

Les meves memòries



M^a Rosa
Jansà Gavaldà



Les meves memòries

Maria Rosa Jansà Gavaldà

*La vida no és el que un viu sinó com ho recorda,
i com ho recorda per explicar-ho.*

G.G.Márquez

Preàmbul

Les meves memòries és una autobiografia novel·lada que recull les vivències de la meva àvia, la Maria Rosa Jansà Gavaldà, un dona de Riudoms nascuda l'any 1931 a qui el 2016 van diagnosticar la malaltia de l'alzheimer.

Malgrat la pèrdua de memòria que pateix d'ençà de l'inici dels primers símptomes, cal dir que els records del passat li han quedat ben impregnats, cosa que als que l'envoltem ens ha causat una gran sorpresa. Tots aquests records que, tot i la malaltia, com dic, manté indelebles me'ls ha explicat en llargues hores de conversa durant l'any 2021 i són els que he intentat transcriure en el present llibre; records que –per què negar-ho– són els que encara avui la fan brillar. Després de noranta anys de teixir històries avui jo com a neta seva puc afirmar amb satisfacció que amb el text que ve a continuació

l'he ajudat a reconstruir els diversos capítols que conformen la seva vida; una vida que també és la meua i la nostra, la de tota la família perquè sense la família els Ollé Jansà no seríem res, absolutament res.

Estimada àvia, del 1931 fins al 2021, aquí tens el testimoni per escrit de la teua (i la nostra) vida. Amb els millors desigs i gran estima, llarga vida.



01

La infància

La llum de la meva vida començava el 21 d'octubre de 1931 al carrer de Sant Sebastià, a Riudoms, un petit poble a la comarca del Baix Camp. Maria Rosa, així és com em van posar de nom els meus pares, en Joan i la Rosa. A casa ja érem quatre: el papa, la mama, la meva germana gran, Josefina, i jo. Érem de cal *Garxet*.

Més enllà de les poques fotos que tinc guardades d'aquella època, no en puc recordar gaires coses, de la meva infància, tot i que m'agradaria descriure el meu poble, una vila de 3.500 habitants on la majoria de les famílies eren pageses, és a dir, gairebé tothom vivia del camp. El poble es distribuïa per barris i en cada un recordo que hi havia una cansaladeria: al carrer del Beat, la cansaladeria de Cal *Pastor*; al carrer Major, la de cal *Futerri*; al mas de Don Felip, la cansaladeria Carme;, al carrer

de les Galanes, la cansaladeria Rossita Manau, i al carrer Sant Josep, la de cal *Cossaco*. També hi havia altres botigues que venien queviures, verdures, fruites... en recordo la localització exacta com si fos avui: al final del carrer del Beat hi havia ca la *Sopa*; al carrer de l'Arenal, la Teresina Maca; al carrer Major, cal *Paiol*, i alguna més que se m'escapa entre els dits.

Les places sempre estaven plenes de nens i nenes jugant, també dels més grans que contemplaven els infants. En aquella època molt pocs nens i nenes anaven a col·legi, la majoria anaven al camp, a ajudar els pares i els tiets a collir, plantar, plegar avellanes o a fer el que fes falta. O, almenys, això és el que puc dir vist des de la meva perspectiva, ja que els meus pares eren pagesos de soca-rel i jo mai vaig anar al parvulari. Així és com vam créixer les meves germanes i jo (dic les meves germanes, en plural, perquè durant la guerra, com explicaré més endavant, va néixer la petita). Els temps han canviat, però abans no ho trobàvem pas malament; agenollar-nos, suar i sacrificar-se al camp per tal de poder sobreviure davant la pobresa de l'època. El col·legi era tan sols un lloc de passada, només hi anàvem

quan plovia ja que si estava mullat al camp no s'hi podia anar. A l'escola que solíem anar era l'Escola de les Monges de la Consolació, a Riudoms, però també anàvem a repàs, sobretot en el temps de la guerra, però no em vull avançar sinó explicar a poc a poc el recorregut i el pas dels anys de la meva infància.

Les situacions complicades que em van tocar viure ja de ben petita em van fer veure la vida d'una altra manera. La pobresa, la guerra, el paper de la dona en aquella societat i molts altres factors destacables em van fer descobrir com funcionava el món i com era de complicat tirar endavant una família i poder mantenir un nivell de vida mitjanament bo. Davant d'això, el meu pas dels anys ha estat com el treball d'una formigueta: a poc a poc he anat aconseguint allò que m'he proposat i he pogut fer front a la pobresa fins a tenir tot el que tinc avui.

1936

La meva infància va estar marcada per aquest any, 1936. El 18 de juliol esclatava la Guerra Civil en el territori espanyol. Davant la incertesa del que passaria, no vam trobar necessari mar-

xar del poble, però amb l'inici dels bombardejos, el setembre del mateix any, vam decidir anar-nos-en. Vam traslladar-nos al mas de la meva tieta Antònia, dona d'en Ramon Gavaldà, un mas a prop del poble i ben comunicat amb masos veïns. La vida allà era diferent de la del poble, al mas no ens vèiem amb gaire gent i la meva germana i jo ens passàvem el dia jugant. Com que durant la guerra no podíem anar al col·legi els meus pares, de tant en tant, ens portaven a un mas veí a fer algunes classes en què ens ensenyaven a llegir, escriure, sumar i restar.

La veritat és que no s'hi estava pas malament, al tros. He de dir que jo, de la guerra, no en tinc gaires mals records, ja que els meus pares no ens mostraven el que verdaderament era. Una de les coses que em va impactar més va ser veure cremar l'església del meu poble. El dijous dia 23 de juliol, un bàndol revolucionari va calar foc a l'interior de l'església, abans, però van enderrocar les troncs de pedra. La meva mare ens va portar a la Josefina i a mi a casa de la tieta Adela. Aquella casa estava situada just davant l'església i des del balcó es podia veure l'altar major. La tieta, la mama, la Josefina i jo vam veure de ple la nostra capella en flames. Els *rojos* també van buidar l'ermita, Verge Maria i l'Abadia, tot convertint en fogueres gegants tot

el patrimoni religiós. El dia 9 de setembre, dos mesos després de l'alçament feixista, es van treure les plaques dels noms dels carrers amb significació religiosa.

Entremig del caos i el desastre, va néixer la meva germana. Després de nou mesos d'embaràs la meva mare va donar a llum el 14 d'octubre de 1936. A casa va arribar la Pilar. Els meus pares van anar a la casa del poble perquè al mas no hi havia els recursos que necessitaven i van decidir restar a casa. La meva germana gran i jo vam estar amb la padrina Josefina i fins que no vam tornar cap al mas no vam veure la petita de casa. Tret de l'alegria que ens va dur aquell naixement, la guerra continuava a les nostres vides.

A Riudoms ja teníem dos guàrdies civils, però pels carrers es començaven a veure homes armats amb pistola i un casc al cap. Per sort al mas no vèiem els deterioraments del poble i estàvem aïllats de qualsevol desastre.

Fins l'any 1938 no van cridar el meu pare per anar al front. Aquell any van convocar les tres quintes més grans: la quinta del 19, del 20 i del 21. El van destinar a l'església de Cambrils. Entre llàgrimes ens en vam acomiadar. Vuit dies més tard ens



Els que estan asseguts en primer terme són, d'esquerra a dreta, Vicent Llurba, Montserrat Coll, Javier Llurba, Isabel Gispert, Roser Llurba, Pere Coll i la tieta Pilar.

Els que estan asseguts en segon terme són, d'esquerra a dreta, Josep Maria Gispert, la meva germana gran, Francesc Coll, Teresina Jansà, Salvador Coll i jo.

En la primera fila hi podem veure, d'esquerra a dreta, Pere Gispert, Maria Gavaldà, Ernest Gispert, la padrina de la mama Antònia, la tia Serra i la mama.

En la última, d'esquerra a dreta, Cisquet Llurba, Javier Llurba, Angràcia Gavaldà, la tieta Ramona, Maria Coll i el papa.

I al fons, Francesc Coll i Ton Gavaldà.

Pantà de Riudecanyes. Any 1946



Els meus pares



Jo als 18 anys

van comunicar que marxaven cap a Vilanova de Bellpuig, a la província de Lleida, ell i més soldats. En aquell poble de Lleida hi havia gent de Riudoms que els van oferir aliments, begudes i roba, el papa sempre va estar-los agraït. A Vilanova de Bellpuig no hi van estar gaire ja que al cap d'ns quants dies uns soldats van avisar que les tropes estaven a punt de traspasar l'Ebre, i tant el papa com els seus companys van decidir abandonar el front de manera que aquella mateixa nit van fer camí cap a Riudoms.

Aquella nit entre cops i crits ens vam despertar, espantades, la mama i les meves dues germanes i vam córrer cap a la porta; era el papa. Petons, abraçades i plors, aquell moment el recordaré sempre. El primer que vam fer va ser treure-li la roba bruta i les sabates. En aquell moment, però, se'm va aturar el món perquè, en treure-li els mitjons, la pell dels peus li va seguir, els peus eren de color vermell, entre la sang i les llagues. La mama els hi va rentar tan bé com va poder. Estàvem espantades i amb llàgrimes als ulls. Trenta-dos dies havien passat des que el papa havia marxat, però per fi era a casa. Tot i això, la guerra continuava. No feia ni dos dies que havia arribat quan, de sobte, van venir dos soldats a donar una ordre: "s'instal·larà una cui-

na on vindran uns soldats a buscar el menjar dos cops al dia, per dinar i per sopar”. Vam saber que els masos veïns eren els allotjaments dels soldats i que el nostre mas en particular seria només “la“cuina”. Sobre allò no podíem dir res. La mama va sospirar i va fer que sí amb el cap. Amb l’arribada dels soldats al mas, i als masos veïns, van col·locar un canó antiaeri a cent metres de la masia, però mai el van arribar a utilitzar. Amb tot això, teníem el papa amagat ja que havia fugit del front i ningú podia saber que era a casa. Entre tots vam decidir tornar-lo a vestir de soldat perquè se n’anés del mas. Recordo les paraules de la mama quan el papa estava preparat per tornar a marxar: “si t’aturen pel camí els dius que vas al mas del teu germà que t’han donat un permís i que després tornes cap al front”.

Quatre dies més tard, les muntanyes més properes estaven plenes de llums; eren fogaines que assenyalaven l’arribada dels *nacionals* i, l’endemà, diumenge 15 de gener de 1939, els nacionals ja van arribar a Riudoms, els vam veure arribar des del mas. Aquell mateix dia el papa va tornar a casa.

La zona de Riudoms estava plena de *rojos*, de gent refugiada fugida del front, i de soldats que se n’havien escapolit d’anar-hi.

Amb la fi de la guerra i la imposició de la dictadura militar l'abril de 1939, es van suprimir les lleis republicanes. La postguerra va ser una època dura per les mancances i les represàlies. La dècada dels quaranta va ser anys de molta pobresa pel deteriorament de la guerra i nosaltres continuàvem vivint al mas i, de tant en tant, la meva germana i jo anàvem a fer repàs amb mossèn Josep.

Aquell any 1939 va coincidir amb la meva primera comunió. La mama volia aprofitar el vestit de la Josefina i per tant no em podia esperar a l'any següent a fer-la. Malgrat l'incendi de l'església tots els actes religiosos es van traslladar al Casino. El dia de la comunió, el 4 de juny de 1939, els meus pares no em van poder acompanyar perquè la meva germana gran tenia una forta pulmonia, de manera que mentre jo rebia la primera comunió, a casa va venir el metge del poble, el senyor Castro, i ens va aconsellar que vingués un metge més expert, ja que la vida de la Josefina estava en perill i era necessari cridar un altre metge. Finalment, i per sort, va venir el doctor Vila-seca, de Reus. Aquell dia no va ser com m'esperava i no el vaig gaudir pel patiment que tenia per la meva germana gran. A l'església hi vaig anar amb el tiet Ton, el germà gran de la mama, i amb

la padrina Josefina. I quan ja vaig rebre l'eucaristia i la missa es va acabar tots tres vam tornar a casa.



02

La joventut



El 1943, encara molt empobrits i amb gran frustració a causa de la guerra, va arribar una alegria a casa: la meva germana petita, la Juanita. Les meves dues germanes i jo estàvem emocionades perquè a casa sempre havíem estat pocs en comparació amb els nostres cosins, els quals gairebé tots eren set o vuit germans.

Jo llavors ja tenia dotze anys i, tot i que continuàvem vivint al mas, anàvem de tant en tant al poble. Allà hi tenia dues amigues que fins més grandetes sempre anàvem juntes. La Nuri Ortiga Pagès i la Rossita Corts Fargas. Elles es veien més, però jo al viure al mas les veia ben poc. En aquella època la gent estava molt espantada per culpa de la guerra i els nens i nenes sortien ben poc pel carrer. A les meves germanes i a mi només ens deixaven venir al poble un dissabte al mes; a cada una de

nosaltres ens tocava un dissabte diferent. Els caps de setmana que baixàvem tots era perquè la mama havia de comprar i de pas anàvem a missa. Els meus pares si no anava a missa no em deixaven anar al ball. Com ells deien “si es pot fer una cosa també se’n poden fer d’altres, no hi ha excuses”. El ball sempre era al parc de Sant Antoni. Allà ens trobàvem amb les amigues i les diferents colles del poble, des dels més petits fins als més grans.

El Pere

Amb el Pere ens va costar molt poc conèixer-nos, ja que els nostres masos estaven costat per costat i, a més, ell venia a treballar a casa meva, treballava amb el papa. Jo tenia setze anys, ell dinou. Les primeres cites van ser a Sant Antoni, tot i que mai ballàvem junts, cadascú anava amb la seva colla. No vaig poder gaudir gaire dels balls a la fresca al parc de Sant Antoni perquè els meus pares no em deixaven anar-hi gaire, encara que moltes vegades hi anava d’amagat per veure el Pere i la meva colla.



Jo als 18 anys



D'esquerra a dreta: l'Antonio Font, el Josep M^a Guinart, les meves amigues, la Rossita Corts i la Nuri Ortiga, i a la dreta jo i el Pere.



Els meus pares i jo el dia del casament de la meva germana Pilar



Les meves amigues, la Nuri i la Rossita i jo.

Un dilluns, l'endemà del ball de diumenge, va venir al mas per anunciar als meus pares que festejàvem i que, si li ho permetien i no els sabia greu, vindria a casa de tant en tant. El papa i la mama ja el coneixien, ja sabien de quina casa era (de ca l'Ollé) i no els importava que jo anés amb ell. Va ser una època molt bonica. En complir ell vint anys va marxar cap a la *mili*, va estar-hi sis mesos, sis mesos llargs, sis mesos parlant per carta, sis mesos esperant tornar-nos a veure. A cada carta que li enviava li deixava dos segells perquè em pogués tornar resposta. Cada matí en despertar-me preguntava si havia arribat alguna carta per a mi. Tots aquells sobres que rebia d'ell me'ls guardava en una caixeta que de tant en tant obria per tornar-les a llegir totes quan el trobava molt a faltar.

Al tornar de la *mili* ens vàiem cada dia, els dos teníem les nostres vides però anàvem fent camí junts, fins avui. Les nostres famílies estaven contentes que festejéssim. Quan en vaig complir divuit els meus pares em van donar una mica més de llibertat, però res comparable amb ara. A les nits no es podia sortir i durant el dia ben poc i sempre amb el permís dels pares. Evidentment primer s'havia de treballar al camp i després, si la feina s'havia acabat, es podia sortir.

Van ser uns anys durs de treball ja que amb el Pere teníem ganes de fer un gran pas i poder-nos independitzar de casa dels pares, però abans de fer-ho ens havíem de guanyar bé el jornal.



03

*Cap a la
maduresa*

Al cap de cinc anys vam decidir casar-nos. Amb molta por decidíem fer aquell pas. La guerra encara era molt recent per a tots. Encara que haguessin passat uns quants anys, la pobresa seguia entre nosaltres i la gent havia canviat el rumb de vida.

Ens vam casar el dia 12 d'octubre de 1954 a la parròquia de Sant Jaume apòstol de Riudoms. Tota la meva família i la família d'en Pere ens van acompanyar en aquell dia tan especial.

Anava vestida de color negre i portava un vel de tul curt. Anar de blanc en aquella època era de rics, i a casa meva sempre havíem estat pobres. Tot i així, tant en Pere com jo anàvem molt arreglats i va ser un dels dies més bonics que recordo d'aquells temps.

El dinar el vam fer al *Centro riudomense*, que en aquella època era d'en Cisquet Bou. Vam fer el menjar habitual d'aquella època: estofat o canelons. El Centro era el restaurant de moda de Riudoms i per totes les festes importants hi anàvem.

Com en tots els casaments, els dies posteriors a l'enllaç es marxava de viatge de noces. La primera nit ens vam quedar a Reus al carrer Pedró i després ens en vam anar cap a Saragossa. Vam agafar el tren a Reus on vam fer un quilomètric. Abans quan viatjaves era la millor opció, i consistia a fer com un rebut amb els quilòmetres que volies fer durant el viatge i pagaves pels quilòmetres. Fer allò sortia més bé de preu. Els de classe social baixa pagaven per menys quilòmetres en comparació amb els de classe alta que tenien més quilòmetres per a fer. En pagar el quilomètric, et donaven un termini de sis mesos per fer aquells quilòmetres.

A Saragossa vam estar-hi tres dies. Allà vam anar a veure la Mare de Déu del Pilar. Passats els dies, vam anar cap a Sant Sebastià i allà ens vam trobar uns senyors que ens van preguntar on anàvem i, en explicar-los que fèiem el viatge de noces, ens van oferir el lloguer d'una habitació de casa seva, ja que ens



El dia que em vaig casar amb el Pere



*El Pere i jo
de viatge de noces*

sortiria molt més bé de preu que anar d'hostal. En estar per la zona del País Basc, vam aprofitar per anar a Irun, on hi ha la frontera d'Espanya amb França, també a Monte Igueldo, que ens va impactar per aquelles vistes tan maques i enormes. Després de passar uns dies pel nord, vam anar vuit dies a Madrid. Allà vam estar amb una noia que festejava amb un torero i que va ser la nostra guia i ens va portar a molts llocs emblemàtics de la ciutat. De Madrid cap a València, de València cap a Barcelona i després cap a Manresa a veure el germà d'en Pere.

Després d'estar més de deu dies fora de casa, ja ens esperaven per anar a treballar perquè havíem d'anar a l'oliva, a quarteres (a això li dèiem tant per quilo). A banda d'anar a l'oliva al mas del Toda, també anàvem al mas del Font a agafar garrofes i, també amb els pares del Pere a un mas de Botarell que més tard el vam cuidar nosaltres. Havíem treballat quasi tota la vida, però aquests treballs que anàvem fent eren els que ens ajudarien a sobreviure en els anys posteriors, sobretot per pagar el lloguer de la casa on vam començar a viure un cop ens havíem casat, al carrer del Beat número 3.

La pagesia, com he dit anteriorment, havia estat l'ofici per

excel·lència de l'època i les nostres famílies des de sempre havien estat pageses. Nosaltres continuàvem l'ofici, ja que tampoc hi havia gaires sortides més de treball, però tot i això ni jo ni el Pere n'estàvem satisfets encara que davant la situació econòmica i els pocs anys de matrimoni no ens podíem plantejar encara una altra sortida i les nostres famílies tampoc ens ajudaven, ni econòmicament ni moralment.

El 3 de febrer de 1956, quan ja havíem enllestit l'oliva del mas de Botarell, va venir el famós fred que va matar els arbres. Amb la desesperació i la inquietud per l'any que passàriem per culpa de no poder guanyar res, sorprenentment un pagès de Montbrió va venir a dir-nos que també se li havien mort les oliveres i ens va proposar un projecte que tant al Pere com a mi ens va interessar, tal com el pagès ens va dir: “vostès seran els pagesos i jo seré el capitalista, vostès hi posaran el seu saber i jo hi posaré els diners perquè comprin les llavors, el planter, l'adobo, si s'ha d'enramar, les canyes. I vostès s'encarregaran de fer la feina, de saber plantar, collir, adobar i vendre al mercat. Un cop es vengui ens repartirem els beneficis obtinguts”. Vam estar una mica més de dos anys en aquest terreny fins que ens van oferir una feina més a prop de casa, al terme de Riudoms, con-

cretament ens van oferir una finca d'avellaners, i entre les avellanes i el recapte que fèiem a casa podíem anar guanyant-nos la vida.

La Gran

El juny de 1956 se'm va començar a estriar la panxa i em vaig començar a preocupar ja que era una cosa molt estranya. A mesura que passaven els dies i allò no millorava, vaig preferir explicar-ho a la mama i em va dir que estava embarassada i que allò que em passava era totalment normal i una cosa natural del cos femení. Després de les paraules de la mama vaig anar al metge del poble i, com bé m'havia dit, es tractava del meu primer embaràs. Com n'era, d'innocent! Abans ningú ens preparava per això i no en sabíem res, érem uns ignorants.

Al Pere i a mi ens va fer il·lusió tot i no tenir gaires recursos econòmics a l'abast ni saber què era ser pares. Abans les coses

eren molt diferents i fins el dia del part no vam saber si era una nena o un nen. El meu primer embaràs va ser dur, vaig patir. Finalment, després del gran patiment, el dijous 7 de març de 1957 va néixer la Montserrat a la clínica Vidal i Gener, a Reus, la nostra primera filla. Set setmanes després del part, vaig tenir una fístula i em van haver d'operar, però per sort va anar tot bé.

Era una nena moreneta amb el cabell arrissat, amb la pell fina com la porcellana, els seus llaviets, les orelletes, el nasset estava tan ben fet... era una nineta.

Al néixer la Montserrat ens van fer fora de la casa perquè venien a viure-hi els propietaris. Ens van oferir una casa al carrer de Sant Pau, número 29 i la vam comprar per trenta-una mil pessetes. La vam comprar a una senyora que es deia Dolores, de cal Vicent Cagat, casada amb en Salvador Massip. Aquella casa era vella, vam reparar-la i al cap de pocs mesos vam començar a viure-hi.

Quan la nena tenia dos anyets en va fer una de grossa! A casa teníem una saleta on desàvem l'oli i els queviures. Aquest oli estava envasat en una gerra on n'hi cabien dos-cents litres. Quan necessitàvem oli obríem l'aixeta de la gerra i el posàvem

en un setrill. La Montserrat un dia al matí va anar cap al quartet de l'oli i va obrir l'aixeta i el greix va començar a rajar. Vam perdre tot l'oli i tota aquella habitació va quedar feta una bassa d'oli, mai millor dit. Quin escàndol, quin trasbals! Per no perdre tot aquell oli en vam treure un ús i vam fer sabó.

Quan la nena en va fer deu la vam portar a l'escola de Montbrió on va fer moltes amigues: la Dolors Olives, la Maria Teresa Folch, la Maria Teresa Mas, la Concepció Arbonès i la Montserrat Anguera.

Al llarg dels anys ens vam adonar que l'ofici de la pagesia no ens donava uns resultats satisfactoris i desitjàvem progressar, no volíem quedar-nos estancats en aquest món, per això, l'any 1958, vam decidir obrir una paradeta al mercat de Riudoms.

En aquell temps a Riudoms venia molta gent de la Solana i al mercat es guanyaven diners. Hi vam estar uns quants anys fins que vam obrir la nostra pròpia botiga de queviures. Al mercat hi havia altres paradetes, on s'hi feia molta germanor, una de les coses que s'ha perdut al llarg dels anys a Riudoms. Hi havia unes vint o vint-i-cinc parades: la de la Pili Chancho, la de la Pepeta Escoda, de la Magdalena del Fracesc, de la *Polda*, de



La Montserrat als 3 anys



La Gran



*Mercat de Rindoms situat a la plaça de l'església.
Parades de carn de la Josefina Ratulina i de la Pepita Margalef.
Arxiu: Josep Maria Font. Anys 60*

la Teresina dels *Llorenços*, de la Pepita Martí del Margalef, del Bou, de la Rossita Blanca que venia menuts, de l'Estevania, de la Victòria de Cambrils, de la Juanita del peix, tres gallinaires, de la Trilla, de la Maria Guinjoan que venia verdura, del tiet Sebastià Domènech que a més de vendre era el conserge i netejava el mercat, i d'altres que se m'han esborrat de la memòria.

04

El nou camí



El Nen

El 23 de gener de 1963 va néixer l'Alfons, el nen de casa. N'hi havia que deien que s'assemblava a mi, d'altres al Pere i uns quants que deien que s'assemblava a la mama. La gran sempre va estar disposada a cuidar el nen perquè ella ja en tenia set. Tenia els cabellats arrissats, *de bon eduí*. Era molt bufó.

Com tots els nens petits, sempre en fan alguna! Vam haver de portar-lo al senyor Castro, el metge del poble, perquè se li va posar un fesol al nas. Vam haver de córrer ja que ens van dir que se li podia inflar dins del nas i li van haver de treure amb unes pinces. Pobre vailet!

Un altre dia, la gran amb la seva amiga i veïna, la Montserrat Anguera, volien banyar el nen i els va caure la criatura de dalt a baix de la pica! La nena, això, fins que no va ser més gran no ens ho va explicar. Quantes coses que no devem saber...

A l'Alfons des de ben petit el vam portar a l'escola de les Monges de Montbrió. Hi anaven els dos, la nena i ell, i passaven tot el dia en aquell poble veí: marxaven al matí amb la motxilla al coll i una carmanyola amb el dinar i tornaven a casa a les sis de la tarda. Però pocs anys després ja els vam portar a l'escola Beat Bonaventura de Riudoms.

Als deu anys el vam portar en un campament de colònies, a la Riba, amb la *Organización de Juventudes Españolas*. Va estar-hi tres setmanes i, els caps de setmana, quan teníem lliure, l'anàvem a veure i dinàvem amb ell. Un dia dels que vam anar-hi a dinar, el nen jugant i saltant per allà va caure i es va donar un cop amb una pedra a la vora del riu. Es va fer un nyanyo! Per curar els cops abans es posava una moneda on t'havies donat el cop i amb un turbant ben lligat i ben estret envoltàvem la zona perquè el nyanyo no fos tan gros.

Recent complir vint anys va anar de voluntari al servei militar a Reus. Durant aquells mesos s'enyorava molt i per qualsevol cosa ens cridava que l'anéssim a veure amb l'excusa de portar-li coses que necessitava. Li van donar el paper de cuiner al voluntariat i tenia molt poques hores lliures; se li va fer llarg.



Diumenge de Rams



La Carme el dia de la comunió



La nena un divendres sant



El nen el dia de la comunió



**L'Alfons al
Servei Militar**

si se sabe obligada a escribit
mimo ahora te toca ati se
aplicado no seas perezosa y
da atodes tus amistad un
mensaje de amistad y cari
no sepa que estan bien
recibidas.

Alfons no te olvides de
saludar a tus amigos de
campamento de un lado
parto y tu recibe el mas
carinoso saludo de tu padre
y hermanas besos y abrazos
Tus te olvides de cuidar
bien que lo que estas
tudo esplico te lo ordeno

Pedro y Mrs Rosa Garcia

Alfons Ollé

La Riva

Querido hijo:

Al recado recibí
mas tu carta cosa que
mas alegramos muchísimo
que te sintiera agusto en
el campamento y que te que
taseen los camisas y todo en
una palabra. Lo que te
digo es que cuando escribes
nos espagues mas cosas y te
aborgues un poco mas pues
nos quedamos sin enterarnos
de nada y tu ya sabes que
particularmente a mi me

**Una de les cartes que li vaig escriure a
l'Alfons mentre estava al campament.**



Tota la família a l'església

Vam veure que el mercat se'ns quedava petit i feia molt de temps que rumiàvem d'obrir el nostre propi negoci. L'any 1968, deu anys després d'haver-nos instal·lat al mercat, vam reformar els baixos de la casa i vam fer-hi una botiga. Al començament veníem tant al mercat com a la botiga, però al cap de dos anys vam decidir tancar la parada del mercat i només dedicar-nos a la botiga.

La Nena

La petita de casa, la Carme, va néixer el dijous 1 d'agost a les dotze de la nit. Va ser una sorpresa per tots els de casa que amb trenta-set anys quedés embarassada. Ja era molt gran per tenir una altra filla però, malgrat tot, ens va portar una alegria i ens vam sentir més joves.

Quina careta més rodoneta, els ulls ametllats i la boqueta petitona! S'assemblava al Pere. A casa ja érem cinc. La Montserrat, igual com va fer amb l'Alfons, amb la petita també em va ajudar molt. Era molt responsable i em treia molta feina de sobre ja que amb la botiga sempre anava enfeïnada.

A la nena també n'hi va passar una de grossa! Un matí quan tenia dotze anys, la Montserrat li va demanar que pugés a casa ràpid per anar a buscar una bufanda. La Carme corrent cap dalt es va entrebancar amb l'escala i es va clavar el cantó de l'esglaó al front. Sense dir res a ningú va entrar a casa i va anar cap al lavabo a mirar-se la cara i de seguida va veure com li rajava la sang a dojo. Quin patiment, pobreta! Ella, tan prudent, no volia fer patir ningú i no ens volia dir res. La Montserrat en veure que tardava molt a baixar va anar cap dalt per veure què passava i la trobar plorant desconsolada amb el front ple de sang. Quin disgust!

A large, stylized outline of the number 5, rendered in a reddish-orange color. The number is composed of several distinct segments: a top horizontal bar, a vertical stem on the left, a horizontal bar in the middle, and a large, sweeping curve at the bottom that forms the base of the digit.

05

Nova etapa

L'any 1972 van posar a la venda el terreny de davant de casa, el número 24, i vam decidir comprar-lo. Vam fer sort ja que ara tenim una casa al mig del poble i per a nosaltres és un orgull ser-ne els propietaris. El solar era més ampli i millor que el que teníem. En aquell terreny hi vam construir una casa i als baixos, la botiga. Gràcies a fer aquella inversió tenim el negoci ben muntat avui dia. A la botiga ens ajudaven els nens: si s'havia de netejar, si s'havien d'ordenar coses o fins i tot a atendre a algunes clientes. Entre tots cinc hem sabut tirar el negoci endavant, això sí, amb treball constant, sempre al peu del canó, del matí al vespre, de dilluns a dissabte però, tret d'això estàvem contents i la gent del poble donava resposta i ens ajudava a tirar endavant, sempre els hem estat agraïts. El poble ja havia crescut i ja superava els 4.000 habitants, es van ampliar els comerços i les zones del municipi: els parcs, les places, els habitatges...

Hi havia molts comerços a banda del nostre. Al carrer Major, cal Lluís de la *Manya* que venia roba interior, cal *Matit* era una tocineria, ca la *Matilda* i cal *Pep de la Munda* que venien comestibles, ca la *Barbereta*, ca la Maria del Carme, cal *Magí*, cal *Molons* i cal Marc Fargas que eren pastisseries, el supermercat Ester, cal *Cranxet*, la bodega de la Soledat Llebaria, cal *Paiol*, ca la Teresina *Maca*, la fleca de ca l'Eudald i cal *Bolero*. Al carrer del Toda (actualment carrer de Gaudí), cal *Nan* i ca l'*Esquella*. Al carrer del Beat, ca l'*Evaristo* i cal *Pastor* que era una tocineria. Al carrer d'Amunt (actualment de Sant Bonifaci) i al carrer de les Galanes, la barberia *Benito*, el cinema de cal Joan Maria, el Joan *Sequet* que era electricista, l'estanc de la Maria Folc, el bar del *Timbaler* i ca la senyora Amparo que feia classes pels nens i nenes del poble. I al carrer de Sant Josep, cal *Cossaco*, la fleca de cal *Joan de la Botera* i cal *Perla* que venia comestibles.

Amb la botiga i tota la feina que comportava només teníem lliures els diumenges i aprofitàvem per fer sortidetes amb els nens. Els diumenges d'estiu anàvem a dinar a Vilafortuny sota els pins. Els nens es banyaven una estoneta al mar i quan estaven cansats anàvem a dinar. També anàvem a Santa Marina a fer una paella; normalment hi anàvem amb les meves germa-

nes i els meus pares, així els nens estaven amb els seus cosins i cosines i jugaven plegats. Quan teníem alguns estalvis i hi havia algun pont, anàvem a Benidorm. Als nens els encantava sortir del poble i anar de viatge plegats. Una vegada vam anar a Pamplona amb l'Antonio i la Rossita, el germà i la dona del Pere, i també a la Costa Brava.

En un dels viatges més macos que vam fer tots cinc, també va venir el Joan Pere. Va ser quan el Pere i jo vam fer 25 anys de casats i vam veure que ens mereixíem marxar tots de viatge. Vam anar a Canàries, a l'illa de Lanzarote, a l'illa de la Palma i a Tenerife. Vam passar unes dies meravellosos que tant de bo es poguessin repetir. Vam anar-hi vuit dies a l'agost, vam visitar el Teide, vam pujar amb camell i altres activitats que als nens els van fascinar. Vam gaudir molt per aquelles illes. Allà vaig veure com n'estàvem, d'units, i em vaig sentir molt afortunada de la família que tenia, una de les coses que puc continuar dient avui.

Quan la gran en va fer disset o divuit ens va dir que festejava amb el Joan Pere Ferraté, del cal Joan *Casador*. Nosaltres no els coneixíem i no hi teníem cap relació. La nena s'ajuntava amb la colla del Joan.



Els nens durant les obres del n°24



Tots cinc a la platja



*El Pere i jo a
Vilafortuny*



Baixant de l'avió a Canàries



El dia del casament de la Montserrat

El nen ja festejava amb la Isabel Bono, de ca la Maria Dolors *Matit*. La Isabel des dels catorze anys que ja venia a casa, era una noia molt maca i sempre estava disposada a ajudar.

Els nens sempre havien anat a l'escola, cosa que no era així anys enrere, que s'hi anava ben poc. Abans els nivells escolars eren diferents dels d'ara i l'escola obligatòria era fins a vuitè curs, quan els nens i nenes tenien 13 anys. Després de l'escola obligatòria si no volien estudiar més sabien que l'única sortida que hi havia era treballar i així ho van decidir els tres. La gran als estius anava a treballar al càmping de la Torre del Sol, a Mont-roig, i després en una fàbrica i el nen i la petita van començar a treballar a la nostra botiga fins avui dia, que encara la continuen tirant endavant.

El 24 d'octubre de 1982, la gran i el Joan Pere es van casar. Els va casar mossèn Pau a l'església de Sant Jaume apòstol de Riudoms. Després de la cerimònia vam anar a dinar a Can Solé, a Cambrils. Va ser un dia molt maco que recordaré sempre. Va ser una alegria per a tots, però per altra banda la gran marxava de casa i allò m'entristia una mica, encara que sabia que era molt feliç amb el Joan Pere i no tenia cap dubte que construi-

rien un llarg camí junts i serien molt feliços. El temps m'ha donat la raó ja que fins avui han estat l'un al costat de l'altre i han construït una gran família.



06

Som avis

La Núria

La gran i el Joan Pere ens van donar una notícia: esperaven una nena. Quin entusiasme, quina alegria, quantes emocions van aportar als de casa! Era la primeta neta i l'esperàvem amb moltes ganes. Al Pere i a mi ens van fer padrins de la nena, cosa que encara ens va fer més il·lusió. Ser padrina d'un net sempre havia estat el meu desig: el regal de Reis, la palma, la mona de Pasqua, la fira, el tió i els diners nous.

El 10 de novembre de 1984 va néixer la Núria, una nena moníssima, era un sol. La Montserrat sempre la portava a punt per anar a tot arreu. El Pere i jo sempre vam fer el millor que vam poder per ajudar la gran i el Joan Pere, sobretot els primers anys que la vam tenir molt a casa ja que el Joan Pere havia d'anar a treballar fora del poble.

El 9 de juny de 1988 la Isabel i l'Alfons es van casar a l'església de Santa Maria del Mar, a Vilafortuny. Em va fer molta il·lusió acompanyar el nen a l'altar i veure'l tan feliç aquell dia.

A poc a poc la família s'anava fent gran. La Montserrat ja no vivia amb nosaltres i ja tenien la Núria. El nen acabava d'anar-se'n de casa per anar a viure amb la Isabel i la petita festejava amb el David Carbonell, un jove que venia de Barcelona. Els diumenges dinàvem tots junts a casa i els tres fills sempre ens donaven un cop de mà en tot allò que fes falta.

L'Albert

El segon net va arribar el dia 21 de febrer de 1991. La Montserrat i el Joan Pere van tenir l'Albert, un vailet molt trapella que sempre estava a punt per fer-ne alguna. Quina feinada que vam tenir amb l'Albert... però tot i amb això era un nen amb molt bon cor. Els dos germans eren dos móns diferents, la Núria tan tranquil·leta i l'Albert tan mogut; allò era el que els feia tan especials.



L' aniversari de la Núria

La padrina té un desig
i és que et vol felicitar
aquests 15 anys tan bonics
bon record puguis guardar.
Són com un ram de poncelles,
a poc a poc van esclatant,
cuida-les amb molta tendresa
segur que te n'estimaran.
Ara que ha arribat el dia
que amb tanta il·lusió esperaves
fes que tot sigui alegria
amistat i simpatia
i la nostra Núria tindrà
el gran valor d'estimar.



El dia del casament de l'Alfons



El Pere i jo a la botiga per Nadal



La Núria i l'Albert al Nadal del 91



L'Albert



La Núria



Passant de pressa per la vida

Fulla seca que rodoles.
Quantes voltes donaràs?
Quan t'aturis mira enrere.
Val la pena córrer tant,
per arribar on no voldries
haver arribat mai?
És així el pas de la vida...
Perquè aquest neguit tan gran,
tan sols pel fet d'arribat,
si al cap i a la fi ens dol tant?
És un goig sense alegria,
és això el fer-nos grans.

Amb el Pere ens vam apuntar a la penya del Barça de Reus i hi fèiem sortides per anar a veure el Barça a l'estranger. Vam anar a Dinamarca, Milà, Portugal, Munic, etc. Érem i som culés des de sempre.

Un viatge molt especial que vam fer va ser Reus, París, Londres. Aquesta excursió abans era molt famosa a Reus. Quan marxàvem de viatge amb el Pere no podia faltar comprar un detall per als de casa: per als més grans algun formatge, bombons o pastissos i, per als més petits, alguna joguina o alguna peça de roba.



07

Nova dècada



L'onze d'octubre de 1992 la petita es va casar amb el David, a l'església de Sant Jaume apòstol de Riudoms. Quin goig veure el Pere i la nena entrant cap a l'altar major. Era l'últim casament dels fills. Tots tres ja feien la seva pròpia vida, però mai es va trencar el vincle que teníem, i continuem tenint, entre nosaltres.

Sempre teníem coses per celebrar o alguna excusa per retrobar-nos, per això des de sempre la nostra relació ha estat tan especial i tan maca. Quin goig de tenir els fills que tinc, són una joia.

El nen vivia a la mateixa casa que nosaltres al carrer de Sant Pau i la gran i la petita es van construir una casa l'una al costat

de l'altra al carrer de la Sardana. Els tinc tots al poble, i això m'agrada.

La Mariona

Altra alegria a casa! Altra celebració! El 25 de març de 1996 va néixer la Mariona, la primera filla de l'Alfons i la Isabel. Pensàvem trobar una nena rosseta com la Isabel i va resultar ser com l'Alfons, una nena rodoneta amb unes galtones vermelletes i amb molt de cabell rinxolat. Era tan bufona!

L'Arnau

Un any després, el 1997 la Carme i el David ens van dir que esperaven un nen. El 18 de desembre va néixer l'Arnau. Un trapella com l'Albert. A l'Arnau el vam cuidar molt el Pere i jo. Estava cada cap de setmana a casa i el portàvem a molts llocs. El nen xalava amb nosaltres i sempre volia venir.



Aniversari de l'Arnau

Per l'aniversari de l'Arnau,
aquest nen amb energia
que mai té prou temps per jugar
i li encanten les joguines.
Ens convida a un pastís,
mentre cantem el feliç,
encendrem les espelmetes
quatre més una,
cinc anys que celebrem
i ho farem amb alegria
i sempre t'estimarem,
felicitats caramel de sucre i md



El dia que es va casar la Carme



El dia de la comunió de l'Albert



Ballant amb el Pere



El dia de la confirmació de la Núria



Amb el Pere de creuer



Cagant el tíó l'any 1998



La Mariona



L'Arnau



Amb la Mariona i l'Albert mentre cantàvem 'Pastorets de l'alegria correm tots cap a Betlem que en el fons de l'establia a nascut el rei del cel'.

Els diumenges sempre anàvem tota la família al mas, una tradició que continuem fins avui. Alguns dies fèiem paelles, altres fideuà o carn a la brasa. Amb els nens mentre els més grans feien el dinar, anàvem a fer un tomb pel terme. Agafàvem una branca, ens la posàvem al coll i cantàvem: *pastorets de l'alegria correm tots cap a Betlem que en el fons de l'establia ha nascut el rei del cel*. Els nens s'ho passaven pipa i nosaltres també veient-los xalar. Quins bons moments que passàvem plegats. El temps passava ràpid, sobretot a l'hivern quan a les sis de la tarda ja era fosc i havíem de tornar aviat cap a casa.

La Mariona i l'Arnau els tenia molt per casa i eren com el gos i el gat, sempre es barallaven, no es podien ni veure i ara, com ha canviat la cosa. Quan a un li semblava bé una cosa a l'altre no, quan un volia jugar a *playmobils* l'altre preferia jugar a pilota, quan un volia anar a jugar a la plaça de la Palmera l'altre volia anar a la plaça de l'Església. Era terrible, sempre hi havia crits.

El Pere i jo fèiem alguna sortida per Espanya. Una de les destinacions preferides era Sevilla. Allà sempre hi compràvem mantons i peinetes. Compràvem els regals a la calle Serpies

d'on hi havia les millors botigues de Sevilla, algunes de les quals tenien més de cent anys. A mi m'encantava anar-hi, tant de bo hi pogués tornar. M'agradava tant que fins i tot un dia tan sols hi vam anar a passar-hi vint-i-quatre hores, vam agafar un avió a Reus i vam passar-hi el dia i al vespre vam tornar a agafar l'avió per tornar cap a casa.

Quins records, quantes anècdotes i experiències, quina pena no poder-ho recordar tot amb detall, sort de les fotos, sort del Pere quan m'ho recorda.



08
*El pas
dels anys*

La vida se'ns anava escapant entre els dits i el pas del temps era tan ràpid que semblava que no l'aprofitéssim al màxim. L'any 2001 l'Alfons i la Isabel ens van anunciar que esperaven una nena, la Laura. Ens va fer molta il·lusió que a casa arribés una altra nena, però no sempre pot sortir tot bé. La Laura va néixer quatre mesos abans del previst i va morir al cap d'unes hores. Per tots els de casa va ser un cop molt dur i per l'Alfons i la Isabel encara ho va ser més. Perdre una filla no és gens agradable i menys quan no ho esperes. Les emocions negatives t'envaeixen per dins i és difícil saber com gestionar la situació.

El dolor per la pèrdua de la Laura el portàvem tots a dins, però al cap d'un any va arribar el Marçal.

El Marçal

La Isabel i l'Alfons ens van anunciar que esperaven el Marçal amb moltes ganes i amb molta il·lusió. El 18 de setembre de 2002 va néixer. Quin vailet! Quina alegria va portar i quantes rialles que regalava. Era rosset com la Isabel, i tenia un somriure que no se l'acabava.

La Judith

Dos anys després, el 14 de maig de 2004, va néixer la Judith, l'última neta. L'Arnau estava tan il·lusionat amb l'arribada de la seva germaneta! Van fer padrina la Núria. Va estar tan contenta! La Judith amb les seves sortides i la seva expressió ens feia riure a tots.

El Marçal i la Judith des de ben petits tenen una relació molt especial i sempre estaven junts. En comparació amb l'Arnau i



Pel Marçal

Pel Marçal, el meu petit
que em té tant enamorada
que per més que em faci un pessic
hi sap posar tanta gràcia
que per mi, és tant i tant dolç
com una forta abraçada.



El dia que va néixer el Marçal



L'Arnau, la Judith i jo al 2004



La Mariona i el Marçal al terrat



Amb el Marçal al 2003



La Judith i el Marçal al 2009



Amb la Judith al mas



*Celebrant les bodes de plata de
la Montserrat i el Joan Pere*



Retrat meu als 78 anys



La Judith a Artajona



Amb l'Arnau i el Marçal



El Pere amb el Marçal, la meva germana Juanita i jo el dia de les nostres bodes d'or.



Els 50 anys de la Gran



La Judith, l'Albert, el Marçal i l'Arnau al mas



Flor de maig

Soc cirera primerenca
tan dolceta com la mel,
em dic Judith i m'agrada
i en soc l' enamorada
del meu germanet Arnau

la Mariona, ells dos no es podien separar. Els divendres la nena es quedava a dormir a casa del nen, els dissabtes al matí els prenia a l'hora del conte a la Casa de Cultura i a la una del migdia quan s'acabava passàvem per ca la Barbareta a comprar unes quantes porqueries per menjar. Després venien a dinar a casa. Els dissabtes sempre ha sigut tradició fer macarrons. Abans de dinar sempre estaven engrescats i amb l'Arnau, la Mariona, el Marçal i la Judith jugàvem a la barqueta puja i baixa mentre cantàvem: *la barqueta em puja i baixa sense res no hi pot anar, la Mariona per bandera i l'Arnau per capità. La barqueta puja i baixa sense res no hi pot anar, la Judith cau a l'aigua i el Marçal la va a plegar.* Fèiem benzim-banzam i posàvem un nen dins d'una manteta mentre dos de nosaltres l'agafàvem pels extrems i la fèiem bellugar.

Quan els nets estaven malalts, com que els seus pares havien d'anar a treballar, els portaven a casa i el Pere i jo ens en cuidàvem. Els donàvem aigua amb sucre, la millor medicina casolana, i per dinar, arròs blanc.

La Botiga

Des de 1958 el negoci familiar ha estat al peu del canó, sempre millorant i adaptant-nos als nous sorgiments de la societat. L'Alfons i la Carme des de ben jovenets han sabut tirar endavant la botiga. Per tots, aquest negoci és un orgull, ens sentim satisfets del que tenim i hem aconseguit, perquè els de ca l'Ollé no seríem el mateix sense la botiga.

Treballar en un petit comerç com el nostre sé que no és fàcil. El nen i la nena hi dediquen tantes hores, s'hi deixen la pell perquè tot funcioni, els dilluns a les set del matí no hi ha cap excusa que valgui per deixar de fer la llonganissa i les botifarrres, els dijous cap al mercat i el dejuni d'alguna revetlla de set del matí a nou de la nit treballant a contra temps perquè totes les comandes estiguin llestes, això sí, sempre amb l'ajuda de la Roser, la Pili i la Montse.

El Pere i jo estem satisfets de la feina que vam fer fins a deixar a botiga a les seves mans i no podem estar més orgullosos de tot el que han aconseguit amb el seu esforç.



09

*Un llarg
recorregut*

Aquests últims deu anys han estat plens de moments i, tot i recordar-ne ben pocs amb detall, sé amb qui els he compartit: amb els éssers més estimats que tinc a la vida, la meva família. Els diumenges no cal dir gaire cosa per retrobar-nos tots al mas a dinar. Els divendres al vespre sempre hi ha trànsit per casa; pels que arriben de Barcelona, pels que acaben de treballar, pels que fan la visita diària, tots acaben al mateix lloc, a la cuina de casa. No cal parlar dels dies assenyalats al calendari com la nit de Reis quan els nets surten al balcó de casa a buscar els regals, o el dinar de l'endemà al menjador de casa. Per Setmana Santa quan anem a fer bunyols al mas i menjarblanc a la cuina de casa, el Dijous Gras menjant xocolata i coca d'ou, el Divendres Sant cap a missa i després dinar plegats. Per barris al sopar de Sant Antoni o al ball de l'endemà per fer la tria

de l'hereu i la pubilla, també per Sant Jaume anar a veure el correfoc i dinar l'endemà si el jovent de casa no està cansat de la nit anterior. De les calçotades, de les castanyades, dels aniversaris, dels dinars del Beat i dels improvisats a l'apartament de Vilafortuny. Dels dies de Nadal d'una casa a l'altra, del dinar de l'1 de gener i recollir els diners nous. Totes i cada una de les coses sempre junts, amb un somriure a la cara i amb molta il·lusió de retrobar-nos. Quin goig poder viure-ho plegats, quin goig tenir-nos tots divuit asseguts a taula: el Pere, la gran, el nen, la petita, el Joan Pere, la Isabel, el David, la Núria, l'Albert, la Mariona, l'Arnau, el Marçal, la Judith, el Marc, l'Anna, l'Adrià, l'Oriol i l'Aina.

Aquests dos últims han estat dos anys molt complicats per tot el gran rebombori del covid-19, però, bé, després d'haver viscut una guerra i una gran pobresa poques coses ens atemo-reixen més. Tot i amb això continuem aquí gaudint cada instant de la família, del poble que tenim i de tot allò que ens envolta. Em sento afortunada de ser qui soc i de tenir el que tinc, de la família que he format, dels nens que ja són tan grans, dels meus tres fills i sobretot del Pere que ha estat el meu company de vida, que després de seixanta-set anys continuem aquí els



Reis del 2012



Celebrant els meus 81



Graduació de la Judith el 2016



El Pere i jo al 2018



Amb el Pere al mas



El dia del casament de la Núria



Nadal 2019



Celebrant els meus 90 anys



Tots 20 al mas



Amb l'Oriol



i amb l'Aina



El Pere i jo a la botiga al 2021

dos fent camí l'un al costat de l'altre, amb els nostres petits i grans defectes però ens tenim, que és allò que verdaderament importa.

A casa ja n'han arribat dos més, els bessonets de la Núria i el Marc, l'Oriol i l'Aina. Quina il·lusió que han portat a la família i quin goig poder ser besavis.

Després de noranta anys puc sentir-me satisfeta de tot el que he aconseguit en aquesta vida i de passar de no tenir gairebé res a poder formar una família i fer gran un petit negoci del poble.

Avui més que mai dono valor a les petites coses que m'envolten, a les coses més insignificants que finalment poden ser les més importants i les que potser al cap i a la fi són les que t'aporten la màxima felicitat, perquè en aquesta vida he après que no es tracta de tenir moltes propietats ni molts diners sinó de saber cuidar el que tens i saber-ho valorar per molt poc que tinguis, que realment el més important és la família i l'amor que transmets cap als altres i el que et transmeten a tu. Saber cuidar, saber valorar, saber estimar, saber aprofitar i saber gaudir.

Per quan ja no hi sigui: fills, nets i besnets: estimeu, cuideu, valoreu i parleu sempre a través del cor, la vida per molt complicada que pugui semblar a vegades sempre ens dona una lliçó i a vegades tan sols s'ha d'escoltar el cor per saber i comprendre allò que no funciona per poder canviar-ho.

De la iaia, per als de casa.

*Els nostres
sentiments*

Montserrat

La mama ha sigut sempre una persona molt activa, ja de jove. Tenia moltes inquietuds de fer coses fins que es va decidir amb el meu pare de posar una parada al mercat del poble. Li agradava treballar i també aprofitava per anar de festa si es podia, com fos però ella arribava a tot arreu fins arribar a la seva jubilació entre cometes perquè encara va continuar ajudant-nos a tots nosaltres. Bé, quan tenia 85 anys vàrem veure que se li oblidaven les coses i ho vam comentar al metge. Es van fer les proves necessàries i aquí va ser quan li van diagnosticar un principi d'alzheimer. Ella ho porta bastant bé. Hi ha dies de tota manera, intenta fer el dinar, rentar els plats i fer altres coses, això sí, sempre disposada a ajudar i preguntant cada dia: què voleu que faci?

Està contenta, tranquil·la, no es queixa mai. Li agrada llegir i escriure, però ara ja ha perdut l'interès.No sé si estem prou preparats els germans ni la resta de la família ja que pensem que algun dia pot canviar la fase de la malaltia i fer una baixada.

Sort en tenim, del papa, que sempre està amb ella. Entre tots intentem fer una rutina amb el dia a dia.

Alfons

L'envelliment de la meva mare podríem dir que és la culminació i un reflex de la seva vida: coratge, valentia, esforç i sacrifici. No sé si s'adona del seu estat i el procés de la malaltia que va desenvolupant. El que sí que veiem és l'esforç que fa per demostrar tota la normalitat possible amb la seva vida quotidiana i això als qui estem al seu costat ens desorienta una mica. Té la sort que les persones que l'envolten no deixen d'acompanyar-la i en dir això voldria aprofitar per agrair especialment a la meva germana Montserrat la dedicació que hi aporta.

Carme

La mama, la dona, la iaia, la padrina, la sogra i la meva companya de treball.

Per mi és tot això, sempre disposada a ajudar i tirar endavant tots els seus projectes, treballadora, viatgera i preparada per fer festa. Del poble i de pobles veïns, dinars i sopars amb tota la família, rialles i poemes no hi falten, dels més petits als més grans, escoltant les seves històries que tant li agrada explicar i que bonics els diumenges a la vora del foc.

Núria

Per tots, la iaia és la iaia. En el meu cas és la padrina. Soc la neta gran, la primera que va arribar al món en aquesta gran família que, a poc a poc, ha anat creixent. Fa pocs mesets que li hem atorgat un nou títol, el de besàvia dels bessons, de l'Oriol i l'Aina. Poc s'ho pensava, qui ho havia de dir!

Què dir de la iaia? Doncs que és com una segona mare, disposada a donar consells, a ajudar i a fer-se escoltar. Sempre s'ha preocupat per tota la família, tant pels fills, com per la jove, pels gendres, pels nets i les netes... Per ella, tots som molt importants i n'està molt orgullosa.

Des de sempre que ha estat una persona amb molta empenya, no deixant perdre ni un minut de la seva vida. La seva força i la seva energia són molt envejables.

Ha estat al capdavant del negoci familiar fins al punt en què es va jubilar. Encara ara, als seus 90 anys, continua ajudant a fer mandonguilles, farcint pollastres o fent el que faci falta.

Una de les seves passions és cuinar. Quan arribes a la porta de casa seva ja se sent la flaire dels fogons que sempre van en dansa, disposada a cuinar per a qui convingui i és que el seu menjar no el supera ningú, té un gust especial. No li costa gens posar-se amb les mans a la massa i en un moment ho té fet. A banda de la cuina del dia a dia, cap tradició culinària (els bunyols, menjablanc, panellets) s'ha deixat perdre.

Temps enrere escrivia poesies i el seu cap en tot moment estava cavil·lant per a fer un escrit per al moment més adequat, ja sigui per a un aniversari o per a qualsevol altre esdeveniment.

Quan ha tingut l'oportunitat ha viatjat, descobrint món i interessant-se per nous indrets i noves cultures.

Des que se li va detectar la maleïda malaltia que no ha estat la mateixa però, entre tots, ho intentem portar de la millor manera possible. Els problemes de memòria són el principal símptoma de la malaltia així com també els oblits i la dificultat

per retenir la informació. Té la memòria a curt termini reduïda i sovint no recorda les coses, les pregunta un cop i un altre però les persones del seu entorn li repetim una i altra vegada sense que ella se n'adoni. Hem de ser pacients amb ella i no posar-nos nerviosos. El que té molt present són fets i vivències del passat. És com una caixa de sorpreses carregada d'informació.

La seva evolució ha patit alts i baixos, temporades millors i altres no tant. El fet d'estar envoltada de l'entorn familiar en tot moment l'ajuda a identificar-lo com a propi i sentir-se segura.

La malaltia passa per moltes etapes i sabem que és un procés llarg i que encara ens queden per viure junts molts bons moments i ser feliços.

Mariona

Per mi la iaia és l'olor de pa fregit en una paella que té gust de tot. Un llençol volador al rebedor de casa. Les Apetinas que compràvem amb l'Arnau al Colomé. El racó de l'avi a Sant Antoni alguns dissabtes al matí. L'olor d'aigua salada i l'amanida d'arròs dels diumenges a Vilafortuny. Barallar-me als migdies amb l'Arnau i jugar a dòmino a la tarda. Per mi la iaia és escoltar una bona sardana o el Virolai. També és deixar les sabates al balcó la nit de Reis.

Per mi la iaia és la tieta, la padrina, el papa, l'Arnau, la teta Núria, l'Albert, la Judith, el Marçal, la mama, el David, el tiet Joan, el Marc, l'Anna, l'Adrià, l'Aina i l'Oriol. I sobretot, és impossible que la iaia sigui sense ser també l'avi.

Arnau

Si he de definir per mi què és la iaia, i què ha estat ella per mi, són aquestes tres paraules: Terra, País i Tradicions.

Amor a la terra, l'estima i dedicació que des de sempre ha tingut per la terra, un dels principals valors que m'ha inculcat des de petit, perquè la terra és per a qui la treballa, i ella l'ha treballat molt, des de ben petita. L'estima que té pel territori és l'estima que he après que s'ha de tenir al territori.

El país i el poble, l'orgull de pertinença, el riudomenquisme més nostrat i la catalanitat tan característica, tota la vida al poble, havent passat una guerra i una dictadura, i sense perdre ni un mil·límetre de sentiment del que significa el seu Riudoms i la seva Catalunya, l'estima al Beat, a Gaudí, a la sardana, a la llengua i a la Moreneta, i m'ha traspasat de ple.

Les tradicions; la terra, el poble i el país no serien res sense unes arrels cristianes i tradicionals, una cultura que ha caracteritzat casa nostra, els Ollé Jansà, tradicions passades de generació en generació, que mai s'han de perdre, una cultura que fa família.

Terra, País i Tradicions, tres paraules que defineixen la iaia, tres paraules que tot el seu significat l'envolten i ens els ha traspasat de la millor manera.

Marçal

Per mi la iaia és la persona que millor defineix el que és ser família: li encanta que estem junts, explicar-nos les seves anècdotes, veure'ns feliços, fer-nos créixer i tenir-nos a prop.

Una de les coses que m'hi uneixen és la llepoleria, a tots dos ens encanten els dolços; ensaimades del Colomé i de ca la Barbareta, coca d'ou pel Dijous Gras, coca de vidre... i pels dissabtes a la nit llet amb pa a sobre l'estufa de la cuina.

Sobretot la iaia són moments als quals t'aferres i no vols que s'acabin, són moments d'omplir junts els galets cada 25 de desembre, fer cagar el tió, fer els bunyols de Setmana Santa, els panellets, les tardes al mas...

La iaia és persistència, esperança, alegria i amor. La iaia és ser-hi i ser-hi sempre.

Judith

La iaia amb seu esperit jove, amb les ganes que sempre posa en fer les coses, la tendresa que té cap als de casa, els seus consells d'àvia i les seves peculiaritats. La iaia, una dona exemplar que sempre ha lluitat pel que ha volgut aconseguir i que no es rendeix mai davant les situacions complicades. No em puc imaginar una vida sense el seu amor, sense les seves històries i sense les seves sortides que ens fan riure a tots els de casa. Perquè la iaia sense tot això no seria la iaia.

Ella sempre ens ha mostrat el seu amor incondicional per la família, per la seva terra i per les tradicions. Sempre a través de bones paraules i bons fets, entregant-nos tot el seu temps sense res a canvi. Perquè així és la iaia: humil, sincera i amb un gran cor.

Les memòries de la iaia





Les memòries de la iaia

Junell

*Les memòries de la iaia *

*La vida no és el que un viu sinó com ho recorda, i com ho recorda per
explicar-ho.*

G.G.Márquez

ÍNDEX

1. INTRODUCCIÓ	3
1.1 Motivacions	3
1.2 Objectius	4
1.3 Metodologia	4
2. ABSTRACT	6
3. L'ALZHEIMER	7
3.1 Què és l'alzheimer?	7
3.2 Fases de la malaltia	11
3.3 Com ha afectat l'alzheimer a la meva àvia	15
3.4 L'alzheimer des d'una visió personal	18
3.5 Altres casos	20
4. LA BIOGRAFIA	22
4.1 Estructura	22
4.2 Passos a seguir	23
4.3 Característiques i tipus	24

5. PART PRÀCTICA	27
5.1 Passos previs	28
5.2 Entrevistes	33
5.3 Fotografies	36
5.4 La maquetació	45
6. CONCLUSIONS	50
7. DIFICULTATS	52
8. AGRAÏMENTS	53
9. BIBLIOGRAFIA I WEBGRAFIA	54
10. ANNEXOS	55

1. INTRODUCCIÓ

La demència és un terme general per a un deteriorament greu de la capacitat mental que interfereix en la vida quotidiana. La pèrdua de memòria n'és un exemple. L'Alzheimer és el tipus més comú de demència.

Aproximadament uns 46,8 milions de persones són víctimes de l'alzheimer arreu del món, 800.000 persones a Espanya i més de 86.000 a Catalunya. Unes xifres molt elevades i preocupants, ja que fins avui encara no s'ha trobat cura ni cap mena de tractament prou eficaç per aturar la malaltia. D'aquesta demència només se'n destaca la pèrdua de memòria, però s'amaguen molts altres factors darrere d'aquesta, no només per a la persona que la pateix sinó per a tota l'altra gent que la rodegen.

A la meua àvia l'any 2016 li van diagnosticar un principi d'alzheimer, una notícia que ens va inquietar a tots. Molts dubtes i preguntes van aparèixer i cap d'aquestes tenien una resposta clara. Durant aquests cinc anys la malaltia ha anat avançant, però no de la forma que s'esperava, i com a conseqüència, han sorgit moltes altres preguntes, també sense resposta.

Faig aquest treball per veure com és de curiós el cervell humà i per comprovar que, tot i patir una demència com aquesta, els records del passat queden impregnats en la memòria, per això, he fet un recull de totes les vivències de la meua àvia i les he plasmat en un llibre, fent una autobiografia novel·lada de la "iaia", la Maria Rosa.

1.1 Motivacions

En el moment d'escollir el tema del treball de recerca, una de les primeres idees que vaig tenir va ser fer el treball sobre l'alzheimer, ja que malauradament he viscut de molt a prop aquesta malaltia els últims anys i tenia curiositat per saber més sobre el tema, però en ser un àmbit més aviat biològic, vaig començar a pensar com podria tractar aquest tema d'una altra perspectiva cap a l'àmbit més social, d'aquí em va sorgir una idea original i que m'encaixava a la perfecció amb el tema escollit, vaig pensar a enfocar-me principalment en l'alzheimer particular de la meua àvia i, arran d'això, recrear la seva vida des del passat fins avui en una autobiografia novel·lada a partir de totes les vivències que

ella en pot recordar, relacionant la vida de la meva àvia amb l'alzheimer. A banda de ser un treball per a l'institut, m'ho vaig prendre com un treball personal, ja que arran d'això faria un llibre sobre la meva àvia i seria un record que em quedaria d'ella per a tota la vida.

1.2 Objectius

Per tal de fer aquest treball com he dit anteriorment, em vaig marcar un objectiu clau, fer una autobiografia novel·lada, per fer-ho, primer vaig haver d'informar-me i cercar la informació necessària per tal de saber quin era el procés i quins eren els passos que havia de seguir per elaborar un llibre. Un dels objectius principals era veure l'evolució i repercussió que ha tingut l'alzheimer en ella i poder comprovar fins a quin punt aquesta malaltia ha canviat la seva vida i la dels qui la rodegen. Realitzar el meu propi llibre em va crear molta curiositat, ja que mai havia tingut l'oportunitat de fer-ne un i vaig trobar una idea fascinant poder fer aquest procés, encara no tenint l'experiència necessària per a fer un llibre. A banda d'enfocar-me en la seva malaltia particular, també volia cercar informació general sobre la temàtica en qüestió i descobrir aspectes poc coneguts.

1.3 Metodologia

Amb el propòsit escollit, vaig començar a elaborar-lo i vaig enfocar el treball en dos documents, el primer seria el treball en si, dividit per la part teòrica i la part pràctica, el segon el llibre. Partint del treball, com he dit, està format per la part teòrica on explico els temes principals del meu treball: l'alzheimer i la biografia. Aquests dos temes els vaig generalitzar perquè a partir d'aquí sorgia tot el treball, com he explicat, vaig voler-me centrar només en la malaltia particular de la meva àvia, però abans de fer-ho vaig trobar necessari fer una visió general de la malaltia per a poder introduir millor el tema. En aquest primer tema a banda de les característiques generals i les seves fases, també s'hi inclou una petita visió més personal i ja explicada de la malaltia que afectarà la meva àvia. També he volgut

fer una recerca sobre alguns personatges famosos que malauradament també han patit o encara continuen lluitant contra aquesta malaltia neurodegenerativa.

Deixant de banda l'alzheimer, un altre tema tractat en aquesta part, va ser la biografia, parlant de les seves característiques generals, els tipus de biografia i alguns exemples. Seguidament, amb la part pràctica, s'explica tot el procés de realització del llibre i del disseny aplicat, tant en el llibre com en tot el treball. Aquesta part del treball la vaig dividir en quatre parts per tal que l'explicació de la creació del llibre quedés tota explicada i per fer un desenvolupament ordenat, aquestes quatre parts van ser: els passos previs, les entrevistes, les fotografies i la maquetació. El llibre, com he explicat, l'he deixat separat del treball perquè considerava que era una cosa més personal i volia fer aquesta part amb més delicadesa i intimitat, ja que en el llibre s'hi poden llegir totes les vivències de la meva àvia.

2. ABSTRACT

“My grandmother’s memories”, my research project in the form of an autobiographical, is a tribute to my grandmother’s life, from her early life until her more “elusive” present.

Five years ago, my granny was diagnosed with Alzheimer’s disease, and her life was changed from that forward. Despite having Alzheimer’s, she can remember a lot of details from her past. This is something that a lot of people, even the doctors, cannot believe because Alzheimer’s destroys the memory and the cognitive abilities. For this reason, I have written her life in a book.

The objectives of my project are, on the one hand, to learn and understand the disease of Alzheimer’s in order to finally know the particular Alzheimer’s that is affecting my granny. And on the other hand, to learn the whole process of writing a biography and all the important topics related to it. And finally, explain the whole process that I have done in order to complete my grandmother’s autobiography and all the design that has been elaborated during the work.

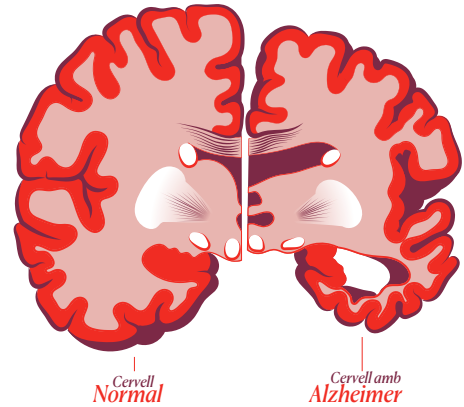
In conclusion, doing this project has made me gain a lot of knowledge at both an academic and personal level. Although it has been a long and elaborated process, it has been a very enriching experience. I made an excellent decision of choosing this topic for my research work as it has allowed me to get to know an unknown part of my family.

3. L'ALZHEIMER

3.1 Què és l'alzheimer?

La malaltia d'Alzheimer és la causa més comuna de demència entre la gent gran.

La demència és la pèrdua del funcionament cognitiu (pensar, recordar i raonar) i de les habilitats de comportament fins al punt que interfereix en la vida diària i les activitats d'una persona. La demència varia en gravetat des de l'etapa més lleu, quan tot just comença a afectar el funcionament d'una persona, fins a l'etapa més greu, quan la persona ha de dependre completament dels altres per a les activitats bàsiques de la vida diària. Aquesta malaltia es produeix per la pèrdua progressiva de les neurones (malaltia neurodegenerativa) que provoca que el sistema nerviós no pugui realitzar la seva funció amb normalitat.



El factor de risc conegut més important és l'augment de l'edat: la majoria de les persones amb Alzheimer són més grans de seixanta-cinc anys. Però l'Alzheimer no és només una malaltia de la vellesa.

La malaltia empitjora amb el temps, és una malaltia progressiva, en la qual els símptomes empitjoren gradualment amb el pas dels anys. En les seves primeres etapes, la pèrdua de memòria és lleu, però en l'etapa final de l'Alzheimer, les persones perden la capacitat de mantenir una conversa i respondre a l'entorn. Les persones amb Alzheimer viuen una mitjana de vuit anys, després que els símptomes es tornen evidents, però la supervivència pot oscil·lar entre quatre i vint anys, depenent de l'edat i altres afeccions de salut.

En l'actualitat, l'Alzheimer no té cura, però hi ha tractaments per als símptomes disponibles i es continua investigant. Si bé els tractaments actuals per aquesta demència no poden aturar l'avenç de la malaltia, poden alleujar per un temps l'empitjorament dels símptomes i millorar la qualitat de vida de les persones amb Alzheimer i els seus

Les memòries de la iaia \\\

cuidadors. Avui, es treballa a escala mundial per trobar millors formes de tractar la malaltia, retardar el seu inici i evitar el seu desenvolupament.

En funció del grau d'afectació dels problemes cognitius en el dia a dia del pacient, es poden distingir dues grans fases en la malaltia d'Alzheimer:

- Fase de deteriorament cognitiu lleu. Es tracta de la presència de pèrdua de memòria, percebuda pel mateix pacient o el seu entorn, i constatada en la valoració pels professionals. En aquesta fase, el problema de memòria no impedeix al pacient fer les seves activitats diàries.
- Fase de demència. En la fase de demència, els problemes cognitius fan que el pacient necessiti, en menor o major mesura, supervisió o ajuda en activitats del dia a dia i, per tant, no és totalment autònom.



En funció de l'edat d'inici de la malaltia, els pacients es classifiquen en:

- L'alzheimer d'inici tardà. Es defineix així quan l'inici dels símptomes comença per sobre els seixanta-cinc anys. És la forma més freqüent, ja que 9 de cada 10 casos comencen per sobre dels seixanta-cinc anys.
- L'alzheimer d'inici precoç. En aquests casos, els símptomes de la malaltia comencen en persones menors de seixanta-cinc anys (habitualment entre els 50 i 65 anys).



En funció de la relació amb factors genètics, els pacients es classifiquen en:

- Malaltia d'Alzheimer esporàdica o poligènica. En la gran majoria de persones amb malaltia d'Alzheimer els factors genètics poden influir en la seva aparició (factors de risc), però per si mateixos no causen la malaltia. Aquesta no es transmet de pares a fills.
- Malaltia d'Alzheimer genètica o autosòmica dominant. És una forma molt poc freqüent; menys d'1 de cada 200 casos de malaltia d'Alzheimer. En aquests casos, la malaltia és causada per una alteració genètica que es transmet de pares a fills. Habitualment l'inici és molt precoç (20-50 anys).



Com es diagnostica la malaltia?

Els metges utilitzen diversos mètodes i eines per ajudar a determinar si una persona que té problemes de memòria té demència possiblement deguda a la malaltia d'Alzheimer.

Per diagnosticar la malaltia d'Alzheimer, els metges poden:

- Fer preguntes a la persona i un familiar o amic sobre la salut general, l'ús de medicaments receptats i de venda lliure, la dieta, els problemes mèdics anteriors, la capacitat de dur a terme activitats diàries i els canvis en el comportament i la personalitat.
- Realitzar proves de memòria, resolució de problemes, atenció, recompte i llenguatge.
- Realitzar exàmens mèdics estàndards, com anàlisis de sang i orina, per identificar altres possibles causes del problema.
- Fer escanejos cerebrals, com la tomografia computada (TC), ressonància magnètica (RM) o tomografia d'emissió de positrons (TEP), per descartar altres possibles causes dels símptomes.

Una vegada es diagnostica la malaltia, es comença un tractament que ajuda a alleujar-la, és a dir, serveix perquè no hi hagi un deteriorament important en la persona malalta, encara que el procés subjacent de la malaltia no es pugui aturar o revertir.

Tractament:

Per ara encara no hi ha cap tractament que pugui prevenir l'Alzheimer o aturar el seu curs. Es compta, això sí, amb medicaments que poden ajudar a pal·liar alguns símptomes i millorar la qualitat de vida dels afectats. Aquests tractaments solen ser particularment útils durant els primers anys de la malaltia, però, amb l'avanç d'aquesta, la seva efectivitat va disminuint.

*Les memòries de la iaia *

L'Administració de Medicaments i Aliments (FDA) dels Estats Units va aprovar cinc medicaments per tractar els símptomes de l'Alzheimer; Galantamina (Razadyne), Rivastigmina (Exelon), Donepezil (Aricept), i Memantina (Namenda).

<i>Nom del fàrmac</i>	<i>Marca</i>	<i>Etapa</i>	<i>Aprovat per la FDA</i>
Donepezil	Aricept	Totes les etapes	1996
Galantamine	Razadyne	Lleu a moderada	2001
Memantina	Namenda	Moderada a greu	2005
Rivastigmina	Exelon	Totes les etapes	2000
Donepezil i Memantina	Namzaric	Moderada a greu	2014

De cara al futur, els investigadors esperen desenvolupar teràpies dirigides a mecanismes genètics, moleculars i cel·lulars específics per poder aturar o prevenir la causa subjacent real de la malaltia.

D'altra banda, s'aposta per un tractament no farmacològic, les recomanacions en l'àmbit de les capacitats funcionals es resumeixen en un estàndard (modificació de la conducta, evacuació programada i induïda) i una guia (assistència graduada, pràctica i reforç positiu). Per millorar les conductes problemàtiques s'estableixen dues guies: d'una banda, l'ús de la música i, de l'altra, el passeig i altres formes d'exercici suau. S'ha de tenir clar en tot moment l'objectiu de les intervencions i no demanar o esperar resultats fora de lloc. Així, per exemple, una tècnica d'intervenció determinada no ha de modificar el curs de la malaltia, però sí que pot millorar l'estat d'autoestima o reduir graus d'ansietat.

3.2 Fases de la malaltia

A la malaltia de l'alzheimer, en termes generals, es parla de tres fases o etapes de la malaltia: Lleu, Moderada i Greu. No obstant això, no hi ha un ordre ni temps precís pel que fa als fets de cada etapa. Encara que el que assenyalen els metges és el que es coneix com a malaltia d'Alzheimer, també remarquen que cada persona és un món i hi ha "persones malaltes" que viuen els símptomes de forma individualitzada.

1 Fase lleu

Aquesta primera etapa té una durada aproximada de tres anys i en ella s'observa un progressiu deteriorament en la memòria episòdica, especialment. La persona oblida esdeveniments recents, no importa que hagin passat 10, 15 o 20 minuts d'un fet determinat. Pot no recordar que ha menjat o oblidar la conversa que ha tingut amb el seu fill minuts abans. Així mateix, la percepció del seu entorn es veu disminuïda, el mateix que la memòria pel que fa al temps i l'espai es veu afectada.

La persona comença a patir certa desorientació, no reconeix bé el lloc on està. Així, és molt comú que la persona no recordi com arribar a les botigues a les quals sempre ha anat, quina direcció prendre per anar a l'església, a la qual assisteix tots els diumenges; o bé, quin camí prendre per tornar a casa. Altres exemples són el de no recordar la data, el dia ni el mes en què viu o no saber quina hora és.

De la mateixa manera sorgeixen altres detalls com són una disminució en la concentració i fatiga. També es presenten canvis d'humor i símptomes de depressió amb apatia, pèrdua d'iniciativa i falta d'interès. Com a conseqüència, a la persona se li comença a notar certa inquietud, mostrant agitació i ansietat. D'altra banda, el llenguatge, les habilitats motores i la percepció són conservades. El pacient és capaç de mantenir una conversa, comprèn bé i utilitza els aspectes socials de la comunicació (gestos, entonació, expressió i actituds) en forma encara dins del normal.

2 Fase moderada

En aquesta segona etapa, tots els aspectes de la memòria comencen progressivament a fallar. Aquesta fase té una durada aproximada de tres anys, durant la qual es produeixen importants alteracions de la funció cerebral amb aparició de símptomes més preocupants o que criden més l'atenció. Comencen a sorgir problemes de llenguatge, a la persona li costa parlar, expressar-se i donar-se a entendre, dificultats per dur a terme funcions apreses així com també una pèrdua de la capacitat per poder reconèixer les persones amb les quals conviu. I, encara que aquesta pèrdua no és total, ja que d'alguna manera encara reconeix ambients familiars i conserva l'orientació personal (sap el seu nom, edat, lloc de naixement), els seus desencerts són cada vegada més freqüents.

Apareixen alguns trets de tipus psicòtic, pot imaginar que veu gent la qual no existeix, sent sorolls que ningú sent o pensa. Comença a preguntar per persones que ja han mort (el seu pare, la seva mare, el seu germà...) i totes aquestes imatges que passen per la seva ment, realment la inquieten.

En aquesta fase la dependència respecte a un cuidador és cada vegada més gran. Les aficions que tenia, les activitats socials, d'oci i d'esbarjo perden totalment el seu valor, mostrant-se avorrit, fluix, apàtic o somnolent.

La persona comença a fer accions repetitives i a obsessionar-se per diverses coses. En aquesta etapa, resulta obvi que la capacitat per al pensament abstracte i l'habilitat per dur a terme operacions de càlcul desapareixen per complet. No poden fer les més senzilles operacions, encara que sí, potser, recitar de memòria les taules de multiplicar.

3 Fase greu

En aquesta tercera i última etapa, es presenta una àmplia i marcada afectació de totes i cadascuna de les facultats intel·lectuals. Els símptomes cerebrals s'agreugen, accentuant-se la rigidesa muscular així com la resistència al canvi postural, poden aparèixer tremolors i crisis epilèptiques.

*Les memòries de la iaia *

El pacient d'Alzheimer no reconeix als seus familiars i fins i tot pot no reconèixer el seu propi rostre al mirall. La personalitat que sempre va acompanyar a la persona, canvia en gran manera. Es mostren profundament apàtics, perden les capacitats automàtiques adquirides com la de rentar-se, vestir-se, caminar o menjar, i presenten una certa pèrdua de resposta al dolor.

Més endavant, en la majoria dels casos, la persona acaba al llit amb alimentació assistida.

Avaluació de l'estat mental

Per verificar les facultats de pensament d'una persona i determinar si qualsevol problema està millorant o empitjorant es fa una avaluació a la persona malalta. També es denomina un examen o prova neurocognitiva.

L'examen consisteix en que un proveïdor d'atenció mèdica fa una sèrie de preguntes, l'examen es pot dur a terme a la casa, en un consultori, en un asil d'ancians o en un hospital. De vegades, un psicòleg amb formació especial fa exàmens més detallats.

Es poden avaluar diverses coses com ara; l'aparença física (edat, pes, postura...), l'actitud, preguntes d'orientació (com es diu?, quina edat té?, on viu?...), activitat psicomotora, període d'atenció (la capacitat per completar un pensament, la capacitat per pensar i resoldre problemes...), funcionament del llenguatge i memòria recent i passada.

La majoria dels exàmens es divideixen en seccions, cadascuna amb la seva pròpia puntuació. Aquests resultats ajuden a mostrar quina part del pensament i la memòria d'algú pot estar afectada.

Les memòries de la iaia \\\

En la següent imatge es pot veure una sèrie de conseqüències que l'alzheimer comporta i que es reflecteixen en les diferents etapes de la malaltia.



Pèrdua de memòria



Problemes de llenguatge



Dificultat amb tasques senzilles



Desorientació en temps i espai



Pèrdua de judici



Dificultat per tenir pensaments elaborats



Pèrdua d'objectes



Canvis en l'estat d'ànim



Canvis de conducta



Pèrdua de la iniciativa

3.3 Com ha afectat l'alzheimer a la meva àvia?

Una vegada apresos els conceptes bàsics, ens focalitzarem en el cas concret de la meva àvia, la malaltia, a dia d'avui, ha mantingut un caràcter lleu, per tant es podria dir que està dins de la primera fase. Si ens posem a analitzar les característiques que es donen anteriorment en la fase lleu, podem veure en ella tots i cadascun dels símptomes.

El desembre del 2016 li van diagnosticar un començament d'alzheimer, la pèrdua de memòria era molt poca, però tal com deien els metges, podia anar augmentant respecte als mesos o anys. Durant aquests cinc anys no s'ha notat un deteriorament excessiu, i això ha portat una gran incògnita per a tots els que la rodegen, fins i tot una incògnita per als metges i les metgesses que anualment la visiten.

Com és possible que, després de cinc anys, una malaltia com aquesta no hagi avançat i no hagi comportat els aspectes negatius que s'esperen? Tot i que el desgast de memòria és inevitable, aquesta pèrdua ha sigut lleu i de fets puntuals com ara coses del dia a dia, què ha dinat, què ha fet durant el matí, els dies de la setmana o les hores. A vegades, quan ha de fer coses que surten de la normalitat, apareix una petita desorientació en ella i en alguna situació fins i tot li ha comportat inquietud i mal estar. Això és degut als canvis del seu dia a dia, les persones amb alzheimer necessiten una estabilitat, necessiten mantenir unes rutines, això les farà memoritzar els fets quotidians i sabran en tot moment que toca fer, a la mínima que surten del dia a dia es pot veure aquest comportament d'inquietud i de malestar que he esmentat anteriorment.

Els canvis d'humor i l'agressivitat no han estat mai una amenaça per ella, sempre ha estat una persona molt prudent i mai ha mostrat ser apàtica amb els altres. Aquest també ha sigut un dels aspectes positius davant la malaltia.

La característica més anomenada i més coneguda de la malaltia és la pèrdua de memòria i el gran davallament de la persona malalta, però en ella no s'han vist gairebé mai aquests trets com s'haurien d'haver notat després de cinc anys. És més, el més estrany de tot i, el que més sorprèn, és l'aspecte contrari, la gran capacitat de recordar i saber al detall tots i cadascun dels records del seu passat, records que té més presents en la seva vida quotidiana que fets que acaba de fer o acaben de passar en l'actualitat. D'això ens torna

a sorgir una altra incògnita; com és possible que una dona de noranta anys amb alzheimer pugui recordar detalladament el seu passat?

A més, una de les altres coses que ens crida l'atenció són els fets que tenen impregnades a les tasques i les feines diàries, coses que ha fet durant tota la seva vida i que ja les té "gravades"; com ara fer el dinar, fer el llit o jugar al dòmino, petites coses que s'espera que s'oblidin en patir aquesta malaltia, petites coses que pel descuit o deixadesa ja no les faria.

Realment, podem dir que el seu alzheimer ha avançat respecte al 2016? Podem dir que la malaltia ha jugat en contra seva amb els petits descuits i petites faltes de memòria, o simplement podem fer-ho pagar a l'edat? És possible que després de cinc anys el seu caràcter sigui gairebé de la mateixa manera?

Deixant de banda els trets característics, m'agradaria parlar del tractament que segueix. Un tractament gens complex i amb poca eficàcia, ja que fins avui no s'ha trobat cap medicament ni teràpia per a les persones amb alzheimer. Segueix un tractament farmacològic, la seva medicació és Donepezil, aquest pot millorar la capacitat de pensar i recordar, fins i tot pot retardar la pèrdua de les referides capacitats. No obstant això, el Donepezil no cura la malaltia ni prevé la pèrdua de les habilitats mentals en algun moment en el futur. Aquest fàrmac des d'un començament li van receptar i potser és possible que hagi ajudat una mica al llarg d'aquests anys, però res està científicament comprovat com per donar una gran efectivitat al medicament.

Davant el diagnòstic, la persona afectada no és tan sols la persona "malalta", sinó la resta de família que l'envolta. Aquesta malaltia, com qualsevol altre, acostuma a causar un gran impacte en la família de la persona afectada. El procés que s'inicia amb el diagnòstic i al qual s'haurà d'afrontar sol ser llarg, incert i complex. En la majoria de famílies, l'atenció a la persona afectada sol recaure, principalment, en una sola persona, la qual es convertirà en el seu cuidador/a principal. En el cas particular de la meua àvia, no ens veiem obligats a posar un/a cuidador/a ni a què un dels tres fills sigui escollit com el principal responsable d'ella, mai ens hem trobat davant d'una situació difícil com per a

*Les memòries de la iaia *

plantejar-nos l'opció de demanar ajuda externa, ja que entre els tres germans i el meu avi han pogut fer front al nivell de vida que s'ha hagut de dur a terme vers la malaltia.

El seu dia a dia no ha canviat en l'entorn general, ja que continua fent el que feia anys enrere amb l'excepció que ara ja no surt tant de casa com solia fer. Les tasques i les rutines diàries les continua fent però amb l'ajuda dels de casa.

Tot no és positiu, ja que algunes coses sí que van començar a canviar al llarg d'aquests últims anys, com he dit, té integrat tot el que ha de fer durant el dia i les taques quotidianes com ara; fer el dinar, fer el llit o vestir-se. Però algunes d'aquestes, han caigut en l'oblit malgrat la deixadesa, sobretot en la higiene personal, per això, la meva tieta, la filla gran, ha hagut de fer front a la situació i s'ha preocupat en "resoldre-ho" estant molt al damunt d'ella, es podria dir que ha establert un paper de cuidadora, no per un gran agreujament sinó perquè ells sentin un referent, aquesta pluralitat fa referència també al meu avi, com a persona ja vulnerable de noranta-dos anys, ja que aquesta deixadesa forma part dels dos, altra vegada no només es podria culpar la malaltia sinó a l'edat.

L'acceptació primerament era rebutjada per tots/es, era un no entendre, un no saber... però a poc a poc i veient com la malaltia no avança com s'espera en un principi, entre tots ens vam començar a adaptar davant la situació. A hores d'ara ja no és tan sols la malaltia, sinó també l'edat que, com he dit anteriorment, comporta aquests petits oblit i deixadesa, per això, s'ha girat una mica la manera de veure les coses de com es veien en un principi davant el diagnòstic, i ara com es veuen des del punt de vista que ja és gran i les necessitats que ens pertoquen són aquestes. Aquestes necessitats són l'escalf i l'amor que transmeten els familiars de la persona malalta i això en tot moment sempre ho ha tingut, tant la meva àvia com el meu avi.

"La demència es menja el pensament del malalt i alhora destrossa els sentiments dels qui el volen i el cuiden".

Dr. Nolasca Acarín Tusell

3.4 L'alzheimer des d'una visió personal

Com s'ha esmentat anteriorment, l'alzheimer provoca un malestar i inquietud no només per a la persona diagnosticada sinó també per als familiars i/o persones estimades de l'entorn. És complicada l'acceptació cap a la malaltia, ja que un cop diagnosticada, se sap quin serà el final, però la incertesa és el temps, el temps que passarà perquè la malaltia avanci a passos alleugerats, el temps que passarà fins a notar un gran davallament del malalt/a, el temps que passarà fins que... una quantitat de preguntes sense resposta que provoquen el malestar i frustració davant la situació.

Després d'haver conviscut amb aquesta malaltia de prop puc dir que el procés d'acceptació no és fàcil, tampoc ho és veure com a poc a poc la persona malalta es va fent cada cop més petita fins a no poder tenir criteri propi, fins a necessitar contínuament vigilància i supervisió, però totes aquestes coses també formen part de la malaltia i, no només s'ha de saber conviure amb la malaltia en si i en tots els aspectes negatius que comporta sinó també amb els sentiments que et provoca i les emocions que et sorgeixen a mesura que la situació empitjora, ja que tot això, forma part de l'alzheimer i t'acompanyarà durant tot el camí de la malaltia.

Malauradament les meves dues àvies, tant de part de pare com de part de mare, els hi van diagnosticar alzheimer amb pocs mesos de diferència, però el grau de cada una era completament diferent. La situació de l'àvia materna, de la qual faig el treball, el 2016 amb vuitanta-cinc anys li van diagnosticar un principi d'alzheimer del qual només se'n podien notar alguns oblits de memòria, però lleus, en canvi, a l'àvia paterna, la **Conchita**, el 2017 amb setanta-quatre anys li van diagnosticar un alzheimer ja avançat, i amenaçador. La malaltia ja havia "capturat" la seva personalitat i el seu ritme de vida, i va deixar de ser ella en qüestió de mesos, tal com ho vaig viure jo, podria dir que va ser qüestió de dies quan vaig notar la seva pèrdua. Parlo de pèrdua en el sentit que encara que la tingués físicament al meu costat, no hi era en realitat, l'apoderament de la malaltia era tan gran que ni ella mateixa podia combatre contra allò que tant la consumia per dins, i la seva presència va passar a ser un factor secundari, ja que realment ella no hi era allà.

Davant d'aquestes dues situacions em pregunto el perquè, un per què, que ni els més experts en el tema saben respondre, un per què sense solucions clares i amb mil interrogants d'injustícia.

Podria dir que l'alzheimer és el meu pitjor enemic, i el de moltes persones, milers, que la pateixen tant de fora com de dins, una situació que si no la vius no pots saber, no pots conèixer ni tan sols pots imaginar la frustració i inquietud que genera, perquè no és tan sols una malaltia neurodegenerativa, sinó que va més enllà.

Conviure amb l'alzheimer, com he dit, és difícil, i gestionar el dia a dia ho és encara més, cada dia és un nou començament i cada dia la situació pot canviar.

La fi de les persones amb alzheimer és diferent per a cada una i, sí, és cert que l'alzheimer no és una causa de mort, però el desgast diari i altres complicacions que van sorgint arran de la malaltia provoquen la pèrdua dels éssers més estimats.

Tornant a fer referència a la meva àvia paterna, la seva malaltia va durar tres anys, uns anys durs, llargs i amb un patiment constant. Un trèngol difícil de saber gestionar, ja que en el seu cas la malaltia va ser amenaçadora i en menys de mig any va canviar completament de persona. Les complicacions eren cada dia més evidents fins que vam decidir demanar ajuda exterior, va venir una cuidadora 24 hores a casa seva, que l'ajudava en tot, per ella sola no podia fer gairebé res i necessitava supervisió i ajuda en tot moment, al no observar un resultat positiu i, veient com estava avançant la malaltia, l'última decisió que podíem prendre i que vam dur a terme, va ser traslladar-la a un centre residencial, ja que necessitava supervisió mèdica diària i altres necessitats que a casa no se li podien donar. A la residència només hi va ser cinc mesos, ja que malauradament va morir per una complicació al pàncrees, evidentment tot anava lligat amb l'alzheimer i això va provocar que en tres dies tot un conjunt de problemes s'apoderessin d'ella fins a no poder fer front a la situació.

Fent una comparació dels dos diagnòstics, de l'àvia materna i de l'àvia paterna, com és possible la gran diferència entre un alzheimer i l'altre? Una mateixa malaltia i amb tantes característiques diferents? Com totes les altres incògnites exposades, aquesta n'és una

*Les memòries de la iaia *

altra sense resposta. Tot i ser una malaltia coneguda i amb molta visibilitat, crec que no està vista com realment és i com perjudica a les persones que la pateixen. No es coneixen tots els símptomes ni tan sols en som conscients de la quantitat de persones que conviuen amb la malaltia arreu del món. Arran d'això, queda molta investigació per endavant i molta consciència per part de tots els ciutadans i ciutadanes, ja que realment l'alzheimer és una malaltia amenaçadora per a tothom.

Després de conviure de tan a prop amb la malaltia, només em queda fer una petita reflexió que hauríem de plantejar-nos totes les persones.

Després del patiment i, veient com una de les persones més estimades de casa s'anava debilitant, vaig capgirar la meua manera de veure la vida i vaig saber que allò que importava de veritat era saber gaudir dels moments bons que la vida et regala perquè els dolents ja venen sols. De l'alzheimer he après a deixar la raó de banda i comunicar-me amb l'emoció.

*“Els que ho han tingut a prop saben que és devastador. Que et deixa nu per molt que et vesteixis. Que és un terratrèmol íntim. Aquesta cinta de la memòria que salta pels aires i ho deixa tot a la intempèrie. Aquest fred que cal sentir per comprendre. És l'Alzheimer, una paraula que la societat encara no entén”
Cessar Casal.*

3.5 Altres casos

L'alzheimer és tot un món per descobrir i en ell ens hi trobem mil casos totalment diferents, des de deterioraments lleus fins a molt greus.

Aquesta malaltia, tot i ser coneguda i tenir molta visibilitat entre la població, amaga molts factors poc coneguts i també se'n desconeixen les persones afectades i que la pateixen diàriament.

Tret d'això, personatges públics com Pasqual Maragall, Carmen Sevilla o Malcolm Young han estat fonamentals per augmentar la consciència pública sobre la malaltia i els esforços per trobar una cura. Aquests tres personatges coneguts per gran part de la

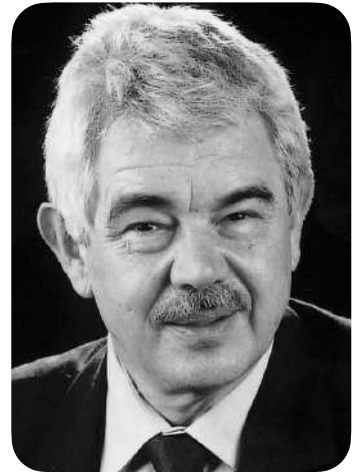
*Les memòries de la iaia *

població, han donat a conèixer la malaltia i a fer-la visible entre la població, ja que malauradament són o han sigut víctimes d'ella.

Per això, avui dia se'n pot conèixer com ha afectat o com va afectar la malaltia en ells i fins a quin punt ha perjudicat en les seves vides, fins a haver de deixar la seva professió i fer pública la malaltia.

Pasqual Maragall, polític i ex-president de Catalunya, l'any 2007 va anunciar públicament que patia alzheimer i que dedicaria els seus esforços en la lluita contra la malaltia. Va crear la Fundació Pasqual Maragall per a la recerca sobre l'alzheimer, que promou la investigació científica per a la prevenció i la cura de l'Alzheimer i malalties neurodegeneratives relacionades.

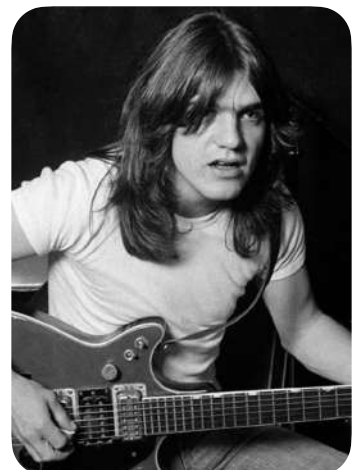
En el cas de Maragall la malaltia ha anat avançant a través de les fases esmentades anteriorment i, actualment, es troba en l'última fase de totes.



Carmen Sevilla, cantant i actriu espanyola. En el seu cas fa 10 anys que lluita contra la malaltia. Degut a la malaltia, el seu fill la va voler apartar de la vida social i va decidir posar-la en una residència especialitzada. Als seus noranta anys, la malaltia va progressant i així ho afirma un dels seus amics íntims. *"Dir que està millor és mentir. Està com sempre, però hi és, que és l'important. Ja sabeu que aquesta malaltia no té millora"*.



Malcolm Young, guitarrista i membre fundador del grup de música AC/DC, l'any 2014 va anunciar la seva retirada, ja que li van diagnosticar alzheimer. El cas de Young va ser sorprenent perquè amb seixanta-un anys va perdre la memòria immediata i a curt termini i, després de tres anys, morí. En el seu cas, la malaltia va ser molt ràpida i greu, tot i que fonts properes a Young van afirmar veure comportaments estranys en ell anys anteriors.



4. LA BIOGRAFIA

Una biografia és un gènere de la literatura que consisteix en la narració de la vida d'algun individu. Generalment, s'utilitza el terme *biografia* per a narracions sobre personatges no ficticis. No és només una col·lecció de dades (naixement, educació, treball, etc.), sinó que també tracta de les emocions i sentiments de la persona respecte a les experiències de la seva vida.

4.1 Estructura

Les biografies normalment solen començar amb el naixement del subjecte, inclús poden introduir els seus antecedents familiars (arbre genealògic, avantpassats...). Les biografies on el protagonista ja ha mort, arriben fins al moment de la seva mort, mentre que, en els altres casos, l'autor de la narració pot triar fins a quin moment abastar.

Al llarg de la narració, s'esmenten fets, anècdotes i moments importants del protagonista conjuntament amb emocions i sentiments que vol transmetre.

L'estructura bàsica d'una biografia inclou la introducció, una presentació del personatge, el desenvolupament, la narració dels successos transcendentals de la seva vida i la conclusió, aquest és el segment més subjectiu, amb una valoració sobre la transcendència del personatge.

Com a gènere literari, la biografia és narrativa i expositiva. Apareix redactada en tercera persona, amb l'excepció de les autobiografies (on el protagonista és qui narra les accions). Malgrat que pot incloure apreciacions subjectives de l'autor i dades sobre el context en què transcorre la vida del protagonista, la base de la biografia són les dades exactes i precises, com dates, noms i llocs.

4.2 Passos a seguir

A l'hora de començar a escriure una biografia s'han de tenir en compte molts factors que a simple vista no es veuen, s'han d'ordenar totes aquelles idees que s'han pensat incloure i analitzar cada detall que volem exposar per tal d'evitar errades. Per fer tot aquest procés, es divideix en tres parts: investigar sobre la persona, escriure la biografia i perfeccionar la biografia.

Part 1

En primer lloc, es fa un recull de totes les dades necessàries del protagonista per a tenir un seguiment de tota la seva vida, també és important fer un recopilatori de fotografies, cartes, diaris, etc., d'aquesta manera serà més senzill començar a esquematitzar la biografia. Una vegada s'hagin recollit totes les dades, es comença a fer entrevistes amb el protagonista, també es poden fer entrevistes a persones properes a ell, d'aquesta manera la investigació tindrà més vida, es podrà saber més informació i alguna anècdota que el protagonista pugui haver oblidat del seu passat. En el cas de fer les entrevistes cara a cara, és molt rellevant gravar-les.

Un altre aspecte a tenir en compte és visitar els llocs que siguin importants per a la persona, per tal de tenir una noció de la seva història, també s'ha d'estudiar l'època i el lloc on hagi viscut. Contextualitzar la seva vida analitzant el que va passar al seu voltant. S'ha de tenir en l'època en què hagi crescut, així com la història dels llocs on hi hagi viscut. I també s'investiga sobre l'economia, la política i la cultura de la seva època. Per últim, abans de començar a escriure, s'elabora una línia del temps sobre la vida de la persona amb la major informació possible. Es ressalten els esdeveniments o moments clau i s'inclouen dates, els llocs i els noms fonamentals. I també s'inclouen els moments històrics que hagin influït en la seva vida.

Part 2

Per tal de començar a escriure la biografia, s'empra una estructura cronològica, des del naixement de la persona fins a un moment posterior de la seva vida o la seva mort. També podria ser d'utilitat elaborar un enunciat o una oració de tesi amb la idea principal per a la biografia. Es recorre a les retrospectives quan s'abandona el present per evocar el passat, s'alterna el present amb el passat. Les retrospectives han de ser igual de detallades i reals que les escenes del present. S'han de revisar els apunts de la investigació i les entrevistes amb el personatge de la biografia, d'aquesta manera s'obtindrà una idea clara del seu passat que permetrà elaborar les retrospectives.

És molt important destacar els moments importants de la vida del protagonista per tal que el lector pugui tenir una idea clara d'aquella persona. Un punt a destacar en les biografies són les opinions i pensaments de l'autor de la biografia, d'aquesta manera es juga un paper rellevant en la història de la seva vida, l'autor reflexiona sobre la investigació i comenta el que opina del protagonista i la seva vida.

Part 3

Una vegada acabada la biografia, s'ensenya als altres per tal d'obtenir diverses opinions i per tal de saber si allò que llegeixen els brinda una idea clara de la vida del personatge i si és fàcil de llegir. I com a últims aspectes a tenir en compte serien els error ortogràfics, gramaticals i de puntuació que s'hagin de corregir.

4.3 Característiques i tipus

El gènere literari de la biografia és un relat escrit que resumeix els principals fets de la vida d'una persona. Etimològicament, biografia ve del grec *bios*, que significa "vida" i *graphien*, que vol dir 'escriure'.

La base de la biografia són, sens dubte, les dades exactes objectives de la vida del personatge triat. El biografiat acostuma a ser una figura rellevant de la vida pública i, per tant, destacable per les seves aportacions en diferents disciplines o àmbits. En una biografia, el personatge s'emmarca en una època històrica concreta, en un context que

ha d'apropar-lo al lector. Pot incloure apreciacions subjectives de l'autor i dades sobre el context en què transcorre la vida del biografat.

Les característiques més rellevants del gènere són:

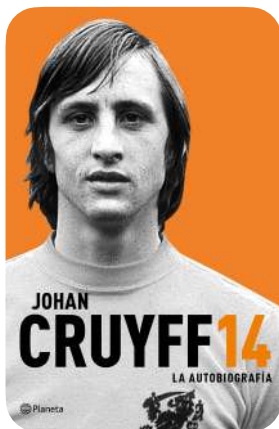
- L'ús de la tercera persona per a l'exposició o narració de la vida del personatge triat, punt de vista que estableix una certa distància entre l'autor i el biografat, i una certa aparença d'objectivitat.
- La veracitat. L'autor explica una història verídica sobre una persona real basada en fets també reals, avalats per la documentació o testimonis.
- L'elecció acurada dels esdeveniments més significatius de la vida del protagonista.
- Estructura lineal que segueix cronològicament la vida del personatge.
- La relació entre la vida i l'obra del biografat i el moment històric.

La descoberta del personatge a través dels diferents fets remarcables de la seva vida desvetllen l'interès i la motivació en el lector. És, doncs, un gènere que afavoreix la reflexió sobre el pas del temps. Transmet una idea de temporalitat dual: el temps real en què transcorren les diferents etapes de la vida del personatge, i el temps històric, que permet recrear l'època i entendre el perquè de la seva obra.

Dins el gènere, molt divers, podem trobar quatre tipus diferents de biografies:

- **Biografia documental:** intenta reproduir el més fidelment possible la vida del personatge.
- **Biografia novel·lada o novel·la biogràfica:** l'autor s'introdueix en la ment del personatge i imagina el que va pensar i el que va sentir. També interpreta els esdeveniments que li van passant, respectant sempre els fets verídics. En aquest cas, es pot adoptar la primera persona, en el qual cas parlem d'autobiografia novel·lada.
- **Autobiografia:** és un relat retrospectiu en primera persona i sobre la mateixa vida, perquè el narrador és el mateix autor. Cal tenir en compte que el lector, en aquest tipus de biografia, pot rebre una imatge desenfocada del passat del protagonista, ja que aquest pot haver modificat alguns episodis o bé haver ocultat informació.

- **Autobiografia novel·lada:** l'autor recrea en primera persona la seva pròpia vida o la vida d'algun personatge.



El Poeta del Poble: biografia novel·lada del poeta Jacint Verdaguer, conegut com el poeta del poble i elevat a la categoria de poeta nacional de Catalunya.

Johan CRUYFF14: autobiografia que recull les memòries del mite més gran del Barça.

Enterreu-me en batí i en sabatilles: biografia novel·lada que reconstrueix diferents episodis de la infància, joventut i maduresa del poeta alcoià Joan Valls i Jordà.

Fugir era el més bell que teníem: Marta Marín-Dòmine aborda el passat del seu pare, Joaquim Marín (1924-2016), que es va exiliar dues vegades.

5. PART PRÀCTICA

A l'hora de començar el treball, tenia molt clar que volia fer un recull de totes les memòries de la meva àvia i plasmar-les en un llibre biogràfic fet per mi. A partir d'aquesta idea, vaig anar desenvolupant tota la part pràctica d'aquest treball.

Vaig pensar que seria bona idea incloure tot el procés del llibre per escrit, així com els passos previs, algunes de les entrevistes, el recull de fotografies i la maquetació.

Mai havia tingut l'oportunitat d'escriure un llibre ni veure aquest procés de tan a prop, i gràcies a aquest treball he tingut aquesta oportunitat. Escriure mai ha sigut el meu punt fort, però sempre he tingut aquelles ganes per fer-ho, només faltava el temps i una petita empenta que m'hi animés.

Quan anem a comprar un llibre ens fixem en la portada, en com és de dins, si té dibuixos, si no en té, si és molt llarg o si és massa curt, però darrere de totes aquestes coses que es veuen des de l'exterior, s'amaguen molts detalls a l'interior de la portada, de cada pàgina, o de cada dibuix o fotografia. Aquests detalls només els sap l'autor/a de cada llibre; cada pàgina, cada frase durant la lectura tenen un significat més o menys important per a la persona que l'ha escrit, per aquesta raó, avui sé que no es poden jutjar els relats des de l'exterior, sinó que s'ha d'anar més enllà en les paraules que l'autor/a ens ha regalat en els fragments del seu llibre.

Fer aquest treball per mi ha suposat molt més que escriure un llibre i guanyar experiència, aquesta novel·la per mi és molt més que un treball de l'institut, he pogut recollir tot el passat de la persona més estimada per tots/es, amb la màxima delicadesa i tendresa he pogut reconstruir la vida de la meva àvia en un llibre. Aquest, serà un objecte molt valuós per mi i per a tots els de casa, per als d'avui i per als que vindran en el dia de demà. Com tots pensem, la "iaia" és una caixa de sorpreses i en tot el procés d'aquest llibre ho he pogut comprovar més que mai, tot i conviure amb l'alzheimer, els seus records són allò que més l'omplen i tot allò que la fan brillar tant avui.

Mentiria si digués que ha estat fàcil tot aquest procés, perquè amb poca experiència i poc temps és ben complicat poder fer un llibre, però amb la màxima dedicació i paciència he pogut tirar endavant la idea i finalment poder acabar el llibre molt satisfeta.

5.1 Passos previs

Com he esmentat anteriorment a la part teòrica del treball, per fer una biografia es necessiten fer diversos passos previs per tal de començar a escriure: fer un recull de dades, un recull de fotografies, cartes o diaris, fer entrevistes, visitar llocs importants per al protagonista, fer una visió profunda de l'època de la persona entrevistada i elaborar una línia del temps ressaltant tots aquells esdeveniments importants de la persona.

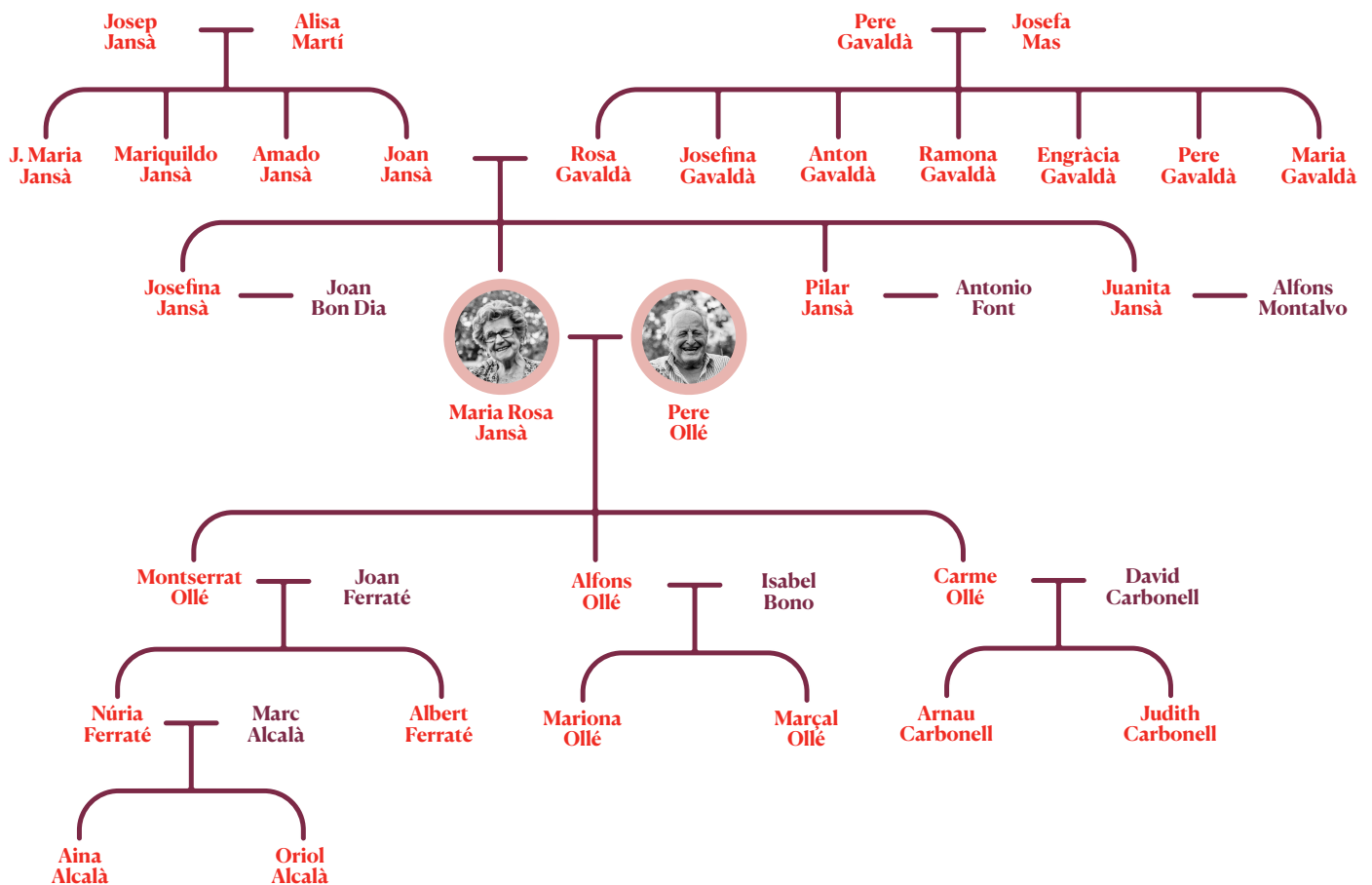
Una vegada feta la part teòrica, vaig començar a fer la part pràctica, per fer-ho, abans de tot vaig fer-me un esquema de tot allò que era important seguir a l'hora de fer el llibre, per tal de tenir un esquema visual que pogués seguir i no em deixés res per a fer. Sense adonar-me'n, aquell document va suposar la construcció dels apartats de la meva part pràctica. Vaig optar per fer un esquema on hi hagués vuit punts i una petita explicació en cada apartat per tal de tenir-ho tot ordenat. Aquests punts van ser: el recull d'informació, encara que és una cosa òbvia abans de començar qualsevol treball de síntesi vaig voler destacar-ho, ja que és una de les coses més rellevants a fer, el següent punt van ser elaborar passos previs per a la realització del llibre, les entrevistes, l'estructura del llibre, ja que abans de començar a escriure vaig haver d'escollir com volia que fos la biografia, quin ordre volia seguir i el tipus de redacció. I els següents punts són les fotografies, les transcripcions, la maquetació i, com a últim apartat, la correcció del text.

Tots els documents que vaig fer abans de realitzar el llibre; l'eix cronològic, l'arbre genealògic,... em van ajudar molt per a estructurar millor tot el treball, ja que sempre tenia tot allò que necessitava ordenat i en qualsevol moment podia consultar qualsevol dels documents fets.



Les memòries de la iaia \\\

La primera vegada que vaig parlar amb ella sobre el treball de seguida va treure un somriure, sempre li ha agradat explicar-nos les seves vivències passades i ho fa sempre emocionada. Recordo el primer dia que vaig entrar a la cuina per tal de començar a fer la primera entrevista, vaig treure l'ordinador i vaig engegar la gravadora, ella contenta em començava a respondre tot allò que li preguntava. Aquell dia vam analitzar des de fora tota la seva família, des dels seus avis fins als besnèts. A partir d'aquí vaig procedir a fer un arbre genealògic per tal de tenir visualment tota la família de la meva àvia, d'aquesta manera em seria més fàcil entendre de qui parlava en tot moment quan m'expliqués les seves vivències.



Començant per l'esquerra, són els avis, per part de pare de la meva àvia, amb els seus respectius fills, dels quals un d'ells, Joan Jansà, era el pare de la meva àvia. I a continuació, hi trobem la família dels avis, per part de mare de la meva àvia, també amb els seus respectius fills i filles, de la qual una d'elles, Rosa Gavaldà, era la mare de la

meva àvia. La següent branca són les seves germanes juntament amb els seus marits i, a la part central de l'arbre, hi trobem a la meva àvia i al meu avi, des d'on surt una altra branca amb els tres fills i seguidament els nets fins a arribar als primers besnets.

Aquell dia també vam començar a parlar de fets clau del seu passat fins avui, com per exemple un dels fets més destacats la Guerra Civil, també de l'avi, del casament, del seu ofici, dels seus fills i nets, etc. Un cop vaig tenir tota aquella informació més important, vaig crear una línia del temps per anar-la seguint cada cop que li feia una entrevista. Aquesta línia del temps em va ajudar a crear l'índex del llibre i em va ser molt més fàcil per ordenar totes les seves vivències.

Una vegada fet el recull dels fets clau, vaig començar a preguntar per les dates i llocs i, tot i que va necessitar una mica d'ajuda per recordar amb claredat totes les dates, em va sorprendre la capacitat que tenia per recordar els dies, llocs i moments del seu passat.

Vaig dividir la seva vida en 9 etapes de deu anys cada una, començant des del 1931 fins a l'any actual 2021, ja que aquest any la meva àvia compleix noranta anys, d'aquesta manera tots els anys quedaven proporcionats i, a més a més, em va ser molt més fàcil a l'hora de distribuir tots els esdeveniments clau de la seva vida. Aquestes 9 etapes van rebre un nom, vaig voler titular-les totes perquè tot tingués una harmonia i, finalment, aquests títols van anar lligats al llibre, cada un d'aquests, seria l'inici de cada capítol. Aquests títols van ser: la infància, la joventut, cap a la maduresa, el nou camí, nova etapa, som avis, nova dècada, el pas dels anys i un llarg recorregut.

A l'hora de fer les entrevistes, aquesta línia del temps em va ajudar molt, ja que per cada tema a parlar li ensenyava a la meva àvia la franja de temps corresponent i d'aquesta manera sabia de quins anys estàvem parlant en cada moment. Aquest eix cronològic em va ser molt més útil del que pensava en un principi, ja que la vaig anar modificant segons anava avançant el treball, hi afegia esdeveniments o en suprimia d'altres i així podia ordenar millor cada fet segons ella m'anava explicant les vivències.

Vaig voler fer un eix cronològic vertical perquè visualment em quedava molt més clar i també perquè quedava millor estèticament.



5.2 Entrevistes

Una de les feines més importants a l'hora de fer una biografia i, la que m'ha comportat més temps i dedicació, són les entrevistes que li he anat fent a la meva àvia durant el procés de creació del llibre. Ja del normal, fer entrevistes és una feina feixuga i amb dificultats per tot el treball que hi ha al darrere de cada pregunta, de cada resposta i, a més a més, després de fer-les, transcriure tota la informació rebuda. Amb tot això, les entrevistes amb la meva àvia han estat tot un repte, ja que entremig, m'he topat amb la seva malaltia, l'alzheimer, tot i la seva gran capacitat per recordar el seu passat, la seva memòria falla i durant les entrevistes ho he notat freqüentment, moltes vegades s'oblidava del que acabava d'explicar, d'alguna data o lloc. També m'he trobat algun dia que no tenia ganes de parlar o no estava massa d'humor per comentar alguns temes. Tot i això, entre l'avi i jo l'anàvem ajudant a recordar i a memoritzar i sempre arribàvem on volíem arribar, al final de cada història, anècdota o vivència.

Les transcripcions no em van suposar molta dificultat, ja que en escriure la biografia en primera persona (com si ella mateixa l'estigués redactant), he escrit els fets en el llibre de la mateixa manera que ella me'ls anava explicant, variant algunes coses però sempre amb les seves expressions i seguint l'eix cronològic.

Entrevista introductòria

La primera entrevista va ser una de les més especials per mi, ja que va ser quan vaig explicar als meus avis el meu treball de recerca i els objectius que em volia marcar, la idea de reconstruir la vida de la "iaia" en un llibre els va semblar molt original a tots. Com he esmentat anteriorment, la primera conversa que vam tenir va ser parlar de la seva família, ella mateixa va seguir un ordre que li va permetre recordar millor cada nom i d'aquesta manera no s'oblidava de ningú. Va començar dient els noms dels seus avis per part de pare juntament amb els fills, un dels quals era el pare de la meva àvia. Quan va acabar aquesta part de família va esmentar els seus avis per part de mare també juntament amb els seus fills i filles, la qual una d'aquestes era la seva mare. Un cop tenia aquests dos blocs de família em va anomenar els noms de les seves germanes amb les seves parelles i finalment va dir els seus fills, nets i besnets.

*Les memòries de la iaia *

Juntament amb els noms, també em citava els dos cognoms de cadascú, però per realitzar l'arbre genealògic vaig creure que era informació irrellevant, ja que només em serviria per orientar-me a l'hora d'escriure el llibre.

Un cop vam repassar tota la seva família, vaig procedir a preguntar-li que em digués tot allò de la seva vida que pogués recordar a nivells generals, és a dir, etapes de la seva vida que mantingués com a importants i que podria destacar. El primer que li va passar pel cap va ser la Guerra Civil, com a primer detall, em va dir que a banda de ser un moment de rellevant importància per a tothom, per a ella va ser un gran impacte, ja que la seva infància es va veure afectada per aquella guerra.

També em va anomenar un dels oficis que la van acompanyar al llarg de tota la seva vida, la pagesia, juntament amb el seu altre ofici com a carnissera. Després d'això em va parlar de l'avi, del seu casament i de la botiga que van obrir junts. Abans de començar a parlar de cada tema profundament vaig intentar preguntar-li per alguns temes per saber si els recordava i em pogués explicar alguns records, temes com: el poble de Riudoms, el casament dels seus fills, l'herència de la botiga cap als fills, els nets i altres fets clau que vaig trobar interessants esmentar en el llibre que havia de fer. Un cop tenia tots els punts dels quals volia tractar en la biografia, vaig procedir a ordenar-los cronològicament, per fer-ho, ella em va ajudar dient-me totes les dates, li anava esmentant totes les etapes que havíem anomenat anteriorment, i ella m'anava dient els anys de cada una, d'aquí vaig procedir a fer la línia del temps per tal de tenir-la ja enllestida per a les següents entrevistes i, d'aquesta manera, ens seria més fàcil a les dues a l'hora de parlar sobre algun tema en les converses futures.

La primera etapa

Les primeres entrevistes van ser durant els mesos d'estiu, vaig voler seguir un ordre cronològic perquè fos més fàcil tant per a ella com per a mi, ja que recopilar la informació ordenada ja em treia una gran feina posterior. Tot i l'ordre seguit, sempre hi havia moments on s'anava intercalant informació del passat amb la del present, també em vaig trobar amb petites desorientacions per part seva i fins i tot dies on els ànims no hi eren per contestar algunes preguntes que li feia. Malauradament, aquests petits entrebancs no els podia evitar, ja que la malaltia jugava les seves cartes, de fet d'això tractava el treball,

poder veure com l'afectava l'alzheimer i si realment era capaç de recordar tot allò del seu passat.

Una vegada recollida tota la informació base vam començar a conversar més detalladament de la seva infància, iniciant des del 1931 fins a la Guerra Civil, 1936. Evidentment d'aquells cinc anys no podia recordar res, però per a traslladar-nos a l'època vaig seleccionar algunes fotografies del poble, de casa seva i de la seva família; a partir d'aquí ella mateixa va començar a explicar-me allò que li va passar pel cap en veure aquelles imatges. Després d'això ja vam introduir el tema de la Guerra Civil, ja que tot i tenir només cinc anys quan va succeir, ho recorda encara avui.

De la Guerra vaig poder treure molt de suc, ja que en ser un fet històric i a més tenint informació de la seva pròpia vivència, vaig poder assabentar-me de coses que fins abans de fer aquest treball no sabia, a banda de les coses que ella em deia jo en buscava d'altres i, no tan sols feia servir les seves vivències sinó que en el llibre també he pogut contrastar-ho amb altra informació més general. De la Guerra en vam parlar més d'un dia, més de dos i tres, ja que és un tema que porta impregnat dins seu i gairebé en totes les entrevistes em treia el tòpic. Molta de la informació que em donava era repetida del dia anterior o fins i tot en un mateix dia em repetia la mateixa història, veient com gaudia explicant-me tot allò i amb l'emoció que m'ho explicava deixava que ho tornés a repetir les vegades que fes falta, ja que jo també gaudia escoltant-ho.

Un dels altres temes a parlar va ser la postguerra, la seva família va patir-ho de molt a prop com moltes altres famílies del poble, una de les coses que em repetia més era la pobresa que hi havia en aquell moment, de fet abans de la guerra ja n'hi havia tot i que després va augmentar. La pobresa la recorda com un tram trist de la seva vida, però a la vegada, per com ho he pogut veure, se sent satisfeta del que ha pogut anar guanyant al llarg del temps, passar de la misèria a poder obrir una botiga i a passos de formigueta poder anar estalviant fins a obtenir tot el que ha tingut fins avui, d'això és del que se sent més orgullosa, i durant totes les entrevistes m'ha volgut transmetre tot aquest orgull que té a dins seu.

Entrevistes fotogràfiques

Les fotografies sempre han anat relacionades amb les entrevistes, però cada vegada que feia un recull extens d'imatges em centrava només en allò, és a dir, hi havia dies on només li ensenyava retrats i parlàvem de cada un, per tal que em pogués dir tot el que recordava d'aquella imatge i també que em sabés dir qui hi apareixia. Gràcies al fet d'ensenyar-li totes aquelles fotografies, vaig comprovar que per a ella era com una mena de teràpia, ja que veure imatges del seu passat la feia transportar a aquella època i gaudia veient aquells retrats i explicant-me quin significat tenia aquella fotografia per a ella. Veure com gràcies a una imatge li podia canviar l'estat d'ànim em va fer especialment feliç i, a més, gràcies a poder veure totes aquelles fotografies va fer que s'esforcés a recordar més coses del seu passat i altra vegada a superar-se a ella mateixa malgrat patir alzheimer.

5.3 Fotografies

El recull de fotografies va ser un dels processos que més em va agradar, veure totes aquelles fotos dels meus avis de joves em va fascinar, també he tingut l'oportunitat de veure com era fa uns anys el meu poble i fins i tot he descobert avantpassats meus que no sabia d'ells.

Com he esmentat anteriorment, les fotografies a banda de ser un element clau per al llibre, sempre van estar relacionades amb les entrevistes que li feia a la meva àvia. Cada imatge tenia una història amagada i així m'ho va fer saber la meva àvia. Cares desconegudes, llocs obscurs i anècdotes estranyes que desconeixia i que gràcies a totes aquestes fotos que queden guardades des de fa anys he pogut descobrir.

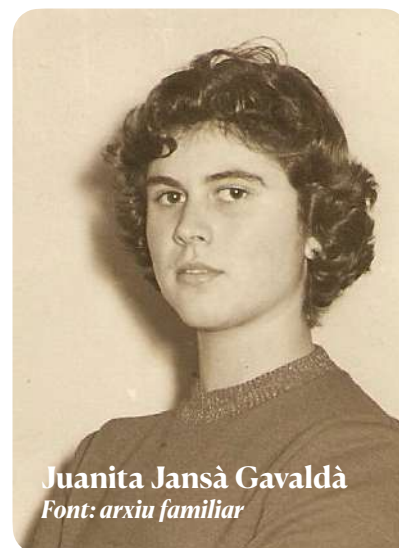
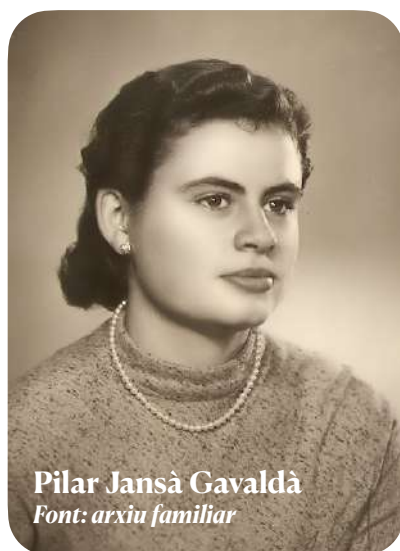
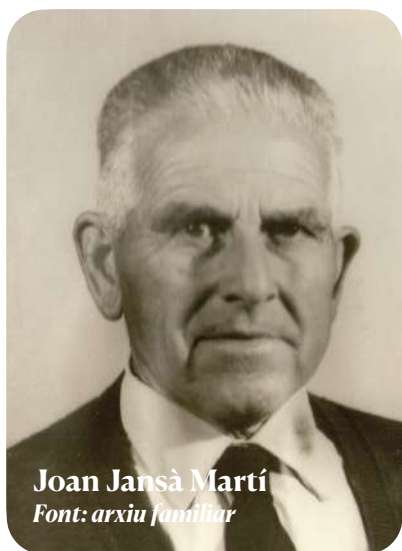
La majoria d'elles les tenia a l'abast; d'àlbums, de familiars propers i d'alguns arxius que s'havien guardat. També he pogut explorar fotografies més velles entre alguns llibres fets per gent del poble: *Postals i imatges antigues de Riudoms* i *Riudoms, admirada flor del camp*. Aquests dos llibres a banda de servir-me per les fotografies també em van servir per explorar més sobre el passat de Riudoms.

El recull de fotografies, a banda de ser un procés "divertit", també va ser un dels més llargs, ja que totes les fotografies trobades s'havien d'escanejar, ordenar-les i fer la forma

*Les memòries de la iaia *

ovalada que volia per a tots els elements tant del llibre com del treball. Ordenar segons els anys cada fotografia em va comportar la major part del temps, ja que moltes d'elles no tenien data.

Retrats:





*Les memòries de la iaia *

La iaia:



*Les memòries de la iaia *

Antigues:



Matrimoni:



Fills:



1968

Font: arxiu familiar



1972

Font: arxiu familiar



1979

Font: arxiu familiar



1979

Font: arxiu familiar



1982

Font: arxiu familiar

*Les memòries de la iaia *

Nets:



1998
Font: arxiu familiar



2004
Font: arxiu familiar



2005
Font: arxiu familiar



2004
Font: arxiu familiar



2005
Font: arxiu familiar



2010
Font: arxiu familiar

*Les memòries de la iaia *

Actuals:



5.4 La maquetació

Una de les parts principals de qualsevol treball, i que moltes vegades no es té en compte, és tot el procés creatiu; el disseny i l'estructura estètica. En el meu treball he volgut tenir tota aquesta part present i treballar-ho bé, tant en el disseny de tot el treball com en la part més creativa, en el llibre. He volgut tenir cura del disseny i de tot allò que comporta, ja siguin els colors, la tipografia, les formes dels elements, etc., ja que l'estètica i harmonia de tot un treball és el primer que crida l'atenció.

Tot i que a simple vista no es veu una cosa rellevant, té molta importància a l'hora de presentar qualsevol síntesi, presentació o document. Quan tenim davant un treball en el primer que ens fixem és en allò que ens transmet, mirem els colors, la lletra, les imatges... i jo totes aquests aspectes els he volgut tenir presents en tot moment.

Dins de tot aquest apartat de maquetació hi entren diversos apartats: el títol principal del treball i del llibre, els diferents subtítols utilitzats en el llibre, les portades, els colors dominants, les tipografies i les formes de les imatges. A l'escollir cada una d'aquestes coses volia que hi hagués una concordança entre el treball i el llibre, no volia que variés molt l'un de l'altre, ja que totes dues coses van lligades entre si, per tant a l'hora d'escollir-ho tot pensava tant en la part del treball com en la del llibre.

Seguint l'ordre esmentat anteriorment, la primera cosa a fer va ser escollir els dos títols principals tant del treball com del llibre, al voler una concordança entre els dos vaig optar per posar un títol curt, senzill i que pogués tenir una similitud entre els dos canviant una mica l'estructura. Els dos títols escollits van ser: *Les memòries de la iaia*, pel treball i *Les meves memòries*, per al llibre. Vaig fer aquest petit canvi perquè el treball de recerca és tot un recull més general dels temes tractats en el llibre, de l'alzheimer i la part més artística, en canvi en el llibre, en ser una autobiografia novel·lada i en voler escriure'l com si ella mateixa l'escrigués vaig trobar curiós escriure el títol en primera persona.

Un cop triats els títols, volia començar a pensar en les portades, però primer vaig voler escollir els colors dominants, ja que abans de fer la portada era necessari escollir els detalls que la formarien, és a dir, els colors i les tipografies.

*Les memòries de la iaia *

L'elecció dels colors sembla irrellevant, però per mi té força importància ja que d'aquesta manera, un cop triats podia seguir una tonalitat que definirien el meu treball. Des d'un inici, tenia molt clar escollir uns colors rosats, ja que el color rosa sempre m'ha recordat a la meva àvia per dues raons; pel seu propi nom, Rosa i perquè aquest color sempre m'ha semblat un to tendre i afable, com és ella.

Vaig posar sobre la taula una paleta de colors, *Pantone*, amb tonalitats rosades i vermelloses. De tota aquella varietat de colors anava descartant segons m'agradaven més o menys. A banda dels tons que tenia a la paleta també en vaig cercar d'altres semblants per tenir altres tonalitats de color. En vaig voler escollir tres per complementar el meu treball, per a la tria d'aquests primer vaig escollir el color principal, és a dir, el color que més destacaria en tot el treball i del qual els altres dos anirien lligats a ell. Com he dit anteriorment, des de l'inici volia un color rosa i vaig escollir el color *4065 C*, un rosa suau que des del meu punt de vista transmet delicadesa i tendresa.

Un cop escollit el primer to, vaig procedir a buscar un color complementari a aquest rosa, vaig decidir optar per un color vermellós per destacar alguns dels elements del treball i, aquest seria el color secundari. Primerament, estava entre dos tons de vermell, el *179 C* i el *2027 C*, un més clar que l'altre, però em vaig decantar cap al més clar i brillant, vaig trobar que aquest color donaria un toc alegre en el treball i que destacaria força, ja que el color vermell de per si ja és un color viu i destacable.

Per últim, necessitava el color terciari per tal de tenir les tonalitats que necessitava, aquest color volia que fos més elegant per tal que acabés d'arrodonir els altres dos que ja havia escollit i d'aquesta manera seguir una harmonia. Aquest últim color va ser el *216 C*. Un color molt més fosc que els altres dos i que li donaria un toc de serietat i elegància al treball.

PANTONE® 4065C

PANTONE® 179C

PANTONE® 216C

*Les memòries de la iaia *

Un cop triats els colors predominants, vaig començar a mirar algunes tipografies, la lletra que utilitzaria. La tipografia per a mi té molta importància, ja que el text és la peça clau de tot un document i penso que s'ha de treballar còmodament, per tant, s'ha d'escollir tot allò que més t'agradi.

Com a cos del treball vaig optar per triar una tipografia neutral i que fos fàcil de llegir, la que més encertava en totes les característiques que buscava va ser *Helvetica Neue*, ja que és un tipus de lletra senzill i clar, en ser un treball força extens necessitava una lletra que fos d'aquestes característiques.

A l'hora d'escollir la tipografia per als títols em va costar una mica més, ja que al principi vaig començar a utilitzar *Poppins*, però vista la similitud entre la lletra del cos i dels títols vaig preferir canviar-la. Per fer la tria d'una nova tipografia per als encapçalaments, vaig seleccionar diverses lletres tipogràfiques que més m'agradaven per veure quin era el tipus que visualment encaixés i quin creia que podia quedar millor en el treball, també pensant en la part del llibre.

Les memòries *Les meves*
de la iaia *memòries*

Les memòries *Les meves*
de la iaia *memòries*

Les memòries **Les meves**
de la iaia **memòries**

Les memòries **Les meves**
de la iaia **memòries**

Les memòries **Les meves**
de la iaia **memòries**

Les memòries **Les meves**
de la iaia **memòries**

Les memòries de *Les meves*
la iaia *memòries*

Les memòries **Les meves**
de la iaia **memòries**

Per tenir una idea de com quedaria cada tipografia, vaig fer aquest esbós amb el títol del meu treball juntament amb el títol del llibre. A partir d'aquí vaig escollir quina d'aquestes em resultava més elegant i, finalment, vaig escollir *Canela Deck*, l'última tipografia que apareix en la imatge anterior. Vaig decidir-me per aquesta ja que li donava un toc d'elegància i també volia que destaqués força.

Per crear una estètica vaig optar per ovalar tots els costats dels elements inserits al document, com ara totes fotografies, les línies de l'arbre genealògic, l'eix cronològic, etc. d'aquesta manera tot el treball segueix un estil i manté coherència.

Com he comentat anteriorment, la portada la vaig deixar de banda, no va ser fins a finals del treball quan vaig escollir-la. Crec que és una de les coses més importants en un treball, ja que és la part més visual de totes i la que crida més l'atenció. Triats els colors, la tipografia i les formes, vaig començar a pensar en com podria ser la portada tant del treball com del llibre.

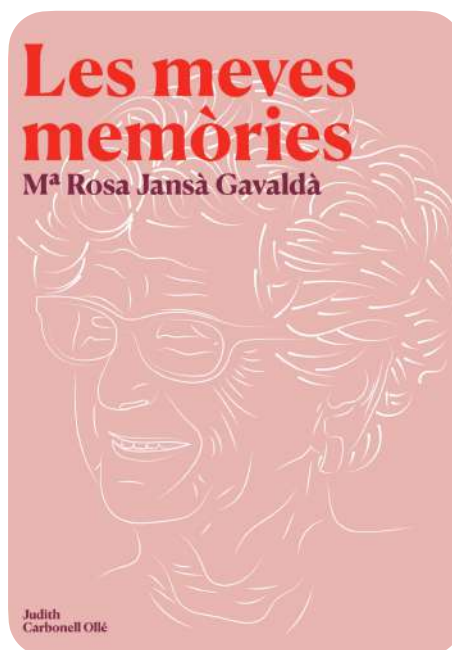
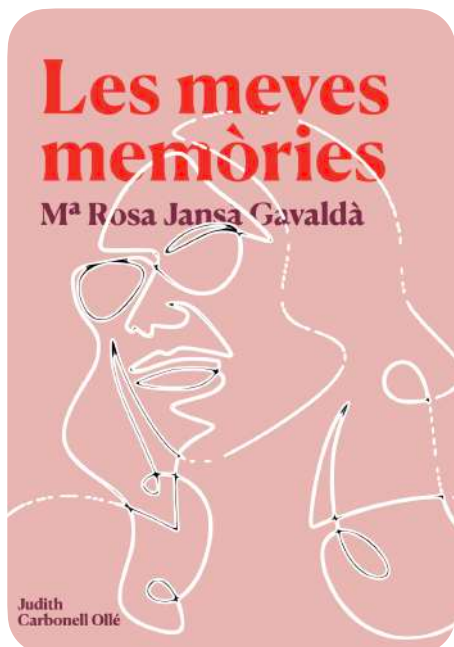
Les portades que estem acostumats a veure en una biografia són els retrats del protagonista, un paisatge crucial per a ell o ella o una imatge que tingui relació amb la persona estrella del llibre. Per no fer una portada "tradicional" i poc original, vaig trobar bona idea fer una portada on destaquessin els colors escollits i a més fer una silueta de la meva àvia per poder ressaltar des d'un primer moment la protagonista de la novel·la.

Per tal de poder tenir diverses idees i poder escollir-ne la millor, amb l'ajuda del meu cosí vam elaborar tres portades diferents, d'aquestes tres, vam escollir la que consideràvem millor, o la que ens va agradar més per al llibre.

Durant el procés d'elaboració de la portada hi va haver canvis sobretot en la part més artística, en la silueta, ja que tant el meu cosí com jo volíem aconseguir al màxim la similitud del dibuix de la nostra àvia, i vam anar millorant la silueta fins aconseguir el resultat desitjat.

Les memòries de la iaia ///

A continuació hi ha la idea original, és a dir, l'esbós de la portada i les tres versions. Aquestes van ser les tres opcions que més ens van agradar i finalment ens vam quedar amb l'última de totes:



6. CONCLUSIONS

Ara que ja puc donar per acabat aquest treball vull fer una petita conclusió, ja que, gràcies a fer aquesta síntesi, he pogut guanyar un gran coneixement, no tan sols en l'àmbit acadèmic sinó també en el personal.

Després d'haver treballat en aquest projecte durant diversos mesos, des del moment d'escollir el tema fins anar a la impremta a imprimir tot el document ja acabat, puc sentir-me satisfeta de tota la feina feta, ha estat un procés llarg, però del qual me n'emporto molta experiència i un gran descobriment de temes que mai havia profunditzat.

D'aquesta recerca en puc extreure una conclusió clara sobre l'alzheimer, queda estadísticament comprovat la gran quantitat de casos arreu del món i d'això se'n pot veure la gran necessitat per investigar molt més sobre la malaltia i la urgència per trobar una cura al més aviat possible.

Un altre aspecte de la malaltia, deixant de banda al malalt/a, és l'acceptació familiar i el gran rebombori que comporta, crec i afirmo la necessitat de preparació psicològica d'aquestes persones, tot i que és molt difícil arribar a acceptar i mantenir una vida tranquil·la donats en aquesta situació, crec que és molt necessari, no només per la salut mental dels familiars sinó també per al mateix malalt/a, ja que tot i que moltes vegades no n'és conscient de que li està passant, veure espantat, atabalats o tristos als seus familiars els hi crea molta preocupació i malestar.

Aquesta ajuda psicològica crec que és més que evident per ajudar a no viure en un ambient de negativitat constant i saber com actuar, què dir en tot moment i com s'ha de tractar la persona malalta, per això he vist la importància de demanar ajuda externa, a professionals com podrien ser els i les psicòlogues. Tot i que avui en dia anar al psicòleg o terapeuta és encara un tema tabú, veig aquesta ajuda com un pas d'urgència que haurien de fer totes les famílies afectades, ja que tractar amb l'alzheimer és molt més difícil del que es pot veure des d'un exterior.

Ja que el tema principal del treball no era la malaltia en si, no he incorporat una àmplia explicació de l'alzheimer i, per tant molta de la recerca feta. Però com bé diuen; “el saber no ocupa lloc” i són coneixements que me m'emporto. Profunditzar aquesta malaltia i veure les diferents branques que en surten d'ella m'han fet ser més conscient del perill que comporta i del perjudicial que pot arribar a ser, per això m'agradaria que aquesta demència tingués molta més visibilitat de la que ja té, per conscienciar i sobretot per fer costat a gent que avui estan convivint amb ella i també per als que ho van fer en un passat.

D'altra banda, tot i la manca d'experiència i de professionalitat de dur a terme la realització d'una novel·la autobiografia, he après i he guanyat molta experiència escrivint, escriure el meu propi llibre m'ha aportat coneixements enriquidors que em serviran per a tota la vida. A més, escriure aquesta novel·la a banda de conèixer les vivències de la meva àvia, m'han permès fer una petita visió cap al passat, dels meus avantpassats i del poble de Riudoms, els canvis generats des d'abans fins ara i la gran quantitat de coses totalment desconegudes que han quedat en l'oblit.

Dit això, dono fi al meu treball i em quedo satisfeta de tota la feina feta.

7. DIFICULTATS

Al llarg de tot el treball, m'he topar amb diverses dificultats, sobretot en la part pràctica. La part teòrica no em va suposar cap mena de dificultat, ja que a través de pàgines webs, de llibres i documentals en vaig tenir suficient, a més, també vaig tenir l'oportunitat de parlar amb dues noies informades dels temes parlats en aquesta part del treball; de l'alzheimer i de la biografia, i vaig poder trobar tota la informació essencial per a complementar tota aquesta part. En canvi, en la creació del llibre i en la informació d'aquest sí que m'he trobat amb alguns entrebancs. Com he explicat anteriorment, el treball ha anat en relació a la malaltia de la meua àvia i tot i tenir una gran capacitat per a recordar té unes mancances evidents en la seva memòria i molts dels dies ha jugat en contra seu i les entrevistes no fluïen del tot bé, tot i això era una dificultat que sabia que hi seria abans de començar a fer el meu treball de recerca i que, per tant, formaria part de tot el procés.

A banda d'això, la gran dificultat trobada ha estat la manca de temps, ja que tot i tenint un gran marge per a fer el treball, no ha estat suficient per a realitzar una novel·la a la perfecció, tot i les ganes i dedicació posades no han estat suficients per a poder acabar tot el llibre a temps, per això he necessitat uns dies més per acabar de perfeccionar, redactar i transcriure algunes parts de la novel·la. Respecte el temps, m'hagués agradat realitzar en el llibre un índex onomàstic ja que és una idea que em van donar i vaig trobar-ho molt curiós però per manca de temps em va ser impossible fer-ho.

Com a última dificultat evident, ha estat la falta d'experiència i professionalitat per a dur a terme el redactat d'una novel·la, encara que des del primer moment he donat el millor de mi i he fet un llibre amb tots els meus coneixements. Tret d'això, estic segura que en un futur podré escriure un altre llibre molt més abundant i amb molta més experiència.

8. AGRAÏMENTS

Per posar punt final a aquest treball de recerca només em queda donar les gràcies a les persones que m'han ajudat en tot aquest projecte.

Primer de tot vull agrair a la meva tutora del treball, la Sandra, que m'ha ajudat en tot allò que he necessitat, m'ha donat un ventall de consells i ha estat sempre pendent que el meu treball anés el millor possible per tal d'aconseguir els resultats que jo mateixa m'havia marcat.

Infinites gràcies al meu cosí Marçal, que des del primer dia va estar damunt meu perquè pogués fer aquest treball i quedés satisfeta de tota la feina feta. Vull agrair-li tota la dedicació i interès que ha posat perquè el disseny del treball quedés impecable i sobretot realitzar una portada tan original i bonica. El meu treball no hagués quedat igual de bé si ell no hi hagués posat la seva originalitat i passió.

A la Núria March, psicòloga de la Residència l'Onada, per passar-me informació de l'alzheimer i oferir-me ajuda. També a la Maria Eugènia Perea per traslladar-me alguns dels seus coneixements com a escriptora i donar-me consells per tal de poder realitzar el llibre. A la Cristina Montalvo per passar-me fotos de la meva àvia i la seva família. A tota la meva família per ajudar-me en tot moment i sobretot en la recerca de fotografies. A la mama per tenir tanta paciència amb mi i escoltar diàriament les meves preocupacions sobre el treball. I al meu germà Arnau, per revisar-me tot el treball i corregir tot allò que es podia millorar.

Per acabar, agraeixo eternament a la iaia que ha estat la peça essencial del meu treball i gràcies a ella he pogut dur a terme tot aquest projecte. I sobretot també al meu avi, que va ser-hi present en totes les entrevistes i va ajudar a recordar tot allò que a la iaia se li podia oblidar.

Gràcies, moltes gràcies a totes les persones que d'una manera o altra han ajudat en aquest treball i m'han donat suport.

9. BIBLIOGRAFIA I WEBGRAFIA

- Jordi Peña-Casanova, "Activemos la mente", de la edició 1999, Fundació la Caixa
- Joan Toreres Domènech, Josep M. Mas Gispert, Mateu Salvat Papió, *Postals i imatges antigues de Riudoms*. Associació Cultural Amics de l'Om, núm. 9.
- Salvador Mestre Domingo, *Riudoms, admirada flor del camp*
- Entrevistes de la revista *Serra d'Or*, de les publicacions de l'abadia de Montserrat
- <https://autopublicando.com/como-escribir-un-libro-autobiografico/>
- <https://marianruiz.com/escribir-un-prologo/>
- <https://knowalzheimer.com/cuantas-etapas-tiene-el-alzheimer-y-que-caracteristicas-tiene-cada-una/>
- <https://www.alz.org/alzheimer-demencia/que-es-la-enfermedad-de-alzheimer?lang=es-MX>
- <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/alzheimers-disease/symptoms-causes/syc-20350447>
- <https://blog.fpmaragall.org/que-es-el-alzheimer>
- <https://www.alzint.org/u/WorldAlzheimerReport2019-Spanish-Summary.pdf>
- <https://raco.cat/index.php/LoFloc/issue/view/22840>
- <https://www.alz.org/alzheimer-demencia/tratamientos>
- <https://medlineplus.gov/spanish/alzheimersdisease.html>
- <https://www.elmundo.es/papel/historias/2018/07/10/5b437ab2e2704ed55f8b45d3.html>
- <https://www.lavanguardia.com/musica/20140926/54416349700/malcolm-young-demencia.html>
- <https://www.cuidadomayor.com/blog/4-famosos-con-alzheimer/>
- <https://es.wikihow.com/escribir-una-biograf%C3%ADa>
- http://xtec.gencat.cat/web/.content/projectes/lectura/gustperlalectura/materialdidactic/documents/primaria/biografia_eduard_toldra_cs_professorat.pdf
- <https://raco.cat/index.php/LoFloc/article/view/299561>
- <https://www.clinicbarcelona.org/ca/asistencia/malalties/alzheimer/definicio>
- <https://www.ccma.cat/tv3/alcarta/sense-ficcio/la-musica-es-vida/video/5764574/>
- <https://www.ccma.cat/tv3/alcarta/quequicom/un-president-contra-lalzheimer/video/680079/>
- <http://www.loscamposdeconcentraciondefranco.es/campos/219>

10. ANNEXOS

Una de les passions de la meva àvia era escriure poemes, en va fer diversos i els temes principals eren la família, la seva terra, Catalunya, de la natura i de la vida. Aquests poemes van ser recopilats i en vam fer un llibre l'any 2007, *Recull de poesies*.

Poemes per la família:

Aniversari de l'Arnau

Per l'aniversari de l'Arnau,
aquest nen amb energia
que mai té prou temps per jugar
i li encanten les joguines.
Ens convida a un pastís,
mentre cantem el feliç,
encendrem les espelmetes
quatre més una,
cinc anys que celebrem
i ho farem amb alegria
i sempre t'estimarem,
felicitats caramel de sucre i mel.

Flor de maig

Soc cirera primerenca
tan dolça com la mel
em dic Judith i m'agrada
i també l'enamorada
del meu germanet Arnau.

Aniversari Marçal

Pel Marçal el meu petit
i em té tan enamorada
que per més que em faci un pessic
i sap posar tanta gràcia
que per mi, és tant i tant dolç
com una forta abraçada.

Poema pels més petits

A l'obrir la finestra
el sol ja n'era sortit
li ha fet una rialleta
molt contenta aquest matí,
he somiat que et tenia
dormideta al meu costat,
em feies moltes festetes,
jo t'he fet un petonet.
A l'obrir la finestreta
t'he vist riure sol solet.
El sol de la nostra alegria
que ens fa viure cada dia
i ens deix òrfens de nit.

L'aniversari de la Núria

La padrina té un desig
i és que et vol felicitar
aquests 15 anys tan bonics
bon record puguis guardar.
Són com un ram de poncelles,
a poc a poc van esclatant,
cuida-les amb molta tendresa
segur que te n'estimaran.
Ara que ha arribat el dia
que amb tanta il·lusió esperaves
fes que tot sigui alegria
amistat i simpatia
i la nostra Núria tindrà
Poemes per la seva Terra:
el gran valor d'estimar.

Nostra terra catalana

Nostra terra és Catalunya,
nostre poble està al Baix Camp,
nostra dansa és la sardana,
que ens uneix i ens agermana,
estimant-la i fent-la gran.
Això serà nostra força,
i com a bons catalans,
ens endurem la senyera,
amb les quatre barres de sang,
fent honor a nostra pàtria,
i Catalunya si és necessari,
nostra cultura si cal i,
amb l'escut de nostra història
farem Catalunya triomfant.

La voluntat d'un poble

Bodes d'argent Joan i Montserrat

El matrimoni és cosa de dos,
tot depèn de l'un per l'altre
que sempre es mantingui amb pau.
I sobretot, la confiança
i són coses de l'amor,
els valors que hem de cuidar
i el seu secret quin serà?
El més senzill i necessari
és que no us deixeu mai d'estimar.

Riudoms m'enamora

Quan dic Riudoms,
m'omple de joia
es que en soc filla molt arrelada
amb fortes branques i disposades
a defensar-la si es dona el cas.
Es que Riudoms és el meu poble
i l'estimo molt,
és casa meva,
per a mi ho és tot.
Sense adonar-me'n en presumeixo,
el veig bonic, treballador,
i fins i tot acollidor.
Fou generós qui el batejava
es diu Riudoms
i n'és vila si xosa
i els voltants la flor del camp.

*Les memòries de la iaia *

Catalunya encisadora
poble dels catalans
ens sentim plens d'energia
solament mirant al mar.
Catalunya jove i valenta,
capdavantera sempre en projectes
ets un exemple i ho has demostrat,
pels qui et visiten molt admirada
també estimada i molt ens plau.
I posant nostra mirada
sobre el blau mantell del mar,
sentim el suau alè del nostre Mediterrà
i si ens mirem la muntanya
sentim la fresa saludable
del Pirineu Català.
És un recull de valors
gratificants per nosaltres.
Nostre fama, si és minsa
ens agrada molt guardar
més si mai es necessari
aquí estem, no ens fem pregar.
Com a persones som nobles,
nostre deure és el treball,
defensant sempre el que és nostre
sense por i endavant.

dels nostres avantpassats,
és un repte i l'hem fet nostre
la fe d'un poble que creix i estima
la seva terra i es disposa
a defensar-la si es dona el cas
sentim la joia d'haver nascut a Catalunya
i se'ns conegui la nostra identitat.
El que més portem dins nostre
són les festes patronals
plenes de tradicions i revetlles populars.
A la plaça de l'església
la cobla ens està esperant
ens preparen una sardana,
que és la dansa dels catalans
i l'emblemàtic tenora
ens motiva i marca el pas,
tots junts formem el pas,
tots junts formem l'anella
i ens darem ben fort les mans
oferint una pregària
a la verge moreneta,
patrona dels catalans.

Hem adquirit l'herència

Poemes per la natura:

Rima a la ginesta

Florida ginesta
m'ha parlat la teva olor,
arriba la primavera
tot és flor i quin color!
El teu groc té tanta màgia
que fins la mel té més dolçor.

Mirant el mar

Em miro al mar
i no m'ho puc creure
no és el mateix mar que ahir,
era enfadat d'un blau tan negre
més que negre era mesquer.
En néixer l'alba té una altre imatge,
es mou més suau, està tranquil,
amorosit ve fins a la sorra
tot festejant-la li fa un petó
i s'entorna enmig de les onades
i es va endinsant fins l'horitzó
i donant una mirada,
contemplant s'ha immensitat,
t'inspira i fins i tot t'afalaga.
Aquest brillar que té el mar,
més de prompte el llevant s'acosta
com s'hi de màgia l'ha transformat
et quedes pàl·lid i no pots creure
que altre vegada s'enfadi el mar.

Flor de prats i rierols

Que n'ets de bonica ginesta
olorosa i generosa com cap més.
T'ha florida quina harmonia
com la flama d'una estelada
et convida l'espectacle.
No et sents afalagada ginesta
de com t'has vestit de festa
com un mantell ple de flors
d'aquest groc que tan agrada
per ser com l'himne de pau
la cosa més desitjada i
com el mateix raig de sol
que ens dona vida i ens escalfa
i ens fa forts amb nostra fe
que sense ela no som res.
En acabar el concert
ple d'olor i de color
de la flor de més durada
per ser la més humil i senzilla
és de totes la més admirada.

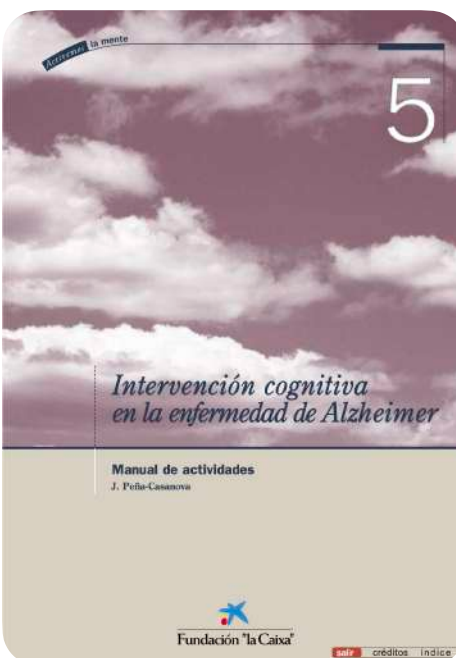
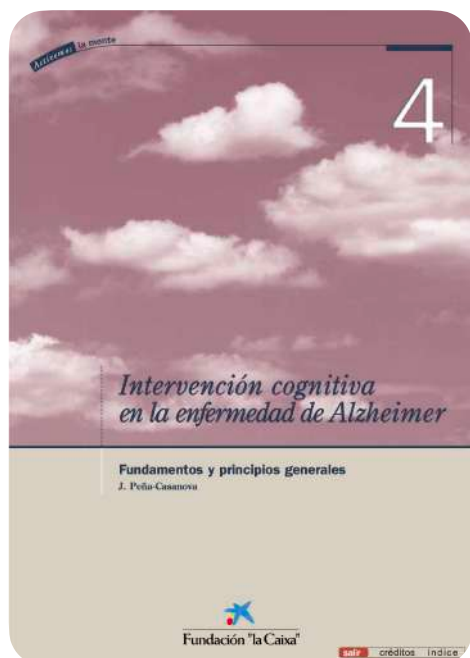
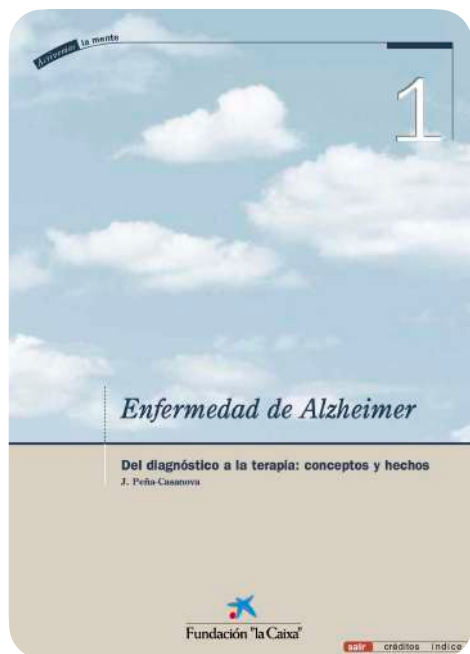
Poemes de la vida:

El petó té sentiments diferents

El petó de compliment, se'n va, no el sents.
El petó d'espera, satisfà, hi ha l'intriga.
Si et fan un petó al front, t'estimen.
Si és a la mà, és de confiança.
Si el sents a la galta, és gratificant.
Si és a la boca, t'enamora.
Si el sents al peu, és broma no hi juguis.
Si és de comiat un petó és poc,
afegim-hi una abraçada.
Un petó és sempre un petó
amb sentiments diferents, es clar.

Passant de pressa per la vida

Fulla seca que rodoles.
Quantes voltes donaràs?
Quan t'aturis mira enrere.
Val la pena córrer tant,
per arribar on no voldries
haver arribat mai?
És així el pas de la vida...
Perquè aquest neguit tan gran,
tan sols pel fet d'arribat,
si al cap i a la fi ens dol tant?
És un goig sense alegria,
és això el fer-nos grans.



Síntomas psicológicos y conductuales de la demencia

Definición	Manejo general	TNI y fármacos recomendados*
Alteración del pensamiento Creencias o narraciones erróneas o falsas; interpretaciones (p. ej., lo robó aquello que no encuentro, identificaciones) (p. ej., las personas de la televisión están en la casa o el cuidador es un espía); delirios (delus de robo, abusos, penurias, etc., no justificadas); alucinaciones (contenido falso acerca del propio pasado)	Entorno familiar; evitar los denominados "reales" o "dichos" hacia otros temas; no discutir; intentar reforzar (si aumenta) el contenido del pensamiento alterado	ICE, neurolepticos
Ilusiones y alucinaciones Percepciones distorsionadas (ilusiones) o falsas (alucinaciones), por ser de tipo visual, auditivo, olfativo, gustativo, táctil, u otra experiencia sensorial inadista	Similar al anterior	ICE, neurolepticos
Agresividad Cualquier conducta física o verbal que puede causar daño físico o moral; agresión o hostilidad; no justificadas; para reducir la agitación necesaria	Respetar los gustos premórbidos; promover la autonomía y la privacidad; aproximarse de frente; utilizar lenguaje no verbal; evitar; analizar; negociar y reforzar la cooperación; evitar que el paciente sienta humillado o degradado (p. ej., cambio de palabras sin tacto, dejar la puerta del cuarto de baño abierta, hablar en su presencia como si no estuviera, etc.) Este problema concreto, abordar en la historia personal y hacer un minucioso análisis de los desencadenantes (p. ej., si en la ducha fue el champú que produjo la irritación, los resacaños; proporcionar el manejo para suavizar el contacto del agua con la piel)	Educación del familiar/cuidador; entrenamiento de cuidador profesional Memantina, IRS (sertralina, citalopram), neurolepticos, FAI
Depresión Tristeza, amargura, sentimiento de ser una carga, falta de esperanza, etc., que aparecen mediante significativo o pérdida de funcionalidad	Identificar el posible desencadenante (agresión en resistencia, muerte de esposo, etc.) y modificarlo en lo posible (p. ej., cambio de planta o el embalaje de otro residente; causa la depresión); la parte más común de los hábitos, espacios abiertos y agradables; interacción social; conversación; actividades placenteras (juegos, juegos, etc.); resaca de hechos pasados placenteros o buenos	Psicoterapia (terapia ligera), actividades lúdicas, rehabilitación, música, animales, ejercicio físico Antidepresivos, evitar neurolepticos en depresión rebeldes a su acompañamiento de ideación delirante
Ansiedad Temor o sentimiento de pérdida de control excesivo o injustificado; repugnancia de forma verbal; gestual o motor (p. ej., plegarse al cuidador)	Reducción de estímulos; explicaciones continuas acerca de lo que ocurre; evitar situaciones nuevas; distracciones; obtener seguridad de forma verbal y no verbal; en demencia leve, reevaluación cognitiva (p. ej., aprender a confiar en el cuidador)	Música, música y tacto Antidepresivos (fluoxetina, mirtazapina, venlafaxina, sertralina, bupropión, FAI (gabapentina, pregabalin), neurolepticos
Estereotipia Movimiento anormalmente elevados o inadecuado	No intentar ni reforzar al paciente; no intentar; intentar colocarse en el lugar de los demás; corregir u evitar el hecho de forma respetuosa	Neurolepticos, FAI
Apatía Falta de interés, motivación, sentimiento, emoción o asociación	Identificación verbal o física; interacción (reforzando gratias); motivación; estímulos con movimiento y componentes olfativos (música, animales, etc.); proponer o animar para actividades de máximo interés; sin posibilidad de error; ayudar al cuidador a entender y aceptar el sistema	Música, animales ICE, metilfenidato, bupropión
Desorientación Falta de tacto social en el lenguaje; la expresión corporal u otras conductas	Estudiar posibles desencadenantes (ignorar la ropa puede ser debido al calor o a una etiqueta que tira al suelo); actividad física; actividades lúdicas; contacto social; respeto; humor; flexibilidad; no juzgar; reforzar si funciona; comprender la conducta en el contexto de la enfermedad; enseñar a los demás a comunicarse con los síntomas; limitar la confrontación a la evitación de pérdidas de dignidad de todos los implicados	Citalopram, paroxetina (táctil), acido de carboxina (líquido), neurolepticos
Irritabilidad Mal humor; cambios de humor rápidos no justificadas; impaciencia; intolerancia	Revisión exhaustiva cognitiva en demencia (para aceptar) la limitación; actividades alternativas y variadas; etc.; estudio y modificación ambiental (ruidos, entorno social, trato del cuidador, etc.)	Pikostepan (en demencia leve) Antidepresivos

www.neurologia.com Rev Neurol 2012; 55 (10): 598-608

601

J. Olazarán-Rodríguez, et al

Tabla II. Definición y manejo de las principales síndromas psicológicas y conductuales de la demencia (SPCD) (cont.).

Definición	Manejo general	TNI y fármacos recomendados*
Hiperactividad motora Aumento de la desarticulación o de otra actividad motora que no se explica por necesidades básicas ni por otro SPCD (p. ej., ansiedad)	Calentado y espacios seguros; vigilancia constante; caminar a su lado y guiar; permitir la actividad; ofrecer objetos para manipular; no intentar detenerlo	Terapia psicomotriz
Vocalizaciones repetidas Cualquier sonido o expresión vocal molesta que no obedece a un cambio en el paciente o en su entorno	Comprobar las necesidades básicas con especial atención al aislamiento social; la falta o exceso de estímulos (p. ej., ruido) y el dolor; reforzar los momentos de calma (tocarle, darle la mano, hablar de cuestiones intrascendentes, etc.)	Intervención conductual; masaje; tacto IRS (sertralina)
Alteración del sueño Pérdida del ciclo sueño-vigilia fisiológico (hipersomnia, insomnio, inversión del ciclo, sueño fragmentado, etc.)	Actividades; iluminación; dieta; siesta reducida; retrasar la hora de acostarse; evitar ruidos u otros estímulos nocturnos	Antidepresivos (trazodona, mirtazapina), benzodiazepinas (lorazepam, lorazepam, midazolam), dometaxol, neurolepticos (quetiapina)
Aumento del apetito Impulso elevado para la ingesta de todos o de algún tipo de alimento, o ingesta de otras sustancias	Reducir o evitar la exposición a los alimentos o sustancias	Fluoxetina
Disminución del apetito Falta del impulso para la ingesta	Alimentos y ambiente según el gusto premórbido; reforzar culturalmente anormales; sabores y presentación de los alimentos; higiene y revisión dental; limpieza sanitaria; ayuda gradual (comenzar con solitación verbal); conversación durante la comida	Mirtazapina, aspartato-arginina, ciproheptadina

FAI: fármacos antiépilepticos; ICE: inhibidores de la colinesterasa; IRS: inhibidores selectivos de la recaptación de serotonina; TNI: terapia no farmacológica. * Por orden aproximado de preferencia.

Prevención de los SPCD: plan de cuidados

Al igual que ocurre en cualquier otra enfermedad crónica, las sociedades científicas y demás agentes implicados han identificado un conjunto de actuaciones básicas obligadas hacia las personas con demencia. Este conjunto de actuaciones (o cuidados) integra la perspectiva psicosocial y médica, y se articula en torno a un plan, idealmente consensuado y coordinado por todos los profesionales implicados, la persona con demencia y sus cuidadores. En la práctica, los profesionales deberían, al menos, conocer los componentes esenciales del plan de cuidados, promoviendo la interacción entre las partes implicadas de una forma ágil y cómoda para la persona con demencia y para el cuidador [22]. Los aspectos esenciales del plan de cuidados son el diagnóstico temprano, el tratamiento farmacológico específico, el control de la comorbilidad, la prevención y tratamiento de los SPCD, y el asesoramiento y apoyo continuo al paciente y al cuidador [23,24]. Aunque apenas se ha estudiado formalmente, es lógico pensar que determinados aspectos del plan de cuidados (control de la comorbilidad, adaptación de las actividades y del entorno a las ca-

pacidades residuales, apoyo psicológico, refuerzo afectivo) tengan una especial repercusión en la prevención de los SPCD [13]. Además, el tratamiento con inhibidores de la colinesterasa reduce la aparición de apatía, alucinaciones e hiperactividad motora [25], mientras que la memantina evita la aparición de agitación y agresividad [26].

Diagnóstico y clasificación

El diagnóstico de los SPCD se realiza mediante la observación del paciente y la entrevista con el paciente y el cuidador. La simple observación de las facciones, el vestido, el aseo y los movimientos e interacción con el entorno ofrece datos valiosos para el diagnóstico de síntomas como la ansiedad, la depresión, la apatía o la hiperactividad motora. La observación de la interacción entre el paciente y el cuidador (sobrepresión, discusiones, etc.) también puede ofrecer datos de utilidad terapéutica, tanto referidos al propio manejo como a la detección de las necesidades de formación del cuidador.

En la anamnesis con el paciente se indagará acerca del contenido del pensamiento, la conciencia de

Església i revolució local en 1936

Eugen Perea i Simón

Amb el triomf de les classes populars, el 19 de juliol de 1936, s'inicia una autèntica revolució social...



Crucifix del temple de Sant Jaume (D'Arca i Corch).

La reacció local en contra de l'abdicament militar no es va fer esperar. Però cal considerar abans també...

els actes litúrgics, adués els públics. A Ripollès s'havia reunit poc abans la Unió Comarcal dels Feixistes...

EL PATRIMONI RELIGIOS

Mercedès a un minúscul llevantari del primer quart del segle XIX...

L'ambient, en els dies posteriors al esclat de la guerra, és de profunda religiositat...

L'altar de la Verge de Montserrat

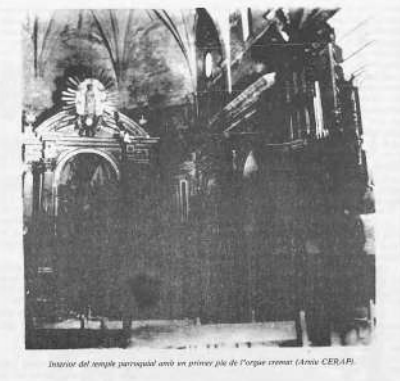
datat el 1924, per Josep Domingo, de Reus. La imatge de la titular té 72 cms.



Imatge de la Capella del Sant Crist (Foto arxíu CERAP).

amb el Nen Jesús als braços, de pedra policromada (1,15 mts. a.), datada al segle XVI...

L'altar del Sant Crist, consisteix en una imatge del convent de Sant Joan i una Dolores (65 cms. a.)



Interior del temple parroquial amb un primer pla de l'orgue roman (Arxíu CERAP).

drat, que després seria utilitzada en el restabliment del culte a l'església.

Les arcaes eclesiàstiques, en contra del que popularment es creu i se diu, foren salvats marçades a la diva disposició d'el cardenal Vidal i Barraquer...

L'altar de la Verge del Carme, retaule barroc datat el 1802, amb les imatges de la titular, talla de fusta (1,90 mts. a.)...

Cases, de Reus, i adobat per dareraga vedat el 1584; hi havia també un armariu, adquirit en 1912.

NOTES 1. Sobre el concepte de revolució social vegeu JACKSON...

L'altar de Sant Antoni, retaule de fusta estil barroc, construït el 1745, amb dues imatges del titular (2 mts. i 1,60 cms. a.)...

Segons alguns comentaris un religiós que hi havia al carrer Major hi va fer negocis amb els objectes decomissats.

L'altar de Sant Esteve, retaule neoclàssic, datat el 1814, amb la imatge del titular (1 mts. 8,10 cms. a.)

OBJECTES QUE ES VAREN SALVAR Mercedès a la complexitat d'algunes persones i segons testimonis orals...

L'altar de la Verge del Roser, taule de pedra i retaule barroc, datat el 1696. Comprèn les imatges de la titular, en fusta policromada (1,95 mts. a.)...

L'altar de Sant Josep, retaule estil romanenc, datat el 1870, amb la imatge del titular (1,55 mts. a.), en fusta policromada...

L'altar de Sant Salvador, amb les imatges del Sant Crist crucificat, talla policromada (1,75 mts. a.)...

La Capella del Sant Sepulcre, amb les imatges del Crist jaçent, la Verge, Sant Joan, les tres Marie, Josep d'Arimatea i de Nicodemus...

L'altar Major, retaule estil plateresc, amb tauler o escenes representant els quinze misteris del Sant Rosari (4,5 x 4,5 cms.)...

1. Sobre el concepte de revolució social vegeu JACKSON...

2. Cf. JUAN M. CORTIÑERIZ MATEOS, De la guerra civil a la guerra del 1937...

3. EUGEN PEREA SAMOIS, Salvador Mates, otonia d'una època: un primer quart del segle XIX...

4. HENRI RAGUIRE, La guerra i la Cruz. La guerra 1756-1939...

5. EUGEN PEREA SAMOIS, Salvador Mates, otonia d'una època...

9 de dezembro de 2021