



# paraules de dones

BUTLLETÍ DE LES DONES DEL PLA DE BARRIS. NÚMERO 3. DESEMBRE 2010

# l'amor d'una mare

Estimada filla meva  
a mesura que vas creixent  
broten noves inquietuds  
a la teva jove ment

Dubtes de sentiments  
per part de la teva gent  
preguntes i inquietuds  
que recorren la teva ment

Nena encara per a mi petita  
sovint ets crítica  
exigent i inconscient  
del sentiment de la teva gent

Cada minut, cada segon  
d'ençà que vaig decidir  
portar un fill aquest món  
ha estat des de l'amor

A mesura que creixies al meu ventre  
un munt de sentiments  
recorria i emocionava la meva ment

Quan et vaig tenir  
per primera vegada  
als meus braços  
una llàgrima va recórrer  
el meu cor  
emplenant-lo d'amor

A mesura que t'has fet gran  
dia a dia el meu amor  
per tu s'ha anat engrandint

Per això estimada filla meva  
quan t'estic aconsellant  
no pensis que t'estic renyant  
perquè és en aquest precís moment  
quan més t'estic estimant.

## **EDITA**

Ajuntament de Palafrugell  
Pla de Barris. Sauleda - Carrer Ample

## **CONSELL DE REDACCIÓ**

Aoutif Ahmittach  
Crisoula Colls  
Lili Fernández  
Ana Maria Florido  
Neus Jofre  
Charo Moreno  
Nora Plaja  
Karina Reyes

## **COORDINACIÓ**

Vicky Blanco

## **CORRECCIÓ LINGÜÍSTICA**

Oficina de Català de Palafrugell (CPNL)

## **FOTOGRAFIES**

Oficina del Pla de Barris, Aoutif Ahmittach, Vicky Blanco, Charo Moreno, Nora Plaja, Lili Fernández, Neus Jofre, Ana Maria Florido i Karina Reyes

## **DISSENY, MAQUETACIÓ I IMPRESSIÓ**

Impremta Palafrugell · C/ Clavé, 35

## **DIPÓSIT LEGAL**

Gi-1395-2009

## **AMB EL SUPORT DE**

Arxiu Municipal  
Espai Dona

Imprès en paper ecològic

La direcció del butlletí no es fa responsable de les opinions expressades en els escrits.

# consell editorial



# índex

poema .....	2
crèdits i consell editorial .....	3
presentació .....	4
reportatge .....	5
persones singulars .....	6
article .....	8
fem memòria .....	9
d'aquí, d'arreu.....	10
foto denúncia.....	11
dones a favor del medi ambient .....	11
hi havia una vegada .....	12
sabors del món .....	13
elles actuen .....	14
opinions .....	14
actualitat del Pla de Barris..	15
ressenya .....	15

## presentació

Us esperava!!! Som a finals d'any i fidels al vostre compromís ens feu arribar el tercer número del butlletí. *Paraules de dones* ja forma part del nostre municipi amb tota la intensitat del vostre treball conjunt.

A vosaltres, les autores d'aquestes articles i fotografies ens cal donar-vos les gràcies per ajudar-nos a mirar i pensar en el barri des de tota la seva realitat. Enhorabona!

**Núria Rivas**

Primera tinenta d'alcalde i regidora d'Urbanisme i Pla de Barris

Us he seguit des de fora, però suficientment a prop com per emocionar-me amb tot el què he vist, escoltat i llegit. Sé de la vostra por quan vàreu començar, del vostre esforç per continuar, de l'entusiasme que heu posat a cada nou repte, sé dels dubtes i de les emocions, dels lligams i del compromís. Sé del vostre aprenentatge i sé, sobretot, que les veus de les dones de la Sauleda i el carrer Ample, surten al carrer amb totes aquestes pinzellades...

Què sorgeix d'aquesta barreja de por, esforç, entusiasme, reptes, dubtes, emoció, lligams, compromís i aprenentatge? No cal respondre, aquí tenim el tercer número.

Veig amb cada butlletí una suma de veus, d'experiències, de sintonies i de diferències. Sento la superació personal, però també la de l'equip.

I des d'aquesta distància des d'on observo em sento orgullosa, com a dona, com a petita part d'aquest engranatge, de vosaltres i del vostre treball.

Moltes felicitats i endavant!

**M. José Merino Pareja**

Cap de l'Àrea de Benestar Social i Ciutadania

# reportatge

ser mare i treballadora ser mare i treballadora ser mare i treballadora ser mare i treballadora

**Sóc mare i treballadora.** És una frase que sovint sentim a dir per part de les dones que tenen algun fill/a i l'han de cuidar, i que a la vegada tenen una feina que els ocupa un cert temps del dia. Compaginar aquestes dues feines, ja que ser mare ho podem considerar com una feina, és difícil, i això ens demostra que, qui és capaç de fer-ho, és una persona digna de reconeixement i respecte.

Massa mares acaben deprimides, esgotades, impotents, sabent que s'estan perdent l'efímera evolució del seu fill/a. Mentre elles corren intentant complir amb les obligacions imposades a les mares treballadores, el seu/a fill/a passa fins i tot dotze hores diàries sense els seus pares, a una edat decisiva per al desenvolupament (de 0 a 3 anys), durant la qual es formen els circuits cerebrals.

Per altra banda, ens ho podríem plantejar d'una altra manera: si és tan difícil fer les dues feines, no seria millor triar-ne una? Les dones preferirien ser mares abans que treballadores? Ser mare és un fet meravellós i que omple la teva vida de felicitat, però treballar també és un fet imprescindible per a algunes dones, ja que també es podria tractar d'un tema econòmic. Llavors quina seria l'opció possible? La resposta de la majoria seria: "les dues", i és un fet que hauríem de valorar.

A qui no li agradaria poder permetre's quedar-se a casa almenys temporalment, tenint cura del seu nadó? Fóra bo poder-ho fer, però per sobreviure calen dos sous, a més que dos o tres anys exercint la maternitat a temps complet no queda gaire bé en el currículum. Fins els creatius de Coca-Cola ho tenen clar, com demostra el seu anunci homenatge a les mares no treballadores, aquest col·lectiu que es dedica ni més ni menys que a establir les bases de la humanitat futura. Us recomanem que el mireu a:

<http://www.youtube.com/watch?v=vrBD2hSdLS0>

## Conciliació, ara més que mai

"A Espanya es retarda la família més que en altres països per dues raons principals: per la construcció cultural de què es necessita per ser pare/mare, i per la manca de recursos econòmics per satisfer aquesta concepció", explica Nancy Konvalinka, una de les organitzadores del Seminari Internacional sobre Nous Models de Família: Famílies Tardanes. En el moment que estem vivint, la feina està molt malament, encara és pitjor quan tens fills al teu càrrec. Hi ha dones que no tenen problemes a l'hora de compaginar les dues tasques, ja sigui perquè tenen uns caps comprensius que s'han trobat en la mateixa situació, o bé perquè tenen l'ajuda d'altres familiars, però hi ha un gran nombre de dones que han de canviar de feina o fins i tot deixar-la per tenir cura del seu fill/a.

Segons l'Organització Internacional del Treball, Espanya és el tercer país (després d'Islandia i Grècia) on més es treballa, exactament 1.807 hores anuals, és a dir, fins tard. Moltes parelles, si volen veure els seus fills almenys una hora al dia, han d'anar a dormir a les deu, encara que el/la nen/a no hagi complert ni tres anys. Moltes mares no s'acullen a les possibilitats de reducció de jornada perquè no es poden permetre guanyar menys o perquè saben que truncarien la seva carrera. Una vegada més, les lleis ben intencionades no valen per a gaire, perquè no poden regular la realitat del mercat: són les nostres accions (i les dels nostres caps) les que modifiquen aquesta realitat. Segons l'agència europea Eurostat el 17,6% de les dones no té el nombre de fills que desitjaria perquè no se sent capaç de conciliar treball i família. Òbviament, moltes dones se senten realitzades treballant, però gran part estan al mateix temps frustrades perquè les condicions laborals limiten la seva llibertat. I després ens estranya el que la nova vida familiar comporta: el 40% dels nens amb estrès i el

10% amb depressió (per no esmentar l'obesitat infantil, el *botellón*, etc), les espanyoles tenim el menor nombre de fills per mare d'Europa (1,25), als trenta *se'ns passa l'arròs* o no ens plantejem ni posar-lo a bullir. Amb tot això, l'administració destina molt pocs recursos per a les dones que decideixen ser mares. Una baixa remunerada de sis mesos, tot anat bé, és del tot insuficient. Si els primers anys de vida d'un infant són els anys de més dependència i en els que necessita rebre una atenció constant, hauríem de poder gaudir d'un any de baixa remunerada, com a mínim.

## Propostes per al canvi

Voler ser mare i tenir l'opció de fer-ho sense haver de disculpar-se, ni morir de gana... ni ser una mena de *superwoman* que arriba a tot però en realitat a res, ha de ser una realitat. Qualsevol mare a qui es preguntí què és el més important en la seva vida contestarà que els seus fills, ser mare et canvia la vida, és una evolució, és una continuïtat, que ningú s'hauria de perdre, surtint els problemes que surtin.

S'haurien de propulsar iniciatives privades com *Take back your time* (*Recupera el teu temps*), una plataforma de nord-americans units contra l'epidèmia del *sobretreball*. Entre les seves activitats destaca l'elaboració d'estratègies per aconseguir millors mitjans que redueixin els horaris, multipliquin les vacances i facilitin treballar a temps parcial o fora de casa. El secret és convèncer les empreses que si passem menys temps a l'oficina necessitarem menys pauses i cafès i rendirem més, o que, per exemple, estalviarien molt permetent el *teletreball*.

Cal lluitar perquè la maternitat no sigui un luxe ni un absurd, així com pel model de vida imposat. No és fàcil, però les nostres àvies van aconseguir millorar la seva realitat i nosaltres podem millorar la nostra.



# Pilar Romero Caballero

## persones singulars

6

La senyora Pilar, veïna dels pisos Aniversari, sent una gran satisfacció per la seva professió com a mestra d'educació infantil, tasca que desenvolupa des de fa més de 30 anys a l'escola Sant Jordi.

### **Pilar, quant fa que et s veïna dels pisos Aniversari?**

Des de fa 28 anys, vaig venir a viure-hi quan el meu fill gran tenia 2 anys, i ara ja en té 30.

### **Però, ets nascuda a Palafrugell?**

No, sóc de Veas de Guadix, província de Granada. El dia 1 d'agost del 1961 vaig aterrar a Regencós, llavors tan sols tenia 3 anys.

### **Sé que ets professora. Per què vas escollir aquesta professió?**

Des de petita tenia molt clar que volia ser professora. El fet d'haver anat a un col·legi de monges o perquè en aquella època ens ensenyaven moltes coses de l'Àfrica i de com els nens havien de caminar tants de quilòmetres per anar

a l'escola, com aquella mainada s'esforçava per aprendre, em va marcar molt. Sempre deia que quan fos gran seria mestra o missionera. Finalment, no vaig tenir la vocació per ser missionera i vaig decidir ser mestra.

M'esforçava molt en els estudis i tenia molta fe per anar endavant i arribar a aconseguir-ho. Poder és una de les coses de les quals em sento més orgullosa de la meua vida. Faig allò que sempre he volgut fer. Poder altres coses a la vida no han sortit com volia, però m'he dedicat al que sempre havia desitjat, realment puc dir que sóc mestra per vocació.

### **A quin col·legi de Palafrugell fas classes?**

Estic a l'escola Sant Jordi des de l'any 1981.

### **Quines matèries fas?**

Jo sempre he fet classes a nens i nenes petits, primer a P5 i després vaig passar a P4.

### **Com són els nens i nenes de la teua classe, et donen problemes?**

Mira, els petits tenen una cosa, i és que volen sempre una dedicació absoluta, però tenen una qualitat i és que són molt agraïts. N'hi ha de tossuts o malcarats, però en aquesta edat és fàcil posar-los fre, és diferent de quan tenen 12 o 13 anys, que és una edat molt difícil.

Ara per ara, amb l'edat que tenen els meus alumnes, i amb el suport dels pares es poden corregir moltes coses. Jo no tinc nens problemàtics, és possible que n'hi hagi algun amb dificultats d'aprenentatge, i quan els veus ja es deriven als professionals adequats.

### **Si et proposessin fer classes als nens grans. Què faries?**

Quan jo estudiava no hi havia les mateixes categories que hi ha ara de professors. El títol d'educació infantil no existia, quan jo vaig anar a la universitat per estudiar magisteri només hi havia tres especialitats definides: matemàti-

ques, ciències i ciències socials. Aquesta última és la que jo vaig escollir i vaig estudiar: geografia, història i història de l'art. Quan sorties de la universitat ja sabies que et podia tocar qualsevol cosa, just en aquell moment s'engegava l'educació infantil i hi havia molta demanda de mestres per cobrir les places vacants. Amb el meu títol podia fer classes a tots els cursos, des de parvulari fins a sisè, que era considerada l'educació general bàsica i a partir de sisè fins a vuitè només podia fer classe de la meua especialitat: geografia i història. Quan vaig arribar a l'escola Sant Jordi varen oferir-me dur les classes de parvuls i em va semblar bé, amb ells estic molt contenta i feliç.

### **Vas escollir tu l'escola Sant Jordi o et van donar una plaça assignada?**

Quan treballaves en una escola pública és diferent que en una escola concertada com l'escola Sant Jordi, si hi ha una plaça vacant i els agrades t'agafen. Jo feia en aquesta escola classes particulars dintre de l'horari escolar a nens i nenes que necessitaven un reforç, aquest reforç no és com ara: els pares ho havien de pagar i era una mica a part. Vaig estar tot un curs fent aquesta activitat i va donar la casualitat que el mestre de P5 va marxar a viure a Girona i em varen oferir el seu lloc.

### **Estàs d'acord amb els canvis que fa Ensenyament? La setmana blanca al febrer o la jornada intensiva al juny?**

En tots els anys que porto exercint la meua feina he vist tantes reformes... En particular, amb aquesta de la setmana blanca al febrer no hi estic gens d'acord, no tothom es pot permetre, com diu el senyor Maragall, fer una setmana de festa per anar a esquiar al febrer.

Tampoc es donen gaires alternatives, i són les AMPA que s'han de moure per organitzar casals per a aquesta setmana, ja que no tots els pares poden fer vacances o deixar els seus fills/es amb els avis o parents. I aquestes alternatives no són mai barates. Després hi ha altres inconvenients, com és que són massa seguides amb el Nadal i els mestres no tindrem temps d'engegar el ritme escolar que ja tindrem a sobre la setmana blanca, a més quan la mainada està molt de temps a casa, tornar a posar horaris, temps d'estudis, etc. costa molt. Realment no sé quin sentit té aquest canvi, però crec que no és bona idea.

### **I la jornada intensiva?**

A la nostra escola comencem la jornada intensiva l'última setmana de juny, a l'escola pública comencen molt abans. Però és cert que al mes de juny fa molta calor per a la mainada, les aules no tenen aire condicionat i crec que la persona o persones que fan aquestes propostes de canvis estan tranquil·lament en un despatx amb una sèrie de comoditats que les aules no tenen.

### **Pilar, amb quins inconvenients es troben els nens i nenes nous a l'escola?**

Depèn, si arriba a mig curs aquell nen o nena necessita molt de temps per adaptar-se, però ara ja són segones generacions, els germans, cosins i altres parents ja fa temps que són aquí i parlen entre ells l'idioma, coneixen el tarannà que hi ha. Per a mi el problema més gros és l'idioma, a vegades no saps què li passa a la mainada, si li fa mal alguna cosa. Si els veiem tristos no sabem com demanar-los que els passa i no els podem ajudar.

### **Creus que l'educació dels nens i nenes, que és la base per fer homes i dones de bé, hauria de ser gratuïta a Catalunya com en altres països?**

Jo et parlo com a mare, tinc tres fills que varen coincidir en el col·legi, havia de comprar llibres per a tres i la veritat és que són molt cars, i no cal anar a buscar els exemples en altres països, ja que en altres comunitats d'Espanya, els llibres són gratuïts. Ara amb el tema dels ordinadors, pensa que nosaltres n'hem de pagar la meitat, mentre en altres comunitats estan totalment subvencionats. Trobo que s'hauria de buscar una solució, ajudes per fer més lleugeres aquestes despeses, segurament diuen que donen beques, però no a tothom, no tothom tenim aquest dret, mentre és sabut que fora d'aquí no et pregunten res per donar-te els llibres que necessites, te'ls donen i s'ha acabat la història.

### **Per què creus que surt tan car donar una bona educació als nostres fills/es?**

Penso que avui dia s'ha perdut una mica el nord, la mainada demana moltes coses i tot nou, els pares els ho compren, sense pensar que es poden aprofitar moltes coses de l'any anterior, tot i que és una decisió molt personal i que respecto. Des de l'escola treballem contra aquest consumisme tan elevat i ensenyem a les noves generacions que el material el farem servir fins que no es trenqui i després si fa falta ja en comprem.

Pilar, acabada aquesta conversa et donem les gràcies pel temps dedicat, estic segura que prendrem notes de les teves explicacions per posar-les en pràctica segons convingui. De tot cor, gràcies senyora professora.

# el primer pas... sempre fa por

# article

Sovint em trobo en situacions en les quals he de decidir, però no m'atreixo a fer-ho. I sempre necessito algú al meu costat perquè m'ajudi i em doni consells. Però quan no hi ha ningú m'he de decidir jo mateixa. I sempre penso que sóc forta, però davant de la situació m'afebleixo i dic que jo no ho puc fer, i que no, i que no. Però hi torno a pensar i dic: "Jo sóc capaç de fer qualsevol cosa que m'és convenient." I segueixo pensant en moltes dones que són un exemple per a mi, i dic: "Sí, és el que he de fer." Però faig el primer pas, i penso un altre cop: només he fet un pas, encara tinc temps per tornar. Però no, no ho puc fer, m'he promès a mi mateixa que seré forta, i aquest cop tiro endavant sense pensar, i m'és igual tot el vent que em vingui en contra, l'important és a on arribi, llavors si allò em porta avantatges o conseqüències, les assumeixo amb molt d'orgull, ja que sé que ha sigut una decisió meua i de ningú més. I així vaig guanyant, amb cada pas que faig en la meua vida, i sé que encara em queda molt de camí per recórrer, i molts primers passos per fer, i també molta insistència.

La vida que ens toca a cadascú de nosaltres és sempre diferent, de manera que hem d'afrontar el que ens toca amb coratge i valentia. És necessari no deixar escapar els nostres somnis, tot i que hem de saber què ens pot costar aconseguir-los, que és possible que ens equivoquem, però això és el que ens ensenya la vida: podem cometre errors, els podem rectificar i tornar a començar.

Les experiències viscudes condicionen la forma d'actuar, la falta de confiança i la por moltes vegades no ens deixen avançar, un simple pas es pot transformar en un abisme. S'ha de lluitar, mai fer un pas enrere, aixecar el cap, caminar endavant

sense por, amb confiança, amb seguretat en un mateix, i amb la certesa que si ensopegues, t'aixecaràs i continuaràs caminant, sempre endavant, perquè pots fer-ho.

És necessari plantejar-nos què volem de la vida i sense por i molta empenta anar i cercar allò que busquem, no deixar d'insistir-hi, si no surt a la primera, ni a la segona, ni a la tercera, hem de buscar la fórmula adequada per tal de gaudir del que cerquem. Cal tenir confiança que sortirà bé i si el resultat no és el desitjat hem d'analitzar on hem pogut fallar, corregir els errors comesos i incorporar les noves idees al nou intent. Hem de ser positius, forts i perseverants en cada cosa que fem, en cada somni que volem complir, per molt impossible que aquest ens pugui semblar. Hi ha un antic conte xinès que ho explica molt bé:

"Hi havia una vegada, en un petit poble de l'interior de la Xina, un vellet que va sortir de casa seva amb una petitíssima cullera a la mà. Es dirigia cap a la muntanya sagrada, una muntanya bellíssima però que amagava la pitjor de les male-

diccions: no deixar que els nens creïessin. El vellet en el seu camí es va creuar amb un camperol que sorprés per l'hora del matí li va preguntar:  
- A on aneu tan d'hora amb aquesta petita cullera a la mà?

- Vaig a moure la muntanya- va contestar el vellet- així el sol podrà veure el poble i els nens creixeran.  
- Però bon home, tu estàs boig! -va dir el vilatà- com vols moure la muntanya amb aquesta cullereta?  
- Doncs si ningú comença, mai ningú ho aconseguirà."

La diferència entre l'esclavitud i la llibertat és a donar el primer pas. No et garanteix l'èxit però sí et torna la vida, i això en si mateix és un èxit.





# fem memòria



A partir dels anys 60 i fins al 1975 a Palafrugell, com a moltes poblacions catalanes, arriben persones de diferents punts de la península espanyola, a causa de les oportunitats de feina que hi havia. Palafrugell passarà de 7.739 habitants el 1950, a 13.817 el 1975. La procedència de la majoria d'aquests nouvinguts és Andalusia i es dedicaran a feines relacionades amb la indústria i la construcció.

Per tal d'oferir una sortida a les necessitats urgents d'habitatge, a finals dels anys 50 es van començar a construir nous edificis que acabarien conformant barris enters, com les "cases barates", els pisos "San Martín" o "la Sauleda". El darrer d'aquests projectes, el més ambiciós per la seva mida, va ser l'edifici anomenat Aniversari, al final del carrer Ample, a càrrec de la promotora cooperativa Cooperativa de Viviendas San Martín. Aquesta empresa cooperativa s'havia fundat a Palafrugell, on tenia les oficines centrals, l'any

1968, a fi d'engegar grans projectes residencials com els esmentats anteriorment.

A principis dels anys 70 es varen començar a construir els pisos de l'edifici Aniversari, un gran bloc de 144 habitatges, a càrrec de la constructora Atlas.

Quan feia 5 anys que s'havia iniciat la construcció, l'empresa encarregada de les obres va fer fallida per culpa d'una pèssima gestió, i va deixar les obres paralitzades durant 3 anys, des del 75 fins al 77.

Als locals de la UGT de Palafrugell, es va celebrar una reunió de propietaris cooperativistes per discutir la situació, amb motiu del retard en el lliurament dels habitatges, el qual hauria d'haver tingut lloc feia 4 o 5 anys.

L'empresa promotora va justificar com a causa de la paràlització del projecte, la manca de crèdit per part dels bancs.

En aquesta junta extraordinària de propietaris, on van acudir uns 50, es va acordar que era necessària una reunió posterior o escollir un grup de representants, perquè la quantitat d'afectats ascendia fins prop de 200 famílies.

Va ser una junta de 5 veïns qui es va encarregar de posar d'acord gairebé 200 famílies, per tal de gestionar i demanar pressupostos fins a arribar a contractar una nova constructora. Va ser una tasca difícil aconseguir que tots els veïns posessin diners de la seva butxaca per a pagar la cooperativa San Martín i que, finalment, aquesta s'encarregués de finalitzar les obres, l'any 1980.

Actualment l'edifici Aniversari encara és l'edifici d'habitatges més alt de Palafrugell, amb 9 plantes i 144 pisos, a més dels garatges i locals comercials dels seus baixos. I encara ara continua essent l'edifici més emblemàtic de la història viva del poble.

## Mohamed Abbaoui

En Mohamed Abbaoui és una persona molt activa al poble. Va néixer al Marroc, concretament a la província de Nador, en un poble anomenat Aroui, el 21 d'abril del 1979. Al seu país natal va fer primària, secundària, i finalment va començar una carrera de literatura anglesa que, per circumstàncies de la vida, va haver de deixar.

L'1 d'agost del 2002 va arribar a Palafrugell com un nouvingut. No es va trobar amb gaires dificultats, ja que tenia família aquí i l'ajudaven en tot. Al cap de poc d'arribar es va incorporar al món laboral. L'estiu del 2003 va començar a treballar en una carnisseria que es troba a la plaça 11 de Setembre, on encara treballa amb moltes ganes. Des de la seva arribada va assistir a cursos de català per a adults, i ara ha tornat a incorporar-s'hi un altre cop perquè ho havia deixat un temps. A més de la llengua catalana, també sap parlar castellà, anglès, francès, amazic, i naturalment, àrab; totes amb un nivell molt considerable.

Fa de professor de la llengua àrab i de la religió musulmana a la mesquita i al centre islàmic, a nens. També forma part d'un grup de voluntaris per a la convivència a la biblioteca de Palafrugell, on intenten millorar la convivència entre els usuaris d'aquest espai. També fa trobades amb els seus amics una vegada a la setmana per parlar de temes variats, i per intentar millorar els coneixements de cadascú.

Entre les seves aficions hi ha: jugar a futbol, viatjar i a més llegir, encara que no tingui gaire temps per fer-ho. Li agrada llegir tot tipus de llibres: història, cultura, religió musulmana... i insisteix molt a llegir l'Alcorà, ja que el considera com un llibre sagrat molt valuós.

Quan li he fet la pregunta de com veu els immigrants d'aquí, m'ha donat una resposta molt interessant. Diu: "Aquí podríem dividir els estrangers en dos tipus: uns que saben parlar l'idioma i que estan bastant integrats;

# • aquí, • arreu

ed Abbaoui Mohamed Abbaoui Mohamed Abbaoui Moha

i els altres que són nouvinguts, i que els costa bastant integrar-se, principalment perquè no parlen l'idioma del país, perquè considero que la clau per entrar en un món desconegut com és un país, és saber l'idioma del lloc i la cultura de la qual estàs envoltat."

Quan li pregunto: "Què és el que et preocupa actualment?" Em respon: "A nivell personal em preocupa una crisi molt significativa, i no és la típica econòmica, sinó més aviat la psicològica, la mental, la humana que acostumem a tenir les persones, només pel fet de ser humans, i és la d'entendre la vida, la d'entendre la societat en la qual vivim, la de saber respectar i entendre l'altre encara que sigui completament diferent de nosaltres, i encara que tingui una mentalitat desigual respecte de la nostra." A més ha afegit: "Els humans som massa dependents de tot el que és material, del que es pot tocar i deixem de banda que nosaltres no només tenim un cos, sinó també una ment i un interior de cada persona, que els hem d'anar

alimentant, i entre els quals hem de saber fer un equilibri."

També ha comentat que li agradaria donar la cara real de la religió musulmana, representar-la tal com és, i intentar corregir les males interpretacions que se'n fan.

De plans futurs, li agradaria continuar estudiant la carrera que havia començat al seu país, llegir més sobre diferents temes, saber més sobre les diferents cultures, saber com pensa la gent i comprendre-la, aprendre més sobre l'islam...



# foto denúncia

Creieu que a la brossa  
li sortiran cames i es  
ficarà ella sola a dins  
dels contenidors?



## donec a favor del medi ambient

### dones a favor del medi ambient

#### **MOBILITAT SOSTENIBLE**

Una de les preocupacions principals per a la nostra societat és trobar carburants substituïts a l'ús dels derivats del petroli; és a dir, trobar energies renovables i respectuoses amb el medi ambient. Els poders polítics i econòmics de mica en mica es van conscienciant de la necessitat de buscar solucions urgents.

Què podem fer tots nosaltres en la nostra vida quotidiana? Quins gestos diaris podem realitzar a fi d'estalviar en la despesa de carburants, i en la producció de gasos?

Al conjunt de mesures que tant els poders públics com els ciutadans anònims duem a terme amb aquest fi, se l'anomena *mobilitat sostenible*.

La mobilitat sostenible englobaria un conjunt de processos i accions orientats a aconseguir l'ús racional dels mitjans de transport tant per part dels particulars com dels professionals. D'aquesta manera, també s'aconsegueix que la contaminació produïda pels automòbils disminueixi, cosa que inclou tant la qualitat de l'aire com la contaminació acústica.

Per fomentar la mobilitat sostenible els organismes públics s'inclinen per una política en diverses línies, que abordi els diversos problemes que el gran nombre de vehicles

comporta i tracta de pal·liar-los en la mesura que sigui possible amb diferents iniciatives plantejades en diversos àmbits.

Algunes d'aquestes iniciatives són: potenciar la qualitat i la freqüència dels transports públics; promoure les estacions o punts intermodals, on els usuaris podem enllaçar diversos mitjans de transport per a més comoditat; reduir les emissions contaminants dels transports; promoure que els particulars compartim els nostres vehicles, sobretot en els desplaçaments laborals; fomentar els mitjans de transport que funcionin amb mètodes no contaminants, etc.

Hem vist, doncs, que una d'aquestes maneres d'ajudar i ésser ajudats és compartir vehicle amb altres usuaris que potser necessitin fer el mateix trajecte que nosaltres. Ja fa anys que a països europeus s'han iniciat campanyes per a conscienciar d'aquest fet, i s'han creat pàgines web on podem oferir o trobar les ofertes de persones que de manera habitual o extraordinària segueixen uns determinats itineraris i així compartir cotxe amb el consegüent estalvi econòmic que comporta: menys diners a gastar per part de les dues parts, menys vehicles a les carreteres, menys contaminants...

Igualment, penseu en l'opció del transport públic per als vostres desplaçaments, o inclús si es tracta de trajectes petits, penseu en les avantatges de les opcions més sanes: caminar o utilitzar la bicicleta. Un bé comú tant per la vostra salut com per l'estalvi energètic.

Tot seguit podeu trobar un llistat de webs on podeu oferir-vos o trobar companys per a compartir trajectes en vehicles privats:

<<http://www.compartir.org>>  
<<http://www.viajamosjuntos.com/>>  
<[http://www3.udg.edu/ov/mobilitat/borsa\\_x\\_compartir\\_cotxe.htm](http://www3.udg.edu/ov/mobilitat/borsa_x_compartir_cotxe.htm)>  
<<http://taulers.uab.es/tau-ccotxe/>>

#### **CAR SHARING**

Pocs vehicles, molts usuaris/àries. Estalvi, eficiència, sostenibilitat, mobilitat intel·ligent... Comparteix una flota de cotxes.

<<http://www.laptp.org/carsharing/>>  
<<http://www.catalunyacarsharing.com>>

I ben a prop nostre un grup del facebook que es diu: Sortim de... Palafrugell, on persones de les rodalies comparteixen itinerari.

<<http://www.facebook.com/#!/group.php?gid=124628707591322>>

Entre tots, fem de la mobilitat sostenible un objectiu comú.

## AILATAN

Una tarda al sortir de l'institut, me'n vaig anar directament a casa perquè havia tingut un dia molt dur d'exàmens i volia descansar una estona.

Em vaig estirar al sofà i en qüestió de segons em vaig quedar adormida. Quan em vaig despertar, em trobava en un lloc molt estrany, era com una vall, amb els seus prats, un riu, una muntanya i en la llunyania un gran castell, però era tot d'un color gris, es respirava tristesa en l'ambient. Vaig veure tot tipus de criatures: fades, elfs, nimfes, unicorns, gnoms, follets, centaures, tots els éssers que llegia en els contes en la meva infància, però tots estaven tristos, i jo no sabia si era un somni o era real.

Caminant sense rumb i capficada en els meus pensaments, de cop i volta em van embolcallar unes enormes ales blanques, em vaig quedar paralizada, poc a poc vaig anar girant fins que vaig trobar-me

cara a cara amb un drac. Com si em llegís el pensament, em va dir que no xisclés, i em va dir que ell era un drac blanc dels somnis, que em trobava aquí perquè tenia una missió molt important.

Em va explicar que em trobava en el regne d'Ailatan, en el món de la fantasia, en el qual només es pot accedir a través dels somnis i que tan sols podien anar-hi persones que en la seva infància creien en els éssers que hi habiten.

En el castell que es troba en la muntanya més alta del regne, habita un príncep, Arnau. Feia cosa d'un any, el príncep va caure en una gran depressió, per això tot Ailatan tenia aquesta tristesa. Temps enrere, el príncep va conèixer una noia preciosa, afectuosa, simpàtica... de la qual es va enamorar i es va casar amb ella. Però un dia el príncep va descobrir que la seva esposa li estava intentant robar tot l'or de palau, així que la va fer fora i li prohibí posar els peus a Ailatan.

Des d'aquell dia el príncep no va

tornar a ser el mateix, i tots els habitants del seu regne estaven molt tristos per ell.

La meva missió era buscar-li una pretendent a Arnau. Li vaig anar presentant candidates, però cap li agradava, va anar passant el temps i el príncep no s'enamorava de cap, cadascuna li semblava pitjor. Així van passar tres anys. Vaig cansar-me de presentar-li les millors noies que coneixia i que ell les rebutgés, així que vaig anar una tarda a parlar amb ell i dir-li que no li portaria més noies. Em va abraçar i mirant-me fixament als ulls em va dir:

-Fa temps que estic enamorat, ja vaig trobar a la meva princesa.

Em va besar i em va dir:

-Ets tu.

Va ser així com Ailatan va tornar a la normalitat.

Una tarda al sortir de l'institut, me'n vaig anar directament a casa perquè havia tingut un dia molt dur d'exàmens i volia descansar una estona.

# amb un xic d'humor

Va un conductor i es passa el semàfor en vermell, i li diu el policia:

- "Escolti que s'ha passat el semàfor en vermell!"

Li contesta el conductor :

- "Perdó, és que sóc daltònic "

I el policia li diu:

- "Què passa, que a Daltònia no hi ha semàfors?"



## sabors del món

### arròs amb llet arròs amb llet

13

#### Ingredients:

500 ml de llet sencera o semidesnatada

4 tasses petites d'arròs

3 cullerades grosses de sucre

3 branques de canyella

la pela d'una taronja

canyella mòlta

#### Preparació:

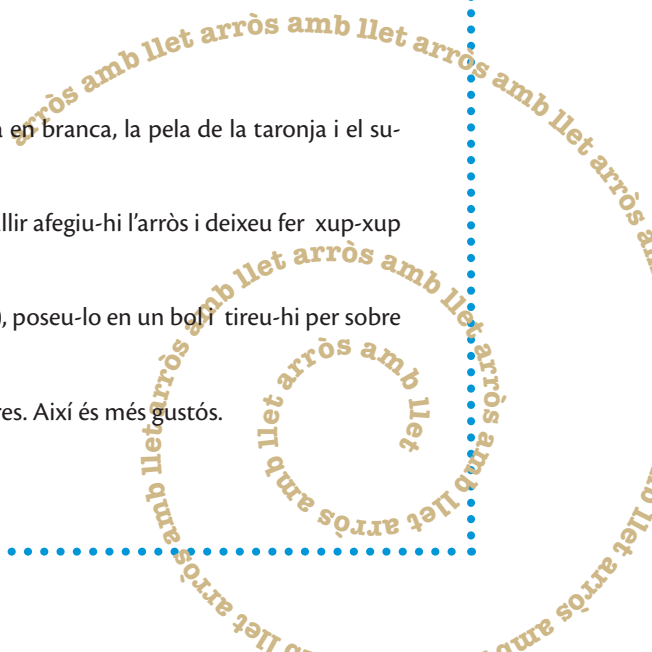
Poseu en un cassó la llet, la canyella en branca, la pela de la taronja i el sucre.

Poseu-ho al foc i quan comenci a bullir afegiu-hi l'arròs i deixeu fer xup-xup uns quinze minuts.

Quan l'arròs ja estigui bullit (tendre), poseu-lo en un bol i tireu-hi per sobre la canyella mòlta al gust.

Deixeu reposar com a mínim 12 hores. Així és més gustós.

Bon profit!!!



# elles actuen



## Protecció Civil

Protecció Civil de Palafrugell és una associació de voluntaris sense ànim de lucre que neix a la nostra vila l'any 2003, amb l'objectiu de donar suport a la policia local en grans esdeveniments com la cavalcada de reis o el carrousel Costa Brava, o en catàstrofes ambientals o incendis. A l'estiu les seves activitats s'intensifiquen fent patrulles forestals i marítimes per tal de garantir la seguretat ciutadana.

L'equip de voluntaris actualment està format per quinze membres, dels quals quatre són dones. Les tasques assignades tant als homes com a les dones és la mateixa. L'equip sempre ha d'estar alerta i preparat per a qualsevol avís d'emergència per part de la policia municipal.

En casos de recerca de persones desaparegudes, sobretot si són mainada, la satisfacció de trobar-les bé els fa sentir orgullosos de la feina que desenvolupen i de l'equip al qual representen.

Des del butlletí, volem donar les gràcies a tot l'equip de Protecció Civil de Palafrugell per la seva tasca i especialment a la Sílvia i la Dolo per haver-nos explicat la seva experiència com a dones dins l'equip.

# opinions

## Què canviaries del teu barri?

### SAULEDA:

*Eva (28 anys)*

A curt termini, que se acabin les obres, i a llarg termini més presència policial.

*Antònia (78 anys)*

Que no vinguin més immigrants.

*Dolores (38 anys)*

A mi no m'agrada aquest barri, i m'agradaria marxar.

*Ana (58 anys)*

No canviaria res, estic molt contenta amb el meu barri.

### CARRER AMPLE:

*David (34 anys)*

Menys immigració.

*José (51 anys)*

Trauria la pista i faria el parc de la mainada més gran, també ampliaria la zona d'aparcaments.

*Jesús (37 anys)*

Més seguretat per a l'entorn infantil

*Francisco (58 anys)*

Hi posaria més zona per aparcar.



# actualitat del Pla de Barris

actualitat del Pla de Barris actualitat del Pla de Barris actu

El dia 18 de desembre es fa l'estrena del nou parc situat al barri de la Sauleda. El nom encara està per decidir, ja que s'escollirà l'opció que rebí més vots per part de la gent del poble, tant al web com a l'oficina del Pla de Barris. Les dues propostes han estat: Parc de la Sauleda i Parc del Carrilet. Un cop recollits els vots, la proposta ha de passar per Ple de l'Ajuntament; per tant, fins a finals d'any no es farà oficial.

El dia de l'estrena hi ha paradetes, un espectacle de l'Aula de Dansa i diferents activitats per a totes les edats.

Cap a finals de gener es publicarà la *Guia de l'habitatge i de les comunitats de veïns i veïnes*.

El Pla de Barris compleix 2 anys i segueix el calendari de tasques segons la planificació inicial.

S'ha incorporat un punt TIC (Tecnologies de la Informació i de la Comunicació) a la oficina del PdB. Hi haurà un ordinador a disposició de la gent que el necessiti per fer consultes i diferents gestions.

Les obres de rehabilitació de l'edifici Aniversari ja van per la meitat. Resta pendent començar les obres als edificis de la Sauleda, estan a l'espera que totes les comunitats es posin d'acord.

## ressenya

### ***Planes para mañana***

Pel·lícula que explica la història quotidiana de tres dones que tenen la possibilitat de canviar i refer les seves vides, però la barreja de sentiments, com la por i la culpabilitat, els impedeixen prendre la millor decisió.

### ***El síndrome de la abuela esclava***

El doctor Antonio Guijarro Morales és cardiòleg, professor de la Universitat de Granada. Recentment ha publicat un llibre, dirigit al gran públic, titulat *El*

*síndrome de la abuela esclava*. És una malaltia greu, que afecta dones madures sotmeses a una sobrecàrrega física i emocional i que origina greus i progressius desequilibris, tant somàtics com psíquics.

### ***Maragall vs. Alzheimer***

En aquest llibre, Pasqual Maragall ens explica la seva pròpia lluita per derrotar la malaltia d'Alzheimer, sap que no és fàcil, però amb el seu esperit optimista i l'ajuda de la seva família vol mantenir-se al més actiu possible.



**A mesura que anem creixent,  
alimentem els nostres sentiments**

