

## LES CORTS

Les Corts · Maternitat ·  
Pedralbes

Barcelona recordará la  
prisión de mujeres de Les  
Corts con un proyecto  
memorial

En marcha una nueva  
edición de la ruta  
gastronómica 'De Tapes  
per Les Corts'

## SARRIÀ-SANT GERVASI

Sarrià · Sant Gervasi  
Les Tres Torres · Barris  
de Muntanya

Inaugurado el nuevo  
Casal de Gent Gran Sant  
Ildefons, más espacioso  
y con más servicios  
para los usuarios

La Mostra de Teatre  
Amateur celebra su  
quinta edición este mes  
de noviembre





[www.redkomunica.com](http://www.redkomunica.com)
**Dirección Editorial**

Laura Benítez García

**Dirección Comercial**

Juan Castilla Medina

**Redacción y maquetación**

Virginia Gutiérrez

Marta Varillas

**Publicidad**

Silvia Díaz

**Contacto**

93 015 33 61

[info@redkomunica.com](mailto:info@redkomunica.com)[prensa@redkomunica.com](mailto:prensa@redkomunica.com)**Gestión y Distribución**

Grupo OTO Media, SL

C. Rosa Luxemburg, 11A

08840 Viladecans

CIF: B-66171174

**Depósito Legal**

B 24.314-2014

**Publicación gratuita con  
100.000 ejemplares en 5  
ediciones, distribuidos en  
buzones y comercios  
Con CEI (Certificado de  
ejemplares impresos)**



**komunica**  
La publicidad que conecta

# 35 anys treballant per un envelliment actiu, saludable i socialment productiu

## R. Federació d'Associacions de Gent Gran de Catalunya (Fatec)

Vivim un important canvi demogràfic que suposarà que en només 30 anys es doblí el número de persones grans a la nostra societat, arribant a representar un 35% de la població. Aquest canvi obliga a que, més que mai, la gent gran deixi de ser simple espectadora del que passa al seu voltant i esdevingui un veritable actor social. Només d'aquesta manera es pot donar visibilitat a les problemàtiques específiques de les persones grans, reivindicant els canvis necessaris en la societat per fer front al futur de la nostra societat. Per això va néixer la Fatec fa ja 35 anys.

La Fatec és una entitat sense ànim de lucre que neix el 1983 amb l'objectiu de fomentar activitats i accions a favor de la promoció de la gent gran dins la nostra societat, impulsant l'envelliment actiu i saludable, potenciant el benestar físic i mental, treballant per la prolongació de l'autonomia personal, i lluitant contra la discriminació per edat.

La Fatec és l'espai comú de l'associacionisme de la gent gran i la plataforma perquè la seva veu pugui arribar davant el poders públics, polítics i socials, de tots els nivells. Formada per voluntaris, la Fatec representa a casals, llars de jubilats, ateneus, centres cívics i associacions de gent gran que s'hi han afiliat, agrupant prop de mig milió de persones. Amb més de 700 entitats federades i adherides, la Fatec ha esdevingut l'organització més representativa de la gent gran de Catalunya, essent reconeguda amb la Creu de Sant Jordi de la Generalitat de Catalunya l'any 1999. L'acció de la Fatec es produeix en cinc àmbits principals:

- reivindicatiu: identificant necessitats del col·lectiu i gestionant la seva resolució davant els poders públics.
- participatiu: col·laborant amb la societat, les seves institucions, els



organismes i les diferents forces per tal d'adaptar la societat i el país a les noves realitats i als canvis demogràfics

- relacional: estant present de forma activa en totes les entitats, organitzacions i institucions per fer sentir la veu de la gent gran
- comunicacional: per fer arribar a la societat les mancances i demandes de la gent gran
- de serveis: organitzant i oferint serveis i programes dirigits a les persones grans, fomentant l'envelliment actiu a través de la formació, la participació i el debat.

La Fatec ha portat a terme més de 30 programes anuals i projectes dirigits a la gent gran. Alguns dels programes més destacats de la Fatec són:

- Xerrades sobre pensions, on informar sobre la situació actual del sistema de pensions i debatre sobre el futur del mateix.
- Tallers sobre prevenció als maltractaments a la gent gran on donar eines i recursos per identificar-ne els casos i denunciar-los.
- Projecte de lluita contra la pobresa energètica, assessorant sobre el bo social (acompanyant els possibles sol·licitants durant el procés) i formant sobre com reduir

la despesa energètica.

- Cursos d'adaptació a les noves tecnologies, per ensenyar a la gent gran l'ús de les noves tecnologies de la informació i la comunicació, ajudant a acabar amb la bretxa digital generacional.
- Cursos de preparació per la jubilació, adreçats a gent jubilada o a punt de jubilar-se per ajudar a fer front a tots els tràmits i canvis en aquesta nova etapa vital.
- Programa + Plus Vida, per promoure l'envelliment sa i actiu a través de l'activitat física adaptada per a la gent gran.
- Programa de visites a residències, per valorar les seves característiques i el seu funcionament, ajudant així a decidir a quina s'hi vol viure.
- Projecte de mentories d'acompanyament per donar suport als joves en risc d'exclusió social i acompanyament en el seu procés d'emancipació.

Altres programes de l'entitat són sortides turístiques, tallers de prevenció i formació, programes d'activitats en piscina...

Pots conèixer més sobre la Fatec a través del seu web ([www.fatec.cat](http://www.fatec.cat)), per e-mail ([fatec@fatec.cat](mailto:fatec@fatec.cat)), per telèfon (93 215 02 33) o visitant la seva seu (C/ Casanova 36, Barcelona).

# Expertos debaten sobre neurociencia y emociones en las aulas en Gavà

Más de 500 personas asistieron al 7º Congreso 'Henry Dunant', un encuentro entre profesionales del ámbito de la educación, que contó con 9 prestigiosos ponentes



## R. Komunica-Press

Los pasados 4 y 5 de octubre, el Espai Maragall de Gavà acogió el 7º Congreso 'Henry Dunant' en el que se debatió sobre neurociencia y la gestión de las emociones en el aula. Más de 500 asistentes, en su mayoría profesionales del mundo de la docencia, pudieron conocer y reflexionar sobre diversas cuestiones cómo de qué manera aprende el cerebro, la influencia

de las emociones en el aprendizaje, el bienestar emocional en las aulas, etc... Todo ello, de la mano de nueve prestigiosos ponentes del ámbito de la educación y la neurociencia.

El congreso se dividió en dos jornadas. La primera, centrada en Neurociencia, se inició con la conferencia del filósofo y escritor José Antonio Marina, espe-

cializado en inteligencias múltiples y ética y que ha dedicado muchos años a investigar sobre la inteligencia y los mecanismos de la creatividad, así como a la psicología genética, neurología y la lingüística. Marina lanzó a los asistentes un reto: "diseñar urgentemente planes educativos para enseñar a usar bien la tecnología de la inteligencia, la singularidad, que ya tiene fecha de llegada, el 2030, y que supondrá que las máquinas cada vez sean más potentes a la capacidad intelectual humana". La jornada continuó con las ponencias de David Bueno, Marta Portero, Rosa Casafont y Jesús Guillén.

La segunda jornada, centrada en la gestión de las emociones en las aulas, se inició con la conferencia 'Cómo generar aulas emocionalmente saludables', a cargo de Begoña Ibarrola, psicóloga y terapeuta infantil, pione-

ra en dedicarse a la musicoterapia y con amplia experiencia en educación emocional, neuroeducación e inteligencias múltiples.

El segundo día de congreso continuó con las ponencias de Rafael Bisquerra, Anna Carballo y Salva López, que inició su ponencia, totalmente innovadora, a ritmo de rock.

El 7º Congreso 'Henry Dunant' surgió de la pasión de dos personas por ayudar a cambiar y mejorar el Sistema Educativo: Josep Arregui Dalmases (Psicólogo y especialista en Pedagogías Ágiles y Educación Emocional en EmoBrain Learning) y Stéphane García Guirriec (Director del Colegio Santo Ángel de Gavà). El evento fue patrocinado por Cruïlla, Seidor, Fundació SM y Hermex, con la colaboración del Ajuntament de Gavà, la Generalitat de Catalunya, Bauhaus, Educació 3.0, Graó, Scholares, CBC o Julià, entre otros.


**RENAULT**  
Passion for life

## Nova Gamma Renault LIMITED

Des de  
**90€/mes\***

Entrada: 1.535,93€. TAE: 9,25%.  
49 Mesos. Última quota: 5.278,15€.



**1** Any  
d'assegurança

**2** de  
manteniment

**3** de  
garantia

**Renault Gamma Limited: consum mixt (l/100 km) des de 3,6 fins a 6,9. Emissió de CO<sub>2</sub> (g/km) des de 94 fins a 152.** \*Oferta vàlida a la PIB per a particulars/autònoms, per a comandes de l'1 al 31/10/2018 d'un Renault Twingo Limited SCe 52 kW (70 CV), finançant a través de Preference Renault amb RCI Banque, SA, Sucursal a Espanya i lliurant un vehicle a canvi del nou Renault. Exemple de finançament per a Twingo Limited SCe 52 kW (70 CV). PVP amb promocions: 9.045,17€. Preu total a terminis: 11.340,58€. Entrada 1.535,93€. Import Total Degut: 9.804,65€. Import per finançar: 7.509,24€. 48 quotes de 90,00€ i última quota 5.278,15€. TIN 7,95%. Comissió d'Obertura: 206,50€ (2,75%). TAE 9,25%. Regal dels manteniments precontractats amb un màxim de 2, durant 2 anys o 30.000 km (el que abans succeeixi). Assegurança Cotxe a tot risc gratuïta durant el primer any amb franquícia de 600€ amb Mapfre. Regal d'1 any d'Extensió de Garantia: 2+1, 80.000 km (el que abans succeeixi). Permanència mínima: 24 mesos. Import mínim per finançar: 6.000€. RCI Banque, SA, es reserva el dret d'estudi, condicionat i acceptació de la sol·licitud de finançament. Incompatible amb altres ofertes financeres. Model visualitzat: Renault Twingo Zen Energy TCE 90 CV amb llandes de 16" Emblema, paquet look exterior blanc, striping i sostre elèctric de tela. PVP amb promocions 11.605,98€.

Renault recomana 




[renault.es](https://www.renault.es)

**RENAULT BARCELONA**  
Marquès de Sentmenat, 28-36. Tel. 93 444 78 71. BARCELONA  
Av. Països Catalans, 24-26. Tel. 93 470 26 00. ESPLUGUES DE LLOBREGAT





# Presentat el projecte del monument a la presó de Dones de les Corts

Es tracta de la iniciativa guanyadora del concurs d'idees presentat per l'Ajuntament de Barcelona



## R. Komunica-Press

Ja es coneix el projecte guanyador de la segona fase del concurs d'idees convocat per l'Ajuntament de Barcelona. Es tracta d'un conjunt commemoratiu que recordarà l'existència de la presó de Dones de les Corts. D'aquesta manera, es dona resposta a una llarga reivindicació de la societat civil, que fa anys que lluita per recuperar la memòria d'aquest espai de repressió i empresonament de dones, moltes d'elles per motius polítics.

L'equip guanyador està format per Núria Ricart, professora de Belles Arts de la Universitat de Barcelona; Jordi Henrich, arquitecte; i Fernando Hernández Holgado, historiador

i coordinador del projecte "Memòria Presó de Les Corts".

El regidor del districte de les Corts, Agustí Colom, ha recordat que "la presó de dones forma part de la memòria negra del districte" i ha lloat la reivindicació permanent de dones i entitats per tirar endavant aquest "element de reconeixement". El comissionari de Programes de Memòria, Ricard Vinyes, ha destacat que "serà un espai memorial, que generi intimitat i que vol ser un homenatge a l'univers penitenciari femení". A la vegada, Vinyes ha destacat que aquest projecte ha complert amb escriure "amb les condicions de pedagogia, participació

i publicitat, que faran que deixi de ser un espai ignorat, que s'havia esborrat de la memòria".

Un total de cinc projectes es van presentar al concurs d'idees. A més del contingut artístic, els criteris de valoració del jurat van tenir en compte la consideració de la memòria de les preses i víctimes – sense la seva excessiva jerarquizació–, la limitació en l'ús de tecnologies, l'impacte a l'entorn urbà, i la viabilitat per dur a terme el projecte.

El projecte guanyador destaca per la creació d'un espai públic pacífic que inclou tot el perímetre de la desapareguda presó, amb una intervenció memorialista centrada en l'ampliació del xamfrà nord-oest dels carrers Joan Güell i Europa, on des del 2014 hi ha un monument efímer, format per tòtems informatius. Els actuals tòtems esdevindran permanents i seran el suport commemoratiu del projecte. El terra es pavimentarà amb peces de basalt i s'afegirà un monument minimalista, format per sis grans pedres d'esculleres procedents de diversos orígens de la península. Gravades al terra i lligades a cada una de les pedres, s'inclouran inscripcions amb informacions històriques sobre el que fou la presó de dones durant el franquisme.

Està previst que les obres comencin al gener de 2019 i tinguin una durada de sis mesos.

Tres cortsencs d'honor i deu entitats homenatjades



## R. Komunica-Press

Dins els actes de Festa Major, el passat 10 d'octubre va tenir lloc l'acte d'homenatge a les entitats i la proclamació de la cortsenca i els cortsencs d'honor de l'any. Enguany, i de manera extraordinària, es va prendre la decisió d'atorgar tres reconeixements d'honor. Un a Florián Gutiérrez, més conegut amb el sobrenom de 'Guti', per la seva dedicació al menjador social de la Parròquia de Santa Tecla; un altre a M<sup>a</sup> Victoria García Gaitero: mestra de professió que ha intervingut activament en la vida social de les Corts; i un altre a Manel Martí i Salvador, fundador de l'Associació Discapacitat Visual Catalunya.

També es va fer entrega del guardó a les entitats que enguany celebren una efemèride: l'Ateneu Popular de les Corts (10 anys), la Institució Cultural de les Corts (ICC) (25 anys), el Grup de Dones del Casal de les Corts (25 anys), l'Associació Veïns Sant Ramon (40 anys), l'Associació de Veïns de Pedralbes (40 anys), l'Escola Lavinia (50 anys), la Banda de Música del Col·legi Pare Manyanet (50 anys), la Fundació Pere Tarrés (60 anys), l'Orfeó de les Corts (60 anys) i l'Escola Ausiàs March (125 anys).



**lisclean**  
jardinería y limpieza

**SERVICIOS DE JARDINERIA**  
LIMPIEZA DE COLECTIVIDADES COMUNIDADES  
Pide tu presupuesto sin compromiso.  
En Lís Clean disponemos del mejor servicio de limpieza y jardinería para cubrir sus necesidades.



MANTENIMIENTO JARDINES & PISCINAS COMUNIDADES

C/ LLUÍS COMPANYS, 19 VILADECANS 649 118 508 · 93 637 58 69 WWW.LISCLEAN.ES

VINE A BUSCAR  
**JAE L CAT À LEG**  
**DEN ADAL!**



**BLACK**  
~~FRIDAYS~~

FINS **60%** DTE.

MÉS DE **100** ARTICLES

**NOMÉS DEL 17 AL 26 NOVEMBRE**

**BARCELONA: C.C. GLÒRIES BOTIGA INSIGNIA**

**BARCELONA:** C.C. ILLA DIAGONAL. Avda. Diagonal, 545. Antic MIRÓ (dins CAPBRABO)

**BARCELONA:** C/ Craywinckel, 12

**DRIM.ES**



# Lo usuarios del área de ocio para perros de Bacardí protestan por sus deficiencias



## R. Komunica-Press

Aristas que cortan, drenaje deficiente, bancos inservibles.... Los usuarios del área de ocio para perros de los Jardines de Bacardí, inaugurada hace tan solo 7 meses, aseguran que acumula muchas deficiencias. Por un lado, creen que ha tenido un rápido deterioro y no se ha hecho el mantenimiento necesario. Por otro, consideran que hay elementos que se diseñaron mal desde un inicio y que no se siguieron los consejos de los expertos que participaron en las reuniones que se hicieron para definir cómo sería este espacio.

Según los usuarios, hay varios elementos que son peligrosos. Por ejemplo, los bancos son bloques de piedra con aristas que pueden provocar lesiones a los animales si topan con estos mientras corren. Además, añaden que son demasiados bajos, de forma que muchos perros orinan y quedan inservibles para poderse sentar.

También creen que los juegos y los elementos para practicar la agilidad de los animales se tendrían que haber ubicado en un espacio apartado y delimitado, ya que actualmente representan un obstáculo para los perros cuando corren. La arena que se ha utilizado en todo el espacio

tampoco les parece adecuada, ya que no drena correctamente y además genera heridas a las almohadillas de las patas de los perros.

No solo encuentran deficiencias que afectan a las mascotas. Los usuarios también creen que el espacio es peligroso para las personas que acompañan los perros. Por ejemplo, dicen que la rampa de acceso es resbaladiza y que es muy fácil caer y aseguran que los árboles han sido cerrados con unas rejas que pueden provocar heridas.



Para mostrar su malestar, los usuarios han preparado y puesto una serie de letreros que indican todas las deficiencias que han ido encontrando en la zona y piden que se cierre el espacio hasta que se tomen las medidas para adecuarlo y hacerlo seguro para todos.

## Reportaje

## Empresa



Andoni Rodríguez  
Especialista en estrategia,  
eficacia y digitalización  
comercial B2B, 2.0  
Tel.: 937 021 977  
andoniurdg@ardgconsulting.es

## Las 12 habilidades comerciales del comercial/ejecutivo que enamoran a sus clientes. PARTE 2

En esta segunda parte hablamos de más claves para las habilidades comerciales:

### Clave 6: Centrado en la compensación total, win win.

Busca siempre acuerdos donde ganes tanto tú como tu cliente. Si sólo gana una parte, la operación no será recurrente en el tiempo.

Hay que ser asertivo para conseguir recurrencia en la venta, el coste de adquisición de un cliente/cuenta es muy elevado para que todo termine en una sola venta u operación.

### Clave 7: Combina y maximiza tus activos y elementos eficientemente.

Dispones de activos (tiempo e inteligencia) y de elementos (objetivos y clientes), tienes que ser capaz de combinarlos de la forma mas efectiva posible, son cuatro palabras que hay que meter en una cocteleira, el resultado es el "coctel" como resulta depende única y exclusivamente de la combinación de los ingredientes; tu tiempo, tu inteligencia, tus objetivos y tus clientes.

Combinalos y maximízalos para lograr ser lo más eficiente posible en el proceso comercial.

### Clave 8: Credibilidad.

Hay que ser creíble, generar empatía y tener una potente marca personal.

La credibilidad se genera por lo que sabemos hacer, no por lo que hacemos.

No importa el cargo que tengamos, ni la experiencia o la formación, lo que realmente importa es lo que sabemos hacer con todo eso, qué estamos aportando de forma diferente.

### Clave 9: Gestiona bien el cómo vs. el qué.

El "qué" nos viene dado por nuestra empresa, producto, entorno..., no obstante, cómo lo gestionemos depende única y exclusivamente de

cada uno de nosotros. Debemos de dejar de apalancarnos en las limitaciones del qué; mi empresa, la competencia, mi jefe, mis productos/servicios, etc., esto son "excusas" el qué no lo puedes cambiar pero el cómo si lo puedes gestionar como tu decidas. Céntrate en como afrontar las cosas y gestionarlas y deja de ponerte excusas basadas en lo que no puedes cambiar.

### Clave 10: Actitud.

Una actitud positiva y proactiva por encima de todo, porque la reactividad ha muerto.

Primero sonríe y luego ya decidirás el motivo. Si vas con actitud positiva atraes a clientes y personas con actitud positiva, si llevas negatividad allí donde vayas solo recibirás lo mismo.

La actitud no es lo mismo que la motivación y no olvides que lo peor que os puede pasar es encontraros con un chusquero motivado.

### Clave 11: Busca complementarte.

Concéntrate en complementarte con tus superiores, homólogos e inferiores, potenciando las habilidades y talento de los demás para sumarlas a las nuestras.

Juega tácticamente complementándote, en un proceso de equipo coordinado, no a base de pelotazos sino de tiki-tika.

### Clave 12: Sé un estratega a la anti-guianza.

Utiliza el pensamiento estratégico, la capacidad de reflexión y análisis, para plantearte que quieres conseguir y por qué.

No seas un pollo sin cabeza, busca tiempo para parar y reflexionar, porque no por hacer muchas cosas a toda prisa somos mejores o más importantes.

La clave está en hacer sólo lo que se puede hacer de una forma excelente.

# En marxa la segona edició de la ruta gastronòmica 'De tapes per les Corts'

El Districte de les Corts, juntament amb els cinc eixos i associacions comercials del territori, ha posat en marxa la segona edició d'aquesta iniciativa, que es farà els dimecres del 10 d'octubre al 31 de desembre



## R. Komunica-Press

Tots els dimecres fins al 31 de desembre teniu una cita al districte de les Corts. Una cita amb els cinc sentits, però on gaudiran, sobretot, l'olfacte i el gust. I és que el Districte, juntament amb els cinc eixos i associacions de comerciants, engeguen la segona edició de la ruta De Tapes per les Corts.

La iniciativa ofereix una ruta pels barris per tal de conèixer i de gaudir de la oferta gastronòmica existent a bon preu. En aquesta segona edició, un total de 37 establiments ofereixen la seva tapa més una beguda (aigua, refresc o canya, o altres segons l'establiment) per només 2,50 €.

Sorgida de la col·laboració entre Districte de les Corts i els eixos i associacions comercials dels tres barris (Mercat de les Corts, Eix comercial Sants – les Corts, el Mirall de Pedralbes, El Cor de les Corts i les Corts Comerç 08028), la Ruta de Tapes d'enguany compta amb algunes novetats: un concurs a l'Instagram, el reconeixement de la millor tapa i fins a cinc xerrades informatives sobre alimentació saludable.

## Varietat gastronòmica

En aquesta segona edició, es podran degustar un total de 37 tapes diferents. Entre elles, trobem clàssics que mai fallen com patates braves, ou estrellat amb pernil i patates, bacallà amb sanfaina, pintxo de xistorra de Navarra, pop 'a feira' o torrada amb tomàquet, pernil ibèric i formatge manxec.



Però també hi ha d'altres més innovadores com salmó fumat amb glacejat de guacamole i terra d'olives negres, samoses farcides de patata, pèsols i espècies aromàtiques o pannacotta d'ajoblanco amb vinagreta de raïm i sardina fumada, entre d'altres propostes.

## Concurs a Instagram!

Enguany, l'organització vol saber

quina és la tapa preferida per la gent. Per això, es posa en marxa un concurs a través de la xarxa social d'Instagram. Només cal fer una foto a la tapa, i pujar-la a Instagram amb el hashtag (etiqueta) #tapeslescorts18 i el nom de l'establiment. Els participants entraran en el sorteig que organitzen els eixos i associacions comercials, de cinc vals de compra de 100 € per consumir en els comerços adherits a les diferents associacions.

D'altra banda, la tapa més votada a través de l'Instagram rebrà un diploma de reconeixement lliurat pel Districte de les Corts i membres de les associacions de comerciants.

## Xerrades sobre alimentació saludable

Enguany, i com a principal novetat de la Ruta de Tapes, es realitzaran cinc xerrades informatives sobre alimentació saludable i sostenible, amb tècnics especialitzats en la matèria, que oferiran consells i recomanacions.



## Exposició "Violència masclista en la parella: desmuntem mites?"



## R. Komunica-Press

Este mes de noviembre la Biblioteca Montserrat Abelló acoge la exposición "Violència masclista en la parella: desmuntem mites?".

Esta exposición propone una revisión de algunos mitos asociados al amor romántico y a la violencia machista. Por ejemplo, desmonta la creencia de que somos personas incompletas que necesitamos buscar otra para conseguir la plenitud, que se tiene que renunciar a todo por amor, que si alguien siente celos es porque te quiere o que es necesario sufrir poder mantener una relación. A la vez, ofrece ideas y elementos de reflexión para transformar estos mitos y creencias y avanzar, así, hacia unas relaciones libres violencia machista.

La muestra, que se podrá ver del 6 al 28 de noviembre, està cedida per l'Institut Català de les Dones y llega a Les Corts en el marco de la celebración del 25N, el Dia Internacional contra la Violencia Machista.

El horario para visitar la exposición, que se instalará en el vestíbulo de la Biblioteca será lunes, martes, jueves y viernes de 10 a 20.30 horas.



## Inaugurat el nou Casal de Gent Gran Sant Ildefons

El nou espai renovat té 407,54 m<sup>2</sup> i capacitat per 170 persones



### R. Komunica-Press

El districte de Sarrià-Sant Gervasi ha inaugurat el nou Casal de Gent Gran Sant Ildefons, un espai que ja existia i que s'ha renovat per tal de millorar les condicions de les persones usuàries.

Aquest casal ha funcionat durant anys gràcies a la gestió de voluntaris de la parròquia de Sant Ildefons. L'Ajuntament de Barcelona i la parròquia van arribar la primavera passada a un acord pel tal de consolidar l'equipament al barri i millorar-lo, que consisteix en la cessió de dret de superfície durant 25 anys. D'aquesta manera, la parròquia ha cedit l'ús de l'espai a l'Ajuntament i aquest s'encarregarà de la seva gestió.

El casal renovat té 407,54 m<sup>2</sup> i capacitat per 170 persones, i obre de dilluns a divendres, de 10 a 13 i de 16 a 20 hores. Entre les activitats més destacades hi ha tallers i espais de participació.

### Més llum natural i espais oberts

L'obra realitzada ha potenciat un espai d'accés exterior per ubicar una rampa destinada a salvar el desnivell del carrer, minimitzar la sensació de passadís i propiciar l'entrada de llum natural. A més, s'han alliberat dos patis i s'han creat espais polivalents, oberts i flexibles, al voltant d'aquests. També s'han adaptat les sortides d'emergència a la normativa vigent.

## Vecinos de Ballester reclaman mejoras



### R. Komunica-Press

Una treintena de vecinos y vecinas de la calle de Ballester, en el barrio del Putxet, ha creado la plataforma **Pacíficquem Ballester**. Hace años que piden al consistorio que reduzca el tráfico de esta calle residencial de zona 30, por donde pasan todo tipo de vehículos a gran velocidad, entre ellos, camionetas y camiones.

Según explican, la razón del elevado volumen de tráfico rodado es "porque esta calle se utiliza de atajo hacia la ronda del General Mitre desde la avenida de la República Argentina". De momento, desde la creación de la plataforma, el Ayuntamiento ya ha retirado dos señales donde se indicaba que por allí se accedía a la ronda

del Mig y ha instalado un contador de vehículos. Pero los vecinos piden más. Quieren humanizar la calle donde, explican, "cada vez hay más tráfico y es peligroso porque las aceras son muy estrechas, los coches van muy rápido y hay mucho ruido y contaminación".

Para disminuir el tráfico piden que se pongan pasos elevados a los cruces y que se prohíba la entrada de camiones. También sugieren cambiar de sentido una parte de la calle o poner pilones para restringir el acceso. La plataforma también reclama que se amplien las aceras para que sean más transitables por los peatones y se ponga arbolado para hacerlo más amable para los vecinos.

FORMACIÓN | CONSULTORIA | TECNOLOGÍA

# ¿Has iniciado tu Transformación Digital?

No lo retrases más, tu negocio no puede esperar.

www.marcvidal.net

MARCVIDAL

Tel. 689 603 445



# Torna la Mostra de Teatre Amateur de Sarrià-Sant Gervasi

Del 2 al 28 de novembre, torna la iniciativa del Districte per **promocionar el teatre local** amb la col·laboració de diferents entitats i companyies de teatre amateur dels barris



## R. Komunica-Press

A Barcelona es poden veure cada any obres de gran qualitat i prestigi. El teatre amateur, però, també té un circuit molt potent i aquests dies es demostra al districte amb la

celebració de la cinquena Mostra de Teatre Amateur de Sarrià Sant Gervasi, que arrencarà el proper 2 de novembre al Centre Cívic Vil·la Florida.

L'estrena del cicle d'enguany, anirà de l'Elenc Teatral J.V. Foix. Amb la seva versió del clàssic *El Método* Grönholm, una obra basada en un procés de selecció de personal per a un càrrec directiu d'una gran empresa multinacional.

La mostra, que té programats quatre representacions més, continuarà el dia 7 amb *'Guaperas'*, del Grup de Teatre La Matraka. Es tracta d'una obra que planteja l'etern conflicte romàntic entre la realitat i el desig.

La següent obra, la del 14 de novembre, una altra adaptació d'un clàssic del teatre: *'La Extraña Pareja'*, que anirà a càrrec del Grup de Teatre Ocellasos de Sant Oleguer. La comèdia, que narra la convivència entre dos amics amb personalitat molt diferent, es va estrenar a Broadway als anys 60.

El dia 21 de novembre serà el torn del Grup de Teatre Lisistrates, amb l'obra *'Germanes'*, on, al voltant de la taula de la cuina d'una casa de camp, una família es retroba arran de la mort del pare: la mare obrint pas a una nova etapa de vida, tres germanes amb poques coses en comú, un nét en plena adolescència i un gendre acabat d'estrenar.

Per últim, el Grup de Teatre de Gent Gran Molt Particular presentarà el 28 de novembre *'Oncle Ramon, t'en vas d'aquest Món?'*, una adaptació que ens apropa a través de la comèdia a les diferents reaccions i situacions que es produeixen quan s'anuncia la mort d'un personatge.

Totes les obres es representen a partir de les vuit de la tarda. L'entrada és gratuïta però cal fer reserva, ja que l'aforament al Vil·la Florida és limitat.

k  
komunica  
La publicidad que conecta

TODOS LOS SÁBADOS 20H EN RNE 4

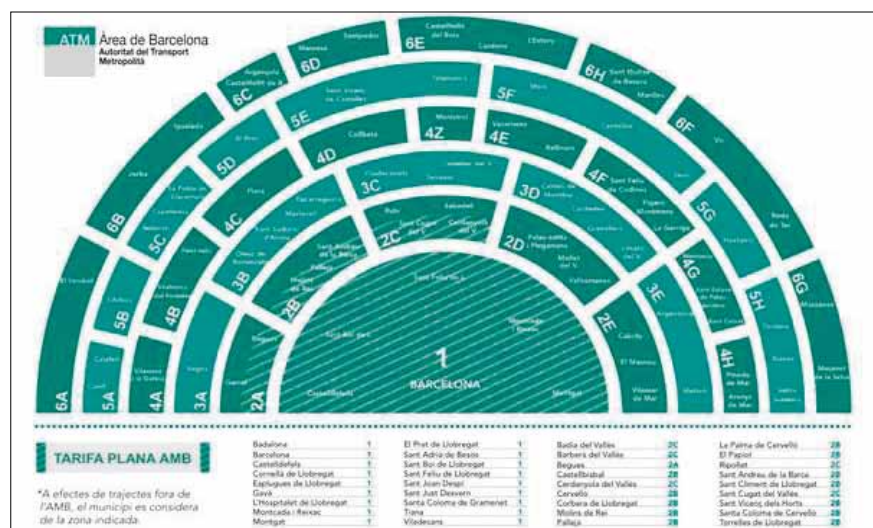
# KOMUNICANDO NUEVAS TENDENCIAS

CON LAURA BENÍTEZ Y JUAN CASTILLA



# S'aprova la tarifa plana per al transport públic de l'àmbit metropolità, primer pas del nou model tarifari

La mesura permetrà desplaçar-se amb títols d'una zona en els trajectes en els quals tant l'origen com la destinació són un municipi de l'AMB



## R. Komunica-Press

El Consell d'Administració de l'ATM ha aprovat aquest mes d'octubre l'aplicació d'una tarifa plana per als desplaçaments entre els diferents municipis de l'Àrea Metropolitana de Barcelona (AMB), independentment de la zona tarifària a la qual pertanyen (zones 1, 2A, 2B i 2C). Aquesta mesura s'aplicarà a partir de l'1 de gener de 2019 únicament en els trajectes que tinguin origen i destí dins de l'àmbit dels 36 municipis que integren l'AMB i no suposa cap canvi de zona tarifària.

El nou model, que suposa la base d'un nou sistema d'integració tarifària que es vol implantar a partir del 2021, permetrà a totes les relacions entre els 36 municipis metropolitans (18 de la primera corona i 18 a la segona corona) pagar només la tarifa equivalent a una zona.

El president del Consell d'Administració de l'ATM, Damià Calvet, ha destacat que amb aquesta tarifa plana "es reforça el transport públic com a sistema únic, global i en xarxa i reforcem la mobilitat sostenible per lluitar contra el canvi climàtic i la contaminació atmosfèrica". El també conseller de Territori i Sostenibilitat ha insistit que la tarifa plana que integrarà els 36 municipis metropolitans no suposa "en cap cas" un canvi de zona tarifària

d'aquests municipis. I ha remarcat la importància d'aquest acord perquè beneficiarà "a més de 3 milions de ciutadans i suposarà també un increment de la demanda de viatges que hem calculat en 4,6 m de viatges nous".

Per la seva banda, el vicepresident de Mobilitat i Transport de l'AMB, Antoni Poveda ha assegurat que "amb aquesta tarifa plana metropolitana, amb preu d'una zona, iniciem un recorregut per fer més accessible el transport públic", tot recordant que era una llarga reivindicació dels veïns i alcaldes dels municipis metropolitans de la segona corona. "En una segona etapa, també contemplem un pla amb millores de serveis", ha avançat.

En aquest sentit, amb mesures com aquestes, que afavoreixen i faciliten el canvi d'hàbits cap a una mobilitat més sostenible, Poveda ha recordat que l'AMB busca traspasar usuaris del vehicle privat al transport públic. "Volem reduir les congestions de les principals vies i, sobre tot, la contaminació atmosfèrica que aquests comporten. Millorar l'aire que respirem. És un tema de salut", ha afegit.

La tinent d'alcaldia d'Ecologia, Urbanisme i Mobilitat de l'Ajuntament de Barcelona, Janet Sanz, s'ha sumat

i ha celebrat una mesura que permet "avançar en la lluita contra el canvi climàtic, la reducció de la contaminació i l'enfortiment del transport públic, oferint una proposta de servei de qualitat en l'àmbit metropolità". Sanz ha assegurat que des de Barcelona "no ens sentim un municipi més, som la ciutat metropolitana i per tant compartim aquesta extensió a la resta de municipis per garantir el dret a la mobilitat amb un transport de qualitat però també més assequible".

La tinent d'alcaldia ha expressat el suport inequívoc de la capital catalana a aquesta mesura però també ha manifestat la voluntat de no quedar-se només aquí i de caminar cap a la congelació de tarifes. En aquest sentit, Sanz ha recordat que hi ha una proposta pressupostària estatal que augmenta el finançament del transport públic en 42M€.



## Increment de la demanda

La tarifa plana s'aplicarà a tots els títols integrats ATM (excepte a la targeta T-16) i als bitllets senzills. Per tant, entrarà en vigor per als següents títols: T-10, T-10 per a treballadors a l'aeroport, T-50/30, T-70/30, T-mes, T-mes per a persones en atur, T-trimestre, T-jove, títols integrats bonificats per a famílies monoparentals i nombroses, T-dia, T-aire i T-esdeveniment.

Els bitllets senzills, no integrats, dels operadors de transport (FGC, Rodalies de Catalunya i autobusos metropolitans i interurbans) també es regiran per aquesta tarifa plana quan cobreixin el trajecte entre dos municipis de l'AMB.

Amb aquesta nova tarifa es preveu un increment de la demanda de transport públic de 4,6 milions de viatges, que se sumaran als 50 milions de viatges anuals que es realitzen actualment entre els municipis de l'AMB de la primera i la segona corona.

## Finançament de l'actuació

La llei 21/2015, de 29 de juliol, de finançament del transport públic de Catalunya requereix la previsió de finançament de les mesures que s'adoptin. Amb aquesta finalitat, l'AMB ha impulsat l'ampliació del tribut metropolità als divuit municipis de la segona corona que actualment no el tenien implantat.

Els costos previstos de la mesura s'estimen entre 17 i 23 milions d'euros, dels quals 17 milions els aportarà l'AMB. Un cop conclòs l'any 2019, es farà el corresponent balanç de costos reals i es determinarà el finançament del dèficit resultant.

## Evolució de l'actual model tarifari

La creació d'aquesta zona metropolitana de tarifa plana s'emmarca en el futur model tarifari quilomètric que s'aplicarà a partir de l'any 2021 en l'àmbit de l'ATM de Barcelona i, posteriorment, a tot Catalunya. El nou model preveu una tarifació en funció dels quilòmetres de recorregut dins del sistema tarifari integrat, amb salts de 5 km a partir dels primers 10 km de trajecte, en convivència amb la nova zona de tarifa plana (36 municipis), que es mantindrà. També es podran crear altres àmbits de tarifa plana a diferents zones de Catalunya.





# PROMOCIÓ ESPLUGUES DE LLOBREGAT

c/ Esperança Martí 1-3  
c/ Josep Maria Ventura 8

## Venda de pisos de 3 i 4 Dormitoris

Terrasses de 9 a 27 m<sup>2</sup>  
Plantes baixes amb terrasses de 26 a 28 m<sup>2</sup>  
Últims pisos amb solarium privat de 37 a 55 m<sup>2</sup>  
Plaça de parking inclosa en el preu

Utopia  
Garden

AVINGUDA DIAGONAL a 3 min

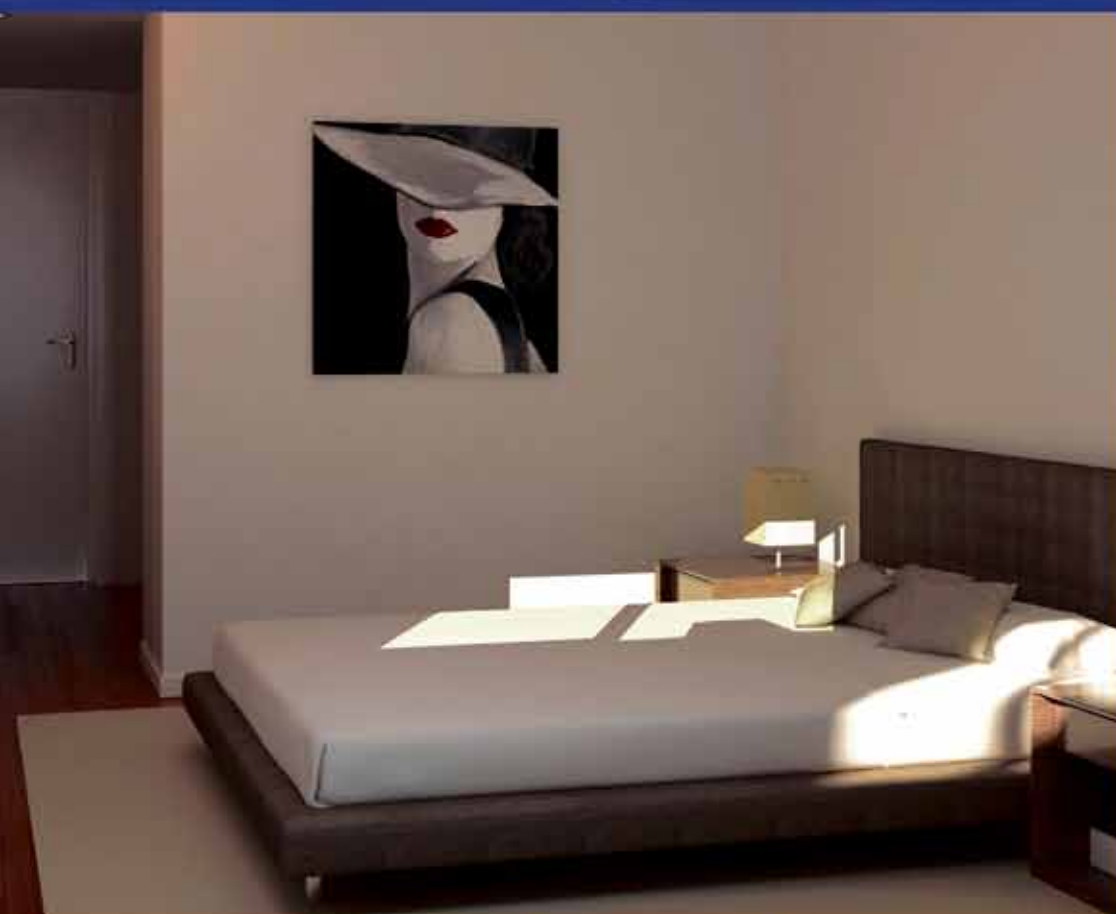
Aprop del Tram

ENTREGA GENER 2018

**tecnicost**  
grup immobiliari




Últimes unitats en venda o  
lloguer des de 1.200€



[www.utopiagarden.es](http://www.utopiagarden.es) · Tlf. 629 34 63 63

## DISTRICTE LES CORTS

**05-29**  
Exposició "Rodant pel món"

 05-11 al 29-11-2018

 Dl a Ds de 9h a 22h  
Dg de 10h a 14h

 Centre Cívic Can Deu  
A càrrec de Collectiu d'Artistes d'Hosta  
Entrada gratuïta

**07**  
Dc  
Sac de rondalles:  
"Bruixes i altres herbes"

 07-11-2018

 18:00 pm

 Biblioteca Miquel Llongueras  
Travessera de les Corts, 58  
A càrrec de Patricia McGill  
A partir de 3 anys  
Entrada gratuïta

**12**  
Dl  
Tallers de descoberta:  
"La ciència del no-res"

 12-11-2018

 18:00 pm

 Biblioteca Montserrat Abelló  
c/ Comtes de Bell-lloc, 192  
Entrada gratuïta  
Cal inscripció prèvia

**13**  
Dm  
Conèixer les Corts 2018:  
Xerrada "Els cinemes de barri"

 13-11-2018


 19:00 pm

 Biblioteca Montserrat Abelló  
c/ Comtes de Bell-lloc, 192  
Entrada gratuïta

**14**  
Dc  
El racó del pares. Primers  
passes: Espectacle: "La  
capseta de música"

 14-11-2018

 17:30 pm

 Biblioteca Miquel Llongueras  
Travessera de les Corts, 58  
Entrada gratuïta  
De 6 mesos a 3 anys

**15**  
Dj  
Conversa "Joaquim  
M.Puyal, 50 anys de  
periodisme"

 15-11-2018

 19:00 pm

 Biblioteca Miquel Llongueras  
Travessera de les Corts, 58  
Entrada gratuïta

**22**  
Dj  
Xerrada "Ciència i dones,  
entre la marginació i  
l'oblit"

 22-11-2018

 19:00 pm

 Biblioteca Montserrat Abelló  
c/ Comtes de Bell-lloc, 192  
A càrrec de Carlos Acosta,  
doctor en història de la ciència

**24**  
Ds  
Concert "K'ataka  
de Balkan Paradise  
Orchestra"

 24-11-2018

 22:00 pm

 Centre Cívic Tomasa Cuevas  
c/ Dolors Masferrer i Bosch,  
33-35

## DISTRICTE SARRIÀ - SANT GERVASI

**01-09**  
25è Festival  
Internacional de Cinema  
del Medi Ambient

 01 al 09-11-2018

 Consultar horaris

 Institut Francès, Cinemes,  
Girona, UPF, UB i URL, Cinemes  
Zumzeig  
www.ficma.com

**05-10**  
Espectacle "Maragall  
a casa" de Josep  
M.Jaumà

 05-11 al 10-12-2018

 20:00 pm

 Casa Museu i Arxiu Joan  
Maragall  
Aforament limitat a 50  
persones. Preu: 14€

**07**  
Dc  
Sac de rondalles: Taller  
i exposició "La vall del  
Mumin es converteix en  
una selva"

 07-11-2018

 17:30 pm

 Biblioteca Clarà  
c/ Doctor Carulla, 22  
+ de 5 anys  
Entrada gratuïta

**09**  
Dv  
Joc: "Scape romm a la  
biblioteca. 123 action!  
Barcelona"

 09-11-2018

 19:30 pm

 Biblioteca Clarà  
c/ Doctor Carulla, 22  
Cal inscripció prèvia  
Entrada gratuïta

**10**  
Ds  
Mostra i torneig "Llop  
de taula"

 10-11-2018

 Durant el dia

 Espai Jove Casa Sagnier  
Cal inscripció prèvia  
Entrada gratuïta

**14**  
Dc  
Cicle temàtic: Xerrada  
"Donde la ciudad cambia  
su nombre. Vallvidrera:  
l'estiveig perdut"

 14-11-2018

 18:30 pm

 Biblioteca Collserola- Josep  
Miracle  
c/ Reis Catòlics, 16-34  
Entrada gratuïta

**15**  
Dj  
El racó del pares.  
Primers passes:  
Espectacle "Els ocelles  
del bosc"

 15-11-2018

 11:00 am

 Biblioteca Sant Gervasi - Joan  
Maragall  
C/ Sant Gervasi de Cassoles, 85  
Entrada gruiata

**23**  
Dv  
Dia Internacional per a  
l'Erradicació de la Violència  
vers les Dones: "Vespre de  
teatre feminista"

 23-11-2018

 19:00 pm

 Espai Jove Casa Sagnier  
Cal inscripció prèvia  
Entrada gratuïta



## Nuevas tecnologías y digitalización



@marcvidal

# No te vas a quedar sin trabajo, te vas a quedar sin el trabajo que haces ahora



R. Marc Vidal

Ya hay fecha. Será en 2025. Según el trabajo presentado por el World Economic Forum, The future of jobs 2018, basado en una encuesta a directores de recursos humanos y a los principales ejecutivos de empresas de doce sectores en veinte economías desarrolladas y emergentes representantes del 70% del PIB mundial, ese año habrá más máquinas inteligentes trabajando que personas. A falta de apenas 7 años para eso, el 29% de la actividad económica la soportan robots y automatismos. Mucho más de lo que, escuchando nuestros gobernantes, algunos consideran. Esta cifra deja claro que el proceso de sustitución se está acelerando sustancialmente. En apenas un rato, en el 2022, ya estaremos en un nada despreciable 42%.

Lo interesante de este estudio no es la cifra. Hasta ahora cualquier informe sobre este asunto era como el anuncio de una catástrofe sin remedio. En este caso, sin dejar de mostrar preocupación, es algo más positivo en cuanto a las opciones que tenemos de aprovechar todo este cambio. Vivimos una revolución industrial como otras veces, la Cuarta, y por ello el discurso oficial ha sido parecido al que vivieron los contemporáneos de cada una de las tres anteriores. Miedo y preocupación ante la sustitución de la fuerza laboral por algún tipo de máquina. Ahora, sin embargo, el mensaje está mutando hacia una especie de sofisma que pone en valor las oportunidades económicas, laborales y sociales que se nos presentarán en breve.

Pero no todos vamos en el mismo tren. Lo digo una y otra vez. Esto no es au-

tomático, hay que plantear políticas activas que posibiliten que suceda sin traumas o minimizando las consecuencias negativas, hay que pensar en Ministerios del Futuro. Hablamos de que la mayoría de los empleados de todo tipo de empresas deberán reciclarse y rápido, asumir que las plantillas serán recortadas y que los cambios de empresa, sector o habilidades serán imprescindibles para muchos de ellos. No te vas a quedar sin trabajo, te vas a quedar sin el trabajo que haces ahora.

La revolución robótica supondrá un recorte de plantilla fija en el 50% de las empresas, según ese informe. Aunque se estima un crecimiento neto del empleo, este cambiará significativamente en calidad, ubicación, formato y permanencia. Va a ser imprescindible invertir en personas a parte de en la compra de automatismos, software inteligente y robots. Y eso habría que ir haciéndolo ya.

Muchas empresas están cometiendo un error estratégico importante. En el informe, especialmente cuando se refiere a Europa, detecta una limitación en la inversión prevista en capacitar a empleados durante los próximos años. Se considera que muchos de ellos no estarán preparados para asumir el cambio y será mejor contratar bajo demanda a personal en cada operativa que surja. Un error importante que aleja el papel de la tecnología en esta revolución: la transformación digital no es una metodología en sí misma, sino un modo cultural que engloba al personal existente y que permite cambiar procesos y modelos de trabajo digitalizándolos para hacerlos más eficientes.

Mi trabajo consiste en ayudar a empresas en este tránsito, formando equipos o trabajando en su propia transformación estratégicamente. En algunas de las primeras reuniones con quienes nos contratan se habla de sustituir personas y/o comprar tecnología. Mi tarea consiste en demostrar que eso es un error mayúsculo muchas veces y que lo que debemos abordar es un salto tecnológico para modificar procesos entre otras cosas pero formando al propio personal. Generar valor a partir de un cambio cultural en la compañía que permita extraer todo lo bueno de la inteligencia artificial, del big data, de la automatización, pero también del trabajo colectivo desarrollando nuevas habilidades en todos los miembros de la empresa.

Y es que habrá más trabajo, pero será muy distinto y pronto. Cambiarán calidades, formatos, ubicaciones e, incluso, el concepto de empleo y su deriva real. Se avecina una destrucción de empleo notable a la vez que se debería preparar el tejido industrial para generar uno nuevo. La pérdida de empleos prevista en sector del consumo es enorme. Entre los empleos que se estima tendrán más demanda figuran los basados en la tecnología o potenciados por ella. Los fundamentados en habilidades humanas también irán a más. Todo lo que no sea automatizable tendrá un valor incalculable. En cambio, los que se basan en rutinas desaparecerán.

Y la cosa puede verse desde dos vértices. Esta carrera comportará nuevos problemas pero también oportunidades. Dice el WEF que con los robots se destruirán 75 millones de empleos en el mundo en 5 años, pero que surgirán nuevas funciones que permitirán crear 133 millones. Una creación neta de 58 millones. El problema es el de siempre: ¿dónde se van a crear? ¿Qué países se están preparando y cuáles no? ¿Nuestra clase política se ha puesto en marcha? ¿Lo saben las empresas? ¿Somos conscientes del monumental desastre o maravillosa oportunidad que se avecina?

Esto va de tener conocimiento, analizar la situación, plantear una hoja de ruta y ponerla en marcha. Hay, como hemos visto, opciones de que este cambio bíblico no se nos lleve por delante, pero también existen amenazas de que sí lo haga. Depende, como siempre de dos agentes: un liderazgo político que se

deje de menudencias y una revolución íntima de todos nosotros para entender el punto exacto en el que nos encontramos. No todo es asunto del gobierno, se trata de si nosotros hemos entendido la suerte de vivir este momento histórico.

No es momento de subir impuestos, eso es un error monumental ahora mismo. Se trata de estimular la inversión para afrontar los cambios que vienen. A cada décima impositiva de más, son millones de empleos que peligran por la falta de inversión en la transformación de las empresas. A cada intento por penalizar a una empresa tecnológica por el mero hecho de serlo miles de empleo se van por la alcantarilla del futuro inmediato. Es urgente saltarse esta pantalla y ponerse a jugar en la siguiente, una que por cierto ya va con Realidad Aumentada.

La destrucción de empleo previsible en los próximos años, especialmente a partir de 2022, no habrá manera de detenerla si no se hace algo desde ya. Aun estamos a tiempo. A tiempo de poner en marcha un plan para crear las vacantes necesarias, modificar las existentes y estructurar una sociedad que soporte un empleo muy distinto al actual sin situaciones dramáticas. Un plan para ejecutarlo. Menos análisis pues sólo crea parálisis.

Será imprescindible formar a las personas. Los robots no van a quitarte el empleo, en todo caso, tu trabajo peligrará en manos de alguien que se lleve mejor que tú con un robot. Son necesarias políticas activas que estimulen la inversión en ese sentido y en la integración de tecnología estudiando el impacto en el personal y en los requerimientos obligatorios. Se deben abrir debates urgentemente acerca de jornadas laborales distintas, de renta básica, etc. Discusiones que quienes deben plantearlas desconocen en su verdadera envergadura o consideran que suponen desgastes electorales que no quieren asumir. También es necesario saber qué piensas hacer tú. Empresario que debe invertir en transformar su empresa o trabajador que tiene que tener que sentirse en 'beta' constante y donde no hay empleo seguro. En unos minutos sale el tren del futuro inmediato. En España me temo no hemos comprado ni el ticket. Para los amigos que me leen desde otros países, la pregunta también es válida.

Ahmed Ali- Fotoperiodista y activista

#1vida5respuestas

# “Ahora los jóvenes egipcios empiezan a conocer sus derechos y a querer cambiar su futuro”

Este joven fotoperiodista y activista egipcio fué **juzgado y sentenciado a 25 años de prisión en Egipto**. Huyó y reside en España desde el 2016, acogido por el Programa de Protección Temporal de Defensoras y Defensores de los Derechos Humanos de Amnistía Internacional.

## 1- ¿Por qué esa condena?

Por entonces trabajaba como fotoperiodista y colaborador de la Comisión Egipcia de Derechos y Libertades. Me detuvieron el 1 de setiembre de 2014 junto a varios compañeros, cuando estaba trabajando en un documental sobre periodistas que habían sido arrestados y que habían muerto. Nos acusaron de pertenecer al Movimiento 6 de Abril, de habernos manifestado sin autorización, de habernos enfrentado a las fuerzas de seguridad y de cortar el tráfico.

## 2- Empezaste antes en el activismo en tu país, ¿verdad?

De hecho, comencé cuando era muy pequeño a trabajar con grupos como voluntario para ayudar a los refugiados palestinos en Egipto.

Con el tiempo, empecé a conocer grupos de jóvenes que trabajan en política y me convertí en miembro del Movimiento juvenil 6 de abril, uno de los impulsores de la revolución de Tahrir.

## 3- Tras la sentencia decidiste huir. ¿Cómo fue el camino hasta llegar a aquí?

Después de conocer el veredicto, decidí, con algunos amigos, dejar Egipto e irme a cualquier país. Inicialmente marché a Uganda, donde estuve dos meses. Después estuve tres meses en Kenia, donde colaboré con Amnistía Internacional. Ellos me ayudaron a conseguir el visado para entrar a España como parte del programa de defensores de derechos humanos de Amnistía Internacional en Madrid.

## 4- ¿A qué te dedicas en España?


Actualmente estoy trabajando como coordinador de la Comisión Egipcia de Derechos y Libertades. Estoy coordinando con algunas organizaciones para comenzar a establecer una oficina de la Comisión Egipcia de Derechos y Libertades aquí en España, para llevar a cabo algunas campañas e investigaciones sobre la situación de los derechos humanos en Egipto. También ahora soy parte del programa Ciudades Defensoras de los Derechos Humanos en Cataluña, donde doy charlas y hago actividades para explicar la causa egipcia.

## 5- ¿Qué esperas del futuro?

Nadie puede saber el futuro, pero espero que Egipto se convierta en un país democrático y pueda regresar



allí. Egipto es un país joven porque alrededor del 60% de su población tiene menos de 30 años y ahora los jóvenes egipcios empiezan a conocer sus derechos y a querer cambiar su futuro.




**Somriure és sentir-se segur.**


Per a un viatge tranquil, aprofita les nostres ofertes al **MILLOR PREU GARANTIT**, i si els trobes més barats, **TE'N TORNEM LA DIFERÈNCIA!**

 <p><b>Pneumàtic CONTINENTAL</b> 185/65 R15 88T per <b>68'84€</b> <small>Muntatge, equilibratge i IVA INCLOSOS.</small></p>	 <p><b>DISCOS + PASTILLES</b> Captur, Clio, Modus, Twingo per <b>241€</b></p>	 <p><b>AMORTIDORS</b> Davanters per <b>233€</b> Posteriors per <b>192€</b></p>
--	--	---

\*El preu del pneumàtic Continental correspon al model Conti Eco Contact5 i ContiPremium Contact5 referències: 77 11 592 717 i 77 11 592 732. Inclou muntatge, equilibratge i impostos. No inclou el cost de gestió de residus (1,28€ per pneumàtic per a turisme i 2,09€ per pneumàtic per a furgoneta). \*\*Preu màxim recomanat de l'amortidor i les pastilles de fre + discos vàlids per a models Clio, Twingo i Captur. Promoció de devolució de la diferència presentant un pressupost informatitzat en un radi inferior a 10 km al voltant de la instal·lació Renault on s'hagi fet el canvi de pneumàtics o el canvi d'amortidor Peça d'Origen Renault o el canvi de discos de fre més pastilles de fre peça origen Renault i vàlid 15 dies després de fer el canvi de qualsevol de les operacions publicades. Oferta no compatible amb altres promocions. Per conèixer el preu d'altres mides de pneumàtics o per a altres models Renault entra a [www.renault.es/renault-posventa](http://www.renault.es/renault-posventa). Promoció vàlida fins a final de mes.

**SERVICIO POSVENTA Renault**

Renault recomana 

 [renault.es/renault-posventa](http://renault.es/renault-posventa)

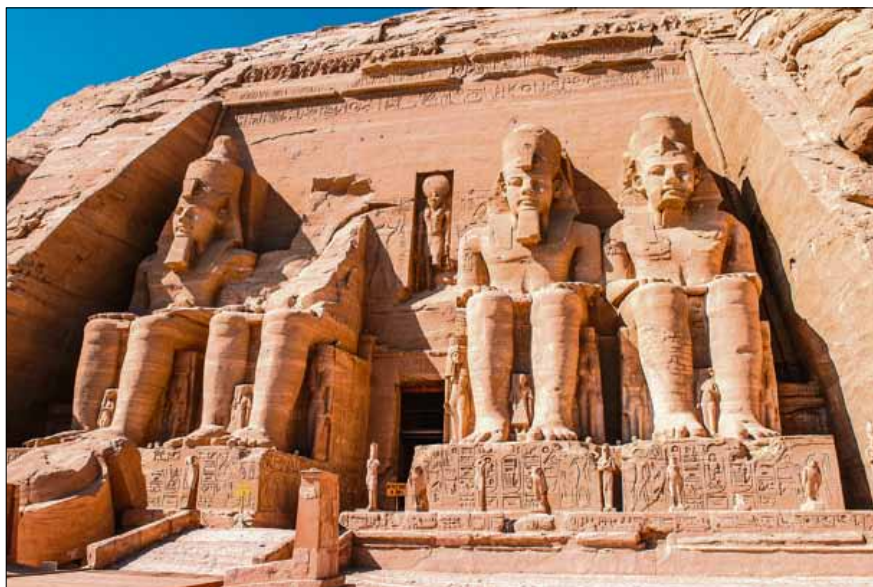
**RENAULT BARCELONA**  
Marquès de Sentmenat, 28-36. Tel. 93 444 78 71. BARCELONA  
Avda. Països Catalans, 24-26. Tel. 93 470 26 00. ESPLUGUES DE LLOBREGAT

**RRG**  
Embracing your mobility



Ciencia

# Ramsés II el Grande. El rey más mediático del Antiguo Egipto



R. Jorge Onsulve

El personaje de hoy no ha sido el mayor constructor de la historia del Antiguo Egipto, lo fue Snofru en la III Dinastía. Ni siquiera fue el que gobernó más años, ya que Neferkare Pepy de la VI Dinastía reinó durante 75 años. Pero si que podemos asegurar que se trata del más mediático, con el permiso de Tutankamon.

Es verdad que vayas por donde vayas a lo largo de la geografía del actual Egipto nos podemos encontrar monumentos aparentemente contruidos por Ramsés, aunque hay que decir que la gran mayoría de estos son usurpaciones perpetradas por este monarca.

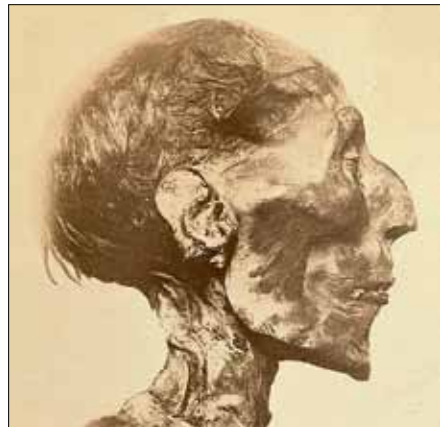
También me gustaría que comentar que fue un rey muy longevo. Tras las numerosas autopsias realizadas a la momia de este faraón, se ha podido constatar que superó los 90 años de edad. Teniendo en cuenta que la media de esperanza de vida era de 35 años, el caso de Ramsés es excepcional, aunque no único.

Hijo de Seti I, nació en Tebas en 1305 aC en plena XIX Dinastía. Vivió su infancia en la misma ciudad donde fue instruido junto a sus hermanos: Tebas. Al joven prínci-

pe enseguida le llegaron noticias de Palacio para anunciarle que iba a convertirse en el futuro Señor de la dos Tierras. Contaba con 10 años.

En plena adolescencia comenzó a adentrarse en algunos de los oficios dignos de un rey. Participó en conflictos bélicos y construcción de templos.

Contrajo matrimonio con la Gran Neferfari, Esposa Real y Dueña de la Casa, títulos de gran relevancia en el País del Nilo siendo la segunda persona más importante del Egipto Antiguo. Como venía siendo habitual entre los monarcas egipcios, podían contar con varias esposas y concubinas. Se estima que tuvo del orden de 100 hijos o más.



A la edad de 24 años subió al trono de las Dos Tierras tras la muerte de su padre Seti I. Una de las primeras medidas que tomó en el nuevo reino fue la pacificación y estabilización de todo el territorio egipcio. Confío esta política al sumo sacerdote de Amón Nebumenef, hombre de gran poder durante el reinado de Ramsés.

A partir de este momento comenzó un gran periodo constructivo en el que sobresalen la Sala Hipóstila del templo de Karnak, el Templo de Luxor, El Rameseum y otros monumentos a lo largo y ancho del valle del Nilo.

les que sucedieron en este periodo denominado ramésida: la fundación de la nueva capital Pi Ramses en el Delta, y la construcción del archiconocido templo de Abu Simbel.

Por motivos que aún están por determinar, la nueva capital desapareció durante los siguientes siglos después de su fundación. Gracias al faraón Psusenes I, monarca del al XXI dinastía, gran parte de los monumentos de esta ciudad se trasladaron a la nueva capital Tanis ¿Os suena de algo? Este yacimiento aparece en la película de Indiana Jones en busca del Arca Perdida.



Sobre la política exterior, cabe destacar las incursiones bélicas que durante 20 años mantuvo con el reino de Hatti gobernado por el rey Muwattali. Famosa fue la batalla de Qadesh donde según la versión egipcia fue el Egipto el vencedor de esta contienda, y la versión hittita da por vencedor al reino de Hatti. Parece ser que la realidad fue otra y quedaron en tablas como más tarde se ha podido comprobar.

Hasta aquí todo excepcional. En algunos casos podríamos decir que sobresaliente. Un país unificado y fortalecido, unas fronteras controladas, grandes monumentos por toda la geografía egipcia...pero aún nos queda dos aspectos fundamenta-

Y para finalizar, no podemos olvidarnos del gran conjunto de templos de Nubia: Abu Simbel dedicados a él mismo y a su esposa principal Neferfari. Cuatro imponentes estatuas sedentes que representan al rey seguro que impresionaron a aquellos que se adentraban por Nilo.

El lugar de su ubicación no se escogió al azar. En la misma frontera de la belicosa Nubia, impuso respeto y temor a los forasteros que por allí pasaban.

Entrar en detalles de este magnifico templo egipcio merecería otro artículo. En el siguiente artículo hablaré de este asombroso monumento y la historia que lo rodea.



# 25 ANYS

CREIXENT AMB TU



Vine i et regalem  
un 25 de xocolata\* amb les teves compres.

*Informa't al punt d'informació, al telèfon  
93 444 00 00 i a [www.lilla.com](http://www.lilla.com).*

\*Fins al 22/11 o exhaurir existències de 1.000 unitats.



**CHOCOLAT  
FACTORY**  
The expert chocolatier



**Lilla**

ACTUALITZA'T A L'ILLA