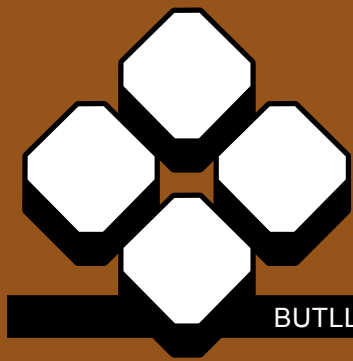




esquerra eixample

BUTLLETÍ DE L'ASSOCIACIÓ DE VEÏNES I VEÏNS DE L'ESQUERRA DE L'EIXAMPLE

Desembre 2022 - Núm 105



**BONES FESTES
I FELIÇ ANY
2023**





Serveis

OFICINA D'ATENCIÓ AL CIUTADÀ (OAC)
Aragó, 311
Telèfon d'Informació 010

SERVEIS

-AVV Esquerra de l'Eixample
Obert de 9h a 13h i de 17h a 21h
avvee2013@gmail.com
-Dones d'enllaç
www.donesdenllac.org
-APAM
www.apamassociacio.entitatsbcn.net

CENTRES CÍVICS

-Casa Golferichs. «El xalet»
Gran Via de les Corts Catalanes, 491
-Cotxeres Borrell
Viladomat, 2-8
-Centre Cultural Teresa Pàmies
• Centre Cívic Urgell
• Biblioteca Esquerra de l'Eixample-
Agustí Centelles
Comte d'Urgell, 145

SERVEIS SOCIALS

CSS NOVA ESQUERRA EIXAMPLE
Borrell, 305 altell
93 619 73 11
CSS ANTIGA ESQUERRA EIXAMPLE
Mallorca, 219 2º
93 619 73 11
PIAD. Punt d'Informació i Atenció a les
dones
Jardins Rosa Deulofeu
(c. Calàbria, entre Còrsega i París)
932 562 819

GENT GRAN

-Espai de Gent Gran, Rosselló, 78
-Espai de Gent Gran M. Aurèlia Capmany
Enric Granados, 47
-Centre Montserrat Olivella, Calàbria 260

GUÀRDIA URBANA

Emergències 092

SERVEIS URGENTS

Telèfon únic d'emergències 112
Urgències sanitàries 061
Cos Nacional de Policia 091
Bombers 080

SALUT

CAP CASANOVA
Roselló, 161 1r - 932 279 800
CAP BORRELL
Comte Borrell, 305 - 932 271 800
HOSPITAL CLÍNIC
Villarroel, 170 - 932 275 400

ACPS (Associació Catalana per a la
Prevenició del Suïcidi) i DSAS (Després
del Suïcidi - Associació de
Supervivents)
Barcelona Cuida (c. Viladomat, 127)
900 925 555
Funciona 24 hores al dia, els 365 dies
de l'any

EQUIPAMENTS ESPORTIUS

Poliesportiu Joan Miró

FARMÀCIES

www.farmaciasdeguardia.com

Qui som

Eixample: Butlletí gratuït de l'Associació de Veïnes i Veïns de l'Esquerra de l'Eixample. **Coordinació i Direcció:** Consell de Redacció.

Maquetació: Carme Asensio • **Col·laboracions:** Diferents grups de treball de l'AVVEE (Festes, Ateneu, Dones, Gent Gran, Urbanisme, Comunicació, Salut, Diversitat funcional, Debat i participació...), Sylviane Dahan, Carmen Álvarez, Josep M. Torres i Rodríguez, Xavier Riu, Xesca Miró, Sonia Bragues, Alfons Sort, Amparo Mañés Barbé, Conxita Leal Tort, Carme Pitarch, Pere Ortega, Irene Beltràn, Ana Ramírez, Duvi Abril, Paula Busquets, Unió Barcelonista Catalònia, Plataforma Unitària Contra les Violències de Gènere i Centre de normalització Lingüística • **Fotos:** Carme Asensio, Xavier Riu, Alfons Sort, María González • **Publicitat:** Xesca Miró. Els anunciants es poden posar en contacte a través de l'e-mail: **revistaavvee@yahoo.es** o al telèfon **93 453 28 79**. S'han de fer arribar els anuncis tal i com es vol que surtin publicats • L'Associació no es fa responsable de les opinions dels col·laboradors del Butlletí • **Impressió:** MEDIAactive, S.L. Dipòsit legal: B-33086-96 • **Edita:** Associació de Veïnes i Veïns de l'Esquerra de l'Eixample (AVVEE). Calàbria 262. Telèfon: 93 453 28 79.

e-mail:

avvee2013@gmail.com

web de l'associació:

avvee.cat

Normes de publicació del "Butlletí"

El Butlletí de l'Esquerra de l'Eixample, des de 1976, és l'òrgan de comunicació dels membres de l'Associació de Veïnes i Veïns. Des de l'inici constitueix un important mitjà d'informació i difusió de les activitats que ens afecten. També és una plataforma per a les lluites veïnals que volen la millora de les condicions socials i urbanístiques del nostre barri. Per tant, l'objectiu principal del Butlletí és la defensa del moviment veïnal des dels principis de democràcia, participació i independència de cap partit polític o entitat administrativa.

Creiem que les normes aprovades contribuiran a millorar la qualitat del Butlletí i a continuar donant veu a veïns i veïnes, sempre des del respecte a l'ètica i els estatuts vigents.

Les normes de publicació, les podeu trobar a la pàgina web de l'Associació.

Escriu-nos!

La secció **Bústia** està oberta a tots els lectors i lectores del Butlletí. Podeu escriure'ns a:

Butlletí de l'Associació. Bústia

Calàbria, 262 - 08029 Barcelona

O bé per correu electrònic a: **revistaavvee@yahoo.es**



Ajuntament de
Barcelona

Amb el suport de:



Editorial

Un Nadal per viure amb il·lusió i alegria

El dia s'escurça i el fred comença. Ja arriben les festes. Nadal, el tió caganer, el solstici d'hivern, Cap d'Any, Reis. Temps de retrobar-nos amb famílies i amistats, pensar en el que ha passat aquest any que vam començar confinats, i desitjar-nos el millor per a l'any que vindrà.

Des de l'Associació volem desitjar a totes les veïnes i veïns de l'Esquerra de l'Eixample unes bones i merescudes festes i el millor per a l'any vinent. Una abraçada molt forta!

El Nadal també és temps de solidaritat, i ara més que mai. Molts veïns i veïnes nostres ho necessiten. Diverses crisis i l'esgotament d'un model econòmic injust han fet que les desigualtats socials augmentin i que moltes persones, fins i tot tenint feina, vegin cada cop més difícil arribar a fi de mes.

Barcelona i el nostre barri no són els llocs més castigats. La taxa d'atur a Barcelona és del 7,5 % i a Espanya del 12,7 %. Barcelona, amb 11.500 habitatges públics, molt pocs, té el parc d'habitatge més gran de tot Espanya. Les places escolars a l'Eixample estan augmentant. Però les cues als menjadors socials i les persones que dormen al carrer no paren de créixer.

Aquestes festes són un temps de solidaritat. Les xarxes i associacions veïnals en aquests temps fan més falta que mai. Des de l'AVVEE fem el que podem. Altres entitats, com el Banc d'Aliments, demanen persones voluntàries per arribar a qui ho necessita. El Casal de Joves Queix té a l'Hort de la Lola, a Còrsega entre Rocafort i Calàbria, una "Nevera solidària" que forma part d'una xarxa amb més de trenta-dues a l'Estat i més de deu a Catalunya. La Xarxa Cesca, als Jardins Montserrat, fa mercats d'intercanvi sense diners



de coses necessàries per al dia a dia. Altres projectes com el Casal Lina Ódena, la recuperació de la Unió Cooperatista Barcelonesa, l'ampli moviment veïnal a Germanetes i Espai Nur, grups de cultura popular o esplais juvenils, tiren endavant amb la perspectiva d'aprofitar els nous espais públics, eixos verds o places del barri.

Venen temps difícils i ens en sortirem entre tots i totes. Tenim la sort de viure en un barri molt maco, però el millor que tenim és l'amistat i la solidaritat.

Bones festes i molt bon any 2023!

+48 ANYS DE LLUITA

PELS EQUIPAMENTS DEL BARRI

*Escoles de 0-3 anys,
residències de gent gran,
habitatge social,
espais verds, institut...*



Esquerra de l'Eixample
Associació de Veïnes i Veïns



Calàbria, 262
Tel: 93 453 28 79
avvee2013@gmail.com
<http://www.avvee.org>



Una mirada feminista sobre la salut de les dones

Estem vivint moments difícils. I això té un impacte sobre la nostra salut física i mental. La pandèmia ha posat de relleu la fragilitat i, ahora, la força del nostre sistema sanitari. **Fragilitat**, a causa de les retallades que ha patit el sistema públic. **Força**, per la qualitat d'aquesta conquesta social i la resposta d'un sector professional, per cert, molt feminitzat. Aquesta ambivalència genera angoixa en la ciutadania, confrontada a una realitat plena d'incerteses.

Amb aquest acte de la nostra **Festa Major** vam voler entendre millor aquesta realitat. Per això, vam convidar la **Carme Valls** i la **Neri Daurella**, dues dones altament qualificades i feministes compromeses.

Carme Valls és metgessa, especialitzada en endocrinologia. Cal destacar el seu esforç perquè la medicina prengui en compte les diferències entre homes i dones. És autora del llibre **"Mujeres invisibles para la medicina"**, un treball apassionant i accessible per a un públic no especialitzat, que reivindica una medicina adaptada a les necessitats específiques de les dones amb



exemples i consells concrets... i que ha inspirat el títol a l'acte d'avui.

Neri Daurella és psicòloga, especialista en Psicologia Clínica, professora a la Universitat Ramon Llull i membre del Col·legi Oficial de Psicòlegs de Catalunya. L'any passat, amb ocasió del 8 de Març, vam fer un acte sobre l'agenda feminista i les violències vers les dones al Centre Cívic Teresa Pàmies. Des del públic, la **Neri** va expressar la seva preocupació per l'assistència que reben els menors. Tenia moltes coses a dir... i volíem que poguéssim dir-les.

A les dues ponents vam voler fer una mateixa pregunta perquè per-

què responguessin des de les seves diferents experiències professionals: **Per què les dones segueixen sent tan invisibles per a la medicina?** Després de les seves intervencions, vam obrir un torn de preguntes per debatre'n.

Volem agrair al Centre Cívic Golferichs per acollir-nos. Sempre és un plaer ser aquí. Ens sentim com a casa per l'amabilitat del seu personal. I també en sentim orgullosos perquè, a través de la lluita veïnal, hem pogut preservar aquest meravellós espai, amenaçat per l'especulació immobiliària.

Concert de cloenda de la Festa Major de l'Esquerra de l'Eixample

Cada any, acabem la festa del veïnatge amb un record i un crit d'esperança. Un record per a totes les dones víctimes de violència masclista. I un crit d'esperança, perquè arreu del món les dones s'alcen per la llibertat i la vida.

Hi ha qui vol ofegar el so de *"Bella Ciao"* en la meravellosa llengua italiana en què fou concebuda. Però la cançó reneix amb la força d'una tempesta i l'accent de les dones iranianes, dempeus contra l'obscurantisme. Als col·legis majors, on suposadament es formen les elits destinades a dirigir el nostre país, s'escolten udols de manada. Però, a Kabul, dones i nenes desafien la força armada dels talibans per accedir a les escoles.

Amèlia Valcárcel diu que l'agenda feminista és un llibre universal



que les dones de cada país enceten a partir de diferents pàgines. Però totes formen part d'un mateix relat de lluita secular per la igualtat. Un esforç que es confon amb el progrés de la civilització, amenaçada per la guerra, el canvi climàtic i les injustí-

cies socials. Aquest vespre, mireu la pàgina d'una violència que enguany ha acabat amb la vida de més de trenta germanes, però que també s'ha estès als seus infants. Una violència que en corona moltes altres, des de la prostitució fins als ventres de lloguer, des de les discriminacions fins a la negació de la nostra realitat com a dones. Totes aquestes violències pretenen posar-nos "al nostre lloc". Però nosaltres ja hem triat el nostre lloc. I no és el de la submissió, sinó el de la plenitud. Ens volem lliures i ens volem vives. Ho diem amb el somriure confiat de qui sap que la seva causa vencerà i farà un món millor. Amb permís d'Emma Goldman, "si no hi ha blues, no és la meua revolució".

Gaudirem d'un gran concert!

Una societat malalta

Així s'expressava el doctor **Josep Maria Campistol**, director general de l'Hospital Clínic de Barcelona, en comentar les dades sobre violències sexuals enregistrades pel servei especialitzat que hi atén les víctimes. Mai hi havien arribat tants casos com enguany. Fins al mes de novembre, han estat 556, un 51 % més que durant els deu primers mesos de 2021 i un 29 % més que el 2019, abans de la pandèmia. El 90 % de les víctimes han estat dones –la franja d'edat més important és la que va dels 18 als 25 anys– i, en tots els casos, els agressors foren homes. Només a Catalunya, han mort sis dones a mans dels seus marits o companys sentimentals.

Sí, tenim una societat malalta de masclisme. Aquesta mateixa setmana, la diputada socialista i escriptora feminista **Gemma Lienas** s'alarmava, en una intervenció al Parlament, pel fet que augmentaven també els episodis de violència entre joves i adolescents. Val a dir que això s'esdevé en una generació que ha nascut sota una abundant legislació, d'àmbit estatal i autonòmic, i nombrosos programes destinats a erradicar aquesta xacra. Hi ha hagut avenços en el camí de la igualtat? Sens dubte. L'abast d'un moviment de denúncia dels abusos que pateixen les dones com Me Too ha fet palesa la presa de consciència d'aquesta injustícia per part de milions de noies joves d'arreu del món.

Resulta evident, però, que assistim a una reacció en sentit oposat, liderada pel que la investigadora **Rosa Cobo** anomena "les elits del patriarcat": aquella *nomenklatura* d'homes rics i influents, al capdavant de poderoses corporacions, que han sentit qüestionada, no només la tradicional preeminència dels homes sobre les dones, sinó els rèdits que es deriven d'aquesta dominació ancestral. Aquesta reacció ha connectat amb el sentiment de desestabilització que la irrupció de les dones en tots els àmbits de la vida laboral, intel·lectual o política ha suscitat en molts homes. La presa de paraula de les dones ha fet tremolar la imatge i el rol tradicional de la masculinitat, associats a l'autoritat i la força. Els mesos de confinament han afavorit el creixement de la influència d'un fenomen que ja estava en progressió: les xarxes socials com a lloc de socialització; un espai sense criteris rectors on l'assoladora solitud de l'individu queda emmascarada per l'aparença de pertànyer a una fratria, i on els vells prejudicis i les pors irracionals poden estendre's sense fre. Aquest període ha estat també el temps d'un creixement exponencial del consum de pornografia. De fet, la pornografia, als continguts de la qual comencen a accedir infants des dels vuit anys, ha esdevingut l'escola d'educació sexual de la nova generació. Però el que s'hi mostra no és sexualitat, sinó una forma d'erotització de la violència vers les dones, la sexualitat de les quals s'identifica amb la submissió als capricis dels homes. Cada cop més noies adolescents són objecte de demanda de pràcti-

ques sexuals aberrants, apreses en la pornografia, per part dels seus companys.

El problema és que, davant d'això, els poders públics no estan a l'altura. Durant molts anys, les feministes hem lluitat perquè l'escola fos un lloc privilegiat per a l'educació en la igualtat i el respecte, per combatre des de la infantesa els estereotips que emmotllen les mentalitats i perpetuen el sotmetiment de les dones: "els nens han de ser forts i no plorren", "les nenes han de ser delicades i pacients", "ells estan fets per manar, elles per tenir cura de la família"... Malauradament, abans que la coeducació hagi esdevingut una realitat, ens trobem amb una escomesa inquietant en el nostre sistema educatiu amb la introducció de la ideologia *queer*. Ara ens volen fer creure que si a una nena li agrada jugar a futbol i no li fa gràcia dur faldilla, potser es tracta en realitat d'un nen nascut en cos equivocat. I si un nen no mostra els trets de "masculinitat" amb què des de sempre s'identifica-

va un noi, tal volta es tracti d'una nena tot i tenir uns genitals que diuen el contrari. Hi ha un gran perill amb les anomenades "lleis trans", en vigor a gairebé totes les comunitats autònomes. En difuminar el sexe biològic, posen en qüestió els avenços en matèria d'igualtat, que combatien les discriminacions en raó del sexe. De la mateixa manera, afavoreixen que un nombre creixent d'adolescents –sobretot noies–, que travessen moments de malestar amb els seus cossos, enduguin tractaments hormonals i quirúrgics de conseqüències irreversibles. Però, d'en-

trada, aquesta ideologia, totalment allunyada de la ciència, té com a primer efecte enfortir els prejudicis i els rols de gènere en què es fonamenten les violències.

Està costant déu i ajuda que el Congrés dels Diputats adopti, si més no, algunes disposicions de tall abolicionista de la prostitució. A Catalunya, encara domina el discurs favorable a la seva acceptació com a "treball sexual". Però, com han d'entendre els joves que les noies són les seves iguals si, alhora, se'ls diu que sempre hi haurà una reserva de dones disponibles per als seus desitjos i que poden usar i abusar dels seus cossos? Com poden consolidar-se els avenços feministes si no aconseguim tancar la bretxa legal gràcies a la qual segueix funcionant l'infame negoci dels "ventres de lloguer", tot i estar prohibida aquesta pràctica? El missatge que, al capdavant, podem ser mercaderies conforta els prejudicis ancestrals que, una vegada i una altra, tornen a reviscolar. La lluita contra les violències necessita eines específiques i pressupostos per tirar endavant. Requereix, més que mai, recuperar la coeducació a les nostres escoles. Però necessita també que *el conjunt de l'agenda feminista* sigui presa en compte. Perquè és tot un model de societat el que està en joc..





Donem veu a les supervivents

Acte celebrat el 12 de novembre a l'AVVEE

Text de benvinguda a les convidades:

Bon dia a totes i a tots.

Seguirem en castellà... y bienvenidas a nuestras invitadas.

Nuestro logo data de 1974. Son casi 50 años defendiendo los derechos democráticos y, muy especialmente, los derechos de las mujeres. Derechos que no podrían existir sin los de la ciudadanía en su conjunto..

Y debemos permanecer vigilantes para que nuestras frágiles conquistas no nos sean arrebatadas.

Seguimos luchando para ser iguales en una sociedad justa, emancipadas de las tutelas patriarcales.

Hemos luchado para tener espacios seguros.

Hoy vemos agravarse las desigualdades. Nuestras esperanzas peligran en un mundo que titubea.

Las mujeres, por las condiciones en que vivimos, estamos llamadas a aportar sed de justicia, solidaridad... Y, muchas veces, sentido común..

Cada 25N recordamos la lucha contra las violencias machistas.

Habrà numerosas actividades en todos los distritos de la ciudad.

Pero, desde nuestra Asociación vecinal, decimos que no acabaremos contra esas violencias si aceptamos que los cuerpos de millares de mujeres y niñas sean mercantilizados, despreciados, aniquilados, violados, mutilados. Much



has veces decimos que somos las brujas que no lograron quemar. Nos situamos en la continuidad de las luchas ancestrales de las mujeres por una vida digna y libre, por la PAZ DE LAS MUJERES... Como se llama la ley sueca abolicionista...

L'Associació Veïnal de Sant Antoni ha guanyat el premi 25N 2022 amb el projecte Totes som Punts Liles

El projecte "Totes som Punt Liles" ha guanyat el premi 25N 2022 amb una proposta per crear un circuit de barri contra les violències masclistes. La iniciativa treballa la prevenció i la detecció des de la confiança i la proximitat i reforça els teixits veïnals i comercials a favor dels drets de les dones.



Definicions

- **Home transfemení:** qui, nascut home, s'identifica amb la construcció de gènere femenina, especialment pel que fa a hipersexualització i submissió respecte dels homes.
- **Dona transmasculina:** qui, nascuda dona, repudia la construcció de gènere femenina, especialment la referida a hipersexualització i submissió respecte dels homes.

Els homes es poden sentir dones, però això no els converteix en dones. Les dones es poden sentir homes però no ho són.

La presó de les persones trans és el gènere. Substituir els estereotips vinculats a un sexe pels de l'altre no altera el sistema patriarcal. Només canvia la cel·la de la presó que ocupen.

Abolir el gènere és allò que ens farà lliures, a dones i homes.

La revolució serà feminista o no serà.

EL 22 D'OCTUBRE, MANIFESTACIÓ A BARCELONA PER L'ABOLICIÓ DE LA PROSTITUCIÓ I PELS DRETS DE LES DONES

Mig miler de persones han participat en la manifestació de Barcelona en defensa dels drets de les dones i per l'abolició de la prostitució. Durant la concentració a la plaça de la Universitat han denunciat les lleis i les polítiques que, diuen, "s'estan fent en contra de les dones". Amb el lema "La força de les dones és el futur de totes", 175 col·lectius han demanat també l'eliminació de la llei trans i la prohibició dels ventres de lloguer.



CARME TORÀN LLEGINT EL MANIFEST INSTITUCIONAL DEL CONSELL DE DONES DE L'EIXAMPLE



CONCENTRACIÓ A LA PLAÇA SANT JAUME, 26 DE NOVEMBRE

El 25N Dia Internacional contra les violències masclistes. I, l'endemà, continuem el combat. Recordem que el 26N del 2010 vam fer un acte a la Jonquera dient que, mentre existeixi la prostitució, no acabarem amb totes les formes de violència i mercantilització del cos de les dones.



Preservar els nostres espais democràtics

La nostra Associació va ser la primera a tenir una vocalia que defensava la llibertat sexual.

Tot un orgull. Era un temps en què el moviment veïnal aixoplugava d'altres moviments reivindicatius que, ja sota la democràcia, desenvoluparien plenament els seus propis espais de trobada i les seves agendes. Així, doncs, aquella vocalia va desaparèixer en sorgir una gran quantitat d'associacions, tant al barri com a la ciutat.

Es van anar aconseguint molts drets democràtics i civils. Una incontestable conquesta –i tot un reconeixement institucional– van ser el Consell Municipal de Dones i el Consell LGTBI.

Les feministes van ser protagonistes d'aquests avenços, fent sempre costat a aquests col·lectius.

Ara, però, constatem que hem entrat en una època on aquests espais, durament conquerits, entren en conflictes no desitjats en estendre's ideologies que s'estan revelant perilloses per als drets de les dones i la seva lluita per la igualtat. Les dones, cal recordar-ho, no som un "col·lectiu": som més del 50% de la població. I, pel fet de ser dones, patim una situació estructural d'injustícia, discriminació i subordinació als homes, reblada per nombroses formes de violència i d'explotació dels



Pintades ofensives, un atac contra la Vocalia de dones de l'AVVEE

nostres cossos. Per això segueix sent vital per a nosaltres mantenir els espais propis i segurs on ens organitzem, tenim cura de nosaltres, aprenem, ens fem fortes i dissenyem plegades el full de ruta de la nostra emancipació. Emancipació que es confon amb l'horitzó d'una societat justa i igualitària.

Vocalia de dones de l'AVVEE



Cinc novetats en el procés de transformació urbanística del barri

Com comentem sovint, realment sembla que últimament “bufen vents de canvi” a l'Esquerra de l'Eixample. Mai abans havíem tingut tants projectes en marxa. I a cada nova edició d'aquesta revista de l'Associació, des de la Volcàlia d'Urbanisme ho aprofitem per compartir les novetats principals del trimestre. En aquesta ocasió ens centrarem en cinc de recents i prou significatives.

A) Aprovació definitiva de la remodelació del recinte de La Model

L'Ajuntament va inaugurar el passat dimarts 29 de novembre, dins i fora de les parets de l'antiga presó Model, una important exposició que per fi informa el veïnat del que s'ha aprovat fer-hi en aquestes dues illes de l'Eixample, definitivament recuperades per al barri i la ciutat. Portàvem temps reclamant-ho, perquè després d'haver fet un procés participatiu força ampli, convocat un concurs d'arquitectes, encarregat un avantprojecte d'ordenació de tot el recinte, i iniciada la tramitació de les reformes urbanístiques necessàries, molta gent no hi veia obres i es pensava que tot estava aturat. Ara, per fi,



Exposició de la futura remodelació de La Model

tothom pot consultar –a l'interior del pati d'Entença– tot el que es posa en marxa. Cal destacar el gran parc previst, el memorial històric, els set equipaments i els habitatges de lloguer social, tot de titularitat pública. És tan ambiciós, que potser seran deu anys de transformació, per fases, però per a l'Esquerra de l'Eixample és un procés molt important. Acosteu-vos-hi a conèixer-ho, no us ho perdeu!

B) Canvis en la circulació pels nous eixos verds

Des del divendres 18 de novembre s'aplica ja, als carrers on s'estan fent les obres per obrir els nous eixos verds, l'obligatorietat de sortir amb el vehicle propi a la següent cruïlla després de la que s'ha entrat. És la norma prevista perquè en aquests carrers hi passin només els vehicles imprescindibles i aconseguir que siguin realment de prioritat per al vianant. Obliga a pensar bé per on ens podem acostar millor al punt de destinació, però això farà compatible un carrer amb el trànsit pacificat, i alhora, que tothom hi pugui accedir amb el seu vehicle si realment ho necessita.

C) En marxa els projectes dels pressupostos participatius

En altres números de la revista ja hem anat informant del procés complex que hem seguit en aquesta primera experiència de pressupostos participatius, molt condicionada per la pandèmia i, a vegades, també per la incomprensió d'alguns actors municipals. Finalment, però, s'han aprovat els diversos projectes sobre aspectes puntuals de millora del barri, decidits en votació directa per la ciutadania, cosa que representa un enriquitment important d'una democràcia municipal que alguns voldrien reduir a votar cada quatre anys. Ara continuen els tràmits legals



Canvis en la circulació pels nous eixos verds



de licitació i els anirem veient executar durant els primers mesos del 2023.

Què notarem? Que alguns carrers amb quatre carrils de circulació (Aribau, Muntaner i Entença), en dedicaran un a serveis (baixar a la calçada les motos i bicis ara aparcades a la vorera, contenidors, alguna terrassa...); que a Rosselló –entre La Model i l'Escola Industrial– serà més agradable el passeig a peu, ja que s'amplia alguna vorera i es deixa un sol carril de cotxes, però més ampli, i un de bicicletes; veurem algun "ecoxamfrà" al carrer d'Aragó, per facilitar el passeig i algun punt d'estada; que la plaça Letamendi serà més verda i jugable; i es milloraran els entorns de les escoles Els Llorers i L'Arbret. Esperem que durant el proper mandat, governi qui governi, es pugui repetir i ampliar aquesta experiència de pressupostos participatius.

D) Obrir al barri el recinte de l'Escola Industrial

En l'últim Consell de Barri (dimarts 8 de novembre), es va informar una mica del projecte La Industrial + que la Diputació de Barcelona té previst per posar al dia tot el recinte de l'Escola Industrial. Unes setmanes abans se'ns havia convidat, juntament amb altres entitats del barri, a una visita-explicació del projecte, per part del seu vicepresident primer, Jaume Collboni. Va dir que tenien aprovats uns cent milions d'euros per fer-ho, en cinc o sis anys. La idea és promoure en aquell recinte un centre d'innovació i investigació en gestió dels serveis públics, tot recupe-



Escola industrial

rant l'espectacular patrimoni històric i arquitectònic que inclou, que es vol obrir molt més a la ciutadania. Cal destacar també el compromís que va expressar de treure en uns mesos els cotxes que ara ocupen molt de l'espai interior, per facilitar-ne l'obertura al barri, amb més zones verdes i trajectes amplis que permetran passar de forma agradable d'Urgell a Viladomat i de Borrell a París. Fins i tot va parlar d'oferir un edifici del recinte per ubicar-hi un equipament de barri (ens ho apuntem!).

E) Recuperar l'edifici de la Unió Cooperativista Barcelonesa

El diumenge 27 de novembre es va fer un acte públic davant l'edifici d'Urgell 176 (on hi havia hagut una parròquia, però que ara gestiona el Clínic), per recuperar la memòria de la que –segurament– va ser la principal cooperativa obrera de la ciutat: la Unió Cooperativista Barcelonesa,



Acte de descoberta del faristol en memòria de l'antiga seu de la Unió Cooperativista Barcelonesa

que va construir l'edifici i el va tenir com a seu, fins que es va veure obligada a vendre'l. El regidor del Districte, Pau González, i la presidenta del Consell Municipal de Districte, Eva Baró, van inaugurar un faristol commemoratiu que quedarà per donar-ne testimoni. I la Mercè Tatjé i el Marc



Interior de l'edifici de la Unió Cooperativista Barcelonesa

Dalmau en van aportar els referents històrics. Però la qüestió principal és què se'n fa ara d'aquest edifici. En la mesura que el Clínic ja té una altra perspectiva per a la seva ampliació, des de l'Associació valorem molt positivament la iniciativa d'un grup d'entitats i col·lectius diversos del barri que el voldrien recuperar com a ateneu popular.



COL·LEGI URGELL

INFANTIL · PRIMÀRIA · SECUNDÀRIA · ESCOLA DE MÚSICA

Creix amb nosaltres

Més que ensenyament oferim
una educació integral amb valors
i principis bíblics.



C/ Comte d'Urgell, 133 · 08036 Barcelona
Tel. 93 453 02 99 · www.escolaurgell.com
urgell@escolaurgell.com



dansa i música

Elisenda Tarragó

www.elisendatarrago.com - elisendatarrago@telefonica.net

Escola de dansa i música Elisenda Tarragó

DANSA: Clàssic; claqué; funky hip hop; contemporani; modern jazz; oriental; ball social; salsa.

Seguim el programa i els exàmens de la *Royal Academy of Dance* en ballet i de la *Imperial Society of Teachers of Dancing* en claqué i modern jazz

PILATES

MÚSICA: Llenguatge musical i solfeig; acústica; harmonia i formes musicals.

Classes individuals de piano, guitarra i cant.

Seguim el programa i els exàmens de l'*Associated Board of the Royal Schools of Music*

Avd. de Roma 159 1r pis

Tel. 934 546 676

Muntaner, 83 B

Tel. 934 541 451

08011 Barcelona



SERVASSIS

Girona, 100 08009 Barcelona Tel. 935 197 000

T'AJUDEM A LA LLAR

ASSISTÈNCIA A PERSONES DEPENDENTS

Acompanyament personal a la llar i centres hospitalaris

Ajuda en la higiene personal

SERVEI DOMÈSTIC

Preparació i administració de menjars

**Manteniment i neteja periòdica o puntual de la llar
cuina, banys i vidrieres**

Selecció de personal fix o interí

“Llarga vida amb el teu metge de família”

Mirada i experiència d'una metgessa de família

Us imagineu que es trobés un fàrmac que retardés la mort uns quants anys, reduís les hospitalitzacions i la demanda d'urgències tot mantenint una bona qualitat de vida? Les portades dels diaris n'anirien plenes durant setmanes i els governs es barallarien per aconseguir-lo a qualsevol preu.

No és un fàrmac, però aquest producte ja existeix, i s'han publicat estudis ben fets en revistes importants que ho demostren.* Ho han estudiat fa poquet a Noruega i es diu “tenir la mateixa metgessa de capçalera durant molts anys” o “una bona atenció primària”.

Les dades

Els noruecs van estudiar tota la població, són cinc milions, i ho van mirar tot: estudis, feina, edat, sexe, immigració, anys que feia que havien arribat, dies d'hospitalització, malalties, anades a urgències, visites al CAP... Absolutament tot.

A Noruega tenen un sistema sanitari semblant al nostre. Les pacients han de ser ateses pel metge de família, que decideix si les pot tractar o les ha d'enviar a l'especialista o a l'hospital. Els pacients també poden anar directament a urgències. El metge de família té tota la informació dels ingressos i les proves de la pacient.

Doncs resulta, oh sorpresa!, que les pacients que tenien la mateixa metgessa de família durant quinze anys vivien més i havien d'anar menys a l'hospital que les que havien de canviar sovint de metge. I això es correlacionava amb els anys de seguiment; és a dir, era millor estar deu anys amb la mateixa metge que només cinc.

Els resultats d'una bona continuïtat assistencial

D'això se'n diu “continuïtat de l'assistència” i és un concepte difícil de precisar, però els noruecs ho descriuen així:

1) Informacional. Vol dir que el metge té un bon accés a tota la informació rellevant del pacient.

2) Longitudinal. El seguiment va més enllà d'uns quants episodis de malalties.



3) Interpersonal. Significa que hi pugui haver una relació de confiança entre el pacient i la metge.

En principi, el nostre sistema de salut, amb l'atenció primària, garanteix aquests tres pilars, però se'ns trenca sobretot en els punts dos i tres. Tenir contractes laborals curts impedeix que la metgessa conegui a fons els seus malalts i el seu entorn i pugui intuir aviat què els passa. Fan falta ben bé dos anys per “fer teu el cupo de pacients”. I si a més a més els metges han de veure llistes inacabables de pacients cada dia, no poden establir aquesta relació de confiança que fa que el pacient es relaxi quan està amb el seu metge.

Destacat: Al llarg dels anys els metges ens fem especialistes dels nostres malalts.

Importància de la relació metge-pacient

No deixem escapar aquesta base que tenim. Ser una bona metgessa i poder donar una bona atenció no vol dir demanar moltes proves. Vol dir tenir temps per entendre el context del pacient, per veure ràpidament si hi ha quelcom que no funciona, per saber que ens vol dir alguna cosa més i no gosa. Vol dir escoltar i observar, potser esperar uns dies a veure com evoluciona aquell mal de cap o malestar, i que la pacient se'n refii.

Donem llarga vida a l'atenció primària per anar menys al metge!

Conxita Leal Tort

*Metgessa de família
CAP Les Hortes*

Paraules Clau: Metge/essa, atenció primària, prevenció, família

Enllaç a l'estudi:

*Continuity in general practice as predictor of mortality, acute hospitalisation, and use of out-of-hours care: a registry-based observational study in Norway . Høgne Sandvik, Øystein Hetlevik, Jesper Blinkenberg and Steinar Hunskaar. British Journal of General Practice 2022; 72 (715): e84-e90. DOI: <https://doi.org/10.3399/BJGP.2021.0340>



Antibiòtics

Els antibiòtics són fàrmacs que s'utilitzen per a tractar les infeccions causades per bacteries. S'utilitzen tant als éssers humans com als animals.

Els antibiòtics actuen eliminant les bacteries, dificultant el seu creixement o la seva multiplicació.

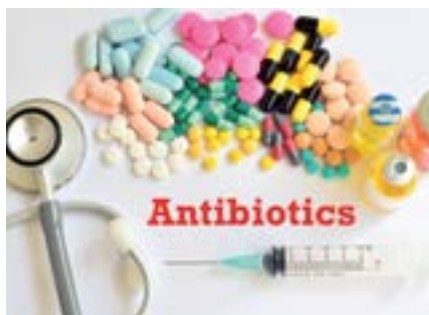
Aquests medicaments han permès curar nombroses infeccions i poden salvar vides, evitant la disseminació de les bacteries i la resposta del cos, que pot condicionar situacions de gravetat. Però és fonamental tenir present que cal fer-ne un ús adequat i responsable. Com qualsevol medicament, els antibiòtics poden tenir efectes secundaris. Els més habituals acostumen a ser lleus, incloent erupcions a la pell, problemes digestius (nàusees o diarrees) i infeccions causades per fongs. Quan l'antibiòtic està correctament indicat, el benefici d'iniciar el tractament acostuma a superar els riscos.

D'altra banda, el seu mal ús pot comportar l'aparició de resistències bacterianes, és a dir, poden perdre la seva efectivitat contra les bacteries. Això comporta que les bacteries no s'eliminen, i es continuen multiplicant. Prevenir les resistències als antibiòtics és un dels principals reptes de la salut pública al nostre temps.

Des de les institucions es porten a terme programes per optimitzar el seu maneig, però a més d'això, els ciutadans tenim un paper fonamental en el bon ús dels antibiòtics.

A continuació compartim alguns consells per al seu consum:

No és necessari prendre antibiòtics per a totes les infeccions. Moltes de les infeccions són causades per virus, com els refredats, les gastroenteritis, la grip o la COVID. En aquests casos els antibiòtics no són efectius.



Altres infeccions en canvi, són habitualment causades per bacteries, com les infeccions d'orina, i sí requiriran d'antibiòtics per al seu tractament.

Alguns quadres com les infeccions de coll (angines), poden estar causades tant per virus com per

bacteries, pel que cal una avaluació més exhaustiva per part d'un professional de la salut per indicar el tractament.

No comprar antibiòtics sense recepta ni iniciar-los sense la supervisió d'un professional. No només és important corroborar que els símptomes siguin compatibles amb una infecció bacteriana i que estigui indicat iniciar-los, també cal valorar la dosi, la durada i si s'han realitzat altres tractaments prèviament.

En determinades situacions, com les malalties de llarga evolució o infeccions recurrents, el pacient i el professional poden establir acords que contemplin supòsits en els que iniciar l'antibiòtic.

Seguir la pauta indicada pel professional. L'incompliment de les indicacions d'hores de presa o durada del tractament poden afavorir l'aparició de resistències.

No guardar antibiòtics per fer-los servir més endavant.

No compartir antibiòtics amb altres persones.

Metgessa Carme Pitarch

Comissió Salut Comunitària

Cap Comte Borrell



El terrorisme és una xacra, però el pitjor de tots és el terrorisme d'estat

Quan sentim la paraula *terrorisme* se'ns sol posar els pèls de punta, i venen al nostre cap les imatges que ens ofereix la televisió d'individus fanàtics que posen bombes, atropellen, disparen a discreció o apunyalen innocents. També hi ha la tendència a pensar en persones que practiquen una certa religió o que vesteixen d'una forma determinada i estereotipada relacionant-ho amb el terrorisme islàmic.

Aquestes són les associacions d'idees que el poder constituït vol que tinguem, però en realitat el terrorisme no té religió ni fronteres i es pot expressar de moltes formes. Per exemple molts consideren que l'atac de l'exèrcit rus de Putin contra Ucraïna i la invasió del seu territori és una forma de terrorisme que practica un país molt superior en forces, per doblegar la voluntat d'un altre país més dèbil.

El gran diccionari de la llengua catalana defineix el terrorisme com «l'utilització de la violència, d'una manera sistemàtica i sovint indiscriminada, en la lluita social i política.»

A vegades el terrorisme ha estat utilitzat a causa de la desesperació de grups o persones que són atacades amb violència per forces tan poderoses que no es poden enfrontar en una lluita d'iguals. Recordo el mític film del 1966 dirigit per Gillo Pontecorvo «*La batalla de Argel*» que relatava la lluita desigual entre les forces paracaigudistes franceses i la guerrilla algerina del FLN, que pretenia aconseguir la independència d'aquella colònia francesa. Quan el dirigent algerí Saadi Kader és apressat i l'oficial francès li retreu que col·loquessin una bomba en una discoteca, aquest li respon que el que passa és que a diferència dels francesos, ells no disposaven d'avions per bombardejar la població civil.

No fa tants anys que l'estat espanyol, i de retruc Catalunya, va patir els efectes del terrorisme d'ETA amb el resultat de moltes víctimes innocents, però que és el que va fer l'estat per lluitar contra aquesta organització armada?

Doncs més enllà de la lluita legal i legítima de les forces de seguretat i la justícia contra ETA, membres del govern espanyol van optar per emular la forma de comportar-se d'aquest grup terrorista. Per això van crear, finançar i dirigir grups armats que buscaven eliminar membres d'aquesta organització i de passada terroritzar a la població basca que podia simpatitzar amb ella.

Aquesta guerra bruta és coneguda com a **Terrorisme d'estat**, que es defineix com l'exercici il·legítim per part de l'estat de la violència organitzada contra una part de la població. Es diu que la noció de terrorisme té el seu origen en la Revolució Francesa en la que una maquinària política, amb el suport del poder judicial, organitzà execucions massives dels opositors. Segur que molt abans, aquestes pràctiques ja eren utilitzades, en el segle XX règims criminals com el nazisme i l'estalinisme en van fer la base de la seva política repressiva.

L'*operació Còndor*, portada a terme els anys 70 en països d'Amèrica Llatina (Xile, Uruguai, Brasil, Argentina) per les brutals dictadures que els van governar, amb el suport i

assessorament dels Estats Units d'Amèrica, n'és un bon exemple. En aquests països, serveis secrets militars i policials junt amb grups armats paramilitars, van reprimir, segrestar, torturar, assassinar i fer desaparèixer a milers de ciutadans indefensos, amb l'excusa de lluitar contra l'esquerra radical i el comunisme.

En països que es diuen democràtics mai hauria de ser possible l'existència del terrorisme d'estat, malgrat que aquest concepte pot ser esbiaixat. L'estat té la capacitat i el poder de legislar i imposar els criteris que defineixen el que és legal i el que no ho és.

Durant el període històric conegut com *la transició*, que



han volgut fer-nos creure que va ser «modèlic», van existir diversos grups armats d'extrema dreta que feien actes de violència selectiva incloent-hi segrestos, pallisses i tortures, col·locació d'explosius i també assassinats. Molts d'aquests grups estaven vinculats a la policia i el *Ministerio del Interior (MI)*. Encara pitjor, ja que en alguns casos el mateix MI era qui els dirigia, donava cobertura, finançava i orientava sobre els objectius que eren sobretot militants d'esquerra, periodistes, independentistes i arbertzales.

Entre els grups parapolicials destaca l'autoanomenat **Grupos Antiterroristas de Liberación o GAL** que van aparèixer durant el primer govern socialista de Felipe González per combatre ETA.

Els GAL en 1983 van cometre el primer atemptat amb el segrest i assassinat de Joxi Zabala i Joxean Lasa, seguit del segrest i detenció d'un ciutadà francès, Segundo Marey. En aquest cas van cometre un greu error d'identificació, ja que el van confondre amb un dirigent etarra. Malgrat conèixer de seguida l'equivocació el van mantenir detingut i maltractat durant 9 dies, abans d'alliberar-lo i, com ha reconegut Barriónuevo, ho van fer perquè era ciutadà francès.

Amb els anys es va demostrar que un subcomisari, José Amedo va ser l'organitzador de l'acció dels GAL, però ell rebia ordres superiors del comissari Miguel Planchuelo i aquests rebien directrius del governador civil de Biscaia Julian Sancristobal i de Ricardo García Damborenea, que era



secretari general del partit socialista a Euskadi, però resulta que aquests dos polítics socialistes, al seu torn rebien ordres del *Ministerio del Interior* del govern espanyol i sempre ha quedat el dubte si el «tinglado» encara arribava a càrrecs més alts incloent-hi el president del *gobierno de España*.

L'any 1987 tot va començar a destapar-se quan a Lisboa, es produí l'arrest de mercenaris portuguesos que van declarar les seves vinculacions amb els GAL del subcomissari Amedo. Un petit grup de valents periodistes van desenvolupar una recerca que va oferir informació pública sobre la xarxa criminal del terrorisme d'estat i es van iniciar uns llargs procediments judicials.

El jutge Baltasar Garzón va poder demostrar que els diners amb els quals havien pagat els mercenaris procedien dels fons reservats del *Ministerio del Interior*. Estirant el fil, es va jutjar i condemnar al ministre de l'interior José Barrionuevo, el Secretaris d'estat Rafael Vera, els directors generals de la Policia i de la Guàrdia Civil, i governadors civils, que van entrar a la presó.

Sobta molt que enfront d'uns fets criminals tan deplorables, representants del PSOE com José Borrell, Joaquín Almunia, Pepe Bono i d'altres els hi fessin costat en el moment de l'ingrés a la presó i el mateix president Felipe González elogiés els seus serveis a l'estat. És clar que de tots els anys de condemna només en van complir 3 mesos, al ser indultats pel govern del PP presidit per José María Aznar. L'indult en aquest cas ens estava dient que per la guerra bruta i el terrorisme d'estat hi ha impunitat.

Torna a parlar el ministre dels GAL

Ha causat vergonya aliena escoltar l'entrevista que el diari *El País* del 6 de novembre ha fet a l'exministre en la que, sense embuts, accepta ser qui manava sobre els GAL i amb una fatxenderia inexplicable assegura que ell va ser, qui malgrat plantejar-se la «desaparició» del segrestat, va optar per alliberar-lo; «Yo ordené liberar a Segundo Marey», afirma amb orgull, tot i considerar que si bé no era etarra «*pertenecía a aquel ambientillo*».

I aquestes terribles declaracions, que avui no tenen repercussió judicial, no han ocasionat més que alguns articles



periodístics i poques declaracions de grups opositors al govern actual. Per contra, en l'àmbit polític no s'ha produït el trasbals que s'hauria pogut esperar. És com si els anys passats des de la desaparició dels GAL el 1987, en lloc d'incrementar el repudi i la condemna contra la guerra bruta, la blanquegessin o justifiquessin. Com a curiositat, Berja, és una ciutat d'Almeria de més de 12.000 habitants, governada pel PP; en aquest lloc va néixer el Sr. Barrionuevo, i l'han homenatjat posant el seu nom a una avinguda, una manera original de repudiari un dels responsables de la guerra bruta.

Lluitar contra el terrorisme amb les mateixes armes no és una opció pròpia d'un país democràtic i no es pot justificar cap crim d'estat, incloent-hi el recent espionatge amb el programa *Pegasus* a polítics, independentistes catalans, periodistes i advocats.

Actualment les lamentables accions dels GAL i les declaracions de l'exministre han estat rebutjades per membres del govern del PSOE, almenys en seu parlamentària, però és com diu Vïctoria Maider García Martín, filla del darrer ajusticiat pels GAL Juan C. García Goena, que «*Els GAL taquen la imatge de Felipe González i per descomptat la del PSOE*», «*El PSOE d'avui no és el dels GAL, però té una assignatura pendent: reconèixer com a partit la responsabilitat en terrorisme d'estat, si ho fessin els honoraria*»

Josep Maria Torres Rodríguez

Vocalia de Debat i Participació

La Territorial de l'ANC
de l'Esquerra de l'Eixample
us desitja **bones festes**
amb l'esperança d'un **2023**
que ens faci més lliures





👉 Inici de la Festa Major.
Lectura del pregó a càrrec
de Brigitta Lamoure

👉 Concert de Socarrel



👉 Actuació dels Esquedats amb
una flamant "castellera"



👉 Tornejos de Futbol de Botons



👉 Cursa infantil adaptada i els
organitzador



👉 Activitats al Mercat de Pagès



👉 Jornada canvis urbanístics al barri



👉 Inauguració de l'exposició fotogràfica



👉 Concert tribut a Elvis Presley



Tradicional bicicletada



Arròs popular i ocasió per celebrar l'aniversari de l'Angelina

Taller d'estampació de samarretes



Actuació de Ballets de Catalunya



Viatge al Txad



Debat: La represa cap a la independència



Taula rodona: Una mirada feminista sobre la salut de les dones



Colla sardanista l'Espíol



Berenar de la Gent Gran



Visita guiada a l'antiga seu de Gustavo Gili



Concert de cant coral a l'antiga presó Model



Correllengua



Actuació de Dansa de l'Escola Elisenda Taragó



Gegants al Parc Joan Miró



Festa infantil amb el Grup Trenca Mandres

Cantada d'havaneres



Swing a la plaça Rosa deulofeu



Sopar de Festa Major



Concert de cloenda amb Ster Wax i David Giorcelli



#JoSocDelCATA



UBC CATALÒNIA

DES DE 1950

Som la **Penya Barcelonista més antiga del barri**
Futbol formatiu per a nens i nenes de 4 a 19 anys



Entitat adherida a
l'Agrupació de Futbol de Clubs i Penyes del FC Barcelona

**TU TAMBÉ POTS SER DEL CATA**

Carrer Viladomat 269

934 280 667

oficina@cataloniaub.com



Les responsabilitats en la guerra d'Ucraïna (i II)

Un cop esbrinades les causes de la guerra d'Ucraïna (article anterior), també cal preguntar-se per què havent-hi unes negociacions prèvies a la invasió russa, entre els Estats Units i Rússia, no hi va haver un acord que l'evités. En aquestes converses Vladímir Putin va posar damunt de la taula de negociació amb els EUA diverses propostes que molt pocs mitjans han difós en la seva integritat, assenyalant-ne tan sols una: que no es podia acceptar la demanda russa que Ucraïna no fos admesa a l'OTAN perquè això representava vulnerar la seva sobirania.

Però a més d'aquesta va haver-n'hi d'altres que el Kremlin va posar sobre la taula de negociació i que representaven, segons Putin, amenaces per a Rússia: que Ucraïna i Geòrgia no fossin admeses a l'OTAN pel fet d'estar situades davant les fronteres russes; el desarmament d'Ucraïna d'armes ofensives que representessin una amenaça per a Rússia; el desmantellament de les bases i instal·lacions militars ucraïneses d'utilització conjunta amb l'OTAN; l'establiment d'un estatut de neutralitat per a Ucraïna similar al que ostentaven Suècia i Àustria; el reconeixement de Crimea com a territori integrat a Rússia; un estatut d'autonomia per als territoris de Donetsk i Lugansk de majoria de població russa; el reconeixement de la llengua russa com a llengua oficial a Ucraïna; retirar les bases militars de l'OTAN de totes les exrepúbliques soviètiques avui integrades a l'OTAN; recuperar el Tractat INF de míssils de mitjà abast nuclear que obligués a retirar tots els míssils de sòl europeu inclosos els russos; que l'OTAN retrocedís a les fronteres establertes el 1992 i que les repúbliques que van formar part del Pacte de Varsòvia abandonessin l'OTAN.

La resposta dels EUA, i probablement dels països europeus dins de l'OTAN, va ser negativa. Però si s'analitzen en profunditat, les demandes eren raonables i algunes fàcils d'assumir, la darrera era la més difícil perquè depenia de la decisió de catorze estats. Però la no acceptació de cap de les demandes del Kremlin fa pensar que no hi havia voluntat d'evitar la guerra. Això, per descomptat, no justifica la invasió militar de Rússia, no solament perquè vulnera el Memoràndum de Budapest de 1994, sinó també els acords de Minsk de 2015, on Rússia s'havia compromès a garantir la integritat territorial d'Ucraïna. Acords de Minsk, que Kíiv també incomplia perquè s'havia pactat que les províncies de Lugansk i Donetsk gaudirien d'un estatut d'autonomia i, en canvi, van continuar sent atacades per intentar recuperar-les.

Ara cal preguntar-se per què aquesta guerra continua sense un horitzó de solució. Totes les guerres acaben amb una negociació, un alto el foc i uns acords de pau. A Ucraïna també s'arribarà a aquest punt, però de moment no sembla possible. Això és degut al fet que el govern de Zelenski ha rebut dels EUA i els seus socis de l'OTAN tota mena de garanties que no l'abandonaran, i que rebrà suport militar, armament i mercaderies suficients per suportar la invasió russa. I que quan la guerra acabi, un cop recuperats tots els territoris ocupats per Rússia, Ucraïna serà reconstruïda amb l'ajut dels EUA.

Unes garanties donades per Joe Biden calculades en 48.000 milions de dòlars i que tenen la pretensió de debilitar Rússia fins a l'extrem de derrotar-la i fer caure Vladímir Putin. Per tant, es pot treure la conclusió que la guerra d'Ucraïna es pot allargar durant molt de temps, potser

anys, i que els estralls que està provocant en refugiats (5.600.000) i en vides humanes (18.000 entre civils i militars per Ucraïna i 20.000 per l'exèrcit rus) aniran en augment. Una guerra on no s'ha de descartar la utilització d'armes nuclears (Putin ho ha advertit a l'OTAN). Una guerra que, per altra banda, en produir-se a l'interior d'Europa, està provocant una greu crisi econòmica i social (energètica, d'aliments, d'inflació) que s'aprofundirà mentre duri; mentre que els EUA, amb una guerra lluny de casa, veurà reforçada la seva economia (indústries d'armament, energia, cereals...), encara que a la llarga també es veurà debilitada per un endeutament més elevat i per destinar recursos a la guerra en lloc de fer-ho a l'economia productiva.

Europa, Rússia i el món necessiten polítics de la talla del desaparegut Mikhaïl Gorbtxov, cap d'estat de la URSS entre 1988 i 1991, l'home que va acabar amb la guerra freda, amb la cursa d'armaments nuclears i que va somiar una Europa reconciliada i en pau. La *casa comuna* que ell reclamava, després traïda pels dirigents dels Estats Units, pels europeus de l'OTAN i pel líder rus Vladímir Putin. Polítics capaços d'aturar la guerra d'Ucraïna, d'evitar, de nou, la divisió en blocs d'Europa i del món, d'aturar la cursa d'armaments convencionals i nuclears, i un futur amb més conflictes que sorgiran dels enfrontaments entre blocs i de l'altra gran amenaça, el canvi climàtic.





C/ Provença 129 baixos
93 411 21 10

SERVEI DOMÈSTIC
 Manteniment i neteja de la llar, periòdica o puntual
 Neteja finals d'obra
 Neteja de vidrieres i persianes

MANTENIMENT COMUNITATS DE PROPIETARIS
 Neteja d'escaleres, vidres, garatges i zones comunes

ASSISTÈNCIA A PERSONES DEPENDENTS
 Acompanyament personal a la llar i centres hospitalaris
 Ajuda en la higiene personal
 Preparació i administració de menjars



Horaris:
 Dies feiners de 7 a 22h.
 Dissabtes de 8 a 20 h.
 Diumenges i festius de 9 a 14h.

Piscina Olímpica Espai Fitness Sala de Ciclisme Sauna	Bany de Vapor Armari d'ús diari Classes dirigides Pilates	Diferents tipus d'abonament mensual Classes d'Aquagym Cursos de Natació
--	--	--

Paris, 114 • 08029 Barcelona • Tel. 93 410 92 61
 e-mail: psj@natacio.cat • web: <http://www.piscinasantjordi.cat>

Un nou concepte d'atenció per a la gent gran

- Habitacions dobles i individuals amb bany complet
- TV, telèfon directe i caixa de cabdals a l'habitació
- Curtes i llargues estances
- Personal amb àmplia experiència
- Espaiosa terrassa, solarium
- Servei d'animació sociocultural
- Biblioteca, sales de jocs, saló TV, vídeo, perruqueria
- Assistència mèdica-sanitària permanent, recuperació post operatòria i funcional
- Places concertades amb la Generalitat
- Centre de dia



**Hotel
Residencia
Ficus**

Mallorca, 163
Tel. 93 453 35 00
info@hrficus.com
www.hrficus.com



Com abans

Sí, sembla que la vida torna a ser com abans, ja era hora! La festa major també torna, la paella no podia faltar, ens vam trobar prop de dues-centes persones a l'aire lliure, va ser un dia de retrobament on no va faltar res. I no ho dic per quedar bé, però va ser un menú realment bo amb pica-pica, paella i pastís. Tot estava per llepar-se els dits. I, sobretot, voluntaris i voluntàries, que acompanyats pel servei de cuina ens van servir com al millor restaurant. Moltes gràcies per la vostra ajuda

Però aquí no acabava la festa, pràcticament començava. Penseu, quina altra cosa no pot faltar a la Festa Major? Sí, moltes, i entre totes, la que organitza la Vocalia de Diversitat Funcional, i què tocava aquest any? Quina una deu haver pensat l'Àngelina? Segur que ens té alguna sorpresa.

Un concert de rock? Sí! Ens va acompanyar un magnífic grup, Al Sánchez, que es dedica especialment a fer



concerts tribut a Elvis Presley! Per cert, moltes gràcies per haver-nos fet passar una tarda tan bona, i a l'Àngelina que els ha trobat. Quatre músics que no van tenir ni un moment de descans.

Entre plat i plat ja els sentíem que anaven assajant, i allò ja es veia que aniria bé ... va anar més que bé! El públic estava animat pensant que duraria una horeta, després de dinar, un dia tranquil. Doncs no, van ser dues hores, potser més, sentint cançons sense parar. Els músics no van descansar ni un moment, tocant, ballant,

saltant, dedicant cançons ...la millor música que pugueu imaginar. També el públic va acabar ballant!

Tot s'acaba i el concert també (esperem que tornin alguna altra vegada) però la festa va continuar, només era el segon dia.

I la Vocalia també seguirà fent coses, ja us n'anirem informant. Gràcies a tothom per haver vingut, i fins a la propera!

Irene Beltrán

Vocalia de Diversitat Funcional

HABITATGE

La Casa Orsola no està sola

El passat 5 novembre a la tarda i amb una important solidaritat de veïns, entitats del barri i persones del món artístic i cultural català, els llogaters de Casa Orsola van deixar clar



que no volen que el fons voltor Lioness Inversiones, propietat d'Albert Ollé, els tregui dels pisos on viuen des de fa molts anys i pels quals han pagat sempre el lloguer. Tot per fer-ho servir per a lloguers temporals, presumptament més rendibles.

A l'acte va participar-hi en Xavier Riu, vocal d'Urbanisme de l'AVVEE, i en la seva intervenció va comentar que **"quan algú viu en un pis, no només està en un pis, està també en un edifici, que està en un barri. No esteu sols. La lluita contra un fons voltor no només és vostra, és de tots perquè demà podem ser tots nosaltres. Amb actes com aquest, es demostra que juntes podem"**.

APRENDRE. COMPARTIR.

ACTIVITATS FORMATIVES

Inscripcions
obertes

Centre Cívic Urgell

Consulteu tota l'oferta formativa a:

courgell.cat
O. Corbete d'Urgell, 145
T. 93 463 64 80
info@courgell.cat
@courgell

Districte de
l'Eixample

Ajuntament de
Barcelona



CALBET
● Your Life's Devices Store

Bones Festes !!!

Atenció telefònica / 93 6472213
www.calbet.cat

Urgell,168



TOMÁS M. BAEZA JAÉN

Membre de l'Associació Catalana de Dret Col·laboratiu
Membre de la Societat Catalana d'Advocats de Família

A Acord Legal ens preocupen les persones i per això ens dediquem a assessorar-les en les seves decisions més transcendents i personals relacionades amb:

- Família: convenis de parella, acords amb fills, solucions per a les persones grans.
- Successions: confecció de testament, repartiment d'herències.
- Estrangeria: residència, treball, adquisició de nacionalitat.

Acompanyem respectant la voluntat dels nostres clients des d'una perspectiva preventiva. Quan es plantegi un conflicte avaluarem la possibilitat de resoldre'l mitjançant el procediment més adequat per aconseguir una solució satisfactòria, ràpida i econòmica adaptada al seu cas particular, deixant el procediment judicial com a últim recurs.

www.acordlegal.cat • Telèfon 691342173 • París, 45-47, entresòl, 3a - Barcelona 08029



Envellir dignament

El dia 3 d'octubre, dins del marc de la Festa Major del barri, des de les vocalies de Gent Gran, Diversitat Funcional i Salut vàrem organitzar una xerrada amb el títol "Envellir dignament".

L'Eixample és un dels districtes més envellits de Barcelona. Per tant, té tot el sentit que des l'AVVEE anem fent trobades per reflexionar i parlar d'aquest tema: com volem viure, què podem fer nosaltres personalment o com a grups, i que cal demanar a les institucions.

Per aquesta ocasió vàrem triar l'habitatge, i vàrem parlar de diferents models i de llocs on viure com a persones grans (si bé molt d'aquests aspectes els podem fer extensius a les persones amb discapacitats). Les modalitats d'habitatge van ser:

1. Habitatges amb cessió d'ús. Josep M. Gordillo, de la cooperativa Can 70, ens va explicar què són els projectes de cohabitatge d'iniciativa cooperativa. Un grup de persones que volen viure la seva vellesa de manera activa, compartida i amb suport mutu es van posar d'acord per iniciar un projecte d'habitatges, amb una zona d'ús privat i d'altres de comunitàries i amb serveis compartits. L'Ajuntament els ha facilitat un solar, en cessió d'ús renovable, per edificar; això facilita que sigui un recurs del qual també puguin beneficiar-se, en alguns moments, altres veïns, ampliant el fet de fer comunitat al barri, compartint espais i algunes activitats. Durant el debat es va valorar positivament aquest projecte i hi va haver algunes persones interessades a rebre informació.

2. Habitatges amb serveis d'iniciativa municipal. Vàrem comptar amb la Vanessa Valiño, cap de gabinet de la Regidoria d'Habitatge de l'Ajuntament de Barcelona. Ens va informar de les promocions d'habitatges amb serveis que l'Ajuntament ja fa uns anys que ha començat a construir i a adjudicar. Disposen de serveis de consergeria, tele-assistència, suport a la neteja i suport personal. Estan adreçats a persones de 65 anys o més, que no tenen habi-

tatge en propietat, amb ingressos no superiors a 25.000 euros a l'any, i que fan les activitats del dia a dia per si mateixes. Actualment ja hi ha 1.400 pisos, el 70 % dels quals estan ocupats per dones. Properament se n'adjudicaran per sorteig 300 més. És la ciutat d'Espanya amb un nombre més elevat d'habitatges d'aquest tipus. Es poden sol·licitar mitjançant el Registre de sol·licitants de l'Oficina d'Habitatge de l'Ajuntament.

3. Les residències que volem. D'aquest tema ens en va parlar la M. José Carcelén, presidenta de la Coordinadora de Familiars de Residències 5+1, associació que des l'any 2016 treballa per la millora de les condicions de les persones que viuen en residències. Ens va explicar la situació que es dona des de fa anys, i que progressivament es fa més complexa, ja que el nivell de dependència dels residents és cada cop més alt: manca de personal en la cura diària, d'infermeria, no atenció pels CAP, alimentació inadequada, pèrdua de drets, i molt més... Malgrat les reivindicacions fetes en els darrers anys, a Catalunya no s'ha dut a terme cap millora, ans al contrari, s'han fet reduccions de ràtios.

Les demandes que fan són: un auxiliar de geriatría per a cada quatre residents, augment de les hores de personal especialista, atenció sanitària per part dels CAP, inspeccions reals i efectives, residències no massificades –en grups de convivència màxim de deu persones i disposar d'habitacions individuals–, i aplicar protocols de prevenció i detecció de maltractament. Aquest és un sector privatitzat en el 90% a la nostra comunitat, per això cal ampliar les places públiques, des d'on generalitzar la participació d'usuaris i familiars. En el debat es veu la necessitat de la implicació individual i comunitària per a la reivindicació d'aquests drets.

A l'acte hi varen assistir més de quaranta persones i va estar ben valorat. La intenció de les vocalies és donar continuïtat a aquest tipus de xerrades.

La soledat no volguda

Fa un parell de mesos vaig conèixer una senyora de 81 anys de Barcelona. El fet és que enyorava molt el seu marit, mort feia tres anys i, sentint-se sola sense cap remei, no podia suportar viure el dia a dia sense ell. Una nit en què no podia dormir, presa del seu insomni diari, va mirar el telèfon mòbil i, amb la desesperació que dona una soledat no volguda, el va trucar.

La soledat ha estat descrita des de l'inici dels temps. L'ésser humà és un animal social per naturalesa, però això no fa que hagi de desitjar necessàriament adscriure's a les seves normes socials. Per això, la soledat pot aportar la llibertat i les condicions oportunes per buscar un camí propi a la vida. Aquesta és l'anomenada soledat volguda, la soledat que cadascú pot triar com una forma de viure; però la solitud pot donar-se també quan la xarxa de relacions socials d'una persona són deficientes d'alguna forma, quan les relacions

amb altres persones són poques o menys satisfactòries del que es voldria. Aquesta és la soledat no volguda, la que ningú voldria patir. Vuit de cada deu persones ateses per la Creu Roja pateixen aquest tipus de soledat i, d'aquestes, el 22 % admeten tenir soledat greu o molt greu. Aquestes són les dades que recentment s'han publicat al primer *Informe sobre soledat no volguda* d'aquesta institució.

Moltes són les persones que experimenten aquest sentiment en algun moment de la seva vida, però la situació s'agreuja en dos dels col·lectius de més risc. És un dels més grans problemes psicològics que pateixen els nostres grans, que els afecten de més a prop, i que s'ha revelat també en un grup al qual no es donava importància fins ara en aquestes circumstàncies. L'informe de la Creu Roja alerta que els joves, concretament en la franja d'edat dels 18 als 29 anys, són el col·lectiu amb els indi-



cadors més alts de soledat no volguda: només un 20 % considera que no està sol. La situació també ha empitjorat per a aquest grup amb les conseqüències de la pandèmia i el confinament.

L'anomenada solitud no desitjada es vincula també de forma directa amb problemes físics i de salut mental com la depressió i el desig de morir i n'és el seu principal factor de risc. Així, l'aïllament i la falta de contacte social que comporta aquest tipus de soledat augmenta fins a cinc vegades les probabilitats de patir depressió.

La senyora que vaig conèixer no volia ni buscava tampoc la seva soledat, però la patia amb escreix. La seva soledat no volguda, amb més incidència en la gent gran i

també, paradoxalment, en joves, existeix també en la resta de la societat. Moltes persones, potser també del nostre entorn poden sentir por, desesperança, tristor, sentiment de buit o baixa autoestima. Sentir-se vulnerable és humà. Per això, de la forma més natural possible, aquestes persones i tots en general hauríem de millorar les nostres xarxes socials i potenciar les relacions humanes. Sortir de casa, relacionar-se amb l'entorn i recuperar la confiança en un mateix són iniciatives possibles per apostar per una bona vida, per una bona qualitat de vida.

La seva soledat també és i pot ser la nostra.

Sònia Bragues

Incendis a les residències. ¿Perqué?

La majoria dels casos d'incendis que es produeixen a les residències no són casuals. Sinó que deuen a la falta de prevenció.

Observem que durant aquest any ha estat freqüent llegir notícies sobre el tema a El País, la Vanguardia, El Heraldo de Aragón...

Els incendis a les residències de la gent gran provocant mort, ferides, ingressos hospitalaris, desallotjaments i lògicament el dolor i la por en els residents, familiars i treballadors.

Ja el mes de gener la premsa i les notícies ens informen de casos. incendi a la comunitat de València, exactament la residència de Moncada, on provoqua la mort de sis residents i diu l'article "Hi ha 10 hospitalitzats, la majoria per intoxicació. Tres estan greus. El foc es va detectar a les 23.19 de dimarts en centre on hi havia 81 persones. La Guàrdia Civil apunta "una anomalia elèctrica causada per una regleta" com a origen del foc"

No passarà molt de temps més perquè el mes de març es puga llegir "Un total de 38 usuaris de la residència de majors de la localitat toledana d'Almorox han hagut de ser evacuats després de l'incendi que s'ha iniciat en la cuina de centre i que ha causat "bastant fum" que s'ha propagat per l'edifici.

El mes d'abril a la residència de Serio (Astúries) a notícia ens diu: El mort, de 75 anys, havia ingressat ahir mateix al centre i les flames van començar a la seva habitació., el mes de maig al Bierzo, a la residència de Flors de Sil, l'incendi obliga a desallotjar 23 usuaris, i així tots els mesos maig, juny. Al juliol moren dues persones a la residència de Celada del Camino (Burgos). Morts i desallotja-

ments com es pot observar a les notícies tots els mesos d'aquest any 2022. Notícies que seguirem trobant a l'agost, setembre, octubre i l'última que hem llegit va ser el 6 de novembre a Torroella de Montgrí i la notícia indica: "Un total de 66 avis, la majoria amb mobilitat reduïda, han estat desallotjats la passada nit per un petit incendi en una residència ubicada al

Les causes que la premsa ens indiquen són variables des d'un cigarret, un extractor, un problema elèctric, foc que s'inicia a la cuina, materials de fàcil combustió a les habitacions o la proximitat de les residències a llocs no idonis,

Els incendis han provocat morts, ferits, ingressos hospitalaris, desallotjaments i molt dolor.

I si els incendis mai són casuals i mai són inevitables, el problema està en la falta de controls de prevenció de forma contínua i les inspeccions institucionals.

En aquests centres de tanta fragilitat i vulnerabilitat, un incendi representa un gran problema no solament per a les persones directament afectades, sinó pels familiars i els treballadors.

Una residència ha de ser un lloc segur i per això les administracions s'han d'implicar a reduir els factors de risc causants.

Crec que la societat que viu en residències en aquest país ja ha patit massa perquè les administracions no lluitin perquè una cosa que es pot prevenir no es resolgui.

Ana Ramírez. Duvi Abril

Marea de Residències de Catalunya.

SI ESTÀ INTERESSAT A PUBLICAR UN ANUNCI EN LA NOSTRA REVISTA, CONTACTI AMB NOSALTRES A TRAVÉS DE:

e-mail: revistaavvee@yahoo.es o al telèfon: 934 532 879

Del Mediterrani a l'Atlàntic en bici. 1.100 km i 25.000 m de desnivell

Llançà-Albanyà

Sortida de la platja de Llançà amb un contundent cartell de Transpirinenca. Dures pujades i baixades per pistes en bon estat, pedres, dòlmens i menhirs. Ruta de la DO Empordà.

De Gratallops a Agullana es travessa el nucli de la Jonquera. Camions, rotondes, puticlubs. Frontera.



Recorregut Transpirenaica a platja de Llançà

Al bar d'Agullana es parlava francès i es deia que els de la Jonquera ara viuen a Agullana perquè la Jonquera està ocupada per moros, negres i sud-americans. Racismes selectius a les fronteres.

Albanyà, diumenge serà la Festa del Bolet. No ha sigut mal any perquè va ploure poc però quan calia.

Albanyà-Camprodon

Pista asfaltada pels gorgs de la Muga. A l'estiu hi va tanta gent que es limita l'accés per protecció ambiental i manca d'aparcament. Ara no hi ha ningú.

Trobo el primer ciclista en dos dies, Sven és suec i li preocupa que a Espanya molts restaurants estan tancats. El problema és de dilluns a divendres, la solució és el bar del poble. Tots els pobles tenen un bar obert i una església tancada.

Camprodon-Planoles

Pujada forta fins a Tegurà de Dalt. Recordatori als morts de la tragèdia al Balandrau. També als dos ciclistes que va matar una allau una primavera. El camí pedregós segueix fins a 2.050 m, just sota el Balandrau.

Molt vent, pedres i fred.

Alberg a Planoles amb deu famílies i molts nens petits.

Planoles-Bagà

Pujada molt dreta per l'antiga carretera de Toses fins a la collada. La tardor ha arribat.

Uns caçadors carreguen senglars morts en un camió frigorífic per a inspecció sanitària.

A les fonts del Llobregat i a la museística fàbrica de ciment Asland, quasi no hi ha ningú. Amb el mal temps els visitants se'n tornen.

Bagà- Seu d'Urgell

Sortida de Bagà per la pista que remunta el riu Bastareny. Deixo els camins que van al santuari del Gresollet i al refugi Estasen. La paret nord del Pedraforca, grandiosa, està coberta de núvols. El descens final a la vall de Cerneres ja és un difícil recorregut BTT que porta a les restes del poblat destruït per l'exèrcit el 1944, després d'una lluita amb els maquis.

És una regió d'origen de la meua família. Fa tres generacions, dotze nens, mortaldat infantil, poques epidèmies i migració per camins de mules. Ara la regió és un lloc d'oci per als caps de setmana.

Seu d'Urgell-Llavorsí

Sortida de la Seu cap a Castellbò i Sant Joan de l'Erm. És una pista d'entrenament per als molts ciclistes professionals que viuen a Andorra. Pedalar fins a les ruïnes de Sant Joan Vell pels camins que són les pistes d'esquí nòrdic és un plaer.

Terres de càtars, trobadors, carlins i maquis, amb gent que es guanyava la vida fent de pagès, ramader, llenyataire o contrabandista. Ara tots són morts i



Vall d'Ordesa a vista d'ocell desde la bici.

de dilluns a divendres hi ha més fantasmes que persones, fins al cap de setmana en què els vius tornen a guanyar.

Llavorsí-Espui

Potser l'etapa reina perquè s'arriba a la cota més alta, el coll de la Portella de 2.259 m.

Mitja ruta és espai d'alta muntanya amb vistes grandioses. Els 900 m de descens des del coll del Triador a Espui són de vertigen.

Espui- Pont de Suert

La Fonda d'Espui ha obert perquè una família de quatre avis hondurenya-alemanya hi va. Els va agradar tant el Museu d'Art de Catalunya, que ara exploren els Pirineus.

Pont de Suert- Campo

En Miquel i en Manuel s'apunten a l'etapa i entrem a l'Aragó. Seran els únics dos dies en què no vaig sol.

Excel·lents vistes sobre el Turbón, el Posets i el Cotiella. La neu és lluny i n'hi ha poca. En Miquel aprofita per collir un munt de rovellons als marges del camí.

Campo-Escalona

Pista forestal fins als colls de Gulliver i Colladita. Batuda de caça al coll. Seguiré fins a Escalona. No hi ha hotels, buscaré un lloc per bivaquejar i començaré d'hora les pujades a Nerín, serra de las Cutas i Ordesa.

La carretera a Nerín pel Cañón de Añisclo està tallada per un despreniment que sembla ciclable. Si tinc sort i passo, tindrè tota la ruta per a mi.

Escalona-Torla

La ruta d'Escalona a Nerín passa pel Cañón de Añisclo. La van fer als anys quaranta presos republicans per poder-hi construir una central hidroelèctrica. No es va construir mai i el projecte va ressuscitar als anys vuitanta. La pressió dels moviments ambientalistes va aturar-ho i es va incloure el canó al Parc Nacional per garantir-ne la protecció futura.

A partir de Nerín una pista en bones condicions s'enfila 1.000 m de

desnivell. Segueix tota la vall d'Ordesa per dalt, al límit del Parc Nacional.

El descens a Torla són 1.000 m de ziga-zagues vertiginoses per terreny pedregós. Ara toca reparar bici, ferides, narrar el viatge i dormir. Una gran etapa.

Torla- Jaca

Aquest pont Torla està a petar. Potser mil cotxes aparcats.

Entre les esglésies del Serrablo, destaca San Juan de Busa, anterior a l'any 1000 i amb elements decoratius àrabs.

Jaca-Aragües del Puerto

Tranquil·la jornada cicloturista que comença comprant paté i formatge al nucli vell de Jaca, i segueix per pobles macos com Aísa o Jasa. Començo a sentir l'olor del Cantàbric.

Pedalar al refugi de Lizara i ascensió circular al pic Bisaurín.

El Bisaurín, amb 2.670 m, és el pic més alt del Pirineu fins al mar Cantàbric. És un gran cim, que requereix una grimpada fàcil especialment per la via que he utilitzat per al descens. Sis hores en total, vent, molt fred al cim i vista total del Pirineu Occidental.

Lizara- Izaba

Plou molt el refugi de Lizara i la previsió és d'aigua i baixada de temperatures. Un altre dia cicloturista.

Ansó és l'últim poble de l'Aragó. Va arbitrar un conflicte entre les veïnes valls del Roncal, a Navarra, i Baretous, al Bearn, pel qual els segons paguen cada any tres vaques als primers per poder pasturar als seus camps. L'acord és vigent des del 1375 i es considera el tractat de pau més antic d'Europa.

Izaba-Roncesvalles

Previsió de pluja i fred per a tot el dia. L'etapa travessa d'est a oest la vall de Salazar i el riu Irati. Una zona esplèndida, un bosc de fajos entre dues cadenes de muntanyes. Tot sol en desenes de quilòmetres.

Segueixo fins a l'antiga Real Fàbrica de Armas de Orbaizeta. Una fàbrica i un poblat que va construir Carles III al segle XVIII per fabricar armes i municions de ferro aprofitant l'energia de l'aigua, la fusta i el mineral de la regió.

L'Albergue de Peregrinos de Roncesvalles tanca de novembre a febrer.

Compro la credencial de pelegrí per 3 € després de registrar-me com a "no creient" i comparteixo habitació. L'ambient cosmopolita i obert d'un *Camino* en la seva primera etapa.

Roncesvalles-Lesaka

És dissabte i els caçadors ho aprofiten. El camí segueix unes camuflades torres en què els caçadors s'amaguen per matar ocells.

En una de les *mugas*, pedres antigues que marquen la frontera amb França, la pista baixa a la vall dels Aldudes. Un tram en què la carretera ha desaparegut es pot travessar en bici però no en cotxe. No ho arreglaran perquè és una ruta contrabandista.

Una agradable via verda segueix el riu, que canvia el nom a Bidasoa. Em quedo a Lesaka, un poble de Navarra, molt *euskaldun*.

M'allotjo en un alberg municipal que havia sigut convent de monges i fa de centre comunitari i espai de difusió de l'eusquera.

Lesaka-San Sebastián

Diumenge d'un altre dia fred i clar. Carretera que va de Lesaka a Oiartzun, travessant el Parc Natural d'Aiako Harria. És una estreta carretera de muntanya que va ser construïda a principis dels anys quaranta per quatre mil presos republicans com a part de les fortificacions pirinenques amb què la dictadura de Franco es volia protegir.

A l'altre cantó hi ha les mines d'Ardituri, explotades pels romans i fins al segle XX.

El tren que portava el mineral al port de Pasaia és ara una via verda que avui va plena de caminants i ciclistes.

San Sebastián-Hondarribia

Segueixo la primera etapa del Camino del Norte en sentit invers. Per travessar la ria de Pasaia hi ha una barqueta que surt cada cinc minuts i accepta bicis.

Cal pujar la bici a pes pels costeruts carrerons i escales de Pasaia fins a un pedregós, agradable i pla camí que recorre tota la muntanya del Jaizkibel, fins que es veu la badia d'Hondarribia i la platja de Baiona.

Una baixada forta i alguns camins fins al far del Cabo Higuer, que és l'origen de totes les travessies. Cami-



Un moment difícil de la travessia

no del Norte, GR-11, Transpi i de mil navegacions.

Aquest vespre arriba la Conxita i farem alguns cims i caminades pel Pirineu francès:

- Rodejar la badia d'Hondarribia i Hendaia, i el monte Jaizkibel.

- Costa basca fins a Biarritz. Els noms dels pobles tenen ressonàncies dels anys de la lluita contra ETA.

- Saint Jean Pied de Port, començament del *Camino*, Larrau, gorges d'Holzaré i pic Orhi, l'últim +2.000 m del Pirineu.

- Sainte Engrace, l'últim poble basc i gorges de Kakouetta. Tancades perquè es cobrava per entrar-hi, per caiguda de pedres, van tenir algun accident mortal. Si es vol cobrar per un lloc natural, s'assumeix una responsabilitat que en muntanya mai es controla del tot.

- Sistema kàrstic de la Pierre Saint Martin. Avencs del peu del pic Anie que recullen l'aigua, i per on els pioners espeleòlegs van començar a explorar. Sala de la Verna, immensa i accessible per una galeria que es va fer per a l'explotació hidroelèctrica. Sortides d'aigües per cascades i surgències als estanys a les gorges de la vall. Una lliçó de geologia i aventura.

- Ascensió al pic d'Anie, 2.505 m i el més alt a l'occident. Dura travessa de l'extens karst.

- Caminades pel circ de Lescun. Cruïlla d'ascensions, escalades i camins com GR-10 i senda Camille.

Hi ha una descripció més detallada de la ruta al meu blog viatger:

<http://alfonssort.blogspot.com/2022/11/transpirinenca-ciclista-i-cims.html?m=1>

i també la referència als *tracks* a Wikiloc per a qui s'animi!

LA GOSSERA DE PAULA MONTAL TANCA

Me n'alegro pel veïnat que la gossera Paula Montal tanqui.

Però quan farà alguna cosa l'Avvee perquè treguin la gossera dels Jardins Montserrat??



Aquest matí a quarts de set ja estaven bordant uns desgraciats. Amb lladrucs estressants i seguits!!

Fins a quan hauré de patir aquesta deshumanització de l'entorn veïnal!

No queda altra alternativa que marxar del barri. Perquè ningú ens fa cas. Tot el jardí és un corre-can!! No hi ha aturador per a tanta incompetència!! Ni controls, ni complir les normes i fer-les complir per part de l'ajuntament.

(Ah!! Es veritat que els gossos són seres sintientes i tenen els seus drets. Uns drets que les persones hem perdut!!)

Carme Àlvarez
Sòcia

CULTURA

REFLEXIÓ

Històricament la naturalesa del poder sempre ha estat la mateixa des de les monarquies absolutes babilòniques i egípcies, passant pels feudalismes i tornant a les monarquies absolutes europees i les dictadures. Res no ha canviat mai. L'ésser humà duu als seus gens l'ànima de domini sobre el seu proïsme i n'exigeix la submissió. A vegades, no puc evitar pensar que l'ésser humà ha estat un error de la creació. Les guerres i les inacabables invasions territorials són una constant en els 5.000 anys d'història de la humanitat. On hi ha un JO no n'hi cap un altre. És l'ADN de l'espècie humana.

D'unes dècades ençà ens volen fer creure en una cosa que han acordat que se'n digui democràcia (res a veure amb la democràcia grega destinada a uns pocs milers de persones). I el pitjor de tot és que la gent se l'ha cregut i es pensa que és lliure. A diferència dels anteriors sistemes, la democràcia ens vol fer creure que la llei la fa el poble. Però no és més que una miserable llei (la seva) que el poder exigeix complir quan li convé i a la qual no fa cap cas quan no li convé. I no passa res. I, a més, no és responsable del seu incom-

pliment, de manera que el principi de l'Estat de Dret –Tu (Estat) patiràs la llei que has fet– esdevé una colossal burla perquè el miserable llop del poder sempre protegeix els seus cadells més fidels.

Aconseguit per aquests estats el poder de la força bruta i el poder judicial brut, és impossible que cap ratolinet s'escapi de les urpes del gat. Com acudir a la Justícia, que és única, immutable i inequívoca, si la justícia feta avui per un jutge és canviada demà per un altre jutge que la veurà modificada un temps després per un tercer jutge, el qual haurà de veure com un quart jutge els contradia a tots?

És un error pensar en el diàleg com a solució. El JO mai cedeix. Els grans avenços socials i polítics de la humanitat els han aconseguit les revolucions: anglesa, francesa, xinesa, russa, americanes del nord i del sud, etc. Avenços inimaginables amb el diàleg. Però malauradament aquestes revolucions han acabat devorant els seus autors i sempre s'ha tornat al punt de partida, de manera que estem condemnats al cercle diabòlic de la revolució eterna. El JO originari i pervers derrotat per les revolucions sempre acaba ressuscitant,

de manera que fa necessària una nova revolució.

La gran tragèdia de l'home social modern rau en la seva incapacitat per crear un ens moral superior a ell mateix, un ens amb ànima, bo i generós, capaç de sublimar els seus anhels i les seves virtuts. Però sense adonar-se'n, ha creat un monstre amb urpes de seda que dia rere dia els esmicola i els enterra.

La finalitat de l'Estat i del seu Dret no és la cerca de la justícia social i de la felicitat dels homes, sinó que és l'ordre social. Sap que un Estat injust pot durar segles o mil·lennis, en canvi un Estat sense ordre (el seu) es destruirà en un parell de generacions, a tot estirar.

Quan veig imatges de polítics als mitjans no puc evitar imaginar que estic al zoo contemplant la gàbia dels micos, desprovistos del do de la paraula intel·ligible. Acabo no veient-hi la diferència. I entenc perfectament per què hi ha d'haver una reixa protectora entre jo i ells.

Paula Busquets.
Novembre 2022



CORSETERIA, LENÇERIA, BAÑO Y MEDIAS
PIEDAD
 Horario de mañanas de 10 a 2 h.
 Tardes de 3 a 8 h. Sabados de 10 a 1.30 h
 Calàbria 195 - 197, bajos
 (entre Mallorca y Provença)
 Tel. 93 405 24 24 - 08029 Barcelona

cont@dret
 assessorament jurídic, fiscal i comptable
 www.contadret.com
 C/ Recafort, 193-197, esc. A ent. 1ª
 08029 Barcelona
 T 93 363 27 94 • F 93 363 29 52
 info@contadret.com

Farmàcia
 Sònia Varelà i Rodríguez
 Montserrat Varelà i Rodríguez
 Nutrició Infantil • Fórmules Magistral
 Anàlisis Clíniques • Dermofarmàcia
 Dietètica • Homeopatia
 Veterinària • Ortopèdia
 Rosselló 37 (metro Entença)
 Tel./Fax 93 430 77 25

CLÍNICA DENTAL
R. DEL SOL
 Todas las especialidades
 Dr. Luis Carlos Ruisánchez Capdet
 Dra. Rosario del Sol Solano
 Dra. Eva Mª. Pérez Barbero
 Villarroel, 164, 1º 1ª
 08036 Barcelona Tel. 93 454 22 50

IRIS
TEIXITS IRIS
 Villarroel, 161
 (enfrent mercat del Ninot)
 08036 Barcelona
 HOSPITAL CLÍNIC Tel.: 93 453 39 70

esmar
MERCERIA
 des de 1932
 932 263 547
 930 450 995
 C/ Entença 122
 08015 Barcelona
 merceriaesmar@gmail.com

HIPER EL MON
 Drogueria - Perfumeria - Pintures - Parament cuina etc...
 C/CALABRIA 274
 Entre C/ Paris i C/Londres
 080290 BARCELONA
 hiperelmon@gmail.com
TELF: 934391178

Farmàcia
F. LLAMBÍ
 Centre d'especialització
 • Tractaments
 Fórmules - Laboratori
 • Dermatologia, endocrinologia
 • Medicaments genèrics
 • Dermofarmàcia
 Provença, 71 - Barcelona 08029
 Tel. 93 430 04 11/93 439 20 11 - Fax 93 419 35 29

El nou Pascual
 Cerveceria - Restaurante
 C/Calabria 254
 08029 (BCN)
 Tlf: 93 430 50 95
 restaurante.pascual1219@gmail.com

CENTRE VET PROVENÇA
 Provença, 69 - 08029 BARCELONA
TOT PER A ELLS!
 Servei a domicili
 ALTA PERRUQUERIA
 CANIN I CADELLS
 Tel./Fax 93 419 91 53

CD
SUMINISTROS INFORMÁTICOS, S.A.
 desde 1989
 papeleria@suministrosinformaticos.net
 C/ del Rosselló 40 - T. 934 100 321
 www.pidooyo.com

COSES DE CASA
 c/Còrsega, 103
 08029 Barcelona
 T. 934 210 322
 M. 650 885 953
 hola@cosesdecasa.com

Provença
Caliment
 compra saludable

Oferim servei a domicili
93 430 02 20
tot!
 Vens per alguna cosa i ho trobes...
 el57alimentacio@gmail.com
 @coalimentprovença el57.com

Provença
Forn artesà i familiar
Us esperem!!
Vine a tastar els nostres pans!!
 Provença, 69 - 08029 Barcelona
 93 605 75 23 - 615 11 76 39
 www.fornprovença.cat

Manantial
DROGUERIA
 Neteja i cosmètics // Productes a granel
 Zero waste // Orgànics // Naturals // Proximitat

RELAT

El viatge

L'estació era buida, la foscor de la nit li donava un aire tenebrós. Ella seia en un banc, esperant el darrer tren del dia.

Un fanal encès deixava llegir el rètol de l'estació: La Floresta. El silenci ho envoltava tot. La dona amb la mirada miop intentava trobar la llum que li anunciés l'arribada del tren, mentre només veia un seguit d'imatges, petits bocins d'una història acabada.

Les mans de la dona jugaven amb el bitllet de tren que havia comprat feia ja una estona a la finestreta abans del seu tancament al final d'aquell dia. El bitllet era de cartró dur, color fúcsia fort, unes lletres blavoses no deixaven llegir el destí, molt borrosos, el més sorprenent per a ella era la data d'aquell bitllet: 27 de novembre del 1953.



L'arribada del tren la treu de la seva abstracció. S'atura i espera l'obertura de les portes davant el vagó. Hi entra.

El vagó és buit, no hi ha ni una sola ànima, mira a dreta i esquerra adonant-se que és a la segona classe. Els seients estan entapissats d'un vellut verd molsa molt gastat per milers de persones que dia rere dia s'hi assegueren pensatives, mirant per la finestreta com llurs vides passaven com ombres diluïdes darrere dels vidres. En el darrer moment, quasi travessant la porta, entra un passatger.

Aquella presència li produí un calfred que la deixà gelada. Respirà a fons i s'asserenà. Asseguda de cara a la direcció del tren començà a observar el passatger. Estava dret al costat de la porta. Era un home alt

sense edat, que duia un vestit gris fosc molt ben tallat i una camisa blanca. Els seus cabells eren llargs i rossos com el blat de juny. Els seus ulls blaus em miraven fixament plens de llàgrimes contingudes a punt de vessar. La seva figura prima era realment bella.

El meu cor bategà tan ràpidament que per un moment vaig deixar de respirar. L'home, a poc a poc, s'apropà i a cau d'orella em digué:

—El bitllet, sisplau.

Jo, completament descol·locada, vaig respondre:

—Vostè no és pas el revisor.

Ell contestà:

—Jo puc ser el que vulgui ser.

Vaig buscar el bitllet per donar-l'hi. Ell em mirà molt atentament i afirmà:

—Aquest bitllet està caducat.

Jo, molt sorpresa, li vaig respondre:

—Això no pot ser, fa tant sols uns minuts que l'he comprat.

I ell, fent un somriure encisador, respongué:

—Sí, això és el que em diu tothom.

M'agafà el bitllet i se'l guardà a la butxaca interior de la seva jaqueta. Li vaig demanar:

—Per què no me'l torna?

S'assegué al meu costat i en veu fluixeta em digué:

—Vostè és conscient d'on va aquest tren?

Vaig sentir-me trasbalsada. El tren no parà a l'estació següent, tot era molt estrany. La seva presència, tan a tocar, em feu tremolar. Vaig mirar per la finestreta per intentar dissimular aquella sensació d'atracció i temença que per moments s'estava apoderant de mi. Darrere els vidres jo no podia veure res.

Vaig girar la meua mirada vers ell, i li vaig dir:

—Ara que ho diu, en el bitllet no queda gens clar, ara mateix no recordo on vull anar.

I vaig afegir:

—I vostè, qui és realment? Per què el tren ha passat de llarg de l'estació anterior?

Ell em respongué amb dolçor:

—Ja li he dit que puc ser tot o res.

Vostè qui creu que soc jo?

No vaig saber què respondre.

El tren cada cop avançava més de pressa. Un vertigen feu trontollar tots els vagons.

Vaig intentar recordar per què jo havia agafat aquell tren, i em vaig preguntar què estava passant.

Qui és l'home que tinc al meu costat? Com és que m'atreu tant? El miro detingudament: cabells lleugerament ondulats banyats en reflexos daurats, rostre amarat de llum i mans fetes per crear estrelles.

No es mou, el silenci ho envolta tot i no deixa de mirar-me fixament. El cor em batega molt de pressa.

Estàvem arribant a la propera estació: Vallvidrera. I poc després entràriem dins del túnel més llarg d'aquell viatge.



El tren s'aturà breument a l'estació durant un temps molt curt. No hi pujà cap altre passatger.

Les portes es tancaren com si mai més ningú les pogués tornar a obrir.

El tren començà a endinsar-se molt lentament dins del túnel. Jo vaig mirar el passatger, que seguia al meu costat. Els seus ulls buscaren els meus. Jo em vaig enfonsar en aquell mar blau. No calien paraules, jo sabia que ell era el destí del meu viatge.

El tren accelerà la seva marxa. El túnel l'engolí.



Diverços, l'Associació de Comerciants i Empresaris del Barri Divers de Barcelona, l'Antiga Esquerra de l'Eixample

Acabem la Junta de Diverços, sí, amb Ç de comerÇ. En realitat hem quedat per dinar a un restaurant del barri, compartim, proposem, contrastem, planifiquem... Parlem -com fem sovint, en realitat gairebé sempre- d'El Barri, el *queerxample*, i ja amb els cafès sorgeix el concepte d'hegemonia cultural. És a dir, xerrem d'Antonio Gramsci i com la classe dominant imposa sempre les normes culturals com a idees naturals i inevitables: una pura construcció artificial. És aquí quan arribem a la conclusió més trista. Al *queerxample*, al gaixample, no hi ha cap hegemonia cultural, cap ni una, ni tan sols l'extrema dreta ens ha volgut visitar... tot està per fer. I no ho pensem de forma pessimista, ans el contrari, tenim una terra verge a treballar, un barri que fa temps va ser un emblema però que el pas dels anys l'ha difuminat, i ha quedat irreconeixible, sense personalitat, perdent empena comercial i simbolisme social.

Ningú, fins ara, ha picat pedra com calia, però som davant d'una oportunitat, que volem aprofitar. Volem fer d'El Barri, la part baixa de l'Antiga Esquerra de l'Eixample, un emblema, el volem amb identitat comercial i simbòlica, el pensem com El Barri Divers de Barcelona. No un gueto, sinó un símbol d'integració, d'equitat, de llibertat, tant per raó d'orientació sexual, com d'origen, gènere, cultura, classe... diversos! I tant contents.

Som un grup de comerciants, veïns i veïnes, empreses, amics i amigues,... persones que estimen el barri i que hem pres el compromís de tornar a fer gran el *queerxample*, de fer de Barcelona una ciutat més Oberta, més compromesa, per fer-la millor. No ens preguntem que pot fer la ciutat o el barri per nosaltres, sinó què podem fer nosaltres a favor del barri que més estimem. No esperem que ningú ens faci la feina, sinó que desinteressadament treballem a favor del barri, dels nostre veïnat, de les persones que veiem cada dia aixecant la persiana.

Ens commou parlar amb veïnes o veïns, amb comerciants, amb professionals liberals... ens emocionem perquè sembla que els astres s'han alineat i que partim d'anàlisis compartides: cal revitalitzar el barri i cal posar-lo al mapa d'una punyetera vegada, cal que barcelonins i barcelonines el tinguin al seu imaginari, ens tinguin en compte. La màgia del barri és que és molt divers, som DIVERÇOS, i sembla que (finalment) tothom vol remar a favor del nostre territori, del nostre barri. La unió sempre fa la força.

Què volem fer?

Convertir la part baixa de l'Antiga Esquerra de l'Eixample en la Superilla de la Diversitat a Barcelona,

Crear el Barri Divers. Un barri LGBTQ+ genuí entès no com "gai" sinó com a barri que simbolitza la defensa dels valors de la diversitat, l'equitat i la llibertat. Un barri amb projecció tant local com nacional i internacional, únic al món.

Donar informació i serveis de qualitat als comerciants, empreses i professionals associats/des.

Dinamitzar el barri i promoure els valors de la diversitat i l'equitat entre el veïnat, comerç, empreses i administracions públiques.

Regenerar vincles entre el veïnat i el teixit econòmic del barri.

Dur a terme un durant tot l'any activitats per promoure el comerç divers i de proximitat.

Organitzar activitats dirigides al públic LGBTQ+ i divers que promoguin els nostres valors fonamentals dins i fora del barri.

Celebrar cada juny la Festa Major de la Diversitat, un Orgull de Barri amb repercussió econòmica local vers tots els comerços de la zona, estiguin dirigits o no al públic LGBTQ+.

Com deia Joan Maragall, "esforça't en el teu quefer com si de cada detall que penses, de cada paraula que dius, de cada peça que poses, de cada cop de martell que dones, en depengués la salvació de la humanitat. Perquè en depèn, creu-me. (...) El món s'adobaria bé tot sol, només que cadascú fes el seu deure amb amor, a casa seva."

Potser no arreglarem el món, però com a mínim haurem intentat fer un món millor. El barri hi guanyarà sense dubte. Ets divers? Tots ho som. T'hi sumes?

Com pots participar?

Si t'estimes el barri, fes-te amic/ga (gratuïment) i et mantindrem informat/da de les nostres activitats i informació rellevant del *queerxample*. Escaneja el QR adjunt!

Si ets comerciant, professional liberal o tens una empresa, fes-te soci/sòcia. Escaneja el QR adjunt!

Si pertanys o presentes a alguna entitat adhereix-te al projecte i col·laborem (gratuïtament). Escaneja el QR adjunt!

DIVERÇOS!



L'EIX COMERCIAL
DIVERS DE BARCELONA



DIVERÇOS! L'ASSOCIACIÓ DE
COMERCIANTS, EMPRESARIS/ES,
AMICS/GUES DE L'ANTIGA
ESQUERRA DE L'EIXAMPLE,
EL BARRI MÉS DIVERS
DE BARCELONA !

INSCRIU-TE DE MANERA
FÀCIL I RÀPIDA !



DIVERÇOSBARCELONA



DIVERÇOS.COM

VINE A VIURE AL JOAN MIRÓ

NO HI HA VIDA SI NO ET MOUS



CENTRE ESPORTIU

JOAN
MIRO

CEM JOAN MIRÓ

C/ Diputació 17
08015 Barcelona
93 423 4350
comunicacio@cej Joanmiro.cat

www.cejoanmiro.cat



@cemjoanmiro



@cemjoanmiro