El Garric 162

butlletí municipal
la garriga

novembre 2017

Votació final del pressupost participatiu

5 25 anys d'ACE
5 Cicle Reravera
6 Novembre al Teatre
7 Activitats 25N
8 Resultats referèndum
9 Nit de l'Esport
10 Obres C/Banys
11 Casal d'avis municipal
14 Agenda

TEATRE AMATEUR

L'ADEFESI, de Rafael Alberti

DISSABTE 4 DE NOVEMBRE DE 2017 — A les 20 h

DURADA: 90 minuts — PREU: 8 €

ESPECTACLE MUSICAL

MUCHACHO & LOS SOBRINOS

DISSABTE 18 DE NOVEMBRE DE 2017 — A les 20 h

DURADA: 85 MINUTS — PREU: 10 €

ESPECTACLE MUSICAL

LES KOL·LONTAI

DIVENDRES 24 DE NOVEMBRE DE 2017 — A les 21 h

DURADA: 80 MINUTS — PREU: 11 €

FAMILIAR/TITELLES LLUM NEGRE

AKÄSHIA, EL VIATGE DE LA LLUM

DIUMENGE 26 DE NOVEMBRE DE 2017 — A les 11.30 h

DURADA: 50 MINUTS — PREU: 6 €

Per més informació:

www.lagarriga.cat · @ajlagarriga · Ajuntament la Garriga · ajlagarriga

El butlletí municipal El Garric és una publicació mensual de distribució gratuïta que edita l'Ajuntament de la Garriga.
Redacció, fotografia i coordinació: Organisme Autònom de Mitjans de Comunicació de la Garriga (OAMC) · Sara Riera · Berta Florés.
Consell d'Administració de l'OAMC.
3.000 exemplars. Dipòsit legal B-11655-07 · Impressió: Esborrany.

Organisme Autònom de Mitjans de Comunicació la Garriga

AJUNTAMENT DE LA GARRIGA
www.lagarriga.cat

Diputació Barcelona

Fase final del procés del pressupost participatiu 2018

Les persones majors de 16 anys podran votar 4 dels 15 projectes

El procés del pressupost participatiu 2018 arriba aquest novembre al seu tram final. Del dia 6 al 26, les persones majors de 16 anys, que estiguin empadronades a la Garriga (abans del 13 de setembre), podran triar 4 de les 15 propostes que han passat a la final. Aquestes 15 propostes finalistes van ser escollides per les persones que van participar al taller del 23 de setembre passat d'entre el més d'un centenar d'idees que havien passat el cribratge tècnic.

El procés del pressupost participatiu, que va començar el passat mes de maig, va recollir 423 idees sobre com invertir 150.000 euros el proper any.

2 sistemes de votació

La votació es pot fer per internet al web http://pressupostparticipatiu.lagarriga.cat o mitjançant una butlleta que es podrà dipositar a una de les deu urnes situades als principals equipaments municipals. Els punts habilitats per votar són l'Oficina d'Atenció Ciutadana de l'Ajuntament, la Biblioteca, l'Escola Municipal d'Educació, el Casal de la gent gran "L'Esplai", el Casal de Joves, la Torre del Fanal, el Pavelló de can Noguera, el Pavelló de can Violí, l'Escola Municipal de Música i Serveis Socials.

Les persones que vulguin participar només necessiten el número de DNI o targeta de residència i la data de naixement.

Un cop acabat el període de selecció, s'incorporarà, al pressupost de l'any que ve, aquella proposta més votada, i després la resta de propostes amb major nombre de vots, sempre i quan la suma total no excedeixi els 150.000 euros.

Objectius complerts

Des de l'equip de govern es mostren satisfets del procés ja que s'han complert els principals objectius del procés: identificar col·lectivament necessitats del poble tot fent-ne partícip la ciutadania i posar a la seva disposició eines de democràtica deliberativa i democràcia directa.

Opinió dels grups polítics

PDECat: "Per ser el primer exercici que es recull aquesta partida pressupostaria el nostre grup municipal està molt content del resultat. Sobretot de la implicació ciutadana a l'hora de fer propostes i participar en les diferents fases de tot el procés. No hem d'oblidar que és una quantia important i que el poble pugui decidir és un èxit de tots, dels ciutadans i de l'Equip de govern que ho ha fet possible. Endavant i per molts anys!"

Acord: "Arribem a la fase final del Pressupost Participatiu 2018 amb 15 propostes finalistes de les més de 420 que es van rebre. Les propostes guanyadores, fins a sumar 150.000€, s'incorporaran nominalment al pressupost 2018. El nostre grup vol agrair la participació de tothom que ho ha fet possible i animar-vos a participar en la votació final. Votem a favor del poble perquè votar és democràcia!"

CUP: "Els pressupostos municipals són una eina fonamental per l'acció política de l'ajuntament. Permeten desenvolupar les principals línies d'actuació política pel municipi. Des de la CUP animem a la gent a participar activament dels pressupostos i a donar-hi suport en el cas que contribueixin a revertir les desigualtats i a abolir els privilegis presents en el nostre municipi"

C's: "En els propers dies podrem votar per primer cop les propostes que des de la ciutadania enriquiran el pressupost d'inversions de 2018. Animem als garriguencs a que votin i sobre tot emplaçar d'una banda al Govern perquè l'any vinent amplíi la partida a aquests efectes i d'altra a la ciutadania a continuar proposant i participant d'aquest bocí del pressupost que el fa més de tots els garriguencs"

PSC: "Ens sentim decebuts per la pèrdua d'una oportunitat única per haver decidit les prioritats de totes les inversions del 2018 entre tots els garriguencs i garriguenques"

SI: "Estem molt a favor de les votacions electròniques, mitjançant la web, per triar les propostes definitives dels pressupostos participatius, pensem que aquesta fórmula permetrà a molta més gent participar. A part de la fórmula tradicional amb butlleta i urna"

ICV: "En el nostre programa electoral del 2015 apostàvem pels pressupostos participatius. En el 2017 la ciutadania ha pogut fer propostes d'inversió i decidir mitjançant votació popular un petit percentatge de les inversions municipals. Anem bé. És el nostre desig augmentar el pressupost per l'any vinent per accedir a inversions més importants"

Aquestes són les 15 propostes finalistes. Les persones majors de 16 anys podran votar del 6 al 26 de novembre 4 projectes per internet al web http://pressupostparticipatiu.lagarriga.cat o mitjançant una butlleta que es podrà dipositar a una de les deu urnes situades als principals equipaments municipals.

1.- Plantar arbres als parcs infantils: zona Caliues i Sínia 20.000€

2.- Millora de la senyalització viària a l'entorn de les escoles 10.000€

3.- Millora dels parcs infantils 60.000 €

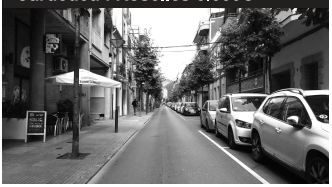
4.- Ombra a les pistes poliesportives de l'escola Puiggraciós 25.000€

5.- Millora del pati de l'escola Giroi 20.000€

6.- Barana a la zona de grades del pavelló de can Noguera 25.000€

7.- Ampliar el passeig Congost al costat de Can Luna 130.000€

8.- Miralls de trànsit i reductors de velocitat als carrers Castanyers, Cardedeu i Roselles 6.000€



9.- Millores de la seguretat i dels serveis del pavelló de Can Violí 90.000€

10.- Més arbrat als carrers Caselles i Bassal 25.000€

11.- Millores dels vestuaris del pavelló de Can Violí 73.000€

12.- Carpa inflable d'emergències 6.000€

13.- Equipaments municipals igualitaris i amables amb els infants 8.000 €

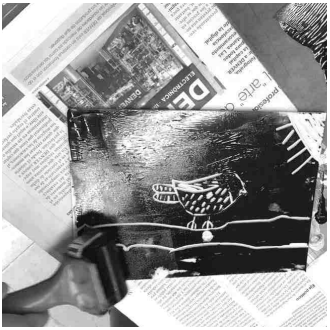
14.- Millores d'accessibilitat a la carretera Nova amb carrer Banys 15.000€

15.- Barana al carrer Moranta 3.000€

25 anys d'Activitats Culturals a les Escoles

Més de 90 mil infants espectadors han gaudit del programa municipal

Anys d'Activitats Culturals a les Escoles



El programa municipal d'Activitats Culturals a les Escoles (ACE) celebrarà el proper 10 de novembre els seus 25 anys d'història.

El projecte ha permès que més de 90 mil infants espectadors hagin pogut conèixer diverses arts escèniques i més de 28 mil participants, és a dir, una mitjana anual de 1.555 nens i nenes, hagin passat pels tallers d'infants de l'EMAD per aprendre diverses tècniques d'arts plàstiques.

El projecte assegura que, al llarg de l'escolarització, l'alumnat garriguenc pugui assistir a espectacles de teatre (d'actors, de titelles, d'ombres xineses, musicals, en anglès, de clown,...) i a activitats musicals amb diversos formats (concerts, dansa, contes musicals,...). A través d'ACE, els nens i nenes també hauran tingut l'oportunitat d'aprendre diferents tècniques d'arts plàstiques (modelatge de fang, linòleum, pintura al tremps d'ou,...) treballant diferents corrents i artistes.

La particularitat d'aquest projecte, respecte campanyes de teatre escolar que es realitzen a altres municipis, és que la programació es consensua amb les escoles i que s'adapta al territori incloent propostes de grups i artistes locals, i aprofita els recursos i equipaments que hi ha a la Garriga.

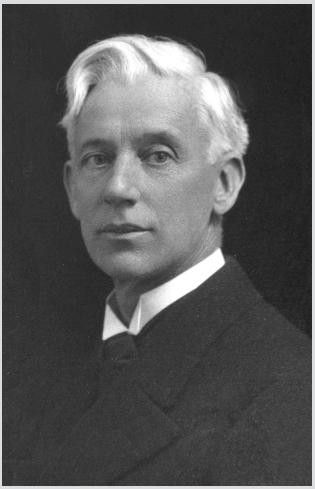
Celebració

L'acte de celebració, obert al públic, serà el divendres 10 de novembre a les 18 h. L'espectacle *La nena dels pardals* de Teatre al Detall, amb música en directe de la Tresca i la Verdesca, i l'exposició dels treballs dels tallers d'arts plàstiques permetrà fer-se una idea del que els i les alumnes aprenen amb aquest programa.

El mateix dia, al matí, alumnat de 5è i 6è hauran pogut gaudir de l'obra de teatre i posteriorment podran participar al Concurs de Crítica Teatral organitzat en motiu dels 25 anys d'ACE.

Homenatge a Rafael Patxot

Figura central del Cicle Rerevera



El Cicle Reravera, que es farà durant aquest mes de novembre, centrarà la seva temàtica en la figura de l'escriptor, bibliòfil i mecenes, Rafael Patxot. Patxot fou també astrònom, i, sobretot, meteoròleg, havent contribuït decisivament al desplegament de la ciència del clima a Catalunya. El seu *Atles internacional dels núvols* va merèixer el reconeixement de la comunitat científica internacional. Una xerrada, una hora del conte, dos concerts i un recital de poesia formen part de la programació del cicle, que es pot consultar a l'apartat agenda d'aquest butlletí.

Enguany i fruit de la col·laboració amb la FUMH, les conferències de l'Aula a l'Abast d'aquest mes s'inclouen també dins la programació del cicle.

Postgrau de la FUMH

La Fundació Universitària Martí l'Humà de la Garriga va inaugurar, el 7 d'octubre passat, la 5a edició del Postgrau en Direcció de Centres Educatius amb la participació de més de 200 alumnes.

Voluntariat per la Llengua

L'Oficina de Català de la Garriga inaugurarà una nova edició del Voluntariat per la llengua el proper dimarts 7 de novembre a la Torre del Fanal amb una xerrada amb persones de l'associació de *Trencant murs, obrint pas* que explicaran la seva tasca com a voluntaris.

Festa de la Llum

L'àrea de Comerç i l'ASIC ja estan preparant la campanya de Nadal, que s'inaugurarà el proper 2 de desembre amb la tradicional Festa de la Llum.

Novembre de rumba i titelles al Teatre

Segueixen els tallers per a infants del públic

La programació del Teatre comptarà aquest novembre amb 4 espectacles molt variats.

La companyia garriguenca Kòmix portarà, el dia 4, als escenaris l'Adefesi de Rafael Alberti, un drama rural d'amor prohibit. La rumba del grup barceloní Muchacho&Los Sobrinos se sentirà el proper 18 de novembre. Aquest grup, considerats hereus de Peret o el Pescadilla, fugen del concert programat i traslladen les "juergues gitanes" que toquen en la intimitat als escenaris. El Teatre s'afegeix a la programació del Dia Internacional contra la Violència Masclista amb l'espectacle musical de Les Kol·lontai , un grup català que cantarà cançons violetes plenes de missatges el dia 24.

En aquests 3 espectacles els nens i nens de les persones que assisteixin de públic poden participar dels tallers d'art relacionats amb la programació. Només cal que s'inscriguin a info@teatrelagarriga.cat.

I també per apropar la canalla al teatre, s'ha programat, pel dia 26, l'espectacle de titelles *Akäshia,el viatge de la llum.*

Èxit de les Jornades Modernistes

Desenes de persones visiten el municipi

Desenes de persones van participar de les diferents activitats de les Jornades Modernistes, que es van celebrar del 6 al 8 d'octubre a la Garriga.

Monitoratge reial

El Campament Reial de la Garriga busca monitors i monitores. Les persones interessades, que han de tenir iniciativa i saber maquillar, poden enviar el currículum a: campamentreial@gmail.com

Patges reials

Els Reis d'Orient busquen patges que els ajudin aquest Nadal. Les persones interessades poden escriure a a participacio@ajlagarriga.cat

Trobada Internacional de Catifaires

La Garriga va participar a la 2a trobada Internacional de Catifaires que es va fer a Mèxic a principis d'octubre amb una catifa de 5 metres de diàmetre.

Concerts corals

La Diada de Tots Sants comptarà amb un concert de la Coral Aliança i l'orquestra de l'Escola Municipal de Música a la Doma. També es farà un concert, amb totes les corals del municipi, el dia de Sta Cecília.

El "Coro" a Bourdeus

A principis d'octubre la Societat Coral L'Aliança " El Coro" va visitar Pessac (Bordeaux) per fer un intercanvi amb la Coral l'Intermittence.

Contra la violència masclista

Xerrades i activitats de sensibilització

DIGUEM PROU A LA VIOLÈNCIA MASCLISTA

#prouviolenciamasclista

Un any més, des de l'Ajuntament de la Garriga, s'organitzen activitats al voltant del Dia Internacional contra la Violència Masclista (25 de novembre) amb l'objectiu de seguir sensibilitzant i donar a conèixer les múltiples cares d'aquest tipus de violència.

A través de les xerrades i tallers es volen donar eines per a la prevenció, especialment entre el jovent, i per a la recuperació de les dones que n'han estat víctimes. En aquesta línia, el personal municipal i l'alumnat de l'institut Vil·la Romana rebrà formació específica i es farà un taller d'autodefensa per a que les dones del municipi aprenguin a gestionar l'estrès, així com a canalitzar la por i la ràbia davant d'una situació d'agressió física.

Una de les novetats és la xerrada "Recuperació de la violència masclista: què fem amb elles? Què fem amb ells?" on una psicòloga d'un centre penitenciari donarà a conèixer el programa de recuperació d'homes condemnats per violència envers les dones, aportant el testimoni d'un home que l'ha superat amb èxit. La programació també compta amb una xerrada de la psicòloga del Servei Municipal d'Informació i Atenció a les Dones, un concert de les Kol·lontai i la presentació del Protocol per a l'Abordatge de les Violències Masclistes, aprovat recentment pel Ple.

Ajut a la Fundación Vicente Ferrer

Construirà 52 habitatges a l'Índia

El Consell Municipal de Cooperació ha subvencionat amb 8000 euros la construcció de 52 habitatges a l'India que farà la Fundación Vicente Ferrer. Aquestes vivendes estaran destinades a persones amb alguna discapacitat i les seves famílies. El projecte, que té un cost total de 127.930,14 €, permetrà que aquestes persones puguin deixar les cabanes i barraques, que no tenen accés al sanejament, on viuen actualment. Aquest trasllat millorarà la seva salut, seguretat i situació de vulnerabilitat. El projecte ha estat, com tots els que subvenciona l'Ajuntament, valorat pel Fons Català de Cooperació. El consistori garriguenc destina aquest 2017 una dotació pressupostària de 63.013,27€, el 0.8% del pressupost.

Vacunació contra la grip

Ja està en marxa la campanya de vacunació contra la grip, adreçada especialment a embarassades, persones amb malalties cròniques i gent gran. Podeu demanar més informació al CAP.

Jubilació del Dr Martí

Aquest 27 de novembre es jubila el doctor Jordi Martí, metge de capçalera de la Garriga durant 40 anys. Va arribar molt jove, als 25 anys, quan els metges encara visitaven a casa seva. Va col·laborar i participar en la construcció i inauguració del primer CAP del poble al carrer La Doma l'any 1987 i en la posada en marxa de l'Àrea Bàsica de Salut l'any 1989, de la qual en va ser el primer director durant 5 anys.

Respectat, intel·ligent i humil ha estat molt estimat per pacients i companys i companyes de feina que el defineixen com a "exemple pels metges més joves que hem tingut la sort de treballar amb ell, i un magnífic company de feina per a tots". "Amable amb tothom, ha estat al dia i a l'alçada dels avenços imparables de la medicina" afegeixen els i les companyes de feina en un escrit.

La Garriga diu sí a la independència de Catalunya

El referèndum de l'1O es desenvolupa sense incidents al municipi

Un 93,15% de les 7.205 persones que van votar a la Garriga l'1d'octubre volen que Catalunya sigui independent. En total, 6.712 persones van votar pel sí i 309 persones pel no. Hi van haver 130 vots en blanc i 54 nuls.

La jornada electoral a la Garriga, que es va desenvolupar de manera festiva i cívica en tot moment, va començar el divendres amb activitats i acampades als cinc espais de votació.

La concentració de persones va anar augmentant i ja eren centenars els que el diumenge a les cinc del matí s'agrupaven al voltant dels col·legis electorals per defensar el referèndum i el dret a vot.

Els moments de més emoció i aplaudiments van ser a les 8 del matí amb l'arribada de les urnes i durant l'escrutini. Les cues per votar des de les 9 del matí i l'ambient fraternal a tots els col·legis són també imatges destacades de la jornada.

Concentracions i aturada de país

Durant els dies posteriors, la ciutadania va sortir al carrer diverses vegades per mostrar el rebuig a les actuacions violentes de la Guàrdia Civil i Policia Nacional del dia 1d'octubre, com a rebuig a les detencions de Jordi Cuixart i Jordi Sànchez (un fet que va provocar la convocatòria d'un Ple Extraordinari d'urgència per condemnar-les), per condemnar el 155 i per rebutjar l'atac a l'educació, entre d'altres.

El dia 3 d'octubre, tant l'Ajuntament com els equipaments municipals es van adherir a l'aturada de país.

Neix el CDR a la Garriga

La plataforma vol ampliar la xarxa d'integrants

La Garriga compta amb un Comitè de Defensa de la República, que va néixer inicialment com a Comitè de Defensa del Referèndum per defensar i coordinar el dia 1O.

La creació d'aquesta plataforma, que agrupa entitats i persones a títol individual, neix "amb la voluntat d'aglutinar totes les sensibilitats possibles entorn la defensa de la República Catalana".

La plataforma vol ampliar la seva xarxa d'integrants i fa una crida a garriguencs i garriguenques per coordinar noves actuacions que demanin l'aplicació del resultat del referèndum de manera pacífica. Les persones interessades es poden posar en contacte a través del correu electrònic cdrlagarriga@gmail.com, Twitter: @CDRGarriga Facebook: facebook.com/CDRlaGarriga Instagram: @cdrlagarriga i Canal Telegram: @laGarrigaCDRBOT.

Activitats per reduir residus

La Garriga s'adherirà del 18 al 26 de novembre a la Setmana Europea de la Prevenció de Residus amb diverses activitats de sensibilització.

Sota el lema "Donem-li una nova vida" es voldran mostrar estratègies i accions centrades en allargar la vida dels productes des de la reutilització i la reparació.

Festius 2018

El Ple de setembre va fixar el 21 de maig i el 3 d'agost com a festes locals de 2018.

L'Ajuntament ret homenatge a les entitats esportives durant la Nit de l'Esport

1.- Trajectòria esportiva:
Equip Absolut CESIB
Sebastià Peralta, Kàrate
Jaume Coll, U.E. Hoquei la Garriga
Cadet mixte de Korfball AEE M. Blancafort
Josep Galan, Handbol la Garriga

2.- Dedicació a la gestió esportiva:
Antonio Delgado, Petanca la Garriga
Aïda Grau, Club Atletisme les Tortugues
Marc Corominas, Club Bàsquet LG
J.Casanova i Org. Trav. Viladrau - LG
Andreu Castaño, CF Olímpic

3.- Millor entrenador:
Oliver Garvín (AEE Manuel Blancafort)
4.- Millor entrenadora:
Orsyola Toth (Club Ball Esportiu LG)
5.- Millor esportista masculí promoció:
Aleix Asensio (Club Futbol Sala LG)
6.- Millor esportista masculí formació:
David Luna (Club Ball Esportiu LG)
7.- Millor esportista masculí amateur:
Jordi Riu i Carlos Granados (CF Olímpic)
8.- Millor esportista femenina promoció:
Gina Montes (CESIB)
9.- Millor esportista femenina formació:
Núria Gómez (Club Patinatge)
10.- Millor esportista femenina amateur:
Silvia Segura (C.Atletisme les Tortugues)
11.- Millor equip masculí promoció:
Benjamí (Club Tennis Taula "Els 8")
12.- Millor equip masculí formació:
Cadet (Club Futbol Sala LG)
13.- Millor equip masculí amateur:
Juan Raul del Rosario i Carmen de Jesús Mesa (Club Ball Esportiu LG)
14.- Millor equip femení promoció:
Mini femení (UE la Garriga)
15.- Millor equip femení formació:
Línia femenina (Club Bàsquet LG)
16.- Millor esportista comp. fora LG:
Pol Valera (Jugador BM Granollers)

Final de les obres del c/Banys

La campanya de Nadal es farà amb normalitat

Les obres de reurbanització del tram del carrer Banys, entre Figueral i la Doma, acabaran a temps. Així ho va confirmar l'empresa durant la reunió mantinguda amb el veïnat el 23 d'octubre passat.

Els treballs s'havien endarrerit més del previst perquè la prospecció que es va fer per trobar la beta d'aigua calenta es van allargar i perquè el clavegueram de la zona està molt malmès i no s'ha pogut treballar amb maquinària pesant. Per contrarestar-ho aquestes darreres setmanes s'ha duplicat el número d'operaris que treballen a la zona. Durant l'últim tram dels treballs es preveuen que les tasques siguin molt intenses i provoquin incomoditat a les persones que hi viuen, treballen o hi transiten. Per aquest motiu, s'hi desplaçarà un agent cívic, que ajudarà a marcar les millors rutes de pas i informarà al veïnat.

Amb aquestes mesures, s'assegura que les obres acabin a final de mes (malgrat hi pugui mancar algun element del mobiliari urbà) i que la campanya de Nadal dels comerços de la zona es pugui desenvolupar amb normalitat.

Diverses actuacions en marxa

Inici de l'asfaltat a l'aparcament de les Roques

Durant aquests mesos s'estan portant a terme diferents obres al municipi. Per exemple, ja s'ha començat a asfaltar l'aparcament de les Roques. Un cop acabats els treballs, l'àrea quedarà prohibida a furgonetes i camions i d'aquesta manera es podran tenir 90 places per a turismes. L'actuació permetrà ampliar l'oferta d'aparcaments propers al centre.

Les obres del carrer Vulcà i les del carrer Ignasi Sala segueixen el seu curs i ja s'ha arranjat la vorera de la carretera Nova a l'alçada de Can Luna. Pel que fa a l'actuació del talús, situat prop del pont de Can Noguera, s'ha construït una estructura de pedra i ferro per garantir-ne l'estabilitat que va quedar malmès durant les últimes pluges. També està a punt d'acabar-se el parc d'aventures situat a la zona de can Terrers, prop de Santa Maria del Camí.

Campanya de poda

Durant els propers mesos es portarà a terme la campanya anual de poda. De moment ja s'ha fet al carrer Banys i iniciat a la zona del centre. La primera quinzena de novembre es preveu que es faci al carrer Calàbria i a la carretera de Vic fins torrent de la Riba.

Conveni amb Protecció Civil

L'Ajuntament ha renovat el conveni amb Protecció Civil la Garriga. Així podran seguir fent treballs de prevenció d'incendis i de suport a les curses esportives.

Festa de la Mongeta del Ganxet

A partir del 20 de novembre ja es poden comprar els tiquets del dinar popular de la Festa de la Mongeta del Ganxet, que es farà el 3 de desembre. Les persones interessades poden fer-ho, per només 5 €, a Can Perris i a la Vienesa.

L'Esplai de la Gent Gran serà municipal

L'Ajuntament n'assumirà la gestió el 2018

L'Esplai de la Gent Gran, situat a la plaça del Silenci, passarà a ser municipal a partir del mes de gener de 2018 ja que l'Ajuntament n'assumirà la gestió.

Tot i això, la Fundació Bancària la Caixa, que el gestionava fins ara, no es desvincula de l'equipament i seguirà col·laborant oferint activitats de formació amb la signatura d'un conveni.

El retorn, que inicialment estava previst per l'any 2024, s'avança per l'interès de l'Ajuntament de disposar d'un casal d'avis municipal. Amb aquest transferència, que no ha suposat cap cost pel consistori, tota la gent gran de la Garriga, independentment de l'entitat bancària que tingui, podrà utilitzar els serveis de l'equipament.

La gestió del casal serà mixta, no intervencionista i de manera col·laborativa amb la junta escollida per les persones sòcies.

L'Esplai, que té actualment 575 socis i sòcies, està obert de dilluns a divendres de 10.30 a 13 h i de 15.30 a 19.30 h i diumenges a la tarda de 17 a 19 h.

Nou servei de l'Oficina de Consum

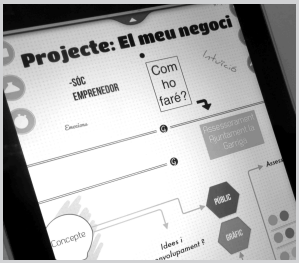
Assessorament sobre clàusules abusives

L'Ajuntament de la Garriga compta, des del passat 5 d'octubre, amb un nou servei a l'Oficina de Consum. Cada quinze dies, els dijous de 9.30 a 13.30 hores, una lletrada especialitzada en matèria de clàusules abusives i altres temes relacionats amb les hipoteques atendrà a les persones que ho necessitin.

El servei, obert a tothom i gratuït, es realitza gràcies a l'acord amb el Servei de Suport a les Polítiques de Consum de la Diputació i la col·laboració de l'Il·lustre Col·legi d'Advocats de Granollers.

Per utilitzar-lo cal reservar cita prèvia enviant un correu electrònic a oac@ajlagarriga.cat

Finançar l'emprenedoria



L'Ajuntament ha convocat ajuts econòmics per finançar projectes i activitats de suport a les persones emprenedores que hagin creat noves empreses. Podeu trobar més informació al web municipal i a l'àrea d'Emprenedoria.

Bonificacions a l'IBI

Les bonificacions de l'IBI per a famílies monoparentals i les persones vídues es poden demanar fins el 14 de novembre a l'àrea de Acció Social, al carrer Sant Francesc 1-3.

Suport a l'ASIC

L'Ajuntament ha renovat el conveni de col·laboració anual amb l'associació de comerciants ASIC.

D'aquesta manera, el consistori dóna suport a l'entitat comercial ASIC per tal que segueixi organitzant diferents activitats de dinamització dels establiments locals com la Festa de la Llum (que enguany es farà el 2 de desembre), la Botiga al Carrer, les Garrigangues i la Nit dels Aparadors, entre d'altres.

PDECAT

Les ordenances i el nostre grup municipal

Aquest mes de novembre, un cop aprovades les ordenances fiscals per aquest 2018 podem dir que el nostre grup mantenen com a objectiu principal el d'assolir una política fiscal municipal progressiva, que ajudi a lluitar contra situacions econòmiques precàries, que impulsi les mesures mediambientals i alhora garanteixi poder seguir preservant i oferint tots els serveis municipals als nostres ciutadans, sense la necessitat de prendre mesures d'austeritat o d´increment d´endeutament que puguin afectar la qüalitat d'aquests serveis que donem a tota la ciutadania.

A més, mantenim, millorem i incorporem bonificacions i subvencions tant en impostos com en taxes municipals, destacant la incorporació del nivell de renda a les famílies nombroses per l´IBI i l´increment de la bonificació de transmissió mortis causa en les plusvàlues (impost sobre increment dels valors dels terrenys de naturalesa urbana) passant del 40% al 95% i també incorporant les parelles de fet, d´altra banda destaca la reducció del preu públic per la prestació del servei de teleassistència domiciliaria.

Ara entrem en la recta final de l´elaboració del pressupost per aquest proper 2018 que incorpora per primer cop una partida de pressupostos participatius d´un import de 150.000 € per implementar una sèrie de projectes que han decidit i ha de votar la ciutadania del nostre poble.

acord+ ERC

Vota!

Durant aquest mes de novembre, entre els dies 6 i 26, totes les persones majors d'edat i empadronades a la Garriga poden votar les propostes finalistes del Pressupost Participatiu 2018. Aquesta és la darrera fase d'un procés que, coordinat des de la regidoria de Participació, té una incidència directa en la confecció del pressupost municipal, amb el compromís inequívoc de l'equip de govern de dur a terme les inversions escollides. És, a més a més, una aposta política per fer partícip la població davant una de les decisions més importants d'un pressupost: triar on s'inverteixen els diners que són de tots. Aquest any hem començat amb una xifra de 150.000€, que hauríem de ser capaços de superar en properes edicions. Així ens ho indica el gran volum de participació que hi ha hagut –més de 420 propostes d'inversió de tot tipus, la majoria amb una visió generosa del poble, amb suggeriments pensats per al benefici de tothom. Al web pressupostparticipatiu.lagarriga.cat es poden consultar (i votar, a partir del 6 de novembre) les quinze propostes finalistes. La Garriga té una llarga tradició de participació ciutadana i popular en l'àmbit públic. El gran nombre d'entitats, clubs i associacions ens ho testimonia, amb agendes d'activitats sempre plenes. La gent respon, la gent vol participar, sentir-se protagonista –és protagonista– i, si cal, sortir al carrer. És sobrer referir-nos als darrers temps. Però la participació en la presa de decisions polítiques no es pot limitar només al vot cada quatre anys. Davant l'amenaça de retallar llibertats democràtiques i drets cívics, cal com mai el compromís polític de fomentar i promoure eines de participació ciutadana per enfortir qualitativament la nostra democràcia. A la Garriga, Acord+ERC hi estem compromesos i et convidem a què ens hi acompanyis.

CUP

L'1-O durarà anys

El dia 1-O la Garriga va votar, però aquesta victòria no va ser pas fruit únic de l'equip de govern, ni tampoc dels mossos que vigilaven per parelles cada col·legi: la Garriga va votar gràcies al seu enginy, valentia i a la unitat popular demostrada.

La defensa d'aquest, tan desitjat, referèndum ve de molt abans del dia 1-O. Setmanes abans gent del poble de tota mena de partits polítics, moviments associatius, etc., es va anar reunint per decidir com des de la ciutadania es podia col·laborar en el normal desenvolupament d'aquest. Cadascuna de les persones que entrava a la sala on ens reuníem deixava fora el barret del seu partit o associació i passava a ser un altre soldat d'aquest exèrcit de defensa no violent.

Amb aquest referèndum, el poble va decidir que no només havia d'anar a votar sinó que a més a més s'havia d'organitzar perquè aquest fos possible, empoderant-se. Pel que fa a la transversalitat, acostumades com estem a un sistema jeràrquic dins de la política, aquest moviment popular es va organitzar de forma horitzontal, igualant les veus de totes i fent convergir les diferents mentalitats en una única finalitat, la defensa del dret a decidir. Quin orgull de poble! L'1 d'Octubre serà un dia que durarà anys, perquè va ser el dia en que la Garriga, juntament amb moltes altres poblacions, va dir que volia ser partícip d'un nou món, començant per una República escollida en referèndum, defensada amb resistència pacífica i construïda per les persones. Benvinguda República!

Se les ha ido de las manos

Cuando escribimos este artículo nos hallamos a escasas horas del salto al precipicio al que nos enviado el Presidente Puigdemont con sus negligencias, con sus enredos de ahora sí de ahora no y con su deriva de romper con la ley y con el diálogo sincero. Puigdemont ha ejecutado el monólogo de la unilateralidad. Se le esperaba en el Congreso para que diera explicaciones. No fue. Se le esperaba en el Senado la semana de la tramitación del 155. Amagó con ir y luego no fue. Parecía que como Saulo que se había caído del caballo y al fin hacía caso al sentido común convocando elecciones autonómicas viendo el panorama donde empresas que suponen el 30% del PIB catalán han trasladado su sede, las cabeceras de los periódicos más importantes del mundo y de España no le dan la razón, las cancillerías europeas y americana están por el respeto al marco legal que nos otorga nuestra Constitución, auténtica garante de nuestro Estado de Derecho. Ojalá nos equivoquemos y el mes que viene podamos alegrarnos de que el artículo 155 de la Constitución no haya tenido que ser aplicado. Un artículo que cabe decir es totalmente legítimo en el caso que nos ocupa frente a quienes han quebrado la leyes y frente a quienes han generado una fractura social de la cual tardaremos años en recuperarnos. En La Garriga el Gobierno Municipal, a su manera, también va la suya. La permisibilidad con el encartelamiento indiscriminado en el mobiliario público contraviniendo la ordenanza municipal que regula el civismo. La desaparición de las banderas española, catalana y europea de la terraza del Ayuntamiento y la burda excusa de que están en la lavandería desde hace semanas cuando obedece a una voluntad política, unido a la instalación de una estelada en el balcón del Ayuntamiento que es un espacio donde la neutralidad debería hacer gala inmaculada da buena cuenta de que este Gobierno Municipal no gobierna para todos los garriguenses sino que se fanatiza para gobernar para los independentistas. Desde Cs solo decirles que seguiremos trabajando para volver al sentido común, para que recuperemos el respeto a nuestro Constitución y Estatuto. Son momentos difíciles que nunca quisimos que llegaran. Se ha ido demasiado lejos pero hay esperanza ¡claro que sí!. Unas nuevas elecciones que darán nuevos interlocutores y en las cuales Cs esperamos liderar el cambio en positivo para una Cataluña de todos y para todos.

La veritable participació al Pressupost

Durant aquests dies s'han començat a traslladar les conclusions a les aportacions ciutadanes als pressupostos. Una forma d'obrir el dia a dia de l'Ajuntament als ciutadans i ciutadanes. Era una de les reivindicacions que alguns partits polítics portàvem fent des de fa temps i que ens sembla que s'ha quedat minsa, tal i com anunciàvem a l'inici de tot aquest procés. Veient les conclusions d'algunes propostes rebutjades, s'acompleix el que nosaltres ja anunciàvem; moltes propostes han quedat al calaix, perquè amb els 150.000€ que es destinaven, eren impossibles de realitzar. Des dels socialistes de la Garriga, apostàvem perquè tot el pressupost en inversions fos decidit pels garriguencs i garriguenques. En un primer procés, volíem que es fessin propostes, que fossin estudiades i valorades econòmicament pels tècnics i que després, d'una forma participada i explicada, pogués ser decidida per tots i totes els ciutadans/es, en un últim procés. En comptes d'això hem tingut una pluja de propostes que han estat aprovades o eliminades, per part del govern municipal i algunes posades en estudi i algunes posades en estudi i en valoració en una comissió oberta. Ens sembla molt poc. Tenim la sensació que es perd una oportunitat, ja que al final, serveix per cobrir l'expedient i no creiem que aquest hagi de ser l'objectiu. El compromís dels socialistes de la Garriga, serà estudiar una per una les propostes rebutjades en aquest procés i valorar les que considerem més rellevants per intentar estudiar-les i poder fer propostes concretes a la negociació política dels pressupostos. L'objectiu serà treballar perquè, ara mes que mai, els pressupostos reflexin les necessitats reals dels garriguencs i garriguenques.

"VISCA LA REPÚBLICA CATALANA"
"LLIBERTAT PRESOS POLÍTICS"

A la Garriga apostem per una salut ambiental de qualitat

Vivim en un lloc privilegiat, però no ho és tant si tenim en compte que la contaminació de Barcelona ens arriba. L'ús del cotxe és un dels principals responsables de les emissions de CO_2 que estan provocant el canvi climàtic, és el principal responsable de la contaminació acústica i el gran usurpador de l'espai públic urbà. Són bones les mides orientades a fer polítiques de mobilitat que tinguin cura del medi ambient. Cada cop som més els ciutadans que participem de manera activa i solidaria en la millora del medi ambient. Reciclem. Canviem les bombetes per leds. Estem disposats a pagar més per la rentadora per a que sigui de classe A. Hem posat airejadors en les aixetes per estalviar aigua. Però atenció: quan es tracta de millorar la qualitat de l'aire que respirem molts responen que el cotxe no si us plau, que el cotxe no me'l toquis: que no sense el meu cotxe. Les polítiques de mobilitat han d'estar orientades a potenciar l'ús del transport públic, de crear espais pels vianants per potenciar els desplaçaments a peu, en bicicleta, animant així a deixar el cotxes a casa. Més de dues-centes ciutats d'Europa ja disposen de zones de baixes emissions on es restringeix l'accés als vehicles més contaminants com una de les mesures més efectives a favor de la qualitat de l'aire. La inhalació de partícules agreuja algunes malalties i els infants, la gent gran, les persones amb malalties cardíaques o pulmonars, les persones amb asma i les dones embarassades en pateixen més els efectes. També malalties com l'asma, la diabetis o la hipertensió, i té un efecte advers en el desenvolupament neuronal i cognitiu dels infants o en la fertilitat. Què podem fer a la Garriga? Des del nostre grup municipal sempre hem fet propostes al respecte en les polítiques locals mentre hem governat i des de l'oposició: hem apostat i apostem per l'illa de vianants, pel carril bici, per la promoció dels trajectes escolars a peu i per la bonificació en els impostos del vehicles no contaminants, etc.

Dimecres 1 de novembre

a les 12.30 h, a La Doma
7è concert memorial de Tots Sants
Organitza: Societat coral L'Aliança i Orquestra municipal de la Garriga

Dijous 2 de novembre

a les 18 h, a la Torre del Fanal
Presentació de la 27a edició del Voluntariat per la llengua amb l'entitat MURS, per a la defensa de les persones refugiades i migrants
Organitza: Oficina de Català i MURS

a les 19.30 h, a la Biblioteca Núria Albó
"English at the library": conversa en anglès. Xerrada: "Marie Curie and the advance of medical science"
Organitza: Biblioteca Núria Albó

Dissabte 4 de novembre

a les 10 h, des del Centre de Visitants
Itinerari guiat: "La Doma. Tresor medieval de la Garriga"
Organitza: Centre de Visitants

a les 12 h, a la Biblioteca Núria Albó
Hora del conte: "Contes per conviure", a càrrec de Rosa Fité
Organitza: Biblioteca Núria Albó

a les 20 h, al Teatre de la Garriga-El Patronat
L'Adefesi, de Rafael Alberti amb cia Kòmix
Organitza: Teatre de la Garriga-El Patronat

de 23 a 4 h, a la Pista 2
La Garreggae.amb Radio Reggae, A4 Reggae Orchestra i All these dj's
Organitza: Ajuntament de la Garriga i el Brou del Mestre

Del 6 al 26 de novembre

Per internet o a les urnes dels equipaments municipals
Votació de les propostes del pressupost participatiu 2018
Organitza: Ajuntament de la Garriga

Del 7 al 28 de novembre

De dilluns a divendres, de 9 a 14 h i dimarts, de 16.30 a 19 h, a Serveis Socials
Mostra "El poble que volem". Dia Internacional contra la Violència Masclista
Organitza: Grup d'Enfortiment Personal del Servei d'Informació i Atenció a Dones. Ajuntament de la Garriga

DIGUEM PROU A LA VIOLÈNCIA MASCLISTA #prouviolenciamasclista

Dimarts 7 de novembre

a les 18.30 h, al Teatre de la Garriga-El Patronat
Conferència de Josep Maria Mallarach: "Biodiversitat". Cicle Reravera 2017
Organitza: Aula de la Universitat a l'Abast de la FUMH

a les 20.30 h, al restaurant El Cafè del Casino de la Garriga **Sopar i conferència de Josep Cuní: "Periodisme i país" Una reflexió**
Organitza: Tribuna Universitària de la FUMH

Dimecres 8 de novembre

a les 18 h, a la Biblioteca Núria Albó
Hora del Conte en anglès! "Fox's socks", a càrrec de Cambridge School.
Organitza: Biblioteca Núria Albó

Dijous 9 de novembre

a les 20 h, a la Biblioteca Núria Albó
Presentació del llibre La història d'una línia de tren emblemàtica: El ferrocarril de Granollers a Sant Joan de les Abadesses (1863-1880), de Lluís Garcia Rifà
Organitza: Bibliotecta Núria Albó en col·laboració amb l'Associació el Pou Calent i l'Associació la Garriga Secreta.

Divendres 10 novembre

25 Anys d'Activitats Culturals a les Escoles

a les 18 h, al Teatre de la Garriga
25 anys d'Activitats Culturals a les Escoles. Espectacle de teatre: La nena dels pardals a càrrec de Teatre al detall, amb la música en directe amb la Tresca i la Verdesca
Organitza: Ajuntament de la Garriga

a les 20 h, a la sala Dameson
Inauguració de l'exposició Pintures de l'ànima, llum i amor
Organitza: Rosa Oliva

Dissabte 11 de novembre

durant tot el dia, a la plaça Can Dachs
Fira alternativa
Organitza: Aliment art-10 i Ajuntament de la Garriga

a les 10 h, des de can Raspall
El Modernisme de la burgesia. Arquitectura, aigües i jardins
Organitza: Centre de Visitants

a les 16.30 h, al Cine Alhambra
Espectacle Familiar "Notes & films". Pel·lícula i concert en directe
Organitza: Cine Alhambra

Diumenge 12 de novembre

a les 8.30 h, des de la pl del Silenci
Ruta de l'oli. Itinerari d'uns 8 Km. Esmorzar i degustació. Cal prèvia inscripció a través de: associacioagrarialg@gmail.com

a les 11 h, des del refugi antiaeri de l'estació
Ruta guiada i teatralitzada: 1936-1939, la Garriga plena de refugiades. Cicle la Garriga pel Foment de la Pau
Organitza: Centre de Visitants

a les 18 h, al Teatre de la Garriga-El Patronat
Trencant Murs, oferint paraules. Cicle la Garriga pel Foment de la Pau
Organitza: la Garriga Societat Civil i Ajuntament de la Garriga

a les 20 h, al Cine Alhambra
Projecció del documental "Springsteen and I"
Organitza: Cine Alhambra

Dilluns 13 de novembre

a les 18.30 h, a la Biblioteca Núria Albó
"Llegim el teatre": "Desig sota els oms", d'E. O'Neill.
Organitza: Biblioteca Núria Albó

Dimarts 14 de novembre

a les 18.30 h, al Teatre de la Garriga-El Patronat
Conferència de Martí Boada: "Segle XXI medi ambient i canvi climàtic: realitat o quimera" Cicle Reravera 2017
Organitza: Aula de la Universitat a l'Abast de la FUMH

A partir de dimecres 15 de novembre

"Llibres solidaris". Recollida de diners amb motiu de la Marató de TV3 sobre les malalties infeccioses. Emporta't un llibre a canvi deixa a la guardiola un donatiu mínim d'1 € per a la Marató de TV3.
Organitza: Biblioteca Núria Albó

Dijous 16 de novembre

a les 20 h, a la Biblioteca Núria Albó
Xerrada (Re)descobrir Prudenci i Aurora Bertrana. A càrrec d'Oriol Ponsatí-Murlà, escriptor.
Organitza: Biblioteca Núria Albó

Divendres 17 de novembre

a les 20 h, a la sala Polivalent de Can Raspall
Xerrada: Recuperació de la Violència Masclista. Què fem amb ells? Què fem amb elles? Dia Internacional contra la violència masclista *Organitza: Ajuntament de la Garriga*

Dissabte 18 de novembre

a les 10 h, al carrer del Centre
Performance: Donar veu...i fer un pas. Dia Internacional contra la Violència Masclista
Organitza: Ajuntament de la Garriga

DiGUEM PROU A LA VIOLÈNCIA MASCLISTA #prouvioleniamasclista

de 10 a 15h, a la plaça de Can Dachs
III Edició Movember La Garriga. Afeitats, frankfurts, ballada de lindyhop, tallers i rifa solidària. Acte benèfic per a la *Movember Foundation.* *Organitza: Aj. la Garriga, Barber Bertran, Frankfurt la Garriga, Esborrany, The impresentables Hoppers i La Calaixeria*

a les 12 h, des del refugi antiaeri de l'estació
Visita guiada: Refugi antiaeri de l'estació
Organitza: Centre de Visitants

a les 16.30 h, al Cine Alhambra **El meu primer Festival** *Organitza: Cine Alhambra*

de 17 a 20 h, a la sala Altell del Teatre de la Garriga-El Patronat. **Autodefensa per a Dones. Dia Internacional contra la Violència Masclista. Cal inscripció prèvia: 938719095 i pigualtat@ajlagarriga.cat** *Org.: Aj. la Garriga*

DiGUEM PROU A LA VIOLÈNCIA MASCLISTA #prouvioleniamasclista

a les 20 h, al Teatre de la Garriga-El Patronat
Muchacho & Los Sobrinos. Hi haurà taller gratuït per a infants mentre els pares i mares van al concert. Cal inscripció prèvia a info@teatrelagarriga.cat
Organitza: Teatre de la Garriga-El Patronat

Dissabtes 18 de novembre, 2 i 16 de desembre

d'11h a 13h, a l'Auditori de l'EMM
Formació-debat: Educar les emocions en família a càrrec de Tseotse
adreçat a famílies amb fills/es d'entre 3 i 18 anys. 1a i 2a sessió per pares i/o mares, 3a sessió amb els fills/es
Organitza: Ajuntament de la Garriga

del 18 al 26 de novembre

Setmana de la Prevenció de Residus
Organitza: Ajuntament de la Garriga

Diumenge 19 de novembre

a les 16.30 h, al Cine Alhambra **El meu primer Festival** *Organitza: Cine Alhambra*

Dimarts 21 de novembre

a les 18.30 h, al Teatre de la Garriga El Patronat
Conferència de Mireia Teixidó: "Els parcs i jardins més cromàtics a la tardor". Cicle Reravera 2017 *Organitza: AUA de la FUMH*

Dimecres 22 de novembre

a les 19 h, a la sala de Plens
Ple municipal *Organitza: Ajuntament de la Garriga*

a les 20.30 h, a l'església
Concert de Santa Cecília "Cançons relacionades amb la Llibertat" amb totes les corals del poble
Organitza: Coral Ariadna.

24 i 25 de novembre

Cicle Reravera 2017

Divendres 24
18 h Biblioteca. Hora del conte. "Sessió dedicada a Rafael Patxot i Jubert": "A la voreta dels núvols". A càrrec de Cia patawa
21.30 h. Can Ramos. Xerrada "Univers Patxot, ciència i mecenatge al servei de Catalunya" a càrrec de Manuel Castellet (membre de l'Institut d'Estudis Catalans) i Concert de glosa i cançons tradicionals a càrrec del Cor Carxofa. Glossadors: Caterina Canyelles i Ferriol Macip. Acordionista: Marçal Ramón
Dissabte 25
21.30 h. Can Ramos. Recital de poesia a càrrec de Maribel Gutiérrez i Miquel Llobera i Concert a càrrec de Dídac Rocher

Divendres 24 de novembre

a les 21 h, al Teatre de la Garriga-El Patronat
Concert: Les Kol·lontai. Cançons violetes. Dia Internacional contra la Violència Masclista. Hi haurà taller gratuït per a infants mentre els pares i mares van al concert. Cal inscripció prèvia a info@teatrelagarriga.cat
Organitza: Ajuntament de la Garriga

DiGUEM PROU A LA VIOLÈNCIA MASCLISTA #prouvioleniamasclista

Dissabte 25 de novembre

a les 16.30 h, al Cine Alhambra
Espectacle Familiar: Petits tresors de butxaca. Pel·lícula i concert
Organitza: Cine Alhambra

Diumenge 26 de novembre

a les 11.30 h, al Teatre de la Garriga-El Patronat
Espectacle de titelles Akàshia, el viatge de la llum
Organitza: Teatre de la Garriga-El Patronat

Dimarts 28 de novembre

a les 18.30 h, al Teatre de la Garriga El Patronat
Conferència de Martí Sallés: "Flora autòctona. Orquídies de casa". Cicle Reravera 2017
Organitza: Aula de la Universitat a l'Abast de la FUMH

Dimecres 29 de novembre

a les 19.30 h, a la Biblioteca Núria Albó
Club de lectura. Cicle "Autors americans i futurs possibles"
Llegirem Cero K, de Jon DeLillo. Sessió moderada per Rosa Solé.
Organitza: Biblioteca Núria Albó

Divendres 1 de desembre

a les 18 h, al Teatre de la Garriga-El Patronat
El síndrome de la cua de cavall amb la cia Éki-li-kuà
Organitza: Teatre de la Garriga-El Patronat

a les 19 h, a la Sala de Plens
Presentació del Protocol d'Abordatge de les Violències Masclistes. Dia Internacional contra la Violència Masclista.
Organitza: Ajuntament de la Garriga

DiGUEM PROU A LA VIOLÈNCIA MASCLISTA #prouvioleniamasclista

Dissabte 2 de desembre

Festa de la Llum
Organitza: Ajuntament de la Garriga

Posa't al dia!

Segueix-nos

Karin Konkle, Llicenciada en estudis de gènere, 3r Dan d'Aikido i professora d'autodefensa

Impartirà un curs per a dones el proper 18 de novembre dins el programa del Dia Internacional contra la Violència Masclista

"Davant situacions de violència és igual d'important gestionar l'estrès que defensar-se físicament"

Karin Konle, nord-americana, afincada a Catalunya des de l'any 1992, fa més de més de 15 anys, que exerceix com a professora d'arts marcials (Aikido i Tai Txi) i d'autodefensa per a dones.
Durant la seva adolescència, va patir la malaltia física i la violència de gènere. Això la va dur, en part, a llicenciar-me en estudis de gènere (Women's Studies) a la Universitat de Columbia de Nova York, i a posar-se a aprendre arts marcials. Considera que davant una situació violenta cal mantenir la calma, augmentar la consciència de l'espai i saber posicionar-se.

Per què és important formar-se en autodefensa?
Crec que saber defensar-se de manera bàsica és un coneixement que hauríem de tenir totes. Saber mantenir la calma, gestionar l'espai personal, i poder comunicar-se amb la gent són capacitats importants per tothom. Haurien de formar part de l'"educació física" en un sentit una mica ampli.

Quina valor afegit aporten els teus cursos d'autodefensa ?
Crec que els meus cursos aborden quines eines es poden utilitzar per mantenir la calma, i per gestionar la comunicació i l'espai que són aspectes molt importants per a les situacions reals en què es troben les dones. Moltes vegades els cursos d'autodefensa no tenen en compte la realitat de com sorgeixen la majoria d'agressions que pateixen les dones, i això els resta eficàcia.

Al teu llibre *¿Estás segura? Autodefensa y las claves de la auténtica Seguridad* expliques que la defensa personal no és només donar cops sinó que saber defensar-nos implica dir sí quan volem dir sí i no quan volem dir no. Què vols dir amb això?
Que crec que al nivell més bàsic, l'autodefensa és un tema de decidir què volem i què no volem. Quan volem una cosa, podem decidir anar-la a buscar o deixar que vingui; però quan no volem, hem de dir clarament que no. I els altres han de respectar aquest límit i si no ho fan, l'hem de defensar.

També dius que molts cops la violència ve de persones conegudes. En aquests casos, costa més identificar-la?
Si, moltes persones expertes en la violència a dins de les relacions descriuen que hi ha una escalada molt gradual de tensió o incomoditat, en la qual les persones abusives van erosionant gradualment els límits de l'altra persona i la seva confiança, arribant a dominar-la cada vegada més. També és cert que si vivim violència dins de les nostres relacions de família quan som petites, creixem pensant que és normal i també ens costa més identificar-la.

Per què creus que davant situacions de violència és igual d'important gestionar l'estrès que defensar-se físicament?
Davant una situació violenta, si no gestiones l'estrès, et pots bloquejar. I si et bloqueges, ja no et pots defensar físicament. Així que la capacitat de defensar-se físicament depèn de la capacitat de gestionar l'estrès suficientment per a poder respondre.

La posició física, el llenguatge no verbal i la veu serveix per protegir-se dels agressors?
I tant. Primer, perquè les estadístiques mostren que les persones que reben menys danys físics en les agressions són persones que posen resistència a l'agressió, però sense arribar a les mans. Qui rep més mal són les persones que no fan res contra un començament d'agressió.
La posició física i el llenguatge no verbal poden fer que una persona decideixi no intentar agredir-nos, i són la primera línia per evitar els conflictes i la possibilitat d'atac. Després la veu ens permet parlar i intentar solucionar els problemes abans de barallar-nos. I, si arriba l'agressió, cridar ens ajuda a no bloquejar-nos i a canalitzar la por i la ràbia per a respondre, ens afegeix un 30% a la força física, atrau l'atenció d'altres persones i molesta a l'agressor.

Quins passos ha de seguir una persona que vol deixar una relació abusiva?
Aquí depèn molt de la relació que hi hagi i els vincles que s'hagi establert (parella, fills i filles, etc.) i és molt difícil donar una resposta genèrica. En tot cas, crec que quan més abusiva és una relació, més important és preparar una estratègia per marxar i buscar recursos, persones que ens poden ajudar, preparar documents, diners, etc.

Creus important que se segueixi celebrant el Dia Internacional contra la Violència Masclista?
Sí. Malauradament, segueix existint la violència masclista, i fins que no desaparegui, haurem de seguir treballant per a augmentar la consciència i lluitar contra aquesta xacra.