

## PSICOLOGIA DEL DOL

Cabré Junqueras



### Quan falta la persona de tota una vida

*El dol en la gent gran pot ser especialment silenciós: la pèrdua de la parella sovint comporta també solitud, canvis de rutina i necessitat d'acompanyament.*

Quan mor la parella amb qui s'ha compartit tota una vida, el dol té una fondària difícil d'explicar. No només es perd una persona estimada. Sovint es perd també una rutina, una manera d'estar al món, una veu a casa, uns hàbits compartits i una part molt important de la pròpia identitat. Per això el dol en la gent gran pot ser especialment silenciós i, a vegades, massa solitari.

Després de molts anys de convivència, qualsevol gest quotidià pot recordar l'absència: parlar taula per a una sola persona, anar a dormir sense l'altre costat del llit ocupat, no tenir amb qui comentar les notícies o fer una visita mèdica sense aquella companyia de sempre. Són petits moments que poden pesar molt. El dol no apareix només el dia del funeral; sovint es fa present en la vida de cada dia.

A més, moltes persones grans acumulen altres pèrdues. Han vist marxar amics, germans, veïns o companys de feina. La xarxa social pot haver-se fet més petita i les dificultats de mobilitat poden complicar encara més la vida social. Tot això pot augmentar la sensació d'aïllament. Per això és tan important no donar per fet que "ja se'n sortirà" o que, per l'edat, la mort és més fàcil d'acceptar.

Cap pèrdua deixa de fer mal pel simple fet d'haver viscut molts anys.

Acompanyar una persona gran en dol vol dir estar-hi de manera constant, no només els primers dies. Una trucada, una visita, una passejada, ajudar amb una gestió o convidar-la a dinar poden tenir molt valor. També cal respectar els seus ritmes. Hi haurà dies que voldrà parlar de qui ha mort i dies que no. Hi haurà moments de records dolços i moments de tristesa profunda. Tot forma part del procés.

És important, també, detectar senyals d'alerta: aïllament molt intens, manca de ganes de menjar, abandonament de la higiene, pèrdua d'interès per tot o comentaris de desesperança. En aquests casos, pot ser necessari buscar ajuda professional o activar serveis de suport comunitari.

La gent gran no necessita que li traiem el dolor a corre-cuita. Necessita sentir que no fa nosa, que la seva tristesa té lloc i que encara forma part de la vida dels altres. Quan falta la parella de tota una vida, l'acompanyament de la família, els amics i la comunitat pot ajudar a transformar una solitud molt dura en una presència compartida.

CABRÉ JUNQUERAS  
SERVEIS FUNERARIS

TRUQUI I L'ASSESSORAREM: ☎ 93 861 82 30

c/ Veneçuela, s/n · Granollers 🌐 cabrejunqueras.cat

**DIVULGACIÓ** L'ADVOCADA MAGDA ORANICH ENCETA EL SISÈ CICLE DE DEBATS AL CASINO

## "Tots som corresponsables de mantenir les llibertats que tenim"

CASINO DE GRANOLLERS

Els drets humans i de les dones durant i després de la dictadura va ser el tema que va centrar di-lluns l'estrena del sisè cicle de Debats del Casino, xerrada protagonitzada per l'advocada, periodista i política Magda Oranich, guardonada amb la Medalla d'Honor de la Ciutat de Barcelona el 2017, qui va ser entrevistada per la periodista, gestora cultural i gerent del Casino de Granollers, Montse Eras.

Reconeguda per la seva tasca en la defensa de presos polítics durant el franquisme, el debat amb Oranich va girar al voltant de la seu



PRIMER DEBAT Magda Oranich va ser entrevistada per Montse Eras

**"El franquisme no només era presó, tortures i supressió de les llibertats, també era repressió en la vida diària"**

darrer llibre, *Totes les Batalles*, i va començar parlant del pensament d'aquells joves que avui dia diuen que "no m'importaria viure en una dictadura". "M'horroritza sentir-ho. Jo sempre els dic que els que pensen això és perquè no han viscut les tortures, la por, la fam i tantes altres coses que es van viure durant el franquis-

me", va afirmar Oranich.

En aquest sentit, la que fou diputada al Parlament de Catalunya, va expressar que "la memòria històrica és fonamental" i que indrets com la comissaria de Via Laietana han de ser "espais de Memòria Democràtica". "És flagrant que encara tingui un ús policial, perquè a vegades hi passo amb algú que va ser torturat allà i no pot passar-hi per davant, hem de creuar el carrer", va confessar.

Oranich, també va voler explicar que el franquisme "no només era presó, tortures, supressió de totes les llibertats", sinó que també

era "repressió en la vida diària, en les coses del dia a dia". Un d'aquests aspectes va ser la llengua catalana, que va quedar relegada a l'àmbit familiar. Per aquest motiu, l'advocada va dir que "hem de defensar el català després del que vam passar durant la dictadura. Perdre'l seria un desastre cultural total".

Com a defensora dels drets de les dones, també va recordar que "hem de posar en valor els drets que les dones hem aconseguit, la igualtat de drets dins i fora del matrimoni" i que "tots som corresponsables de mantenir les llibertats que tenim". ✱ G.A.

**PLE** PRIMÀRIES, ERC I JUNTS REIVINDIQUEN LA PROPOSTA

### El govern proposa una nova regidoria de Política Lingüística

Francesc Arolas, regidor responsable del Pacte Municipal per la Llengua, va explicar dimarts al ple de l'Ajuntament que la proposta de revisió d'aquest acord inclou la creació d'una nova regidoria: "Encara no té un nom concret, però serà de Política Lingüística amb l'accent posat en el català". Arolas avança que la idea seria crear-la a l'inici del mandat, amb l'organigrama.

Des de Granollers Primàries, el seu portaveu, Joan Ricart, recorda: "No només vam presentar una moció per crear una regidoria de Política Lingüística el 29 d'abril del 2025, hem estat un any i mig demanant-ho, a cada ple i a cada comissió informativa. I el PSC, votant-hi en contra. Si finalment s'aconsegueix, èxit de Primàries i de la seva feina en favor de la llengua i la cultu-

ra de la nació catalana" Pau Llobet (ERC) apunta que el seu partit també ha defensat la creació d'una regidoria per a la llengua "que vagi més enllà del català". I afegeix: "Aquesta era una proposta programàtica nostra del 2023, i una de les 10 propostes estrella que vam fer a la campanya electoral". Arnau Torrellas, de Junts, afirma: "Hi haurà aquesta regidoria, però la impulsarem nosaltres quan governem. L'anunci del PSC és màrqueting. Mai han defensat el català, per exemple, quan ha vingut un gran esdeveniment a la ciutat, com el Tour o un Mundial". Arolas ha argumentat: "Mai hem estat en contra de la creació de la regidoria". Afegeix que l'havien rebutjat perquè no era el moment, ja que s'ha d'abordar a inici de mandat, com proposen ara. ✱ E.G.

### Més protecció del paisatge per desplegar l'energia solar a Granollers

El Govern va explicar ahir al ple les al·legacions que han presentat al PLATER, el Pla de la Generalitat per a la Implantació de les Energies Renovables a Catalunya. La portaveu, Gemma Giménez les va exposar: "Una part important de les zones que el PLATER considera prioritàries són terrenys protegits pel seu valor paisatgístic, demanem que aquests espais deixin de ser considerats zones aptes per a noves instal·lacions fotovoltaïques". El consistori també reclama, entre altres, que es tinguin en compte espais ja destinats a infraestructures, com l'àmbit de Can Cabanyes, donar més pes a les cobertes dels edificis i augmentar en 7,7 MW l'objectiu assignat a l'àmbit edificat, i reduir, en conseqüència, la necessitat d'ocupar sòl no urbanitzable. ✱ E.G.