de Dolor por varias universidades.



Nos diferenciamos de los traumatólogos y neurocirujanos porque tratamos cualquier tipo de dolor sin limitaciones, sea de columna vertebral, pelvis, extremidades, dolor musculotendinoso, dolor visceral, neuropático, etc. Dominamos todas las técnicas necesarias para aplicarlo. Muchas infiltraciones las realizamos con ecografía, sea de nervios periféricos, sistema musculoesquelético, grandes o pequeñas articulaciones (está demostrado que en el caso de las infiltraciones que se realizan sin control ecográfico el producto que se administra en un 60-70% de los casos va fuera de la articulación). Evitamos la exposición innecesaria de Rx. (En la página web encontrará más información).

En algunos casos trabajamos con especialistas para realizar determinados procedimientos. Cuando consideramos que se debe derivar a un paciente para ser intervenido o visitado por un traumatólogo u otro especialista de nuestra confianza, tenemos un circuito ágil. Al trabajar en la Clínica Sagrada Familia podemos pedir cualquier tipo de exploración complementaria como Rx, TAC, resonancia, electromiografía, etc.

Equipo médico:

Dr. Jorge de Vicente Solé (Director Médico),
Dr. Jenaro Mañero Rey, Dra. Jenny Amelia
García Tomás.

PATOLOGÍAS QUE TRATAMOS

- **Dolor relacionado con la columna vertebral** (cervical, dorsal, lumbar). Contractura muscular de columna, síndrome lumbar, lumbociatalgia, compresión discal de raíz nerviosa
- **Cefaleas, neuralgias**
- **Dolor musculoesquelético.** Dolor neuropático central o periférico
- **Dolor pélvico crónico** (lesión de pudendo, etc.)
- **Dolor articular de grandes y pequeñas articulaciones**
- **Dolor crónico oncológico o no oncológico**
- **Dolor agudo y crónico**
- **Dolor postquirúrgico**
- **Estenosis lumbar**

PROCEDIMIENTOS QUE REALIZAMOS

- **Radiofrecuencia térmica (rizólisis) o pulsada de articulaciones o nervios de columna o periféricos**
- **Infiltraciones articulares y de columna bajo control ecográfico de PRP, Ac Hialurónico, ozono**
- **Tratamiento de protusiones discales con Discogel (eliminamos la protusión)**
- **Vertebroplastia y cifoplastia**
- **Ozonoterapia**
- **Infiltraciones miofasciales con a. locales, corticoides, Botox**
- **Acupuntura y electroacupuntura para el dolor**

UNIDAD DEL DOLOR
Clínica Sagrada Familia
C/ Torras i Pujalt, 11-29
Consultorios CSF: planta 2, despacho 2
Tel. 93 566 12 57
unidaddeldolor@consultoriscsf.com
www.unidaddolor-csf.com
www.clinicasagradafamilia.com

MOSSOS D'ESQUADRA

Apunts policials sobre el coronavirus



XAVIER BONED

Aquest mes toca parlar, inevitablement, sobre el coronavirus o covid-19. Parlem de situacions que ens estem trobant aquests dies que ens està tocant viure a tots

els ciutadans, i més ben dit, a tota la humanitat. El primer pensament és que aquests dies tots ens hem posat a la mateixa altura pel que fa a estar exposats a contagiar-se del virus independentment de les possibilitats econòmiques, l'estatus social, la raça, el color de pell, la religió o la ideologia.

No toca valorar en aquestes línies la resposta de les diferents administracions, la distribució dels recursos materials de prevenció, ni qui ha tingut accés a les proves de detecció en cada moment. Que cadascú faci les seves reflexions. Sí que podem opinar sobre fets inqüestionables com són la impagable resposta dels professionals de la salut, de les residències d'avis, dels serveis d'emergències, dels treballadors d'establiments comercials dedicats a serveis essencials per a la ciutadania i dels milions de ciutadans que estan respectant les mesures de prevenció i confinament decretats per les administracions.

Les situacions excepcionals a les quals no estem acostumats ens fan reaccionar de manera diferent segons la nostra educació, la racionalitat, l'equilibri personal i la nostra humanitat. En aquest context, surt el millor de molts i el pitjor d'uns quants, que acostumen a ser els de sempre. Amb la idea de posar allò positiu sempre per davant del negatiu, hem de parlar d'institucions i ciutadans que aquests dies han fet donacions de material de prevenció als cossos d'emergències. No podem citar-los a tots, perquè en són molts, però gràcies de tot cor Jean-Claude, Ignacio, Dr. Rodríguez, Dr. García... i molts més. Gràcies als ciutadans que ens esteu posant la feina més fàcil col·laborant amb la nostra tasca policial. Gràcies als companys policies que no s'han absentat en aquests moments d'incertesa on podia ser fàcil trobar motivacions i excuses per no ocupar el lloc de treball. Gràcies, altre cop, als metges, els infermers, el personal sanitari, els cuidadors i els voluntaris que esteu en primera línia. Gràcies als que cuideu de les persones grans. Gràcies a tots aquells que esteu fent el que s'ha de fer.

Però, amb aquesta crisi, també estem trobant ciutadans insolidaris i, lamentablement, hem hagut de denunciar persones per passejar el gos excessivament, obrir un establiment comercial sense estar entre els autoritzats, passejar o comprar en grup sense respectar les mesures de prevenció, anar a comprar múltiples vegades una mateixa persona sense respectar les mesures de confinament, desplaçar-se en vehicle sense poder acreditar cap dels supòsits que habiliten a la mobilitat... Parlem de gent insolidària, gent inconscient.

Quan tot passi, cadascú de nosaltres haurà de fer una reflexió personal sobre els esdeveniments que ens ha tocat viure i sobre les reaccions que hem tingut individual i col·lectivament. Des de Mossos d'Esquadra també volem tenir un record especial per tots aquells que ens hauran deixat i per a tots els que ho estan passant malament. Perquè aquesta malaltia és cosa de tots i entre tots la superarem, sens dubte. ■

DESENVOLUPAMENT, TECNOLOGIA, SOSTENIBILITAT I SALUT

Espai i solitud



GLÒRIA VILALTA

El principal motiu que em va impulsar a treballar amb la salut dels espais va ser una vivència personal: veure la solitud de la gent gran tot i estar en una residència. Una solitud que a més a més no estava acompanyada per l'espai. Una gran sala amb la TV posada i tot de cadires

recolzades a la paret, espais grans amb llargs passadissos, totes les habitacions i les sales d'estar iguals. Espais dissenyats com un hotel o un hospital, però no com una llar.

Aquests dies no puc deixar de pensar amb tota la gent que està sola; la que està a casa seva, la que està en una residència o centre assistencial i que no pot rebre visites, la que està a la presó, la que està en un camió dies sencers, la que està fora de casa seva i no pot tornar... i sobre tot la que està sola en un hospital lluitant per sobreviure. No hi ha res més sanador que l'amor. Estar acompanyat, especialment quan hi ha patiment o una situació crítica, és un gran ajut.

En aquests moments, per desgràcia no és possible. Podem fer-hi alguna cosa? Sí, com a mínim podem fer que la pròxima vegada que no ens puguem acompanyar de persones estimades o de persones que voluntàriament fan aquest acompanyament, ens sentim com a mínim més acompanyats per l'espai que ens envolta.

Sempre he pensat que hi ha molts espais que podrien ser molt més acollidors i amables del que són. Els hospitals especialment. Les habitacions no conviden a la recuperació. Ara, quan l'únic company és l'habitació, un entorn amable i saludable és més important que mai.

Materials naturals, plantes, color, llums càlides, imatges i missatges inspiradors, la possibilitat de mirar per la finestra des del llit, entrada de llum natural... Hi ha molts factors que fan que un

espai sigui saludable i ajudi al benestar. No són cabòries, hi ha evidència científica dels seus beneficis. A poc a poc, es va introduint en els hospitals d'aquí (sobretot en les àrees per nens), però queda molt a fer. Aquests dies ha sortit una iniciativa que treballa en aquest sentit. Es diu We Rainbow i és un cant a l'esperança, un arc de sant Martí per penjar a les finestres.

Espero que la difícil situació que estem vivint ens faci reflexionar entre altres coses en la importància de l'espai, sigui una casa, oficina, residència, hospital o escola. I si alguna vegada ens trobem en una situació semblant, que com a mínim l'espai ens aculli i ens faci companyia. Espero que la difícil situació que estem vivint ens faci reflexionar entre altres coses en la importància de l'espai, sobretot per persones que estan soles o aïllades. Fem que l'espai jugui a favor de la salut i el benestar. ■

GLÒRIA VILALTA I GRAU ÉS ENGINYERA ESPECIALISTA EN MEDICINA DE L'HÀBITAT, FENG SHUI I BENESTAR PERSONAL



ARQUITECTURA

Una plaça gairebé secreta, la plaça de Sant Gaietà



JAUME DE OLEZA

Hi ha pocs llocs al nostre districte amb l'encant que té la plaça de Sant Gaietà. Una petita plaça, molt petita, situada darrere del Mercat de Sarrià, i que s'hi entra per un petit carrer que dona al carrer Pare Miquel de Sarrià i que sense cap dubte ens passarà desapercebut.

La plaça té l'accés per aquest petit i estret carreró, que si no sabem que ens porta a aquesta placeta, fa la impressió de no portar enlloc. La plaça és un cul-de-sac, és a dir, només té accés i sortida pel carreró, i en entrar, la primera sensació és que estem a un pati de propietat privada de les cases particulars que tenen l'accés per aquesta placeta. Una atmosfera íntima que ens fa pensar que estem usurpant l'espai privat d'aquests habitatges.

La plaça està envoltada de cases de baixa alçada, amb multitud de testos i plantes que contribueixen encara més a donar-li aquesta percepció d'espai domèstic. No té locals comercials, ni bars ni terrasses: en les seves reduïdes dimensions, només s'hi respira la pau i la tranquil·litat d'estar en un lloc amagat de la nostra gran ciutat. Les rajoles vermelles del paviment li donen, així mateix, un aire casolà. Això sí es troba a faltar algun banc on poder seure i gaudir d'aquest ambient assossegat i tranquil que indiscutiblement tenia l'antic poble de Sarrià. D'alguna manera, és com retrocedir en el temps per estar immers en un enclavament sense trànsit de vianants i difícil de trobar, poc conegut i poc visitat. És possible que, si ens hi acostem, siguem les úniques persones a la plaça. Una plaça que com a conseqüència d'aquestes característiques, els veïns la coneixen amb el nom del *Raconet*. A manera testimonial, Sant Gaietà és conegut com el Sant de la Providència i del Treball: va ser fundador de l'ordre dels Teatins. La màxima de l'ordre era no posseir res ni demanar cap almoïna.

La plaça ocupa part dels antics horts situats al costat de la parròquia de Sarrià, i que van quedar segmentats amb l'obertura del passeig Reina Elisenda. Una visita obligada per a tots aquells amants del nostre districte ■



JAUME DE OLEZA ÉS ARQUITECTE. www.cwork.cat

BARCELONA

VEÍ, VEÏNA, TU TAMBÉ
POTS AJUDAR



Tingues cura de les persones que viuen a la teva comunitat.
Aprofita els teus desplaçaments per fer els encàrrecs
de les persones que ho necessitin.

Si detectes una situació de vulnerabilitat: radarsgentgran@bcn.cat

desdecasa.barcelona

DES DE CASA



Ajuntament de
Barcelona

RADARS
Fem barri amb les persones grans

MICROCONSULTORI

La importància del logo

MARTA ROYO ESPINET

La Carol havia remodelat la seva òptica: necessitava actualitzar-la. Havia de participar en una ponència al Congrés de la Societat Catalana de Oftalmologia al cap d'un parell de setmanes i no tenia targetes. De fet, no tenia cap mena d'imatge corporativa. Ni un logotip actualitzat de la nova òptica. És més, no tenia ni nom. Al poble, tothom parlava de 'l'òptica de la Carol'.

Ens va trucar, esverada i nerviosa, amb la urgència de si li podíem fer targetes per repartir durant el Congrés als seus col·legues i clients potencials. Però abans de les targetes, necessitava tenir la marca creada, li vam dir. Si no, què hi posaríem a les targetes?

Primer calia treballar el nom, el logo, l'eslògan i... llavors, les targetes! Per sort, la Carol era llesta i molt conscient que cal fer cas als professionals. De seguida va saber veure la necessitat per identificar la seva òptica amb la nova remodelació. I dins del possible, acompanyat d'un eslògan diferencial i únic. Va ser un treball intens, i en pocs dies va tenir nova imatge corporativa: nom, logo, eslògan, targetes de visita, signatura digital (tan o més important gairebé que



les targetes físiques) i un conjunt de materials, entre els quals unes plantilles en PowerPoint, que la van ajudar perquè la seva ponència fos un èxit.

Eps: i per fer un logo, no va trucar a cap cosí. Va trucar a una professional. Trucaries al teu cunyat per canviar la roda d'un cotxe o al teu veí perquè t'arrenqués un queixal?

Darrere de la Carol, hi havia una imatge que l'acotxava, que li donava suport. A Mosaiking vam

quedar molt satisfetes de la feina feta. Vam treballar plegades. Vam fer bon equip. Ens vam entendre, i no sempre passa. Però entre dones potser és més fàcil. Entendre que som l'origen de tot i que sempre venim d'una dona. En el Dia Internacional de la Dona i tots els dies de les nostres vides... Visca la mare que ens va parir!

A Mosaiking Comunicació, les històries acaben bé. Explica'ns el teu projecte i t'ajudarem a relatar la teva història. Més info: www.mosaiking.com

Mosaiking Comunicació, entre tu i la teva història. ■

MARTA ROYO ESPINET ÉS LA CEO DE MOSAiking COMUNICACIÓ

Temps de coronavirus

LLUC PEDRERO

Tomorrow there'll be sunshine and all this darkness past, canta Bruce Springsteen en la seva cançó *Land of Hope and Dreams*. Així és actualment el nostre dia a dia, però tot passarà i ens tornarem a saludar, obrirem de nou les portes de casa com quan ho fèiem al matí ben d'hora, per anar a treballar.

És sorprenent la capacitat humana per normalitzar no pas el que és normal. Per exemple, en qüestió de dies, hem assumit tots, o gairebé tots, que ens hem de quedar a casa. La nostra vida ha fet un gir radical i la tolerem a ulls clucs, amb certa incertesa i algunes vegades amb por quan memoritzem cada dia l'estat d'alarma com una lletania.

Hi ha també certa innocència del desconeixement, tal vegada com els primers amors quan no sabem què passarà. Qui ho havia de dir que la vida s'interromp i que el telèfon seria el fil de l'esperança mentre parlem amb els amics per videoconferència.

Abraçar a qui estimes podria produir un risc sísmic en aquesta tremolor coronavírica, obrir una porta amb una clau d'una sola volta. Segur que ens tornarem a saludar, mentrestant, en plena voràgine del canvi forçat, ens mirarem al mirall per buscar algun rastre de futur.

Els missatges escrits han tornat a recordar les cartes d'amor, perquè hi ha parelles que no es poden tocar, com quan es passaven llargues estones caminant per la platja. Les fotografies d'aquella platja arriben com postals a les nostres cel·les asèptiques a través del mòbil.

Però, quan tot acabi, sempre ens serà present la crisi actual, i ens ho mirarem tot d'una altra manera. La humanitat s'entestarà a recordar per sempre aquest temps de coronavirus. ■



**SERVICIOS DE DESINFECCION
CONTRA VIRUS Y BACTERIAS**

DESINFECCIÓN AMBIENTAL: PROTEGEMOS LA SALUD Y MINIMIZAMOS LOS RIESGOS FRENTE A VIRUS E INFECCIONES DE TODO TIPO, COMO EL COVID-19 (CORONAVIRUS). LA DESINFECCIÓN AMBIENTAL ES UNA TÉCNICA DE SANEAMIENTO QUE TIENE COMO FINALIDAD LA DESTRUCCIÓN DE MICROORGANISMOS PATÓGENOS (BACTERIAS, VIRUS Y HONGOS) EN TODOS LOS AMBIENTES EN QUE PUEDAN RESULTAR NOCIVOS (ESCUELAS, GIMNASIOS, SUPERFICIES, GUARDERIAS, VESTUARIOS, ZONAS EXPUESTAS COMO BARANDILLAS, MECANISMOS, ETC...), MEDIANTE LA UTILIZACIÓN DE AGENTES, FUNDAMENTALMENTE QUÍMICOS.

**LLÁMANOS
932 119 334**

Per què mantenir els infants confinats a casa és clau per aturar el coronavirus?



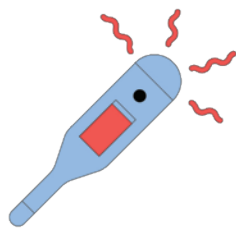
1 Els infants no estan exempts de contraure el virus.

/ Tot i que el coronavirus SARS-CoV-2 els afecta d'una manera més lleu, tenen el mateix risc de contagi que qualsevol altra persona.



2 Els símptomes poden ser tan lleus que es poden confondre fàcilment amb una altra malaltia comuna.

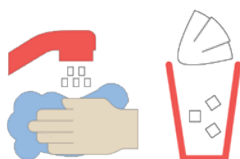
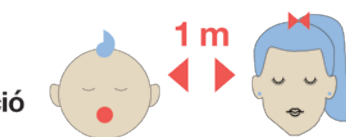
/ Els infants poden transmetre el coronavirus a altres persones encara que tinguin una simptomatologia lleu que es pugui confondre amb una altra malaltia.



3 Els pot costar més mantenir les mesures de prevenció recomanades.

/ És més difícil que respectin la distància de seguretat amb altres persones i que evitin posar-se les mans a la boca després d'haver tocat diferents superfícies, o que recordin rentar-se les mans en arribar a casa.

Això augmenta el risc de contraure i transmetre la infecció.



4 Les mares i els pares també podem abaixar la guàrdia.

/ Per molt que estiguem pendents que segueixin les mesures de prevenció, en qualsevol moment ens podem despistar i, per tant, no els podem garantir una protecció adequada.



5 Entre tots hem d'intentar interrompre la transmissió per procurar evitar la saturació del sistema de salut.

/ L'objectiu és evitar que el nombre de persones afectades superi el volum que el sistema de salut és capaç d'atendre. Ara estem en un moment clau en què només els serveis essencials haurien de sortir de casa per obtenir el màxim efecte del confinament.



6 Aproveiteu el confinament per gaudir del temps en família.

/ En molts casos, les obligacions diàries fan que el temps que es passa amb els fills i filles sigui escàs. La situació excepcional que estem vivint pot ser una bona oportunitat per compartir temps amb els infants i gaudir d'activitats creatives i originals sense necessitat de sortir de casa.



Per a més informació, consulta canalsalut.gencat.cat/coronavirus

Posa-hi seny! Quedeu-vos a casa!
Per la seva seguretat i per la de tothom! #JoActuo

Cossos que importen

JUANJO COMPAIRÉ

Una amiga meva em va obrir els ulls: "L'edat és una presó". Una presó simbòlica, si es vol, però una presó. I és que arriba un moment que veus com va canviant la mirada dels altres sobre tu. Et miren però no et veuen. Ets l'edat que tens, com si fos un vestit arrapat al teu cos, el vestit de l'home invisible. Notes sovint com a les reunions o no t'escolten o si t'escolten després no tenen en compte el que dius.

Som aquells per als quals ja no funcionen el tractaments de rejuveniment. Que gosem mostrar descaradament les nostres arrugues, el nostre vitiligen. Volen que ens sentim avergonyits dels nostres cossos. La nostra presència pública els és molesta.

El grup de risc

A la pandèmia actual apareix per tot arreu la denominació 'grup de risc', associat a la gent que —com ara jo— superem els 70 anys. No nego l'evidència, no nego les estadístiques. Però per darrere de les xifres jo hi veig una visió commiserativa, un cert esguard paternalista, si m'ho permeteu, tot i la contradicció del terme. L'edat torna a ser una presó.

Penso: jo no soc un grup de risc. Maleïda sociologia, quants de mals es fan en nom teu, quan classifiques i aquestes

classificacions ens cauen a sobre com gàbies! Es comença dient que som un risc i se'ns acaba tancant en aquests camps de concentració que són les residències on aquests dies estan morint a mansalva germans i germanes nostres!

Als bustos parlants de la televisió aquests dies —i no diguem res si es tracta de polítics!— se'ls nota el ritus per sota del llavi quan fan esment dels "nostres avis i àvies". A alguns polítics neoliberals, cada cop més desvergonyits se'ls ha escapat aquella maledicció: "Deixem morir uns quants avis i salvem l'economia".

Per això ara diuen que ho fan *per al nostre bé*. No ens deixen ni tan sols parlar, no tenim veu, parlen en el nostre nom. Saben què necessitem.

No nego que hi hagi molts vells i sobretot velles que necessitin ajut, que hi hagi un problema de solitud molt profund. Problema que ara que diem que cal aturar el món per repensar-lo, caldria afrontar. Revisarem aquest sistema *concentradori* de les residències? O aquell altre de les cuidadores domèstiques que han d'abandonar les seves famílies d'origen per cuidar-nos, en condicions laborals de vegades pràcticament d'esclavatge?

Fa uns anys, durant l'11M, vaig sentir el miratge que això canviava. Hi havia un corrent de simpatia

de gent jove vers gent molt gran. Ressorgien ancians venerables com Paco Ibáñez, José Luís Sampedro, Arcadi Oliveres o Stéphane Hessel. Era molt potent aquella combinació de l'energia juvenil que brollava de les places i la saviesa d'aquells venerables. Va durar el que va durar.

Cossos que importen

Tots els cossos importen, també els de les persones dependents, dels vells, dels infants, de la gent malalta, amb diversitat funcional... Perquè tots nosaltres som aquests cossos, depenem, emmalaltim, envellim si no ho hem fet ja... Quan deixarem de centrar-nos tan sols en els cossos musculosos, productius, que el capitalisme considera rendibles, desitjables?

I nosaltres, la gent d'edat, també hauríem de trencar el nostre silenci. Mostrar amb orgull i sornegueria arrugues, taques, bastons, ulleres, perquè indiquen que hem viscut, que el nostre cap està ple de records, experiències, músiques, alegries, dolors.

Que no parlin en nom nostre. Hem d'aixecar la nostra veu i cridar: Nosaltres som vosaltres, dintre de cadascú de nosaltres hi ha tots els cossos, tot el món. ■



Recollida de material urgent per a les residències d'avis



ASSEMBLEA SARRIÀ - SANT GERVASI

El Consell per la República Catalana, com a Govern a l'exili, compta amb una xarxa de Consells Locals a l'interior que esdevenen la xarxa institucional republicana des de la qual actua el Consell al territori català.

Els Consells Locals han pres la iniciativa social i alhora política d'ajudar el poble de Catalunya durant aquesta crisi sanitària que estem patint tots, i han creat una xarxa d'intercanvi d'idees, patrons, mascaretes, bates, gels hidroalcohòlics i molts altres elements

que des de l'organització de base han pogut desplegar una xarxa efectiva d'abastiment a tota la població.

La xarxa de consells locals ha aconseguit repartir 20.000 mascaretes de teixit tècnic per a ús sanitari, més de 30.000 mascaretes de cotó per a ús domèstic, més de 600 bates d'ús sanitari amb teixit tècnic i més de 2.000 bates d'un sol ús.

Es tracta majoritàriament de material no homologat (supervisat pel personal sanitari que també és a la xarxa), ja que ha estat confeccionat pels voluntaris, però que ajuda a protegir la gent que treballa a les residències i els seus usuaris, que han quedat fora del circuit d'hospitals o que són els darrers a rebre l'ajuda que tant necessiten. No pretenem suplir l'ajuda oficial, però volem apaivagar la incertesa amb què viuen els nostres avis i àvies i demostrar-los que, malgrat

el confinament, estem al seu costat i hi pensem.

El Consell per la República ha creat el Fons Republicà d'Acció Solidària, fora de l'abast de l'Estat espanyol, des d'on, a través dels donatius, s'ajuda a finançar les iniciatives engegades pels Consells Locals.

Accions a Sarrià - Sant Gervasi

Des del Consell Local de Sarrià - Sant Gervasi, ens hem coordinat amb veïns i veïnes a títol particular i amb diverses associacions i entitats del districte, com ara la Territorial de l'Assemblea Nacional Catalana de SSG, CDR de diferents barris i grups de suport veïnals autoorganitzats també per barris. Treballem plegats perquè així som més forts i més operatius. Continuem produint material i recollint donacions.

A Sarrià - Sant Gervasi, fins al moment, hem distribuït a 18 equipaments del districte: 500

mascaretes de material tècnic, 211 mascaretes de cotó, 76 bates de plàstic, 27 ulleres de protecció, 146 envasos de gel hidroalcohòlic, i 8 casquets de bany.

Des de la territorial de l'ANC de Sarrià - Sant Gervasi, s'ha creat un grup de persones voluntàries per donar suport logístic a aquelles persones del barri que el puguin necessitar durant aquest confinament (anar a fer la compra, anar a la farmàcia, o senzillament fer un acompanyament telefònic a les persones). Aquesta acció està adreçada tant a persones voluntàries, com a persones que els calgui algun tipus de suport.

Si teniu dubtes, us cal ajut, o voleu col·laborar a aquestes iniciatives (encara necessitem moltes mans i donacions per cobrir les necessitats dels equipaments del districte), us podeu posar en contacte amb nosaltres:

sarriasantgervasi@assemblea.cat ■

Les 26 accions de la Diputació de Barcelona per fer front a la crisi de la COVID-19

Contribuir a aturar la pandèmia, protegir els més vulnerables i prestar una assistència de qualitat als 311 municipis de la província. Aquests són els objectius que han guiat les accions al territori de la Diputació de Barcelona durant les primeres setmanes de la crisi sanitària.



Crèdit: Diputació de Barcelona

Redacció Diputació de Barcelona

1. Protegir els treballadors essencials

S'ha distribuït als ajuntaments una primera compra de mascaretes i granotes de protecció perquè atendre el seu personal. També han rebut aquest material els treballadors del Centre Residencial RESPIR i els de les Unitats Mòbils del Servei Local de Teleassistència.

2. Col·laboració en la posada en marxa dels hospitals de campanya

L'Hospital de la Vall d'Hebron (Barcelona) ha rebut 70 llits cedits per la Diputació. La corporació també s'ha sumat a la coordinació de l'Hospital Fira Salut (l'Hospitalet), ha participat en l'adequació d'instal·lacions de l'Institut Guttmann com a ampliació de l'Hospital Germans Trias i Pujol (Badalona) i en l'habilitació de l'hospital temporal Vallès Salut (Sabadell).

3. Suport per a l'habilitació d'hotels

En col·laboració amb els municipis i coordinats amb el CatSalut, el govern provincial impulsa les ampliacions d'hospitals en hotels medicalitzats i l'habilitació d'hotels com a centres per al descans del personal sanitari.

4. Vehicles a disposició del CatSalut

La Diputació ha cedit al CatSalut vehicles sense conductor de la flota de

serveis tècnics perquè s'utilitzin per a visites mèdiques a domicili i per a trasllats del personal sanitari.

5. Més Teleassistència

S'ha reforçat el Servei Local de Teleassistència i s'ha creat una línia d'atenció 900 perquè totes les persones de més de 65 anys puguin accedir a la Teleassistència.

6. Reforç del Servei d'Atenció Domiciliària

Els ajuntaments tenen a disposició una línia d'ajudes per ampliar l'horari del Servei d'Atenció Domiciliària (SAD) a les persones grans en situació de vulnerabilitat.

7. Increment de les targetes moneder

La Diputació ha reforçat el programa de Targeta Moneder amb un circuit d'urgència que atén les peticions dels ajuntaments per garantir l'alimentació d'infants de famílies vulnerables.

8. Àpats a domicili

Els ajuntaments poden demanar suport econòmic per poder oferir un servei d'àpats a domicili a persones grans o amb discapacitat usuàries dels centres de dia.

9. Oferir un sostre a qui no en té

La Diputació també ha engegat una línia d'ajudes per habilitar allotja-

ments per a les persones sense llar, les famílies vulnerables i les víctimes de violència masclista.

10. Avançaments als ajuntaments per pal·liar la falta d'ingressos

Davant la moratòria en el cobrament d'impostos locals, el govern provincial ha transferit a l'Organisme de Gestió Tributària 50 milions d'euros per a bestretes i avançaments que garanteixin liquiditat als ajuntaments.

11. Atenció psicològica als treballadors municipals

La Diputació un servei de suport psicològic via telefònica al personal municipal que presta servei directe a la ciutadania, amb el suport del Col·legi de Psicòlegs de Catalunya.

12. "Contra la violència masclista, que no ens aturi el confinament"

Aquest és el lema de la campanya de la Diputació de Barcelona perquè la ciutadania col·labori a alertar de qualsevol sospita de violència masclista durant el confinament.

13. Més mesures contra el maltractament a la gent gran

La corporació també ha reforçat el servei d'assessorament jurídic per sospita de maltractament a persones grans, que ja oferim habitualment als ajuntaments.

14. Cinturons fetals d'un sol ús

Al Centre de Recerca de Tecnologia Tèxtil de Canet de Mar s'han fabricat 3.000 cinturons fetals d'un sol ús per monitoritzar les dones a les sales de part amb més seguretat davant possibles infeccions.

15. Informació per a emprenedors i empreses

Amb l'objectiu de facilitar tota la informació sobre els canvis jurídics, fiscals i relatius als recursos humans, la Diputació ha publicat un recull de recursos, adreçat a empreses i emprenedors.

16. Formació en línia per a persones i empreses

La formació en recursos humans a empreses i a persones que busquen feina continua. S'aplega al Recull per a Serveis Locals d'Ocupació i es fa per via telemàtica.

17. Carreteres segures

Continuen les tasques de manteniment de la xarxa de carreteres locals de la Diputació per garantir la seguretat.

18. Els pagesos t'ho porten a casa

Pagesos i productors locals de la Xarxa de Productes de la Terra, que impulsa la Diputació, fan arribar productes de proximitat i de temporada als municipis

que ho demanen. El Parc Agrari del Baix Llobregat i el Parc Rural del Montserrat han creat circuits de distribució a domicili de producte fresc i els productors del Parc Natural del Montseny ofereixen un mercat on-line.

19. Assistència les 24h del dia

Es mantenen els serveis essencials d'atenció a les persones, ara per via telemàtica: Servei d'Intermediació en Deutes de l'Habitatge, Centre SPOTT (drogodependències i addicció a les pantalles) i Unitats Mòbils d'Informació al Consumidor.

20. Suport en la mediació de conflictes

Amb l'objectiu de reduir la tensió i acompanyar la ciutadania, la Diputació ha adaptat el Programa de Mediació Ciutadana, que ara es presta per via telemàtica.

21. Biblioteques: serveis virtuals per a tota la ciutadania

Tots els ciutadans, tant si tenen carnet de biblioteca com si no, tenen a disposició els serveis virtuals de la Xarxa de Biblioteques Municipals.

22. El museu a casa

L'Oficina de Patrimoni Cultural de la Diputació posa a l'abast de tothom visites virtuals a exposicions de la Xarxa de Museus Locals. També ofereixen contingut digital el Palau Güell, l'Institut del Teatre, el Museu Marítim de Barcelona i el CCCB.

23. Educació. En qualsevol moment i en qualsevol circumstància

La Diputació també ha obert a tota la comunitat recursos que poden ser útils per a nens i nenes, joves, famílies i mestres mentre duri el confinament.

24. Confinats amb joves. Què es pot fer?

Per a les famílies que passen el confinament amb joves la pàgina web de l'Oficina del Pla Jove, que ofereix molts recursos i consells útils.

25. Durant el confinament, no t'aturis!

La Diputació ha publicat un conjunt de propostes, adreçat en especial a la gent gran, perquè mantingui l'activitat física durant el confinament.

26. Atenció directa als ajuntaments i a la ciutadania

Per continuar oferint atenció àgil i directa, la Diputació habilita un lloc web que ofereix recursos per a l'atenció directa als ajuntaments i, també, un apartat amb els principals recursos d'informació a la ciutadania en la lluita contra la COVID-19.

Tota la informació a www.diba.cat

COVID-19

ANNA JOVER: “Som majoria de dones prenent les decisions”



Parlem amb Anna Jover Moreno, un dels càrrecs d'alta direcció de l'Hospital Plató com a directora de Gestió Social i Corporativa. Fa una dècada que ocupa aquest lloc de treball, que la converteix en la persona encarregada de la planificació, selecció i formació dels 530 professionals que entren a treballar cada dia al centre. Ens atén des de casa seva, enmig de la pandèmia de la covid-19, on aquests dies teletreballa.

SERGI ALEMANY

Es troba a faltar ser a l'hospital enmig d'una crisi?

Molt. Estar amb la teva gent, donar escalf... Els directius ens hem hagut de dividir i són els més vitals els que es troben a primera línia de l'hospital.

Fa molts anys que treballes a la Plató.

Aviat en farà 28. Tinc al meu càrrec disset persones que des del 13 de març fan teletreball. Ens coordinem per fer guàrdies perquè l'atenció telefònica als professionals és constant aquests dies.

Com s'ajuda els sanitaris?

Amb suport, tant emocional com psicològic. Hem de poder atendre totes les seves demandes, des d'hoteles i menjar fins a garantir-los espais de descans dins l'hospital, sobretot als professionals que es troben a peu de llit o en les unitats de la covid-19.

Un episodi complicat i amb moltes emocions...

Aquest virus ha fet que la infermera hagués d'estar molt més present en la mort del pacient. Molts d'ells han mort sols, sense familiars, amb la duresa que això suposa per les dues parts.

Com es gestiona una crisi així?

Fent comissió de la covid-19 cada dia a través d'Internet. Som un equip de cinc persones amb la gerent, directora d'infermeria, directora de gestió social, director mèdic i el director de

prevenció de riscos laborals. També s'hi sumen la cap d'urgències i la d'intensius. Som majoria de dones prenent les decisions.

Podem dir que la Plató ha resistit a la pandèmia?

De moment ho estem cobrint bé. Vam arribar a tenir un pic molt fort amb una vintena de possibles casos de la covid-19 a la sala d'espera d'urgències, que ens va fer habilitar part de l'hospital de dia com a UCI. Hem ocupat dues plantes per persones amb el virus i part d'una altra per atendre pacients del Clínic, amb qui tenim una aliança reforçada.

S'ha pogut evitar el triatge?

Tots els hospitals hem seguit els protocols clínics del departament, com es fa sempre. No s'ha tret un respirador a una persona per donar-li-hi a una altra, ni molt menys. Les urgències són persones i la realitat és que la gent viu molts anys i habitualment són això, atendre persones d'edat avançada.

I els sanitaris? Han estat ben coberts?

És cert que el material de protecció ha arribat amb comptagotes, però també moltes empreses i proveïdors s'hi han bolcat. Anem amb mínims però anem fent. També supermercats, forns i restaurants del barri s'han bolcat de manera altruista amb els nostres sanitaris. Hem hagut de ser molt imaginatius davant la falta de material.

Heu fet una crida per contractar més personal.

Sí. Del MIR, estudiants d'infermeria d'últim any i jubilats. La veritat és que la gent ha tingut una resposta de 10. Els professionals tenen moltes ganes d'ajudar. Tenim habilitat el correu seleccio@hospitalplato.com.

L'escenari es repeteix als hospitals del país.

Ens hem de treure el barret amb la preparació que s'ha vist que tenen els nostres hospitals. Els protocols de Salut són clars i en aquest sentit tots els hospitals anem a la una davant d'una crisi com aquesta.

És la pitjor situació que ha viscut la nostra sanitat?

Hem tingut moltes crisis (retallades, ERTOS, etc.), però cap com aquesta. És un escenari que mai ens havíem imaginat i els hospitals ens hem hagut de reinventar per donar-hi resposta. El model d'atenció a les persones ha canviat: hem utilitzat les noves tecnologies des del primer fins a l'últim professional amb visites virtuals, a les habitacions, etc. Ara veiem que cal reforçar la Sanitat després de tantes retallades, però també que tenim uns professionals molt ben preparats i en cap cas desmotivats.

La ciutadania valora l'esforç i professionalitat.

Que tothom, inclosos els veïns de la Plató, surtin a aplaudir a les vuit del vespre els sanitaris és molt emotiu. És una mostra de suport que trobo

“
Els hospitals ens hem hagut de reinventar”

“
Supermercats, forns i restaurants del barri s'han bolcat de manera altruista en els nostres sanitaris”

“
Els professionals tenen moltes ganes d'ajudar”

“
A la Plató en sortirem sent una gran família”

que és important i no oblidarem mai. Jo també surto amb les meves filles al balcó.

Ens canviarà realment la conducta?

Que les urgències no s'hagin col·lapsat és una molt bona notícia. La població ens hem de replantejar quin mal ús en fem habitualment i pensar que abans d'un hospital hi ha el telèfon i els CAP. Vull pensar que el que estem vivint ens canviarà com a societat.

Inclusa la mirada cap a les persones més vulnerables?

En aquest districte hi ha molta gent sola i gran. No sabem si tothom ha pogut demanar ajuda, com s'ha vist afectat el projecte Radars, etc. Espero que comencem a veure també els sensesostre i entendre que tots podem ajudar. Ser capaços de no aixecar la vista i fer com si res.

Necessitarem tots una mascareta pel desconfinament?

Crec que la imatge serà de tota la població amb mascareta, però encara no està clar. Ja hem vist d'altres països on s'ha aplicat aquesta mesura per prevenció.

Què haurà estat el pitjor de la crisi?

La manca de recursos que han patit alguns hospitals, centres sanitaris o residències. Professionals que no han pogut atendre bé la gent i alhora no es podien protegir. Això i que el virus sigui devastador en col·lectius molt vulnerables.

I el millor de la covid-19?

Els professionals sanitaris. Ho estan donant tot deixant de banda les seves famílies. A la Plató ja érem un equip molt cohesionat i en sortirem sent una gran família. És un orgull. ■

NATURALMENT CURIOSOS

#NosaltresEnsQuedemACasa

NEUS MESTRE
I MARC TALLÓ

Poc ens pensàvem fa uns mesos que aquest any 2020 ens proporcionaria un inici tan convuls. Hem passat de parlar del "virus aquest

que sortia a les notícies i del qual tothom parlava" a estar confinats a casa en un dels països més afectats per aquesta malaltia.

Des de la nostra última columna, la situació ha canviat molt. Comencem pel principi: ¿Per què des de fa unes setmanes parlem d'una pandèmia i no d'epidèmia? Doncs bé, aquesta diferència és causada pel nombre de persones afectades i l'àrea geogràfica on es troba. Al principi, teníem diferents casos en àrees geogràfiques controlades, però quan aquests s'estenen en diferents àrees geogràfiques de diferents continents i hi ha

contagis no importats, és a dir, transmesos dins la comunitat, ho considerem pandèmia. I això és el que ha passat amb la SARS-CoV-2, causant de la covid-19. Ens trobem en un moment on el virus s'ha estès per tot el planeta posant contra les cordes molts sistemes sanitaris. Per això, molts països han optat pel confinament. El confinament i quedar-se a casa no és una qüestió trivial, la SARS-CoV-2 és força infecciosa i per tant, l'única manera de disminuir les infeccions és evitant el contacte. A més a més, en un 80% dels casos aquest virus causa una infecció lleu o fins i tot asimptomàtica, que fa que no ens adonem que la tenim o pensem que és un simple refredat. Tanmateix, en realitat, podem contagiar tercers. Amb el confinament, podem promoure l'aturada massiva de contagis i evitar la saturació dels hospitals i dels serveis de cures intensives. De fet, en els últims dies hem començat a veure les conseqüències d'aquesta mesura amb una estabilització

del nombre d'infectats i del nombre de morts causades per la covid-19.

Tot i això, el nombre d'infectats segueix sent alt i podria haver-hi una segona onada d'infeccions, per tant, és molt necessari investigar sobre el virus. Actualment, grups de tot el món estan fent recerca intentant trobar nous antivirals, vacunes o entendre com es comporta el virus. Una de les estratègies més utilitzades ara mateix per poder trobar un antiviral ràpid és el "reposicionament", on s'estudia la capacitat de fàrmacs ja existents per altres malalties per acabar amb el virus. El gran avantatge d'aquests estudis és que els fàrmacs ja s'estan comercialitzant i ja han passat tots els assajos clínics i controls de seguretat. Un exemple d'aquest cas és la hidroxicloroquina, un fàrmac que funciona com a anti-malària i que s'està estudiant per evitar infectar-se amb la SARS-CoV2. En alguns hospitals, també s'han fet transfusions de sang de

pacients que ja han superat la malaltia, amb defenses contra el virus, a pacients que estan en estat greu. Una altra línia de recerca que s'està estudiant és el desenvolupament de vacunes. Encara no sabem quan ens dura la immunitat un cop hem passat el coronavirus. S'estima, però, que podria ser entre un i deu anys, així que les vacunes són una estratègia molt eficaç per generar immunitat, sobretot a la població de risc, ni que sigui durant una temporada per evitar molts ingressos hospitalaris.

És un moment difícil, ho sabem, però us volem felicitar perquè Sarrià – Sant Gervasi és un dels districtes barcelonins amb menys proporció d'infeccions. Us animem a seguir a casa per ajudar a evitar el col·lapse del sistema sanitari. I, sobretot, no us automediqueu! A mesura que les noves teràpies s'aprovin ja s'aniran recepcionant degudament. ■

MESTRE FARRÀS I MARC TALLÓ PARRA
SÓN BIÒLEGS HUMANS

Remei per curar-se de la pesta

FRA VALENTÍ SERRA

Europa, amb l'aparició de la Pesta Negra el 1347-1348, es va veure molt afectada per les epidèmies pestilencials que, posteriorment, reduïren notablement la població al llarg dels segles XVI, XVII i XVIII. Gràcies a l'expansió de la impremta no fou rar que en temps de pestilència s'estampessin opuscles i obres mèdiques de caràcter instructiu com, per exemple, l'obra del metge gironí Lluís Fabra *Discurs sobre la pesta*, publicada a Perpinyà el 1589, o bé la del manresà Bernat Mas, *Orde breu y regiment molt útil y profitós per a preservar y curar la pesta*, impresa a Barcelona l'any 1625.

Situats en aquest mateix ambient històric, els frares caputxins —que, sovint, prestaven abnegats serveis als empestats— també publicaren, per la seva banda, algunes obres de caràcter divulgatiu sobre com afrontar la pesta, uns textos que oferien un bon nombre de consells pràctics. D'aquestes obres destaca la que escriví el framenor caputxí occità Fra Maurici de Toló (o Toulon) titulada *Preservatífis et remèdes contre la Peste, ou Le Capucin Charitable enseignant la méthode pour remédier aux grandes misères que la peste a coûtume de causer parmi les Peuples* (Paris 1662) on, a més d'explicar la manera d'atendre pastoral i caritativament els contagiats de la pesta, hi exposà la manera de netejar i desinfectar adientment la roba dels malalts, la diversitat de perfums a utilitzar en les fumigacions

i els remeis més útils, essent, un dels més populars "el vinagre dels quatre lladres."

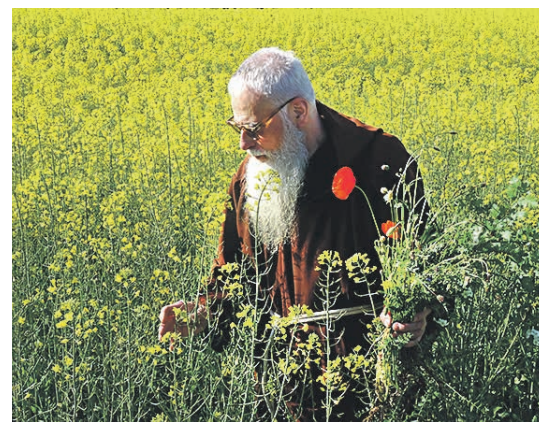
Situats en aquest context històric on les pestes foren força tan sovintejaes a l'Europa Occidental, especialment als territoris del Rosselló, el doctor Antoni Girauld l'any 1587 féu estampar a la impremta de Samsó Arbús de Perpinyà el tractat titulat *Utilíssim, prompte y fàcil remei e memorial per a preservar-se i curar de la pesta*. Aquesta interessant obra mèdica fou editada críticament a Barcelona el 2017 a cura dels estudiosos Francesc Cremades i Joan Veny (Col·lecció Scripta, 9).

A través d'aquest tractat mèdic, Antoni Girauld es proposa d'aportar a la població rossellonesa —molt afectada i afligida per les pestes, especialment les de 1586-1592, quan destacà l'acció dels caputxins servint els empestats— un conjunt de consells de caràcter eminentment pràctic, com ara quins eren els aliments més adients a ingerir durant les epidèmies, suggerir l'hora millor de sortir al carrer en temps de pesta, o bé recomanar les principals herbes aromàtiques per a mastegar junt amb els poms aromàtics per a purificar l'aire; un conjunt de consells força semblants als que també oferien els frares caputxins, especialment els que divulgà el caputxí català Fra Fruitós de Verdú l'any 1631 en les seves *Advertències y apuntaments per al temps de la pesta*.

El *Remei e memorial* de l'any 1587, redactat per un fill de la població de Montpeller i

veí de Narbona, té l'originalitat de ser escrit en llengua catalana per un metge occità. En aquest tractat mèdic hom hi troba descrits aquells processos morbosos "en moltes coses semblants a la *caucaluxa* o caputxina" (82v), una malaltia que avui hom identifica amb la tos ferina, coneguda amb francès com la *coqueluche*. També hi trobem una acurada descripció dels orins dels malalts empestats: "Algunes voltes blanques, d'altres plombrines, pàsseas, negres y túrbides com lexiu" (13v). Per "pàsseas" s'entenia de color vermell fosc, signe d'eliminació de bilis per l'orina.

Pel que fa a la descripció i aplicacions mèdiques de les herbes remeieres, Antoni Girauld es manifestà un seguidor dels comentaris de Mattioli a la famosa obra de Dioscòrides i, en menor mesura, seguí també els comentaris del cèlebre professor de la Universitat Complutense, Andrés de Laguna (vegeu P. A. Mattioli, *Commentarii secundo aucti in libros sex Pedacii Dioscoridis Anazarbei De materia medica*. Officina Val-grisina, Venetiis 1560; Andrés de Laguna, *Pedacio Dioscòrides Anazrbeo, acerca de la materia medicinal y de los venenos mortíferos*. Por Mathias Gast, Salamanca 1566). Del conjunt d'herbes remeieres esmentades per Girauld cal destacar l'agrella, api, arboç, betònica, buglossa, carlina, consolda, donzell,



© Norbert Foto

escabiosa, genciana, gíngebre, lli, malcoratge, malva, orenga, plantatge, ruda, safrà, sàlvia, serpoll, tarongina, trepó, verdolaga, que encara avui gaudeixen d'una enorme popularitat, especialment en la tradició remeiera dels frares caputxins.

El *Remei e memorial per a preservar-se i curar de la pesta* sortí estampat el 1587 amb llicència del bisbat d'Elna, acaba amb una pregària de l'autor que fa així: "Lo que Nostro Senyor Déu clementíssim y poderós divertirà per la sua infinida bondat y misericòrdia, y se apiederà dels seus y ls trindrà de la sua mà. Lo qual yo supplique (com quiscú és obligat de fer) vulla ésser sempre nostra salvaguarda, protecció y deffensori o vera medecina. Així sie" (f. 85v). Que el Déu de misericòrdia tingui pietat de tots nosaltres en aquesta nova epidèmia mundial de la covid-19 que ens toca d'afrontar en aquests dies de dolor compartit. ■

FRA VALENTÍ SERRA DE MANRESA
ÉS ARXIVER DELS CAPUTXINS



Ramon Espadaler: "Som més d'unir ponts que de fer més fondes les trinxeres"

CARME ROCAMORA

Amb aquest titular es mostrava el diputat Ramon Espadaler en la presentació al març d'Units per Avançar a Sarrià i Sant Gervasi, en una sala d'actes de la Biblioteca Joan Maragall plena a vessar —com poques vegades s'ha vist— i amb molta expectació de veïns de diverses edats. El secretari general d'aquest partit va explicar que el que uneix les persones que formen part d'Units —amb 3 anys d'història però amb el passat en l'antiga Unió— és posar solució a les preocupacions que creuen que més afecten Catalunya actualment, com ara tenir una Generalitat "que governa només per a una meitat del país".

Espadaler va defensar una proposta que no visqui d'esquenes a Espanya, amb un convenciment clarament europeista, contrari al que considera que tenen ara independentistes i unionistes. "Un europeisme que va i ve segons si estan contents o no amb les decisions d'Europa", va pronunciar Espadaler, en al·lusió als polítics del procés que han marxat a l'estranger.

Amb tot, va definir Units com un projecte catalanista "amb una colla d'adjectius" com la integració front la divisió i la fractura, i una proposta no independentista, però que no demana a ningú que renunciï a les seves idees. Per això, proposa un camí que vagi per la via d'un pacte amb

l'Estat, reconeixent Catalunya com a nació i desplegant lleis orgàniques per reconèixer fets "objectius": llengua, cultura, institucions i un autogovern de qualitat, que vol dir per Espadaler que tingui competències estabilitzades no subjectes a les legislatures de l'Estat.

Espadaler va tancar el seu discurs definint-se com una força moderada, no frontista però tampoc immobilitista, i va dir que precisament d'això tracta la coalició que han fet a l'Ajuntament de Barcelona, que ha definit com "un factor de moderació", i va reblar dient "som l'impressionisme després d'una època de foscor".

Batlle: "Som un vent d'esperança"

Per la seva banda, el regidor del Districte, Albert Batlle, que es va autodefinir com un veí de Sant Gervasi de tota la vida: "Aquí hi ha els de Sant Gervasi i després hi ha els de tota la vida, com jo, que hi porto 67 anys", va dir d'Units que és "un vent d'esperança que es nega a la resignació", i va demanar que el país no caigui en el que ha caigut els últims anys de votar el mal menor. "No es pot anar a votar amb una pinça al nas", deia Batlle.

"Volem fer una cosa nova sobre ciments molt antics. Recuperant tradicions com l'humanisme d'arrel cristiana, el millor d'una socialdemocràcia per al funcionament

correcte de l'administració però que a la vegada és respectuosa amb la iniciativa privada, i el liberalisme, que accepta millores que ha portat estat del benestar però alhora aposta per la lliure empresa i l'emprenedoria", va afegir el tinent d'alcalde de Barcelona, que considera que la millor tradició del catalanisme ve del federalisme de finals del segle XIX, i es va referir a personalitats com Carles Prat de la Riba o Francesc Cambó. El regidor també lamenta dels últims temps "un trencament dolorós amb Espanya" i defensa una obediència estrictament catalana però que participi d'Espanya.

"Com hem pogut acabar parlant només d'unionistes i separatistes?"

La consellera de Sarrià i Sant Gervasi Celia Martínez va explicar que ella va decidir passar a formar part d'Units per Avançar quan va veure el que considerava una deriva: "Com hem pogut acabar parlant només d'unionistes i separatistes? Com hem arribat fins aquí?", per això explica que va valorar que Units és l'espai de l'esperit crític, el consens, la unió, i el de voler tendir ponts. Per properes ocasions, Units haurà de pensar en espais més grans per reunir-se amb tota la gent que els vol escoltar, ja que un nombre important d'assistents es van haver de quedar dempeus durant tot l'acte. ■

ERC reivindica el feminisme i la sororitat com a resposta a la repressió

CARME ROCAMORA

L'endemà del 8M i el dia de la dimissió del llavors conseller d'Exteriors Alfred Bosch per la polèmica d'assetjament sexual al seu departament, Esquerra reunia cinc dones per parlar de feminismes, sororitat i de com afecta la repressió a les encausades i preses. Va ser en un acte celebrat en una sala de Vil·la Urània plena —davant més d'una cinquantena d'assistents— que ERC va programar per a l'endemà del Dia de la Dona sota el títol 'Dones i repressió: preses polítiques, exiliades i encausades.'

ELISENDA ALEMANY: "Als homes no se'ls demana que representin el seu gènere"

MIREIA MATA: "La tinta lila [del bolígraf de Carme Forcadell] cus amb fil de sororitat, cus els cors"

La primera a prendre la paraula va ser la regidora dels republicans a l'Ajuntament de Barcelona Elisenda Alemany, que va criticar que les institucions estiguin pensades i dissenyades per homes i va defensar que "no n'hi ha prou amb ser més dones al Parlament", sinó que cal que siguin protagonistes. Alemany també va reivindicar la generació de dones del 36 i va demanar no ser etiquetada com algú que representa el gènere femení dins la política: "Als homes no se'ls demana que representin el seu gènere", ressaltava.

En la mateixa línia, la diputada al Congrés Pilar Vallugera va destacar que en les dones tenen "decisió i responsabilitat" però que malauradament moltes vegades implementen decisions que no han estat preses per elles. A més, va recordar que les dues dones que hi ha preses pel procés (Dolors Bassa i Carme Forcadell) han estat invisibilitzades en contraposició amb els homes, i de Forcadell va dir que és qui va traslladar la llavor del feminisme, "que és la llibertat" al Parlament.

Escampar la tinta lila de Carme Forcadell

La directora general d'Igualtat de la Generalitat, Mireia Mata, va parlar de l'origen del bolígraf lila de Carme Forcadell —que s'ha convertit en tota una icona—, fruit d'una visita el novembre del 2018 a la presó. "La tinta lila cus amb fil de sororitat, cus els cors" va apuntar Mata, que destaca que el bolígraf lila representa compromís, generositat i un tribut a l'expresidenta del Parlament, a qui també va definir com la dona que va portar el feminisme a la cambra catalana. "Cal escampar la taca del boli de tinta lila", va concloure Mata.

Al seu torn, la vicesecretària de Drets, Llibertats i Lluita antirepressiva d'ERC, Marta Vilaret, va reclamar que es visibilitzi molt més la tasca de les dones i, en especial, la de les dones empresonades i exiliades. "No les recordem només com a dones, sinó com a polítiques i referents que han de ser pel futur", va dir Vilaret.

<< Finalment, la consellera de Justícia, Ester Capella, va reclamar que “la paraula d’una dona valgui el mateix que la d’un home”, amb relació a les denúncies per assetjament sexual presentades per dones. Sobre el món penitenciari, va destacar que les dones preses pateixen el doble que els homes, entre altres perquè “deixen desemparades” persones que depenen d’elles. “A un home sempre l’espera una dona” va dir Capella.

La consellera republicana va tancar l’acte agraïnt “l’exercici de sororitat” (cinc dones parlant de dones) i amb el missatge de fer “tot el possible” perquè la veu de preses i exiliades traspassi els murs de les presons i l’exili.

Poetesses catalanes i més dones protagonistes

En l’acte la productora de cinema Isona Passola va posar veu a unes paraules des de la presó de Carme Forcadell i Dolors Bassa, reivindicant més atenció per a les dones preses. També la portaveu del Jovent Republicà a Barcelona Maria Lecha va recitar el poema ‘Parlen les dones’ de Montserrat Abelló. Per últim, van participar en l’acte —presentat amb traça i ganes per la secretària de la dona d’Esquerra Sarrià – Sant Gervasi Núria Satorra— l’exconsellera Meritxell Serret i la diputada al Congrés Montse Bassa, totes dues a través de missatges de vídeo gravats. ■



D’esquerra a dreta: Mireia Mata, Elisenda Alemany, Ester Capella, Pilar Vallugera i Marta Vilaret, cinc dones d’ERC van parlar a l’acte realitzat a Vil·la Urània, sobre els drets de les dones

PILAR VALLUGERA: “Les dones tenen «decisió i responsabilitat» però malauradament moltes vegades implementen decisions que no han estat preses per elles”

MARTA VILARET: “No les recordem [a les dones preses i exiliades] només com a dones, sinó com a polítiques i referents que han de ser pel futur”

ESTER CAPELLA: “Que la paraula d’una dona valgui el mateix que la d’un home” [en relació a les denúncies per assetjament sexual presentades per dones]



ENGLISH LANGUAGE CENTER

THE AMERICAN SCHOOL OF BARCELONA

APPLY NOW
 Tel: 93 371 40 16
 Ext: 113

SUMMER PROGRAM	SATURDAY PROGRAM	WEEKDAY PROGRAM	CAMBRIDGE TEST PREP
June 29 - July 24	October 3 - May 22	September 30 - May 31	October 2020 - May 2021






SUMMER PROGRAM INFORMATIONAL SESSIONS

March 23 at 18:30	April 1 at 18:30	April 18 at 10:30
April 27 at 18:30	May 13 at 18:30	

INFORMATION AND REGISTRATION

American School of Barcelona - English Language Center
 Tel: +(34) 93 371 40 16, Ext. 113 - Email: english@asbarcelona.com
 Website: <https://asbarcelona.com/programs/elc>





© M. Josep Tort

Parc del Castell de l'Oreneta (2) Vegetació i paisatge

M. JOSEP TORT

El Parc de l'Oreneta està situat al vessant solell de la serra de Collserola, entre el barri de Pedralbes i el prat sabanoide que s'estén sota la carretera de les Aigües. És un parc de caràcter forestal que s'ha desenvolupat en els antics terrenys agrícoles del Castell, en un conjunt de feixes i camps de conreu que es van abandonar a conseqüència dels estralls de la Guerra Civil. Avui dia, el que resta d'aquell paisatge són grans pins pinyoners i algunes espècies remarcables que formaven part dels camps de fruiters i dels sumptuosos jardins que embellien el Castell.

Tipus de vegetació

Les característiques ambientals d'un indret (clima, substrat, disponibilitat d'aigua, etc.), configuren un model d'elements ecològics que només és compatible amb el poblament de determinades espècies vegetals. Aquesta especificitat ha permès construir diferents paisatges, que han dibuixat en el decurs de la història, el preciós i divers mosaic de la natura. En el Parc del Castell de l'Oreneta de 17 hectàrees de superfície, podem diferenciar cinc grans tipus de vegetació.

1. L'alzinar. Malgrat el seu retrocés, és el bosc mediterrani per excel·lència. Una comunitat vegetal que, en la seva condició silvestre, constitueix un bosc espès i sovint impenetrable amb unes característiques pròpies, com el fullatge perennifoli, l'abundància i diversitat de lianes i espècies arbustives, la resistència al foc i l'adaptació a l'economia de l'aigua. L'alzinar del Parc del Castell de l'Oreneta es presenta molt empobrit. Hi trobem poques alzines i molts arbusts grans com l'arboç, el marfull o l'aladern. En aquestes condicions de degradació, apareixen tipus de vegetació com la

garriga amb espècies com el garric i el llentiscle, les **brolles** amb espècies dominants com el romaní i les estepes i les **bardisses**, amb l'heura, l'aríjol, l'arç blanc i l'esbarzer.

2. La pineda.

Constitueix la vegetació arbòria més abundant del parc.

Els pins blancs i pinyoners es barregen amb les alzines i altres arbres. El pi pinyer és l'arbre més comú i el que assoleix majors dimensions i longevitat (perímetres mesurats de 2,25-2,48-2,92 i 3,15 m).

Els pins són espècies molt tolerants ja que poden viure en sols poc profunds i en ambients molt eixuts. Creixen molt de presa i la seva taxa de reproducció és altíssima. Sotmesos a la competència d'espècies més sensibles, però més eficaços, com l'alzina o la surera, els pins es veuen obligats a ocupar llocs marginals. Però, quan la competència remet, a causa d'una tala o d'un incendi, el gran nombre de pinyons que escampen permeten una proliferació ràpida dels plançons. Els pins són espècies piròfiles i alhora oportunistes. La quantitat de pinassa i resina inflamable que produeixen els converteix en una font potencial de foc, que aprofiten pel seu benefici. Tanmateix, avui dia, els propietaris forestals els dona més rendiment el pi que l'alzina, per tant les pinedes s'estenen sense límits pel nostre territori en detriment de l'alzinar primitiu.

3. El prat sabanoide d'albellatge. S'estén per tot el vessant marítim de Sant Pere Màrtir i penetra dins l'alzinar del parc amb més o menys vitalitat, en els espais oberts i



© M. Josep Tort

solells. L'aspecte d'aquest prat recorda la sabana africana, però evidentment, no ateny ni la grandària ni l'extensió, però si reproduceix moltes de les seves característiques. L'espècie dominant és una gramínia, l'albellatge o fenal de bou (*Hyparrhenia hirta*) que tanmateix, és una espècie d'ampla dispersió africana. En aquest estrat herbaci podem trobar el fonoll, el trèvol pudent, la ginesta i un llarg etc.

4. La comunitat de plantes ruderals són les primeres a colonitzar els terrenys alterats i degradats. Creixen als marges dels camins, als murs i en altres indrets suburbans. Són plantes resistents, robustes i poc exigents. Les espècies més comunes són el blet, la malva de runa, l'olivarda i el ripoll.

5. Les espècies introduïdes per l'home. Tenen una presència notable al Parc de l'Oreneta. Les podem agrupar en dues categories: les espècies autòctones d'ús agrícola, com les figueres, ametllers, oliveres i garrofers que sovintegen arreu i les espècies exòtiques de jardineria, com els xiprers, palmeres, lilàs, llorers, mimoses, lledoners, atzavars i figueres de moro.

Afegirem a la llista un roure cerrioide (*Quercus cerrioides*) remarcable, que viu en una fondalada fresca i humida (al costat de les pistes de can Caralleu) que li ha permès un òptim desenvolupament (2,26 m de perímetre).

També cal anomenar els dos arbres d'interès local catalogats: el cirerer de Santa Llúcia (*Prunus mahaleb*), —que viu al costat de l'antiga instal·lació de ponis—, és un dels dos únics exemplars d'aquesta espècie a Barcelona (n'hi ha un altre al jardí d'aclimatació). El segon arbre és un gegantí eucaliptus (*Eucalyptus globulus*) que està situat a prop de l'entrada del parc, al carrer Gaspar Cassadó, al costat de la deixalleria de Parcs i Jardins.

El Parc de l'Oreneta no es pot conèixer en un dia ni en dos. Conté un munt de racons amagats que sempre sorprenen. La diversitat d'espècies i paisatges i les restes d'elements arquitectònics que ens parlen de la història de l'ocupació humana, permeten viure una experiència sensorial i vivencial única. Us convido a explorar aquests vestigis del passat, tot contemplant la vegetació que els envolta. Acosteu-vos a la font de l'any 1863 i al berenador circular construït sobre una base de rocalla i decorat amb petits còdols de riu. Observeu com uns llentiscles lluiten per la vida adoptant formes especialment sorprenents. ■

CONEIXEM ELS OCELLS

El rossinyol

ENRIC CAPDEVILA

El rossinyol (*Luscinia megarhynchos*) és un ocell estival de la família dels túrdids, com la merla. És una espècie mediterrània que habita els estrats arbustius densos i ben desenvolupats. Per això, a Barcelona es concentra a la falda de Collserola. No se l'ha de confondre amb el rossinyol bord (*Cettia cetti*), ocell resident a Barcelona però d'ambients més aquàtics. És un ocell que amida entre 16 i 18 centímetres, amb les parts superiors de color bru rogenc i les parts inferiors més

clares, amb una cua llarga i més vermellosa. Té un anell clar al voltant de l'ull. És un ocell comú a les migracions, hiverna a Àfrica i a l'estiu es distribueix per Europa Central i del Sud. Els mascles migren uns dies abans que les femelles, tornen al mateix territori de l'any anterior i s'aparellen amb la mateixa femella. S'alimenta de petits insectes, cucs i aranyes, que caça a terra. Vola bastant baix i amb energia, amagant-se ràpidament entre matolls i bardisses. Es mou entre la vegetació i costa veure'l bé. Pel seu comportament i color seria un ocell molt



discret que passaria desapercebut, però destaca pel seu cant potent i melodiós, senyal inequívoc de l'arribada de la primavera. El mascle acostuma a cantar cap al tard i durant tota la nit. Es considera com el més bell de tots els cants d'ocells i se l'anomena refilar, xericar o xivicar. Apreciat des de temps immemorials, ha estat font d'inspiració de molts contes i cançons, com la cançó tradicional catalana *Rossinyol que vas a França* d'origen rossellonès, o el poema de Jacint Verdaguer titulat *Cançó del Rossinyol*. Dita: *Quan canta el rossinyol, planta el fesol*. ■



FRENEM EL VIRUS SALVANT VIDES COM HEROÏNES

Personal sanitari, de supermercats i de centres socials.
Bombers, taxistes, recollidors d'escombraries, missatgeres,
pagesia, professorat. Us necessitem per tirar endavant. Us
necessitem al costat de la ciutadania per frenar el coronavirus.
Us necessitem treballant en equip.

#JoActuo #EnsEnSortirem

 Generalitat
de Catalunya

7,5 Milions
de futurs

L'Escola Betània Patmos té un dels millors nivells de qualitat de l'aire

EL JARDÍ

Coordinat pel catedràtic de la Universitat Pompeu Fabra Jordi Sunyer, l'estudi d'IS Global, sobre l'efecte de la contaminació en el desenvolupament cognitiu dels infants i joves, conclou que la qualitat de l'aire de l'Escola Betània Patmos és de les més altes dels centres educatius de Barcelona.

L'estudi ha analitzat, a partir d'una mostra de 2.897 alumnes, la relació entre els nivells de contaminació de l'aire i la capacitat d'atenció i de memòria. La investigació conclou que com més contaminat és l'aire que es respira als espais escolars més disminueix l'atenció dels estudiants. A més, aquest efecte negatiu no es produeix a llarg termini, sinó que és molt immediat.

Aquesta investigació es va iniciar l'any 2011 amb un projecte del Centre de Recerca en Epidemiologia Ambiental

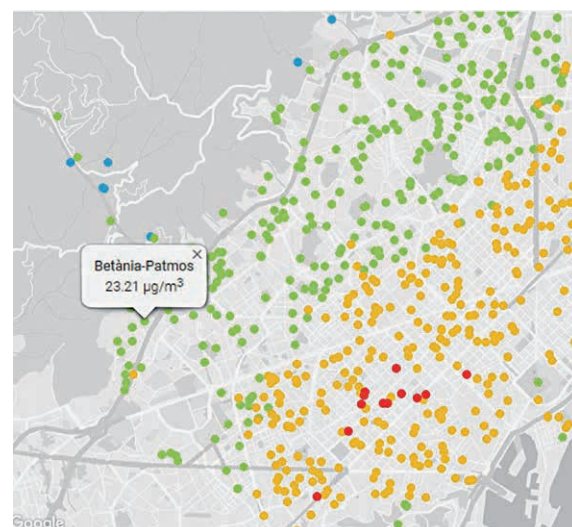
(CREAL) que tenia com a objectiu demostrar els efectes que la contaminació atmosfèrica té en l'aprenentatge dels nens. L'any 2017 l'equip investigador BREATHE (Brain Air School) va donar continuïtat al projecte mesurant la relació entre la presència de partícules contaminants a l'aire i l'aparició de certs trastorns com el TDAH, així com la reducció de certes habilitats cognitives.

Els resultats mostren clarament que l'alumnat escolaritzat en centres amb baixos nivells de contaminació tenen menys alumnes amb dificultats d'aprenentatge que aquells situats en emplaçaments on l'aire té més partícules contaminants. De les 750 escoles de la ciutat, 227 superen els nivells recomanats i l'Eixample és el districte amb més escoles que es troben en aquesta franja. Segons els responsables de la investigació, és necessari prendre mesures per revertir aquesta situació, entre les quals

s'apunta evitar l'ús de les aules davant de carrers amb molt de trànsit, reduir la velocitat límit al voltant de les escoles, aïllar-les amb murs vegetals o situar-les en espais lliures de circulació.

La plataforma veïnal

Eixample Respira s'ha fet ressò d'aquest interessant estudi i ha creat una aplicació que permet tenir accés directe als nivells de contaminació de les 750 escoles de la ciutat de Barcelona, entre les quals Betània Patmos ocupa freqüentment la posició número 20 pel que fa a la qualitat de l'aire en funció de les dades acumulades. Si ens cenyim a les escoles dels districtes de Sarrià – Sant Gervasi i Les Corts que ofereixen el recorregut d'Infantil a Batxillerat, la posició és la quarta. El mapa permet veure la mitjana dels



darrers 20 dies, perquè s'actualitza automàticament, de les 13 a les 21 hores i de dilluns a divendres. D'aquesta manera, es poden observar les diferències entre les escoles que pugen o baixen de posició segons el nivell de trànsit o les condicions meteorològiques i obtenir una visió general de totes les de la ciutat. Els càlculs s'han fet atenent la localització de cada centre i calculant la mitjana del valor horari de dilluns a divendres des de les 9 h del matí fins a les 17 h de la tarda durant cada dia lectiu. ■

Campus de l'Experiència de la UIC, universitat jove per alumnes veterans

ENRIC MÓRA

El Campus de l'Experiència de la Universitat Internacional de Catalunya (UIC) celebra el segon aniversari. L'any passat va fer els primers passos amb un mòdul introductori on van participar 40 alumnes, i enguany es fa un curs lectiu complet repartit en dos semestres i amb 56 alumnes. Pensat per a persones més grans de 50 anys, la majoria dels alumnes estan en la part final de la seva vida professional o ja s'han jubilat, però no volen renunciar a una vida activa intel·lectualment. Encara que la covid-19 ha trastocat els seus plans, com a tothom, 40 alumnes estan completant els estudis a través de l'aula virtual que la UIC s'ha vist obligada a posar en marxa per aquest curs. La resta d'alumnes, també està previst que ho puguin fer.

Tres alumnes expliquen les seves experiències durant aquest curs

El primer d'ells és Santiago García-Tornel, de 72 anys, veí de Galvany i doctor en Medicina. Confessa que, quan va veure acostar-se la jubilació, va provar diverses coses. Diu que el que més el va sorprendre d'aquest curs és el plantejament completament diferent de les altres opcions que coneixia. "Formes part de la universitat com un estudiant més amb tots els avantatges", diu el Santiago. Li han agradat els



Fotografia cedida per la UIC

grups de treball sota la tutoria de tres membres del campus, perquè creu que estimulen la cohesió i una sana competició entre estudiants. "És molt divertit i com que no es pot suspendre, no t'estresses", afegeix. Només són dues tardes a la setmana i així ho pot encaixar sense problema. Destaca que són igualment interessants les visites a museus o altres llocs com el Parlament, sempre guiades per un professor. També ha sigut important per ell haver-hi trobat uns companys veterans amb il·lusió per fer coses a aquestes edats i poder reflexionar amb ells sobre la vida.

També gaudeix del curs la Glòria Casacuberta, veïna de Francesc Macià.

Diu que, malgrat ser jubilada, és emprenedora "perquè d'emprenedora mai te'n retires". Es va assabentar del curs per una amiga i quan va tornar a casa li va explicar a una neta que està amb ella (té 33 nets). La neta va escoltar UIC, Campus de l'Experiència, i abans que se n'adonés la Glòria ja hi estava inscrita. No sabia què hi trobaria, però es refiava de la seva amiga. Ara pensa que és una experiència única, amb un mètode nou, gens passiu, amb una interrelació contínua entre els alumnes i classes interactives... una passada! Creu que també ha sigut positiu per la seva relació amb la família perquè els nous coneixements i vivències són tema de conversa.

"Et pregunten, aportes i cada nova classe és un repte. Coneixes nova gent, parles amb els amics i sempre tens noves experiències per comentar", conclou la Glòria.

Finalment, hi ha el cas del Jordi Boix, de 68 anys, veí de la Bonanova i enginyer industrial electrònic i PDG per IESE. Ens explica que la disponibilitat de temps i la inquietud per posar-se al dia el van empenyer a fer alguna mena d'estudis. El primer que valora és la serietat i el compromís de la UIC, el nivell del professorat (tots són doctors) i la varietat i l'alt nivell dels continguts. Realment, creu que els estudis a la UIC compleixen les expectatives que s'havia fet a partir de l'experiència que tenia amb la Universitat de Navarra i l'IESE. Està satisfet que en aquesta etapa de la vida ha pogut activar una nova dinàmica intel·lectual, descobrir la filosofia antropològica i noves formes de comunicació. També creu que ha sigut molt positiu pel seu desenvolupament personal participar en algun voluntariat en els tallers que proposa el campus. Com a bagatge també s'emporta una satisfacció personal, una més gran autoestima, ampliació i actualització de coneixements i tendències socials. Diu que ha gaudit amb els professors i d'unes molt bones relacions amb els companys. campusexperencia@uic.es ■

Mercè Rodoreda i Gurguí

MANUEL CASTELLET

Mercè Rodoreda va viure gairebé 75 anys, iniciats a l'arcàdia de Sant Gervasi el 10 d'octubre de 1908 i acabats a la rudesa de les muntanyes d'alzines sureres de Romanyà de la Selva. "A casa meva hi havia dues persones genials: la meva mare i el meu avi", explicaria a Montserrat Roig.

75 anys que la portaren per la Guerra Civil, però, potser sobretot, per la catalanitat i l'amor per la llengua catalana que li imbui l'avi Pere Gurguí, a Roissy-en-Brie —a l'est de París—, on inicià una relació amorosa amb Joan Prat, més conegut pel pseudònim d'Armand Obiols (havia deixat a Barcelona el seu marit —oncle per part de mare— i el seu fill, Jordi, d'encara no deu anys). Just abans d'haver d'abandonar Sant Gervasi, va publicar la seva primera novel·la, *Aloma*, amb fort contingut autobiogràfic, on hi desfilen els amors, les passions literàries i humanes, l'ésser mitificat —el seu marit—, l'odi.

Fugint dels nazis, marxaren els dos amants cap a Llemotges i Bordeus, per retornar a París l'any 1946, un cop acabada la Segona Guerra Mundial. Època turbulenta, de molts contactes, de moltes il·lusions, de molta poesia, però de problemes de salut i nul·la producció narrativa. Potser per això s'inicià en el camp de la pintura, influenciada per Picasso, Klee i Miró. L'obra literària narrativa, que havia brillat amb *Aloma*, la va poder reprendre a Ginebra, on es va instal·lar l'any 1954: *La plaça del Diamant* (1962), *El carrer de les camèlies* (1966), *Jardí vora el mar* (1967) i *Mirall trencat* (1974) —acabada ja a Romanyà de la Selva— la consagren com la gran escriptora que és i que va començar a ser traduïda a una àmplia diversitat d'idiomes.



Fotografia cedida per l'Institut d'Estudis Catalans

Mercè Rodoreda feu diversos intents de tornar a Barcelona i, concretament, al seu Sant Gervasi —va arribar a comprar un pis al carrer de Balmes, just davant de la finca on va viure de petita i de jove, ara convertida en un aparcament privat de cotxes—, però no s'hi trobava bé i, d'alguna manera, Romanyà de la Selva va substituir Barcelona com un lloc nou de reclusió, de contemplació i d'identificació amb la natura, amb les flors que tant van marcar la seva vida i la seva literatura.

Quanta, quanta guerra, publicada l'any 1980, és la culminació de la seva obra literària. Referint-se al protagonista de la novel·la, l'autora va escriure: "El dia que es mori, el ocells se l'enduran cap a les altures, apa, apa, els uns estirant-lo els altres empenyent-lo... El deixaran damunt d'un núvol barcassa enfistonat de llum de color de perla". A ella, a Mercè Rodoreda, els ocells se la van endur cap a les altures el 3 de setembre de 1983, víctima d'un càncer al fetge.

En el seu testament, l'escriptora va nomenar l'Institut d'Estudis Catalans hereu de la propietat intel·lectual de la seva obra, i aquesta institució va crear l'any 1991 la Fundació Mercè Rodoreda (www.mercerodoreda.cat), no només per gestionar els drets intel·lectuals de l'autora sinó també amb la finalitat de vetllar per l'estudi i la difusió de la seva obra, per a la qual cosa convoca anualment premis i borses d'estudi per a treballs i recerques vinculats amb la persona i l'obra de la més destacada ambaixadora de la literatura catalana contemporània.

(La casa on va néixer Mercè Rodoreda era al carrer de Sant Antoni, actualment carrer de Manuel Angelon, cantonada amb el carrer de Pàdua.) ■

Joan Perucho, poesia global del temps

ROSER DÍAZ

Quan Joan Perucho escrivia, s'esquinçaven les paraules. Podríem parlar d'un conversador amb el més enllà. Per ell, el més enllà de la mort era quotidià, inherent a la mateixa vida. Els seus poemes flueixen de manera immaterial. Són estrofes obertes, cap d'elles encotillades per la mètrica o les idees. Un poeta és per ell com un mitjà a qui el més enllà li dicta les paraules, i ell, quasi de manera automàtica les transcriu, defugint qualsevol sentit o lògica.

La mort, no com idea de la fi sinó com a fet subtil que moltes vegades és imperceptible, acompanya sempre la seva escriptura. Un record de joventut, haver estat alliberat d'anar a la Guerra i de conèixer les nefastes conseqüències de la Batalla de l'Ebre, el va marcar tota la vida, fent que la poesia, la forma més intimista de la seva escriptura girés entorn de la mort: *Elegia a la terra de los Muertos de Gandesa* o *Epitafio para la tumba de los soldados*.

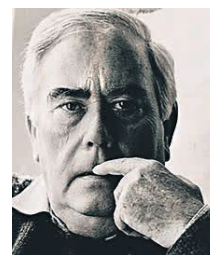
Per donar un escenari coherent a les seves sensacions, trobem molts elements de la literatura romàntica, com palaus abandonats, cementiris, fantasmes. Tots integrats d'una forma natural als seus escrits. Per ell la vida diària és molt avorrida, necessita recórrer llocs exòtics, fantàstics (admirador de Julio Verne). La percepció del món real, és molt subjectiva. Trencar la separació entre passat i present, perquè la realitat és intemporal, i només la pot percebre el poeta. Dins del món intemporal, com a catòlic practicant, Déu té un lloc important en els seus escrits.

La seva producció poètica, molta d'ella en castellà, es divideix en dues etapes ben diferenciades. La primera (1947-1956), marcada pels fets de la guerra civil —no puc deixar de pensar amb l'existencialisme de Blas de Otero— és una gran

elegia que uneix la mort i el compromís social i civil: *Sota la Sang*, (1947) *Aurora per Nosaltres* (1951) i *El Mèdium* (1954). En aquest últim condensa la forma i el fons dels poemes, i s'identifica amb el personatge que contacta amb la difunta Odette. Les seves referències a l'amor, sempre tenen un punt esotèric, profètic. En *El país de les Meravelles* (1956) ens acosta a una visió lírica de l'eternitat. La seva tècnica és dual. Escriu en vers i en prosa, però els seus versos s'acosten a la narrativa i la seva prosa a la poesia, donant un sentit oníric únic al text.

La segona (1983 en endavant). Després d'uns anys de silenci poètic, retorna molt influït per la plasticitat de Tàpies i el simbolisme de poetes com Lluís Cernuda o Vicente Alexandre. El resultat és una poesia més nua, més directa, més colpidora. Els escenaris de la seva vida, Barcelona, París, Mora d'Ebre, Albinyana queden com a teló de fons de les seves poesies. Molt amic d'Apel·les Fenosa, amb qui comparteix moltes estones a Albinyana on Perucho té una casa d'estil gòtic plena de llibres meravellosos, entre ells diversos incunables. Perquè Joan Perucho és un gran col·leccionista, bibliòfil i un admirador de Ramon Llull. En un dels seus últims poemaris *Inscripcions, làpides i estels* (1993) l'autor fa un testament avançat. Ha passat la barrera dels setanta anys i recapitula la seva existència. Les seves esteles són, sense dubte, funeràries.

En una entrevista feta a Albinyana els últims anys de la seva vida, quan ja no escrivia, perquè ho donava tot per escrit, deia: "Yo he hecho ya todo lo que Dios ha querido que hiciera... Me siento liberado de todas las angustias del mundo, ahora sólo quiero morirme plácidamente". Per ell la vida i la mort sempre han estat un gran espai únic on s'ha mogut lliurement, sense traves. ■



Segueix-nos al web!

www.diarieljardi.cat



Informa't de tot el que passa als barris del districte dia a dia, consulta l'agenda d'activitats, visita els articles que publiquem al web i accedeix a l'hemeroteca amb un sol clic!





© Free Choir

Free Choir: “La música és antiindividualització, i això és meravellós”

MARIA ANTÒNIA FONT

Free Choir ens ha obert les portes de la seva família musical perquè els lectors d'*El Jardí* els puguem conèixer i ser partícips de l'entusiasme i la generositat que els caracteritza. Hem anat a casa seva, a la Casa Orlandai, i hem entrevistat Vicen Alfonso, la directora, i Maria Llopis, soprano i membre de la junta d'aquest cor.

Quin és l'origen de Free Choir?

Maria: El cor va néixer l'any 2015, quan una seixantena de persones que cantàvem en un altre cor ens vam quedar sense director. No volíem deixar de cantar gòspel i de fer-ho junts després de tres anys. Després de diverses entrevistes, vam integrar la Vicen Alfonso

perquè ens dirigís i la Iris Abancó com a pianista. I al setembre del mateix any tornàvem a cantar.

Per què Free Choir?

Maria: Vam fer una pluja d'idees i va guanyar aquesta proposta. Som molt assemblearis, i també una associació amb NIF. El punt de partida era no limitar-nos ni al gòspel ni a Sarrià. Ara fa dos o tres anys que podem assajar a la Sala Foix, que és on cantàvem amb l'altre cor. Ens sentim molt ben allotjats a la Casa Orlandai, i hi col·laborem en tot el que podem.

Quines són les característiques del cor?

Maria: El formem 65 cantaires. La majoria som dones: no sé què els passa als homes (*riu*). **Vicen:** Però els homes a qui els agrada cantar són súper constants. Ara han entrat tenors nous

i hem aconseguit empastar i acoblar-nos els uns als altres.

Hi ha gaires entrades i sortides de cantaires?

Maria: Hi ha moviment: ningú és professional, i tothom s'ho combina com pot. La veritat és que tenim llista d'espera per entrar, però l'espai és el que és, i costa trobar espais en condicions on fer concerts amb tants cantaires.

I de quina franja d'edat sou en general?

Maria: La cantaire més jove té 19 anys, i els més grans en tenen uns 70 i pocs. La majoria, però, rondan entre els 50 i els 60 anys. Bé, les qüestions acadèmiques, laborals i familiars marquen molt...

Exigiu que arribin amb formació musical?

Maria: Ara sí. I que hagin fet projectes amb coreografies. És un camí que hem hagut d'aprendre junts els que vam entrar. Un cor que expressa arriba al públic, i amb el nostre cor volem ajudar a fer obres socials: per tant, hem de transmetre.

La vostra base és el gòspel. Per què?

Vicen: Sí, bàsicament fem gòspel: és molt repetitiu i en termes de lectura resulta fàcil. Això sí, si les peces són conegudes arriben molt millor al públic. Ara fem *tributes* a artistes com Madonna, sempre que al darrere hi hagi un fons de gòspel, com és el cas de *Like a prayer*.

La dificultat deu ser a cantar en una llengua estrangera...

Vicen: Bé, les llengües estrangeres poden costar una mica en termes de pronunciació, és clar, però la gent s'hi posa i s'ho estudia.

Hi ha cap peça que hagi esdevingut la vostra cançó? Una mica la vostra cançó de capçalera...

(*S'ho pensen*) **Maria:** Potser l'«Hallelujah» de Cohen. La Vicen va escriure'n una estrofa en català arran del Dia mundial contra el càncer de mama, i quan la cantem plora tot el públic.

Quins projectes destacaríeu de la vostra trajectòria?

Maria: En cinc anys, hem fet 30 concerts: surt una bona mitjana per any! I al marge de la Festa Major o d'algun concert institucional, són benèfics. Solem cantar per a ONG que ens ofereixen lloc i propostes de data. El darrer concert *gros* que hem fet ha estat a Santa Maria del Mar; vam omplir: 800 persones i més de 17.000 euros recaptats en benefici de *Make a Wish* per a nens malalts! Però tots els concerts que fem som macos. També fem concerts en benefici d'entitats de Sarrià, cada novembre. Fer sinèrgies és molt important.

Els vostres focus, doncs, són col·laboració benèfica i Sarrià. La majoria de cantaires són del barri?

Maria: La majoria dels cantaires de l'altre cor érem de Sarrià, i encara en quedem molts. Però la directora és del Prat, i hi ha gent de Granollers, Sitges, Santa Coloma, Badalona... I de Sarrià, Les Corts i Tres Torres, és clar. Sarrià és casa nostra, però no ens hi tanquem.

Per acabar, voleu afegir alguna informació?

Maria: El proper diumenge 17 de maig farem un concert a Maria Reina, a Pedralbes. Recaptarem diners per a un menjador social. També preparem uns fullets informatius per trobar patrocinis que ens esponsoritzin part dels concerts: tot i que cantem gratuïtament, s'ha de cobrir el tècnic de so i el sou de la directora i de la pianista. Sap greu que calgui descomptar aquesta quantitat dels donatius, i a canvi podríem fer una sèrie de contraprestacions que estan per negociar. Si podem donar tots els diners recollits, serem les persones més felices del món.

Si hi ha llista d'espera per cantar, també n'hi haurà per patrocinar-vos!

Això esperem! I el cor, per cert, és com una teràpia: després d'assajar i sobretot després dels concerts tenim una energia que no ens l'acabem. La música és antiindividualització, i això és meravellós! Ara, a més, hi ha un moviment molt gran de corals a Catalunya, sobretot de gòspel, que és relativament fàcil i divertit. Els cors estàtics no són per a tothom: potser programes com Oh Happy Day hi han ajudat.

Us deixem amb la web del cor: <https://freechoir.cat/free-choir/>. D'energia, solidaritat i alegria no els en falta! ■

Serà un Sant Jordi diferent però amb el mateix sentiment que sempre...

Podràs seguir passejant pel teu món de paper... Fes la teva comanda al nostre web i t'enviarem el llibre a casa amb la dedicatòria de l'autor.

I ara també pots gaudir dels nostres audiollibres i ebooks!!!

www.lavocaldelis.com

**SANT
JORDI
2020**

**LA
VOCAL
DE
LIS**
EDITORIAL

'Escriure a contracorrent', fonts per a l'estudi del pensament literari de Carlos Pujol

MARTA TRIUS

La figura de l'escriptor, traductor i crític literari Carlos Pujol és segurament desconeguda per alguns, si bé els que ho coneixen i van seguir l'esdevenir de la seva trajectòria vital s'han convertit en fidels seguidors de la seva bibliografia.

Entre aquests últims es troba Teresa Vallès-Botey, qui no sols suma nombrosos títols en l'àmbit de les lletres, sinó que, a més, dirigeix amb gran obstinació el grup de recerca Carlos Pujol, Literatura i Humanisme i és la responsable del Fons Personal Carlos Pujol.

A fi de donar a conèixer encara més la figura i obra d'aquest literat del segle xx (1936-2012) Teresa Vallès-Botey acaba de publicar l'obra 'Escriure a contracorrent',



en la qual presenta fonts inèdites com ara cartes i entrevistes, en què l'autor exposa obertament la seva manera

d'entendre i practicar la literatura.

El llibre es compon en primer lloc d'un text del mateix Pujol titulat *Carta a uns joves poetes*, en què traça algunes línies mestres del seu pensament literari i parla de conceptes com les modes, el narcisisme, el paper de la inspiració o la poesia al servei de la veritat.

D'altra banda 'Escribir a contracorrent' inclou també una sèrie de cartes entre Pujol i l'editor Miguel Angel del Aro Torres que bé podrien ser un manual d'estil de gran qualitat.

I finalment el llibre es completa amb una recopilació de 25 entrevistes realitzades a Carlos Pujol per diferents autors i amb finalitats diverses, en les quals parla de temes com els seus records d'infància i universitat o la rellevància de l'estil i de l'humor en la literatura. Tot això resulta molt útil per conèixer més de prop l'autor i endinsar-nos en el seu pensament. ■



Fotografies cedides per la Fundació Apel·les Fenosa

Una escultura perduda de Fenosa

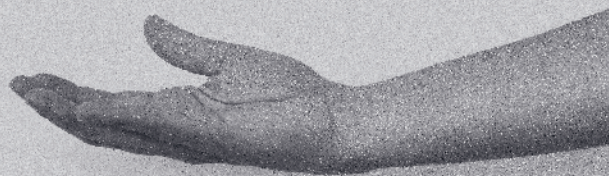
EL JARDÍ

Apel·les Fenosa (1899-1988) és un dels escultors catalans més destacats del segle xx. Bona part de la seva obra, però, la va fer a França, on va viure en una primera etapa formativa entre 1920 i 1929 —quan va fer amistat amb Pablo Picasso—, i després, a partir de 1939, s'exilia a París. Fenosa és l'autor de l'escultura dedicada a Pau Casals, de 1977, situada a l'entrada principal del Turó Parc.

La Fundació Apel·les Fenosa està buscant una escultura desapareguda que, segons un article publicat al setmanari 'Mirador', núm. 23, 4 de juliol de 1929, el crític d'art Màrius Gifreda situa a Sant

Gervasi: "L'escultura que reproduïm és un pas endavant. [...] La composició d'aquest brollador per a un jardí de Sant Gervasi està ben resolta; i quant a visió estem més a prop d'alguna escultura de jardí vuitcentista del mateix Sant Gervasi, que no pas del —posem per cas— expressionista Lehmbruck. Això vol dir que Fenosa ha sabut situar la seva escultura en el lloc d'emplaçament destinat, tot conservant les característiques del seu estil". L'obra es va fer per la font del jardí de la torre de N. Esteva, a Sant Gervasi. La fundació és pregunta si algú té notícies sobre aquesta escultura. Reproduïm fotografies per poder-la identificar. ■

DONA'M LA MÀ



LA FORÇA D'UN PAÍS
ÉS LA SEVA GENT

Fes-te voluntari o Demana ajuda

» omnium.cat/donam-la-ma «

900 730 181

 OMNIUM



Superservis
Supermercats des de 1945

!! Nou servei a domicili amb furgoneta!!



Les nostres botigues:

- Vallirana 21 93.368.45.71
 - Major de Sarrià 85 93.203.04.94
 - Avinyó 11 93.317.53.91
 - Aribau 156 Fruiteca 93.218.10.58
- i també estem al Vallès Oriental (Parets)
Obert de dilluns a dissabte: 09:00 - 21:00h

Arribem a tot arreu: Bonanova, Monterols, Galvany, Turo Park, Farró, Putget, Sarrià....

Tenim de tot! xarcuteria, carnisseria, fruiteria, totes les seccions i departaments...

VISITI'NS

gràcies per escollir-nos

Entrevista

DANI BENEDICTO, AVENTURER: “Fa dos anys que visc la vida que m’agrada”

Dani Benedicto (26 anys) és un aventurer graduat en Politiques i veí de la Bonanova. Al maig farà dos anys que viatja pel món com a nòmada, sense agafar avions i amb només una motxilla i fent autoestop. Viu la vida com un constant afrontar reptes. L’últim, aquest hivern al costat del també viatger català Sergi Unanue. Junts han creuat a peu la seralada més alta de la terra, l’Himàlaia, sense cap mena d’assistència, convertint-se en les persones més joves del món en aconseguir-ho. Des de Calcuta, a l’Índia, el Dani concedeix aquesta entrevista a *El Jardí*.



Fotografia cedida per Dani Benedicto

SERGI ALEMANY

Enhorabona. Repte aconseguit!

Sí. Travessar l’Himàlaia ha estat un viatge dur i exigent, però alhora romàntic com els d’abans, ara que la moda és viatjar amb *Booking*, agències, taxis i complexos turístics.

Tu prefereixes anar a peu...

Fa dos anys que visc la vida que m’agrada. El projecte de fer la volta al món sense avions. Els sis primers mesos no vaig pagar ni una sola nit per dormir ni per transport públic.

En això de no agafar avions coincideixes amb un altre viatger, el Sergi Unanue.

Amb el Sergi ens vam conèixer a través d’Instagram gràcies a una amiga en comú. Els dos viatgem per trobar els nostres límits, posant-nos en situacions en què normalment no ens trobaríem. Ens agrada aquesta vida de tenir objectius.

Com arribes a compartir amb ell l’últim repte?

Com tot en la vida, les coses poden canviar en un segon. Casualment vaig trobar per Internet que existia una ruta i l’hi vaig proposar. Només ens havíem vist una vegada abans per comprar uns cavalls i creuar una regió de Mongòlia. Aquesta vegada volíem pujar el llistó de l’aventura anterior en grau de dificultat i duresa.

La idea de creuar a peu l’Himàlaia sense assistència.

Allà molta gent ens deia que no ho féssim, però volíem comprovar amb els nostres ulls els perills i la dificultat del repte. Ens vam adaptar a la situació i vam tirar endavant, caminant de setembre a gener. En total van ser 99 dies.

Patint per la vostra vida?

En alguns moments puntuals, sí. Sobretot un dia que el Sergi va tenir símptomes de congelació als dits a 4.500

metres d’altura, a les quatre del matí. Ens vam precipitar a l’hora de sortir de la tenda per començar a caminar, sabent que el dia seria llarg. L’aparició dels primers raigs de sol va ser el que ens va salvar.

“No té cap sentit agafar un avió per fer la volta al món si tinc temps per creuar-lo a peu”

Això és ser un boig?

La clau està en ser 100% conscients dels riscos que correm, de saber que et pots quedar a la muntanya. No érem bojos. Per mi és més boig algú que porta una vida sedentària a Barcelona, una de les ciutats més contaminades d’Europa, menjant carns i processats. No adonar-se’n d’aquests riscos...

Com és el Sergi Unanue?

Connectem perquè tenim una idea molt similar del que és el viatge de la vida. Viatjar per viure i no per arribar a cap lloc. No té cap sentit agafar un avió i fer la volta al món en tres dies, si tinc temps per creuar-lo a peu.

Creus que repetiríeu l’aventura a l’hivern?

Vam iniciar la travessia en una bona data, quan se suposava que el monso s’havia d’acabar. Per coses de la vida, les pluges van durar tres setmanes més... No ho canviaria, però tampoc ho tornaria a fer (riu).

Què t’aporta cada aventura?

En aquesta he après molt sobre mi mateix. Si no estàs 100% convençut, no té sentit fer-ho perquè no ho aconseguiràs. La confiança en un mateix és clau en el moment de començar un gran repte com aquest de l’Himàlaia.

Recordes la primera aventura?

Sempre havia viatjat bastant amb la família però l’Erasmus, amb 20 anys, va ser la primera aventura tot sol. Més endavant, un cop acabat el Màster, vaig decidir que volia conèixer món i gaudir d’experiències abans de casar-me amb una possible vida a Barcelona.

En aquell moment vas decidir fer la maleta.

Vaig muntar amb el meu germà una parada de roses a Sarrià per Sant Jordi i amb els diners aconseguits em vaig comprar una càmera que és amb la que ho documento tot.

Veus possible una vida sense viatjar?

No m’ho he plantejat. Ara mateix no tinc data per tornar però potser d’aquí a tres mesos m’he cansat de viure així. Això no és una competició amb ningú. No penso més enllà de l’endemà.

“Cada nit busco on situar la tenda de campanya per dormir”

No tens dibuixat un proper repte?

El meu dia a dia és de reptes, començant per l’autoestop i per buscar cada nit on situar la tenda de campanya per dormir. Si acabés de viatjar, no seria per un tema de diners perquè oportunitats per treballar sempre en trobes, i els idiomes t’obren portes. Si hi estàs disposat, el món està ple d’oportunitats i de bona gent.

L’últim repte ha tingut força repercussió.

Estem molt contents perquè ens agrada fer veure a la gent que al final no tot és tan difícil ni impossible. Es tracta de provar-ho. El missatge ha de transcendir. ■

Els Salesians i l’IQS faciliten material sanitari mitjançant tecnologia 3D

EL JARDÍ

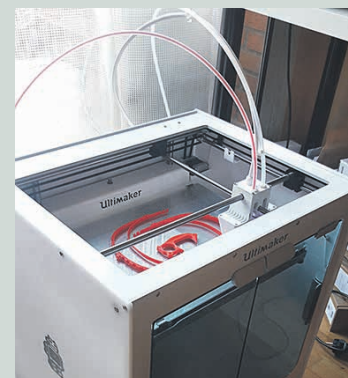
Davant l’escenari d’emergència i la necessitat d’obtenir material de protecció i respiració, per la crisi del Covid-19, l’Escola Universitària Salesiana de Sarrià (EUSS) i l’Institut Químic de Sarrià (IQS) han volgut aportar la seva experiència a la causa sanitària. Els dos centres s’han sumat a la corrent de solidaritat d’una comunitat de fabricants, on destaca la iniciativa ‘Coronavirus Makers’, una xarxa de

persones de tot l’Estat que no ha dubtat en posar el seu coneixement i recursos materials al servei dels qui més ho necessiten: els professionals sanitaris i els malalts.

Davant el tancament del seu centre per la declaració de l’estat d’alarma, l’EUSS es va veure abocada a suspendre la docència presencial fins a nou avis, i adherint-se al ‘Coronavirus Makers’—que compta amb milers de voluntaris— està contribuint a la fabricació de pantalles de protecció. El personal es va endur a casa aquelles impressores 3D que eren portables, així que continua actiu i amb l’objectiu d’homologar més eines com mascaretes i respiradors per fer front a la crisi del Covid-19.

De la mateixa manera, l’IQS també està oferint només docència virtual i teletreballant per atendre les peticions dels centres sanitaris, en aquest cas en matèria de respiradors. Primer, es van posar en funcionament per

mitjà de l’adquisició d’impressores 3D per part de la Fundació Empreses IQS, i a continuació van comprar més impressores perquè els professors puguin contribuir a la fabricació dels seus domicilis. A més, el centre està investigant la possibilitat de bloquejar l’activitat del virus amb un inhibidor de proteïnes-cinasa que ja s’utilitza en el tractament d’altres malalties com per exemple l’hepatitis C. ■



Impressora 3D

© IQS

ESPERIT ESCOLTA I GUIA EN TEMPS DE CONFINAMENT

L'Agrupament Sant Ignasi trasllada l'energia del cau a cada llar

ANA RUBIÓ

Els Jardins de Vil·la Cecília fa dies que estan tristos: ja no escolten rialles ni crits ni acudits dels infants del barri. Ja no senten, tampoc, les passes d'un centenar de peus i potes. Fa dies que la solitud ho envaeix tot i, ni els ocells ni els arbres florits, aconsegueixen que els jardins somriuin. S'enyoren massa.

Enyoren l'activitat frenètica dels caps de setmana, les converses dels pares i les mares al sol, les nenes i els nens de Sarrià jugant al camp i, sobretot, enyoren aquells joves que, amb un fulard al coll, ocupaven el parc tots els dissabtes a les quatre: "Què se n'ha fet d'aquella colla?", es pregunten...

El que no saben els jardins és que els caps i les quel·les de l'agrupament no han abandonat la seva tasca, tot i el confinament: "No patiu, jardins, estem fent cau a casa!" els diuen. I, efectivament, des de l'Agrupament Sant Ignasi s'ha volgut encarar aquests dies de reclusió amb un somriure. Tant per les branques (grups d'infants separats per edats), com per les famílies, continuar amb la rutina és important i, si es tenen els mitjans, per què no intentar traslladar l'energia del cau a cada llar?

Les més petites, per exemple, han rebut un vídeo cada dissabte. Sota el nom 'Hora de cau', els seus caps i les seves quel·les han preparat reptes per fer a casa: el primer, fer ocellets amb origami i decorar-los, i el segon, elaborar la seva millor disfressa. Després, havien de gravar-se presentant les seves obres i compartir-les amb les companyes via whatsapp.

Segurament, els Castors i les Llúdrigues (el nom que reben les integrants de la branca) també troben a faltar els jardins de Vil·la Cecília. I córrer pel parc, i saltar, i enfil·lar-se als arbres i fer tombarelles a la gespa, i, i, i... Tanmateix, per a elles i ells l'entreteniment continua i com expressen les famílies, els dissabtes a la tarda, la imaginació i les rialles, a casa, hi són presents.

Per les més grans la cosa es complica i és que els seus respectius caus han optat pels reptes diaris. En aquest cap, però, són els propis Pioners i Caravel·les qui decideixen, i aquesta branca sol tenir unes idees molt boges. Durant aquests dies, doncs, han hagut de cuinar un pastís dins de la pròpia boca —no vulgueu saber més—, fer la croqueta amb el màxim de capes de roba possibles o aprendre's un ritme amb les mans, nivell expert, i gravar-lo en vídeo.

Riures, cohesió i perdre la vergonya; tres objectius assolits tot i la impossibilitat de reunir-se. L'oportunitat de sorprendre la branca, compartir una part de tu, que de normal no mostraries, col·laborar amb els de casa per assolir el repte del cau... Estem millor del que pensàvem, no creieu?

Tornarem, jardins de Vil·la Cecília, tornarem aviat. Mentrestant, però, gaudiu del cant dels ocells i de l'escalfor del sol; doneu la benvinguda a la primavera. Nosaltres, des de la finestra, també ho estarem fent. ■



© Agrupament Sant Ignasi

Sembla la fi, però podria ser l'inici

ARRAN CASSOLES

Aquests dies de confinament han estat i són una situació extremadament complicada per a moltes persones, sobretot aquelles més desfavorides. A totes ens ha canviat de forma radical el dia a dia, havent d'adaptar la rutina dins les quatre parets del pis o habitació, si som afortunades de disposar-ne. Com a joves, la nostra situació resta en avantatge amb aquelles persones grans que es troben aïllades i soles, amb l'amenaça, podríem dir mortal, de contagiar-se. Com a comunitat, tenim el deure de lluitar per la vida digna de totes les persones i, en especial, per aquells col·lectius més necessitats. No podem restar immòbils ni acrítics davant les problemàtiques que s'aguditzen amb l'arribada de la pandèmia en les diferents esferes socials.

En primer pla, el sistema sanitari fa temps que es veu superat per abastar de forma satisfactòria les necessitats de la societat. L'arribada de la covid-19 no ha fet més que accentuar la deficiència d'aquest sector. La sanitat pública es veu desbordada, sense el material i les condicions necessàries per afrontar tal situació. Alhora, veiem com el sector privat se segueix enriquint a base de jugar amb les nostres vides; avui més que mai veiem que retallar la sanitat pública mata.

Milers de persones ens deixaran a causa d'ofensives socials que no prioritzen la bona gestió del sistema sanitari i reproductiu de la societat. Tampoc es prioritza la seguretat de la classe treballadora, que fins fa poc arriscava les seves vides per la no aturada dels sectors laborals no indispensables. Les mesures aplicades comporten en l'àmbit laboral i econòmic greus amenaces a la classe treballadora com els anomenats ERTOS, impagaments, acomiadaments, vacances forçades, imposició d'anar a treballar amb condicions perilloses, negació del dret a vaga, etc. Per no anomenar la situació de les treballadores autònomes i pimes, les quals no podran fer front a les factures i nòmines amb tal situació de bloqueig econòmic.

Amb tot això, la xacra política actual es fa un rentat de cara atribuint tota responsabilitat i culpabilitat a un virus que no és origen de l'actual crisi, sinó simplement del desencadenant d'una crisi que ja començava a treure el cap. Actualment, som hereves d'una crisi financera que el 2008 ens va ensenyar que l'economia no pot dependre d'un sector tan volàtil com ho és el financer. Així doncs, davant les evidències que abans de l'aparició del virus ja ens alertaven d'una desacceleració econòmica mundial, ens trobem en un context en què precaritzar i retallar no pot ser la solució. Una classe treballadora ja precaritzada, sense estalvis, i uns serveis públics que ara més que mai es demostren com a indispensables pel bon funcionament de la societat no es poden ofegar més. O, com a mínim, no ho hauríem de permetre.

En addició, com hem vist, aquells sectors que van tancar primer van ser les escoles i universitats, ja que estan dedicats a tasques reproductives i no amenacen la fluctuació del capital i/o el sistema financer. Així, veiem com s'ha duplicat el treball de cures i de la llar aguditzant també una crisi en aquest àmbit. Gent gran, infants sols i desatesos i les residències, com a principal focus de covid-19. Al nostre barri, per exemple, veiem com moltes

treballadores de la llar que no estan assegurades han estat despatxades sense disposar de cap atur ni prestació quedant així totalment desemperades. A més a més, com hem vist aquests dies, la violència masclista dins les llars augmenta en una situació de confinament i inestabilitat vital.

Davant d'aquest context desolador, la UE fa cas omís de les demandes d'ajuda i obre la porta al famós endeutament públic ja esmentat, fent pagar a la població les conseqüències del propi sistema econòmic sense que aquest es vegi qüestionat. Tot plegat per evitar que les grans empreses no puguin perdre taxa de benefici, és a dir, socialitzar les pèrdues i privatitzar els guanys.

L'anomenada globalització, juntament amb l'externalització de serveis —fent que molts productes de primera necessitat, així com la pròpia economia, depenguin de les importacions i exportacions transfrontereres—, a més a més de provocar una precarització del treball acumulant la riquesa en mans d'una minoria fa difícil gestionar aquest tipus de contagi. Amb això, lluny d'aplicar el racisme fronterer actual, creant una dicotomia entre ciutadans de primera i ciutadans de segona o, inclús, no-ciutadans en la categoria de persona *sense papers*; venim a denunciar precisament el motiu d'aquest filtre entre els diferents estats-nació. La lliure circulació del capital ha portat a posar en risc milers de persones innocents, sobretot en aquells països amb un sistema sanitari menys òptim. La solidaritat i la fraternitat haurien de ser els valors de fons de les dinàmiques entre comunitats.

Cal esmentar també que l'aparició del virus no és un fet casual. La destrucció del medi ambient, la desforestació dels boscos en concret, a més a més de destruir la biodiversitat del planeta, també pot provocar greus conseqüències de caràcter immediat per a la salut humana. La pèrdua dels ecosistemes provocada per l'impacte humà obliga molts animals a migrar i instal·lar-se a prop dels humans, la qual cosa multiplica les probabilitats de mutació de nous microbis en patògens. Aquesta és una de les causes que explica l'aparició de nous virus desconeguts que poden infectar la població com podria ser la mateixa covid-19.

Davant la propagació del virus, les joves del barri i del districte seguirem actuant de forma responsable per evitar més contagis i acabar amb la pandèmia. I davant d'aquesta crisi que tot just comença, tinguem un pensament molt clar: la classe capitalista farà tot el possible per mantenir els seus beneficis i serà a costa de les classes populars, com sempre. Així doncs, contra l'ofensiva del capital, defensem-nos, perquè ens hi va la vida. Per això, com a totes les crisis, ens cal una resposta col·lectiva, perquè quan l'estat *capitalista* prefereix seguir apostant per la ruleta russa financera i ens abandona en comptes de posar la vida al centre, només ens queden les veïnes. Així, apostem per fer barri, amb iniciatives com les tres xarxes de suport mutu del districte de Cassoles, Sarrià i Vallvidrera, que ens demostren que l'organització és necessària per a la vida, que ens necessitem les unes a les altres, que, organitzades, és quan enmig d'un panorama desolador, podem veure la llum, i que som capaces de pensar en l'alternativa que acabarà per sempre amb el capitalisme. Perquè sembla la fi, però podria ser l'inici. ■

Refrany

De follies
i de rondalles
jo us en contaré
un grapat,
les unes
seran mentides,
les altres
veritats!

Quins són els teus
contes preferits?

QUÈ LI PASSA A LA CAPUTXETA VERMELLA?

La Caputxeta Vermella i el llop estan a punt de començar la funció de tarda del diumenge. El llop aprofita les estones mortes per fer bufandes, i així, com ell diu, no es posa nerviós. Avui s'ha adonat que la Caputxeta no li comenta res i que fa mala cara!

LLOP: Què et passa avui Caputxeta?

CAPUTXETA: Ja n'estic tipa! Qui s'ho empassa que no sàpiga quin és el camí més curt per anar a casa l'àvia, quan hi vaig tot sovint!

Que potser es pensen que sóc ximple? I que quan tu, llop, ets dins el llit de l'àvia i et dic: «Ai, àvia, quines orelles més llargues que tens», i em contestes: «Són per escoltar-te millor», que no veig que ets tu, llop, i no l'àvia?



LLOP: Ai Caputxeta, no t'ho prenguis així! És que a mi m'encanta quan la gent del públic es tapa els ulls. I a més, cada dia m'estic una bona estona respallant-me les dents perquè es vegin ben lluentos quan dius allò de: «Ai, àvia, quines dents més grans que tens».

CAPUTXETA: Vols dir que les criatures d'ara tenen tanta por?... i a més, en el fons ets un tros de pa! Potser és per això que t'agrada imaginar que ets un tipus dur!

LLOP: I quan faig veure que em menjo la iaia... és una escena genial!

ÀVIA (DES DE DINS DEL CAMERINO): Escolta llop, que el mèrit d'aquesta escena és totalment meu, que per això cada dia faig estiraments! Recorda que soc una gran gimnasta i que a cada funció, des de les bambolines, faig un salt mortal per passar per darrere teu, de manera que sembli talment que te m'empasses. I tu, en canvi, l'únic que fas és obrir bé la boca!

(Ens fan una demostració i l'àvia ens saluda amb la mà perquè veiem el truc).



LLOP: No sé pas què haurem de fer! En el fons ja n'estic tip de fer sempre de dolent! Quan feia la funció d'Els tres porquets, el germà gran que és un mandrós, sempre es queixava que li desmuntava la seva cabana de palla. Què volia que fes? Era el meu paper! I ara tu Caputxeta...

CAPUTXETA: I si fem un musical? Podríem fer una mena de *Cantant sota la pluja*!

LLOP: Ballar claqué pot ser divertit! Però si us plau, no deixem de representar *La Caputxeta Vermella*, encara! És que és el meu conte preferit!

CAPUTXETA: D'acord, m'ho pensaré...



Completa els títols d'aquests contes populars

LA CAPUTXETA

ELS TRES

LA FLOR DEL

EL GAT AMB

EL VESTIT NOU DE

PORQUETS

D'OR

VALENT

L'EMPERADOR

PÈSOL

VERMELLA

BREMEN

PANICAL

L'ESCALETA

CABRETES

BOTES

RÍNIXOLS

EL SASTRE

LA PRINCESA I EL

ELS MÚSICS DE

LES SET

LA RATETA QUE ESCOMBRAVA

CUINA DE CONVENT

L'espàrrrec i les seves varietats



FFRA VALENTÍ SERRA

L'esparguera (llat., *Asparagus officinalis*) és una de les plantes anomenades "oficials", és a dir, aquelles que entren en els preparats farmacèutics. És a l'arrel de l'esparguera on hi ha situats els principals principis actius d'aquesta hortalissa, tan medicinal i tan popular, que ja fou coneguda dels antics grecs i antics egipcis atesa les seves notables i eficients propietats diürètiques. L'espàrrrec és una menja ideal per a poder gaudir de bones digestions i, gràcies als nivells de potassi que duu, impedeix les rampes musculars, especialment a les extremitats. Recentment, també s'han posat en relleu les propietats antiinflamàtores de l'espàrrrec, a més de la seva peculiar utilització per als problemes de pit i calmar la tos, en produir un efecte sedatiu que calma les palpitations i normalitza les funcions respiratòries.

D'espàrrrecs se'n conreen de diverses varietats a les hortes, però els amants de la bona taula prefereixen els boscons o de marge, especialment els espàrrrecs que es fan en els alzinars, i que combinen molt bé amb la truitada d'ou atès el seu gust una mica amargant. És, també, molt apreciat per la gastronomia l'espàrrrec blanc,

conreat als horts, puix que és una hortalissa molt carnosa al gust del paladar i d'una textura suau que el fa molt apte per a ser confitat. Tanmateix, en els mercats hi sol abundar l'espàrrrec verd, que es pot menjar bullit, fregit o bé a la planxa.

L'arrel de l'esparguera forma part del famós xarop diürètic anomenat *de les cinc arrels*, on es combinen l'arrel del fonoll, el julivert, l'api, el galzeran i l'esparguera. Aquest beuratge l'emprà la medicina popular per a combatre la retenció d'orina. Els antics frares assenyalaren de l'esparguera: "Se emplea la raíz en cocimiento con las puntas y brotes de la planta, y se prepara un sedante para el corazón. Se prescribe en las hidropesías, palpitaciones cardíacas, catarros bronquiales y tisis pulmonar. La raíz se emplea en la ictericia y en la obstrucción intestinal y afecciones de las vías urinarias. El rizoma entra en el jarabe de las cinco raíces" (BHC, *Pócimas de capuchino*, 54). En efecte, l'espàrrrec té un alt contingut d'asparagina, cosa que el converteix en un poderós diürètic, però no és gaire recomanable als que pateixen de gota.

A propòsit de les nombroses propietats remeieres de l'esparguera, fra Jacint de Sarrià l'any 1751 ja escriví: "La [ar]rel d'esparguera cuyta ab vi o vinagre mitiga lo dolor dels membres dislocats y los brots remullats ab vi blanch curen el dolor de riçons" (BHC, *De algunas herbas*, f. 140). A més, l'espàrrrec conté força sofre i això facilita la depuració del fetge. A l'article vinent us parlaré, si Déu vol, del conreu i de les nombroses propietats medicinals de la borraja. ■

FRA VALENTÍ SERRA DE MANRESA
ÉS ARXIVER DELS CAPUTXINS

Què menjar durant el confinament?

ANNA VILARRASA

Ja fa uns temps que el coronavirus s'ha colat a les nostres vides i la seva ràpida expansió ens obliga a fer confinament. Una situació sens dubte nova per a tots, grans i petits. I ara més que mai hem de fer atenció als nostres hàbits alimentaris per estar el més fort i saludables que puguem. No només davant la malaltia, sinó per resistir el confinament el millor possible!

Què podem fer a escala alimentària? Us deixem a continuació algunes idees a tenir en compte.

1. Hem de saber que no hi ha cap aliment que ens pugui protegir exclusivament del coronavirus. Tampoc curar-lo si ens posem malalts. En aquest cas només ens val seguir les instruccions dels metges. Ara bé, podem cuidar les nostres defenses i la nostra resistència serà més bona.
2. Hem de seguir menjant abundants vegetals: fruites, verdures i hortalisses. L'abastiment de menjar està assegurat. Així que, seguint totes les precaucions, podem sortir a comprar. Planifiquem bé el que necessitem i comprem per uns dies més:
 - Triem verdures que aguanten més, com ara els porros, la coliflor, la col, la carbassa o els carbassons.
 - Podem fer el mateix amb les fruites. Un cop a casa les traïem de la bossa i les desem en un lloc fresc i sec. Prioritzem les fruites riques en vitamina C com els kiwis, les taronges, les mandamines, el suc de llimona, la pinya o les maduixes.
3. Mengem proteïna a cada àpat: esmorzar, dinar i sopar. És bo per la nostra musculatura i per reparar altres teixits del

nostre organisme. No ens hem de preocupar si se'ns acaba la carn o el peix i no podem baixar a comprar. Procurem tenir a casa ous i llegums que tenen una caducitat molt més llarga i que ens aporten proteïna de la mateixa qualitat. Si no mengem cap mena de proteïna animal; el tofu, el tempeh i el seitan també ens aguanten bé.

4. Els aliments rics en probiòtics són especialment recomanables per a la flora intestinal. I una flora intestinal sana és bàsica per a un bon sistema immune. On els trobem? En el iogurt natural i el quefir. També en la xucrut, el tempeh o el miso. I en la beguda kombucha.

5. Aquests dies millor que no tinguem a casa aliments processats com galetes, brioixeria, llaunadures, snacks salats o plats preparats. Estar tancats a casa i en una situació amb moltes incerteses, ens pot generar nervis i estrès en molts moments, cosa que ens pot provocar més ansietat per menjar i picar coses en tot moment. Si això passa, millor tenir a l'abast fruita seca, fruita, iogurts, pa integral o fins i tot xocolata negra.

Per això també és aconsellable seguir una rutina d'àpats, per assegurar-nos que al llarg del dia ingerim tots els nutrients necessaris. Si no tenim gaire gana, prioritzem les proteïnes i suprimim o reduïm els carbohidrats (arròs, pasta, pa...).

I finalment no deixem de beure aigua, i en la mesura del possible, mantinguem-nos actius i tranquils. Molts ànims i salut per a tots. ■

ANNA VILARRASA NUBIOLA ÉS DIETISTA
www.annavilarrasa.com



■ **lluís bragulat** ■
can lluis des de 1971

xarcuteria – formatges
embotits d'elaboració pròpia

C/ Pàdua, 105 | canlluis@movistar.es | tel. 93 212 54 48

Segueix-nos a: [f](https://www.facebook.com/canlluis.bragulat) [t](https://www.facebook.com/canlluis.bragulat) www.facebook.com/canlluis.bragulat

L'estimulació emocional, vital en demències

CARMEN MARTINEZ
Mestra d'Educació Especial

La malaltia d'Alzheimer provoca una pèrdua progressiva de la identitat de la persona que la pateix. Es perd la capacitat per a crear nous records i això fa viure la persona més ancorada en el passat que en les experiències recents que va vivint. D'altra banda, es produeixen canvis de conducta i caràcter, respostes més agressives i pèrdua de les normes socials. Donades les mancances que suposa una demència, treballar la memòria biogràfica de la persona reforça la seva identitat, millora el seu estat d'ànim i li proporciona un sentiment de vàlua, benestar, satisfacció i autoafirmació, a la vegada que estimula l'atenció i fomenta la comunicació.

Un dels prejudicis socials que existeix sobre les persones grans és creure que recordar el passat és dolent i



indica deteriorament. Recordar és un procés vital, normal i saludable.

En el moment que es relaciona el passat amb el present es constitueix una vivència de continuïtat de la història de vida (reconciliació). D'alguna manera, s'avalua la satisfacció de la vida viscuda. Gràcies als records mantenim la nostra identitat personal. Recordar ens reforça

emocionalment i dona sentit a la nostra vida. Es tracta d'una activitat psíquica necessària en l'envelliment i saludable, perquè afavoreix la integració del passat al present, donant-li continuïtat i reforçant la identitat. Per aquesta raó, és imprescindible integrar i treballar l'estimulació emocional dins d'un programa d'estimulació cognitiva global.

La reminiscència és un tipus d'estimulació emocional que consisteix a pensar, evocar i parlar sobre la pròpia experiència vital, recordant i relatant fets, actes i vivències del passat (estimulació de la memòria episòdica autobiogràfica) i connectant-los amb el present (estimulació de l'atenció, el llenguatge expressiu i comprensiu, l'orientació tant en persona com en temps i espai, la memòria semàntica i les agnòsies).

Recordar, evocar i narrar històries del passat són fets del cicle vital que es troben dins d'un envelliment saludable

La teràpia de reminiscència és una eina d'estimulació cognitiva que ajuda a les persones amb demència a recordar de manera natural experiències passades, i ahora estimula la capacitat d'autoconeixement, el manteniment de la seva identitat i la seva història de vida. Una de les finalitats és induir a la persona cap a la seva memòria emocional i estimular els records positius a través d'objectes, fotografies, olors, sons, música, joguines, etc.

Hi ha un ampli ventall de possibilitats per poder posar-ho en marxa tant en l'àmbit individual com grupal. Utilitzar espais no formals, d'oci i socialització per a recordar esdeveniments passats, ajuda a mantenir la pròpia identitat i modificar l'avaluació negativa que es té sobre el propi funcionament de la memòria, millorant l'autoestima de la persona i la seva dignitat. Recordar, evocar i narrar històries del passat són fets del cicle vital que es troben dins d'un envelliment saludable i que formen part de la trajectòria vital de la persona. Som el que som pel que hem estat. ■

FUNDACIÓ USZHEIMER
Centre de Dia i Unitat de Memòria
Passatge Forasté, 11 • 934 18 65 65
www.fundaciouzshemer.org

16a pinzellada

Avui estic trista. Al carrer hi fa fred i des de casa fins a la parada de l'autobús del carrer Balma he trobat tres velletes, de la meua edat, demanant caritat. Una a la cantonada de Muntaner/Laforja, una altra a Aribau cantonada Madrazo i la última a Madrazo cantonada Balma. Les tres, ben arrupides, encongides, amb mocador negre al cap, amb un vas de plàstic a la mà... I totes tres, amb una mirada tristíssima.

Qui les havia col·locat en aquelles cantonades? Potser un fill explotador? Potser un "simple" explotador? Els he posat una moneda a cada vas de plàstic, convençuda que aquell gest no els solucionava res.

Fa vent i fred, i la velleta que està arraulida a la cantonada de l'Hospital del Pilar em mira però no em somriu. Mai he aconseguit veure qui la col·loca just a la cantonada, on fa més vent, ni qui la recull... ni quan.

Potser va parir fills i te nets.

Ha començat a ploure...

MONTSERRAT CORNET

associació
de veïns
d'informació
i comunicació

amic

**La premsa de proximitat,
sempre hi som...**

Ara més que mai!

414

mitjans en paper i digitals al teu servei

Mitjans de proximitat, periodisme de confiança

Bombons Blasi
XOCOLATERS 1877 ARTESANS

Fabricació ARTESANA i FAMILIAR

BOMBONS BLASI
C/ Alfons XII, 26, 08006 Barcelona - Tel. 93 415 52 79
www.bombonsblasi.cat

**XARXES
SOCIALS**

**MODA,
COMPLEMENTES
I LLAR**

PUBLICITAT:
josepm@diarieljardi.cat
654 04 44 10
Monterols, el Putxet,
el Farró, Galvany,
Turó Park

SALUT

PUBLICITAT:
enric@diarieljardi.cat
654 04 44 10
la Bonanova, Sarrià,
les Tres Torres, Pedralbes,
Vallvidrera



**MEJORA
TU VIDA**

DISPONIBLE EN
Google Play

comomejorarla vida.com

MILIV

bijuteria
complements - decoració
Galeria Centre
av. Rep. Argentina 238-240 loc. 3
08023 Barcelona
685 121 321
botiga@milivjoies.barcelona

ALIMENTACIÓ



**FARMÀCIA
CABANAS**
muntaner 476 · Bcn
www.facebook.com/FarmaciaCabanas
93 201 03 89

IDIOMES

¿Cómo puedo mejorar
los resultados de mi
negocio?

[i](#) [f](#) [p](#) [in](#) [t](#) [w](#)

Brilla en las RRSS
y venderás más

WWW.PLUMADEALQUILER.COM
hello@plumadealquiler.com

RESTAURACIÓ

lluis bragulat
can lluis des de 1971

xarcuteria - formatges
embotits d'elaboració pròpia
c/ Pàdua, 105 / canlluis@movistar.es
Tel. 93 212 54 48

Segueix-nos a: [f](#) [t](#)

www.facebook.com/canlluis.bragulat

INSTITUT AUDITIU

salesa

*El meu centre auditiu
de Confiança*

Ronda de Mitre, 134
Tel. 935 507 920

www.salesa.es [t](#) [f](#) [y](#)



**american
school**
OF BARCELONA

English Language Center
English Classes for children, teens
and adults with experienced native
teachers. Cambridge test prep courses
Tel: 93 371 40 16
http://elc.asbarcelona.com

MANTENIMENT

restaurant
bisi bisau
c/ Lluçanés, 2
"al costat pl. Bonanova"
932 12 78 51
[@bisi_bisau](#)
Horari: de 13 a 16 h
Nits i caps de setmana
celebracions i sopars a mida

XARCUTER
DES DE 1948

xarcuteria
Tel. 93 200 39 48
Balmes 296 | 08006 BCN
ramon@hernandoxarcuter.cat
www.hernandoxarcuter.cat

HERNANDO

**CLÍNICA
SAGRADA
FAMÍLIA**

www.clinicasagradafamilia.com
c/ Torras i Pujalt, 1
08022 Barcelona
Tel: (+34) 93 212 23 00
URGENCIAS 24h

OCI



RACUTERM
CONTROL INTEGRAL DE PLAGUES
932 119 334
www.racuterm.com

Cuina d'avui, cuina de sempre

**LA FONDA
DE SANT GERVASI**
BAR-RESTAURANT

Obert de dilluns a
dissabte, de 9 a 19 h.

Sant Màrius, 22 - 08022 Barcelona
T. 93 211 52 40 - fondasantgervasi.cat

PUBLICITAT:
josepm@diarieljardi.cat
Monterols, el Putxet, el Farró,
Galvany, Turó Park
enric@diarieljardi.cat
la Bonanova, Sarrià,
les Tres Torres, Pedralbes,
Vallvidrera

Unidad del Dolor
Clínica Sagrada Familia

C/ Torras i Pujalt, 11-29
Consultorios CSF, Planta 2,
Despacho 2
Tel. 93 566 12 57
unidaddeldolor@consultoriscsf.com
www.unidaddolor-csf.com
www.clinicasagradafamilia.com

**Club
Billares ARS**

- 12 taules de billar americà
- 1 taula de caramboles
- 2 futbolins, Jocs de taula

KHES c/ Atenes, 27
08006 Barcelona
Tel. 934 184 396

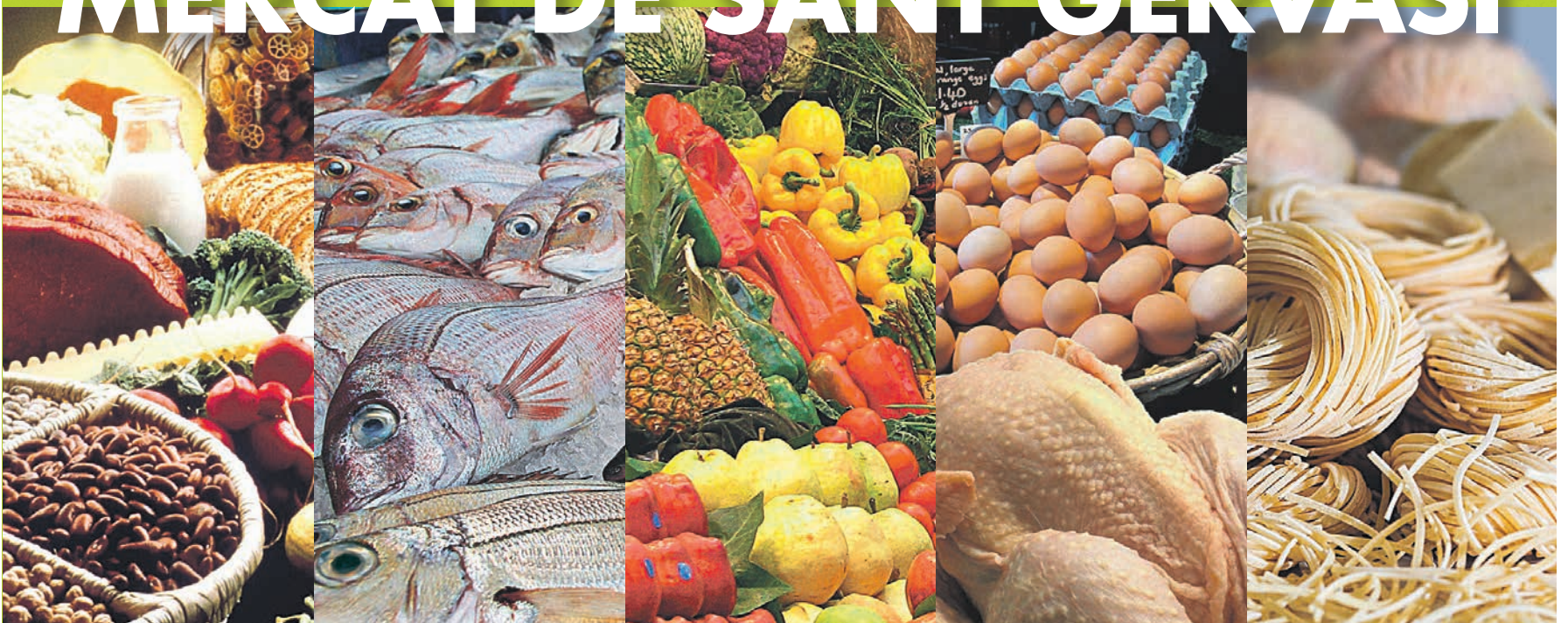
Anuncia't al directori per menys d'1€ al dia!

Directori de comerç
del districte Sarrià-Sant Gervasi

www.diarieljardi.cat/directori-empresses



MERCAT DE SANT GERVASI



CADA DIA AL SERVEI DEL BARRI
De dilluns a dissabte
LLIURAMENT A DOMICILI



Plaça de Joaquim Folguera, 6 • 08022 Barcelona • mercatdesantgervasi.com

HORARI: De dilluns a dissabte, de 8 a 14.30 h

SERVEIS: Aparcament (1 hora gratuïta) • Servei a domicili

Visita'ns a [f](#) [i](#)



ARA, NOU SERVEI
DE COMPRA ONLINE

Lliurament
en menys d'1 hora

2,99 €

