

Parlen els territoris

Amb la voluntat de tenir una visió sobre l'activitat física i l'esport més propera als territoris del nostre país, ens acostem als diversos representants territorials de l'Esport de la Generalitat, entre els quals figuren tres companys col·legiats.

FRANCESC X. NAVARRO

SANTI SIQUIER

Representant territorial de l'Esport a Barcelona



Col·legiat
4339

El pas del anys ha fet que Barcelona i les comarques properes concentrin un alt percentatge de població i de densitat demogràfica. De manera consegüent, les administracions públiques es veuen obligades a atendre les seves necessitats i els seus drets relacionats amb els serveis públics que els pertoca i que el PIEC identifica com a equipaments de xarxa bàsica (sales, pavellons, pistes poliesportives, camps, piscines cobertes, pistes d'atletisme). A Catalunya el 45% d'equipaments esportius són públics. El CEEC (Cens d'equipaments esportius de Catalunya) que promou el Servei d'Equipaments Esportius del Consell Català de l'Esport, preveu i classifica tipològicament el màxim d'aquestes instal·lacions i àrees d'activitat esportiva, tot determinant si pertanyen a la xarxa bàsica, complementària, nacional,

àrees d'activitat i espais singulars. (El Barcelonès concentra 5.555 instal·lacions esportives, el Baix Llobregat 3.707, el Vallès Occidental 2.962, el Maresme 2.770, el Vallès Oriental 1.769, etc.). Alhora, cada territori –segons els darrers estudis de localització 2008 del PIEC– presenta els corresponents dèficits d'instal·lacions de xarxa bàsica que vetllem perquè es redueixi, d'acord també amb les prioritats del moment i els interessos de cada municipi, que reflecteixen en el seu Mapa d'instal·lacions esportives del municipi (MIEM).

També dels 12.000 clubs esportius i associacions censats a Catalunya al Registre d'entitats esportives del Consell Català de l'Esport, dels quals s'estima que 8.000 estan actius, estan força concentrats en aquest territori, i consegüentment les llicències esportives (600.000 relacionades amb les 69 federacions catalanes esportives i els practicants lliures d'activitat física i esportiva), i els professionals, comerços i la indústria de l'esport.

Quins són els objectius bàsics i els projectes principals que esteu duent a terme al vostre territori?

- Implementar tots els programes i les actuacions que la Secretaria General de l'Esport promou fruit del programa electoral del Govern actual, rela-

cionats amb l'esport escolar, valors, ètica, família; l'esport universitari; l'esport federat, l'alt rendiment esportiu, Londres 2012; l'esport i la salut, hàbits saludables, campanyes, la prevenció; l'esport i l'ocupació, la indústria i comerç, els professionals de l'esport; els equipaments esportius, la sostenibilitat, optimització de l'ús; la igualtat d'oportunitats i les bones pràctiques en l'accés a la pràctica d'activitat física i esport; la projecció internacional de l'esport català; l'associacionisme esportiu, clubs; i la cohesió i inclusió social, llengua, solidaritat en relació amb l'esport.

- Promoure la Casa de l'Esport a Bac de Roda, av. Guipúscoa, 23-25 de Barcelona com a punt de referència de l'esport federat (22 federacions esportives catalanes i associacions esportives).
- Posar també a disposició de les entitats esportives del districte/barri les instal·lacions de Magòria i del Camp de l'Energia (antiga SEAT), i les de Sant Andreu.
- Col·laborar i promoure amb els equips directius propis l'activitat i serveis que es generen i s'oferten des del Canal Olímpic de Catalunya, Museu Dr. Melcior Colet, Passatge Permanyer de Barcelona, el Circuit de Catalunya i el CAR de Sant Cugat.
- Donar suport, assessorar, orientar tant els ajuntaments com els clubs/associacions esportius en el seu dia a dia i en el que pot ser el seu futur.
- Sensibilitzar i informar la població en general, i els practicants d'esport i d'activitat física, de les bondats com-

SANTI SIQUIER

“El moviment associatiu esportiu no s'atura i la seva activitat tampoc, encara que es disposi de menys recursos. [...]. Ho veiem cada cap de setmana amb l'activitat i els esdeveniments que el sector desplega arreu”

porta, que cal fer-ho perquè és necessari, i cal fer-ho bé, sense córrer riscos i en condicions.

- Fer costat i ser presents allí on se'ns requereix per fer costat a tots els agents del sector, i sobretot en els esdeveniments i actes organitzats per les entitats esportives del país.

El missatge del Govern és “fer més amb menys”. Com ho traslladeu a la pràctica?

El missatge és clar. La cosa és ara més difícil per a tothom. Cal, doncs, destinar més estona a pensar, idear, per produir atenció, suport i serveis adequats al moment, és a dir, amb menys capacitat pressupostària que en qualsevol exercici anterior. S'imposa, doncs, la realitat econòmica del moment que provoca que el Govern de manera lògica prioritzi altres necessitats socials.

El moviment associatiu esportiu no s'atura i la seva activitat tampoc, encara que es disposi de menys recursos. Ningú que no ha estat per sobre de les seves possibilitats no s'atura, i si el sector privat no lucratiu ho fa, nosaltres tampoc ens podem aturar. Ho veiem cada cap de setmana amb l'activitat i els esdeveniments que el sector desplega arreu de Catalunya i que des dels municipis també reben suport.

Des del sector públic tenim el repte de cercar altres eines i maneres de procedir a fi de poder atendre les necessitats socials esportives i sobretot les de l'associacionisme esportiu. Cal pensar més per fer com a mínim el mateix i això passa per focalitzar les possibles oportunitats ja sigui al comerç, la indústria i les empreses del sector (innovar, repensar-se, redissenyar la producció de serveis, la manera d'oferir-los i de finançar-los, explorar formes de finançament més concertades i consorciades tant en la construcció o remodelació i posterior explotació i gestió d'equipaments esportius, la millora en els processos de gestió de les entitats, l'Administració. Cal ara cercar sinergies i complicitat amb la resta d'agents amb qui podem tenir interessos en comú i alhora facilitar també l'accés a l'Administració.

Què ocupa més dedicació del vostre temps com a representant territorial?

Sens dubte, ésser present al territori al costat de les entitats, els seus esdeveniments, les seves activitats, els seus esportistes i practicants d'activitat física i esportiva. Ens ho demanen, i hi anem. Però també per fer el seguiment *in situ* dels programes i les actuacions que promovem o que hi donem suport des de la Secretaria General de l'Esport. També dedico el temps necessari a rebre i escoltar les problemàtiques que se'ns traslladen. Poc despatx, el necessari per coordinar l'activitat administrativa i tècnica i per acomplir les funcions i tasques derivades del càrrec.

Quin tipus de coordinació existeix entre els territoris?

Cada representant territorial de l'Esport té adscrit el territori competencial format per les comarques que el configuren. La meua responsabilitat es centra a les comarques de Barcelona i de la Catalunya Central, on mantinc una relació directa amb els municipis i comarques, que em tenen a la seva disposició, i amb totes les entitats esportives i associacions del territori. Les telecomunicacions ens permeten i faciliten aquesta proximitat i agilitat.

D'altra banda, i per analitzar i fer un seguiment correcte de tot el que volem promoure, tenim pautades trobades periòdiques entre els diferents representants territorials, amb el secretari general de l'Esport, amb el Consell Català de l'Esport, amb el delegat del Govern de la Generalitat al territori (en el meu cas són dos: Barcelona i Catalunya Central). Em pertoca també presidir i coordinar l'activitat i les necessitats bàsiques de la Comunitat de Propietaris de la Casa de l'Esport al carrer Guipúscoa de Barcelona.

El darrer nivell de coordinació passa per formar part dels comitès organitzadors, executius, i tècnics, si s'escau, en tots els programes, actuacions i esdeveniments en què som presents, on a més dels periòdics vinculats amb els coneguts programes cíclics anuals, hi ha els específics del moment (actual-

ment... Comitè Organitzador del Mundial Júnior d'Atletisme 2012 a BCN, i el Comitè Organitzador del Mundial de Natació BCN 2013).

El fet de ser llicenciat en CAFE i, si és el vostre cas, col·legiat del COPLEFC, quin valor afegit creieu que us aporta en el càrrec?

Tota carrera i formació et dona molt coneixement, però sovint massa poca experiència. Cal estar preparat per afrontar les problemàtiques del sector i ser-ne coneixedor. El valor afegit d'un professional és la formació continuada que va realitzant i l'experiència que s'acumula pel camí. L'èxit passa per transferir aquest coneixement a l'experiència acumulada.

Estar col·legiat en una corporació, en aquest cas el COPLEFC, crec que no suposa cap valor afegit per a l'Administració de la Generalitat que ens té contractats i on alguns vam oposar ja fa anys. Vist des de fora, estar col·legiat ha d'ésser una garantia davant tot tipus d'usuari i empresa contractant en el supòsit d'exercir de manera autònoma la nostra professió al marge de la gestió pública i dins el mercat lliure del sector privat de l'esport.

D'altra banda, la darrera Llei reguladora de les professions de l'esport de 2008 proposada per ERC no va voler incloure els gestors públics que ocupen llocs a diferents corporacions locals i òrgans autònoms que en depenen, ni tampoc lògicament l'obligatorietat d'estar col·legiats. Per tant, en el meu cas particular estic col·legiat per una qüestió solidària i corporativista, per vetllar pels interessos i la millora constant de la nostra professió i dels professionals que hi treballem, de tots, no només d'uns quants.

Quin és el repte esportiu a la vostra demarcació en aquesta legislatura que acabarà el 2015?

- Haver estat útil i ésser millor coneixedor del territori i de les seves entitats quan deixi aquest càrrec.
- Dotar d'eines i més autonomia per fer menys dependents de l'Administració l'associacionisme esportiu, prioritant

els suports que s'avinguin al full de ruta del Govern per a un futur esportiu sostenible.

- Intentar assolir el màxim nombre d'objectius programàtics previstos en aquesta legislatura.

Ah, per cert, davant els incrèduls i en època de retallades, com argumenteu que són necessàries les representacions territorials?

És necessari tot allò que sigui apropar l'Administració al territori, a les entitats i a la ciutadania, descentralitzar-ne certes competències i processos de gestió. I això no pressuposa necessàriament més pressupost. En aquest sentit, la tendència de les administracions modernes i la mateixa Generalitat mitjançant una part de la Llei òmnibus permetrà moure persones i variar-ne les seves funcions quan sigui convenient i necessari.

Quin considereu que és l'element emblemàtic de la vostra demarcació?

Emblemàtic..., la Casa de l'Esport; gairebé un terç de les federacions esportives catalanes hi conviuen. El CAR de Sant Cugat, per descomptat, és actualment un centre de referència mundial, i també ho és el Circuit de Catalunya. La projecció internacional que ens donen és molt notòria. I en el terreny privat esportiu no lucratiu tenim sortosament força clubs catalans centenaris, referents mundials que tots tenim en ment i que han aportat molt a l'esport català.

Com veieu el futur del país, quant a activitat física i esport?

Estem en un molt bon moment, gràcies a la suma d'esforços en una mateixa direcció dels diversos equips i governs que han dirigit l'esport a Catalunya. S'ha girat el mitjà. La població ha pres consciència dels beneficis i de la necessitat d'aquest hàbit i està mobilitzada, ja sigui vinculada a una associació o clubs esportius de manera dirigida o organitzada, ja sigui com a lliure practicants. Més de la meitat de la població resident a Catalunya diu fer activitat física i

esport d'una manera moderada. Ara toca, doncs, fer-nos més pesats en el "com" fer aquesta activitat d'una manera pautaada, segura, saludable i sostenible, perquè sigui profitosa i no perjudicial. I també cal prescriure més activitat física i esport, que justament és el que es pretén amb el Dia Mundial de l'Activitat Física i Esport (setmana del 6 al 15 d'abril) i conscienciar també la població obesa infantil i la població sedentària en general de les bondats de l'esport.

D'altra banda, l'esport federat català també té molt bona salut i un nivell de projecció internacional envejable, fruit de disposar de molt bons tècnics professionals i de dirigents exemplars.

JOSEP PUJOLS

Representant territorial de l'Esport a Girona



Col·legiat 5304

A les comarques gironines hi ha un total de 1.895 entitats inscrites al Registre d'esports (17% Alt Empordà, 19% Baix Empordà, 21% Selva, 8% Garrotxa, 21% Gironès, 5% Pla de l'Estany, 3% Cerdanya i 6% Ripollès). Aquestes 1.895 entitats practiquen 132 modalitats, amb més de 200 disciplines esportives.

Pel que fa a instal·lacions, n'hi ha més de 6.000 a les nostres comarques (26% Baix Empordà, 18% Alt Empordà, 20% Selva, 6% Ripollès, 4% Pla de l'Estany, 13% Gironès, 6% Garrotxa i 7% Cerdanya).

Els clubs amb més socis del nostre territori són: GEIEG, amb més de 17.000 socis, i el Club Natació Banyoles i el Club Natació Olot, ambdós amb més de 10.000 socis.

Pel que fa a les instal·lacions més emblemàtiques, tenim el pavelló de

Fontajau de Girona, la Ciutat de l'Esport de Blanes (un gran complex esportiu); com a espais naturals tenim l'Estany de Banyoles, considerat un dels millors llocs per a la pràctica del rem del món. Els paratges de la Costa Brava, reconeguda arreu del món per la qualitat i quantitat de proves de vela i windsurf. I al Pirineu, La Molina, per l'experiència organitzativa de gran nombre d'esdeveniments d'esports d'hivern.

Quins són els objectius bàsics i els projectes principals que esteu duent a terme al vostre territori?

- Estem treballant per millorar la qualitat i consolidar el programa del Pla català de l'esport a l'escola a les comarques gironines. Alhora, vetllar i fer un seguiment del bon desenvolupament dels Jocs Esportius Escolars de les Comarques Gironines.
- En l'àmbit de la prescripció d'activitat física i salut, estem elaborant sinèrgies de col·laboració amb DIPSALUT (Organisme de la Diputació de Girona), per ampliar i consolidar la implantació al territori de centres de salut i equipaments esportius municipals, per satisfer la demanda actual.
- Estem desenvolupant un projecte de formació amb la col·laboració de la Diputació per oferir diferents activitats de formació adequades a les necessitats del territori (tècnics, regidors d'esports, directius...).
- També l'assessorament i el seguiment de projectes de modificació del PIEC, a través del MIEM (mapes d'instal·lacions esportives municipals).

El missatge del Govern és "fer més amb menys". Com ho traslladeu a la pràctica?

El missatge és buscar el màxim de complicitats per obtenir el millor rendiment, optimitzant recursos i eficàcia en les diverses actuacions esportives que cada any es programen a les nostres comarques. En aquest sentit, establir línies de comunicació amb els diversos organismes públics: ajuntaments, consells comarcals i Diputació és importantíssim.

JOSEP PUJOLS

“La gent del nostre país s’ha caracteritzat, des de sempre, pel seu treball constant i tenaç envers l’esport, així com per les seves ànsies de superació”

Què ocupa més dedicació del vostre temps com a representant territorial?

Les reunions amb els ajuntaments, clubs i consells esportius, conjuntament amb les funcions de representació de la Secretaria General de l’Esport en els diversos esdeveniments esportius del territori.

Quin tipus de coordinació existeix entre els territoris?

La bona relació que hi ha amb els diversos representants fa que la comunicació sigui molt fluida. Aquesta bona comunicació, que es realitza periòdicament, permet intercanviar les diverses experiències de cada territori per poder reflexionar de com millorar les nostres relacions i actuacions a les nostres comarques.

El fet de ser llicenciat en CAFE i, si és el vostre cas, col·legiat del COPLEFC, quin valor afegit creieu que us aporta en el càrrec?

Crec que la nostra formació tècnica, ens permet disposar d’un valor afegit en les nostres actuacions. La comunicació és molt més fluida i al mateix temps ens permet opinar i argumentar amb coneixement de causa en les nostres intervencions.

Quin és el repte esportiu a la vostra demarcació en aquesta legislatura que acabarà el 2015?

Els reptes més importants són garantir i incrementar la pràctica de l’activitat física i esportiva en la població gironina (esport federat, escolar, de lleure, d’adults...). Així com mantenir la qualitat de l’organització del gran nombre d’esdeveniments internacionals que es fan a les nostres comarques.

Ah, per cert, davant els incrèduls i en època de retallades, com argumenteu que són necessàries les representacions territorials?

La presència de les territorials són importantíssimes per fer sentir la veu del territori al Consell Català de l’Esport. Les territorials permeten fer un seguiment real de les activitats que duen a terme les entitats i traslladar les seves inquietuds al Consell Català de l’Esport.

Quin considereu que és l’element emblemàtic de la vostra demarcació?

El nostre element més emblemàtic és la bona xarxa de clubs que tenim. I això es tradueix en resultats, tant a nivell individual, amb campions en: taekwondo, curses de muntanya, BTT, piragüisme, atletisme, motociclisme, halterofília, natació, salvament i socorrisme, rem..., com en el bon nivell dels equips: l’hoquei sobre patins i sobre gel, patinatge artístic, el futbol, el bàsquet, el rugbi... I això vol dir que des dels clubs es fa molt bona feina, optimitzant al màxim els recursos per aconseguir els millors resultats.

Pròpiament des de la Representació Territorial, cal destacar l’organització de 32 edicions de l’acte de lliurament de les Medalles de l’Esport Gironí; és un acte de reconeixement a les persones que han dedicat gran part de la seva vida a l’esport, des dels diversos vessants: dirigents, practicants, col·laboradors, etc.

Com veieu el futur del país, quant a activitat física i esport?

Esperançador, perquè la gent del nostre país s’ha caracteritzat, des de sempre, pel seu treball constant i tenaç envers l’esport, així com per les seves ànsies de superació, tal com ho hem demostrat en el passat, obtenint bons resultats en tots els àmbits, de participació i d’èxits.

JOAQUIM PERISÉ

Representant territorial de l’Esport a Lleida



Col·legiat
7742

A Lleida tenim un àmbit territorial molt gran, dispers i sobretot amb diferències destacades. Tot i que tenim clubs grans competint en categories d’àmbit nacional, la majoria de clubs són mitjans i petits amb molt voluntarisme; unes 1.900 entitats estan registrades a Lleida.

Els esports són molt diversos, però tenim una característica molt diferenciadora d’altres territoris, el Pirineu està molt proper i això fa que proliferin molt els esports a la muntanya.

També tenim un INEFC que ens ajuda a millorar la qualitat tècnica de l’esport a la província.

Quins són els objectius bàsics i els projectes principals que esteu duent a terme al vostre territori?

L’objectiu bàsic és fomentar, divulgar, planificar, coordinar i assessorar els aspectes relacionats amb l’activitat física i l’esport, per tal que tothom tingui el més fàcil i lliure accés a la pràctica esportiva i l’esport. Els projectes principals són el seguiment de l’esport al territori, la planificació, la coordinació i el suport dels programes i les estructures

JOAQUIM PERISÉ

“És molt important conèixer de primera mà l’esforç que fan les nostres entitats esportives per tirar endavant, ja sigui com a organitzadors d’esdeveniments esportius o com a usuaris de la pràctica esportiva”

esportives que donen vida al nostre sistema esportiu de la província (esport escolar, esport federat, esport per tothom, esport i salut...).

El missatge del Govern és “fer més amb menys”. Com ho traslladeu a la pràctica?

La presència al territori en els esdeveniments esportius és una de les activitats bàsiques per a nosaltres. És molt important conèixer de primera mà l'esforç que fan les nostres entitats esportives per tirar endavant, ja sigui com a organitzadors d'esdeveniments esportius o com a usuaris de la pràctica esportiva.

El que també crec que és molt important és conèixer les peculiaritats de l'esport del nostre territori per intentar ser equitatius a l'hora de distribuir els recursos de què disposa l'Administració esportiva de Catalunya.

Què ocupa més dedicació del vostre temps com a representant territorial?

La feina de representació del secretari general de l'Esport al territori ocupa bona part de la nostra feina; la gestió de recursos, la planificació i el control dels programes de la casa i el foment dels valors de l'esport són d'altres de les feines que tenim a la Representació.

Quin tipus de coordinació existeix entre els territoris?

Existeix una bona coordinació; fem reunions de coordinació amb els òrgans directius del CCE, de l'SGE i també entre les representacions territorials. És molt important que tots utilitzem els mateixos criteris a l'hora de valorar les activitats que es fan per tot Catalunya.

El fet de ser llicenciat en CAFE i, si és el vostre cas, col·legiat del COPLEFC, quin valor afegit creieu que us aporta en el càrrec?

Sempre es valora molt més quan dones la teva opinió sobre aspectes dels quals tu estàs format i ets coneixedor; la formació, l'experiència i la coneixença de l'Administració són aspectes bàsics en la nostra feina.

Quin és el repte esportiu a la vostra demarcació en aquesta legislatura que acabarà el 2015?

El repte és poder arribar a tots aquells que veritablement necessiten la nostra ajuda per tirar endavant l'esport, intentar aconseguir que la gent faci esport i activitat física des dels més petits als més grans, però sobretot que cadascú faci la pràctica esportiva i l'esport adequat a la seva edat.

Ah, per cert, davant els incrèduls i en època de retallades, com argumenteu que són necessàries les representacions territorials?

Les representacions intentem fer una feina bàsica, mantenir l'equilibri territorial en l'esport. L'esport català canvia molt en funció del lloc i la tipologia d'entitat que el realitza i el lloc on es fa. La nostra feina és plasmar aquesta tipologia d'esport i fer-la present als òrgans directius de la política esportiva.

Descentralitzar, simplificar i agilitzar l'Administració esportiva de Catalunya és una feina que hem d'anar fent; d'aquesta manera farem que tots els agents de l'esport es sentin més implicats en el nostre esport.

Quin considereu que és l'element emblemàtic de la vostra demarcació?

Sense deixar de banda i sense discriminar cap esport, l'esport al medi natural és un element emblemàtic de la meua demarcació: esport d'hivern, piragüisme, excursionisme són trets característics del nostre esport a Lleida.

Com veieu el futur del país, quant a activitat física i esport?

Crec sincerament que l'esport de Catalunya està un pas per davant de la resta de comunitats autònomes, per això crec que és fonamental mantenir i facilitar les estructures esportives que treballen en el món de l'esport. Difondre l'esport i l'activitat física, l'esport escolar, l'esport federat i l'alt nivell, l'esport per a tothom i l'esport i la salut.

GEMMA SOLER

Representant territorial de l'Esport a Tarragona



A la Delegació Territorial de Tarragona tenim un total de 1.073 clubs, 160 associacions esportives escolars i 38 federacions esportives amb seu al territori. És un territori molt ric esportivament, des de l'àmbit escolar fins al federat. Les capitals de comarca i nuclis de població grans són les que tenen més bones instal·lacions. No tenim cap centre de tecnificació.

Quins són els objectius bàsics i els projectes principals que esteu duent a terme al vostre territori?

- Seguir les línies d'actuació que marca l'SGE.
- Afavorir la pràctica d'esport a nivell extraescolar gràcies al programa de l'SGE: Pla català de l'esport a l'escola.
- Ubicar en un nou espai totes les delegacions territorials de les federacions esportives. Crear nous vincles amb les delegacions territorials.
- Ajudar i col·laborar amb la dinàmica dels consells esportius. Vetllar i fer un bon seguiment dels Jocs Esportius Escolars.

GEMMA SOLER

“[Cal] Fer la feina molt ben feta, [... ser] una institució gestora de la realitat. Vull fer un exercici de proximitat, que la gent ho pugui sentir així. Vull que la Representació Territorial sigui un nucli d'ebullició de l'impuls esportiu de les comarques”

- Iniciar un línia de jornades formatives dirigida a tot el col·lectiu vinculat al món de l'esport.
- Col·laborar amb el Departament de Salut per tal d'afavorir una pràctica esportiva saludable tant en el món escolar com en el federat.

El missatge del Govern és "fer més amb menys". Com ho traslladeu a la pràctica?

En el mateix dia a dia. Aprofitant els recursos que tenim. No allargant més el braç que la màniga. Creant sinergies amb altres institucions: ajuntaments, universitat, patronats...

Trobar solucions sense necessitat de recursos econòmics. Les bones solucions d'uns, donar-les a conèixer a uns altres.

Què ocupa més dedicació del vostre temps com a representant territorial?

Tot el que fa referència a la gestió d'entitats (clubs i federacions) i a l'esport escolar.

Estar al dia de la situació política i econòmica. Visites a clubs i entitats esportives de les 6 comarques per conèixer la seva situació actual. Visites a municipis per conèixer la seva realitat esportiva. Els caps de setmana els dedico a conèixer la riquesa esportiva del territori i al lliurament de premis d'algunes de les competicions que s'hi fan.

Quin tipus de coordinació existeix entre els territoris?

La coordinació que existeix és total. Ens reunim periòdicament amb el secretari general i tot el seu equip; i quan convé ho fem per correu electrònic o telèfon. Aquesta bona sintonia facilita la nostra feina i ens ajuda en les actuacions que fem al territori.

El fet de ser llicenciat en CAFE i, si és el vostre cas, col·legiat del COPLEFC, quin valor afegit creieu que us aporta en el càrrec?

No sóc llicenciada en CAFE, però he estat professora d'EF a primària, secundària i ara tenia la plaça a cicles formatius. No puc contestar directa-

ment la pregunta, però considero que els professors d'EF que venim de primària hauríem de poder estar col·legiats de la mateixa manera que els llicenciats en INEF. Ja que s'ha donat el cas que els llicenciats han tingut l'opció a accedir a primària i els de primària ho hem fet a secundària.

Quin és el repte esportiu a la vostra demarcació en aquesta legislatura que acabarà el 2015?

Fer la feina molt ben feta. Evitar ser una institució burocràtica, sinó una institució gestora de la realitat. Vull fer un exercici de proximitat, que la gent ho pugui sentir així. Vull que la Representació Territorial sigui un nucli d'ebullició de l'impuls esportiu de les comarques. Hem de ser uns facilitadors del servei, hem d'estar al costat de tota la gent que fa esport i ens demana la nostra ajuda.

Ajudar i col·laborar en l'organització dels Jocs del Mediterrani 2017.

Ah, per cert, davant els incrèduls i en època de retallades, com argumenteu que són necessàries les representacions territorials?

Són molt necessàries per donar suport a totes les entitats esportives del territori. Evitem fer el desplaçament de totes aquestes a Barcelona per a qualsevol problema.

El territori català és molt gran i ric esportivament, la nostra feina és la de conèixer el nostre territori i representar-lo al Consell Català de l'Esport.

Quin considereu que és l'element emblemàtic de la vostra demarcació?

Tenim uns clubs grans que potencien o donen aixopluc a seccions amb molt d'èxit, sovint modalitats que són minoritàries, com el patinatge, triatló, salvament i socorrisme... D'altra banda, també gaudim d'un associacionisme esportiu gran, amb un gran nombre de clubs petits repartits especialment al llarg de tot el litoral tarragoní que promouen la pràctica esportiva en una gran varietat de modalitats.

Com veieu el futur del país, quant a activitat física i esport?

Molt bé. Perquè la gent cada cop està prenent més consciència de la importància de la pràctica esportiva. Hi ha molts clubs i federacions que abasten l'esport des de diferents àmbits (federat, lúdic, familiar), i això està molt bé. Tothom té opció de fer esport. A més a més de les millores físiques i psíquiques que s'obtenen.

CINTA ESPUNY

Representant territorial de l'Esport a les Terres de l'Ebre



El nostre territori és ric, quant a nombre de clubs i entitats esportives, tenim 500 clubs en actiu i uns 600 registrats a les Terres de l'Ebre (TE). La recent obertura de la residència d'esportistes donarà un impuls al territori i a l'esport federat. Hi ha representació de quasi totes les disciplines. A més, disposem de d'un alt nombre de participació en diferents circuits i curses, com són el *running series*, circuit de curses de muntanya, Xallenger BTT, lliga de mulettes...

Quins són els objectius bàsics i els projectes principals que esteu duent a terme al vostre territori?

- Promoure l'esport base. Dinamitzar els esports minoritaris, arrelats al territori, aquells que tenen una manca de base important i aquells que considerem que poden ser sostenibles amb un alt component formatiu.
- Dinamitzar l'activitat física i esportiva per a tothom.
- Treballar conjuntament i sumar esforços amb tots els agents del territori: serveis territorials d'Ensenyament, de Salut, consells esportius,

ajuntaments, coordinadors/es del Pla català de l'esport a l'escola, ajudants del Pla, Institut Català de la Dona, Joventut...

El missatge del Govern és "fer més amb menys". Com ho traslladeu a la pràctica?

Aprofitant i rendibilitzant els recursos del territori i de les diferents administracions. Prioritzant actuacions, impulsant el voluntariat i la col·laboració.

Què ocupa més dedicació del vostre temps com a representant territorial?

- La representació del secretari general al territori. La coordinació i l'impuls de l'esport a les nostres terres.
- La informació i l'assessorament al ciutadà en les matèries de competència del Consell Català de l'Esport, l'execució dels programes i de les activitats del Consell Català de l'Esport.
- El control i la gestió de les instal·lacions del Consell Català de l'Esport.

Quin tipus de coordinació existeix entre els territoris?

La coordinació i la relació entre els diversos representants és molt bona. Formem un equip cohesionat i amb moltes ganes. Tenim suport de cadascuna de les 4 territorials: Tarragona, Girona, Lleida i Barcelona. Ens traspassem informació, recursos i materials amb normaltat. A més, disposem d'espais de reunions tant respecte de l'SGE com respecte de la nostra Delegació Territorial del Govern.

El fet de ser llicenciat en CAFE i, si és el vostre cas, col·legiat del COPLEFC, quin valor afegit creieu que us aporta en el càrrec?

Estar format és fonamental. La formació en l'àmbit de l'esport i l'activitat física ha evolucionat i la formació continua, així com conèixer l'esport des de les diverses vessants; com a esportista, monitora, entrenadora, membre de juntes, docent en diferents centres educatius, membre de seminaris d'educació física... Crec que sempre és un potencial que ajuda

en la presa de decisions dins la Representació.

Quin és el repte esportiu a la vostra demarcació en aquesta legislatura que acabarà el 2015?

- Incrementar la participació en activitats físiques i esportives dels ebrencs, amb una incidència especial en el col·lectiu de noies i aquells sectors que no practiquen cap tipus d'activitat fisicoesportiva.
- Fomentar la pràctica regular d'AF i esportives i l'adquisició d'hàbits saludables que contribueixin a un millor benestar, amb l'objectiu de reduir el sedentarisme i l'obesitat.
- Aprofitar el gran potencial educatiu i formatiu de les activitats físiques i esportives.
- Potenciar la funció integradora i de cohesió social de l'esport escolar. La potenciació dels valors de l'esport, valors com la tolerància, el respecte als altres i de les regles, la confiança en un mateix, l'esforç de superació, l'autocrítica, l'autonomia, la capacitat de decisió, l'autogestió, la cooperació, el treball en equip, entre d'altres.
- Formar i dinamitzar el jovent en els valors ciutadans mitjançant la seva participació activa en la gestió de les associacions esportives escolars.
- Impulsar un model esportiu ebrenc de qualitat que inclogui les vessants educatives, recreatives i competitives i saludables oferint una àmplia varietat d'oferta esportiva, i promocionant els esports característics a les nostres terres.

Ah, per cert, davant els incrèduls i en època de retallades, com argumenteu que són necessàries les representacions territorials?

Ara més que mai, la proximitat al territori és fonamental. És la millor manera de portar la veu del territori al Consell Català de l'Esport i gestionar eficientment l'esport català.

Quin considereu que és l'element emblemàtic de la vostra demarcació?

Tots els esports relacionats amb el riu Ebre, la natura; som un territori amb

mar, muntanya i riu. La via verda, les diverses travessies pel mar i pel riu. Les marxades i curses, els itineraris en bicicleta, les diverses embarcacions (muletetes, piragües, rem,..) són un referent per poder practicar una àmplia varietat d'esports amb una gran qualitat.

A més, disposem d'instal·lacions esportives destacades, com el centre de ciclisme de Vinallop, el Centre de Tecnificació Esportiva de les TE, amb la seva residència, totes dues inaugurades recentment, la sala d'esgrima, canals de navegació per practicar el rem i la piragua...

Com veieu el futur del país, quant a activitat física i esport?

L'esport està en un alt nivell esportiu. A Catalunya disposem del Pla català de l'esport que fomenta l'activitat física i esportiva de l'alumnat.

Els diferents agents: consells esportius, ajuntaments, centres educatius, les associacions esportives escolars i les seccions esportives escolars, el Departament d'Ensenyament, el Departament de Salut, la Secretaria General de l'Esport, i altres departaments creiem en la importància i el potencial educatiu formatiu de l'esport i la seva incidència per poder disposar d'una població saludable.

CINTA ESPUNY

"Els diferents agents: consells esportius, ajuntaments, centres educatius, les associacions esportives escolars i les seccions esportives escolars, el Departament d'Ensenyament, el Departament de Salut, la Secretaria General de l'Esport, i altres departaments creiem en la importància i el potencial educatiu i formatiu de l'esport"

Millorar la fatiga crònica gràcies a l'exercici físic

Autora: Elisabet Guillamó Casanoves,
col·legiada 11380

Títol: *Efectes d'un programa de readaptació funcional per a persones afectades per síndrome de fatiga crònica*

Directors: Dr. Joan Ramon Barbany Cairó i
Casimiro Javierre Garcés

Lloc i data de lectura: INEFC-Barcelona, 26/1/2010



La síndrome de la fatiga crònica (SFC) és una patologia d'origen desconegut en què predomina una intensa i inexplicable fatiga, fet que la converteix en una malaltia altament discapacitant. Actualment no té un tractament curatiu, i es treballa per reduir-ne la simptomatologia utilitzant diferents formes de tractament. L'exercici físic queda inclòs entre aquests tractaments de caire multidisciplinari. La tesi es proposa l'aplicació d'un programa d'exercici físic amb la intenció, d'una banda, d'assolir la màxima capacitat funcional d'acord amb l'estat clínic de cada pacient mitjançant el treball de diferents qualitats físiques i, d'altra, educar els pacients perquè siguin capaços d'autoaplicar-se un exercici físic apropiat a les seves possibilitats que els permeti mantenir o millorar la seva qualitat de vida.

Es va concebre un programa amb dues fases d'intervenció, de dotze setmanes cadascuna. Una primera fase de caràcter presencial en la qual els pacients duïen a terme tres sessions d'exercici al laboratori i dues més a casa seva; en aquesta fase es tre-

ballaven diferents habilitats motrius i algunes capacitats perceptuomotrius. Aquest període també va servir d'educació en la pràctica d'exercici físic, ja que en la segona fase d'intervenció van ser els mateixos pacients els que es van aplicar l'exercici. En l'estudi van prendre part 68 pacients afectats per la síndrome de fatiga crònica; tots complien els criteris de diagnòstic del CDC per a SFC, i el diagnòstic havia estat confirmat per dos facultatius especialitzats. Entre aquests pacients, seguint criteris d'accessibilitat, es van establir dos grups: un grup control amb 22 subjectes (19 dones i 3 homes) i un altre grup de 46 pacients als quals es va oferir la possibilitat de prendre part en el programa de readaptació funcional. Finalment van ser 33 pacients (30 dones i 3 homes) de 45,8 anys (27-64).

En relació amb els resultats obtinguts, cal esmentar una adherència del 60,6%. I s'observa una tendència a la millora en relació amb la qualitat de vida, així com en les percepcions en relació amb l'exercici físic. S'han obtingut millores significatives en rela-

ció amb l'equilibri, tant l'estàtic com en la marxa. S'observen també millores significatives en relació amb la força màxima i la força resistència de l'extremitat superior. En relació amb la seva capacitat funcional, en repòs s'observa una disminució en la freqüència respiratòria i la PAS, que sembla indicar una disminució en l'angoixa que en aquests pacients provoca sotmetre's a un esforç. A intensitats màximes milloren d'una manera significativa en relació amb la càrrega aconseguida i mostren una tendència a la millora en relació amb el consum d'oxigen. A intensitats supramàximes s'observa una tendència a la millora en la càrrega.

Un cop finalitzada l'aplicació d'aquest programa de readaptació funcional i analitzats els resultats obtinguts, creiem que l'exercici físic ofereix als pacients d'SFC una forma de tractament que els permet millorar en la seva capacitat funcional, i petites modificacions en la qualitat de vida, amb un risc molt reduït de patir recaigudes i els efectes negatius que poden anar associats a altres formes de tractament.

Preparats per a les contingències

Dissortadament, els accidents més variats amb afectació respiratòria i pròpiament els problemes cardiovasculars no són un fet aïllat. I quan es produeix una situació crítica, l'actuació ràpida resulta imprescindible. Ha salvat moltes vides. Per això els coneixements en reanimació cardiorespiratòria i en l'ús del desfibril·lador són indispensables. Ens acostem a aquesta realitat des de tres plans: la supervivència viscuda en primera persona, l'expert en formació i el pla del Col·legi per facilitar-la a tots els col·legiats.



*Cristian Vallvé, col·legiat 13739

Immediatament, amb l'ajuda d'una altra persona, fins a l'arribada de l'ambulància que alguna altra persona es va encarregar d'avisar, vam passar a aplicar-li la reanimació cardiopulmonar (RCP), a la qual el seu cos va respondre positivament.

Un cop el personal sanitari de l'ambulància es va fer càrrec de la situació, nosaltres la vam deixar a les seves mans i ens van dir que gràcies a la nostra intervenció li havíem salvat la vida".

Els accidents més inesperats, en el moment i el lloc menys versemblants, ens obliguen a estar alerta sempre. Només una actuació adequada tindrà un resultat feliç. Com el cas que descrivim, explicat per la nostra companya Gemma Arija.

porc i se n'havia empassat una que li obstruïa la via respiratòria.

Després d'identificar-me com a persona capacitada, vaig decidir aplicar la maniobra de Heimlich. Però no va funcionar... Com a conseqüència de la impossibilitat de respirar, la dona va caure rodona al terra sense consciència.

L'EXPERT

CRISTIAN VALLVÉ*

La mortalitat per malalties cardiovasculars és la primera causa de mort a

UN DELS MOLTS CASOS DE REANIMACIÓ

GEMMA ARIJA

Col·legiada 8635

"Durant les vacances d'estiu de l'any passat, el 2011, mentre gaudia de la piscina al càmping, de sobte vaig notar una situació de pànic i una multitud de gent a prop del supermercat, alhora que el socorrista sortia corrent cap a la botiga. Jo també vaig decidir anar a veure què hi estava passant, per si podia ajudar.

La situació era concretament que la botiguera no podia respirar. Segons el socorrista estava menjant cotnes de

