

**Les dones i els barris**  
Relats breus de les dones dels barris d'habitatge social  
Volum IV



## Presentació

SÈFORA és un programa de la FAVIBC que impulsa i fomenta la participació de les dones en el món associatiu i en les actuacions que es desenvolupen als barris. SÈFORA reivindica les dones com a part essencial de l'administració, de la cultura i de l'àmbit professional del país. SÈFORA és *Suport* a les actuacions per les dones i en benefici del treball per la igualtat. *Educació* en els valors del respecte i la igualtat. *Formació* i informació per l'accés als recursos socials existents i que permetin ampliar els coneixements en matèria d'inserció laboral i drets per a les dones actuals. *Organització* i creació de noves entitats de dones. *Resolució* de conflictes sorgits per la discriminació de gènere. *Assessorament* a les entitats veïnals en la millora de les seves polítiques d'igualtat de gènere.

En aquest context, la FAVIBC va organitzar l'any 2022 el quart concurs de relats breus per a dones de barris d'habitatge social, *Les dones i els barris*. Posem a les vostres mans, no només els relats guanyadors, sinó tots els lliurats a concurs, atès que representen un exemple d'esforç, de lluita i de superació. Uns relats que ens expliquen les històries de les dones durant el confinament, les reivindicacions quotidianes, la perspectiva de gènere i les seves actuacions als barris, on participen en un moviment associatiu amb moltes dificultats per poder ajudar a les seves famílies i a la seva comunitat. Trobareu relats en català i castellà, perquè hem respectat la llengua original de redacció. Els hem ordenat alfabèticament, pel cognom de l'autora, i els hem classificat en les tres categories del concurs.

Aquesta publicació es fa amb el desig que totes les dones dels barris de Catalunya augmentin la seva participació en el moviment associatiu, que impulsin iniciatives que afavoreixin un canvi de mentalitat, que trenquin els estereotips de gènere i que eduquin en la igualtat, per tal d'aconseguir una societat més justa on dones i homes puguin desenvolupar-se plenament.

Sabadell, 2023



## Índex d'autores

### Les dones i el confinament

- Lina Rodríguez. Barri de Fontajau, Girona: Guanyadora en la categoria *Les dones i el confinament*, pàg. 11
- Lucía Rosa Arróniz. Barri de Pomar, Badalona, pàg. 12
- Rosa Barrull. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida, pàg. 13
- Milagros Blanco. Barri de Ripoll 60, Ripoll, pàg. 14
- Magdalena Bosch. Barri de Riera Bonet, Molins de Rei, pàg. 15
- Luz Cano. Barri de Bellvitge, L'Hospitalet de Llobregat, pàg. 16
- Concordia Cardona. Barri d'Arraona, Sabadell, pàg. 17
- Gloria Cruz. Barri de Torreforta, Tarragona, pàg. 18
- Pilar Cruz. Barri de Torreforta, Tarragona, pàg. 19
- Carmen Diaz. Barri de Pomar, Badalona, pàg. 20
- Dolores Esquinas. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida, pàg. 21
- Teresa Gili. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida, pàg. 22
- Asunción Giménez. Barri de Fontajau, Girona, pàg. 23
- Puri Gol. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida, pàg. 24
- Anna Grau. Barri de Fontajau, Girona, pàg. 25
- Marisol Lagares. Barri de Vilaroja, Girona, pàg. 26
- Katy Millera. Barri de Montserrat, Terrassa, pàg. 27
- Carmen Nieto. Barri de Pomar, Badalona, pàg. 28
- Oliva Páez. Barri de Ripoll 60, Ripoll, pàg. 29
- Josefa Rosales. Barri de Fontajau, Girona, pàg. 30
- Mònica Ruano. Barri de Bufalà, Badalona, pàg. 31
- Encarna Toral. Barri de Fontajau, Girona, pàg. 32
- Montserrat Torrent. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida, pàg. 33
- Saturnina Torres. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida, pàg. 34
- Rafi Vargas. Barri de Montserrat, Terrassa, pàg. 35

## Soc dona i vull

Eva Vilardell. Habitatges Montseny, Vic.  
Guanyadora en la categoria *Soc dona i vull*, pàg. 39  
María Jesús Guerrero. Barri de Montserrat, Terrassa  
Menció especial del Jurat, pàg. 40

Josefa Aguilar. Barri de Bellvitge, L'Hospitalet, pàg. 41  
Carmen Aguilera. Barri d'Arraona, Sabadell, pàg. 42  
Ventura Bota. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida, pàg. 43  
Juana Calero. Barri de Fontajau, Girona, pàg. 44  
Nuri Calero. Barri de Fontajau, Girona, pàg. 45  
Rosa Cardona. Barri de Vilaroja, Girona, pàg. 46  
Dolores de la Torre. Barri de Torreforta, Tarragona, pàg. 47  
Rosa Franco. Barri de Fontajau, Girona, pàg. 48  
Teresa Gil. Barri de Sant Llorenç, Terrassa, pàg. 49  
Antonia González. Barri de Montserrat, Terrassa, pàg. 52  
Isabel González. Barri de Fontajau, Girona, pàg. 53  
Maribel Lara. Barri de Vilaroja, Girona, pàg. 54  
Montse López. Barri de Montserrat, Terrassa, pàg. 55  
Nelly Portela. Barri de Montserrat, Terrassa, pàg. 56  
Ascensión Punzano. Barri de Ripoll 60, Ripoll, pàg. 57  
Carme Rigau. Barri de Fontajau, Girona, pàg. 58  
Mari Nieves Román. Barri de Montserrat, Terrassa, pàg. 59  
Presen Soriano. Barri de Montserrat, Terrassa, pàg. 60  
Isabel Torres. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida, pàg. 61  
Montserrat Vidal. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida, pàg. 62

## Tema lliure

- Felisa Mesa. L'Hospitalet de Llobregat:  
Guanyadora en la categoria *Tema Lliure*, pàg. 65
- Nuria Jaimejuan. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida.  
Menció especial del jurat, pàg. 66
- Autora anònima, pàg. 67
- Jesusa Andre. Barri de Santa Eulalia, l'Hospitalet de Llobregat, pàg. 68
- Lucinda Arteaga. Barri de Montserrat, Terrassa, pàg. 69
- Layla Bahmad. Barri d'Espronceda - Campoamor, Sabadell, pàg. 70
- Montserrat Bellamor. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida, pàg. 71
- Diana A. Benavides. Barri d'Espronceda - Campoamor, Sabadell, pàg. 72
- Laura Cano. Barri d'Espronceda - Campoamor, Sabadell, pàg. 73
- Rosa Carmona. Barri de Bellvitge, l'Hospitalet de Llobregat, pàg. 74
- Ranya El Hayky y Nahid Aidoun.  
Barri d'Espronceda - Campoamor, Sabadell, pàg. 75
- Ana Luiza Ferreira. Barri d'Espronceda - Campoamor, Sabadell, pàg. 76
- Pilar Galindo. Barri de Santa Eulàlia, l'Hospitalet de Llobregat, pàg. 77
- María Dolores Gallego. L'Hospitalet de Llobregat, pàg. 78
- Paqui Herrera. Barri de Montserrat, Terrassa, pàg. 79
- Rocío Ibáñez. Barri d'Espronceda - Campoamor, Sabadell, pàg. 80
- M. del Pilar Linares. Barri de Bellvitge, l'Hospitalet de Llobregat, pàg. 81
- Teresa Masip. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida, pàg. 82
- Pilar Moral. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida, pàg. 83
- Amalia del Carmen Moreno. Barri de Fontajau, Girona, pàg. 84
- Irene Muñoz. Barri de Pomar, Badalona, pàg. 85
- Beatriz Pascual. Barri de Santa Eulàlia, l'Hospitalet de Llobregat, pàg. 86
- María Rosa Puyol. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida, pàg. 87
- Teresa Romero. L'Hospitalet de Llobregat, pàg. 88
- María Ruz. Barri de Montserrat, Terrassa, pàg. 89
- Feli Sánchez. Barri de Font Santa, Cornellà, pàg. 90
- Lucía Soler. Barri de Riera Bonet, Molins de Rei, pàg. 91
- María Josefa Tabero. Barri de Bellvitge, l'Hospitalet de Llobregat, pàg. 92
- Shafa Touqeer. Barri d'Espronceda - Campoamor, Sabadell, pàg. 93
- Sílvia Vall. Barri de Riera Bonet, Molins de Rei, pàg. 94
- Maria Dolors Vila. Habitatges Montseny, Vic, pàg. 95
- Amparo Vilas. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida, pàg. 96
- Carme Vilella. Barri d'Arraona, Sabadell, pàg. 97



*Les dones i el confinament*



Lina Rodríguez. Barri de Fontajau, Girona

Guanyadora en la categoría Les dones i el confinament

En la pandemia: la mujer en primera línea

Quince de marzo del año 2020. Nos estamos enfrentando a un virus llamado COVID-19. Estamos pasando una pandemia. Nadie está preparado para enfrentarse a una emergencia sanitaria.

El quince de marzo nos confinaron en casa, solo se puede salir para asuntos esenciales. El virus se transmite de persona a persona, hay desconfianza de unos hacia los otros. En los hospitales los médicos y sanitarios se están contagiando y están muriendo. Los enfermos no pueden estar acompañados por su familia y mueren solos. Hay mucho sufrimiento.

En las residencias de mayores están muriendo solos. No los llevan al hospital porque no hay camas. La familia lo sabe cuándo ya han fallecido. Todos los días a las ocho de la tarde salimos todas las personas a los balcones de nuestras casas para aplaudir y dar apoyo a los sanitarios.

Está siendo muy dura esta situación. Nadie se podía imaginar que esto que estamos viviendo pudiera suceder. La mujer siempre en primera línea: en la casa, cuidando más que nunca de la familia, en los hospitales junto con el hombre luchando por salvar vidas.

Los científicos están investigando para sacar una vacuna para acabar con esta pandemia. El día veintisiete de diciembre nos llegó un rayo de esperanza; se empezaron a poner las vacunas. La primera fue una mujer, se llama Araceli Hidalgo.

Hemos podido ver lo frágil que es el ser humano. Un virus puede exterminar a toda la humanidad.

Lucía Rosa Arróniz. Barri de Pomar, Badalona

Las mujeres, madres y abuelas y el COVID-19

Cuatro meses de confinamiento, sin contacto, sin ver a mis hijos ni a mis nietos. ¿Cómo me siento yo? Con miedo, nostalgia, preocupación e hipócrita. Quiero verlos y no puedo, quiero abrazarlos y no nos tocamos, disimulamos como que estás entera y fuerte. Es mentira, me muero por abrazarlos y verlos.

Percibo el miedo que sienten mis hijas e hijo y ese sentimiento de no verme por temor a contagiarme, por el riesgo de que soy mayor y el miedo que pasan ellos por sus hijos, pues todos trabajan en sanidad y servicios sociales expuestos permanentemente en riesgo de contagio. Agotados por exceso de trabajo y falta de medios y personal, por contagios de los compañeros. Es una tortura, tratamos de hacer ver que estamos bien y fuertes, pero no, no es verdad, yo sé que no es así, que todos sufrimos.

Uno de mis yernos, el Ángel, se ha encargado de la intendencia de su casa, la de su padre y de la mía. Hace las compras semanales y la lleva a casa para evitar la exposición, dado que mi hija es sanitaria y trabaja en un ambulatorio, está muy expuesta y no sale por no contagiar a nadie. No la veo desde que nos confinaron, ni a las niñas, ni a nadie de la familia. Mi hijo es enfermero en urgencias de noche, mi nuera en el laboratorio. A los niños se los llevaron los otros abuelos al campo, a una urbanización, para estar más al aire de la montaña y aminorar riesgo. Se está viviendo una tortura, mi hijo ha perdido el sueño, pasa días sin dormir, está agotado, mi nuera está en tratamiento psicológico por sobrecarga emocional y laboral, trabaja 13 horas diarias. Espero que pase pronto todo o acabaremos perdiendo la salud.

Rosa Barrull. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida

### Sobreviviré

Voy a relatar mi experiencia durante la pandemia: yo como muchas otras mujeres continué trabajando, ya que soy cocinera en un hospital. Fue una vivencia intensa; íbamos con una bata larga de mangas de un tejido plástico, también teníamos que usar guantes, mascarilla y pantalla facial. Lo más motivador de todo es que dos veces al día sonaba la canción "Resistiré". A las ocho de la tarde, algunos días salíamos a la puerta del hospital y era muy emocionante ver como mucha gente nos aplaudía; por unos momentos desconectábamos de la realidad. Cabe decir, que la mayoría éramos mujeres valientes y que desde el primer día nuestra voluntad fue ayudar a todas esas personas que nos necesitaban, ante esa difícil situación. También pasamos momentos complicados cuando el personal se contagiaba de COVID-19, pero a pesar de ello seguimos trabajando al pie del cañón.

En casa, la situación también era emocionalmente difícil, no podía ver a mis nietos por miedo a contagiarlos. El cuarto de juegos estaba silencioso, fueron muchos días sin mis chiquitines, los echaba de menos, así como las comidas entre risas con ellos, los juegos... Las actividades de la asociación de vecinos quedaron interrumpidas por un tiempo, suerte que aprendí muchas cosas relacionadas con las tecnologías: hacer videollamadas, grupos de WhatsApp, enviar mensajes divertidos y correos electrónicos. Esta fue mi forma de socializar y mantenerme informada con los demás.

Actualmente, ya están en marcha las actividades de la comunidad, aunque con medidas: distancia social, mascarilla, desinfección de las zonas, etc. Aun así, he de confesar que tengo ganas de que todo vuelva a ser como antes, es decir, sin restricciones. Ya que, las personas somos seres sociales, necesitamos el trato y el cariño de nuestros familiares y amigos/as.

## Milagros Blanco. Barri de Ripoll 60, Ripoll

### Les dones confinades

A casa vivim el meu marit i jo. Tenim un fill, una filla i quatre nets. Quan ens van confinar no podíem sortir ni ells podien venir a casa, això sí, cuidaven de nosaltres. Ens feien la compra, venien a buscar la llista, però no pujaven al pis, nosaltres li baixàvem a l'entrada i ells a l'altra banda del carrer. Parlàvem una mica i li deixàvem la bossa amb la llista a l'entrada. Ells ho agafaven i anaven a fer la nostra compra, perquè així nosaltres no havíem de sortir de casa. Tots teníem molta prudència i incertesa en la situació que estàvem vivint.

Atès que això es preveia llarg, jo m'ho vaig agafar en positiu i pensant en què podia fer per no caure en l'avorriment. A mi m'agrada molt caminar, jo de bon matí baixava i pujava escales. Visc en un primer pis i tinc 25 esgraons i feia 150 reposava i anava fent. D'aquesta manera durant el dia feia entre 800 i 1000 esgraons. El meu home mentre jo feia exercici ell feia la feina de casa, parava taula i feia el cafè. També desinfectava les manetes de les portes i tot el necessari.

A la tarda jo cosia una estona, faig patchwork i a les 5 jugàvem a cartes o al Rummikub fins a les 7. Després fèiem el sopar i al voltant de les 8 sopàvem. I així passaven els dies.

Els dies de Nadal cadascú de la família ho va fer a casa seva per prevenir contagis, la veritat és que es va fer dur.

Ara un any després que ja podem sortir fem gairebé el mateix que abans jo he deixat les escales per anar a caminar una hora cada dia i sobretot esperant que el virus passi aviat.

Magdalena Bosch. Barri de Riera Bonet, Molins de Rei

Un exemple de lluita, força i ganes de viure

Convalescent d'un càncer, Maria, és presa de la COVID. Va estar noranta dies ingressada en l'UCI lluitant aferrissadament per la seva vida, perquè va afectar a diverses parts del cos, i amb més incidència als pulmons produint-li una pneumònia i dificultats en la respiració.

El tractament va ser molt complicat i en alguns moments invasiu: una traqueotomia, sedació, molts dies estirada bocaterrosa al llit i alimentació parenteral. Quan et desperten apareixen les seqüeles, i de nou a seguir un tractament: fisioteràpia per millorar el to muscular i l'equilibri, psicòleg per no fer una depressió, seguiment del pneumòleg..

Em van donar l'alta del tractament hospitalari, i vaig tornar a casa però encara amb seguiment mèdic. No obstant això, ara ja és una altra cosa, perquè de mica en mica i amb el suport dels meus fills he deixat de ser depenent, i ja puc anar fent algunes activitats sola.

La Maria has estat un exemple de força i ganes de viure, perquè ha lluitat amb totes les teves forces fins a superar la COVID. Maria moltes felicitats!!

Luz Cano. Barri de Bellvitge, L'Hospitalet de Llobregat

Soy una mujer de 74 años. Viuda, tengo tres hijos. Tuve cuatro, uno se me murió y lo pasé muy mal. Pero seguí adelante por mis otros hijos. He pasado muchas cosas, buenas, malas y regulares. Lo he pasado muy mal cuando vino la pandemia, porque he estado sola. En el confinamiento no pude ver a mis hijos y nietos. Solamente he hablado por teléfono. Seis meses sin verlos y se ha apoderado de mí el miedo. He pasado el COVID sola. Me han quedado secuelas. Tengo una depresión, tengo mucho miedo. Esto es lo que puedo contar por ahora. Espero que pase todo pronto y vuelva a ser como antes. Que seamos todos felices.

## Concordia Cardona. Barri d'Arraona, Sabadell

### Las mujeres confinadas durante la pandemia

Para la mujer, desde la llegada de la pandemia hemos estado algo amargadas por cómo se ha gestionado esta situación. Tengo la sensación que no se aclararon con nada: ni mascarillas, ni vacunas. Estábamos confinadas para todo, menos para trabajar. Los niños lo han pasado fatal. Estaban muy nerviosos y les ha costado mucho obedecernos: estaban muy aburridos y asqueados. Solo les ha salvado el móvil para poder hablar con los amigos. No tengo muy claro si esto ha sido muy bueno, pues ahora tanto jóvenes como mayores están todavía más enganchados al móvil.

Ahora dicen que nos podremos sacar la mascarilla, pero yo no lo veo claro: viene la sexta ola y hay mucha gente ingresada. La peor parte sigue siendo para la mujer: lo coja o no lo coja, tiene que estar. Si nos vuelven a confinar, seguiremos siendo nosotras las que salgamos solo para comprar, y sigamos atendiendo la casa y vigilando que nuestros niños no salgan, cuando ellos querrían estar todo el día en la calle. Somos las que hacemos que todo en la casa funcione coordinado.

Las mujeres más jóvenes acostumbran a tener un trabajo fuera de casa, por lo que gracias a las abuelas, las casas actuales funcionan.

En cuanto a sanidad, cada vez hay más congestión y peor servicio, lo que no nos ayuda a estar bien atendidas.

Gloria Cruz. Barri de Torreforta, Tarragona

Soy una mujer que, aunque en mi vida haya de todo, me considero afortunada y no me puedo quejar.

Soy feliz, tengo dos hijos y cuatro nietos sanos y muy guapos. Cada uno tiene su carácter, pero no me importa porque yo también tengo el mío y a veces no es bueno.

Mi mayor pena es que ahora con este virus que tenemos no los puedo ver todo lo que quisiera, pero me tengo que conformar no me queda otra y todas las familias estamos igual. Los echo de menos y tengo muchas ganas de abrazarlos y hacerles sus comidas preferidas.

No veo el día en que todo vuelva a la normalidad y podamos disfrutar de estar todos juntos.

¡Si pudiera elegir un deseo pediría que todo pase y que el mundo vuelva a ser el que era, ese sería mi mayor deseo para mí y para todo el mundo!

Pilar Cruz. Barri de Torreforta, Tarragona

Soy mujer y abuela de 76 años, cuatro hijos y siete nietos. Vivo sola y la pandemia me lo ha puesto muy difícil.

Llevo un año y medio sin ver a mi hijo mayor y a mi nieto que viven en el extranjero y no pueden viajar. A los nietos que viven en España también los veo menos, es por ello que mi día a día está siendo siempre lo mismo.

Hago mis labores de casa, veo la televisión y leo los libros que mi hijo me regala para que no me aburra. Los domingos cuando hablamos siempre me pregunta de qué van los libros para asegurarse de que los leo.

Tengo ganas de que llegue la vacuna y acabe la pandemia y poder volver a tener una vida normal y poder ir a todos los sitios sin miedo al contagio y sobre todo lo que quiero y necesito es abrazar a mi familia.

Carmen Díaz. Barri de Pomar, Badalona

Un recuerdo de la Pandemia

Hoy, primer día que salgo de casa a andar con mi hija, después 75 días, sin poder salir por la pandemia del corona virus, desde que nos confinaron. Al principio, lo pasé mal, porque encontraba a faltar mucho a mis hijos y nietos, y también mis actividades. La primera semana fue horrible, todo el día sola entre cuatro paredes, sin hablar con nadie y la noche. Mis hijos me preguntaban que cómo estaba.

Todos los días me llamaban por teléfono mañana y noche. Siempre pendientes de mí. Me mentalicé, para hacer cosas como andar por la casa, bailar, escribir, leer, oír música, así mis hijos no notarían que yo estaba triste y no padecían tanto. Porque cuando estás sola encerrada entre cuatro paredes, es muy triste la vida. Me he acostumbrado a la compañía, ya que siempre venían a comer y muchas noches se quedaban a dormir mis nietos pequeños y todo eso lo encontrado a faltar.

Desde que falleció mi marido y mi madre, en dos meses los perdí, no han faltado nunca en venir a verme mis hijos y nietos, que es lo mejor que tengo. En esta vida doy gracias a Dios por todo lo que tengo, sin ellos yo no sería nadie, lo agradezco de todo corazón. Mi hija pequeña, como vive cerca, cada día me traía la compra.

Estoy orgullosa de tener tres hijos maravillosos y muy buenos, y seis nietos. ¡Gracias por todo lo bueno que he tenido, mil veces gracias!

## Dolores Esquinas. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida

### Mi lado más humano y solidario

Para muchas mujeres lo peor de este confinamiento ha sido no poder abrazar a sus hijos/as y nietos/as, incluida yo. Las primeras semanas fueron muy tristes, solamente manteníamos contacto telefónico de vez en cuando, hasta que un buen día a uno de mis hijos se le ocurrió hacer una videollamada, por aquel entonces, no sabía ni que existían. Fue una gran alegría, nos podíamos ver y abrazar virtualmente. A partir de ese momento, fuimos haciendo videollamadas con más familiares.

Concretamente en mi caso, los primeros meses que estuve encerrada fueron horribles, tenía la sensación que me ahogaba, ya que estaba acostumbrada a ir cada día al gimnasio, salir con mis amigas..., todo se hizo una montaña; así que ocupé mi tiempo con manualidades. Un día en Lleida TV, la directora de una residencia de ancianos comentó que no tenían mascarillas y yo, que ya había confeccionado algunas para los vecinos y familiares, decidí colaborar y hacerles algunas. Los residentes estuvieron muy agradecidos y a mí me sirvió para distraerme, ocupar mucho tiempo y sentirme útil.

Además, mi hijo, que es sanitario y trabaja en las ambulancias, también me pidió que les hiciera gorros para él y sus compañeros. Por lo tanto, esta pandemia ha sacado mi lado más solidario y el de muchas otras personas, que han colaborado con otras causas.

A partir de septiembre, la cosa cambió un poco, por WhatsApp nos pusimos en contacto con un grupo de amigas del gimnasio y decidimos ir a andar cada día, momento que aprovechamos para ponernos al día y socializar.

Por lo tanto, solo puedo decir: ¡Viva las nuevas tecnologías! Que me han permitido estar en contacto con mis familiares y amigas/os. ¡Como dice el refrán no hay mal que por bien no venga!

Teresa Gili. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida

Una experiencia única, en una época convulsa

Mi experiencia como mujer y discapacitada física en el confinamiento que nos ha tocado vivir por desgracia a todos los españoles, ha sido, aunque parezca extraño, positiva a la vez que inquietante. Para mí, todos los días eran iguales de la cama a la butaca, después del aseo y por la noche, lo mismo pero al revés. Una vida parecida a la de millones de españoles, con la diferencia de que yo dependo desde que me levanto hasta que me acuesto de los demás.

Tuve la suerte de tener además de mi marido y mi gato, la compañía de mi hermana, prácticamente toda la cuarentena. Con la tranquilidad que esto conlleva de saberse acompañada y protegida, cosa que no tiene precio. Yo carezco de libertad de movimiento porque voy en silla de ruedas eléctrica desde el 2005 y aunque hasta antes del confinamiento iba a mis actividades de forma autónoma en mi casa, dependo totalmente de los demás. Como yo carezco de libertad de movimiento, mi mayor preocupación es pensar que algún día pueda faltarme esta ayuda física que me garantizan los demás y que me dejaría en total indefensión.

Las personas no valoran poder tener todas las necesidades físicas cubiertas sin depender de nadie. Para mí es una experiencia angustiosa, cuando yo no necesitaba el ejército de señoras como necesito ahora física y económicamente era todo muy diferente; no tenía la angustia que tengo ahora pendiente de si nos confinan otra vez, de que me falte la atención física que necesito. Para que os hagáis una idea, en realidad soy como un bebé, necesito ayuda para todas mis necesidades dirías.

Con eso quiero decir que, señoras y señores, la libertad de movimientos es algo muy valioso, que como forma parte de lo cotidiano de la vida, no le damos la importancia que se merece, así que valórenla mucho. Muchas gracias por dedicarme su tiempo.

Asunción Giménez. Barri de Fontajau, Girona

Soy una mujer mayor

Soy una mujer, tengo ochenta y seis años y como pueden imaginar he vivido malas épocas y situaciones muy difíciles, pero la peor creo que ha sido la pandemia. Las mujeres lo han pasado muy mal, sobre todo las que tenían que aguantar maltratadores, que con la excusa del confinamiento ellos hacían lo que querían ocupándose de la economía familiar mientras la mujer estaba aislada.

Otra de las consecuencias de la pandemia han sido las restricciones que nos han cambiado la vida. Antes de la entrada de los virus podíamos entrar en los bancos a gestionar cosas o cobrar algo, ahora parece que se va a pedir una limosna, nos hacen esperar en la calle haga frío o calor.

Ya se puede entrar en todos los sitios, menos en los bancos. Me gustaría saber por qué.

## Puri Gol. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida

### Som una pinya

Encara recordo aquell dia 13 de març del 2020, quan ens van comunicar que durant uns quants dies no podríem tornar al Punt Òmnia a causa de la COVID-19, temps que finalment es va convertir en mesos.

Al principi, teníem l'esperança que aviat tot tornaria a ser com abans i reprendríem les activitats amb les companyes i companys del Punt. Però a mesura que avançaven els dies aquesta idea anava perdent força. Fins que un dia, em va trucar la Maite i em va proposar fer classes en línia, li vaig dir que sí, però no pensava pas que em pogués connectar. Ens va explicar com fer-ho i al cap d'uns dies, ja ens veiem a través de la pantalla. Mai hauria imaginat que poguéssim fer tantes coses: informàtica, memòria, català, anglès, activitats per a les celebracions, el grup de dones... Evidentment, em vaig apuntar a tot, visc sola i sol podia veure a les filles i els nets per videoconferència i aquestes activitats m'alegraven el dia, funcionaven com a teràpia, sentia el caliu especial que es respira a l'Òmnia.

Una de les meves activitats preferides era quan connectàvem amb el grup de dones, amb qui vam socialitzar, compartir experiències i preparar activitats conjuntes de tota mena: Sant Jordi, Sant Anastasi, Setmana Santa, El no aplec del caragol... espremiem al màxim la nostra imaginació.

També recordo, que hi havia companyes que no disposaven d'ordinador i cada setmana els fèiem una videotrucada per mòbil per donar ànims; la veritat, ho agraïen molt i els ajudava a desconnectar. Gràcies a aquestes estones, el confinament va ser entretingut i ple d'anècdotes. I ara, veient-ho amb el temps, puc dir que estic orgullosa del grup de dones que hem format, som una pinya i ens fem costat, VISCA!

Anna Grau. Barri de Fontajau, Girona

A l'Ona, la Mariona, sempre l'he tinguda al cap. Som veïns de replà i anem al mateix col·legi, de fet també anem a la mateixa classe, però jo mai havia parlat amb ella.

Soc l'Enric, tinc dotze anys i estic enamorat. Des de ben petits ens trobàvem a la fleca del costat de casa, a la classe jo la mirava, ho tenia fàcil perquè sempre s'ha assegut a les files del davant, i jo, des del darrere l'observo com riu amb les amigues, com contesta a la professora, com s'aparta el cabell de la cara per escriure. A vegades no està molt atenta al que diu la professora i mira amb aire somiador cap a la finestra.

Bé doncs, la meua vida va canviar el dia que ens varen dir que l'endemà no havíem d'anar a l'escola. Vaig passar el dia entretingut amb el meu germà, juguen a la play, mengen crispetes mentre miràvem una pel·lícula. Jo volia sortir a jugar a la plaça del davant de casa, però els pares ens van dir que no podíem sortir, però que a les 8 del vespre podríem sortir al balcó i veure els nostres veïns: "Hola" vaig sentir, tu vas a la meua classe, oi? "Hola, Ona", jo vermell com una poma, "sí, soc l'Enric". Ara doncs resulta que se'n recorda de mi! Has vist que al carrer no hi ha ningú? Sembla que trigarem uns dies a poder anar a l'escola. Tornaràs a sortir demà al balcó? Sí, sí (això no m'ho perdo).

I així va ser, sortíem al balcó i parlàvem de l'escola, dels nostres amics, del que faríem quan poguéssim sortir un altre cop al carrer. Sé que era molt greu el que estava passant, ho havíem parlat amb els pares i sembla que hi havia molta gent malalta. No ens deixaven sortir perquè no emmalaltíssim nosaltres, però per a mi, aquell temps en va servir per veure i parlar amb l'Ona. Cada dia estàvem més units, sortíem al balcó quan ningú se'n donava i ens donàvem les mans, a dures penes arribàvem. I un dia fins i tot ens vàrem escapolir al replà i li vaig robar un petó. Per a i, el confinament m'ha obert les portes a l'Amor de la meua vida.

Marisol Lagares. Barri de Vilaroja, Girona

Soy una mujer mayor, tengo setenta y siete años y esto del COVID para mí fue algo que me pareció una cosa espantosa. Aunque ha sido más espantosa todavía.

Mis hijos me decían que no saliera a la calle, que ellos me traerían todo lo que yo necesitara, como las cosas del supermercado y los medicamentos, y ellos seguirían llamando todos los días para que no me sintiera tan sola, pero que no saliera. Así me pasé todo el confinamiento: mirando la televisión y escuchando las noticias que cada día eran peores, pues en los hospitales todos los días morían más personas, la mayoría mayores como yo. Los médicos y las enfermeras trabajaban sin descanso y estaban agotados sin apenas dormir.

Los camioneros juntaban un día con otro para abastecer los mercados. Así que yo no sé qué me figuraba, qué pasaba en la calle. Tenía mucho miedo sin saber en verdad a qué. Perdí el sueño, y al pasar tantas horas sola, sin hablar con nadie, había días que no sabía si era domingo u otro día de la semana, pues tenía perdida la noción del tiempo. Para mí fueron tres meses muy largos hasta que, por fin, gracias a las videollamadas pude verme con mis hijos y nietos. También diré que, a pesar de lo malo del COVID, me ha servido para aprender a usar el móvil.

El primer día que salí a la calle estaba intranquila, pues las calles estaban casi desiertas. Apenas éramos cuatro o cinco personas, juro que me costaba respirar y no era por la mascarilla.

Era algo que no puedo explicar. Parecía que con la vacuna todo empezaba a mejorar y, sin embargo, todavía nos queda un largo camino para recuperar nuestra querida normalidad.

Katy Millera. Barri de Montserrat, Terrassa

Mi experiencia con el COVID

Os voy a contar mi experiencia del COVID-19. Fue un día al llegar de las vacaciones de pasar 10 días en Málaga. Y al regresar a mi ciudad, mis vecinos iban con mascarilla. Fuimos a comprar y no encontramos los productos básicos, estaban las estanterías vacías.

Mi marido cogió el COVID-19 y los hospitales estaban colapsados, y paso 4 días en casa con Paracetamol. Fue horrible, no se podía ir al hospital y las calles estaban desiertas.

Al pasar 4 días en casa se puso peor, llamé a la ambulancia, lo llevaron al hospital, estuvo dos días. Como no tenían oxígeno lo trasladaron al hospital de la diagonal donde estuvo diez días y falleció. Sin poder ir a visitarlo, ni salir a la calle a comprar para no contagiarme.

Me traían la comida unos amigos, mi familia estaba en otro municipio. Y no nos podíamos mover con la familia y amigos. Nos hacíamos las llamadas con videollamadas. En estos momentos sabes quién son tus amigos. Cogí un miedo que cuando salía a la calle me zumbaban los oídos, una sensación de pánico.

Han pasado dos años, ahora estoy mejor. La pandemia está en nosotros y todavía no sabemos cómo se irá.

Carmen Nieto. Barri de Pomar, Badalona

Badalona 12 de mayo 2035

Mi querida amiga Teresa, recibí tu carta con gran alegría. Cuánto tiempo sin verte, desde antes del confinamiento. Me preguntas ¿cómo lo superé? Te lo cuento: Me confiné el día 13 de marzo del 2020, los dos primeros días lo pasé con mucho miedo, como tú sabes, vivía en una calle que era la principal para ir al hospital Can Ruti y no paraban de pasar ambulancias con sus sirenas ensordecedoras y esto me hacía entrar en pánico, pero se me pasó.

Empecé a caminar por la azotea cada día, como soy tan madrugadora no molestaba a nadie y gracias a Internet estaba muy bien comunicada con todos los grupos que alternaba, uno de ellos el de escritura, nuestra profesora nos incitaba a escribir historias y así mi mente volaba. También me distraía creando feos muñecos con cajas de cartón, dibujaba y por las noches me escapaba a través de mis sueños todos muy variados, pero siempre acababa pérdida por ciudades o campos. Huía de la televisión, pues machacaban continuamente con el dichoso virus, solo escuchaba la información que daba un señor virólogo, se llamaba Fernando Simón, una cosa es estar bien informada y otra intoxicada.

Así lo pasaba Teresa, día tras día, semanas que se convirtieron en meses. Había gente que no hacía ningún caso, poniendo a toda la población en riesgo, eso hoy no puede pasar gracias al microchip que nos pusieron a toda la humanidad en 2025 como tú sabes. En mi residencia se está muy bien, solo trabajan cuatro humanos, el resto son robots. A mí me gusta, pues no contagian y el corona de este otoño va a ser muy malo, el COVID 37.

Cuídate, Teresa, me despido y no tardes en escribirme querida amiga. Echaré esta carta en el dron de las cuatro y cuarto, para que te llegue mañana.

Oliva Páez. Barri de Ripoll 60, Ripoll

Mi pequeño homenaje

Nunca pensamos que nos llegaría un virus con dos nombres, coronavirus y COVID-19, y se haría el dueño del mundo. Un virus que entró en nuestras vidas para quedarse tiempo, obligándonos a todos a estar en nuestras casas confinados. En estos días he sentido una sensación de silencio, como si la tierra estuviera enfadada y necesitara descansar de tanto ajetreo de la vida.

Ha sido cuando nos hemos dado cuenta de todo lo que hemos vivido estos años de libertad, sin miedos de estar con nuestros seres queridos y de otras muchas cosas. Es como si nos hubieran cortado nuestras alas y no poder volar como pájaros, sembrando tristeza y dolor en muchas familias. Los niños no entienden que no pueden ver a sus abuelos, que tanto quieren. Pero de lo que estoy segura es que siempre los recordaran y guardarán en su corazón.

Como me pasó a mí en la infancia, estos recuerdos han sido mis compañeros de viaje en mi vida. Tengo 76 años y con trece años ya habían muerto mis abuelos y mis padres y sé lo mucho que lo he echado en falta a todos. Así que este relato lo dedico a todas las madres y padres, de una generación que aun teniendo pocos estudios y recursos y pasando muchas dificultades en sus vidas, formaron una familia, nacieron los hijos y los criaron y les enseñaron los valores de la vida y respeto a los mayores.

Ha sido una generación muy luchadora y trabajadora, cuidando de los hijos, de sus nietos, muchos también cuidando a los padres. Pero llegó este virus maldito y cruel, llevándose a nuestros mayores solos, sin poderlos acompañar ni cogerles sus manos, para que sintieran ese calor familiar y todo el cariño que ellos habían sembrado.

Josefa Rosales. Barri de Fontajau, Girona

La mujer siempre es la más valiente cuando hay que enfrentarse a los problemas de la vida. La pandemia ha sido un problema muy grande para todo el mundo, ya que a causa del virus llamado COVID han muerto muchas personas, sobre todo personas mayores.

La mujer ha tenido un papel muy importante como tener que cuidar de los niños y sin poder salir a la calle todos los días, o aquellas mujeres que han tenido que convivir con sus maltratadores tanto tiempo juntos.

La pandemia ha traído unas normas de vida y tendremos que aprender a vivir con ellas. Por ejemplo, llevar casi siempre la mascarilla para entrar en espacios cerrados o pedir cita previa para ir al médico o a cualquier clase de administración.

También ha dejado mucha gente sin trabajo y sin recursos que no tienen ni para comer. Pero como siempre cosas malas y buenas, pues para la ciencia ha ido muy bien porque se ha demostrado que cuando los científicos y la ciencia van de la mano suele hacer cosas estupendas, así lo han demostrado con la vacuna del COVID sacándola en menos de un año y que han salvado tantas vidas en todo el mundo.

Este año el premio princesa de Asturias se lo han dado a la ciencia por la vacuna del COVID y la premiada ha sido una mujer por su trabajo y sabiduría.

Mònica Ruano. Barri de Bufalà, Badalona

### Un trocico de mi pasado

Para mí, al igual que para la mayoría de las personas, me cogió por sorpresa el confinamiento, muchos cambios y un despido por parte de la ETT en la que trabajaba. Aunque el susto me duró poco porque a los cinco días me volvieron a readmitir.

El hecho de no poder salir de casa y el tener que teletrabajar me supuso un aumento de peso y tres tallas más de ropa. Aparte, mi relación con el que era mi pareja de entonces finalizó, dejándome con una carga familiar bastante elevada y poco salario. Por suerte, más adelante conocí al que es ahora mi pareja y por muchos años espero.

Volviendo al tema de mi expareja, al cual llamaremos M.A., al principio nos ganó a las dos, a mi hija, que entonces tenía 5 años y a mí. Nos trataba muy bien, teníamos los mismos sueños de ser padres, básicamente teníamos planes similares.

Al paso del tiempo, me fui dando cuenta que todo era puro teatro y que sus expectativas y comportamientos habían cambiado, me hacía sentir como una basura, manipulándome a su antojo. Lo malo de estas relaciones es que no te das cuenta de lo que hay hasta que no sales de ahí.

Sufrí abusos psicológicos por parte de M.A., vivía en una cárcel con miedo a todo, a qué cocinar para no recibir burlas y gritos, al tener que comer sin ver la televisión, por miedo a ensuciar el suelo, etc. Me tenía bajo sus amenazas y sabía cómo manipularme y hacerme sentir como alguien que no valía para nada, ni como persona, ni mucho menos como mujer.

Por suerte puede salir de todo aquello, formando parte de mi pasado y poder vivir como realmente me merezco, siendo feliz.

Encarna Toral. Barri de Fontajau, Girona

Durante el coronavirus estamos todos muy asustados. No sabemos lo que va a pasar y de momento nos tienen en casa encerrados como prisioneros. Al final no moriremos de coronavirus, pero moriremos de depresión, de estar encerrados en casa, de no tener a nadie para hablar ni familia ni conocidos.

Esto es un caos, esto es una mierda mundial. En algún momento he pensado que puedo morir de una depresión, y mucha gente como yo. No se puede poner la tele ni la radio, todos hablan de lo mismo. Estamos cansados de oír siempre lo mismo, se me hace muy pesado y no saber qué hacer te cansa y además son muchas horas en casa sola y te aburres y muchos días que no puedes hablar con nadie. Pero siempre hay que tener esperanza y pensar que todo va a ir a mejor. Yo así lo deseo por el bien de todos. Espero que pronto podamos ir a la playa.

## Montserrat Torrent. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida

L'inici del confinament per la pandèmia de la COVID-19 va ser molt dur. En el meu cas, ho vaig viure amb molta inquietud i malestar, perquè com moltes altres famílies tenia dos propers en una residència fora de Lleida, a Montornès del Vallès, el meu pare i el meu germà. Com tots sabem, els familiars al principi estàvem molt mal informats i, tot i que a la residència ens deien que estaven bé, no ens ho acabàvem de creure, per totes les notícies que sortien a les xarxes socials i als informatius.

Les nits eren molt dures, no podia dormir tranquil·la, ja que el fet de no poder-los veure, sentir la seva veu..., em generava incertesa i desconfiança. Com estaven els meus familiars? M'estaven enganxant els responsables de la residència? Estaven contagiats? Estaven ben cuidats? O per al contrari els tenien abandonats, amb un tracte inhumà com s'ha vist a moltes residències... Són preguntes que em feia cada dia i em generaven ansietat.

Però com tota dona faria, no vaig deixar de trucar i insistir perquè em donessin notícies. Finalment, els professionals van pujar fotos a les xarxes socials perquè les poguéssim veure; més endavant van fer videoconferències amb els familiars. Per tant, en el meu cas, puc dir que tot va anar bé i a partir d'aquí vaig estar tranquil·la i per sort, avui els meus familiars estan bé.

D'altra banda, una activitat que em va donar molta vida durant el confinament són les videoconferències amb les companyes del Punt Òmnia; vam fer tallers de receptes de cuina, d'històries de vida, de Sant Jordi, entre altres. Ens donàvem suport i em va ajudar molt a desconnectar amb tot el que passava al món. Així que, llarga vida a l'Òmnia.

## Saturnina Torres. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida

### El grupo de mujeres

Nunca, en mi humilde vida, había visto tanta tristeza y desolación mundial como la generada por el COVID-19.

Las mujeres también nos vimos envueltas en esta situación y tuvimos que reinventarnos para poder sobrevivir y encontrar sentido a un mundo lleno de incertidumbre. En nuestro caso, las mujeres del Òmnia Pius XII - Germanor, nos supimos organizar muy bien, teníamos un espacio durante la semana donde además de explicar nuestras vivencias y sentirnos acompañadas, organizábamos actividades para las festividades como la Semana Santa, Sant Jordi, la fiesta mayor de Lleida. Además de otras actividades de informática como un recetario, juegos de memoria, entre otras. Posteriormente, se invitaba al resto de grupos del Òmnia a participar de ellas y entre todos recopilábamos muchas creaciones.

Sin duda, esta fue la cara bonita del confinamiento, que nos ha hecho valorar más las pequeñas cosas y la suerte que tenemos de poder compartir momentos con nuestros compañeros/as del Òmnia.

Estoy muy orgullosa de formar parte de este grupo de mujeres del Òmnia, ya que somos un grupo muy cohesionado y unido con ganas de hacer muchas cosas y gracias a este espacio muchas mujeres que vivimos solas, nos sentimos acompañadas, es nuestro momento de socialización y reímos: ¡Somos un equipo!

Ahora que ya podemos venir de forma presencial, pero en grupos reducidos y estamos preparando actividades como: salidas, la navidad, la decoración del local, taller de smartphones... Esperemos que pronto podamos ser todo el grupo; juntas lo pasamos genial y estamos encantadas de la vida con este espacio que tenemos en Òmnia.

Rafi Vargas. Barri de Montserrat, Terrassa

El miedo

Yo escribo lo que pasó un grupo de mujeres del barrio de Montserrat. Nos pusimos de acuerdo que no nos podíamos quedar con miedo, teníamos que ayudar. Mi familia me decía que teníamos mucho riesgo, pero yo decía que con miedo no se puede vivir, hay que tener respeto, pero no miedo.

Los hospitales estaban con mucho miedo porque podía contagiarse, no tenían material y no había suministro. Se empezó a llamar para conseguir bolsas de basura y telas especiales con las que haríamos mascarillas, batas, gorros para donar a hospitales y personas del barrio. La asociación de vecinos fue la impulsora, contactó con empresas y asociaciones y con mucho esfuerzo estuvimos toda la pandemia fabricando materiales de protección.

La fuerza de seis mujeres que con nuestros problemas en su casa, tuvimos la fuerza y el coraje para seguir adelante y poder ayudar a la gente. Gente que no tiene recursos y que venía con un miedo como el que nosotras teníamos. Ese miedo se difuminaba al ver la ayuda que estábamos dando a tantas personas.

No hay nada en el mundo que te dé tanta satisfacción humanamente como persona, que poder ayudar a otros.



*Soc dona i vull*



Eva Vilardell. Habitatges Montseny, Vic  
Guanyadora en la categoria Soc dona i vull

Fa Mil Anys... Vic

Parlar de dones no és una feina gaire fàcil, però sí molt gratificant i dic això perquè jo en soc una d'elles. Aquest escrit no va de la meua persona ni molt menys de la meua vida personal, però sí de totes les dones tant siguin del nord del sud de l'oest o de l'est tenim moltes similituds en vers a la vida passada i actual que ens toca viure.

Fa mil anys que som aquí, mil anys que jo en dic metàfora per què en realitat són segles tants com els nostres companys els homes. Dones que ens alcem en silenci segle rere segle, dècades rere dècades i anys rere anys. Generacions de dones que hem inventat, construït, lluitat, encoratjat, ajudat, estimat...

Val a dir que també hem plorat, ens hem desanimat i amagat, però això ens ha fet més fortes i amb ganes d'anar endavant. Dones que tot i que en segon pla ens han deixat una història magistral i un immens llegat.

Però també, per què no fer una oda a totes aquelles dones que en el silenci i de vegades menyspreu estan al peu del canó. Dones, en definitiva, amb una gran intel·ligència que superen els obstacles que en són molts i molt variats: l'economia, l'educació i la violència de gènere uns dels grans reptes que com a dones ens toca lluitar.

Malgrat tot ens ha tocat viure en un món tan patriarcal que ens costarà, però com a dones que som no pararem fins a aconseguir-ho.

Perquè fa mil anys que som aquí.

María Jesús Guerrero. Barri de Montserrat, Terrassa

Menció especial del Jurat

Mis problemas en la adolescencia

Cuando yo tuve diecinueve años fui andrógina y no binaria, me veía con apariencia y unos rasgos masculinos. Me comparaba con otras mujeres que eran como yo, como la Grace Jones o la Annie Lennox. Me comparaba también con la Mariví Romero y la Gloria Fuertes porque eran mujeres que se vestían de hombre y yo quería vestirme de como un varón, pero mi madre no me dejó. Pensaba que una mujer tenía que vestirse de mujer, aunque pareciera un hombre. Me queda la duda sobre si mi padre no hubiera muerto el diecinueve de mayo de mil novecientos ochenta y cinco, hubiera sido más comprensivo conmigo y me hubiera dejado vestirme como un hombre cuando tenía dieciséis, diecisiete o dieciocho años. Era adolescente y pasé por una crisis juvenil de peso porque yo quería presumir y ponerme pantalones vaqueros y pantalones tejanos y pantalones americanos y no podía, me creía que si iba a una escuela de adultos la gente se iba a meter conmigo o que si iba por la calle la gente iba a ponerse a mirarme.

Ahora que ya soy adulta, mayor y madura, ya tengo seguridad y confianza en mí misma, porque veo que mi prójimo y mi semejante me acepta como soy, con mis cosas buenas y mis cosas malas.

Josefa Aguilar. Barri de Bellvitge, L'Hospitalet de Llobregat

Isabel, ¿qué quieres que te cuente? Soy una mujer tímida, llena de complejos, me considero feminista y quiero convertirme en una mujer valiente e inteligente. Estos días con la guerra no tengo ganas de escribir con la que está liando el tío loco ruso. Hija, tú también eres valiente gracias a la buena educación y estudios que he podido ofrecerte.

Carmen Aguilera. Barri d'Arraona, Sabadell

D'un temps

Soy una mujer de 76 años, y como cantaba Raimon, "Vinc d'un temps molt fosc i molt llarg". En el entorno rural donde nací, había muy pocas oportunidades, ni de estudios ni de formación, para tener una vida mejor.

Con 15 años emigré a Catalunya, y aquí encontré a un grupo de personas que creían que una sociedad más justa era posible. Con ellos empecé a ver, que había otra manera de vivir, como mujer y como obrera. Luchábamos para crear conciencia a muchos niveles, en primer lugar, nuestros derechos como trabajadoras. Organizábamos charlas sobre muchos temas: sanidad, sexualidad, relaciones entre chicas y chicos, que en aquella época eran muy restringidas, pero sobre todo formación para la mujer, para romper muchos tabúes como: Libertad para salir con amigas, relacionarnos con los chicos de igual a igual, tener nuestros espacios personales al margen del novio, marido, y padres, la píldora, planificación familiar, etc.

Fue una lucha ardua y dura, pues estábamos en plena dictadura, había que luchar contra instituciones y en contra de madres y otras mujeres jóvenes, que no entendían nuestra postura. Pero no nos rendimos, y al menos logramos que, algunas mujeres no repitiésemos los patrones de nuestras abuelas y madres.

Yo sé que la lucha no ha terminado, y que damos un paso adelante y dos para atrás. Pero al final de mi vida, miro hacia atrás y me siento bien, pensando que viví una época muy especial, donde todo estaba por hacer y allí estuve, con todas aquellas personas, mujeres y hombres que tanta huella dejaron en mí.

## Ventura Bota. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida

### La bota

Desde muy pequeña (nací en 1940), tuve muy claro que no cedería prioridades. Aunque por este motivo lo pasé muy mal y tuve que mentir. En aquella época era todo muy difícil, recién terminada la Guerra Civil, era un empezar casi todo desde cero. Con este panorama y a escondidas de mis padres, que no les parecía bien que hiciera deporte una mujer, jugué a baloncesto durante 9 años y en 1962, en Guadalajara, quedamos campeonas de España de 2ª categoría.

Pero no fue tarea fácil, para ir a los entrenamientos de mi equipo, el Antorcha S.F., mentía a mis padres y les decía que iba a coser, hasta que un día mi padre se presentó en les Borges Blanques a ver un partido y de repente oí: "Molt bé, Bota". Me quedé pasmada. Resulta que se enteró por la radio que jugaba a baloncesto y lo había mantenido en silencio, hasta ese momento. A partir de entonces, a mis padres les pareció bien que jugara a baloncesto y pude seguir con mis entrenamientos y competiciones; hasta que me casé con 25 años y tuve que hacerme cargo de las tareas domésticas, obviamente, a mí no me dejaban trabajar fuera de casa.

A lo largo de los años, nacieron mis cinco hijos y mi matrimonio fue cada vez a menos hasta que nos separamos; a mi marido le gustaba salir mucho y se desentendía de su familia. Considero que fui avanzada a mi época, porque hice cosas que en aquel tiempo no se les permitía a muchas mujeres. Es por eso, que he educado a mis hijos e hijas, sin diferencias entre ambos, para que sean felices y para que hagan aquello que quieran.

En las páginas centrales veréis una fotografía del periódico de mis tiempos de jugadora.

Juana Calero. Barri de Fontajau, Girona

Soy mujer, y quiero expresar un recuerdo que tengo y decir lo que pienso:

Cuando yo me criaba era muy observadora, desde que tengo uso de razón, cuando había un nacimiento en una casa y era el primer hijo y era varón les hacía mucha ilusión, en cambio, si era una niña no parecían tan contentos. Con el tiempo empecé a pensar y ver que el hombre era el favorito en todo.

Decían “esto es para tu hermano, límpiale los zapatos, pláñchale la camisa”. Yo me revelaba con el pensamiento porque no se podía ni rechistar, porque si decías algo te decían “tú te callas”.

Pero estoy muy contenta porque Dios me ha dado vida y a mis 79 años veo, que los hombres de hoy compran, crían a medias a los hijos, ayudan con las tareas de casa, trabaja el hombre y la mujer. Para mí vale, pienso que es más de lo que yo esperaba. Pienso que cuando se nace no hay diferencia, todos somos iguales. Aunque destacaría, el pensamiento de una mujer.

Luchemos por la igualdad y mucha salud para todas. Seguiremos luchando iguales, hombres y mujeres.

Nuri Calero. Barri de Fontajau, Girona

Les dones a l'Afganistan

Són dones? Són súbdites, esclaves, sotmeses. Són tristeses. Resumint, no són res. Les converteixen en objectes que només serviran per reproduir i per servir a casa sota la tutela de l'home.

Futur? Cap, a partir dels dotze anys els hi prenen la vida, perquè avui en dia tots sabem que sense l'oportunitat d'estudiar no seran res. Retrocés de vint anys enrere, en tot el que havien aconseguit.

Què li passa al món?

Ens emplenem la boca dient que al món les injustícies s'estan acabant, que no hi ha diferències, que tots som iguals. Mentida! A on és la solidaritat envers aquelles dones que no tenen infància, que no tenen pubertat, que no tenen joventut, i, el més important, que no tenen cap futur dins d'un món masclista com el seu.

El més penós de tot és que això no passa només a l'Afganistan com diu el títol del meu relat, sinó que és la pràctica comuna a molts altres llocs del món, com a l'Àfrica, l'Índia, o molts racons de la Xina sobretot en el món rural. La diferència és que en aquests llocs al masclisme dels homes s'ha d'afegir la precarietat econòmica, en canvi, a l'Afganistan passa perquè els homes són masclistes i emparats amb les seves creences religioses sotmeten les dones deixant-les sense voluntat, sense vida.

I acabo dient: governs, homes i dones del "primer món", no es pot fer res?

Rosa Cardona. Barri de Vilaroja, Girona

Las mujeres somos la mitad de la población mundial y tenemos los mismos derechos que los hombres.

Tenemos derecho a no sufrir discriminación ni violencia por el hecho de haber nacido mujer.

Tenemos derecho a no ser maltratadas ni asesinadas por nuestras parejas o exparejas, a no vivir con el miedo constante a ser agredidas sexualmente.

A no ser discriminadas en el trabajo ni en el acceso a los recursos económicos.

También tenemos derecho a expresarnos libremente, a hablar alto y reclamar nuestros derechos sin miedo a ser encarceladas, perseguidas o asesinadas por ello.

Estos derechos que son nuestros desgraciadamente, no siempre se cumplen.

Yo sí diferenciaría, por eso, el pensamiento de una mujer.

Luchemos por la igualdad y mucha salud para todos, y seguiremos luchando iguales hombres y mujeres.

Dolores de la Torre. Barri de Torreforta, Tarragona

Mujer.

Mujer que ya naces del dolor de una madre al parir.

Mujer que serás hija, hermana, esposa y madre.

Mujer que depende de donde nazcas, tal vez ya seas esclava.

Mujer que puedes ir a la guerra, escribir libros, descubrir virus y curar enfermos.

Mujer que puedes morir por defender tus derechos, que te pegan, violan y matan por puro placer.

Mujer que subes unos hijos, una familia, a veces sin ningún recurso.

Qué grande eres mujer que sabes vivir y morir por tu familia, que te quitas el pan para otros, que nunca descasas y sigues y sigues sin parar hasta ver a tus hijos hacerse mayores, a tus padres envejecer y sufres y lloras por los que se van y ya no verás.

Llevas toda una casa, haces los deberes con tus hijos, cuidas tu hogar y es como si no hicieras nada, no estás valorada.

Te haces mayor, ya no recuerdas nada, te duele todo el cuerpo y el alma, tienes el corazón roto de tantas cosas pasadas, de tanto sufrimiento.

Rosa Franco. Barri de Fontajau, Girona

Descúbrete

Me llamo Elisa y soy una mujer extrovertida. Me considero sociable, simpática y una persona peculiar. Cada mañana: me miro...

En el espejo y lo que veo en mi reflejo no me satisface. El reflejo me engaña y no me enseña quién soy verdaderamente.

Mi cuerpo cambió. El paso de los años ha hecho mella en él. La moda nos impone que, si no utilizas una 34, 36, XXS, estás fuera del canon.

Tenemos o debemos aprender a vivir sin complejos. Tenemos que aceptar las canas con naturalidad. Como si un copo de nieve se hubiera quedado atrapado en nuestro flequillo y tenemos un mechón. Tenemos que aceptar alguna arruguilla en el párpado que nos hace más interesantes. Tenemos que aceptar que no estamos obligadas a ser unas "60, 90, 60".

Conozco un dicho que dice "estamos en la edad perfecta", como un vino en su mejor cosecha. No nos dejemos llevar por los cuchicheos y habladurías de la gente.

Cantemos la canción de Alaska:

“¿A quién le importa lo que yo haga?

¿A quién lo que yo diga?

Yo soy así, y así seguiré,

nunca cambiaré”.

Mujer, siéntete bella, tanto por dentro como por fuera.

Teresa Gil. Barri de Sant Llorenç, Terrassa

Jo, dona, us dic que aquest relat breu és fruit de la interacció de l'intel·lecte i la imaginació i que la versemblança amb la realitat és pura coincidència.

Protagonistes: les dones, les quals deixen ben palès que la unió fa la força i que una bona estratègia és més efectiva que les discussions i disquisicions.

Tot transcorre en un petit poblet encisador, el nom del qual no recordo. Són 85 veïns; 50 homes, 20 dones i 15 infants.

Meravellós si no fos per l'alcalde, home mal encarat, groller, poca-solta i amb idees de Perogrull. L'última llei que decretà fou que les dones només podien utilitzar 1001 paraules durant els 365 dies de l'any, però els hi deixava que guardessin una paraula per l'últim dia. Com podeu endevinar era misogin fins a la medul·la.

Les dones tenien sempre un posat trist i murri. Tant que els hi costà aconseguir el dret al vot, i ara, un ximplet els hi negava la lliure expressió.

El 31 de desembre, "Diada de l'última Paraula", la plaça era plena de gom a gom. L'expectació era majúscula. La portaveu del col·lectiu de dones, ben fort i clar digué la seva darrera paraula, seguida per cadascuna de les altres dones: així, les 20 dones varen emprar cadascuna la seva última paraula.

A l'endemà hi havia alcaldessa, i al ple de l'ajuntament tot eren dones assenyades que treballarien per i per al poble.



La IV Jornada SÈFORA i el lliurament de premis va tenir lloc a la Casa del Mar de Barcelona, l'1 de juliol de 2022. A la fotografia inferior, tècniques i tècnics de la FAVIBC.





Esriptores participants al concurs de relats breus. A la fotografia inferior, l'equip Antorcha SF, pàg 43.



Antonia González. Barri de Montserrat, Terrassa

El hecho de nacer en una familia como única hija y tres varones; en mi época (1975 al 1985) como mujer siempre tenía que ayudar a mi madre a hacer todas las tareas de casa, ya que mis hermanos, como hombres, no podían hacer esas tareas, pues estaba muy mal visto. El hombre estaba educado para trabajar fuera de casa, y no hacer nada de las tareas del hogar.

Nosotras siempre lo hacíamos todo, yo siempre me quejaba por qué ellos no se hacían ni su cama, ni recogían ni el baño cuando se duchaban y mi madre me decía que no, que eso era faena de mujeres, era lo que le habían enseñado a ella también.

Por suerte, esa mentalidad ha ido cambiando con el paso del tiempo y al hombre, se le va educando también para que sepa hacer las tareas del hogar.

Y ha sido la incorporación de la mujer al mundo laboral lo que ha hecho que el hombre haga las tareas del hogar igual que la mujer.

Al trabajar la mujer fuera de casa, también le da una independencia económica y eso hace que no esté sometida a él ni dependa económicamente de él.

Isabel González. Barri de Fontajau, Girona

Relato sobre la mujer

Las mujeres trabajamos, mucho. Tenemos mucha responsabilidad y tenemos cuarenta cosas en la cabeza y somos capaces de llevarlas adelante. Siempre pensando en los demás miembros de tu familia que no les falte de nada. Y a veces somos muy acaparadoras, creemos que como nosotras nadie hace las cosas, creemos que todo lo hacemos perfecto. Y muchas veces no es así. La mujer es muy importante en nuestra sociedad.

Hemos ganado muchas cosas porque otras mujeres han luchado mucho para conseguir lo que nosotras tenemos, pero hay que luchar para conseguir la igualdad. Yo creo que nosotras mismas nos contradecemos. No pedimos que nos ayuden. Tenemos que compartir más las faenas. Y no preocuparnos tanto porque los demás no hagan las cosas tan bien como nosotras.

Todo y así, si no fuese por la mujer, la sociedad no sería tan avanzada, pero nos queda mucho camino que avanzar, ésa es mi visión.

Maribel Lara. Barri de Vilaroja, Girona

## La millor vivència de la meua vida

L'embaràs va ser una etapa important per a mi, on vaig experimentar canvis que afavorien al desenvolupament del meu fill; l'embaràs comença en la unió de l'espermatozoide i l'òvul. El primer mes de l'embaràs és fonamental. És el moment dels primers passos, de les decisions. Conèixer amb el que ocorre en el teu interior, ja no em va visitar "la tieta mensual" i els pits em van créixer discretament. El cos em va canviar. No hi ha felicitat més gran en el món que descobrir que el bebè que buscava venia en camí. La sensació en descobrir que estava embarassada, l'alegria de saber que una nova vida comença a créixer dins meu, aquest èxtasi en conèixer la notícia... Tots aquests sentiments no són equiparables a cap altre en el món. Des d'aquell mateix moment vaig sentir l'amor més profund i veritable perquè malgrat que encara no li veies la cara ja l'estimava amb bogeria.

Durant els nou mesos d'embaràs vaig experimentar una infinitat d'emocions que desbordaven per cada porus de la meua pell. El vaig estimar a l'instant, i adorar-lo fins i tot abans de conèixer-lo. Us confesso que no podia deixar de pensar en ell ni un sol segon, Imaginava com serien els seus ulls, boca, pèl, el seu cos petitó... Estava desitjant veure'l i l'espera se'm fa veritablement etern. Encara que també confesso que m'encantava sentir-lo dins de mi donant-me aquelles inquietes i agitades puntadetes que ja em demostraven l'entremaliat i jugarer que seria. I sabeu el que més em va agradar? Les seves tombarelles quan estava tranquil·la tombada en el llit.

Després d'una llarga espera, amb vint-i-un dies de retard, arriba el dia, moltes hores de part, però finalment va valer la pena, JA EL TENIA ALS MEUS BRAÇOS! Li he donat tot el meu amor, i sempre ha sigut la meua absoluta prioritat, intentant no fallar-li mai. El desitjava amb tot el meu cor, un miracle caigut del cel. Felç de pensar en la família que formàvem. Sé que no soc la mare perfecta, però ho he intentat, procurant transmetre-li els immensos valors que els meus pares m'havien transmès: generositat, empatia, solidaritat, bondat... Ensenyant-li que la vida no és fàcil, però li vàrem inculcar que amb força i determinació podria contra qualsevol obstacle que li creués en el camí. Vaig ser la millor versió de mi mateixa. Felç quan reia, felç per la seva alegria i tristesa quan plorava, em vaig convertir en superheroïna per a calmar el seu plor. Ara ja sé el que és l'amor de veritat, l'amor pur: és exactament el que sento per ell.

Els anys han anat passant, ha anat creixent, amb les seves roses i espines, es va casar i em va fer àvia de dos nets meravellosos, un nen i una nena que m'ha fet besàvia. La meua reflexió és, que ha valgut la pena néixer, créixer, ser mare, àvia i besàvia, per això dic a boca plena que LA VIDA ÉS BELLA!

Montse López. Barri de Montserrat, Terrassa

Soy mujer trabajadora dentro y fuera de casa, cuando eres joven tienes fuerza para todo: casa, hijos y trabajo. Luego los hijos se hacen mayores y son independientes, se van marchando y vamos teniendo más tiempo para nosotras. Cuando llegó el momento de dejar de trabajar, ¡uy! Yo no sabía qué hacer y tuve que aprender otras cosas, pero a todo nos acostumbramos.

Cuando dejé de trabajar me costó muchísimo y tuve que buscar otra rutina y otras actividades. Sé de otras personas que tienen mucha faena porque tienen nietos que cuidar, pero como yo no tengo estoy más libre.

Ahora estoy aprendiendo en las clases de informática que no sé si yo aprenderé, es difícil para mí, pues nací en otra época y hoy los jóvenes nacen con la tecnología.

Pero aprenderé algo porque hoy es muy necesario, tengo ganas de formarme, aunque me parece tan difícil y me cuesta memorizar. Me dicen que es la edad, pero poco a poco y con práctica y esfuerzo lo conseguiré, en eso confío.

Nelly Portela. Barri de Montserrat, Terrassa

Las diferencias entre los años 1942 al 2022

Ser mujer, consiste en:

1. Ser buena niña
2. Mejor hija
3. Mejor madre

Esto es todo lo que nos han enseñado.

Primero debes saber coser, cocinar, lavar, planchar, limpiar, atender a los niños y esperar a tu cónyuge con la cena pronta. Con los niños durmiendo y tu cambiada de ropa, bien peinada, perfumada y con la mirada dulce, que no se vea el cansancio, todo esto para que no muera el amor. Esto es lo que nos decía mi santa madre.

Ha pasado el tiempo y las ideas han cambiado, gracias a Dios. Hoy en día mi nieta con sus 8 añitos va a un colegio privado por razones laborales de sus padres, aparte de lo que aprende en el colegio, también tiene clases de patinaje sobre ruedas y asiste a clases de natación. Hasta ahí todo bien. Habrán notado las diferencias, ¿verdad?

Pues, visto lo visto y los tiempos que corren, le pedí a mi nuera una sola cosa: que la niña sí o sí debería aprender kárate, por su bien y nuestra tranquilidad. No hace falta decir por qué, ¿verdad?

## Ascensión Punzano. Barri de Ripoll 60, Ripoll

### Mi vida

Soy una señora de 78 años, nací en Pontones de Segura, Jaén.

Éramos 3 hermanas y un hermano. Cuando tenía 14 años me llevaron a trabajar a la aceituna. Me acuerdo que teníamos que caminar 3 horas con mucho frío, así todo el invierno.

Al año siguiente, mis hermanos que vivían en Catalunya, llamaron para que mi madre fuera a Catalunya a trabajar. Me quedé muy triste porque tenía que quedarme con mi padre y mi hermana en el pueblo. Tuve que aprender a cocinar, lavar y a cuidar a mi hermana porque mi padre trabajaba todo el día de paleta y carpintero.

A los 2 años mi madre llamó porque había encontrado un trabajo para los dos en una fábrica, me puse muy contenta de volver a estar todos juntos, me entristecía dejar a parte de mi familia y amigas en el pueblo.

Cuando empecé a trabajar en la fábrica, los primeros días lo pasé muy mal, aunque en seguida hice amigas. A los 2 años de estar en Catalunya conocí a un chico y nos enamoramos, nos casamos y tuvimos 4 hijos, buenos estudiantes y trabajadores.

Siempre hemos estado unidos. Aunque con la crisis los 3 hijos mayores se fueron a trabajar a Costa Rica. Con mi marido fuimos en Navidad a celebrar los 50 años de casados. Al año siguiente tuve que ir yo sola con mis hijos porque mi marido ya no estaba con nosotros y fue muy triste. Fue un gran padre y marido y lo recuerdo siempre.

A causa del virus no puedo ver a mis hijos, nos vemos por el ordenador, y sin mi marido me siento muy sola y un poco triste. Suerte que voy a informática y la profesora me anima mucho, le doy las gracias de todo corazón.

Carme Rigau. Barri de Fontajau, Girona

Qüestió de creences... Home o dona?

ADAM? EVA?

Creure que primer va existir l'home i que a partir d'ell va existir la dona, penso que no deixa de ser una contradicció, i per què penso així? M'explico: qui atorga la vida a l'ésser humà després de nou mesos de gestació és la dona, estarem d'acord en el fet que cal ser fecundada, però la gestació i, per tant, la vida, depèn totalment d'una dona.

Dit això, de veritat, Déu va crear primer l'home o la dona? La història sovint ha estat mal interpretada, per què no seria aquesta una errata més? Si ens centrem en el món de la religió, l'esdeveniment més gran conegut en la història de la cristiandat, l'ha protagonitzat una dona, Maria, en ser mare de Jesús de Natzaret.

Quan el creador de tot l'univers va fer amb tanta perfecció la mare terra, costa pensar que la humanitat no comencés amb la dona com a primer ésser humà. Per coherència hauria de ser així, o no? No deixa de ser un pensament.

Penso, per tant, existeixo.

Mari Nieves Román. Barri de Montserrat, Terrassa

### La importancia de la mujer

Creo que la mujer es muy importante en nuestra sociedad, ya que es luchadora y emprendedora. Y a la vez tiene el don de crear a un ser vivo y gestarlo durante nueve meses. Pasado este periodo de tiempo dará a luz con su valentía. También se dedicará a amamantarlo y criarlo, ser madre es algo extraordinario.

En mi caso, ser madre fue lo más bonito y maravilloso de mi vida, porque sentía una inmensa alegría, mi cuerpo estaba cambiando, podía sentir dentro de mi cuerpo sus movimientos, sus pataditas. El parto fue el momento más duro y delicado, pero merece la pena el esfuerzo cuando ves al bebé entre tus brazos.

Una vez que tienes a tu bebé en casa, te toca cuidarlo, darle de mamar, cambiarle el pañal, bañarlo, vienen las noches sin dormir. Alrededor de los seis meses empieza su periodo con el nacimiento de sus primeros dientes y se ponen irritables. También empiezan sus primeras palabras que suelen ser mamá y papá.

Aun así, no dejaría de ser madre porque es un privilegio maravilloso que tenemos las mujeres.

Presen Soriano. Barri de Montserrat, Terrassa

Quiero olvidar

Soy mujer y quiero poder olvidar el miedo que tantas y tantas mujeres tenemos siempre a personas cercanas y que nos marca para toda la vida.

No puedo olvidar.

Todo en silencio. La noche hace eso, silencio, sombras... y el terror. No puedo respirar, el menor ruido, un crujido en la pared o el vuelo de un mosquito me hace sobresaltar.

¿Vendrá? Ese pensamiento hace que me estremezca.

El malo casi nunca falla, siempre con el mismo sigilo, aparece y yo pienso "calla o estás muerta". Así llevo toda la vida, esforzándome por olvidar, pero cada día en la televisión, la radio o la prensa me lo recuerdan.

Hay tantos casos como el mío, muchas denuncian, yo ya llego tarde, él se fue... pero, yo no puedo recuperar la normalidad.

Isabel Torres. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida

Primero de todo, quiero decir que la mujer es muy importante y sirve para todo. Creo que esta idea va calando cada vez más en la sociedad. Es por eso por lo que hoy en día podemos ver mujeres científicas, doctoras, juezas, militares, campesinas, conductoras..., ocupando altos cargos. Estoy orgullosa porque por el simple hecho de tener esta condición sexual experimentamos muchas sensaciones en nuestro cuerpo y gozamos de una especial sensibilidad. Además, podemos decir que somos supermujeres, ya que en nuestro día a día organizamos y realizamos muchas tareas: hacemos la compra, las tareas domésticas, cocinamos, nos encargamos de la educación de nuestros hijos/as y una larga lista de responsabilidades que nunca acabaría de enumerar.

Y es por todas estas razones que soy mujer y quiero, porque siento que hago lo que tengo que hacer, cosa que me llena y satisface, me siento completa en todos los sentidos. Así pues, resumiendo: soy mujer, madre, trabajadora, abuela, amiga y, además, tengo más responsabilidades y ocupaciones, como muchas otras mujeres. Y manifiesto que quiero seguir luchando por los derechos de la mujer y la igualdad de oportunidades; para cambiar el mundo hacia un horizonte igualitario en todos los aspectos.

Todos tenemos que colaborar, tanto hombres como mujeres, para crear una sociedad más igualitaria en todas las esferas; empezando desde la educación, siguiendo en la vida social y en el trabajo. Solo así lo conseguiremos, ¡UNIDOS!

Montserrat Vidal. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida

La meva gran afició

Em considero una persona afortunada perquè al llarg de la meua vida he pogut fer una de les coses que més m'apassiona: viatjar. Quan tenia quinze anys els meus pares em deixaven anar a Barcelona amb la meua germana, a veure els meus tiets, hi anava amb tren. En aquella època, després de la guerra era estrany veure a noies de la nostra edat, viatjar soles, era un acte heroic.

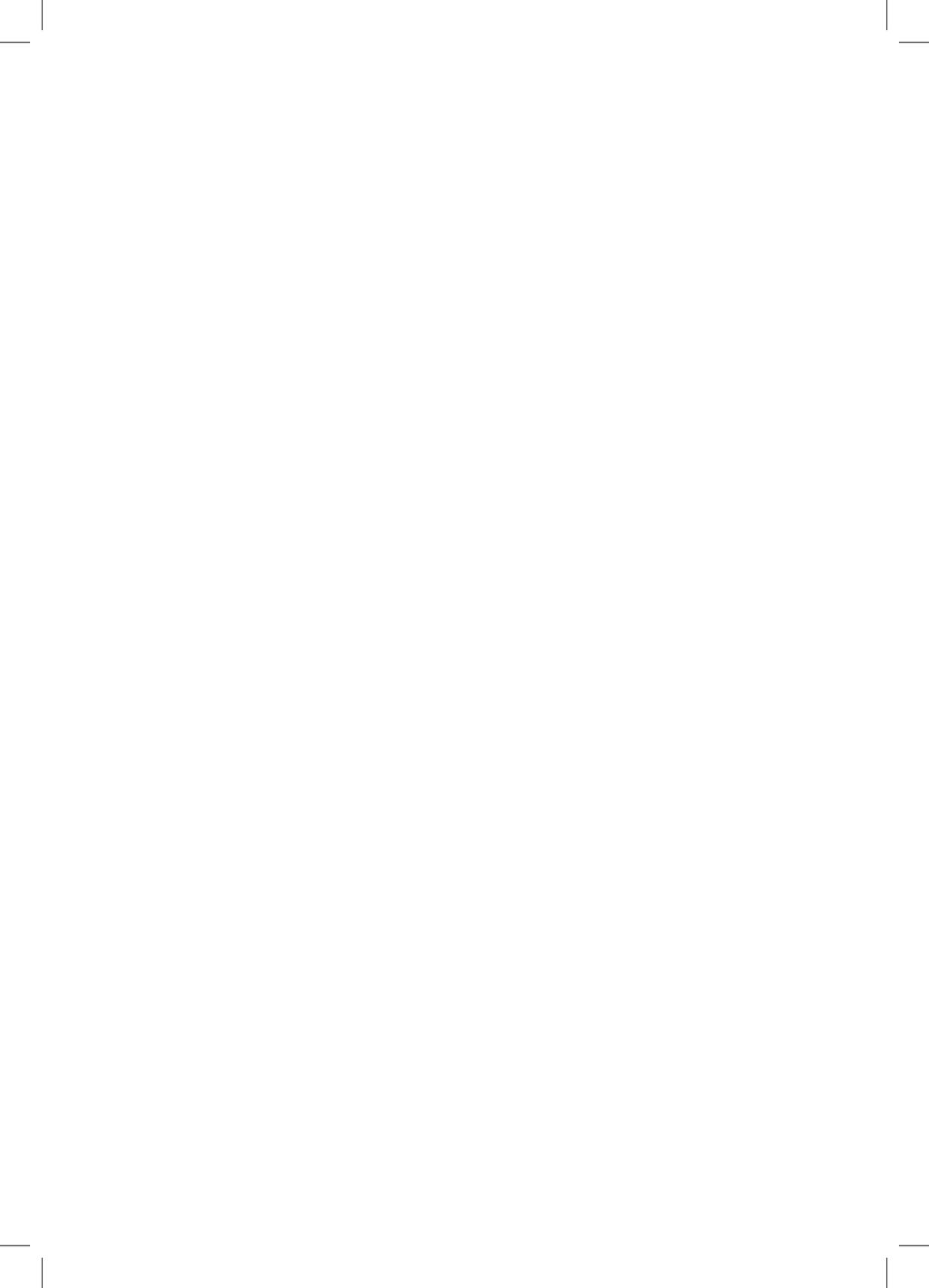
Per això sempre m'he considerat avançada a la meua època. Una altra sortida que em va agradar molt va ser anar a la festa major de Seròs (tenint en compte que el meu pare mai ens deixava anar a les revetlles, pel fet de ser dones). Jo al meu pare no li vaig dir que tenia parella, perquè temia que no l'acceptés, però amb el temps ho va fer, resulta que el coneixia.

Als anys vuitanta vaig començar a treballar en una empresa de venda directa i si aconseguíem objectius, ens donaven regals i així és com vaig començar a viatjar. Els homes ocupaven càrrecs directius en aquesta empresa i les dones érem les empleades. I així és com vaig anar viatjant: Londres, Dinamarca, Suècia... va ser un no parar.

He estat a 35 països diferents, que sempre recordaré. Amb un d'aquests viatges vaig conèixer unes noies de Cervera amb les quals vam assolir un vincle molt fort que ha fet que actualment estiguem molt unides. I va ser fa poc quan vaig realitzar l'últim viatge amb elles.

Per tot això, estic orgullosa de ser dona, perquè vaig trobar aquesta feina, vaig criar als meus fills, em vaig treure el carnet de conduir i he conegut la meua gran afició viatjar, on he conegut moltes de les meves amigues actuals.

*Tema lliure*



Felisa Mesa. L'Hospitalet de Llobregat

Guanyadora en la categoría Tema Lliure

Toda una experiencia, guardapolvos blancos, con mangas largas en invierno y en verano. Cuello redondo, todas blancas como palomas, calcetín corto, sandalias cerradas hechas por el zapatero del pueblo.

Todo era español. Si llovía era una fiesta para nosotras. Nos dejaban ponernos botas katiuskas y podíamos ir a la escuela pisando las regueras, sin que lo supieran las madres o abuelas.

Recuerdo una anécdota en el colegio de una servidora, como se decía antiguamente. Me castigaron por no señalar bien en el mapa el río Miño. Nos dieron una oportunidad para señalarlo de nuevo antes de ir a comer. Me lo sabía y por exceso de timidez no fui capaz de decirlo. Y me dejaron encerrada en el colegio, sin comer, hasta que entraban ellas de nuevo a las tres. Lloré un montón, pero gracias a mis compañeras que eran más veteranas en esos castigos me lo pasé superbién. Fue una experiencia fenomenal, pero nunca volví a repetirlo.

Como todos los veranos: deberes. La espabilada de mí, para tener más tiempo libre, me hinchaba de deberes para terminarlos lo antes posible y poder ir a la era con mi abuelo, que nos montaba en el trillo y en los mulos, y nos llevaba al río a nadar. Pero mi abuela era más lista que yo. Cuando veía que se iban terminando los deberes de los tres meses de vacaciones de verano, me regalaba una gorda libreta para que escribiera lo esencial de lo que había aprendido e hiciera algún dibujo también. ¡Mi ABUELA era una crack!

Nuria Jaimejuan. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida

Menció especial del jurat

Mare coratge, com tantes altres

Quan més feliços érem, el meu marit es va posar malalt, el van haver d'operar d'hèrnia discal, i va estar de baixa cinc anys. En aquells temps, tenia dos fills, un amb 5 anys i la nena amb 6 mesos. Vaig haver de posar-me a treballar del primer que vaig trobar per tal de mantenir a la meva família, primer de peixatera i després vaig muntar un negoci de tintoreria. Vaig tenir sort que la meva mare em cuidava als nens i el meu home tot i la malaltia m'ajudava com podia.

I quan semblava que tot anava bé, el meu home treballava, els meus fills anaven creixent, la meva mare, que era vídua, de cop i volta, va caure malalta. Per això, vaig haver de fer un pensament, vaig tancar la tintoreria i em vaig buscar una feina a mitja jornada per tal de tenir cura d'ella (acompanyar-la al metge, cobrir les seves necessitats bàsiques), al mateix temps que tenia cura dels meus fills i dels meus nets.

La vida m'anava ficant reptes i sense pensar-m'ho ho deixava tot per ajudar a la meva família, costés el que costés. Després de moltes operacions i de la lluita constant ma mare va viure fins als vuitanta-set anys, i va traspasar de vellesa prematura. Van ser vint anys de lluita, però ho tornaria a fer.

Al cap d'uns anys, la vida em tornava a ficar un repte, la meva filla es va divorciar i atès que treballa, actualment l'ajudem en la cura dels fills: portar-los al col·legit, recollir-los i si són malalts anar-los a buscar. Així és la vida, i com moltes de vosaltres he fet i continuo fent de mare coratge. Aquest és un homenatge per a totes nosaltres!

### Autora anónima

Soy una mujer que de mi infancia no tengo malas vivencias. Cuando me casé me vine a Barcelona, yo no había salido nunca del pueblo y me vi aquí sola. Cuando nació mi hija fue lo mejor que me pudo pasar y era muy feliz hasta que nació mi hijo que también me llenó de felicidad, pero nació con un problema.

Yo que había sido una niña muy feliz y protegida por toda mi familia, me vi aquí sola y en Barcelona con un niño con problemas. Tuve que espabilarme y mi vida se convirtió en cuidar a mi hijo con mucho trabajo para que pudiera ser un poco independiente.

Cuando todo estaba ya mejor y era más feliz, a mi marido le dio un infarto y a los 64 años murió. Se llevó mi salud y mi alegría. Al poco tiempo de irse me puse enferma con un mioma y lo pasé muy mal, pero gracias a Dios me hicieron un trasplante de médula y ya estoy bastante mejor.

Así que este es un pequeño trozo de mi vida.

Jesusa Andre. Barri de Santa Eulalia, l'Hospitalet de Llobregat

### Mi historia

Hola, soy una señora de 66 años que vive en L'Hospitalet de Llobregat, Barcelona.

Os explico un poco de mi vida cotidiana. Salgo mucho a caminar. Todos los días hago caminatas largas. Y mi pasión es hacer estiramientos, pilates y yoga. También me gusta ayudar a los demás, sobre todo a las personas necesitadas y dar buenos consejos a quien los necesite.

Soy amable con todo el mundo, soy una persona humilde, sencilla y tengo buen carácter. No me gusta que nadie sufra. Mi deseo es que todo el mundo sea feliz. Deseo todo lo bueno para todo el mundo.

Lucinda Arteaga. Barri de Montserrat, Terrassa

Mujercita

Voy a contar una historia de una niña que conocí por casualidad en un mercadillo. Ella estaba sentada en una acera y me miraba muy fijamente. Me acerqué y le pregunté qué le pasaba y me dijo que tenía mucha hambre porque no había comido nada desde el día anterior. Le compré unos buñuelos y una taza de chocolate y se puso muy contenta, no te imaginas la alegría que se le veía en los ojitos.

Después le pregunté dónde estaban sus padres y con quien llegó a ese lugar y me contestó: mi madre se murió y ahora tengo una madrastra que es muy mala mientras mi padre se va a trabajar, ella me pega y me dice cosas muy feas y me dice que si se lo cuento a mi padre ella me pegará otra vez por eso no se lo digo a mi padre porque tengo mucho miedo en ese momento. Se me hizo un nudo la garganta y la abracé y no pude contener las lágrimas.

Sentía una impotencia muy grande por no poder hacer nada en ese momento porque yo era solo una adolescente y no tenía dónde llevarla para poder ayudar a la niña. Además, no se puede tener un niño menor de edad, está penado por ley. Así que después de explicarle la situación de la niña a la tendera, sé la dejé para que se hiciera cargo de ella y me fui muy triste al no poder ayudar a esa niña tan pequeñita.

Hoy en día siempre me acuerdo de aquella niña, qué fue de su destino, seguro que ya es una persona grande. Ojalá que haya tenido mucha suerte en la vida. Esto fue para mí una gran experiencia de vida y pienso que si la volviera a encontrar no dudaría en poder ayudarla. Espero que hoy en día aquella niña tan tierna sea una mujer muy feliz.

Layla Bahmad. Barri d'Espronceda - Campoamor, Sabadell

Ha sido mi culpa

Música, amigos, baile... Lo que recuerdo de aquella noche. Me entraron ganas de ir al lavabo, así que fui. Recuerdo el tacto de la mano con la que me taparon la boca, y la otra que me empujó de nuevo hacia el lavabo. Un pañuelo húmedo en mi nariz y no recuerdo más. Me incorporo poco a poco y me encuentro en el lavabo completamente desnuda... ¡No puede ser! Acabo de ser víctima de una violación. Ha sido mi culpa, no debería de haber venido. ¿Qué dirá la gente de mí? Ni pensarlo, no voy a denunciar.

Montserrat Bellamor. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida

Ho he aconseguit tot

Soc dona, filla, germana, núvia, esposa, mare, iaia, neta, amiga... Tot això en una sola persona que ha trigat una vida a completar-la.

De ben petita havia de canviar el meu cognom perquè, la canalla és cruel i en feien mofa. També m'havia d'amagar als vestidors perquè em vaig desenvolupar aviat i tenia més pits que la resta de noies i se'n reien. Ho vaig superar quan em van ficar a l'equip de bàsquet i a elles no.

Recordo aquella maleïda monja un dia davant de tota la classe va dir-me: 'd'altres més llestes que tu ho han intentat i no ho han aconseguit'; però la beca va ser per a mi, gràcies a la qual vaig anar a un internat d'una altra ciutat amb dues mil noies de tot el país. Allí vaig descobrir el fet diferencial català i que les basques i les catalanes eren diferents de les altres, envejades per unes i criticades per altres.

Al treballar en un ofici amb poques dones delineants, fou el primer cop que vaig haver de suportar el paternalisme dels meus companys de feina; no em deixaven sortir del despatx. Fins i tot un mig jefe, em va dir: "la mujer y la sartén, en la cocina estén".

Més endavant vaig treballar dins de l'administració i vaig trobar la igualtat entre homes i dones. Mateixa feina, mateix sou.

Ara he pogut criar un fill, superar dos cops una greu malaltia, jubilar-me i gaudir de dues netes. Tot ho he aconseguit gràcies a un company que sempre m'ha respectat i valorat com a dona: treballadora, mare, filla, i àvia.

Diana Ashley Benavides. Barri d'Espronceda - Campoamor, Sabadell

De lo nuclear a lo soviético

Kiev, 26 de abril de 1986, el dolor y horror era insoportable para los habitantes de Pripyat, Chernóbil. Alexia, una niña proveniente de tal ciudad, vivía cerca de la planta nuclear. En aquel 26 de abril de 1986, el reactor cuatro falló y todo el contenido radiactivo (es decir, los residuos) empezaron a caer creando el pie de elefante. Luego, comenzó un incendio por tal brutal accidente. Todos los trabajadores, medio moribundos, ayudaron a apagar el incendio, por lo que murieron de cáncer a causa de la fuerte radiación del lugar.

Alexia en esos momentos estaba jugando con sus amigos Igor, Vadim, y Gohri a pelota y se dieron cuenta tarde: la radiación entró en los pequeños pulmones de los niños, agonizando, doloridos en el suelo, expuestos durante tanto tiempo. Que esos camaradas descansen en paz por aquella lucha.

Laura Cano. Barri d'Espronceda - Campoamor, Sabadell

Mi hija

Mi hija no para de llorar y gritar cada noche. Era una niña alegre, divertida. Ahora siempre está triste. Visito su tumba cada noche y le digo que pare, pero eso no ayuda.

Rosa Carmona. Barri de Bellvitge, l'Hospitalet de Llobregat

Ocurría el año 1940 cuando llegamos a Barcelona mis abuelos, mi tío, mis padres y el resto de la familia. Nuestra vivienda era una barraca, aunque le llamábamos casa, y allí estuvimos todos.

Mi hermana y yo teníamos que caminar un buen trozo para ir al colegio, pero como niñas que éramos no teníamos problemas, eso quedaba para los mayores. Nuestro sueño era estudiar y jugar. Yo con ocho años y mi hermana con seis no teníamos penas, solamente alegrías.

Hasta tener una vivienda fuimos de un sitio para otro. Hasta el año 1954 no tuvimos un lugar decente donde vivir. Hicieron las viviendas en el barrio de Verdún. Fueron años difíciles, los recuerdo con tristeza, pues conocí a personas que después ya no las he visto más, pero sí las recuerdo.

Hoy gracias a Dios vivo en Bellvitge, tengo cinco hijos y cinco nietos. Espero el tiempo que me queda seguir como hasta ahora, con ganas de aprender todo lo que pueda.

Ranya El Hayky y Nahid Aidoun  
Barri d'Espronceda - Campoamor, Sabadell

Una vida diferent

En aquest món n'hi ha milions i milions i milions de persones. Tu en formes part d'aquest món. Ets una petita porció en l'univers. Estàs destinat a viure. Estàs connectat a conèixer una persona. Aquella persona també està connectat amb tu. Pots dir que és coincidència o pots dir que és el destí. Te'l trobes. El coneixes. Sembla que el coneixes bé. Molt bé. Fins al punt de viure junts. Dormiu, mengeu i passeu temps junts. Al llarg del temps sembla ser una altra persona. Que dic, sembla no ser persona. Sembla un fantasma. Un dia et despertes en el psiquiatre i et diuen que estàs malament del cap. No saps de què parlen. Et comenten que fas la teva vida diària amb una persona inexistent. Em faig la pregunta: i si resulta que no estàs destinat a estar amb una persona? Tot sembla molt estrany. Semblava que aquella persona era tan real.

Ana Luiza Ferreira. Barri d'Espronceda - Campoamor,  
Sabadell

Un plato roto

Una noche me fui a dormir, como cualquier otra, me lavé los dientes y me tumbé en la cama tapándome hasta el pecho. Me quité mis gafas y me tumbé, tapándome ahora hasta las orejas, cerré los ojos y sentí como algo se sentaba a mi lado, sentí esa presión en el colchón.

Y de repente, sentí como un plato se cayó en la cocina. Mi cuerpo empezó a temblar, cuando de repente sentí en mi oreja: "shhhhhh, tranquila, yo también lo he oído".

Pilar Galindo. Barri de Santa Eulàlia, l'Hospitalet de Llobregat

He nacido en un cortijo, que le llaman las cabañas que pertenece a Granada. Vengo de una familia de siete hermanos. Mis padres nos daban clase a mis hermanos y a mí conforme fuimos creciendo.

A mis hermanos mayores les pusieron un profesor, que venía tres días a la semana, y a mí me daban clases mis padres. Cuando nos vinimos a Barcelona, me apunté en un colegio de adultos y aquí, en el Gornal, saqué el certificado de estudios primarios.

Mi infancia fue muy divertida porque a mí no me castigaban y siempre me decían que estaba muy bien lo que hacía. Debido a mi situación familiar y por ubicación, cuando era pequeña mis padres hacían trueque. Las materias que intercambiamos eran grano, patatas, verdura... y también había trueque con animales. Aun con estas limitaciones no teníamos nada que envidiar con los niños de la ciudad. Fuimos muy felices con poco.

María Dolores Gallego. L'Hospitalet de Llobregat

Mis abuelos paternos y maternos eran del mismo pueblo: Valdepeñas de Jaén. Ahí se casaron y somos tres hermanos. Mi padre se colocó en la misma empresa que mi abuelo, una central eléctrica, pero al tiempo lo trasladaron a la fábrica de Córdoba. Entonces, mi madre enfermó del corazón. Ella no quería estar allí porque no había colegio, así que pidió traslado y lo mandaron a otra en la provincia de Jaén. Allí sí que había colegio y conseguimos una casa bonita.

Todos estábamos muy contentos, pero a mi madre le dio un infarto y murió en el 1958, con 43 años. Así nos quedamos sin madre y yo tenía 14 años. Pasó el tiempo y conocí a mi marido y él se vino a Barcelona y nos casamos en el 1969. Tenemos dos hijos y dos nietos y fuimos muy felices, pero se puso enfermo y murió en el 2019.

Paqui Herrera. Barri de Montserrat, Terrassa

Mi abuela

Una mujer valiente, trabajadora, cariñosa, una mujer diez. No tuvo una vida fácil, al contrario, muy complicada. Era la mediana de diez hermanos y en aquellos tiempos tan adversos eran bastantes pobres y vivían como podían. Se hace mayor y se casa y otra vez a luchar, madre de siete hijos bastante seguidos. Trabajaba en todo lo que podía, luego vino la guerra y no había comida para tantos como eran. Se iban al campo a espigar, se tenían que esconder de la guardia civil y sufrieron muchas penalidades y hambre. Tampoco tuvo un matrimonio que la hiciera feliz, su marido era bastante especial, estaba en todos los sitios menos en su casa para sacar a sus hijos adelante. Fueron pasando los años, también vinieron algunas enfermedades que fue superando y pudo disfrutar de sus hijos, luego fueron creciendo, se casaron, tuvieron hijos y también pudo disfrutar de sus nietos. Yo fui una de esas nietas que la pude disfrutar; era un tesoro.

Rocío Ibáñez. Barri d'Espronceda - Campoamor, Sabadell

Insoportable

Les inyectaron aquello y desde entonces siguen paralizados, con las pupilas dilatadas, sin poder pronunciar palabra. El dolor es insoportable. Tan solo quedan tres. Nadie sospecha, nadie, nadie los busca.

María del Pilar Linares. Barri de Bellvitge,  
l'Hospitalet de Llobregat

Soy una chica que nací en Puertollano, una infancia bonita, con animales. Somos cinco hermanos. Mi padre trabajó en las minas hasta que en los años setenta las cerraron y tuvimos que venir a Barcelona. Llegamos durante la Navidad de 1973 y a los tres días nos pusimos a trabajar.

Mis dos hermanos y yo estamos en Bellvitge muy bien. Hoy en día ya estoy jubilada y estoy cuidando a mis nietos y a mi madre que tiene 98 años. Soy muy feliz. Cada año vamos al pueblo a ver a la familia. Hago muchas actividades y tengo muchos amigos. Nos sentamos todas a tomar algo cada día y hablamos de todo. Cada una es de un pueblo diferente, pero nos llevamos muy bien. Dos veces por semana practicamos en el centro baile en línea.

Teresa Masip. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida

Trazos de una vida

En el primer momento que la vi supe que la niña alegre y feliz que era, se había convertido en una mujer triste y desesperada. Mis ojos no daban crédito, no podía entender el cambio que había dado; solo al empezar este relato empecé a comprender el porqué.

Todo ocurrió una tarde, cuando en una cafetería vio unos ojos almendrados color miel que la miraban; en ese preciso momento, se dejó transportar al cuento de Las Mil y una Noches y cuando despertó se encontró en las Mil y una Pesadillas.

Nada más casarse con él, se dio cuenta del error que había cometido, la diferencia de costumbres y mentalidad supusieron un cambio total en su vida; de ser una mujer libre pasó a ser su esclava sin derecho a opinar en nada; tuvo que dejar la carrera de enfermería, vestirse como a él le gustaba y si se revelaba era víctima de malos tratos físicos y psíquicos.

Tenía dos hijos a los que amaba y defendía sin descanso por miedo a que se los arrebataran, ya que su marido y su familia se habían conjurado para llevárselos a su país de origen. El amor que sentía por aquel hombre pronto se convirtió en indiferencia, hasta el día que logró separarse de él. Poco a poco, con la ayuda de sus padres, fue encauzando su vida y la de sus hijos. Trabajó en diferentes campos, pero siempre con la valentía y tenacidad de una mujer libre.

Lo que he relatado hoy, es tan solo el prólogo de una vida que conozco. El epílogo todavía no está escrito. Hoy puede decir que es una mujer libre, que finalmente ha encauzado el camino que quería para su vida, con lucha y tesón.

Pilar Moral. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida

## IMAGINA

Parafraseando la famosa y bonita canción de John Lennon «Imagine», voy a imaginar.

Imagino... que la mujer puede libremente elegir no ser madre, sin que se la tilde de ir en contra de su fisiología o naturaleza.

Imagino... que la mujer decide vivir sin pareja sin que ser calificada según estereotipos sexuales.

Imagino... que la mujer puede decidir dedicarse a tiempo completo a su profesión y a luchar para escalar cuotas de poder en su vida laboral sin que los hombres se sientan amenazados.

Imagino... que la mujer puede decidir libremente ser madre en solitario o formar una familia monoparental sin la figura paterna.

Imagino... a la mujer que le gusta su cuerpo y sigue sus propios cánones de belleza sin seguir la tiranía de la moda.

Imagino... a la mujer amándose y respetándose a sí misma, sin necesidad de que alguien la ame o la acepte.

Imagino... a la mujer liberada de los ancestrales tabús sexuales, sabiendo gozar libremente de una sexualidad sana, sin culpa.

Imagino... que precioso sería que esta mujer pudiera compartir todas estas experiencias liberadoras, al lado de un hombre que aprenda y goce a su lado.

Qué bonito es imaginar, seguiré imaginando.

Creo que ésta es la mujer que debería predominar en nuestra sociedad. Una mujer libre, que escoja aquello que quiere ser y hacer, sin que se la juzgue. Que se la valore por igual en todas las esferas de la sociedad. Aún queda camino para conseguirlo, pero yo creo firmemente que este cambio no es una utopía, que será una pronta realidad. ¡Seguiremos luchando para que así sea!

Amalia del Carmen Moreno. Barri de Fontajau, Girona

El viaje

Soy Argentina y nacida en la ciudad de Mar del Plata, la bien llamada y conocida Ciudad Feliz. Casada hace 51 años, tengo dos hijos y dos nietos. Éramos una familia normal y felices hasta que nuestros hijos nos dieron la triste noticia (para nosotros) que se trasladarían a España por unas propuestas de trabajo y mejores condiciones de vida que las que tenían en nuestro país.

¡QUÉ DOLOR! Esto cambió por completo mi vida: navidades, cumpleaños, días de la madre, del padre... Sumado esto a la preocupación de cómo sería su nueva vida en un lugar desconocido y tan lejos de casa.

Tuvimos comunicación diariamente y eso era un alivio, hasta que un día mi hijo soltero nos propuso que viniéramos a visitarlo y la tristeza se convirtió en alegría al llegar aquí y ver lo bien que estaban.

Luego comenzamos a venir cada dos años a visitarlos y un buen día decidimos radicarnos en Girona, España. Fuimos recibidos con los brazos abiertos y aunque extraño la parte de mi familia que está allí, a mi casa, mi barrio, mis vecinos y mis plantas, soy feliz aquí. Estar en Girona nos ha dado la posibilidad de estar junto a mis hijos y nietos.

Además, he tenido la suerte de poder formar parte del espai de la dona, que tan bien dirige Isabel y Encarnación, conociendo a hermosas personas y disfrutando de los cursos, actividades y de los paseos que realizamos.

Gracias a todo esto he encontrado mi lugarcito y ahora:

¡A DISFRUTAR DE LA VIDA!

Irene Muñoz. Barri de Pomar, Badalona

### Una oportunidad

Carla se vestía aquella mañana sabiendo que no sería un día fácil, aquella entrevista de trabajo para la que tanto se había preparado era hoy. Eligió un vestido estampado con un talle que resaltaba su figura, y unas sandalias doradas, por último, recolocó sus rizos en un recogido y se dijo a sí misma: muy bien preciosa, ve a por ellos. Sus pasos hacia el metro perdían seguridad por momentos, pero no permitió rendirse.

Media hora más tarde, Carla ya estaba en la dirección del anuncio cafetería Luna: aquí es, sé dijo, mientras esbozaba una sonrisa al contemplar la elegancia del establecimiento.

Traspasó la puerta y fingiendo tanta seguridad como fue capaz, se acercó a la barra y preguntó a una de las camareras:

- Disculpa, vengo por lo del anuncio.
- Genial, -dijo la camarera-, el señor Gaspar te espera, suerte. -Añadió.

Carla cruzó aquella puerta repleta de miedos:

- Buenos días, -dijo el señor Gaspar, mientras la miraba de arriba abajo-. Lo siento, no es el perfil que buscamos.
- ¿Así sin más? -Increpó Carla, dándolo todo por perdido-.
- Diga la verdad, ambos sabemos que la razón por la que me descarta es porque en mi carné de identidad pone Carlos y no Carla.

Justo en ese momento una camarera que llevaba un rato oculta tras la puerta no pudo evitar asaltar aquel despacho y decir:

- ¿De veras don Gaspar cree que Carla, porque su nombre es Carla y no Carlos, no atenderá a nuestros elegantes clientes como cualquiera de nosotras? ¿En serio no piensa darle una oportunidad? Es por gente como usted, por lo que el mundo se pierde a gente como ella.

Carla y el insolente señor Gaspar permanecían atónitos, pero aquella reprimenda consiguió darle a Carla su ansiada oportunidad.

Beatriz Pascual. Barri de Santa Eulàlia, l'Hospitalet de Llobregat

Un recuerdo muy vivo en mi memoria es el desayuno antes de ir a la escuela. Mi madre me preparaba un chocolate caliente muy bueno. En invierno, en Aragón, hacía mucho frío y llevábamos unas latas con asa y dentro unas brasas para calentarnos. Así estábamos calentitas en el camino, en la entrada en la escuela y en clase. Yo estudiaba en la escuela del pueblo. Iba cada día y al principio tuve un maestro muy severo. Después llegó una maestra que era más amena y comprensiva. Como había mucha pobreza para almorzar nos daban leche en polvo. Y jugábamos a saltar a la comba, a la charranca y al escondite.

No pude acabar los estudios porque tuve que empezar a trabajar. Y por este motivo, seguí estudiando una vez llegué a Barcelona. En Bellvitge, en la escuela de adultos, seguí con mis estudios y me saqué el graduado. Después en el Hospital Clínic también me saqué el FP1 de auxiliar de enfermería.

María Rosa Puyol. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida

## SCRANXI

A través de este relato quiero hacer un sentido homenaje, a quien fue mi incondicional compañera y amiga, Scranxi. No, no era una mujer como nosotros entendemos, sino que era una hembra: mi gata. Mi Scranxi me ha acompañado en muchos momentos tristes, ella siempre estaba allí para darme cariño, incluso más que mi marido. Conocía todos mis secretos. Instintivamente, sabía cuándo llegaba a casa, reconocía mis pasos, mi olor y me esperaba detrás de la puerta para saludarme, solo con eso me alegraba el día y me sentía una mujer feliz.

Scranxi llegó a mi casa a través de mi hija que la adoptó en una protectora de animales. Era de chispitas doradas negras y anaranjadas y encima no tenía cola. Era como un patito feo que con el tiempo se volvió un cisne. Desde luego, yo la veía preciosa, singular, cariñosa y muy agradecida. Convivió con nosotros doce años y durante todo este tiempo fue una más de la familia y compartía nuestras costumbres. Era como una hija más, siempre tenía su regalo de Navidad y celebrábamos su aniversario.

Pero todo tiene un final y en este caso demasiado triste para mí. Después de las fiestas de navidad fuimos de vacaciones unos días, como de costumbre hacemos. Cuando ya estábamos de vuelta, mi hija me llamó para darnos una mala noticia, "¡Scranxi se estaba muriendo!". No quiero pensar que era por añoranza, sino porque le estaba llegando su hora. La pobrecita esperó a que llegáramos para morir en mis brazos.

Nadie se puede imaginar lo que sentí en aquel momento. Se había muerto mi amiga incondicional, la que nunca me cuestionaba nada y me daba su amor.

Siempre la recordaré y aunque ahora tenga otra, Cocó, jamás será mi Scranxi.

Teresa Romero. L'Hospitalet de Llobregat

Hola, compañeras,

Una etapa de mi vida fue muy dura. Tenía una pareja y estuve con él 10 años. Bebía mucho. Me di cuenta que no era para mí.

Hoy después de 19 años sin pareja salgo con un chico y estoy muy enamorada. Nos queremos mutuamente y nos respetamos.

Tendría que haberlo dejado mucho antes. Mi madre ya me lo decía, pero yo tenía una venda puesta en los ojos.

Hoy en día estoy viviendo con mi madre. Tengo mucha tranquilidad y el chico que ha entrado en mi vida es un amor. Nos respetamos y al mismo tiempo nos amamos. Ahora soy feliz, no tengo que aguantar borracheras cada dos por tres. También tengo que decir que nunca me puso la mano encima, pero psicológicamente me hacía sentir mal. Es peor psicológicamente porque se te queda grabado.

Lo que tengo que agradecer a mi madre no se paga con dinero. Ella siempre ha estado a mi lado luchando por mí para que me pusiera buena y lo consiguió. Después de lucha tras lucha he ganado la batalla.

Ahora soy feliz y disfruto la vida, minuto a minuto. Solo pido quedarme como estoy, con mi familia, mi chico y alguna amistad. La persona que más quiero en mi vida es mi madre. Yo he estado muy malita y ella siempre ha estado a mi lado. Gracias, mamá, gracias, hermano.

## María Ruz. Barri de Montserrat, Terrassa

### Mi vida ahora

Yo nací en Gor, Granada. Cuando tenía 5 años mi familia emigró a Cataluña, a un pueblo del Vallés Oriental llamado La Garriga. Desde entonces hasta hace un año y medio viví allí. He dejado a mi familia, amigos y vecinos y me he venido a vivir a Terrassa. Cerca de aquí, en Sabadell, vive mi hija.

Mi vida cambió cuando me vine a vivir a Terrassa. Dejé el pueblo donde había vivido prácticamente toda mi vida. Era cuestión de supervivencia. Donde vivía me subían mucho el alquiler, tanto que apenas me habría quedado para comer y demás gastos. Escogí la opción de comprarme un piso y aquí lo encontré, asequible a mi bolsillo.

He encontrado muchos compañeros en el club social de Egara. Este club es para personas como yo que tenemos algún tipo de trastorno mental. Hacemos muchas actividades para mantenernos ocupados y tener buen ánimo.

Aparte de eso voy también a un taller de costura en el que he aprendido a arreglarme varias prendas y me relaciono con las mujeres del taller. Hace poco, he empezado un taller de informática. Es muy entretenido y el profesor tiene mucha paciencia para enseñarnos. Así que creo que me estoy adaptando poco a poco a esta ciudad.

Aún no he hecho demasiados amigos, pero eso ya sé qué ocurrirá con el tiempo. De momento voy conociendo personas en los diversos talleres a los que voy.

Estoy muy contenta de estar aquí, creo que por fin he encontrado mi lugar en el mundo.

Feli Sánchez. Barri de Font Santa, Cornellà

Empezaré diciendo que soy descendiente de una de tantas familias que llegaron a Cataluña allá por los años 60. Yo por aquel entonces tenía 10 años.

Al principio, lo pasamos un poco mal, pues el cambio fue brutal. Veníamos de vivir en una casa y aquí estábamos de realquilado, pero quiero destacar que fuimos bien recibidos en todos los sentidos, tanto por vecinos como por toda la sociedad catalana.

Después todo cambió cuando nos trasladamos a Cornellà, a un piso solo para nosotros. Tengo que decir que éramos seis de familia: padres y cuatro hermanos.

Con 14 años conocí al que es hoy en día mi marido, y con poco más de 16 nos casamos. Antes de los 17, nació nuestro hijo, lo más maravilloso del mundo. A mi marido se lo llevaron a la mili cuando nuestro hijo tenía un mes, pero siempre lo llevamos bien. Cuando lo licenciaron, empezamos a luchar por tener nuestra casa, primero de alquiler. En esa época nacieron dos niñas maravillosas.

Con el tiempo, y siempre los dos a una, conseguimos un piso en la Font Santa. Aquí se han criado, se han casado, y nos han dado lo más maravilloso del mundo: cuatro nietas a las que queremos con locura, y si Dios quiere, ¡el año que viene cumpliremos 50 años de casados! Esperamos celebrarlo en familia.

He de decir que mi marido también se vino a Cataluña en los mismos años, también de Andalucía. ¡Casualidades de la vida!

Solo quiero declarar que amo a ANDALUCÍA y amo a CATALUÑA.

Lucía Soler. Barri de Riera Bonet, Molins de Rei

Mi relato es para el barrio y la mujer, demostrar que la mujer ha sido el alma del barrio. Y digo ha sido, porque los vecinos me explican con sus historias y fotos que este barrio lo formaron ellos y ellas con mucho esfuerzo y voluntad, los hombres, fuera de su horario laboral se encargaban de la construcción de sus casas, y las mujeres del resto, llevar adelante todo lo demás, muchísimo.

El barrio, antes era ayuda y colaboración, se preparaban fiestas, juegos con los niños y para los jóvenes, paellas de fiesta mayor, todos unidos y con mucha ilusión lo organizaban.

Faltaban muchos servicios en el barrio, como agua corriente, luz, servicios sanitarios, pero poco a poco se conseguían, incluso con manifestaciones. También se fundó el casal de Gent Gran, donde los mayores se reunían a pasar el rato y para hacer manualidades, excursiones, en fin, lo que es un Casal.

Todo esto es real, pero yo veo que ahora los barrios no se hacen a golpe de paleta y cemento entre los vecinos y vecinas, ya son enormes máquinas que hacen bloques de hormigón. De la palabra barrio, solo queda el nombre, ahora son casi zonas residenciales, los vecinos casi anónimos.

¡Pero las cosas cambian, menos mal! Ahora, antes de habitar las viviendas ya están todos los servicios cubiertos. Pasan los años y ya no nos sentamos en el portal con las vecinas a pasar el ratito, no hay tiempo. Esto también ha cambiado, pero en nuestro corazón seguimos teniendo

nuestro BARRIO.

María Josefa Tabero. Barri de Bellvitge, l'Hospitalet de Llobregat

Soy nacida en Ribera del Fresno en Badajoz. Con ocho años me pusieron a trabajar. Me pagaban con un trozo de pan, un huevo cocido y un trozo de morcilla. Con esto se ponía mi madre muy contenta porque tenía comida para darnos de comer.

Cuando tenía 14 años me fui a Madrid a trabajar a casa de un matrimonio con tres hijos. Estuve tres años en esa casa y luego me fui a otra casa que había una conocida del pueblo. No me trataba muy bien, me pegaba y cuando se enteró la otra señora la echó de la casa y yo seguí trabajando.

En esa casa ganaba 500 pesetas al mes. De ese dinero le mandaba 250 pesetas a mi madre por un giro en correos. El otro dinero me lo quedaba por si necesitaba alguna cosa. Después de ocho años en Madrid me vine a Barcelona a trabajar en otra casa del paseo San Juan, donde hay un edificio con una figura.

Me casé al año de estar en Barcelona y a los nueve meses nació mi primera hija y hemos seguido aquí en Barcelona y solo voy a mi pueblo en las vacaciones y me quedo tres meses.

Shafa Touqeer. Barri d'Espronceda - Campoamor, Sabadell

La mala memoria

Todos los días jugaba con él. Tan cansada estaba, que no me daba cuenta cuando dormía. Tanto me divertía, que no me acordaba de que vivía sola.

Sílvia Vall. Barri de Riera Bonet, Molins de Rei

Empremtes del passat: l'àvia Maria

La meva àvia era una dona molt valenta. Dolça, simpàtica y bona persona. Va tenir tres fills. Dues nenes i un nen. Una de les nenes, se li va morir, quan tenia sis anys, d'una malaltia.

El meu avi, un dia va veure com un amic seu, quan anaven de passeig, un cotxe li anava a atropellar. El va cridar i ell no ho sentia. Llavors, es va tirar sobre el seu amic i el va salvar amb tanta mala fortuna que, el cotxe, el va atropellar a ell. Per sort, va aconseguir salvar-se, tot i que va estar a l'hospital.

El meu avi, que va salvar al seu amic, pegava a la meva àvia quan s'emborratxava. Això no té excusa. És violència de gènere. Jo era petita i no me n'assabentava. El meu avi va morir.

Al cap d'un temps, l'àvia, havia canviat. Tenia ganes de somriure, de veure a la gent, de passar-ho bé, de cantar, de ballar, quan hi havia festes al poble. Va passar una operació de pedres al fetge, a més, un cotxe la va atropellar, tirant-la cap a l'aire. El metge, va dir que no donava cinc cèntims per ella. Després, ens va dir que, aniria amb cadira de rodes. Van ser dos dies. Més tard amb un bastó. Ho va deixar al cap de pocs dies. Es va recuperar, i sense bastó! El metge se'n feia creus.

Era molt valenta i amb molta força i ganes de viure. T'estimo.

### L'àvia Maria

Es va apagar la flama  
de la teva vida  
quasi sense donar-se  
es va allunyar  
de les nostres vides.

El seu cor, es va parar.  
El mateix que un rellotge  
i el nostre té una ferida, que  
la seva marxa ens va deixar.

Maria Dolors Vila. Habitatges Montseny, Vic

El secret

Són els anys setanta, en un petit poble hi viu la Núria, una noia de setze anys, de caràcter obert i dolç. S'acosta la Festa Major i la gent es prepara per rebre els convidats, gairebé cada any són els mateixos, però aquest any hi arriba un jove de vint-i-cinc anys que ve de ciutat. El diumenge, en sortir de l'Ofici, una noia li va presentar, mira Núria és l'Enric, el meu cosí! A ella li va agradar molt i ell també es va sentir atret per la joveneta. Van passar tres dies assistint junts a sardanes, concert, serenates i a tots els balls de l'envelat. Després de l'últim ball, l'Enric la va acompanyar a casa, van parlar de la festa i del poble i en dir-li que «demà a les 9 he de ser a l'estació» a la Núria li van caure dues llàgrimes, que ell dolçament amb les seves mans les hi va eixugar dient-li no canviis mai Núria, ets fantàstica!

Van passar mesos sense saber d'ell i quan en va saber se li va apagar la petita llum d'esperança que tenia. S'havia promès! I al cap de dos anys es va assabentar del seu casament. Al cap de temps ella també es va casar, amb un home bo, bon marit i bon pare que l'estima molt, ella també se l'estima, però s'ha preguntat infinitat de vegades, perquè no he sentit mai pel meu marit aquell formigueig a l'estómac i aquell desig intens que m'abraci i besi apassionadament, com quan penso (encara ara que han passat cinquanta anys) amb l'Enric? No ho ha explicat mai a ningú. És el seu secret.

I sempre, sempre té el record d'aquelles mans càlides sobre el seu rostre, eixugant-li les delatores llàgrimes.

## Amparo Vilas. Barri de Pius XII - Germanor, Lleida

### La fuerza de la superación

Aunque a las mujeres nos etiquetan como el sexo débil, somos muy fuertes delante de los problemas y de las situaciones difíciles; y lo puedo decir con conocimiento de causa porque tengo una hija muy luchadora.

Cuando nació era muy feliz y activa, pero de repente a los 18 meses hizo un cambio, ¡algo no iba bien!, se mostraba más retraída; por eso decidimos llevarla al pediatra y otros médicos para ver que le sucedía y así estuvimos durante casi tres años, ya que nadie nos daba una solución. Pero un buen día por fin vimos la luz, un renombrado otorrino de Barcelona especialista en infancia descubrió el diagnóstico de mi hija: ¡era sorda! A pesar de que otros especialistas le habían hecho audiometrías, no fueron capaces de saber qué le pasaba.

Por mi parte, ese día tenía sentimientos encontrados, por un lado, estaba contenta de saber qué le pasaba a mi hija y por otro no podía parar de llorar, pensando en el tiempo que habíamos perdido.

A partir de entonces, le pusimos un audífono y empezó a ir a la logopeda que le mandaba muchos ejercicios de habla que practicábamos en casa. Y así con mucho esfuerzo empezó a hablar; incluso algunos días había niños que jugaban en la calle, pero ella se tenía que ausentar para hacer sus ejercicios, cosa que no era fácil para ella ni para nosotros.

Hoy en día puedo decir con mucho orgullo que mi hija es toda una mujer, ha formado una familia y ha conseguido su sueño de trabajar como enfermera. En resumen, una mujer con un espíritu de superación que nos ha dado una gran lección de vida: «si se quiere, todo en la vida se puede», independientemente de las capacidades especiales.

## Carme Vilella. Barri d'Arraona, Sabadell

Soc una dona ja molt gran i una gran enamorada de Sabadell, no hi he nascut, però això no fa que senti la ciutat completament meva. Vivia en un petit poble de muntanya, en ple Pirineu, m'hi sentia bé, però el transport era molt complicat i a l'hivern ens quedàvem incomunicats per la neu, de vegades força dies. Jo no m'hi acabava de trobar bé i vaig decidir marxar a Sabadell. Mai cap dona havia sortit sola del poble per anar a treballar fora.

En principi fou molt complicat, tot era tan diferent, llavors els pobles estaven molt endarrerits comparats amb el temps actual. La meva feina era de recepcionista, però jo mai havia agafat un telèfon; normalment al poble només es telefonava per una urgència i anàvem a un edifici on ens posaven en contacte amb la persona que volíem parlar. En aquest entorn, les converses no tenien res de privades. Aleshores, ni somniàvem amb mòbils. Posar-me al dia fou molt difícil, a més acostumada als espais petits per mi la ciutat era enorme i em perdia cada dos per tres, no coneixia ningú, tothom anava a la seva, jo que estava acostumada a moure'm sempre entre coneguts i amics.

La meva vida va fer un canvi radical, però Sabadell em va rebre amb el millor dels somriures. Vaig trobar bons companys de treball i sempre es va valorar el que feia, en poc temps m'hi vaig sentir plenament arrelada, i sempre, quan algú criticava la ciutat, sortia jo a defensar-la.

Per tot el que exposo, penso que les persones immigrades, principalment algunes dones que són molt poc considerades en el seu país d'origen, es poden adaptar perfectament a Catalunya i arribar a ser unes perfectes catalanes, si tenen accés a una bona educació.



Organitza



Amb el suport de



Executiva de la FAVIBC 2023

President: Albert Arnau (Pomar de Badalona).  
Secretari: Enrique Nieto (Montigalà de Badalona).  
Tresorer: Francisco Álvarez (El Xup de Manresa).  
Delegat de Lleida: Manel Llamas (Pius XII-Germanor de Lleida).  
Vocals: Rafael Antonio Febrero (Santa Eulàlia de Berga), Juan Jose Diaz (Badia del Vallès),  
Rafael González (Verge del Carme de Martorell), Francisco Martínez (Ca riEspinós de Gavà),  
Eduardo Navas (Sant Josep Obrer de Reus), Joan Riera (Verge de Fussimanya de Sallent),  
Antonio Sabio (Montigalà de Badalona).

Agraïm la col·laboració de tot l'equip tècnic de la FAVIBC.

Edició

Imatges: arxiu FAVIBC. Portada de Piyapong Saydaung. Edició i disseny: Xavier Pastor.  
favibc.org | Sabadell 2023

