

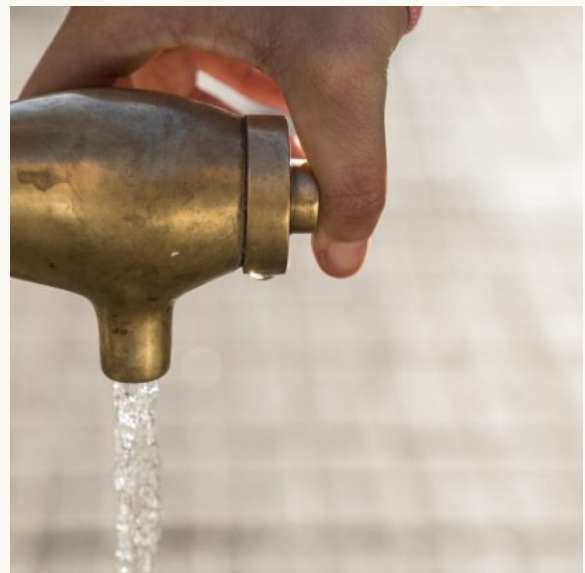
CASAL DE GENT GRAN DEL
BAIX GUINARDÓ

BUTLLETÍ SETMANAL

El Casal a casa

SALUT

- Mapa de centres de salut a Barcelona.
- Mesures municipals per fer front a la calor.
- Efectes climàtics de la covid.
- La lluita contra la soledat.
- Cuina del món: Xopsuei (Xina).



ENTRETENIMENT I CULTURA

- Nou mural al metro Guinardó - Hospital Sant Pau.
- Repte: Respon a 10 preguntes de selectivitat.
- Pel·lícula: Jean-François i el sentit de la vida.



NOVES TECNOLOGIES

- [Canal Youtube Gran Gent en Xarxa Horta-Guinardó.](#)
[Mira els videos de final de curs !](#)
- [Com fer captures de pantalla amb el mòbil.](#)
- [#ConectemosYA.](#)

LA VEU DELS SOCIS

Si esteu interessats en participar en aquesta secció del butlletí amb els vostres textos, articles, poesies, etc... podeu enviar-los a la direcció de correu electrònic infobaixguinardo@gmail.com

MAREAS

He vuelto y he contemplado
el brillo de plata de los charcos
sobre la arena. Marea baja.
En la ría un balanceo suave.
Las crestas juguetonas del agua
me han reconocido y desde lejos
me saludan con una sonrisa
afectuosa de bienvenida.
Dentro de unas horas el mar
avanzará e invadirá la playa
para dejar tan sólo una franja
de arena fina, dorada y tibia.

Anna Agustí

Quan l'art entra en un hospital

L'art és teràpia? Des de la meva experiència puc dir que no. No obstant això, facilita processos de comunicació, relaxa al pacient, el convida a evadir-se i al mateix temps, l'ajuda a trobar-se amb si mateix.

Soc actriu, narradora oral i dramaturga. Els meus espais de treball poden ser els escenaris, les biblioteques, els carrers o el meu escriptori. Quan vaig estudiar arts escèniques, no vaig imaginar que podria treballar en un hospital. I, en canvi, això és el que ha acabat passant. Als hospitals he contat històries i dirigit escenes. Al costat del personal sanitari i els pacients, hem escrit contes i poemes, hem jugat, hem cantat, hem rigut i gaudit de l'activitat artística.

Aconseguir conquerir aquest territori ple de prohibicions, de normes i de protocols ha estat una batalla temerària. Són moltes les associacions culturals, els artistes i els voluntaris que han anat guanyant terreny als hospitals. Ho han fet a força de demostrar, amb les seves accions, que l'art és una via de comunicació indiscutible entre la malaltia i la salut. És un vehicle que ens permet integrar a les nostres vides, de diverses formes, allò que ens sobrepassa: el dolor, el fracàs, la mort.

L'art ens permet simbolitzar sense explicar. És un acte íntim i, alhora, expansiu, que ens deixa veure, a través dels seus codis, les emocions. Sensacions que s'amaguen darrere d'un diagnòstic, una incertesa o una espera.

Quan es practica una activitat artística dins de l'hospital, aquest procés és capaç de transformar moments d'estrès en instants poètics. Quan creem, l'univers imaginat canvia l'ordre de les regles, les jerarquies solen diluir-se, les noves normes emergeixen com un salvavides enmig de la tensió i la rigidesa. És com obrir les finestres en un espai tancat i assetjat per la por. Respira. Entres en el joc proposat amb un estat d'ànim, i tornes a la realitat distret, embolicat en l'aura de la creació.

El joc, germen de tota activitat artística, és un mediador entre el que és real i imaginari i, sobretot, un productor de poètiques. Ens permet ser-ne un altre, transformar l'espai i el temps. Les llargues esperes agraeixen aquells instants en què el joc apareix, en què vivim per moments "una altra realitat".

Llegir, actuar, pintar, esculpir, tocar un instrument, són activitats que no formen part de l'itinerari que imaginem en el nostre trànsit per un hospital. No obstant això, quan estem en una situació de crisi, la pràctica o la recepció de l'art en els espais sanitaris, pot avivar el procés de catarsi que retorna a l'ésser humà aquesta pulsio de connexió amb l'altre. Et fa menys vulnerable.

L'expressió artística és una activitat que, des del seu propi llenguatge, ens dona l'oportunitat de comunicar-nos sense límits, de ser intensament més humans, intensament forts, intensament fràgils.

Quan un hospital li obre les portes a un col·lectiu que vol afavorir la convivència, la socialització i el vincle, es beneficien no sols els pacients, sinó els seus familiars i el personal sanitari. Als pacients els permet tornar a ser, i els alleuja de l'estigma de "ser" un malalt o patir una malaltia. Al personal sanitari els allibera dels seus rols fixos, els dona l'oportunitat de mostrar-se, i sobretot li permet fer la seva tasca professional amb un pacient més relaxat, més animat. Llavors, això que al principi era és només un punt de suport, sol convertir-se en una necessitat.

Una necessitat de la qual cada vegada estem més conscients. Fins i tot quan una pandèmia ataca el nostre sistema sanitari, pensem en les emocions que queden reprimides davant l'emergència. Sabem que l'art pot ajudar a conciliar aquestes emocions, ajudar-les a florir, convertir-les en un fruit amb el qual podem alimentar les nostres fortaleces.

L'art és teràpia? Des de la meva experiència puc dir que no. No obstant això, facilita processos de comunicació, relaxa al pacient, el convida a evadir-se i al mateix temps, l'ajuda a trobar-se amb si mateix. Quan l'art entra en un hospital transforma tot al seu voltant. No és un complement a una teràpia o a un tractament. L'art, com diria el poeta Enric Casasses, no és teràpia, és salut.

Irma Borges

<https://xarxanet.org/opinio/quan-lart-entra-en-un-hospital>

Mesures ecologistes per un món post-Covid

Ecologistes en Acció demana al Govern i a totes les administracions posar en acció 19 propostes ambientals i socials per donar resposta a la crisi del coronavirus.

La pandèmia del coronavirus ha trasbalsat el món. Aquesta crisi sanitària ha sigut especialment dura per la gran quantitat de víctimes mortals, la dificultat d'acomiar-se dels éssers estimats i el fet d'haver de dur a terme un confinament total moltes vegades en situacions precàries.

Més enllà dels efectes sanitaris de la pandèmia, les conseqüències del coronavirus també estan desencadenant una crisi econòmica i social i esdevindran un dels reptes més importants del segle XXI.

En aquest escenari, Ecologistes en Acció ha volgut fer palès la necessitat de canviar el model econòmic que teníem fins ara per la seva insostenibilitat social i ecològica. Així, ha elaborat un document amb 19 mesures encaminades a la transició ecològica justa que requereixen acció per part de les administracions internacionals, estatals, autonòmiques o locals.

A escala social, el coronavirus ha posat de manifest tres coses: la rellevància dels serveis essencials moltes vegades poc reconeguts a escala social i retributiva; la importància dels serveis públics; i la capacitat de prendre mesures dràstiques globals i alhora crear xarxes veïnals autogestionades per evitar que ningú es quedi sense recursos.

A escala ambiental, ha constatat una vegada més el que ja sabíem: el model econòmic actual és insostenible i posa en perill la nostra pròpia espècie. Per exemple, l'aparició de zoonosis (transmissió de malalties d'animals a persones) es produeix de manera natural, però el canvi climàtic, la pèrdua de diversitat i pràctiques com la ramaderia industrial fomenten l'aparició d'aquests nous virus que poden infectar les persones.

Línies d'actuació:

Tot i que les mesures concretes proposades per Ecologistes en Acció són un total de 19, es poden resumir en cinc línies d'acció fonamentals:

Per una banda, s'ha d'apostar per mantenir els estàndards ambientals. Segons l'entitat, no s'ha de rebaixar la protecció ambiental ni relaxar els objectius ja compromesos perquè tenir un planeta habitable o no tenir-lo és el que està en joc.

Per l'altra, s'han de crear nous equilibris ecològics, productius i socials. Pel que fa a l'equilibri ecològic, la reconstrucció econòmica ha d'abordar els problemes ecològics on la salut ha de ser un factor de primer ordre.

Respecte a la producció, s'ha de fomentar la proximitat i substituir els sectors més contaminants per un teixit que satisfaci les necessitats de la població respectant els límits ambientals. A més, aquest nou equilibri ha de tenir en compte la justícia social que ha d'incorporar mesures com corregir les desigualtats socials, repartir el treball (productiu i reproductiu) i reduir la jornada laboral.

Per acabar, també s'ha de crear una nova cultura de la terra que reivindiqui la seva cura i la de les persones per garantir un futur de justícia social i ambiental.

<https://xarxanet.org/ambiental/noticies/mesures-ecologistes-un-mon-postcovid>

