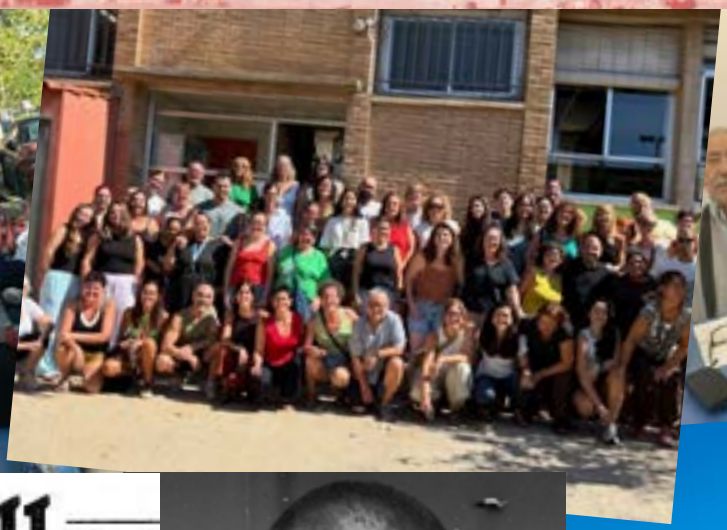
Boletín Informativo

Agrupación de Vecinos Ca n'Oriac

38
(Nueva Etapa)
Noviembre
2026



Diario de Sabadell

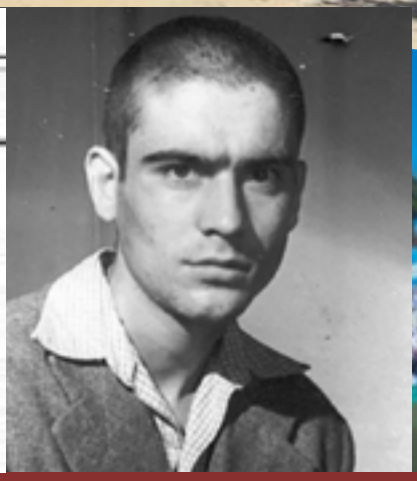
VIOLENCIA Y CADIZMO EN LA CIUDAD

ANTONIA, ASESINADA CUANDO IBA AL TRABAJO

Los indicios son de intento de violación

8000 personas se manifestaron anoche

El alcalde se dirigió a los presentes



- INFORME SOBRE URBANISMO (PÁG. 3)
- ACTIVITATS 2026-2027 (PÁG. 6)
- XALOC, 56 AÑOS DE VIDA (PÁG. 7)
- LA BRECHA DIGITAL (PÁG. 8)
- VECINOS CON HISTORIA: CARLOS SÁNCHEZ (PÁG. 15)
- NO MÉS DUES PARAULES: IA (PÁG. 16)
- LA PARROQUIA DE SANT JULIÀ (PÁG. 21)
- VACUNA'T CONTRA LA GRIP I LA COVID 19 (PÁG. 22)
- SOC GRAN, NO IDIOTA(PÁG. 26)
- ANTONIA ESPAÑA, LA MEMÒRIA NECESSÁRIA (PÁG. 28)
- ELECCIONES GENERALES (PÁG. 34)

La información de la Agrupación de Vecinos, de nuevo, en casa de todos los asociados

Noviembre
2026
Número 38
(nueva etapa)

EDITORIAL

El grup de persones que realitzem aquesta revista, així com els molts col·laboradors que la fan possible, volem saludar els nostres lectors i desitjar-los que els continguts de la mateixa sigui del seu gust i els procuri la satisfacció d'una lectura agradable i entretinguda.

Durant el temps transcorregut en l'elaboració d'aquesta edició, el món i en concret el nostre país semblen haver entrat en una convulsió que en molts moments ens ha fet témer el pitjor per a la nostra convivència:

Durant el curs escolar 2025-2026, hem tingut tota una sèrie de vagues a l'ensenyament públic que han alterat ostensiblement la vida als centres públics del nostre país. Els ensenyants, amb la seva part de raó demanaven una sèrie de millores que els hi suposés aconseguir millors retribucions i poder millorar les condicions de treball al sí de les escoles i l'Administració, tot i reconèixer la bondat d'aquestes reivindicacions per millorar la vida als centres, no s'han posat d'acord amb els sindicats i, això sí, les dues parts afirmant que defensen els interessos dels alumnes, però mentrestant els perjudicats, alumnat i pares, han d'esperar que en el seu nom, sindicats i administració deixin de barallar-se i solucionin d'una vegada els problemes educatius de l'alumnat.

No podem deixar d'esmentar el greu problema que s'ha creat a Ceuta amb l'arribada de milers de immigrants que han alterat greument la convivència entre els nouvinguts i els habitants d'aquesta ciutat. La nostra perplexitat ha estat, el fet que els partits polítics, una vegada més no hagin estat capaç de donar solucions al problema i, tot el contrari, hagin aprofitat el problema creat per tractar de guanyar uns quants vots, com si això fos lo realment important i en canvi no ho fos trobar la solució del problema.

Acabem l'editorial fent menció de l'arranjament de la Ronda Collsalarca, que malgrat els trastorns ocasionats d'ençà que es van iniciar les obres, tot el que ja s'ha fet, ens indica que quedarà una avinguda que millorarà l'aspecte del barri a la zona on hi és l'actual Ronda. De totes maneres, malgrat que cada vegada que s'ha d'iniciar un nou tram, l'Ajuntament penja cartells informant-nos entre quins carrers queda anul·lat el pas de vehicles, creiem que aquests són totalment insuficient veient els problemes de trànsit que genera els primers dies. Sigui com sigui, observant el ritme de realització que porten els obrers, ens tranquil·litza el comprovar que aviat s'acabarà i quedarà una Ronda pràctica, bonica i útil. Paciència !!!.

Volem acomiadar-nos dels nostres lectors, desitjant-los tinguin una sortida i entrada d'any plena de bones noticies i molts moments feliços.

EQUIP DE REDACCIÓ
SABADELL, OCTUBRE DE 2026

El grupo de personas que realizamos esta revista, así como los colaboradores que la hacen posible, queremos saludar a nuestros lectores i desearles que los contenidos de la misma sean de su agrado y les procuren la satisfacción de una lectura agradable y entretenida.

Durante el tiempo transcurrido en la elaboración de esta edición, el mundo y en concreto nuestro país parecen haber entrado en una agitación que en algunos momentos nos ha hecho temer lo peor para nuestra convivencia.

En el curso escolar 2025-2026 hemos asistido a una serie de huelgas en los centros públicos de enseñanza primaria y media, que han alterado ostensiblemente la vida en los centros públicos de nuestro

Los artículos firmados expresan única y exclusivamente la opinión de su autor.

país. Los enseñantes, con su parte de razón, pedían una serie de mejoras en la retribución económica y en las condiciones de trabajo en nuestros centros y la Administración, a pesar de reconocer la bondad de estas peticiones para mejorar la vida en los centros, no se han puesto de acuerdo con la mayoría de los sindicatos, a pesar de que ambas partes afirman defender los intereses del alumnado. Mientras tanto los perjudicados, alumnos y padres, han de esperar a que, en su nombre, administración y sindicatos dejen de reñir y solucionen de una vez todos los problemas que aquejan al alumnado.

No podemos dejar de mencionar el grave problema creado en Ceuta con la llegada de miles de inmigrantes ilegales que han alterado gravemente la convivencia entre los recién llegados y los habitantes de esta ciudad. Nuestra perplejidad ha surgido al comprobar que nuestros polliíticos no han sido capaces de dar soluciones realistas a los problemas creados y, por el contrario, han aprovechado, de manera torticera, para ganar un puñado de votos, como si esto fuese lo realmente importante y no, buscar el consenso entre todos para solucionar el problema que se ha creado.

Acabamos la editorial comentando la obra que desde hace unos meses se está realizando en la Ronda Collsalarca, que a pesar de los trastornos ocasionados desde que se iniciaron las obras, observando lo que se ha hecho indica que quedará una avenida que mejorará el aspecto del barrio en la zona de referencia de la Ronda. A pesar de que cada vez que se inicia un nuevo tramo, el Ajuntamiento coloca carteles informativos informando las nuevas vías accesibles para los vehículos, resultan ser insuficientes viendo los problemas de tránsito que se generan los primeros días. Observando el ritmo de trabajo que llevan los trabajadores, nos tranquiliza comprobar que cuando acaben quedará una Ronda útil, bonita y muy práctica. Paciencia.

Queremos despedirnos de nuestros lectores deseándoles tengan una salida y entrada de año llena de buenas noticias y muchos momentos felices.

EQUIPO DE REDACCIÓN
SABADELL, OCTUBRE DE 2026

INFORME SOBRE URBANISMO

Desde la vocalía de urbanismo hemos informado a las autoridades correspondientes sobre plagas de escarabajos, ratas, ratones, palomas.

Muchos son inofensivos y su presencia no nos causa ningún problema, pero cuando encuentran las condiciones óptimas de temperatura, humedad y los alimentos suficientes, se reproducen rápidamente hasta convertirse en una plaga y provocan muchas molestias.

Hasta ahora, los productos químicos, sobre todo insecticidas, han sido uno de los métodos más conocidos para combatir las plagas. Sin embargo, justamente porque tienen la finalidad de eliminar organismos vivos, pueden ser peligrosos para las personas.

Por eso, para controlar una plaga es necesario utilizar los métodos de menor riesgo para las personas y el medio ambiente y hacer un uso racional de los métodos químicos aplicándolos sólo cuando sea imprescindible. Prevenir la plaga es mejor que combatirla.

INCIDENCIAS.

•Socavones en el asfalto y falta de indicaciones por cambio de circulación, sobre todo en la Ronda Collsalarca debido a las obras que ya hace mucho tiempo que

empezaron.

• Por el incivismo de gente joven que vienen de otros lugares, sobre todo por la noche alrededor de la Plaza de España, y en la plaza Rosalía de Castro. Los vecinos han presentado muchas firmas, en la asociación de vecinos de Ca n'Oriac.

• Consecuencias graves: agredieron a un vecino, le robaron un móvil y una cartera y le ataron.

• En el Parque del Norte, por suciedades que lanzan desde el pabellón Norte. Robos y destrozos de coches en las zonas de aparcamiento permitido. Opinamos que habría que poner cámaras de vigilancia.

• Muchas quejas por los patinetes y bicicletas que circulan por las aceras a mucha velocidad y suponen un peligro para los peatones, pero sobre todo para las personas mayores.

• Grafitis en los edificios. Antes el Ayuntamiento los sacaba inmediatamente, pero ahora que cada vez hay más y más ofensivas, tardan más en borrarlas, y otras veces. No hacen nada.

• En el Pasaje Guanta con Pasaje Gallifa, han tirado una casa y un garaje. Los vecinos reclaman que en este lugar hagan un parque público y pongan una placa en el pozo que servía para abastecer de

agua a los vecinos de esta zona hace años y en estos sitios, ahora únicamente hay escombros y mucha tierra. Sugerimos la idea de dejar el pozo a un lado del parque con una placa informativa de la utilidad del pozo en el pasado.

VOCALÍA DE URBANISMO

CULTURA

El 26 de setembre vam fer la festa "No perdis el Nord". Hi van participar vint associacions amb grups de ball, gimnàstica, gimcana i bingo musical. Va ser la primera vegada que es va fer una festa d'aquest tipus. També hi van assistir el regidor de districte Manuel Robles i les tècniques Nuria Oliva, coordinadora del districte i Silvia Padilla tècnica de Territori,de l'Ajuntament de Sabadell.

La festa s'ha realitzat a l'Avinguda de Matadepera i La Roureda des de les 10 h a les 14 h i ha estat amenitzada per l'Antonio del Torrente i Lluís de radi del Poble Nou. Hi ha hagut bona música, molta expectació a les casetes; hi va haver molta informació sobre cadascuna de les activitats que feien

les diferents associació en resposta a cada una de les preguntes que feia el públic assistent.

La nostra associació va participar amb un grup molt nombrós de gimnàstica, 60 persones i el professor Jordi Jurado. Van delectar fent estiraments i relaxació; allò que es coneix com "la triatló del jubilat": "sofà, cama, butaca, i televisió" . Es evident que les persones cada vegada ens cuidem més.

L'Àngela i els seus deixebles ens van ensenyar com cremar calories amb els seus balls coreogràfics "Evolxion" ball Fitness Emocional, treballar el cos i la ment, exercicis físics tan necessaris entre la gent de la nostra ciutat i gaudir-ne alhora.

La mostra de Body Paint no es va poder fer per motius de salut: demanem disculpes.

Les activitats que la Vocalia de Cultura te previst realitzar a partir d'ara són:

• Certamen fotogràfic, que el patrocina la companyia d'assegurances GES i l'organitza la nostra Associació de Veïns de Ca n'Oriac. El lliurament de premis es farà al Centre Cívic de Ca n'Oriac el divendres 14 de novembre a les 5 de la tarda. Les fotografies romandran exposades al mateix Centre Cívic des del 13 de novembre fins el 13 de desembre

• El grup de teatre de l'Associació de Veïns de Ca n'Oriac, cap a finals del mes de febrer, presentarà una obra de teatre, al Centre Cívic de Ca n'Oriac, fent-lo coincidir amb el Febrer Cultural que com cada any organitza la nostra Associació.

• Cap el mes de maig i mitjançant les nostres xarxes socials, radio, diari de Sabadell , iSabadell, pàgina Web: "www.avvcanoriac.es" ; Facebook: @Avvcanoriac; Instagram: avvcanoriac., us informaran detalladament de les activitats que s'organitzin per a la resta de l'any.

• El carnaval que organitza la nostra Associació es realitzarà el 7 de febrer de 2027. Qui vulgui participar, envieu la documentació per WhatsApp o per coreu electrònic: avvcanoriac@canorac.es. Us invitem a gaudir amb les vostres disfresses i les vostres carrosses d'una festa amb molta xerinola, com cada any.

• Certamen Literari cap la penúltima setmana del més d'abril, organitzat per la nostra Associació amb la col·laboració del professorat del districte III . Com ja és habitual, hi hauran interessants premis.

• La Coral del Sud a Sabadell faran un festival gratuït el dia 7 de novembre a les 5 de la tarda al Centre Cívic de Ca n'Oriac, al carrer Arousa, 2.

• Restem a l'espera de les data de la nostra Festa Major.

VOCALIA DE CULTURA DE L'ASSOCIACIÓ DE VEÏNS DE CA N'ORIAC

AGRAÏMENS

. La Associació de veïns de Ca n'Oriac vol expressar el nostre agraïment, als diaris de Sabadell, Emissores de radio Can10 FM 96.7; Radio Sabadell 94.6 FM; El Torrente FM101.3 per el seu suport i divulgació d'activitats de la nostra Associació.

LA JUNTA

Ajuntament de Sabadell col·labora

Ca n'Oriac · Sabadell

Activitats 2026 – 2027

Associació de Veïns de Ca n'Oriac — tot un curs ple de moviment, tallers i cultura de barri

Moviment i salut

Gimnàstica de manteniment — Jordi	Dl · Dc · Dv, **9:00–12:00** (3 torns) · Auditori
Gimnàstica, grups especials — Jordi, Pavelló Nord	Dt · Dj, **9:30–11:30**
Ioga integral — Ana, per a totes les edats	Dimecres, **12:00–13:00** · Auditori
Evolxion, fitness dance i ball — Angela	Dl **16:15** · Dj **18:45** · Auditori
Ball de saló — Tere i Fèlix	Dl · Dc, **19:00–20:30** · Taller 4

Tallers creatius

Puntes de coixí — Fina	Dilluns, **10:00–12:00** · Taller 1
Macramé i treballs manuals — Fina i Gumer GRATUÏT	Dilluns, **16:30–18:30** · Taller 1

Escena i música

Taller de teatre — Carmen i Isabel GRATUÏT	Divendres, **18:00–20:30**
Coral — Inma GRATUÏT	Dimarts, **18:00–20:30** · Auditori

Ment i cultura

Curs de memòria i lectura — Palmira GRATUÏT	Dijous, **12:00–13:00** · Taller 1
Àrab per a nens — Rizlan	Dl · Dj, **17:00–19:00** · Taller 3
Club de lectura — Carmeta GRATUÏT	Últim divendres de mes · C/Balaguer 52B

Festa

Rua de Carnaval GRATUÏT	Cap de setmana, **17:00–20:00** · Auditori

Fes-te'n soci o sòcia

8 € fins desembre 2026 (nova quota gener 2027). Inscripcions a **C/Balaguer 52B**: dimarts i dijous de 10 a 12h i de 17 a 19h. Classes al **Centre Cívic de Ca n'Oriac, C/Aurosa 2**, Sabadell.

XALOC, 56 ANYS DE VIDA, PERÒ MÉS DE VINT ANYS FENT BARRI.

L'Escola d'educació Especial Xaloc va néixer a Sabadell l'any 1970. Des del 2005, la nostra escola ha anat arrelant a Ca n'Oriac i al districte 3 a través de la participació, la solidaritat i les relacions quotidianes amb el veïnat.

L'any 2005, l'Escola d'Educació Especial Xaloc es va traslladar del centre de Sabadell a les antigues instal·lacions del «Grupo escolar Kennedy». Aquell canvi ens va obrir les portes a un nou entorn, a nous veïns i veïnes i a moltes possibilitats de compartir feina, voluntats i mirades. Més de vint anys després, podem dir amb estima que formem part de Ca n'Oriac i del districte 3.

Després dels meus quaranta anys de vinculació com a mestre i psicòleg amb l'escola Xaloc, he après que una escola també es construeix amb les relacions que teixeix al seu voltant. En el nostre cas, aquestes relacions són essencials per acompanyar infants i joves amb capacitats diverses en el seu camí cap a una vida amb més autonomia, confiança i oportunitats.

El barri ha esdevingut un espai d'aprenentatge i de participació. Els nens i nenes han anat a comprar a les botigues de l'avinguda per aprendre a demanar allò que necessiten, gestionar els diners o esperar el torn. Accions quotidianes que, per a molts dels nostres alumnes, representen un repte i una conquesta important. En aquests aprenentatges, l'atenció i la complicitat dels botiguers i les botigueres tenen un gran valor.

També hem compartit cultura. Hem fet teatre amb els nostres alumnes en diferents sales del districte, som una eina de suport de LaSala centre de creació d'Arts per a les famílies, per ajudar a fer més inclusives les seves obres de teatre infantil, i hem participat moltes vegades en el certamen literari de Sant Jordi que organitza l'Associació de Veïns de Ca n'Oriac. Són oportunitats per expressar-se, mostrar capacitats i aportar la pròpia veu a la vida cultural del barri.

La solidaritat ha estat un altre dels fils que ens han unit. Cada desembre hem dinamitzat activitats a la plaça del Pi per sensibilitzar i demanar suport per a la Fundació La Marató de TV3. També hem col·laborat en les recollides d'aliments del Rebost Solidari als supermercats propers a l'escola. Els nostres alumnes hi han pogut viure una experiència valuosa: comprovar que el seu esforç pot ser útil per a altres persones.

Aquesta experiència de contribuir al benestar dels altres ha tingut una continuïtat especial en la relació amb la residència Sabadell Gent Gran. Durant més de vint anys hi hem col·laborat, curs rere curs, amb activitats de servei comunitari. Compartir temps i activitats amb les persones grans ha permès construir vincles entre generacions i aprendre a tenir cura dels altres. Els nois i noies que necessiten suport en alguns àmbits de la seva vida també poden oferir companyia, atenció i ajuda.

L'arrelament al barri també ha obert portes al món laboral. Alguns alumnes han fet pràctiques en comerços de l'entorn i alguns s'hi han quedat a treballar. Darrere d'aquestes oportunitats hi ha aprenentatges, esforços compartits i persones que han confiat en les seves capacitats. Per a un jove, tenir una feina significa assumir responsabilitats, guanyar autonomia i sentir que té una aportació a fer.

Això és, per a nosaltres, la inclusió: poder participar, establir relacions i sentir-se part de la comunitat. Una inclusió que necessita suports ajustats a cada persona i oportunitats reals en els espais on passa la vida.

Tota aquesta trajectòria inclusiva i participativa va fer que el 2010 Xaloc rebés la Medalla d'Honor de la ciutat de Sabadell, a proposta del Consell del Districte 3. Vam viure aquell reconeixement amb orgull i agraïment. També hi veiem reflectida la feina de les famílies, dels professionals i de totes les persones, entitats i establiments que ens han acompanyat i han fet possibles aquestes experiències.

Gràcies a l'Associació de Veïns de Ca n'Oriac per donar-nos veu en aquesta revista i per les ocasions que hem tingut de compartir projectes. Gràcies també al veïnat per formar part dels aprenentatges i

de la vida dels nostres alumnes.

Volem continuar fent camí plegats, enfortint les relacions que ja tenim i obrint-ne de noves. Xaloc és una escola del barri, i ens agrada pensar que, amb cada activitat, cada trobada i cada oportunitat compartida, contribuïm a fer-lo més proper i més acollidor.

PERE FARRÉS BERENGUER
ESCOLA D'EDUCACIÓ ESPECIAL XALOC

LA BRECHA DIGITAL COMO NUEVA FRONTERA DE EXCLUSIÓN

Vivimos en una época en la que nos han vendido la digitalización como el gran impulsor del progreso; sin embargo, en la realidad cotidiana, ese supuesto avance está levantando una barrera invisible. La brecha digital ha dejado de ser un mero problema técnico para convertirse en una forma de exclusión estructural que deja a miles de personas fuera del acceso efectivo a sus derechos más básicos.

Con frecuencia, el discurso público presenta esta exclusión como un problema exclusivamente generacional que, supuestamente, se resolverá con el paso del tiempo y con apoyo familiar. No obstante, los datos contradicen esa narrativa de incapacidad. En España, durante 2025, el 96,3% de las personas de entre 16 y 74 años utilizó internet, pero solo el 66,5% contaba con habilidades digitales básicas o avanzadas. Aunque el acceso ha aumentado de forma considerable (al pasar del 5,1% de usuarios de 65 a 74 años en 2006 al 73,3% en 2021), estar conectado no equivale a lograr integración ni autonomía. En Cataluña, los datos de 2022 indican que el 79% de las personas de 65 a 74 años usaba internet, mientras que entre quienes tenían 75 años o más la cifra descendía al 42%.

El problema no es que la gente mayor no quiera entrar en el mundo digital. El

problema es que se le ha diseñado un mundo digital que no está pensado para ella, y que además se le presenta como la única puerta posible. Las causas de esta brecha son profundamente estructurales: la pobreza afecta especialmente a quienes dependen de pensiones insuficientes para acceder a dispositivos o a una conexión de calidad. A ello se añade el desarrollo de plataformas con interfaces confusas, menús complejos y tipografías poco legibles, pensadas más para personas jóvenes que para el conjunto de la población, así como un edadísmo interiorizado que lleva a muchas personas mayores a creer que ya no están capacitadas. De hecho, casi el 68% de las personas mayores reconoce sentir miedo al usar internet, por temor a cometer errores o ser víctima de estafas.

Las consecuencias de esta digitalización obligatoria son de enorme gravedad. Cuando las instituciones y los bancos eliminan la atención presencial y reemplazan el trato humano por aplicaciones, no están modernizando el servicio, sino restringiendo un derecho. Actualmente, ocho de cada diez personas mayores de 75 años necesitan la ayuda de otras personas para realizar trámites en línea. Esto afecta su autonomía, favorece el aislamiento social y convierte a ciudadanos adultos y plenamente capaces en personas dependientes que ya no pueden gestionar por sí mismas sus derechos.

El problema no es que la gente mayor no quiera entrar en el mundo digital. El problema es que se le ha diseñado un mundo digital que no está pensado para ella, y que además se le presenta como la única puerta posible.

Ante esta realidad, es imperativo reclamar un cambio de enfoque desde la perspectiva de defensa de los derechos ciudadanos. La digitalización debe aumentar las posibilidades de la población, no suprimir aquellas que necesita. Por ello, es necesario exigir ante las administraciones la "doble vía": conservar oficinas presenciales y atención telefónica atendida por personas constituye una condición básica de accesibilidad universal, tan necesaria y legítima como una rampa para una silla de ruedas.

El progreso tecnológico no consiste en avanzar más deprisa exigiendo que todas las personas se adapten, sino en poner la tecnología al servicio de una vida mejor sin excluir a nadie. Superar esta barrera digital es un acto de justicia social, porque los derechos fundamentales de la ciudadanía nunca deben depender de su habilidad tecnológica.

Una ciudad moderna y habitable no es la que cierra más ventanillas para presumir de eficiencia. Es la que consigue que nadie se quede fuera, tenga la edad que tenga y utilice (o no) un móvil. El verdadero progreso no es el que corre más rápido, sino el que

nos permite avanzar a todos juntos. Porque detrás de la brecha digital no hay personas obsoletas; hay ciudadanos/as a los que se les está robando su derecho a participar, a opinar y a decidir sobre su propia vida. Y ese es un combate que debemos librar con la misma contundencia con la que defendemos cualquier otro derecho social.

Nadie cuestiona el progreso tecnológico, pero la tecnología debe ponerse al servicio de las personas, y no al revés. Por ello, es necesario impulsar políticas públicas reales de alfabetización digital en centros cívicos y barrios, de manera gratuita, accesible y con acompañamiento paciente. Y, de forma irrenunciable, debe exigirse por ley que las administraciones y los servicios esenciales mantengan una atención presencial y telefónica digna.

FAVSABADELL

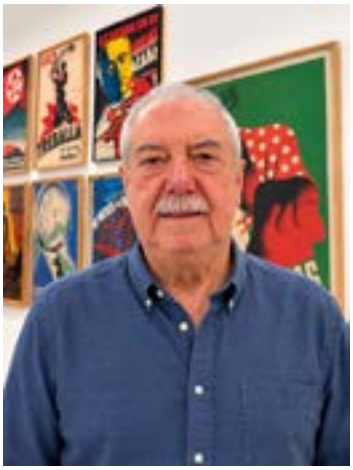
LA TERNA PP-VOX-JUNTS, UNIDOS CONTRA EL DERECHO A LA VIVIENDA

Hay fechas que, más que marcar el paso del tiempo, desnudan las vergüenzas de una democracia. El viernes 2 de octubre de 2026 será recordado como el día en que el Congreso de los Diputados decidió, con 178 y 184 votos respectivamente, que la vivienda en España sigue siendo, ante todo, una mercancía. Los dos reales decretos-ley presentados por el Gobierno para contener la emergencia habitacional cayeron bajo el peso de una coalición parlamentaria tan heterogénea como reveladora: el PP, Vox y Junts. Tres formaciones con discursos supuestamente distintos, pero unidas en una misma convicción: que el derecho a un techo digno debe seguir supeditado al derecho a obtener rentas de ese techo.

El 2 de octubre fue escenario de un nuevo episodio de la lucha de clases, expresado esta vez en torno a una cuestión tan esencial como la vivienda: de un lado, quienes defienden que debe garantizarse como un derecho; del otro, quienes la conciben como un activo financiero sujeto a la (i) lógica del mercado.

Para entender la gravedad de lo ocurrido, recordemos lo que se ha perdido, lo que afecta a la vida cotidiana de millones de personas. Con el rechazo del primer decreto, desaparece la prórroga del escudo social anti desahucios hasta 2030, lo que deja a miles de familias vulnerables (muchas de ellas con menores, personas mayores o enfermas a cargo) sin red de protección frente a la calle. Se esfuma también el tope extraordinario a las subidas del alquiler, que limitaba las actualizaciones al 2 % o las congelaba cuando la renta superaba el índice de referencia, justo en un momento en que el IPC ronda el 5 %. Se desvanece la regulación contra el fraude de los alquileres por habitaciones y de temporada, se anulan las ayudas públicas a la entrada de la primera vivienda y se deja vía libre a los fondos buitre para seguir comprando inmuebles a precios irrisorios con fines especulativos.

Con la caída del segundo decreto, se pierde la prórroga indefinida de los contratos y la indemnización de doce mensualidades cuando el propietario decide rescatar la vivienda sin causa justificada. En la práctica, se devuelve al inquilino a la incertidumbre perpetua: la de no saber si el próximo año seguirá viviendo en el mismo barrio, en la misma escuela, cerca de los mismos cuidados vecinales que sostienen su vida.



Frente a este desmantelamiento, los argumentos de quienes votaron en contra no resisten el más mínimo análisis riguroso. El PP y Vox han recurrido, una vez más, al viejo mantra del "libre mercado" y al miedo a la "inseguridad jurídica". Dicen que regular los alquileres ahuyenta la oferta, cuando la evidencia de las últimas décadas demuestra lo contrario: un mercado sin reglas no genera más vivienda, sino más especulación. No se construye más por tener precios libres; se construye cuando hay suelo público, licencias ágiles y un parque de alquiler social que compita con el privado. Hablar de "libertad de mercado" cuando más del 30 % de los ingresos de muchas familias se va en pagar un alquiler no es liberalismo: es cinismo. Y apelar a la "seguridad jurídica" mientras se defiende que un propietario pueda echar a un inquilino de toda la vida sin indemnización ni causa, no es defender el Estado de derecho, es defender un privilegio feudal.

Por su parte, la argumentación de Junts es una indecencia política. Tras semanas negociando el texto y habiendo arrancado concesiones sustanciales, decidió en las últimas horas retirar su apoyo y exigir la retirada de los decretos para "renegociar" un borrador propio que, paradójicamente, recortaba las protecciones a los inquilinos y

aligeraba las obligaciones de los propietarios. No se trataba de mejorar el texto sino de usar el sufrimiento de millones de personas como palanca para forzar al Gobierno hacia otros terrenos. Cuando la independencia de un país se construye sobre la precariedad de sus vecinos y vecinas, deja de ser un proyecto de emancipación para convertirse en una operación de marketing político.

PP, Vox y Junts han demostrado que, más allá de sus diferencias retóricas, comparten una misma antropología política: la de considerar que la vivienda es un activo financiero antes que un derecho humano. Para ellos, el artículo 47 de la Constitución (que obliga a los poderes públicos a promover las condiciones necesarias para hacer efectivo el derecho a una vivienda digna) es papel mojado. La "función social" de la propiedad es una molestia. Y la dignidad de quien no puede acceder a un hogar, un problema individual, nunca colectivo.

Frente a esta lógica, conviene recordar una verdad inapelable: nadie elige el código postal donde nace, ni los salarios que paga su mercado laboral, ni los precios que fija la orgía financiera de un sector inmobiliario desbocado. Pretender que el acceso a la vivienda es fruto exclusivo del "esfuerzo individual" es no solo falso, sino obsceno cuando se dice desde un escaño, como ha hecho el triunvirato PP-VOX-Junts.

No obstante, hay que valorar que la presión de las acampadas, de las plataformas de afectados, de los sindicatos de inquilinos y del movimiento vecinal ha logrado algo que parecía imposible hace pocos meses: poner la vivienda en el centro del debate político y obligar al Gobierno a presentar medidas ambiciosas. Que esas medidas hayan fracasado no significa que la lucha haya sido inútil; significa que debe intensificarse. Si el Congreso ha votado hoy a favor de la mercancía, los barrios seguirán votando a favor del derecho. Y será desde la movilización sostenida como construiremos, ladrillo a ladrillo, la ciudad en la que sí se pueda vivir y convivir. La vivienda es un derecho. Y los derechos no se conceden: se conquistan, se defienden y, cuando toca, se arrancan.

MANUEL NAVAS. FAVSABADELL

LA VIDA

Desde hace muchos años he disfrutado del placer de dedicarme al ejercicio de la medicina. Creo que es un trabajo, o, mejor dicho, para mí es una forma de vida magnífica y sin igual. De acuerdo en que se pasan malos ratos, sí, es cierto, pero se compensa con muchos más de buenos.

Soy médico, comparto un antiguo y noble oficio por el que profeso gran respeto y admiración. Oficio dotado de unos principios éticos en los que creo y participo, se podría decir que, con una fe ciega, pero siempre aceptando la lógica evolutiva basada en la ciencia.

En sus inicios y según cuenta la historia, debutamos en el teatro del mundo como brujos, chamanes, buscavidas, charlatanes, dentistas y cirujanos. Hoy nos llaman por lo general licenciados, doctores, médicos, o cirujanos, aunque todavía conviven o, mejor dicho, viven de esta maravillosa profesión los charlatanes, sanadores y buscavidas. De todo ha de haber en "la viña del Señor".

Incluso puedo afirmar que hoy en día también viven y coexisten los médicos, los mediquillos y lamentablemente los "toca bandurrias", impresentables que degradan esta profesión; mala gente que utiliza los actuales medios de comunicación para difundir falsedades, engañar a los seguidores y estafar con falsas promesas de mejoría e incluso curación. No deberían existir, pero ahí están, dejando al criterio del lector o "visualizador" de redes sociales el hacerles caso o borrarlos de nuestra mente.

Pero luego pienso que, si no existiera "lo malo", ¿" cómo íbamos a poder comparar y después apreciar "lo bueno"?

Finalmente afirmo con rotundidad que, la gran mayoría de la gente que se dedica al mundo de la salud son excelentes profesionales y han conseguido elevar nuestra sanidad a niveles estratosféricos,

a pesar de nuestros "políticos" y de las insuficientes inversiones en profesionales, equipamientos, investigación y desarrollo, y por supuesto sin olvidar la también muy deficiente inversión en educación, base y futuro de la sociedad. Hubo una época en la que creí que la política y los políticos estaban al servicio del pueblo, no el pueblo al servicio de los políticos. "Santa Inocencia" la mía. Ingenuo como yo solo. Cuántas veces me habrán dicho que voy con el lirio en la mano, y uno de ellos eras tú, amigo Pepe, lo sé, pero quiero y deseo creer en la gente.

Volviendo al tema que nos trae aquí os quería decir que yo presumo de ser un gran aficionado a la cocina y sus múltiples artes, con todo el saber y glamour que la acompaña, con las propiedades secretas de sus antiguas recetas, sus colores y aromas, el ingenio para realizar esas composiciones visuales tan agradables y placenteras, el fundado aprovechamiento de los recursos energéticos para proporcionar placer en forma de ingesta, esa combinación de elementos químicos con una apariencia más o menos extraordinaria, tanto como para provocar enfermedad y pecado de gula.

Pensad en cómo queda el cuerpo después de un buen "atracón o empacho".

Y como no, por supuesto, no puedo olvidarme de alabar hasta la saciedad sus inestimables propiedades profiláctico-curativas, indudablemente, tanto para el cuerpo como para el alma. Aunque creo que el cuerpo las aprecia más.

Combinados ambos aspectos, la alquimia médica y la cocina, inteligentemente aderezado con un tercer condimento, el ingenio, nos permite experimentar, elaborar e incrementar los ilimitados recursos culinarios del ser humano, al que tanta admiración profeso a pesar de sus muchos y múltiples defectos. Alquimia, cocina e ingenio, entiéndase como aspectos o condimentos, los tres juntos, que en este mundo conforman el laboratorio básico de la química cotidiana, o para entendernos, los fogones del día a día, siendo responsables de una buena parte de la fórmula para "vivir bien y ser feliz", auténtica riqueza inmaterial (a veces no tan inmaterial) que todo individuo busca en alguna fase de su vida y solo algunos afortunados encuentran.

La felicidad no existirá, pero momentos felices sí, y si no que te lo cuenten delante de un buen plato de jamón de bellota bien cortado y una botella de buen vino tinto de la tierra. ¿Eso que es?, sino un momento

feliz.

No es coincidencia que disfrutemos del comer al menos 3 veces al día: desayuno, comida y cena. Fijaros que los medicamentos también se dan con el desayuno, comida y cena. Algunos con más suerte, son cada 6 horas y disfrutan de la merienda y el aperitivo; benditos ellos.

Cada día disfruto aprendiendo y no dejo de sorprenderme del enorme compendio (tocho) que se podría hacer solo relatando hábitos y costumbres, el saber popular que se transmite de padres a hijos/as, o mejor, de madres a hijas/os.

Y para conseguirlo solo hace falta saber escuchar con atención y paciencia.

Hoy, cuando empiezo este escrito me siento en uno de esos momentos felices, disfruto de una suerte inmensa, vivo y trabajo con y para "gente maravillosa", con mi "gente", mis colegas del trabajo y mi familia.

Cada día podemos hablar, escuchar, comentar, reír. Pero no todo es color de rosa, también discutimos, a veces incluso con demasiada frecuencia; lloramos cuando toca, compartimos los buenos y malos momentos, nos miramos con chispa y alegría, pero en ocasiones con pena, "algo ha pasado". Nos saludamos con complicidad y del mismo modo nos despedimos con un "hasta luego" sin fecha, con un nudo en la garganta y a veces hasta con presión en el corazón, pero casi siempre mostrando una cara amable, una actitud positiva a pesar del lamento y la rabia que recorre por tu interior y por la crudeza de la realidad que vivimos día a día.

Momentos dulces y momentos difíciles, la alternancia es el más fiel reflejo de la vida.

La medicina es así.

Bueno, pero como dicen que las penas

con vino pasan, creo y opino que es momento de entonarse y para ello qué mejor que contar con una receta mágica, la "Queimada gallega", o el llamado licor de las Meigas.

Recuerdo la frase popular gallega que dice: "Eu non creo nas meigas, mais habelas, hailas", (Yo no creo en las meigas, pero haberlas haylas). (Meiga= maga / bruja gallega, pero intuyo que más magas que brujas)

Según he leído, la queimada se elabora en una forma de ritual que tiene que ver con el fuego.

Cuentan que es herencia de una tradición muy antigua que proviene del mundo pagano, utilizando el fuego mágico, la tierra y el agua para crear sensaciones y despertar pasiones.

Según algunos documentos que he consultado, se debe a la herencia de nuestros antepasados celtas, los cuales pintaron paredes y piedras con los llamados Petroglifos; cientos y cientos, entre ellos el más conocido, el denominado Trisquel, que es una figura con tres cabezas y que parece una cruz. Han sido muchas las interpretaciones que los historiadores han dado a este símbolo, pero la más conocida es aquella que dice que el Trisquel representa los tres elementos fundamentales en la vida del hombre: La tierra, el agua y el fuego (Wikipedia).

El ritual de la queimada comprende la fusión en armonía de estos tres elementos: la tierra que se simboliza mediante la cazuela de barro, el agua que hábilmente se cambia por el aguardiente el cual se agita y remueve (lo agitamos y removemos nosotros con una cuchara grande para no quemarnos) fundiéndose con la tierra (la cazuela) mientras el fuego dibuja formas surrealistas a semejanza de una danza mágica, concediéndonos los beneficios de la luz, el calor y la purificación de nuestras almas.

En nuestra profesión se nos presentan despedidas con demasiada frecuencia; despedidas de amigos, conocidos, pacientes, familias angustiadas con vidas e historias pasadas, ilusiones perdidas, esperanzas rotas, deseos que no se llevarán a cabo. La enfermedad lo corta todo, destroza vidas e historias, pero incluso en esas situaciones cabe espacio para la esperanza y una sonrisa.

Aparentamos firmeza, nos comportamos como un frío pilar de granito inmutable que soporta hasta lo más insoportable. Los entendidos en cosas de la mente nos recomiendan esconder nuestros sentimientos y usar más la razón en lugar del corazón; objetividad frente a la situación y ciencia. Ante todo: "Medicina basada en la evidencia".

Sentimiento y verdadera compasión, junto con experiencia profesional y deseo de ayudar, es necesario y suficiente. "Medicina basada en la vivencia".

Qué poco ayuda la parafernalia de lo correcto, consuelo del desconsuelo, apaño para tontos, pero, ciertamente las convenciones sociales solo nos sirven para ocultar la fragilidad del ser humano que se esconde tras esa mascara, la "máscara" de la profesionalidad, un débil y vano intento de esconder la humanidad que nos envuelve e inunda.

Los llantos quedan escondidos tras esa "máscara" aparentemente imperturbable. "SI", durante un rato, pero tarde o temprano llega el momento del temido apretón de manos, despedida formal, un adiós, gracias por vuestro acompañamiento, y gracias por vuestra ayuda, nos vemos. Se cierra la puerta detrás nuestro y empiezan las dudas, la rabia, alguna que otra lágrima, pero vuelves a recomponerte, hay que seguir adelante, al trabajo, la vida sigue.

¿Para cuándo posponemos descargar las emociones del día a día?

¿Cuánto tiempo podremos aguantar este sufrimiento?

Preguntas con difícil respuesta, o sencillamente sin respuesta.

En la farándula de estas despedidas escuchas palabras cargadas de emociones, verdades únicas que salen de la desesperación del cercano final, sentimientos puros no modulados, de quien no tiene nada más que perder, frases llenas de desesperación y deseo: "tengo miedo, no me dejes solo". Intuyes un adiós. Escuchas el silencio. Secas los llantos. Ocultas la rabia, el escalofrío, la soledad. Sentimientos y emociones que se clavan en tu cuerpo como agujas ardientes. Pero ahí estas, para hacer lo que te toca, cuidar, acompañar.

Observas, aprietas la mandíbula, te despides, sales, y cuando la puerta se cierra tras de ti, empieza el segundo acto. Desplome. Me siento mal, solo, muy solo, extremadamente solo. Lloro sin lágrimas y en silencio. Camino.

En ese corto espacio de tiempo, acuden para castigarte los fantasmas de tus frustraciones. Te conviertes en un ser frágil, lleno de defectos y debilidades,

deseando con desesperación que se acabe el desfile de dramáticas escenas, de continuos problemas. Te sientes pequeño e indefenso, observando el sufrimiento ajeno y convirtiéndolo en algo propio con el que has de aprender a convivir y estás compungido, te ahoga. Lloras.

Cuando te parece imposible sobreponerte a la desesperación, al esfuerzo devastador, de pronto, como un destello, una imagen recala en tu mente y recuerdas que no estás solo, trabajas con más gente, tus compañeros, tus amigos.

Empiezas a sentir alivio, ves una salida, buscas un hombro amable donde descargar tu pesar: siempre lo encuentras, siempre a punto están ahí, te lo hacen fácil, es un placer poder vivir y trabajar con esta "gente", mi "gente".

Difícil explicar con palabras cuanto os necesito, como os quiero.

Mañana nuevamente amanecerá, aunque yo ya no esté. Ayer se acabó sin darme cuenta, pero qué suerte tenemos; como tallos tiernos germinan y crecen nuevos días. Cosecha divina. Podemos seguir estrenando nuevos días. Y de nuevo, volveré a encontrarme con mis amigos.

SEBASTIÁN GALLARDO QUESADA
SABADELL, OCTUBRE DE 2026

LAS OBRAS DE LA RONDA DE COLLSALARCA

El ayuntamiento de Sabadell ha autorizado y se están ejecutando las obras en la Ronda de Collsalarca. Una actuación sujeta a alguna crítica. Las obras se han llevado por delante a árboles grandes situados en las aceras. Uno entiende que, por condiciones del proyecto, o el proceso de obra, arrancar los árboles se encuentre fielmente detallado y los árboles sean o deban ser eliminados. Algo que desconozco. Un árbol, como los existentes no se forma de un día para otro. Los árboles son una pieza clave y fundamental para la mejora de las condiciones climáticas adversas. Este verano del año 2026 que aún no ha terminado, ha pasado la estación astronómica, pero todos sabemos que continúa el calor y de momento no nos abandona. Calor que se asemeja a un mes normal de julio, cuando aquellos eran normales, es decir suaves, aunque nos encontramos terminando septiembre de 2026. Los árboles son un bien para proteger, defender, mantener y cuidar. Nos protegen del calor extrema y nos dan sombra protectora.

La ciudad del presente y la del futuro debe de pensarse y planificarse para este cambio estructural que ha venido para quedarse y desgraciadamente no va a ir hacia atrás, o al menos así lo indican los expertos que estudian el clima. Las ciudades del presente y del futuro han de potenciar las zonas verdes, la implantación de arbolado resistente al calor extremo y la sequía. Algo que define el clima mediterráneo. Nuestro clima. Las ciudades del presente deben de potenciar las superficies aterradas, es decir sin suelo cementado o embaldosado. El cemento y sus derivados garantizan el efecto horno radiante los días y sobre todo las noches tórridas de los veranos que vendrán. La energía acumulada en esas masas es devuelta poco a poco al ambiente en forma de calor.

Nuestro barrio, Ca n'Oriac dispone de parques, plazas, zonas verdes y presencia de árboles en muchas de sus calles. Ellos son una garantía para la mejora de la habitabilidad en la ciudad. Un barrio donde se dispone de zonas verdes y estas son y serán cada vez más necesarias para la vida en nuestra ciudad.

Vaya por delante que, aunque se hayan arrancado árboles grandes de la Ronda de Collsalarca, pienso que, una vez concluida la obra, este barrio habrá ganado un espacio mejor para todos y en una ciudad expuesta a los rigores climáticos extremos que nos acecharán. Mientras tanto nos toca tener y mantener paciencia por las obras y las afecciones a nuestro día a día.

ALFONSO PERDIGUER BLASCO
VECINO DE CA N'ORIAC.
SABADELL, 24 DE SEPTIEMBRE DEL AÑO 2026.

VECINOS CON HISTORIA

Carlos Sánchez Torruella: vecino de Can´oriac nos narra su historia vivencias y etapas claves de su vida.

Nació en Flix un pueblo de la provincia de Tarragona, recuerda sus primeros años con pena ya que tuvieron que salir huyendo de las tropas franquistas durante la guerra al sur de Francia, primero su padre y después él, con sus hermanos y su madre y los condujeron a un campo de concentración en Saint-Cyprien, sin unas condiciones dignas para la vida humana donde pasaron 3 años.

Cuando salieron de a aquel destierro, en el año 1941, se quedaron a vivir en Francia. Pues le dieron la oportunidad de vivir cuidando una ermita y empezaron a reconstruir su vida con toda la familia junta, pudiendo ir al colegio y aprender el francés, idioma que domina y gusta leer.

Carlos:- Cuando volvimos a España trabajamos toda la familia en una colonia textil cerca de Berga, pero en1953 nos vinimos para Sabadell donde mi padre se había comprado una parcela de tierra y nos construimos una barraca para vivir, cuando en el barrio solo había campos de trigo y almendros.

Trabajando de día, por la noches estudiaba, así conseguí el bachillerato elemental, que me sirvió para trabajar en una empresa de transportes de mercancía en la cual me jubilé.

Me case a los 25 años y tuvimos 4 hijas pero la fatalidad se llevó a mi mujer muy pronto y me quede solo con mis hijas, con los años volví a encontrar una nueva compañera de vida, mi segunda esposa

con la que rehíce mi vida, lamentablemente también ha fallecido.

Carlos.- En los años difíciles para el asociacionismo, fue tesorero de la agrupación de vecinos de Can´oriac durante 20 años, su trayectoria política ha sido muy amplia como militante del partido político PSUC y del sindicato CCOO.

Su afición por la música la ha canalizado formando parte de varias corales, en la primera estuvo 10 años CORS de la SASUELA de Sabadell siendo TENOR, actualmente es miembro de la coral de Can Puiganer y todavía a sus 94 años canta muy bien y compone sus canciones.

Desde la agrupación te damos las gracias poque personas como tu son las que necesita la sociedad y vale la pena tener como compañeros.

ANTONIA RÍOS

NOMÉS DUES VOCALS: IA

Queda algú que no sàpiga què és la IA o que no n'hagi sentit parlar mai? La IA, dues vocals que apareixen diàriament a les notícies. Actualment, quan realitzem una cerca per Internet, a banda de l'habitual llista d'enllaços a pàgines web relacionades amb la temàtica de la cerca, també ens apareix un resum creat amb la IA, amb el qual podem interactuar si volem ampliar la informació sobre el tema concret.

El més important de la IA és que no necessitem tenir coneixements de com funciona. Ni l'hem de construir, ni l'hem de programar. Simplement, hem d'aprendre a utilitzar-la bé, de manera correcta i amb confiança.

Què és la IA (i què no és)

Així mateix, la IA no és un robot amb ment pròpia, no és una màquina que pensa com nosaltres, tampoc és propera o semblant a un humà. En l'interior hi ha un programari, un programa de computació que ha estat entrenat per a dur a terme tasques específiques, processant enormes quantitats de dades i que pot acomplir una tasca específica, però no qualsevol tasca.

En el cas dels models de llenguatge, la IA no pensa: està predient paraules probables basades en patrons. Fas una pregunta i la IA troba patrons a partir de milers de milions d'exemples de text, a continuació prediu la resposta útil més probable. No està pensant. Es tracta de reconèixer patrons a gran escala. Cal tenir en compte, però, que altres tipus d'IA (com la visió per computador o l'aprenentatge per reforç) funcionen amb mecanismes diferents.

Tanmateix, hem de tenir en compte que l'actual generació de la IA no elimina ni reemplaça la intel·ligència humana; si de cas, l'amplifica. L'hem de veure com el nostre soci o company, com una eina que ens pot ajudar en algunes tasques del nostre dia a dia.

Tipus d'IA

Una manera pràctica de classificar els usos de la IA és agrupar-los en tres categories:

- **IA generativa:** Crea contingut nou (text, imatges, àudio, vídeo, codi, resums, anàlisi de dades...).

- **IA predictiva:** Preveu resultats futurs (previsió de vendes, planificació de la demanda, avaluació de riscos...).

- **IA d'automatització:** Gestiona tasques repetitives (introducció de dades, programació,

gestió de rutes, processament de factures, encaminament de correus electrònics...).

Límits i riscos de la IA

Per contra, la IA també té els seus límits:

- **NO és conscient.** No té sentiments, ni opinions, ni autoconsciència. (Quan diu «jo penso», és un patró lingüístic, no un pensament genuí).
- **NO és infal·lible.** Comet errors, de vegades greus. (Les respostes errònies que semblen convincents s'anomenen «al·lucinacions»).
- **NO és neutral.** Reflecteix els biaixos de les dades d'entrenament. (Si les dades estan esbiaixades, la IA també ho estarà).
- **NO és un substitut.** Potencia les capacitats humanes; no les substitueix. (Els millors resultats s'obtenen sempre mantenint una persona en el procés).

La IA ha après de les dades creades pels humans, en un món que sempre ha tingut desigualtats (i encara en té). Per tant, els models d'IA sovint reflecteixen aquestes desigualtats automàticament sense que ningú ho vulgui. La IA no ha decidit ser esbiaixada. Ha après de dades esbiaixades. Això no és un error: és una característica fonamental de com funciona l'aprenentatge de la IA. Encara més, un dels riscos d'aquest biaix és que la IA, en segons quins contextos, pren decisions o ens ajuda a prendre-les, que poden afectar la vida de persones reals. Per això és responsabilitat de l'usuari de la IA utilitzar les dades de manera reflexiva.

Privadesa i responsabilitat

Cal destacar també un tema molt important: la privadesa. Quan introduïm informació en una IA pública (ChatGPT, Claude, Gemini, Copilot o qualsevol altra de similar), estem enviant informació a un servidor de tercers. Això significa que mai no s'ha d'introduir informació confidencial de clients, dades financeres internes, estratègies empresarials exclusives ni dades personals dels empleats. La regla d'or és: si no enviaries una determinada informació per correu electrònic a un desconegut, no la introdueixis en una eina d'IA pública. Per treballar amb dades confidencials, es recomana utilitzar versions empresarials o privades d'aquestes eines (com ChatGPT Enterprise o Copilot for Business), que ofereixen majors garanties de confidencialitat.

S'ha de tenir en compte que la IA no té responsabilitat legal ni professional; nosaltres, sí. Si fem servir un resultat generat per la IA i aquest resulta ser erroni o inadequat, els responsables som nosaltres. No el proveïdor de l'eina ni la IA.

Dit d'una altra manera, la IA s'equivocarà; no a vegades, sinó tot sovint i amb força regularitat, més sovint del que la majoria de la gent s'imagina. I aquí rau la complicació: quan ho fa, transmet una seguretat absoluta. No fa matisos, ni s'atura, ni dubta, a diferència de com ho faria habitualment una persona insegura. La informació errònia s'expressa amb el mateix to de certesa que la informació correcta, paraula per paraula.

Consells per a un ús eficaç

Tot seguit, alguns consells a fi d'utilitzar la IA de manera eficaç.

Un **prompt** (o instrucció d'entrada) és una instrucció, pregunta o dada específica que es proporciona a una eina d'intel·ligència artificial per guiar-ne la resposta i configurar allò que genera. Actua com a punt de partida per a la comunicació entre humans i màquines, fent servir llenguatge natural en lloc de codi informàtic. La qualitat del resultat obtingut està directament relacionada amb la qualitat del prompt.

Els elements clau d'un bon prompt són:

- **Context:** Qui ets / situació. Definir el rol, la perspectiva, la informació de referència o els paràmetres principals de l'escenari.
- **Tasca:** Especificar què vols fer. Detallar l'acció principal, el procés analític o l'objectiu de

generació.

• **Format:** Com vols que estigui estructurat el resultat. Requisits de presentació: llistes de vinyetes, resum executiu, taules de dades o altres formats.

• Restriccions: Els teus límits i allò imperatiu o imprescindible. Establir límits d'estil, instruccions negatives, restriccions de vocabulari i limitacions estructurals.

A més a més:

• És molt important redactar les instruccions, preguntes, ordres i textos inicials de manera clara, específica i contextualitzada.

• Utilitzar la IA per a redactar l'esborrany inicial ens elimina el problema de la pàgina en blanc i ens ofereix un punt de partida. La nostra tasca és agafar aquest esborrany, revisar-lo, perfeccionar-lo, afegir-hi el context, comprovar-ne l'exactitud i tenir en compte que nosaltres sempre hem de tenir l'última paraula.

• Hem de mantenir el criteri humà: la IA desconeix les nostres relacions i la nostra organització. Tampoc coneix el context subtil i tàcit que configuren les decisions que prenem en el món real.

• Verifica els fets i les fonts que cita la IA (que de vegades s'inventa). Demana sempre a la IA que citi les fonts i comprova-les. Un cop fetes aquestes comprovacions, la IA esdevé una ajudant útil. Sense elles, comporta un risc.

Titulars recents

A tall d'exemple, algunes notícies recents sobre la IA:

• Expansión [30-09-2026] — Regular la IA per evitar l'extinció humana.
• elEconomista.es [29-09-2026] — La IA vol jubilar el mòbil.
• El Mundo [21-09-2026] — La desconfiança davant la IA posa en escac els plans de la banca.
• FundsPeople [21-09-2026] — L'agenda oculta dels gegants de la IA.
• La Vanguardia [18-09-2026] — La IA encara no destrueix ocupació a Espanya.
• elEconomista.es [18-09-2026] — EUA començarà a discutir la regulació de les IA perilloses. Europa sancionarà la tecnologia d'alt risc a partir de 2027.
• Expansión [17-09-2026] — Els riscos de la superintel·ligència.
• Expansión [15-09-2026] — La febre de la IA, en revisió.
• elEconomista.es [15-09-2026] — La IA ja dissenya medicaments.
• Expansión [05-08-2026] — La IA guanya terreny entre els infants espanyols.

Conclusió

En general, la intel·ligència artificial no consisteix a substituir el teu propi pensament. Es tracta de fer la teva feina més ràpida, intel·ligent i productiva, mantenint alhora el teu criteri professional al centre de cada decisió.

Lligat a la IA hi ha el tema dels centres de dades, un tema molt important, ja que consumeixen molta aigua i energia. Si puc, el següent escrit serà sobre aquest tema.

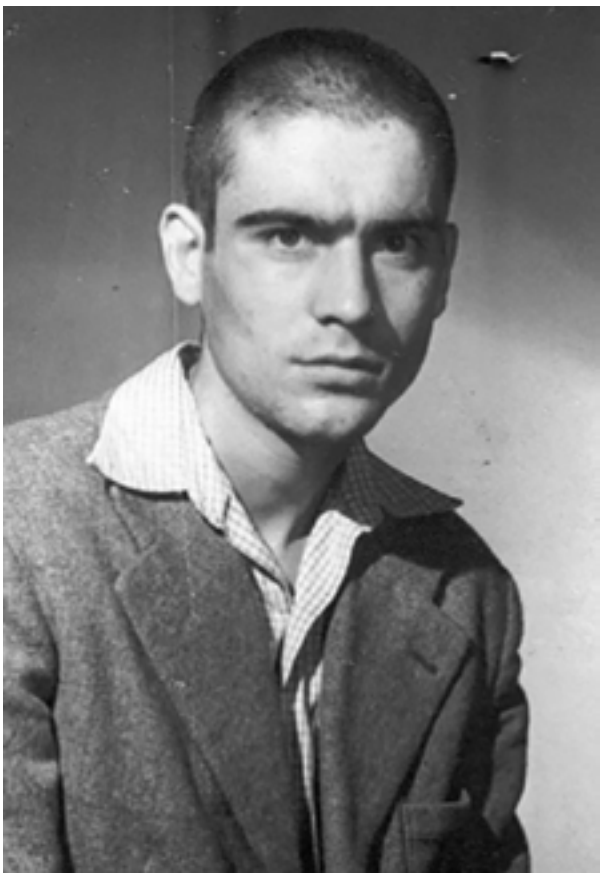
ANSELM BALLART
OCTUBRE 2026

Fonts consultades

• EU AI Act — High-risk AI systems rules apply from 2 December 2027: AI Act Service Desk
• AI designing medicines: MIT Technology Review, McKinsey
• AI and employment in Spain: La Vanguardia
• Data centers water and energy consumption: Nature, ITIF

PERE GALLIFA A LA MINA DE LA MASIA DE CA N'ORIAC (SEGONA PART)

Jordi Serrano Blanquer (historiador sabadellenc i editor de la revistaa digital *Memòria del Futur*)



Josep Xinxó

Josep Xinxó continua explicant:

Uns amics del seu pare vivien a la masia de Ca n'Oriac. El paratge encara era verge i no s'havia començat a edificar. Per sota de la casa, en un torrent, hi havia una mina d'aigua que ve de Ribatallada. El Pere Gallifa es passava el dia a la mina i de nit dormia a la masia. Això va durar bastant temps. En aquella època ja ens permetíem el luxe d'anar-hi algun diumenge amb els amics: la meva nòvia –la Margarita Muro–, l'Albert Girabau i la Júlia Xantrero. Anàvem a un pla que hi havia més amunt a la casa. Allà xerràvem, corríem i jugàvem a bàsquet. D'aquesta manera ell també es va anar civilitzant una mica, perquè amb tots aquests anys d'estar sempre amagat, sempre pensant si m'agafen, s'havia tornat una mica feréstec. Era molt estrany, si el coneixies no tant; però esquivava a tothom. Tot plegat era molt perillós.

En aquells dies el 21 de gener de 1942 Jaume Girabau un sabadellenc líder de la JSU va ser afusellat a Madrid. La Júlia, la novia de Pere Gallifa va quedar embarassada. En aquella època era força normal que la gent antifeixista s'ajudés.

Josep Xinxó:

Xantrero se'n van anar a viure en uns baixos d'una casa bastant gran que hi havia a l'avinguda del Tibidabo, a Barcelona. Els donaven feina d'aplegar prospectes de laboratoris de farmàcia. Els pagaven una misèria, però així no era una tasca tan feixuga per als seus pares. El problema era com solucionar que la Júlia estava embarassada. La Margarita coneixia a Barcelona una senyora que era llevadora, tieta d'una amiga del poble. La vam anar a veure i li vam explicar el cas: "Visito tal dia a tal hora i ja ho anirem arreglant perquè puguis tenir la criatura a la maternitat". Així ho vam fer. Vam estar deliberant dos o tres dies i vam decidir que, ja que el Marcet era magnànim en els seus discursos l'aniria a veure i li diria que hi havia un company que estava amagat. El Marcet em va dir: "Escolta, aquí no ha passat mai res; si tu m'assegures que no té les mans tenyides de sang, ja pot venir ara mateix". Al cap de dos dies vaig anar a veure el seu secretari, el Pérez, que era molt bona persona. El cas és que es va portar magníficament bé, i em va dir: "Demà passat torna, que ho tindrem a punt". Potser em van fer anar a la secretària del Marcet, la famosa Maruja, que em sembla que després de la transició va ser la secretària del Manel Larrosa a l'Ajuntament. Aquesta era de més mala bava. Amb un qüestionari em va fer tot de preguntes però ens en vam anar sortint i em van donar la cèdula blanca –una mena de carnet d'identitat que expedia el mateix Ajuntament– i la cartilla de racionament.

El Pere Gallifa va estar amagat durant quasi sis anys, entre 1939 i 1945.

Després d'obtenir els papers el Pere tenia molta por, estava molt espantat. Van decidir que es volien casar. Per poder-se casar també hi havia moltes obligacions i papers, a banda que havia de ser per l'església. Al jutjat no van tenir cap pega, però a l'església de Sant Fèlix hi havia un vicari que era un malcarat. Per si de cas vam recórrer a la parròquia de Sant Agustí a Barcelona, al carrer de l'Hospital, on hi havia un vicari potable que els casaria. I així ho van fer. Quan va néixer la criatura van venir a Sabadell i la meva companya va anar a buscar la Júlia a Barcelona per acompanyar-la. Van anar a viure al riu Tort una temporada. Per la Nuri Gallifa hem fet més que el que fa un pare i una mare: buscar la llevadora.

Que una persona visqui terroritzada durant cinc anys, amagat de tothom, passant les nits a la mina de la masia de Ca n'Oriac no deixa de ser un testimoni esgarrifós i una demostració clara de l'actitud venjativa i bestial dels franquistes sabadellencs. Mentre això passava, quants sabadellencs van fer fortunes? Quants vivien plàcidament a llurs cases? L'existència d'un talp sabadellenc ens demostra la gravetat de la situació a la ciutat i la manca de generositat dels guanyadors de la guerra i la seva misèria moral.

CONSELLS I MÉS

CONSELLS PRÀCTICS PER A DORMIR

1. Anar al llit i despertar-se **a la mateixa hora cada dia, fins i tot els caps de setmana**
2. Tenir una habitació **fosca, tranquil. la i fresca** i fer servir cortines opaques o/i taps per les orelles
3. Limitar **la cafeïna, la nicotina i l'alcohol** abans d'anar al llit
4. Reduir l'**ús de dispositius electrònics** una hora abans d'anar al llit (la llum afecta la melatonina)
5. **L'activitat física** regular hi ajuda, però cal evitar les sessions tardanes (mitja tarda, nit)
6. **Evitar els àpats pesats**
7. **Limitar la migdiada a 30-40 minuts,** perquè no interfereixi en el son nocturn

FASES IL·LUSTRES.....

El bien de la humanidad debe consistir en que cada uno goce al máximo de la felicidad que pueda, sin disminuir la felicidad de los demás.

Aldous Huxley, escritor inglés 1894-1963.

La educación es el arma más poderosa que puedes usar para cambiar el mundo.

Nelson Mandela, nació el 18 de julio de 1918 en Mvezo, Sudáfrica, y falleció el 5 de diciembre de 2013 en Johannesburgo. Fue un abogado, activista y político que lideró la lucha contra el régimen de segregación racial conocido como el apartheid.

EULÀLIA CORRAL

LA PARRÒQUIA DE SANT JULIÀ D'ALTURA
PRIVILEGIS DEL RECTOR (3)

No serà fins l'any 1303 quan comença a existir dades (segons l'Arxiu Diocesà de Barcelona) dels Rectors que regeixen la parròquia, des d'aquell any i fins l'actualitat, ara ja en la nova parròquia del Sagrat Cor (Barri de Ca n'Oriac de Sabadell), erigida canònicament per l'Arquebisbe Gregorio Modrego, segons decret de 18 d'abril de 1963.

El terme administratiu de Sant Julià comprenia, a finals del segle XIX, una vintena de cases de pagès, algunes molt antigues i de les quals encara en resten algunes i molt especialment la casa Can Ustrell. Tant els amos d'algunes d'aquelles cases com el propi Rector van tenir durant molt temps un important poder administratiu i polític. D'aquelles cases de pagès podem citar també, a tall d'exemple, Can Salas, Can Avellaneda, Can Font, Can Ribatallada, Castell Arnau, Can Arnella, etc.

En els arxius de Terrassa apareix un document de data 13 de març de 1120, on consten uns drets que tenia el Monestir de Sant Cugat del Vallès sobre diversos castells, entre els quals es cita el de St Julià d'Altura. Per tant en aquella data possiblement deurien coexistir el castell i l'església de St Julià d'Altura.

També, i segons escriu Josep Soler, a l'Arxiu de la Corona d'Aragó existeix una escriptura feta el mes de juliol de 1147, sobre la venda d'uns molins existents en la parròquia de St Julià, a favor de Pere de Terrassa. Aquests documents donen prova prou clara de l'existència de la parròquia de St Julià d'Altura.

Ja més endavant i pel que fa al Rector, cal mencionar un antic document de data 7 de febrer de 1223 en virtut del qual el Rei Jaume concedeix un privilegi a favor del Rector de Sant Julià d'Altura i el Prior (assimilat al bisbe) de Terrassa, amb la distinció de poder exercir de Notaris a tots els efectes i en els seus termes administratius i eclesiàstics.

Josep Soler, confirmant aquest privilegi del Rector de St Julià, constata que entre els documents examinats (finals del segle XIX) en l'Arxiu de la rectoria de St Julià, a més dels llibres parroquials hi ha un grup d'escriptures dels segles XIV, XV, XVI, i XVII, i especialment del XV, totes referents a terres i drets de St Julià i autoritzades pel Rector d'aquesta parròquia.

Soler cita també un document existent en l'Arxiu de la Corona d'Aragó, de data 16 d'octubre de 1326, on s'atorga una concessió o privilegi reial als veïns de les parròquies, St Vicenç de Jonqueres, St Julià d'Altura i St Quirze de Terrassa, per a usar mesures diferents de les de la vila de Terrassa.

També volem citar un document existent en l'Arxiu Notarial de Terrassa, en el Llibre del Batlle de Terrassa, on amb data 7 de juliol de 1369 hi figura un bando reial dirigit al veguer de Barcelona, on es fa saber que els oficials d'aquella vegueria tindran per guia a Pere Balus de St Julià d'Altura, qui marxava amb l'armada a Cerdenya.

MIQUEL ZAMBUDIO

Vacuna't contra la grip i la COVID-19

Cada any, durant els mesos de tardor, s'inicia la vacunació contra la grip i la COVID-19 per protegir a les persones més vulnerables.

Vacunar-se contra la grip i la COVID-19 és una acció senzilla però vital per prevenir complicacions d'aquestes malalties.

Què és la grip?

La grip és una **malaltia vírica que afecta les vies respiratòries** i es transmet fàcilment per l'aire, principalment durant els mesos d'hivern.
Els **símptomes** més comuns de la grip inclouen febre alta, tos seca, mal de cap i coll, dolor muscular i un malestar general que fa que et sentis extremadament cansat i sense forces.
En **casos greus, la grip pot provocar complicacions** com pneumònia, otitis, sinusitis i deshidratació. També pot agreujar malalties cròniques com l'asma o la diabetis, i en alguns casos pot requerir hospitalització, ingrés a l'UCI o, fins i tot, ser mortal.

Per què cal vacunar-se cada any?

El virus de la grip muta cada any, per això, l'Organització Mundial de la Salut (OMS) revisa i recomana anualment la composició de la vacuna per garantir la protecció més eficaç possible. A més, la immunitat generada tant per la vacunació com per la infecció disminueix amb el temps. És per això que **ens cal una nova vacuna cada any per protegir-nos de la grip si formem part d'algun grup de risc.**
Vacunar-te no només et protegeix a tu: també redueix el risc de contagiar persones vulnerables, com els infants, les embarassades, la gent gran o les persones amb malalties cròniques, que poden patir complicacions greus.
També contribueixes a **reduir la propagació del virus a la comunitat,** i protegint així les persones properes, com familiars i amics.
A Catalunya, més de la meitat de les persones més grans de 60 anys ingressades a l'UCI per grip no estaven vacunades.

Qui s'ha de vacunar?

- Persones de 60 anys o més.
- Persones amb condicions de risc (malalties cròniques com l'asma o la diabetis, immunodeprimides, fumadores, etc.).
- Persones que viuen en residències o altres institucions tancades.
- Embarassades o que han donat a llum en els darrers sis mesos.
- Personal de centres sanitaris i sociosanitaris, incloent-hi personal d'oficines de farmàcia.
- Convivents o persones cuidadores de persones vulnerables.
- Personal de serveis essencials.
- Docents.
- Persones que, laboralment, hagin estat en contacte amb animals.
- Infants de 6 mesos a 4 anys inclosos.

La vacuna és segura?

Sí, i ha estat avaluada des de fa molts anys. Les vacunes per a persones adultes contenen fragments inactivats del virus que activen el sistema immunitari sense causar la malaltia. A més, es pot administrar juntament amb altres vacunes.

Els efectes secundaris més comuns són dolor o inflamació al lloc de la injecció, febre, malestar general o dolor muscular, que **solen desaparèixer en menys de 48 hores.**

Què és la COVID-19?

La COVID-19 és una **malaltia infecciosa causada pel virus SARS-CoV-2** i es transmet principalment per gotes emeses en parlar, respirar, esternudar o tossir.
La majoria de les persones afectades desenvolupen una **malaltia respiratòria que pot anar de lleu a moderada** i es recuperen sense necessitat de tractament, encara que en alguns casos els símptomes poden persistir durant molt de temps. **També pot agreujar malalties cròniques i en alguns casos pot requerir hospitalització, ingrés a UCI o, fins i tot, ser mortal.**

Per què cal vacunar-se cada any?

Les vacunes contra la COVID-19 **es van adaptant cada any per fer front a les noves variants** circulants. A més, igual que en el cas de la grip, la immunitat generada per la vacunació i/o per la infecció disminueix amb el temps. Per tant, **ens cal una nova dosi de vacuna cada any per protegir-nos de la COVID-19 si formem part d'algun grup de risc.**

Qui s'ha de vacunar?

- Persones de 60 anys o més (especialment a partir dels 70 anys).
- Persones amb condicions de risc (malalties cròniques com l'asma o la diabetis, immunodeprimides, etc.).
- Persones que viuen en residències o altres institucions tancades.
- Embarassades.
- Personal de centres sanitaris i sociosanitaris.
- Convivents o persones cuidadores de persones vulnerables.

La vacuna és segura?

Sí, la seguretat de la vacuna ha estat **rigorosament verificada per organismes internacionals** i s'han administrat milions de dosis a escala mundial.

Els efectes secundaris més comuns són dolor al lloc de la injecció, fatiga o cansament, mal de cap, dolor muscular i/o articular, febre i calfreds. Aquestes reaccions són majoritàriament d'intensitat lleu o moderada i desapareixen a les 24-48 hores després de la vacunació.

És important saber que **la vacuna contra la grip i la vacuna contra la COVID-19 es poden administrar en el mateix moment**.

On em puc vacunar?
Al teu centre sanitari de referència.

Per a més informació
Consulta als teus professionals sanitaris de referència i/o al telèfon **061** /Salut Respon

Per a més informació escaneja aquest codi QR o visita **canalsalut.gencat.cat/vacuna-tardor**

Generalitat de Catalunya

2025. © Generalitat de Catalunya. Departament de Salut

5 mites sobre la grip i la vacuna antigripal

1. La vacuna contra la grip s'administra de forma puntual i excepcional. Fals

És una vacuna que **forma part del calendari de vacunacions sistemàtiques** i s'administra cada any segons edat i condició de risc.

2. La vacuna contra la grip és per a la gent gran. Fals

Per edat, tothom que tingui **més de 60 anys i entre 6 mesos i 5 anys** s'ha de vacunar. També totes les persones amb condicions de risc, independentment de l'edat, ja que poden patir complicacions a causa de la malaltia.

3. Si estic embarassada no em puc vacunar. Fals

La vacuna contra la grip no només és segura durant l'embaràs i la lactància, sinó que està recomanada, ja que les embarassades són població de risc. Vacunar-se contra la grip **protegeix tant l'embarassada com el nadó.**

4. Només les persones grans o amb una malaltia de base pateixen una grip greu o acaben ingressades. Fals

Tot i que les persones de més de 60 anys o amb condicions de risc són les més vulnerables, qualsevol persona i a qualsevol edat pot patir una grip greu o molt greu. Habitualment, **els infants són els primers a contraure la infecció** i a contagiar les persones properes.

5. La vacuna contra la grip pot produir la malaltia. Fals

La vacuna contra la grip **no transmet la malaltia** i, a més, redueix el risc de contagi entre les persones.

En la campanya de vacunació de la tardor d'enguany s'administren dos tipus de vacunes de la grip:

- La intramuscular, per a infants a partir dels 6 mesos i per a adults.
- La intranasal, per a infants d'entre 2 i 5 anys preferentment i en menors de 18 anys.

Vacuna't contra la grip! Reduiràs els contagis i les probabilitats de patir complicacions en cas de contraure la infecció.

Més informació a
canalsalut.gencat.cat/vacuna-tardor

/Salut Generalitat de Catalunya

LA PÉRDIDA DE LA HUMANIDAD

Para entender porque nos estamos distanciando de esa "humanidad" en el trato diario y del propio núcleo familiar (abuelos, tíos, primos, amigos), influyen varios factores sociales, culturales y psicológicos muy marcados en nuestra época.

La prisa constante: Vivimos en una sociedad en que el tiempo se ha convertido en un bien escaso y mal administrado, lo que hace que ver a un tío, visitar a los abuelos o detenerse a escuchar los detalles de la vida de un primo un vecino, o un amigo, parece una "pérdida de tiempo".

Presencia física vs presencia virtual: Creemos que estamos más comunicados que nunca porque mandamos un WhatsApp a un grupo familiar o a un grupo de amigos, pero esa conexión digital es superficial. No sustituye la charla presencial, el abrazo que alimenta el alma, las risas compartidas, las comidas y las sobremesas.

Fatiga de pantallas: El exceso de estímulos tecnológicos nos satura cognitivamente, dejándonos con poca energía mental para la paciencia y la empatía que requieren las relaciones humanas.

Las distancias geográficas: Las oportunidades laborales y los costos de vida actuales han esparcido a las familias y amigos por diferentes ciudades o países. Esto dificulta mantener el contacto diario dejando la familia entera y amigos a un segundo plano o dejándolos a eventos puramente formales o festivos, perdiendo a esa familia de apoyo mutuo o de amigos que antes existía.

Intolerancia: Nos cuesta aceptar las manías de los abuelos, las opiniones distintas de los tíos o los desacuerdos de los primos y amigos mostrando una falta de disposición a ceder, perdonar y tolerar.

El agotamiento social: Muchas personas agotan su energía social durante el día, responder un mensaje o mantener conversaciones lo dejan como una tarea pendiente. Al ver las historias o publicaciones de un familiar o un amigo en

redes sociales, se asume erróneamente que "ya sabemos que está bien o ya sabemos que es de su vida". Cada vez más personas asumen que los amigos verdaderos y la familia no necesitan hablar a diario y "si nos vemos una vez al año creemos que todo sigue igual y que es suficiente". Evitar la interacción continua cuándo surgen diferencias o la vida sigue caminos distintos requiere menos esfuerzo emocional, muchas personas prefieren dejar enfriar la relación paulatinamente que agregar las tareas pendientes.

Recuperar esa humanidad implica un acto consiente contra el ritmo actual: Regalar tiempo de calidad y entender que la familia y los amigos no es un adorno sino lo que nos recuerda quienes somos de dónde venimos y por qué nos hemos conectados.

La familia: nos da las raíces (de dónde venimos) y los amigos nos dan el reflejo de nuestras elecciones y afinidades (lo que compartimos), existe un espacio aún más amplio que nos enseña y que nos inspira a ser más humanos. Lo que define verdaderamente nuestra condición humana no es solo a la familia que pertenecemos o al grupo de amigos que tenemos sino la manera en que nos relacionamos con la existencia.

Ser humanos: no es un estado con el que se nace; es una capacidad que se cultiva a lo largo de la vida.

Reconocer que erramos, el acto de perdonar y pedir perdón es un aprendizaje puramente humano. La capacidad de cuidar sin esperar nada a cambio (altruismo), actuar con generosidad desinteresada, un

voluntario que rescata a un animal, una persona que dedica su vida al servicio de otros, nos recuerda que estamos hechos, no solo para la competencia, "somos humanos.

Duele mirar alrededor y tener la sensación de que nos estamos quedando solos en medio de una multitud. Hay una frialdad invisible que lo empapa todo, una especie de anestesia colectiva que nos está robando lo más genuino de nuestra condición humana. Nos hemos vuelto en mirar hacia otro lado, cuando la realidad del otro nos ofrece un mínimo esfuerzo, de empatía o de presencia.

Vivimos a escasos centímetros de personas cuyas vidas se apagan tras una puerta cerrada. El vecino ya no es un prójimo, es una persona extraña que molesta, hemos cambiado el saludo cálido por la indiferencia.

Las relaciones familiares y las amistades se miran por el interés: ¿Qué me aportas?, ¿Qué beneficio saco de esto? Si el vínculo deja de ser cómodo, si requiere paciencia, perdón o sostener al otro en su problema, la tendencia actual es descartarlo como si fuera un objeto defectuoso.

Pero quizás lo más grave, lo que nos define como sociedad agotada moralmente, es la cultura del "que otro lo resuelva". Vemos problemas cotidianos, injusticias pequeñas y grandes, personas desatendidas a nuestro propio alcance, y lo dejamos pasar, el dolor ajeno o la necesidad de actuar bajo la cómoda coartada de que le "le corresponderá a otro" o "ya se encargará el sistema".

Nos hemos vuelto tan autosuficientes en nuestras burbujas de comodidades que hemos olvidado lo básico: una sociedad donde nadie le duele el de al lado deja de ser una comunidad para convertirse, simplemente, en una acumulación de solitarios. Y eso, más que un fallo del sistema, es la derrota de nuestra propia humanidad.

El reflejo más crudo de esta desconexión lo vemos en nuestros afectos más comunes: somos capaces de adoptar un perro, humanizarlo y desvivirnos por él, mientras decidimos abandonar a nuestra propia familia o ignorar por completo el sufrimiento de la gente que nos rodea. Es más fácil amar a un animal, porque no discute, no juzga, prefiriendo la comodidad de una mascota obediente antes del compromiso que implica sostener un vínculo con otro ser humano.

Nos preguntamos muchas veces por que estamos aquí, buscar el propósito detrás de

nuestras acciones y desear dejar el mundo un poco mejor de como lo encontramos es una de "las mayores fuentes de inspiración humana".

• "La deshumanització comença a casa quan deixem d'escoltar els qui tenim més prop; la humilitat neix en saber demanar perdó a taula."

• La humilitat de barri és saludar, preguntar ·como estàs? I esperar la resposta de debò. Aquí és on reconstrueix la humanitat ferida"

• "Ser humans és reconèixer-nos fràgils i iguals. Quan oblidem la humilitat, comencem a desaparèixer."

• Hem passat en viure en comunitat a tancar-nos rere portes blindades, oblidant que el veí no és un estrany, sinó el nostre mirall més proper.

N BOND.

"SOC GRAN, NO IDIOTA"

Li diuen edatisme, és la discriminació per l'edat. Quan s'és gran, demanar un taxi o accedir als serveis "on line" bancaris i de salut pot esdevenir un autèntic malson.

El 58,6% dels més grans de 75 anys no saben connectar amb els serveis en línia del CatSalut, segons un estudi de la UOC.

"Soc major, no idiota" va ser el lema de la campanya que Carlos San Juan va iniciar al 2022 contra els bancs perquè milloressin l'atenció als clients d'edat avançada. Aquest home es va posar en marxa quan va conèixer la historia d'una dona de Burjassot, gran i amb mobilitat reduïda, la qual el BBVA li volia cobrar dos euros extres per atendre-la a la finestreta. En un temps record va aconseguir 500.000 signatures. Ara alguns bancs han ampliat la seva atenció presencial, però encara no hi ha prou perquè la majoria de jubilats no sap utilitzar la banca electrònica ni els caixers electrònics, necessiten que els atengui una persona. Segons dades de les mateixes entitats bancaries i que ha confirmat l'estudi de la UOC, el 55,5% dels més grans de 65 anys no usen el banc on line. En canvi, el percentatge de les persones entre 25 i 34 anys arriba al 96,7%.

La discriminació per edat en l'àmbit familiar pot ser encara més sagnant, perquè en lloc de ser l'espai més acollidor sovint és el més dur. No entrarem en els mals tractes físics i psicològics que a vegades pateix la gent gran a casa o a les residencies i que és el top de l'edatisme. Fixem-nos en el tracte quotidià en família que sovint és humiliant: "això no ho saps fer", és un retret habitual que els gran escolten d'un fill o un net. També és difícil seguir una conversa dels joves, que utilitzen un llenguatge ple de neologismes. Quan els joves s'adonen que els avis estan en la inòpia no són gaire

caritatius: "no saps de que va, ets d'una altra època, tu això no ho pots entendre.." Si repeteixen la frase, encara pot ser pitjor, la repeteixen mastegant-la, infantilitzant l'explicació o alçant la veu perquè es pressuposa que ets sord.

El pitjor d'aquest escenari és l'edatisme autoinfligit i que els grans acabin convençuts que són mobles caducats, incapaços d'aprendre coses noves i de portar una vida activa. No permetem que això passi. Busquen els recursos per estar al dia, nosaltres podem !!!

EULÀLIA CORRAL

PLATANEROS SÍ, PLATANEROS NO.

¿Quién no ha disfrutado de la sombra de un platanero? ¿Quién no recuerda esa alameda, esa carretera y esas avenidas en ciudades con sus codiciadas sombras en verano? Sin duda, el platanero es uno de los más adecuados por su pronto crecimiento, por su bajo mantenimiento y por su ausencia de enfermedades. Se trata de una especie necesaria y querida por las personas.

Pero claro, todo tipo de árbol tiene su lugar. ¿Alguien se imagina una higuera en un cementerio, un pino o un platanero? Pues

resultaría muy difícil debido a sus raíces, que se desarrollan más en horizontal que en vertical, lo cual sería un problema para tumbas y nichos. Justo en este apartado es donde el ciprés se hace imprescindible en los cementerios: sus raíces crecen verticalmente y respetan todo lo edificado, y las tumbas no sufren ningún daño.

En Sant Julià, desde hace años, por activa y por pasiva, por instancias, por avisos verbales y por varias reuniones con el Ayuntamiento, la última el 15/09/26, se le volvió a recordar el problema, que no es otro que el de siempre.

Sant Julià tiene aceras de tres metros y plataneros de más de 40 años. Hemos sufrido muchos reventones, aceras levantadas, cortes de agua... Algunos de ellos el Ayuntamiento ha estado presente y lo ha podido comprobar, y seguimos con aceras levantadas. El no escuchar nuestras reivindicaciones nos llevó a colocar las pancartas y carteles que hoy todavía están en nuestras puertas, y así seguirán hasta lograr lo que pedimos.

Queremos que nunca más se tape un alcorque con cemento, que los plataneros se vayan sustituyendo de forma progresiva por otra especie de árbol más acorde con el ambiente, podar de forma más severa los árboles existentes, que fue lo acordado en la última reunión, y que la empresa encargada de la poda aporte las herramientas necesarias y no grúas que no llegan hasta el punto justo de su poda. Evitar averías, atascos, alergias y reventones es cuestión de querer escuchar.

Platanero sí, pero donde el suelo lo permita.

RICARDO ROSO.

CARRER LLUIS PARCERISA, 27

ACERAS LEVANTADAS Y ALCORQUES

ANTONIA ESPAÑA, LA MEMÒRIA NECESSÀRIA

49 anys després del seu assassinat, recordar l'Antonia España és una qüestió de memòria democràtica i un compromís amb totes les dones víctimes de la violència masclista.

L'Antonia España vivia al barri de Can Rull. Tenia només 16 anys i era filla d'una família treballadora que havia vingut de Còrdova a Sabadell, en una època de gran immigració procedent de diferents indrets d'Espanya, en ple creixement industrial.

La matinada del 15 de setembre de 1977, com cada dia, sortia de casa per anar a treballar al barri de Gràcia, on es trobava el seu centre de treball. Aquell dia, però, abans d'arribar a la fàbrica, va ser assassinada per José Moreno Chavarría, un home que estava obsessionat amb ella

Diario de Sabadell

ANTONIA, ASESINADA CUANDO IBA AL TRABAJO

Los indicios son de intento de violación

8000 personas se manifestaron anoche

El alcalde se dirigió a los presentes

. La seva mort va impactar profundament Sabadell. Milers de persones van sortir al carrer per reclamar justícia. Eren temps de canvi, en una societat que començava a recuperar espais de llibertat i a alçar de nou una veu que durant anys havia estat silenciada per la dictadura.

En aquell context, els moviments feministes, veïnals i obrers van respondre amb contundència davant d'una realitat que moltes dones coneixien massa bé: la por de caminar soles i d'anar a treballar per carrers que no sempre eren segurs.

Les mobilitzacions a Sabadell i a Barcelona, així com el seu enterrament multitudinari, van demostrar fins a quin punt aquell crim havia esdevingut una ferida col·lectiva. De fet, al lloc del crim, els veïns hi van deixar un missatge que deia: "Antonia: Tots som culpables de la teva mort".

ANTONIA: TOTS SOM CULPABLES

A CIUDAD COMPARTE EL DOLOR DE LA FAMILIA

Gairebé 50 després, encara tenim feina pendent. Els assetjaments sexuals, les agressions, els assassinats masclistes i el llenguatge violent continuen formant part de la nostra realitat.

Malauradament, també augmenten els discursos que neguen o banalitzen la violència masclista. Massa sovint, les dones víctimes d'aquesta xacra encara són qüestionades i revictimitzades. Cal acompanyar-les i, ara més que mai, seguir defensant amb fermesa els drets de les dones. Per això, crec que Sabadell té el deure de reconèixer l'Antonia i totes les dones assassinades que han quedat invisibilitzades amb el pas del temps. Crear un espai permanent en memòria de l'Antonia España seria una manera de reafirmar el compromís de Sabadell amb

una societat més justa, igualitària i lliure de violències

masclistes. També permetria transmetre aquests valors a les generacions futures i donar un sentit als minuts de silenci que fem cada cop que una dona és assassinada.

El barri de Can Rull, on ella va viure, podria ser un lloc especialment significatiu per acollir aquest record i incorporar-lo als espais de memòria democràtica de Sabadell, perquè formi part del patrimoni i del testimoni col·lectiu de la ciutat.

L'Antonia España tindria 65 anys. És el moment que la ciutat custodiï la seva memòria i la de totes les dones víctimes d'aquesta xacra.

Perquè recordar-les també és una manera de preservar els nostres valors com a societat.

Perquè rememorar-les també és feminitzar la memòria pública de la ciutat.

Perquè al setembre de 1977, en aquelles mobilitzacions, es reclamava entre altres consignes "Justicia para Antonia" i "Antonia, germana, nosaltres no oblidem". Avui, aquell clam col·lectiu l'hem de fer nostre.

MARTA SALIDO PALMA

TENS PROBLEMES AMB EL ALCOHOL O ALTRES DROGUES ?

Si el consum d'alcohol o altres drogues et causa problemes, si en consumeixes més del que voldries o veus que això afecta altres aspectes de la teva vida com ara les relacions familiars o laborals, contacta amb un CAS (Centre d'Atenció i Seguiment).

Què és un CAS?

Un Centre d'Atenció i Seguiment (CAS), és un centre ambulatori públic, d'accés directe i gratuït, que forma part del Pla director de salut mental i addiccions, i que treballa en la prevenció, atenció, suport i incorporació sociolaboral del pacients que atén.

Quins serveis ofereix?

• Acollida, informació i assessorament per als pacients i els seus familiars

• Valoració del pacient des del vessants orgànic, psicològic i social

• Tractament mèdic de les drogodependències

• Programes de salut i educació sanitària (intercanvi de xeringues etc.)

• Tractament psicològic: teràpies psicològiques individuals i/o grupals

On pots demanar-ne informació?

Hi ha centres distribuïts per totes les comarques de Catalunya.

Sanitat respon 24 hores 902 111 444

Línia verda 93 412 04 12

Al meu metge de capçalera. Al teu Ajuntament

EULALIA CORRAL

CE SABADELL-CIUTAT: UNA CONNEXIÓ INCREÏBLE

No ha estat només per l'efecte del doble ascens consecutiu de Segona RFEF a Segona A, la Lliga Hypermotion. El Centre d'Esports Sabadell viu un autèntic idil·li esportiu i emocional.

S'ha convertit en un fenomen social.

Les dades no enganyen. S'ha superat el llindar dels 10.000 socis -exactament, 10.500- una xifra inèdita en la història del club. Ni en els enyorats millors temps de Primera Divisió s'havia aconseguit arribar als 7.000 abonats.

La connexió entre el club i la ciutat és increïble. Mai s'havien vist tantes samarretes arlequinades pels carrers. I el punt àlgid arriba els dies de partit a la Nova Creu Alta, que viu un ambient espectacular. Les remuntades èpiques del play-off davant Real Madrid Castilla i Zamora van convertir-se en un assaig i ara, s'ha confirmat aquesta comunió incondicional entre la graderia i l'equip.

Un equip que ha sabut contagiar una energia, vitalitat, entrega i compromís innegociables. Tot això amb un líder absolut, Ferràn Costa. L'entrenador és la peça filosofal del projecte juntament amb el director esportiu, Lucas Viale, des dels despatxos.

Una mentalitat que té el seu reflex sobre el terreny de joc. En una competició tan dura com la Lliga Hypermotion, farcida de clubs històrics amb un potencial econòmic molt superior i l'únic objectiu de tornar a Primera Divisió, el Sabadell ha protagonitzat un inici de temporada per treure's el barret.

Ni els més optimistes ho podien somiar. De fet, el calendari oferia ossos de gran nivell per començar. Sporting, Castellón, Almeria, Córdoba, Mallorca i Oviedo s'assemblava a un autèntic 'Tourmalet' en l'argot ciclista. Muntanyes de primera categoria.

Fer un '11 de 18' en aquest tram ha estat un èxit rotund. El Sabadell ha minimitzat les qualitats dels gegantins adversaris i ha convertit la Nova Creu Alta en un fortí de moment. L'afició xala de valent en un Estadi que ha superat sempre els 9.000 espectadors de mitjana. Fins i tot en algun horari intempestiu com les dues de la tarda.

En aquest estat de felicitat, va posar la cirereta conquerint per segona vegada la Copa Catalunya, corresponent a la temporada 25/26, deu anys després del primer títol, curiosament davant el mateix rival, el filial del FC Barcelona, i també a la Nova Creu Alta (2-1).

L'única nota negativa ha sigut la greu lesió de Niko Gioacchini, qui va començar la temporada amb tres goles a la lliga i un a la Copa Catalunya. De fet, encara figura com a màxim golejador de l'equip i, per

desgràcia, es perdrà la resta del curs. Ferran Costa confia en la resposta dels altres dos '9', l'uruguaià Gastón Vallès i el rus Nikolai Obolskii.

Queda molta temporada perquè la Liga Hypermotion és llarguíssima, amb 42 jornades. L'objectiu prioritari continua sent el mateix de l'inici: la permanència per consolidar-se en el futbol professional. Això significa apropar-se als 50 punts. Ara bé, la competició I els resultats diran si es pot pensar amb alguna cosa més. Amb l'ambició d'aquests jugadors i el lideratge de Ferran Costa no es pot renunciar a res. Peus a terra... amb dret a somiar. Honor!

PERE FIGUERAS
FOTOS: CEDIDES PER CE SABADELL

ELS TALLERS DE MEMÒRIA I LECTURA

A la consulta dels metges i infermeres sovint, a les persones de més de 80 anys, se'ls recomana que diàriament facin una passejada per distreure´s i per fer un exercici molt necessari per mantenir-los físicament actius. També, a molts d'ells se'ls recomana que mantinguin la ment activa i per això se'ls demana que facin "un taller de memòria".

Tots aquests consells són molt útils per mantenir el cos i la ment activa i per això considerem que les institucions oficials podrien ajudar a aquest col·lectiu, creant als Centres Cívics dels barris, uns espais d'esbargiment on els nostres majors puguin passar l'estona entretenint-se i a més fent activitats que ajudessin a mantenir la ment activa. Per tal de treure al màxim profit a aquest espai, fora convenient que hi hagués algun treballador qualificat a càrrec d'ells.

L'envelliment, si no morim abans, és inevitable i la tendència de les persones, quan comencem a notar que ens falten les forces i que ens cansem ràpidament, és a estar estirat al sofà o asseguts a la butaca veient la televisió per distreure'ns, durant més hores al dia de les aconsellables.

L'Associació de veïns de Ca n'Oriac imparteix un taller anomenat "taller de memòria i lectura", en el qual una voluntaria ajude a les persones grans a mantenir la ment activada. Aquesta voluntaria fa el que pot, però la classe on s'imparteix aquesta activitat te un espai reduït i no podem admetre totes les persones que el necessiten.

En començar aquest nou curs, la persona més jove tenia 75 anys i la més gran, 89. Es tota una experiència, el fet de treballar amb persones amb tanta vida viscuda, plena d'històries compartides, alegries, tristeses i esperances per millorar i allargar la vida tant com es pugui. Vull donar-los ànims per seguir amb l'activitat a tots els meus alumnes i desitjar-los que no es desanimin i continuïn assistint amb regularitat a tots les classes.

PALMIRA GABERNET PICOLO
SABADELL, OCTUBRE DE 2026

COLECCIÓN @
ME ABURRO

-Me aburro. - Le decía Elelle a sus mayores, mirando a la nada por la ventana.

Ell@s se acercaron y le respondieron guiándol@ a la cocina:

-Ven cariño, acompáñanos. Vamos a mirar dentro de una gota de agua.

-¿Una gota de agua? ¿Cómo se hace eso?

-Necesitaremos un bote de plástico con la punta muy delgada... - Elelle hizo una mueca. -Sí, como los de kétchup, pero transparente.

Con delicadeza le acercaron el bote:

-Desenróscalo y ponle un poco de agua. Llenando por la mitad del será suficiente.

Elelle sentía mucha emoción. ¿Qué era aquello que le querían mostrar?. Era divertido buscar aquél recipiente de plástico con la punta en forma de triángulo entre los tarros de cristal.

- Si voy a ver algo dentro de una gota, ¿por qué echo tanta agua? - se preguntaba, muy emocionad@ e intrigad@.

Cogiéndole el recipiente y acompañándol@ le dijeron:

-Vamos a la ventana. ¿Recuerdas esa pequeña planta, la de la familia de las suculentas, que compramos ayer?

-Sí, ¿la que pincha en la punta de las hojas, aunque las hojas están muy gorditas?

-Sí, esa. ¿Puedes traerla?

Elelle se fue rápidamente a traer la pequeña planta.-Ahora, con cuidado, vamos a regar las hojas de la planta por la zona de arriba, por donde nacen las nuevas hojas. -le explicaron -Pero has de hacerlo de una forma especial.

Elelle escuchaba con muchísima atención. Se sentía muy intrigad@.

-¿Qué se ve dentro de una gota de agua? -Se preguntaba - ¿y dónde está la gota? El agua del grifo sale a chorro pero el bote la tiene toda junta... ¿Será una gota pequeñita como cuando llueve finito y en el suelo se ven puntitos?

¿O serán gotas grandes, como cuando empieza a llover y cae una aquí y otra allá y en el suelo se ven lunares grandes?

Elelle no podía esperar y le asaltaban un sinfín de preguntas.

-¿Cómo hay que regar las hojas? - preguntó al fin.

-No te preocupes, que te ayudo.

Nuevamente le dieron el bote para que lo sujetara con firmeza, a la vez que guiaban, con cuidado, su pequeña mano hacia la planta.

-Ve inclinando el bote despacito y deja caer una sola gota en el centro.

-Oh, ¡qué bonita es!

Echó otra gota en otra hoja, y otra más en el centro.

¿Cómo puede ser? La primera gota que era pequeña, se ha juntado con la segunda...Y ahora la hoja tiene una gota más grande. Qué bonita es...¡Ya se puede ver algo dentro!

La gota era transparente, reluciente y redondita. Elelle volvió a echar una gotita más en su interior.

-Oh, ¡no se sale!. Se ha hecho más grande y ahora veo mejor...¡Qué bonita! - dijo, cogiendo la planta y acercándola al sol.

-Ahora es más bella todavía. - Comenzó a ver tanta belleza dentro de aquella gota y comenzó a hacerse tantas preguntas...Se le ocurrían tantas cosas que hacer con aquel bote tan chulo...

-¿Qué pasaría si hago lo mismo en un papel? ¿Y en otra planta? ¿Y en la tierra de la planta?

Y así fue experimentando todo aquello que pensaba y fue aprendiendo un montón de cosas nuevas.

-¿Cómo no había hecho aquello nunca? - Se preguntaba.

Sin duda, aquel día fue muy especial. Por la noche, antes de irse a dormir, recordó la gota, el bote, la tierra, el sol...así se fue quedando dormid@ y entró en el mundo de los sueños felices...

O al menos esa era la expresión de su rostro cuando se quedó dormid@.

AURORA EXPÓSITO MARTÍNEZ

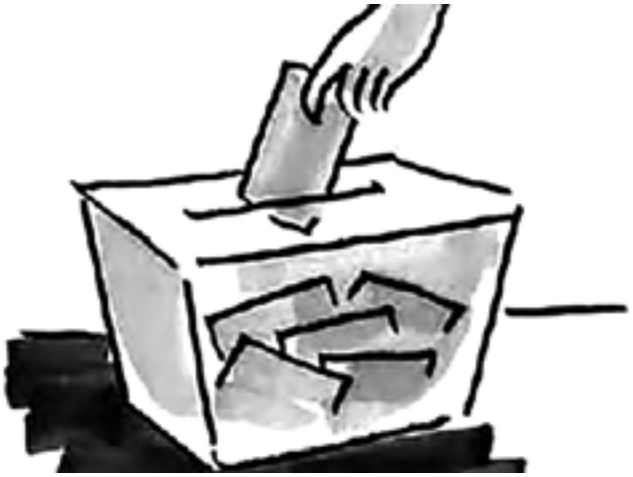
LA AGRUPACIÓN DE VECINOS DE CA N'ORIAC ES UNA COMUNIDAD VECINAL, SIN ÁNIMO DE LUCRO, FORMADA POR VECINOS DEL BARRIO DE CA N'ORIAC, SABADELL. ¡OS ESPERAMOS!

YA TENEMOS ELECCIONES EN ESPAÑA

Y yo pienso votar.

La Democracia en España tiene como hecho más relevante el derecho que tienen todos sus ciudadanos españoles mayores de edad de poder votar cuando se les convocan a ello, un acto que puede ser efectuado presencialmente o bien por correo según posibilidades o necesidades.

Este acto tan importante está siendo cuestionado por algunos partidos u organizaciones que han puesto en manos de jueces la imposibilidad de ejercer su derecho al voto de más de 100.000 nietos descendientes de exiliados del régimen franquista del que huyeron temiendo su represión.



Yo voy a votar, no tengo todavía claro a quien, pero si tengo claro a quien NO, y no voy a votar a un partido como el PP que durante esta legislación se ha opuesto siempre a cualquier iniciativa que mejorase mi situación: véase subida de las pensiones, reforma de la ley laboral y muy recientemente la aprobación de leyes que facilitasen el acceso a una vivienda y el mantenimiento de un alquiler digno y evitase los desahucios salvajes y deshumanizados. Un partido el PP, que cuando gobernó no dudó en regalar 70.000 millones de euros a los bancos sacados de la hucha de las pensiones, sin rescatar siquiera una vivienda hipotecada de las familias atrapadas por la burbuja inmobiliaria creada por los mismos bancos, si, 70.000 millones totalmente gratis, pues no creo que se recuperen.

Y sé que tampoco voy a votar a VOX, un partido que destila odio y no aporta ninguna mejora al país pues todas sus propuestas se basan en echar a unos emigrantes que son tan necesarios ya que son los que ocupan los puestos de trabajo que nuestros hijos no quieren, el campo, asistencia a nuestros mayores, limpieza y algún otro trabajo más para lo que no se necesita una titulación ni siquiera saber nuestro idioma correctamente.

Un partido VOX que no recuerda que nosotros hemos sido un país de emigrantes que ha ayudado a levantar Europa, un partido que niega la violencia de género como si fuese normal que se asesinen a mujeres u personas de otra tendencia sexual.

Lo cierto es que PP y VOX no son partidos que les guste la democracia pues no aceptan que una mayoría pueda juntar votos y aprobar algunas leyes, si es así no dudan en utilizar al poder judicial que les admite cualquier denuncia, aunque sepan que es un bulo y luego acabe en nada, aunque la reputación sufrida por la persona u organización no se recupera. Los jueces también son personas con su corazoncito, y algunos de los que ocupan puestos decisivos, se apuntan al negro como el carbón y no dudan en ponerse al lado de esas derechas a las que yo no votaré.

Lo dicho, yo si voy a votar, y lo haré después de decantarme por algún partido que ha intentado defender mis derechos y mejorar mi pensión y ha estado al lado de quien menos tiene, así lo siento y así lo pienso hacer.

ANDRÉS LORITE RUIZ
UN VECINO PREOCUPADO.

SOMOS LA VOCALÍA DE DECESOS DE LA A.V.V. DE CA N'ORIAC

COMUNICADO A LOS SOCIOS DE LA VOCALIA DE DECESOS

Se informa a todos los socios que a partir del martes dia 22 de septiembre, y hasta que las obras do remodelación de la vocalía de decesos se hayan acabado, la atención presencial en la vocalía se realizará en el nuevo local de la Asociación do Vocinos de Ca N'Oriac, situado en la calle Balaguer número 52 B, junto al Centro Cívico de Ca N'Oriac.

JUNTA DE LA ASOCIACIÓN DE VECINOS

Hace más de 30 años que las vocalías funcionamos en Sabadell y comarca.
Somos personas que confiamos en este servicio prestado por la Asociación de Vecinos.

Personas de 55 a 65 años consultar en nuestra vocalía

Font Canaleta, 61 08207 Sabadell
Tel. 93 724 31 63
e-mail: grupodecesos@avvcanoriac.es

LA JUNTA

Presidenta: LOLI CEBREIRO CRESPO
Vicepresidente: JUAN AYLLON CARRERAS
Secretaria: PALMIRA GABERNET i PICOLO
Tesorera: ELISABET TORRES MARTÍNEZ

Vocales

Urbanismo: JUAN AYLLON CARRERAS
ANTONIO MANRIQUE FERNÁNDEZ
JOSÉ TORRES DOMINGUEZ

Cultura: PALMIRA GABERNET I PICOLO
PEDRO LÓPEZ ABAD
AURORA EXPOSITO
JOSÉ CARBONELL

Sanidad: FÁTIMA ÁVILA
Mª CARMEN BARRIOPEDRO ALIQUE

Decesos: PURI CASTILLO
JOSEP CARBONELL LOPEZ
ANTONIO MANRIQUE FERNÁNDEZ
JUAN AYLLON CARRERAS
ANTONIA RÍOS GARCÍA
MANUEL ALONSO GARCÍA

Boletín: PEDRO LÓPEZ ABAD

Federación: LOLI CEBREÍRO CRESPO

Comunicación: JAVIER CASADO
PALMIRA GABERNET I PICOLO
ELISABET TORRES MARTÍNEZ

Colaboradores en las vocalías

JUAN GUIL
PURI FONCUBIERTA
JAVIER CASADO

Redactores del Boletín

JOSEP CARBONELL LÓPEZ
PEDRO LÓPEZ ABAD
PALMIRA GABERNET i PICOLO
EULALIA CORRAL GARCÍA
ANTONIO FERNÁNDEZ PÉREZ
AURORA EXPÓSITO MARTÍNEZ

TELÉFONOS DE INTERÉS

A. TAXI SABADELL	*93 727 48 48*
AJUNTAMENT SABADELL	*93 745 31 00*
ALCOHÒLICS ANÒNIMS SABADELL	*93 317 77 77*
ALUVISA ENLLUMENAT PÚBLIC	*670 255 562*
AMBULÀNCIES	*93 712 03 03*
ATENCIÓ CONTRA LES VIOLÈNCIES MASCLISTES	*900 900 120*
BIBLIOTECA DEL NORD	*93 724 64 01*
BOMBERS	*112*
BUTANO SABADELL SL	*93 725 62 77*
CAP CA N'ORIAC	*93 723 37 13*
CAP SANT FELIX	*93 712 29 59*
CASSA AVERIES	*900 878 583*
CENTRE CÍVIC CA N'ORIAC	*93 723 14 95*
CORREUS	*93 725 17 90*
EMERGÈNCIES MEDIQUES	*112*
ENDESA AVERIES	*679 898 164*
ENDESA AVERIES CATALUNYA	*800 760 706*
ENLLUMENAT PÚBLIC	*93 711 94 61*
FERROCARRILS GENERALITAT	*012*
FUNERÀRIA TORRA	*902 930 085*
GRUP DE DOL DE SABADELL	*648 184 018*
HOSPITAL TAULÍ	*93 723 10 10*
INFORMACIÓ CIUTADANA	*010*
JUTJAT DE GUARDIA SABADELL	*93 745 42 09*
JUTJATS SABADELL	*93 693 26 50*
MOSSOS D'ESQUADRA SABADELL	*96 720 20 00*
NATURGY SABADELL	*96 124 89 25*
OMIC (OFICINA INFORMACIÓ CONSUMIDOR)	*93 745 31 68*
POLICIA MUNICIPAL	*93 745 32 61*
PROTECCIÓ CIVIL SABADELL	*637 876 995*
RECOLLIDA MOBLES	*900 222 234*
SERVEI D'INFORMACIÓ I ATENCIÓ A LA DONA	*93 724 61 67*
SINDICATURA DE GREUGES DE SABADELL	*93 726 42 11*
TUS SABADELL	*93 727 00 90*
	93 710 79 51

AGRUPACIÓN DE VECINOS DE CA N'ORIAC
Font Canaletes, 61 - 08207 Sabadell Tels. **93 724 31 63 - 661 820 597**
E-mail: avvcanoriac@canoriac.es
WEB: www.avvcanoriac.es
@Avvcanoriac avvcanoriac avv_canoriac