

Davant del Coronavirus

La Comissió de Salut de la Favb, al temps que es fa ressò del **patiment i preocupació** veïnal, s'uneix a l'**agraïment** més gran possible a totes aquelles persones que actuen en el sistema sanitari així com els que ho fan en el manteniment i cura de les nostres necessitats per viure dia a dia.

Recolzem les **iniciatives veïnals d'ajuda mútua** i encoratgem a la participació i promoció tant com sigui possible.

Valorem la feina i l'esforç realitzat per les **institucions públiques** en un moment d'excepcionalitat.

Per la nostra experiència en la defensa de la sanitat pública i de l'atenció sanitària a serveis socials com les **residències assistides**, coneixem que hi ha greus mancances en personal i recursos que al nostre entendre han derivat de l'aprofitament mercantilista de l'atenció a la salut i els serveis socials.

Creiem que és necessari que a Barcelona, on existeixen dos consorcis Generalitat/Ajuntament, Consorci de Salut i Consorci de Serveis Socials, hi hagi un **comandament únic** amb directrius per a tots els centres de la ciutat de titularitat pública, privada,

rantir l'accés i l'atenció a tota la població que no disposa de mitjans digitals.

Preocupa què succeeix amb les malalties que no són causades per el COVID19 i què succeeix amb els beneficiaris de mútues com MUFACE.

Al mateix temps, ens preocupa la situació d'alguns grups de població, en especial la **gent gran sola als domicilis**, les persones que per la llei d'extranjería no han pogut regularitzar la seva situació i es troben **exclusos de l'atenció sanitària** i els residents a les **Residències Assistides**. Les residències, que s'han revelat com un focus greu de la pandèmia, han sigut periòdicament objecte de les crítiques de familiars i veïns sense resposta institucional. Aquests centres propicien l'exclusió, deixant els residents fora de la cartera de serveis sanitaris i socials públics als que tenen dret. Aquest és el gran frau de la **medicalització de les residències**, que sembla haver trobat un context per promoure aquesta idea en la situació actual.

Demaneu que no es permeti que les persones, allà on estiguin, **morin soles sense suport**. Aquesta important transgressió de l'acomiadament i rituals funeraris propis de la nostra cultura dificultarà el dol de moltes famílies i produirà un dany molt profund, difícilment reparable. El nostre sistema disposa de professionals experts per trobar estratègies i alternatives que puguin acompanyar les situacions dels darrers dies de vida de les persones que no poden tenir a prop els seus.

Reconeixem i valorem en aquests moments la necessitat i la importància d'un Servei Nacional de Salut, **universal, públic i de qualitat**.

Publicat el dilluns 30 de març del 2020



Com no esperàvem que fos d'altra manera, **el sistema sanitari públic ha assumit la gestió de la pandèmia**. Creiem que tots els seus treballadors estan fent el màxim possible i volem mostrar-los tot el nostre suport i reconeixement.

Actualment el sistema sanitari del nostre país té una sèrie de **mancances** degut a les successives **retallades**, increment de recursos destinats a la **sanitat privada**, creixement de l'assegurament a **mútues** motivat pels dèficits del sistema públic i el fet que part de la població –ensenyament, funcionaris etc.– no està coberta pel sistema públic sinó amb el sistema preconstitucional de MUFACE. Tot això més la **fragmentació de proveïdors** fa difícil prendre i dur a terme decisions de mesures unificades per a tota la població.

concertada, religiosos, incloent Socio-sanitaris, i Residències Assistides i dispositius d'informació per tal que tota la població tingui un **accés equitatiu** i es protegeixi la població més vulnerable. S'ha de donar informació unificada i clara de tots els recursos, com els horaris de tots els CAP de Barcelona i els passos a fer en cada moment i segons l'estat dels pacients, tant pel COVID com per la resta de problemes de salut que puguin sorgir.

Per als CAP, com a gestors més immediats de la pandèmia, aquesta centralització de la informació ha de servir perquè els serveis d'atenció primària puguin **actuar de forma coordinada** entre ells i amb el comandament d'un sistema informàtic unificat que cuidi l'equitat en accessibilitat de tota la ciutadania. També s'ha de ga-



CENTRE D'INTERVENCIÓ PSICOLÒGICA, ANÀLISI I INTEGRACIÓ SOCIAL

París 207, Pral. 2a - 08008 Barcelona

Tel. 93 323 30 28

www.cipais.catinfo@cipais.cat**Suport psicològic telefònic a usuaris i usuàries de les Àrees Bàsiques de Salut**

Benvolguts/des,

Davant la situació d'emergència sanitària amb relació al COVID-19, des de **l'Equip Clínic Cipais ha sorgit una iniciativa de caràcter voluntari de suport psicològic telefònic als usuaris/àries i professionals sanitaris dels centres d'atenció primària.**

Com sabeu, Cipais col·labora des dels seus inicis amb l'atenció primària i especialitzada, oferint suport psicosocial a les persones en les situacions d'adversitat, amb consultes individuals, grupals, familiars i de parella. Donada l'excepcionalitat del context, volem oferir-nos per a realitzar escolta i suport psicològic (amb caràcter voluntari) de forma telefònica als usuaris, usuàries i professionals sanitaris.

Ens podeu fer arribar els casos per correu electrònic a info@cipais.cat indicant nom, cognom, telèfon i si voleu indicar alguna qüestió rellevant sobre el cas. Un/a professional de l'Equip Cipais es posarà en contacte i s'oferirà el seguiment.

Us informem que el nostre telèfon segueix operatiu, 93 323 30 28, en horari de secretaria: 10-14 i de 15-19h.

Us enviem molts ànims i tot el nostre suport.

Equip Clínic Cipais

Carta d'una metgessa del CAP del Poble Sec, veïna i sòcia

Hola família, us explico que fem els metges del Cap. Ara fem un 80% de visites telefòniques. Intentem que no vingui la gent perquè no s'encomanin, sobretot els grans. Intentem també treure feina als hospitals i fer seguiment dels malalts a casa. Quan veiem que es complica alguna cosa els fem venir i els visitem, els anem a visitar o els enviem a urgències. La gent respon molt bé, fan cas, són responsables i ens recolzen molt. A les 8 sentim els aplaudiments i des de la finestra del despatx veiem totes les finestres del barri aplaudint. És molt emocionant

Hi ha casos que poden ser coronavirus. Bastants. En tenim uns quants confirmats i uns quant ingressats a l'hospital. Suposem que els propers dies augmentarà el número de malalts que surti per la tele, però de moment tot es fa bastant bé, encara que costa aconseguir ambulàncies. De moment no patim pels nostres pacients, a casa tenen seguiment telefònic i si han d'anar a l'hospital estan ben tractats.

Conxita Leal

Metgessa - CAP del Poble Sec

18 mar. 2020



900 800 046
Nou telèfon gratuït
d'atenció a consultes

COVID-19

- Com donar d'alta una demanda d'ocupació
- Renda Garantida de Ciutadania
- Tràmits i/o consultes que normalment es realitzen des d'una Oficina de Treball

Posem al teu servei una xarxa de més de 500 professionals del SOC per portar l'Oficina de Treball al teu telèfon



- 1** Queda't a casa 
- 2** Respecta les mesures d'higiene 
- 3** Mantingues les distàncies (també a casa) 



LA SALUT ÉS UN ASSUMPTE SOCIAL



«La salut és un assumpte social, econòmic i polític, i és, sobretot, un dret humà fonamental. La desigualtat, la pobresa, l'explotació, la violència i la injustícia són a l'arrel de la mala salut i de les morts dels pobres i els marginats. La salut per a totes les persones significa que s'han de desafiar els interessos dels poderosos, que cal fer front a la globalització i que les prioritats polítiques i econòmiques s'han de canviar de forma dràstica.»

Davant de la situació de pandèmia generada pel Coronavirus des de la **Marea Blanca de Catalunya** volem posar en valor la necessitat d'un veritable servei nacional PÚBLIC de salut, i que garanteixi l'atenció sanitària a totes les persones. UNIVERSAL, EQUITATIU, INTEGRAL I DE QUALITAT.

Mentre l'atenció pública és universal i solidària, la sanitat privada en un moment d'epidèmia i emergència social expulsa els riscs i els problemes de les seves «luxoses i exclusives clíniques».

Les mútues privades en aquest moment tant greu no estan fent les proves diagnòstiques i davant la mínima sospita, deriven als pacients a la sanitat pública, assegurant-seus a qui no resolen el seu problema individual.

Una sanitat privada parasita el Servei Nacional de Salut Públic, reben diners dels governs i quan se la necessita, on està?

El sistema de col.laboració públic-privada que denunciem des de la Marea Blanca de Catalunya no respon a les necessitats socials de la població en aquesta situació.

No podem oblidar que la present pandèmia demostra la seva especial agressivitat en determinats grups de persones com ara els malalts i malaltes cròniques i la gent gran.

Per això des de la Marea Blanca de Catalunya:

1. Primer de tot expressar un sincer i enorme agraïment al personal sanitari que castigat per retallades i sobrecarregues de treball amb condicions de treball precàries, respon en una situació d'emergència com aquesta amb un esforç solidari que demostra la seva professionalitat i la seva responsabilitat. Es obligatori evitar que es converteixen en herois, posant en perill la seva pròpia seguretat personal per la manca del suport polític, tècnics i de recursos necessaris.

2. Es indispensable que per tal d'obtenir la plena disponibilitat de totes les infraestructures sanitàries així com del seu personal tant del sector privat com del concertat i públic a Catalunya es procedeixi a la seva incorporació efectiva i obligada als serveis assistencials disponibles passant el control i la direcció directe al Departament de Salut que n' haurà de promoure la participació social i la rendició de comptes

3. Davant d'aquesta pandèmia és imprescindible la creació de Comites de Crisis a nivell català, estatal i europeu, que puguin assumir la coordinació en cada un dels seus nivells i adoptar les estratègies, fixant les recomanacions i transmetent les informacions, amb disponibilitat de partides econòmiques extraordinàries per afrontar el repte en que es trobem així que afecta a tota la infraestructura sanitària i a tots els països

4. Reforçem amb suficient personal el nostre servei nacional de salut i especialment l'atenció primària, a fi que presti els serveis amb garantia de qualitat, i amb recursos per a suplir-los quan per raons de salut i /o sobreesforç i estrès així sigui necessari.

5. Preservem al màxim la seguretat de totes les treballadores i treballadors garantint que disposin dels corresponents materials de protecció per assegurar el màxim nivell de protecció per a poder facilitar el manteniment de l'assistència sanitària pública i la seva pròpia seguretat

6. Garantir el subministrament de material de protecció a les persones realment afectades per patologies que ho requereixin

7. Tenir en perfecte operativitat els recursos en espais, llits i tecnologia de cures intensives del nostre sistema públic que previsiblement hauran d'utilitzar els pacients més i en cas de necessitat es poder disposar de més recursos en el sistema públic.

8. Garantir el compliment dels protocols en tots els àmbits i nivells, des de l'atenció administrativa fins al transport sanitari (també privatitzat) en benefici d'usuàries i treballadores.

9. S'han de reconsiderar uns pressupostos en curs i precipitats que ens demostren a dia d'avui les seves insostenibles insuficiències i escoltar així a la societat civil empoderada quan reivindica més inversió social i una millor destinació estructural als serveis públics, que resolguin l'infrafinançament de la nostra sanitat, sense externalitzacions ni plans de xoc pal.liatius que beneficiïn a la sanitat privada com venim denunciant des de Marea Blanca i altres col·lectius i sindicats des de inici de les retallades

10. Com a moviment social autònom ens posem expressament a disposició de les autoritats sanitàries tècniques amb els nostres canals de difusió però també com ciutadania formem part del problema i en tant que titulars del SNS i destinataris dels seus objectius per tant hem de co-participar en la recerca de les solucions, i de les

decisiones que es vulguin prendre que a tots i a totes ens afectin.

La insuficiència cardíaca

El cor és un òrgan que funciona com una bomba que distribueix la sang a tot al cos. Les malalties del cor fan que aquesta bomba no funcioni correctament generant el que es coneix com a Insuficiència Cardíaca.

Com a conseqüència, la sang s'acumula als pulmons inicialment produint ofec i també a les cames que s'inflen (edemes).

La insuficiència cardíaca és una malaltia crònica que en cas de no tenir bon control simptomàtic empitjora la qualitat de vida, genera ingressos hospitalaris augmentant el risc de mortalitat.

Adquirir hàbits saludables, prendre la medicació adequada en les dosis assignades i seguir un control rigorós ajudaran a estabilitzar la malaltia millorant la qualitat de vida i reduint el risc d'ingrés.

Es recomana seguir una dieta Mediterrània, variada, equilibrada i baixa en greixos:

- ✓ Aigua de l'aixeta o de baixa mineralització
- ✓ Augment el consum de: verdures, fruites, llegums, cereals i derivats integrals (pasta, pa).
- ✓ Carns magres: pollastres sense pell, gall dindi, conill i talls magres de la vedella o del porc.
- ✓ Coccions concentrades: vapor, papillota, estofats i guisats.
- ✓ Vinagre, llimona, espècies i herbes aromàtiques, all, ceba, porro.
- ✓ Oli d'oliva verge, oli d'oliva aromatitzat amb estragó, all o bitxo.
- ✓ Pot consumir entre 2 i 4 ous a la setmana.
- ✓ Substitueixi els lactis sencers pels semidesnatats o desnatats.

La sal afavoreix la retenció d'aigua al cos, això augmenta el risc de retenció de líquid als pulmons i les cames generant ofec i edemes.

Cal restringir el consum de sal en la dieta així com controlar el volum de líquid que ingerim.

Les begudes amb gas i els efervescents porten sal, cal evitar-los.

- ✓ Tregui el saler de la taula. Cuini sense sal.



- ✓ No faci servir cubs de brou concentrat o brous de bric.
- ✓ Eviti els aliments precuinats, tenen un alt contingut en sal.
- ✓ Substitueixi les conserves per aliments frescos.
- ✓ Les aigües, begudes gasoses i begudes *light* poden contenir sal, de manera natural o com a additiu.
- ✓ Limiti l'ús de mantegues i margarines.
- ✓ Limiti al màxim el consum de productes de pastisseria i brioixeria industrial.
- ✓ No consumeixi begudes alcohòliques. Pot prendre cervesa sense alcohol i una copa de vi al dia.
- ✓ Begui menys d'1, 5 o 2 litres de líquid al dia.
- ✓ En cas de patir problemes respiratoris (dispnea) i falta de gana, feu preses freqüents de petites quantitats de menjar.

L'exercici físic millora la qualitat de vida en pacients amb insuficiència cardíaca: ajuda

a perdre pes, redueix el colesterol, controla la pressió arterial i la glicèmia, afavoreix la circulació i disminueix l'estrès.

En la pràctica d'exercici recordi utilitzar roba còmoda, folgada, i calçat adequat, per evitar lesions.

Eviti fer exercici en temperatures extremes (fred/calor), i començar a in-

tensitat suau i progressi fins a notar que comença a suar. Ha de poder mantenir sempre una conversa còmoda.

Aprofiti la companyia d'un familiar o d'un amic, sempre li resultarà menys avorrit.

Si sent fatiga o sudoració intensa, mareig, palpitations, dolor al pit, pell freda o ofec i dolor muscular o articular, pari immediatament i consulti amb un professional.

La constància i la regularitat són la clau de l'èxit.

És important reconèixer els símptomes i signes d'alarma de forma precoç i consultar amb els professionals de referència del seu Cap:

- ✓ El seu pes augmenta 1 quilo en un dia, o més de 2 quilos en 2 o 3 dies.
- ✓ Se li inflen els peus.
- ✓ Augmenta la sensació d'ofec o tos nocturna

En resum, prendre tots els medicament que li recepta el seu metge, no prendre antiinflamatoris (Ibuprofè, Voltaren...) ni efervescents sense consultar-ho (afavoreix la retenció de líquids), seguir una dieta baixa en sal, mantenir una activitat física adequada, pesar-se diàriament, no fumar, reduir el consum de begudes alcohòliques i limitar l'ingesta de líquids a 1,5l al dia l'ajudaran a trobar-se millor.

Silvia Porcar (DUI) i Dra. Núria López
Cap Comte Borrell

COMUNICAT DE PREMSA DE DMD-Cat: Covid-19 i Dret a Morir Dignament

Degut al moment extraordinari que ens posa a prova com a societat, volem manifestar-nos com Associació sobre el Dret a Morir Dignament a Catalunya.

Volem agrair i donar suport a les treballadores i els treballadors dels serveis essencials per ajudar-nos a superar aquesta crisi sanitària de dimensions desconegudes. Volem agrair molt especialment a tot el personal sanitari els esforços extraordinaris per mantenir el nivell més alt de qualitat, en l'atenció a les persones afectades. En uns moments que les exigències sobrepassen tots els límits, estan fent la seva feina d'una manera admirable. Ens sumem amb força, als aplaudiments que des de balcons i finestres els hi adreçem i no deixarem de reclamar les mesures i inversions necessàries per tal que la nostra sanitat pública tingui els recursos suficients per afrontar qualsevol moment de crisi amb seguretat.

Comunicat

1. Volem **recordar** que en totes les circumstàncies, també en aquesta, el dret a morir dignament és un dret que no pot quedar a l'oblit.
2. Els drets dels pacients, que ens ajuden a morir amb dignitat i que tenim reconeguts a la llei catalana 21/2000, a la llei espanyola 41/2002 i a l'article 20 de l'Estatut de Catalunya, que porta per títol precisament "**DRET A VIURE AMB DIGNITAT EL PROCÉS DE LA MORT**", continuen vigents i s'han de respectar. Volem destacar:
 - el **dret a una informació clínica, veraç i comprensible**, que ens permeti prendre, fent ús del nostre dret a l'autonomia, les millors decisions segons les situacions, els pronòstics i els nostres valors vitals.

- el **dret al consentiment informat**, que significarà, segons la informació rebuda i els nostres valors, l'acceptació o el rebuig de les teràpies.
- l'**obligatorietat de complir les indicacions** que recull el Document de Voluntats Anticipades (DVA) per part de metges i metgesses i personal sanitari. Volem recordar especialment que, aquest document només substitueix al del consentiment informat quan la persona no es pot expressar. I que, si es renunciés a mitjans com ventilació assistida, sempre seria en funció d'una situació de final de vida, d'un deteriorament físic o psíquic important i d'acord amb el que hagi deixat dit la persona afectada, segons els seus valors.
- el **dret a rebre un tractament adequat del dolor i cures paliatives** en el lloc on siguem.

Junta Directiva de DMD-CAT

Barcelona, 23 de març de 2020

Per a més informació, podeu contactar amb:
Isabel Alonso Dávila, presidenta de DMD-Cat.

Telèfon: 653145190. Correu electrònic:
isabelalonsodavilaotmail.com



QUÈ SIGNIFICA UN BRAÇALET BLAU?

En el cas de nens o persones amb necessitats especials, com els que tenen trastorns de l'espectre autista (TEA), sí que poden sortir al carrer...

Per tal de fer conèixer a tothom el motiu pel qual els seus fills estan sortint al carrer, s'han de posar un braçallet **blau**.





NOU TEMA:

Federalisme, confederalisme, unitarisme, independència: idees noves?

Amb relació a l'article publicat en l'anterior número d'aquest butlletí ("Catalunya sense fronteres. El federalisme. Una idea nova?" de Sylviane Dahan, n. 96, p. 28), des de Temes a Debat hem considerat que, sense voler polemitzar directament amb els continguts de l'article, valia la pena debatre a fons aquest tema i compararlo amb altres opcions d'organització política d'un estat o territori.

La proposta d'un Estat espanyol federal, del qual Catalunya podria formar part, apareix, desapareix i torna a aparèixer, segons la situació política del moment i els interessos dels partits, però hi ha una primera veritat: l'organització federal de l'Estat espanyol no pot existir si les forces polítiques dominants dins l'estat no ho volen.

El federalisme a Catalunya té una llarga i rica tradició, ha format part de l'ideari d'un gran nombre de partits polítics, però tradicionalment el federalisme proposat des de Catalunya ha trobat l'oposició de la majoria dels partits espanyols, que l'han considerat una amenaça per a la unitat de l'estat.

Una repassada històrica

Recordem que en la Primera República espanyola (del febrer de 1873 al desembre de 1874), dos catalans hi van ser peques cabdals: Estanislau Figueras va ser el primer president (del 12 de febrer al 10 de juny del 1873) i Francesc Pi i Margall, el seu successor (del 12 de juny al 18 de juliol del 1873). Ambdós procedien de partits republicans i federals. Figueras el 1868, juntament amb els representants republicanofederals de València, Balears i Aragó, van signar el *Pacte Federal de Tortosa*, que proposava restaurar la confederació catalanoaragonesa dins l'Estat republicà espanyol.



Per la seva banda, Pi i Margall, de profundes conviccions federalistes, el 1854 va publicar el llibre *La reacción y la revolución* on va exposar les seves idees polítiques i socials progressistes, i a més va ser pràcticament l'únic dirigent republicà que s'oposà a la guerra amb els Estats Units (1895-1898) i que propugnava la independència de les colònies espanyoles com Cuba i Puerto Rico.

Un paper destacat també el va tenir Valentí Almirall (1841-1904), gran activista considerat federalista d'esqueres, qui, decebut del republicanisme espanyol, esdevingué el màxim representant del catalanisme que acabà trencant amb el Partido Democrático Republicano Federal espanyol, i va condemnar la participació dels catalans en partits sotmesos a la disciplina de Madrid. El 1886 publicà la seva obra cabdal *Lo catalanisme*. Altres republicanofederalistes com el metge Josep Narcís Roca i Farreras –que curiosament el 1878 fou acusat de rebel·lió per publicacions considerades subversives– va acabar definint Catalunya com a nació i demanant la seva independència (*Ni espanyols, ni francesos*, 1886).

No es concebia separar el federalisme del republicanisme, i no és pas casualitat que els esmentats dirigents haguessin de patir l'exili, la presó i l'ostracisme en diferents etapes de la seva vida, principalment després del cop d'estat que va abolir la Primera República i portà a la restauració del règim borbònic.

Més recentment, només cal recordar que Francesc Macià va proclamar el 1931 la "República Catalana com



Francesc Macià proclama la República Catalana el 14 d'abril de 1931



a estat integrant de la Federació Ibèrica". Durant la Segona República espanyola, l'avantprojecte de l'Estatut de Núria, aprovat per la Diputació Provisional, deia "Catalunya vol que l'Estat espanyol s'estructuri d'una manera que faci possible la federació entre tots els pobles hispànics", però la Constitució de la República, aprovada mesos després, va refusar l'organització federal de l'estat. En la postguerra, cal recordar l'aposta federal del que fou el president del Parlament català exiliat i mort a Perpinyà, Antoni Rovira i Virgili, així com l'ideari federalista d'Esquerra Republicana que es mantingué vigent fins al 1991.

Després de la mort del dictador Franco, ja en democràcia, la Constitució de 1978 només parla de federació en l'article 145 que expressa: "...en ningun cas se admitirà la federació de Comunitats Autònomas".

Malgrat això van sorgir propostes confederalistes de polítics com Jordi Pujol i Duran Lleida, i l'actual eurodiputat pel moviment independentista català, a l'exili, Toni Comín, com a membre de CpC (Ciutadans pel Canvi), el 2011 va defensar aferrissadament el model federal per a Espanya.

Definició i conceptes

No hi ha una definició universal del federalisme, a més existeixen diversos corrents d'aquest sistema, moderats i extremistes; per a uns pot ser un mitjà per conviure malgrat les diferències, per a d'altres seria un instrument de descentralització del poder i, finalment, encara per a d'altres una forma d'aproximar els ciutadans a les decisions polítiques. S'accepta que el seu embrió van ser les lligues de les ciutats de l'antiga Grècia que s'associaven al *foedus* (origen del mot), un contracte per arribar a objectius comuns com els Jocs Olímpics.

Es diferencia entre federalisme i federació, ja que el primer correspon a l'àmbit de la ideologia mentre que *federació*, a l'aplicació concreta com a organització institucional que, quan s'inscriu dins del dret internacional i es tracta d'una associació entre països independents, passa a ser considerada una confederació.

El federalisme és també una filosofia política i del dret que es pot adaptar a tots els àmbits, del municipal a l'internacional, amb dues condicions: 1) la recerca de la unitat, dins la federació i 2) el respecte de l'autonomia dels federats. És a dir, es busca institucionalitzar la diversitat i reconèixer l'asimetria.

Referint-nos a l'estat, la federació és un sistema polític en què les funcions del govern es reparteixen entre un grup determinat d'estats, nacions o regions associades o federades, que delegen determinades competències a favor d'un govern central o federal. Són necessaris quatre requisits bàsics: 1) una constitució escrita i explícita, 2) la divisió territorial precisa, 3) la no centralització i 4) un tribunal de justícia imparcial que dirimeixi els conflictes.

Es parla del **principi de separació**, que correspon al repartiment de les competències legislatives entre el go-

vern federal o central i els governs locals o federats que s'han de basar en els criteris d'interès general i els d'interès local, per exemple normes per regular el comerç entre estats i les que el regulen a l'interior de l'estat.

L'altre gran principi és el d'**autonomia**, ja que cada parcel·la de govern és autònoma i fins i tot sobirana, **no hi pot haver un dret de tutela**; només un poder judicial realment independent pot determinar si una decisió és legal o constitucional.

Finalment, també es parla del principi de **participació**, ja que tots els federats han d'estar representats i han de participar en les decisions federals. En alguns llocs es regula en una segona càmera legislativa.

Quines condicions serien acceptables des de Catalunya per acceptar un estat federal espanyol?

El 1999 es va crear la plataforma Ciutadans pel Canvi, per donar suport a la candidatura de Pasqual Maragall. Es definia com a republicana, espanyola, federalista, catalanista i d'esquerres. Aliada amb el PSC, va concórrer a diverses conteses electorals, fins que el 2010 va trencar amb els socialistes catalans per desacord amb la seva submissió al PSOE.

És possible que la proposta d'aquesta plataforma per fer compatibles els objectius nacionals de les esquerres catalanes s'ajusti al model d'estat federal que acceptarien la majoria dels ciutadans de Catalunya:

- 1) Reforma constitucional que reconegui plenament la **plurinacionalitat** de l'Estat, és a dir, el **reconeixement jurídic explícit** de les diferents nacions que el componen.
- 2) Cooficialitat de totes les llengües de l'Estat i dins tot l'Estat.
- 3) Aplicació estricta del principi de subsidiarietat a la distribució de les competències, determinant els criteris que justifiquen les asimetries entre comunitats.



Al setembre de 2010 es va donar a conèixer que el PSC i CpC no repetirien la coalició electoral que havien fet en les eleccions de 1999, 2003 i 2006



4) Fer compatible l'aportació econòmica al fons de solidaritat entre territoris, posant una limitació del dèficit de les comunitats més riques

5) Organització federal del poder judicial, assegurant la seva imparcialitat i transparència.

6) Evitar que les xarxes de les infraestructures viàries siguin exclusivament radials centrades en Madrid.

7) Impossibilitat de recórrer els estatuts que s'hagin aprovat en referèndum.

8) Creació d'una càmera territorial representativa d'abast estatal amb competències clares.

Però la clau és l'aplicació d'una disposició considerada com **el dret de sortida**. Aquestes propostes han de contemplar amb claredat el dret democràtic de cada comunitat per decidir si accepten lliurement la incorporació a l'estat federal (dret d'autodeterminació).

Possiblement aquest model, que en el seu moment va proposar Toni Comín com a integrant de CpC, s'acosta molt més a una confederació que a una federació, però tenint en compte la correlació de forces que avui es donen a la "nacionalitat" catalana –reconeguda per la Constitució del 1978– seria el model que més consens podria recollir, si tenim en compte que contempla el dret a decidir o d'autodeterminació. Cal preguntar-se dins quina estructura política seria viable.

Una monarquia federal?

Hi ha autors, contraris al moviment independentista català, que consideren que la Constitució del 78 de l'estat, anomenat "de les autonomies", s'aproxima molt a un model "federalitzant". Altres sostenen que existeixen antecedents històrics com l'Espanya dels Àustries, en què el rei era monarca de territoris formalment independents.

També es posen exemples com el del Regne de Bèlgica, el del Regne Unit, la Commonwealth, o els Emirats Àrabs, tot i que cap d'aquests països s'anomenen oficialment federals o confederals, però sí monarquies hereditàries.



Manuel Cruz, dirigent del moviment Federalistes d'Esquerres



L'anterior president del Senat, Manuel Cruz, dirigent del moviment Federalistes d'Esquerres, és un dels que donen suport a una modificació de la Constitució. Diu a *El Confidencial* (06/01/19) que "la federalització del estado seria un modelo que rescataria a nuestro sistema constitucional de dos de sus principales defectos: su ambigüedad y su transitoriedad" i sosté que el paper del rei ha de ser determinant: "Es preciso que en este momento Felipe VI sea el motor de la reforma actualizando la Corona como el vértice de una monarquía federal... El Jefe del Estado dispone de una indudable capacidad de neutralidad activa, es decir, ajena a intereses concretos". A la vista del seu discurs del 3 d'octubre del 2017, no sembla que la neutralitat del monarca envers Catalunya sigui la més idònia.

Els federalistes catalans i espanyols, per definició, han estat fervents defensors i impulsors de la república com a forma democràtica, igualitària i justa per aplicar un sistema federal de govern. No es coneix cap partit monàrquic que, al llarg de la història, s'hagi manifestat a favor d'una federació hispànica, per tant, difícilment es pot concebre un estat federal espanyol dins la monarquia borbònica, que va foragitar la Segona República i va restaurar la dictadura franquista. Per aquest motiu semblaria que la constitució de la Federació de Pobles Ibèrics, com deia el president Macià, passa per la proclamació d'una constitució republicana i democràtica.

I ara on som?

És obvi que no existeix cap sistema perfecte de govern, però dintre de la democràcia, la federació de territoris ofereix notables avantatges sobre el sistema centralista, unitari i uniformitzant. En aquesta direcció sembla que vol anar la Unió Europea, tot i que encara queda molt per fer, però almenys el BREXIT demostra que ha respectat el dret de sortida, que és inherent al dret a decidir.

Ara mateix a l'Estat espanyol el debat sobre federalisme i república no es planteja ni s'espera, només a Catalunya es demana una república, que no és precisament la hispana, sinó la catalana.



RESPOSTES AL TEMA DE DEBAT DE LA REVISTA NÚM. 96: Els catalans poden considerar-se una Minoria Nacional Oprimida

Resposta 1

He llegit el vostre article amb molt d'interès, i, vistes les raons que exposeu, basant-vos sobretot en les raons que deriven de la Carta de les Nacions Unides, diria que per descomptat que ens en podem considerar. De tota manera, ha arribat un moment en el què, vist el que està passant, ja m'és força igual si formalment ens podem considerar una Minoria Nacional Oprimida (MNO) o no. Em sembla que no costaria gaire de trobar gent que consideraria que no complim estrictament algun dels requisits per ser considerats com a tal minoria. I encara serien capaços de dir que en nostre cas el concepte "Nacional" o el concepte "Oprimida" no acaben d'encaixar en el que diuen les Nacions Unides, i que, per tant, negada la major, no tenim dret a reclamar res. No sé si m'explico: tant me fa si compleixo o no criteris de MNO. El que sí veig, i veiem molts del que treballem i vivim a Catalunya, és que ens tracten d'una manera idèntica a com es tracten les MNO.

És evident que som una minoria, sobre això no hi ha cap dubte. Encara hi ha qui per ignorància o per mala fe (o per totes dues motivacions) és capaç de negar-ho. Però és que la tradició històrica de l'Estat Espanyol, sigui quina sigui la que hagi estat la casa reial de torn o la seva forma de govern, ha estat incapaç ni tan sols de conviure amb les minories, qualsevol minoria. L'hegemonia d'una de les parts d'Ibèria sobre totes les altres ha estat històricament un fet, un fet que potser no és ara l'hora d'explicar. Però la conseqüència d'aquesta hegemonia la continuem patint des de fa segles encara ara. La matriu de l'Estat espanyol no permet altra cosa, perquè en aquesta matriu hi ha incrustat des de sempre la falta de respecte a les minories, nacionals o no, però per descomptat oprimides. Ha estat, és i continuarà sent així perquè aquest Estat sota el qual vivim és incapaç de ser d'una altra manera. I malgrat que avui dia aquest Estat vulgui presumir que les coses han canviat, la veritat de fons és que com comunitat nacional no ens reconeixera mai, ni mai faran el que haurien de fer per la nostra llengua ni per la nostra cultura, perquè la viuen i veuen com una nosa davant de la cultura dominant. La diferència

es tolera, però recordem si us plau el significat de la paraula tolerar. Es absolutament restrictiu. Els fem nosa, però ens han de tolerar, com un gra que els ha sortit tot d'una. Res del que sigui diferent es viu des del centralisme de sempre com un fet enriquidor, sinó com una amenaça a una superioritat que ve de segles.

No sé si formo part d'una MNO, em sembla que sí, però en qualsevol cas em sento tractat com a tal, per la falta de respecte a la meua cultura i a la meua llengua, per la negació d'alguns dels drets més fonamentals que recull la Carta de les Nacions Unides, com el dret a l'autodeterminació, perquè estic fart de tantes mostres diàries de falta de respecte cap al que som. I per acabar-ho d'adobar, tot això ve emmarcat en una dinàmica econòmica de tipus extractiu, perquè fins i tot els representants d'aquest estat tan tolerant han acabat reconeixent el que ens deuen en termes econòmics. Ho han rebaixat, és clar, però no poden negar que el saldo és al nostre favor. No saben ni pagar el que deuen.

Acabo, no sé si formo part d'una MNO, però com ciutadà d'aquest país que anomenem Catalunya, em sento poc respectat (no em parlin de tolerància, si us plau), mal mirat i estafat. I el que més clar veig és que en aquest marc en que ens trobem, l'estructura d'aquest estat no canviarà mai. És impossible. Marxem, si us plau.

Jordi Juncà i Piera

Resposta 2

En el darrer butlletí del mes de desembre, la Vocàlia de Debat i Participació de l'AAVVEE preguntava: Som una minoria Nacional oprimida? fent referència als catalans i catalanes.

La definició de grup minoritari o minoria es refereix a una categoria de persones que experimenten un perjudici en comparació dels membres d'un altre grup socialment dominant.

En el mapa que podeu veure, del 1852, queda ben palès on és la minoria pretesament assimilada o sotmesa i per part de qui.

Podríem fer un llistat interminable de situacions on el fet de ser català és consi-



derat com una cosa negativa i/o dolenta a l'Estat i també a casa nostra.

La falta de respecte per la nostra condició nacional acostuma a donar-se amb més freqüència amb funcionaris com inspectors, els cossos de seguretat com la Guàrdia Civil o la Policia Nacional i fins i tot els mossos, que van fer vaga de llengua catalana per reivindicar millores laborals.

El conseller Jordi Rull, explicava que el funcionari de la presó l'anomenava català i traïdor con si pertanyer a la minoria catalana sigui alguna cosa dolenta. Aquesta mateixa setmana la diputada Laura Borràs era assetjada a l'entrada del Congrés, a Madrid, per policies del sindicat *Jusapol* enmig de la passivitat dels policies de servei davant del Congrés. A més de negar-li la protecció, els altres policies que es manifestaven l'han empaitat pel carrer, han sacsejar el taxi en que ha pogut fugir i l'han insultat dient-li: puta catalana, filla de puta. Us imagineu que a una diputada d'un altre territori li diguin p. castellana o p. extremeña?

Potser no tothom sap les conseqüències del 155: es va posar en marxa per impedir el desenvolupament polític i econòmic de Catalunya, deixant d'invertir el que corresponia a la nostra Comunitat Autònoma, però mantenint del dèficit fiscal. El resultat de les eleccions del 21 de desembre va fer palès que els vots dels catalans no mereixen ser tinguts en compte, canviant els presidents fins a tres cops i anul·lant les lleis del Parlament perquè qualsevol llei espanyola és superior.

Som una MINORIA NACIONAL OPRI-MIDA? FINS QUAN?

Isabel Carrasco



Dinar de germanor 2020

Dissabte, 19 de gener de 2020, un dia de sol esplèndid i sense fred, hora de dinar.

Molta gent va cap al carrer Urgell; no, no cap al teatre, avui toca dinar de germanor a La Capricciosa, a Urgell 196, prop de Rosselló. Aquest dinar es fa cada any i, aquest cop, ens hi vam reunir més de trenta persones. És evident que no podem dir tots els noms dels assistents, però sí que hi havia tota la vocalia, la Montse Roma i les noies d'or, la presidenta, la Sylviane, amb el Lluís, els nostres amics de CIP AIS i molts altres amics més.

Podeu creure que en tants anys que funcionem no havíem anat mai a una pizzeria? Ja tocava! Ens van fer un dinar de degustació amb entrants, pasta i, és clar, no hi va

faltar la pizza. Tot realment bo i amb un servei molt agradable.

Van ser uns moments de convivència molt agradables que no sempre podem tenir, ja que moltes vegades ens dediquem a les reunions i a preparar activitats i no tenim gaire temps per parlar. Una ocasió per compartir experiències que va acabar amb un bonic discurs de l'Angelina.

Gràcies a tothom: a l'Angelina per organitzar-ho, al restaurant pel bon servei i a la gent que va venir per acompanyar-nos!

Us esperem a la propera activitat!

Irene Beltrán





Un problema o una oportunitat? 3 de desembre, Dia de les Persones amb Diversitat Funcional

Si l'Ajuntament ens convida a participar a una exposició de quadres i fotos que han realitzat persones amb diversitat funcional, és una gran oportunitat. Calien només tres obres, no semblava un gran problema, però... els altres centres que participaven tenien ja uns usuaris que dediquen part del seu temps a aquesta activitat, en canvi, nosaltres no tenim una classe dedicada especialment a persones amb diversitat funcional. Dient-ho més clar, altres centres tenien molt material que podien aportar i nosaltres havíem de pensar si participàvem o no.

En principi no semblava possible, però així i tot vam començar a investigar quines persones de les que coneixem amb diversitat funcional ens podrien deixar una obra. No tothom va poder fer-ho. Però al final vam tenir el gust de tenir 2 quadres de Milós González i un d'Ignasi Rúbies. Des d'aquí els donem les gràcies

Per complicar més la situació, el tema havia d'estar relacionat amb la presa de decisions, i cada obra havia de portar un comentari que ho expliqués, els quadres de la Milós amb el vaixell que navegava i els ciclistes ens podien presentar les decisions de viatjar i navegar. El paisatge de l'Ignasi no ho posava tan clar a l'hora de preparar el comentari, vam haver de fer-ho jugant amb el simbolisme dels colors, diferents a cada part del quadre, però ens va agradar el resultat. No volem presumir, però quan s'arribava a Calàbria 66 i es veien a la paret, feien molt de goig

Esperem poder repetir. I com sempre, gràcies als artistes, a l'Ajuntament, a l'IMPD i a les companyes de la Vocalia, especialment l'Angelina... , una feina en equip amb molt bon resultat

Irene Beltrán

Recull líric

El dissabte, 16 de febrer, vam ser al Orfeó Martinenc. Vam poder gaudir d'una gala musical, on grans cantats ens van oferir un tastet de peces d'obres líriques musicals. Va ser molt interessant. Durant la primera part van interpretar àries d'òpera i en la segona ens van delectar amb temes de sarsuela.

Vam passar una tarda molt agradable. Les fantàstiques veus de tenors i sopranos, juntament amb el gran pianista que els acompanyava, van ser un regal per a les oïdes. Com a colofó, van interpretar l'Himne de la Traviata de Verdi.

Vull agrair a Salvador i als companys de l'Orfeó l'atenció, cura i ajuda que van oferir a les persones de la meua vocalia amb dificultat de mobilitat.

Angelina Ramiro

Vocalia de Diversitat Funcional



XERRADA DELS MOSSOS A LA RESIDÈNCIA FRANCESC LAYRET, ADREÇADA A LA GENT GRAN





Orgullosos de la nova generació Solidaritat de la joventut del barri

DAVANT LA SITUACIÓ DEL CORONAVIRUS

El jovent del barri de l'Esquerra de l'Eixample ens posem a disposició gratuïta

- Tenir cura d'infants
- Ajudar amb l'abastiment

Més informació a:

- <https://t.me/eenscuidem>
- eenscuidem@gmail.com
- [@EEenscuidem](https://twitter.com/EEenscuidem)

#EEenscuidem

Xarxa de suport mutu de l'Eixample Esquerra

El **Jovent del barri** ens hem organitzat per donar resposta allà on les institucions no arriben a causa de **les retallades als serveis públics**.

Si tu o algú que coneixes necessita ajuda durant aquesta situació **fes-nos-ho saber!**

- <https://t.me/eenscuidem>
- eenscuidem@gmail.com
- [@EEenscuidem](https://twitter.com/EEenscuidem)

#EEenscuidem

Si no disposes d'aquestes xarxes apuntat aquí:

Día internacional de acción contra la Comercialización de la Salud
7 de abril de 2020

NUESTRA SALUD NO SE VENDE

¡Muestra tu apoyo el 7 de abril!

1. Cuelga tus mensajes en una hoja blanca en lugar visible o haz una pancarta en casa
2. Toma una foto con tus mensajes
3. Compartelos en las redes sociales
 - agrega el hash tag #health4all y / o #salutpertotes
 - envíalo a tus líderes políticos

ESCAMPEM LA SOLIDARITAT NO EL VIRUS

#HEALTH4ALL
#SALUTPERTOTES

Para más información:
europe-health-network.net | pffmovement.org

BARCELONA CUIDA

L'espai d'informació i orientació Barcelona Cuida atén consultes de treballadores de la llar i de les cures i de famílies cuidadores

<p>TREBALLADORES DE LA LLAR I DE LES CURES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dubtes sanitaris de protecció 93 413 25 55 De dl. a dv. de 8 a 15 hores • Suport emocional 900 505 805 Clau: DOMICILIO 2020 De dl. a dg. de 6 a 24 hores • Assessorament jurídic 93 234 61 22 dm. de 15 a 20 hores, dv. de 10 a 15 hores, i ds. i dg. de 10 a 14 hores dretsllaborsasm@barcelonactiva.cat 93 234 61 21 dl. de 9.30 a 18.30 hores, i dc. de 9.30 a 14.30 hores 	<p>FAMÍLIES CUIDADORES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Suport a famílies amb algú contractat per fer tasques de la llar o de cures 93 443 30 40 De dl. a dv. de 10 a 13 hores anempereina@pangea.org
---	---

i

+ Info a Barcelona Cuida
93 413 21 21
De dl. a dv. de 8 a 14 hores
barcelona.cuida@bcn.cat



Donem suport al reconeixement de plens drets per a les treballadores de llar i cures, també en la crisi sanitària

Associacions de treballadores de la llar demanen el suport ciutadà perquè el Govern aprovi, amb millores, el subsidi extraordinari que està estudiant per a aquest col·lectiu essencial.



No obriu **missatges** de correu, ni **missatgeria electrònica** amb informació sobre el COVID-19 amb arxius adjunts

No obriu **enllaços** inesperats a webs o documents relacionats amb el COVID-19 amb arxius adjunts

No descarregueu **programaris** ni aplicacions no oficials amb informació de l'abast del COVID-19

SI FEU TELETREBALL SEGUIU LES RECOMANACIONS DE SEGURETAT DE LA VOSTRA EMPRESA

SI TENS DUBTES CONTACTA AMB LA NOSTRA BÚSTIA A MOSSOS.CIBERSEGURETAT@GENCAT.CAT

ULL AMB LES CIBERESTAFES!



mossos d'esquadra



Generalitat de Catalunya
Departament d'Interior

mossos d'esquadra



Si durante estos días de confinamiento detectas alguna situación de abuso y/o violencia en tu entorno, avisanos.
¡Estamos a tu lado!

Generalitat de Catalunya

112

REIS

#ConfinamentSegur



DAVANT D'UNA SITUACIÓ DE VIOLENCIA MASCLISTA, NO DUBTIS!

面对家庭暴力，你不要犹豫！



SARA (SERVEI D'ATENCIÓ, RECUPERACIÓ I ACOLLIDA) SARA (接待、恢复及庇护服务)

93 291 59 10 / 93 291 59 20 C. Marie Curie, 16

De dill. a div. de 9.00 a 15.00 hores (urgències fins les 13.00 hores) 周一到周五, 9点到15点 (紧急服务至下午13点)



CUESB (CENTRE D'URGÈNCIES I EMERGÈNCIES SOCIALS DE BARCELONA) CUESB (巴塞罗那社会紧急及应急事务中心)

900 70 30 30 C. Llacuna, 25

TAMBÉ POTS TRUCAR A: 你也可以拨打以下电话



900 900 120 / 016
TELÈFONS GRATUÏTS CONTRA LA VIOLENCIA MASCLISTA
24 hores al dia / 365 dies
反男性暴力免费热线
24小时 / 365天



112
POLICIA I SEM
警察和SEM (医疗
应急服务)

