

# EL 5è CAMÍ

LA REVISTA INDEPENDENT DE QUATRE CAMINS

Nº 82

Maig  
Juny

2026

La Roca del Vallès  
Barcelona

7  
VINCLÉS 2026

13  
JORNADA DE BÀSQUET EN  
CADIRA DE RODES

15

SERGIO HEREDIA,  
INVITADO DE LUJO EN  
RÀDIO QUATRE CAMINS

17

SETMANA ARTÍSTICA 2026



<https://ja.cat/5cami>

FOTOGRAFIA FETA AL CENTRE  
PEL CONCURS DE FOTOGRAFIA  
"LECTURA I PRESÓ"



## En aquest número:

<b>EDITORIAL</b>	<b>2</b>	_____
	<b>3</b>	<b>EFEMÈRIDES</b>
<b>CONEIXEM DREAM NEPAL</b>	<b>4</b>	_____
	<b>5</b>	<b>LECTURA I PRESÓ</b>
<b>VINCLES 2026</b>	<b>7</b>	_____
	<b>9</b>	<b>UNA JORNADA DE CONVIVÈNCIA, CREATIVITAT I APRENENTATGE</b>
<b>NO PETIS EL PLOM. TROBADA INTERCENTRES</b>	<b>10</b>	_____
	<b>11</b>	<b>CONCERT QUARTET</b>
<b>EL HUERTO COLABORATIVO</b>	<b>12</b>	_____
	<b>13</b>	<b>NOTICIES ESPORTIVES</b>
<b>MENTRESTANT A LA RÀDIO</b>	<b>15</b>	_____
	<b>17</b>	<b>SETMANA ARTÍSTICA 2026</b>
<b>DE CAMÍ A L'ESCOLA</b>	<b>19</b>	_____
	<b>20</b>	<b>CONCURS DE PINTURA MONCUNILL</b>
<b>SANT JOAN: FESTA I TRADICIÓ</b>	<b>21</b>	_____
	<b>22</b>	<b>TORNEIG EUROPEU D'ESCAPS</b>
<b>DIÀLOGOS SOCRÀTICS</b>	<b>23</b>	_____
	<b>24</b>	<b>LA VOLTA AL PLAT: BANDEJA PAISA</b>
<b>VIATGES AMB SOLERA: BARCELONA-MOSCÚ</b>	<b>25</b>	_____
	<b>26</b>	<b>HISTORIES AMB SOLERA: EL PODER INVISIBLE DE LAS PALABRAS</b>
<b>PRIMERS AUXILIS: R.C.P.</b>	<b>27</b>	_____
	<b>28</b>	<b>JA HAN ARRIBAT ELS DINAMITZADORS D'ESTIU</b>
<b>FRASES PER PENSAR</b>	<b>29</b>	_____
	<b>30</b>	<b>FRASES ESPORTIVES PER PENSAR</b>
<b>HORÒSCOP</b>	<b>31</b>	_____
	<b>32</b>	<b>HEM LLEGIT...LA BIBLIOTECA DE LOS MUERTOS</b>
<b>MEMES</b>	<b>33</b>	_____
	<b>34</b>	<b>JOCS</b>
<b>SOLUCIONS</b>	<b>35</b>	_____

Benvolgudes i benvolguts lector,

Amb l'arribada dels mesos de maig i juny, presentem un nou número d'El 5è Camí, una edició que ens acompanya en el tram final de la primavera i dona la benvinguda a un estiu que aquest any s'ha avançat amb una intensa onada de calor.

En aquest número podreu descobrir els resultats de dues de les propostes artístiques més destacades a nivell autonòmic en l'àmbit penitenciari: el concurs fotogràfic Lectura i Presó i el concurs de ceràmica organitzat pel nostre centre, Vincles. A les seves pàgines trobareu les obres premiades, que reflecteixen el talent, la sensibilitat i la creativitat de les persones participants.

Aquesta edició té també un marcat component social. Hi recollim experiències que han fomentat la reflexió, el diàleg i la sensibilització sobre diverses realitats. Entre elles, la participació d'un grup d'interns en el projecte No petis el plom, celebrat a Brians 1, centrat en la salut mental en l'àmbit penitenciari. També expliquem la visita de l'entitat Dreams Nepal, que ens va apropar a la realitat social i educativa d'aquest país asiàtic, així com l'intercanvi realitzat entre els Tallers Artístics i els estudiants d'Educació Social de la Universitat de Barcelona.

En la mateixa línia, destaquem l'experiència dels Diàlegs Socràtics, una activitat que durant diverses setmanes va permetre establir converses i espais de reflexió entre alumnes de Dret i persones internes del centre. Uns debats enriquidors que van afavorir l'intercanvi d'idees i perspectives diverses.

La cultura i l'art continuen ocupant un lloc central en la vida del centre. Durant el mes de maig, els Tallers Artístics van organitzar una Setmana Artística coincidint amb el Dia Internacional dels Museus. Al llarg de diversos dies es van portar a terme activitats com tallers de serigrafia, cianotípia, pintura creativa i altres propostes que van permetre als participants descobrir noves tècniques i formes d'expressió artística.

L'activitat esportiva també ha estat intensa durant aquests mesos. En aquestes pàgines podreu llegir com va transcórrer el torneig intercentres de futbol 7, una jornada de competició i companyonia que va reunir diversos centres penitenciaris.

També expliquem la visita d'un grup de voluntaris que van impartir una activitat de bàsquet en cadira de rodes, una experiència que va permetre reflexionar sobre l'esport adaptat i la superació personal. A més, destaquem la notable participació del nostre centre en un torneig internacional d'escacs en línia, amb uns resultats molt satisfactoris.



La ràdio del centre continua sent un espai de trobada i comunicació. En aquest número us expliquem la visita del reconegut periodista esportiu Sergio Heredia, que va compartir la seva experiència professional en una entrevista molt interessant. També ens van visitar estudiants del grau de Periodisme de la Universitat de Vic, que van col·laborar en la realització del Matinal de Quatre Camins. Igualment destacada va ser l'entrevista amb membres d'Alcohòlics Anònims, una conversa sincera i necessària per sensibilitzar sobre les addiccions i els processos de recuperació.

Com és habitual, la revista també reserva espai per a la divulgació i la curiositat. En aquesta ocasió podreu llegir un article dedicat a Sant Joan, els seus orígens i les tradicions que envolten una de les festes més emblemàtiques del nostre calendari. L'escola, abans de l'arribada de les vacances d'estiu, també hi aporta diversos articles i activitats que mostren el treball realitzat durant els darrers mesos del curs.

Finalment, les seccions habituals continuen oferint noves propostes als nostres lectors. En aquesta edició, Viatges amb Solera ens portarà de Barcelona fins a Moscou en un recorregut ple d'història, cultura i descobriments.

Esperem que gaudiu d'aquest nou número tant com nosaltres hem gaudit preparant-lo.

Us desitgem una molt bona lectura.

### Redacció Disseny Gràfic

• Autoritzem a fer difusió dels continguts de l'obra o el material en qüestió en els termes de la llicència Reconeixement-No Comercial-SenseObraDerivada (by-nc-nd) 4.0 de Creative Commons.

• Elaborat pels interns del Centre Penitenciari Quatre Camins en el Taller de Disseny Gràfic i Comunicació. Les idees, opinions i tot el contingut d'aquesta publicació són responsabilitat única i exclusiva de cada autor. Nosaltres ens eximim de qualsevol responsabilitat.

• Edició de 300 exemplars GRATUITS. Impressos i distribuïts al mateix centre.



**11 de julio: Día Mundial de la Población**

Esta jornada invita a reflexionar sobre los desafíos demográficos mundiales, como el crecimiento de la población, la sostenibilidad y la calidad de vida. Fue establecida por la ONU en 1989.

**13 de julio: Día Mundial del Rock**

Se celebra en recuerdo del histórico concierto benéfico Live Aid de 1985. Esta fecha reconoce el impacto cultural y social del rock como vehículo de solidaridad y expresión.

**15 de julio: Día Mundial de las Habilidades de la Juventud**

Destaca la importancia de la educación y la formación para mejorar las oportunidades de los jóvenes. También promueve el diálogo entre estudiantes, instituciones y el mundo laboral.

**18 de julio: Día Internacional de Nelson Mandela**

Conmemora el legado de Nelson Mandela y su lucha por la paz, la igualdad y la libertad. La ONU instauró esta fecha en reconocimiento a su contribución a los derechos humanos.

**20 de julio: Día Mundial del Ajedrez**

Celebra uno de los juegos más antiguos y universales del mundo. El ajedrez fomenta el pensamiento estratégico, la concentración y el aprendizaje a cualquier edad.

**26 de julio: Día Internacional de la Conservación del Ecosistema de Manglares**

Esta jornada busca concienciar sobre la importancia de los manglares, ecosistemas esenciales para la biodiversidad y la protección de las costas frente al cambio climático.

**28 de julio: Día Mundial contra la Hepatitis**

Tiene como objetivo informar y sensibilizar sobre las hepatitis víricas, promoviendo la prevención, el diagnóstico precoz y el acceso a tratamientos eficaces.

**30 de julio: Día Internacional de la Amistad**

Celebra el valor de la amistad como herramienta para fomentar la solidaridad, la convivencia y el entendimiento entre personas y culturas de todo el mundo. Esta fecha nos recuerda la importancia de cuidar los vínculos que nos unen y de construir relaciones basadas en el respeto y la confianza. La amistad contribuye al bienestar emocional y ayuda a crear comunidades más inclusivas y pacíficas.

**8 de agosto: Día Internacional del Orgasmo Femenino**

Esta fecha busca visibilizar la salud sexual femenina y promover una mayor educación sobre la sexualidad de las mujeres. También invita a romper tabúes y fomentar el bienestar, la igualdad y el derecho al placer.

**9 de agosto: Día Internacional de la Solidaridad con la Lucha de la Mujer en Sudáfrica y Namibia**

Conmemora la lucha de las mujeres contra la discriminación y las injusticias sufridas durante el régimen del apartheid. Es una jornada para reconocer su valentía y reivindicar los derechos de las mujeres.

**13 de agosto: Día Internacional de la Zurdera**

Se celebra para dar visibilidad a las personas zurdas y a las dificultades que pueden encontrar en una sociedad diseñada mayoritariamente para diestros. También promueve la igualdad y la inclusión.

**19 de agosto: Día Mundial del Orangután**

Esta jornada pretende concienciar sobre la necesidad de proteger a los orangutanes y sus hábitats naturales. Estas especies se encuentran en peligro crítico de extinción debido a la deforestación y otras amenazas.

**21 de agosto: Día Internacional de Conmemoración y Homenaje a las Víctimas del Terrorismo**

Rinde homenaje a las víctimas del terrorismo y muestra apoyo a sus familias. Además, promueve la solidaridad y el compromiso internacional.

**23 de agosto: Día Europeo de Conmemoración de las Víctimas del Estalinismo y el Nazismo**

Esta fecha recuerda a las millones de personas que sufrieron persecución, represión y muerte bajo estos regímenes totalitarios. Su objetivo es preservar la memoria histórica y defender los valores.

**26 de agosto: Día de Namibia**

Conmemora el inicio de la lucha por la independencia de Namibia en 1966. La jornada honra a quienes participaron en la liberación del país y reafirma los valores de libertad y soberanía.

**29 de agosto: Día Internacional contra los Ensayos Nucleares**

Busca sensibilizar sobre las consecuencias humanas y medioambientales de las pruebas nucleares. También promueve el desarme nuclear y la construcción de un mundo más seguro y pacífico.

Recentment, el Centre Penitenciari Quatre Camins va rebre la visita de Marina, juntament amb tres representants més de l'associació Dreams Nepal, una entitat que treballa per garantir els drets i el benestar dels infants que viuen una situació especialment difícil: nens i nenes que es troben a la presó a causa de l'empresonament dels seus progenitors.

La visita es va emmarcar dins de les activitats formatives i de sensibilització que es desenvolupen al centre i va permetre als participants conèixer de primera mà una realitat desconeguda per a moltes persones. Més enllà de l'entrevista realitzada als estudis de ràdio, la jornada va servir per compartir experiències, generar debat i reflexionar sobre les conseqüències socials de la privació de llibertat quan aquesta afecta indirectament els infants.



Des de la seva creació, el projecte ha aconseguit rescatar més de seixanta infants de les presons nepaleses, oferint-los oportunitats que, d'una altra manera, difícilment haurien tingut. A més, l'organització aposta per la contractació de personal local, generant ocupació i contribuint al desenvolupament social i econòmic de les comunitats on treballa.

La visita va despertar un gran interès entre les persones internes, que van poder conèixer una experiència de solidaritat internacional basada en la defensa dels drets humans, la infància i la igualtat d'oportunitats. Les explicacions de Marina van donar peu a nombroses preguntes i reflexions sobre la realitat penitenciària en diferents països i sobre la importància de protegir els col·lectius més vulnerables.

Activitats com aquesta permeten obrir finestres al món des de dins del centre penitenciari i contribueixen a fomentar valors com l'empatia, la responsabilitat social i el compromís amb les persones que es troben en situacions de vulnerabilitat. La visita de Dreams Nepal va deixar una petjada profunda entre els participants i va posar sobre la taula una realitat que sovint queda amagada, però que mereix ser coneguda i explicada.



Durant la trobada, Marina va explicar la situació que viuen molts nens i nenes al Nepal. En aquest país, la manca de recursos socials i determinades circumstàncies legals i culturals provoquen que molts infants hagin de créixer dins dels centres penitenciaris juntament amb les seves mares, malgrat no haver comès cap delictes. Aquesta situació limita greument el seu desenvolupament personal, educatiu i emocional.

Per donar resposta a aquesta problemàtica, Dreams Nepal impulsa diferents projectes destinats a oferir alternatives reals a aquests menors. L'entitat gestiona cases d'acollida i pisos tutelats on els infants poden viure en un entorn segur, accedir a una educació adequada, rebre assistència sanitària i psicològica i desenvolupar-se en unes condicions dignes. Al mateix temps, es manté el contacte regular amb les seves famílies per preservar els vincles afectius durant el període d'empresonament.



La Biblioteca Guinardó Mercè Rodoreda de Barcelona va acollir el passat 22 de maig de 2026 l'acte d'inauguració de l'exposició del 14è Concurs de Fotografia de Centres Penitenciaris "Lectura i Presó", una iniciativa ja consolidada que uneix cultura, creativitat i rehabilitació a través de la pràctica artística.

L'acte va ser tot un èxit de participació. La sala es va omplir de públic, professionals de l'àmbit penitenciari, participants, familiars, representants institucionals i persones interessades a conèixer una part de la realitat cultural que es desenvolupa als centres penitenciaris de Catalunya. L'ambient va ser molt emotiu i va posar de manifest l'interès creixent que desperten aquest tipus de projectes, que contribueixen a apropar la societat al món penitenciari des d'una perspectiva humana i educativa.



El concurs, organitzat conjuntament per la Direcció General d'Afers Penitenciaris, a través del Servei de Rehabilitació, el Centre d'Estudis Jurídics i Formació Especialitzada (CEJFE) i la Fundació APIP-ACAM. L'objectiu principal és fomentar la reflexió sobre la lectura mitjançant la fotografia, tot promovent la participació cultural de les persones privades de llibertat i oferint una finestra perquè la societat conegui les activitats educatives i artístiques que es duen a terme dins dels centres penitenciaris.

La temàtica d'aquesta catorzena edició girava entorn de la lectura com a eina de transformació personal. Els participants havien d'escollir un fragment breu d'una obra literària i crear una fotografia capaç de transmetre visualment les emocions, idees i sensacions que evocava aquell text. La proposta convidava a entendre la lectura com una porta oberta al coneixement, a la imaginació i a la llibertat interior, fins i tot en contextos marcats per les limitacions físiques pròpies de la vida penitenciària.



La temàtica d'aquesta catorzena edició girava entorn de la lectura com a eina de transformació personal. Els participants havien d'escollir un fragment breu d'una obra literària i crear una fotografia capaç de transmetre visualment les emocions, idees i sensacions que evocava aquell text. La proposta convidava a entendre la lectura com una porta oberta al coneixement, a la imaginació i a la llibertat interior, fins i tot en contextos marcats per les limitacions físiques pròpies de la vida penitenciària.

Les obres presentades van destacar per la seva qualitat artística, la sensibilitat de les imatges i la capacitat dels autors per interpretar literàriament els textos seleccionats. El nivell general va ser molt alt, fet que va dificultar la tasca del jurat a l'hora d'escollir les fotografies guanyadores.

Finalment, el primer premi va recaure en una obra presentada pel Centre Penitenciari Quatre Camins, que va saber combinar de manera excepcional la força visual de la imatge amb el missatge del fragment literari escollit. El segon i el tercer premi van ser atorgats a participants del Centre Penitenciari Joves, que també van destacar per l'originalitat de les seves propostes i per la qualitat tècnica i artística dels seus treballs.

L'exposició inaugurada a la Biblioteca Guinardó Mercè Rodoreda permet, a més, que aquestes mirades traspassin els murs dels centres penitenciaris i arribin a la ciutadania.



**Primer premi: Buidor**  
**Autor: SU**  
**Centre: Quatre Camins**



**Segon premi: Las letras  
de mi sangre**  
**Autor: GMA**  
**Centre: Notícies: Joves**

**Tercer premi: La última  
lectura**  
**Autor: SAJ, BBKF, KYH, RPOP,  
DMO, BY, TVLC**  
**Centre: Joves**





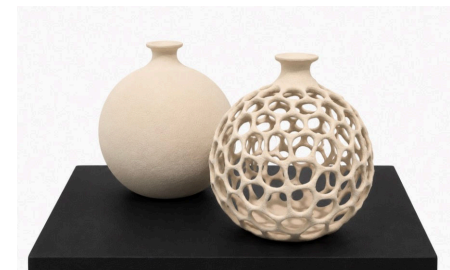
La cinquena edició del Concurs Vincles de Ceràmica Artística ha tornat a posar de manifest el gran potencial de l'art com a espai d'expressió, aprenentatge i trobada entre persones i institucions. Any rere any, aquest projecte continua creixent i demostrant la seva capacitat per crear ponts entre els centres penitenciaris, les escoles d'art i el territori, alhora que dona visibilitat al talent, la creativitat i l'esforç de tots els participants. El nivell de les obres presentades en aquesta edició ha estat especialment destacable, fet que ha dificultat la tasca del jurat. Els premis han quedat molt repartits, una mostra de la qualitat dels treballs realitzats i de la implicació dels diferents centres participants.

El primer premi ha estat per a l'obra *Caòtica*, de H.L.M., del Centre Penitenciari Ponent. El segon premi ha recaigut en *Custòdia de la consciència*, de Dani Font, de l'Escola d'Arts Plàstiques de Torelló. El tercer premi ha estat per a *Sensació de buit*, de J.M.C.T., del Centre Penitenciari Mas d'Enric.

A més, el jurat ha concedit dos accèssits. El primer ha estat per a *Radio Patio 2*, de G.M.C., del Centre Penitenciari Brians 2, mentre que el segon ha reconegut l'obra *Cel-la 120*, de D.M.S.T., del Centre Penitenciari Quatre Camins.



Des de l'organització també s'ha volgut destacar i agrair la tasca del Centre Penitenciari Quatre Camins, responsable de la coordinació del projecte. La seva dedicació, cura pels detalls i compromís han estat fonamentals per garantir l'èxit d'aquesta cinquena edició. Un reconeixement especial mereix la Sandra, per la seva implicació, professionalitat i estima envers una iniciativa que continua deixant empremta any rere any. Cada nova edició confirma que darrere de cada peça presentada hi ha hores de treball, aprenentatge, esforç i il·lusió.

**Primer premi: Caòtica****Autor: H. L. M.****Centre: Ponent****Segon premi: Custòdia de la consciència****Autor: D. F.****Centre: Notícies: Escola d'Arts Plàstiques de Torelló****Tercer premi: Sensació de buit****Autor: J.M.C.T.****Centre: Mas d'Enric**

El Centre Penitenciari Quatre Camins ha viscut fa algunes setmanes una jornada especialment significativa amb la visita d'un grup d'estudiants del grau en Educació Social de la Universitat de Barcelona. Aquesta trobada s'ha emmarcat dins d'una experiència formativa que ha permès als futurs professionals conèixer de prop el funcionament dels tallers artístics del centre i compartir espais de treball amb les persones que hi participen habitualment.

La jornada ha tingut com a fil conductor una proposta metodològica diferent i molt enriquidora: la distribució dels estudiants als diferents tallers s'ha fet per atzar. A l'inici del matí, cada alumne ha escollit a cegues un paper que determinava el taller artístic on participaria durant tota la jornada. Aquesta dinàmica ha aportat un element de sorpresa que ha afavorit l'obertura, la flexibilitat i la disposició a viure una experiència nova sense expectatives prèvies. Aquesta manera de distribuir els grups ha estat molt ben rebuda, ja que ha permès que cada participant s'endinsés en un espai desconegut, trencant rols previs i facilitant una interacció més natural entre totes les persones implicades. L'atzar, en aquest cas, ha esdevingut una eina pedagògica que ha afavorit la descoberta i l'intercanvi.

Els tallers que han format part d'aquesta experiència han estat els de pintura/cartró-pedra amb la Patri, enquadernació amb la Sònia, ceràmica amb la Sandra, ràdio amb el Nacho i cistelleria amb l'Antònia. Cadascun d'aquests espais té una identitat pròpia, però tots comparteixen una mateixa finalitat: oferir un entorn creatiu, educatiu i de creixement personal a través del treball manual i expressiu. Més enllà de les activitats específiques de cada taller, la jornada ha destacat pel clima de respecte, curiositat i col·laboració que s'ha generat entre totes les persones participants. La dinàmica de l'atzar ha contribuït a crear nous vincles, afavorint la interacció entre estudiants universitaris, monitors i participants habituals dels tallers. Aquest intercanvi ha estat especialment enriquidor, ja que ha permès als estudiants viure una experiència directa dins d'un context penitenciari des d'una perspectiva educativa i creativa, alhora que ha aportat noves mirades i energies als tallers del centre.

Un cop finalitzades les activitats del matí, la jornada ha continuat amb un espai de trobada al teatre del centre penitenciari. En aquest espai s'han reunit tots els tallers artístics amb els seus monitors; l'Antònia, en Nacho, la Patrícia, la Sandra, i la Sònia, juntament amb els seus alumnes i els estudiants d'Educació Social. Aquest moment de trobada ha estat



especialment significatiu, ja que ha permès compartir una estona distesa fora dels espais habituals de treball. S'ha organitzat un petit aperitiu per picar, que ha afavorit la conversa, el coneixement mutu i un ambient de proximitat entre totes les persones assistents.

A més, la jornada ha finalitzat amb una activitat lúdica i participativa, un karaoke, on els més atrevits han pogut cantar i expressar-se d'una manera diferent i divertida. Aquest moment ha generat un ambient festiu, ple de rialles i complicitats, que ha contribuït a reforçar el sentiment de grup i de comunitat. Aquest espai final ha estat un dels moments més destacats del dia, ja que ha permès trencar formalitats i compartir una experiència comuna en un ambient de germanor. En primer lloc, als estudiants de la Universitat de Barcelona per la seva implicació, respecte i actitud oberta davant d'una realitat desconeguda per a molts d'ells. També als monitors dels tallers artístics per la seva dedicació constant i la seva capacitat d'acompanyar processos creatius i personals amb compromís i sensibilitat. I, molt especialment, a totes les persones participants dels tallers, que amb la seva implicació quotidiana donen sentit a aquests espais.



El Centre Penitenciari Brians 1 va acollir la trobada intercentres ObertaMent – No petis el plom, una jornada dedicada a la salut emocional i l'autocura que va reunir participants de diferents centres penitenciaris en un espai de reflexió, expressió i escolta.

Al llarg del matí, els interns i les internes van pujar a l'escenari per presentar les seves creacions, ja fos en forma de cançó, poema, relat o fotografia comentada. Cada intervenció va posar de manifest la capacitat de l'art per expressar emocions, compartir experiències i generar diàleg. Les diferents actuacions van oferir mirades molt diverses sobre les vivències personals, però totes elles van coincidir en un mateix fil conductor: la importància de cuidar la salut emocional i de trobar espais on poder expressar-se amb llibertat i respecte.

La trobada tenia com a objectiu crear un espai educatiu de sensibilització sobre la salut emocional, promovent estratègies d'autocura i contribuint a trencar estigmes a partir de les experiències de les persones privades de llibertat. La participació activa dels diferents centres va convertir la jornada en una experiència compartida, enriquidora i plena de contingut humà.



L'organització de l'acte va comptar amb la implicació del Centre Penitenciari Brians 1, que va posar a disposició els espais, els recursos i els professionals necessaris per al bon desenvolupament de la jornada. L'Elena va coordinar i facilitar l'organització de l'activitat, el Marco va vetllar perquè el teatre reunís les millors condicions tècniques, i els auxiliars i les bibliotecàries van contribuir activament al desenvolupament de l'acte. La iniciativa també va comptar amb el suport de diverses entitats col·laboradores i de Cuida la Vida, impulsor de la idea original i part essencial en l'organització de la trobada. ObertaMent – No petis el plom deixa com a resultat una jornada en què la paraula, la música, la poesia i la fotografia van esdevenir eines de participació i de construcció col·lectiva. Un espai que reafirma el valor de la cultura i de l'expressió artística com a instruments per fomentar el benestar emocional, el respecte mutu i la convivència entre els diferents centres penitenciaris.

**GRAN CONCERT  
QUARTET**

DIJOUS,  
**2 JULIOL**  
11h  
TEATRE

**UN PASSEIG PER LA MÚSICA**  
Des de Mozart a Gardel passant per les músiques més boniques!

**QUARTET E' KLÀSSIC-30**

Flauta travessera Violí Viola Violoncel

**NO HI FALTEU!!!**

En ocasiones, los proyectos más valiosos no nacen de grandes recursos, sino de la suma de pequeños gestos y del compromiso de muchas personas con un objetivo común. El Huerto Colaborativo es un claro ejemplo de ello.

Esta iniciativa surgió con una idea sencilla: recuperar un espacio ubicado en el pasillo de acceso al MR-6 para convertirlo en un lugar de aprendizaje, responsabilidad y trabajo en equipo. Para hacerlo posible, cada participante ha aportado aquello que estaba en su mano. Docentes, funcionarios y educadores han colaborado facilitando el material necesario para poner en marcha el proyecto: semillas, abono, madera, herramientas y otros recursos imprescindibles para comenzar.

Por su parte, los internos Solano, Carmona, Baldeh, García S., junto con algún otro participante que se ha incorporado de manera puntual, han sido los protagonistas del trabajo diario. Han limpiado el terreno, acondicionado el espacio, preparado la tierra y realizado las plantaciones con dedicación y constancia. Pero su labor no termina ahí: cada día riegan el huerto, cuidan los cultivos y vigilan su evolución, asumiendo la responsabilidad de mantener vivo el proyecto.

Conscientes del esfuerzo invertido, también han construido una valla de protección que ayude a preservar el huerto y evite que pueda ser deteriorado



de forma accidental o intencionada. Este gesto refleja el sentimiento de pertenencia que ha despertado la iniciativa y el deseo de cuidar aquello que entre todos han conseguido crear.

Más allá de los frutos que el huerto pueda producir, el verdadero valor del proyecto reside en todo lo que representa. Cada semilla plantada simboliza la colaboración entre diferentes profesionales y personas internas que, trabajando codo con codo, han demostrado que los objetivos compartidos son alcanzables cuando existe implicación, respeto y voluntad de contribuir.

El Huerto Colaborativo pone de manifiesto que, dentro del entorno penitenciario, también es posible construir espacios que fomenten valores como la cooperación, la responsabilidad, el esfuerzo y el cuidado de los bienes comunes. Es una iniciativa que demuestra que el trabajo conjunto genera resultados visibles y beneficios que trascienden lo material.

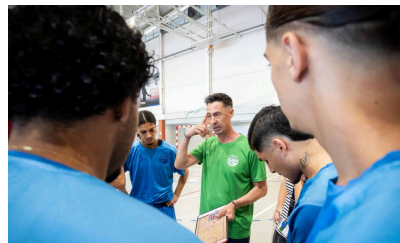
Porque cuando docentes, funcionarios, educadores e internos aportan cada uno su granito de arena, las diferencias se convierten en fortalezas y los proyectos dejan de ser una idea para convertirse en una realidad. El Huerto Colaborativo es mucho más que un terreno cultivado: es la prueba de que la colaboración, el compromiso y la confianza mutua pueden dar grandes frutos, dentro y fuera de los muros de una prisión.



Es respirava un ambient de dia gran al Centre Penitenciari de Joves a la Roca del Vallès. Reclusos de tot el país, juntament amb la direcció general d'Afers Penitenciaris i la premsa, s'hi van aplegar per a la celebració del torneig de cloenda de la segona edició de la Prison League.

La Prison League es una competició de futbol sala que ha reunit equips de centres com Centre Penitenciari Lledoners, Centre Penitenciari Brians II i el mateix Centre Penitenciari de Joves, així com equips externs com Babar, Cornellà, Patos i els Giuss Boys, un grup de joves cristians que volien "compartir la fe". El torneig estava impulsat per l'Associació Esportiva Babar amb la col·laboració de la Federació Catalana de Futbol i la Unió Esportiva Cornellà.

En una final molt disputada, el Centre Penitenciari de Joves es va proclamar campió, culminant una jornada marcada per la convivència, l'esport i la socialització. Des de l'organització es va destacar l'objectiu de consolidar el projecte com una eina de reinserció i cohesió entre centres penitenciaris. El trofeu es va lliurar entre aplaudiments i una sensació general de celebració compartida.



El poliesportiu del Centre Penitenciari Quatre Camins va acollir recentment una jornada de sensibilització i pràctica esportiva de bàsquet en cadira de rodes, gràcies a la visita del Club de Bàsquet Mollet. L'activitat, emmarcada dins del seu projecte de difusió de l'esport adaptat, va permetre als interns apropiat-se a una disciplina esportiva que destaca pels seus valors d'inclusió, superació i treball en equip.

Durant la sessió, els participants van conèixer les principals normes i característiques del bàsquet en cadira de rodes i, posteriorment, van tenir l'oportunitat de posar-les en pràctica a la pista.



L'experiència va resultar especialment enriquidora, ja que va permetre als interns experimentar de primera mà les exigències físiques i tècniques d'aquest esport, ara que fomentava l'empatia i la reflexió sobre la diversitat funcional.

La jornada es va desenvolupar en un ambient molt participatiu i positiu, amb una gran implicació de tots els assistents. Des del centre volem agrair al Club de Bàsquet Mollet la seva col·laboració i la seva contribució a fer possible una activitat tan significativa i plena de valors.



El pasado 22 de mayo, el Centro Penitenciario Quatre Camins recibió la visita de un grupo de estudiantes del Instituto Nacional de Educación Física (INEF) para disputar un partido amistoso de balonmano con el equipo del centro. La expedición estuvo formada por ocho chicos, dos chicas y su monitor deportivo, que actuó como entrenador.

El encuentro se desarrolló en un ambiente de deportividad y compañerismo. Aunque el resultado final fue favorable al equipo del INEF por 38 a 26, los jugadores de Quatre Camins valoraron muy positivamente la experiencia.



Más allá del marcador, el partido permitió aprender nuevos conceptos técnicos y tácticos, así como mejorar aspectos relacionados con la defensa, la organización del juego y el conocimiento de las normas. David P., jugador del equipo de Quatre Camins, destacó que enfrentarse a deportistas con formación específica les ayudó a perfeccionar su nivel y a preparar mejor los torneos que se celebran periódicamente en el centro. Además, los participantes expresaron su deseo de continuar realizando este tipo de encuentros e incluso poder participar algún día en competiciones federadas, siguiendo el ejemplo del equipo de fútbol sala del centro.



Sis interns del nostre centre van participar recentment a la Cursa Solidària de Cardedeu, una activitat que ha servit per posar punt final a la programació de sortides de running d'aquest any. La jornada va permetre als participants gaudir de l'esport en un entorn natural i compartir una experiència enriquidora fora del centre.

Els corredors van prendre part en dues proves diferents, destacant especialment el trail de muntanya de 15 quilòmetres, un recorregut exigent que va posar a prova la seva preparació física, la constància i l'esperit de superació treballats durant tota la temporada. La resta de participants també van completar amb èxit els seus recorreguts, demostrant implicació i compromís amb l'activitat.

La cursa es va desenvolupar en un ambient familiar i festiu, amb itineraris que transcorrien per corriols i senders dels voltants de la vila de Cardedeu. Aquest entorn va permetre als participants gaudir del paisatge i del contacte amb la natura, ara que compartien l'experiència amb nombrosos corredors i veïns de la població.

Aquesta sortida ha estat l'última de la temporada

dins del programa de running del centre, una iniciativa que promou hàbits saludables, l'esforç personal, el treball d'objectius i la participació en activitats comunitàries. Amb aquesta cursa tanquem una etapa plena de reptes i experiències positives.

Ara arriba el descans d'estiu. Reprendrem les activitats al setembre, amb temperatures més agradables i amb energies renovades per continuar corrent, compartint nous reptes i sumant quilòmetres. Fins aleshores, ens quedem amb el bon record d'una jornada esportiva i solidària que ha posat el millor colofó a la temporada.



El pasado 28 de abril de 2026 tuvimos la fortuna de contar en Radio Quatre Camins con un invitado de excepción: el periodista de La Vanguardia Sergio Heredia, una de las voces más reconocidas del periodismo deportivo y de información general en nuestro país.

Licenciado en Periodismo por la Universitat Pompeu Fabra (UPF), se incorporó a La Vanguardia en 1995. A lo largo de su extensa trayectoria profesional ha cubierto algunos de los acontecimientos más relevantes de las últimas décadas, como los atentados del 11 de septiembre de 2001 en Estados Unidos, el hundimiento del petrolero Prestige en Galicia, los Juegos Olímpicos de Pekín 2008 o el conocido caso de los crímenes del Putxet en Barcelona. Además de su labor periodística, Sergio Heredia también ha desarrollado una faceta literaria. Es autor de Soñé que estaba vivo, un libro de relatos publicado por Letras Difusión, y de la obra Soy un superhéroe.

Durante la entrevista compartió con nosotros numerosos aspectos de su trayectoria personal y profesional. Antes de dedicarse al periodismo, fue una prometedora figura del atletismo español, llegando a proclamarse campeón de España y quedándose a poco más de un segundo de la marca mínima exigida para participar en unos Juegos Olímpicos.

A lo largo de su carrera ha trabajado en distintas áreas informativas, desde la política, la economía y la información cultural hasta los sucesos. Cubrió el final de ETA, importantes acontecimientos políticos desarrollados en Madrid y realizó análisis económicos y bursátiles durante varios años. Sin embargo, el deporte terminó convirtiéndose en su verdadera vocación.



Durante la conversación defendió el valor y la complejidad del periodismo deportivo, una especialidad que, en ocasiones, no recibe el reconocimiento que merece. Explicó que narrar una competición, interpretar las estrategias de los deportistas y transmitir al lector las emociones y circunstancias de lo que ocurre sobre el terreno requiere una gran capacidad de observación, análisis y comunicación.

También destacó que muchos de los mejores periodistas deportivos del país han desarrollado carreras brillantes y gozan de un enorme prestigio profesional. Del mismo modo, recordó cómo destacados comunicadores, como Jordi Basté, iniciaron su trayectoria en el periodismo deportivo antes de convertirse en referentes de la información general.

Como él mismo comentó durante la entrevista: "La cabra tira al monte". Después de pasar por diferentes secciones del periódico, regresó al deporte, donde continúa trabajando con la misma pasión de siempre, intentando explicar a los lectores aquello que ve y vive en cada acontecimiento.

Sin duda, tuvimos ante nosotros a un profesional brillante de la comunicación y del periodismo, cuya experiencia y cercanía hicieron de esta entrevista una ocasión muy especial para todos los miembros de Radio Quatre Camins.

Desde aquí queremos agradecerle sinceramente el tiempo que nos dedicó y la generosidad con la que compartió sus vivencias y conocimientos. Nuestros micrófonos y nuestras publicaciones siempre tendrán las puertas abiertas para él.

Muchas gracias, Sergio.

Durante el pasado mes de mayo tuvimos la grata oportunidad de recibir en la emisora de Radio Quatre Camins a un grupo de estudiantes del grado de Periodismo de la Universidad de Vic. Su visita coincidió con la realización de El Matinal, el programa que emitimos semanalmente y que se ha convertido en uno de los espacios de referencia de nuestra radio.

Las estudiantes Paula, Anna, Lidia, Martina y Anna participaron activamente en la preparación y desarrollo del programa, colaborando junto a este redactor, Soler, y a mi compañero Toni en la presentación de las diferentes secciones. Entre ellas destacaron los espacios de noticias de actualidad, el avance deportivo, la información meteorológica, los horóscopos, las efemérides del día, la tertulia deportiva y la sección Historias y Viajes con Solera. Su participación aportó frescura, entusiasmo y nuevas perspectivas al programa. Demostraron una gran preparación, profesionalidad y capacidad comunicativa, dejando claro que les espera un futuro prometedor en el mundo del periodismo. La experiencia fue muy positiva para todos los participantes y esperamos poder repetirla.

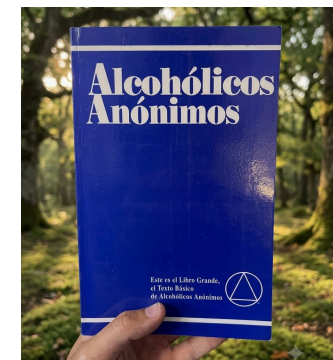


La jornada también contó con la visita de un periodista de La Vanguardia, quien realizó una entrevista a los responsables del programa. La conversación resultó muy interesante y enriquecedora, tanto por el contenido de las preguntas como por el intercambio de experiencias relacionadas con el ámbito de la comunicación. Para quienes formamos parte de Radio Quatre Camins, este tipo de encuentros representan una oportunidad única de aprendizaje y crecimiento personal. Experiencias como esta refuerzan nuestra motivación para seguir trabajando y mejorando cada día en este apasionante mundo de la radio.

Aquest mes de maig, l'estudi de Ràdio Quatre Camins va rebre la visita de representants d'Alcohòlics Anònims, amb qui es va mantenir una entrevista propera i reflexiva per abordar de manera oberta la realitat de l'alcoholisme i els processos de recuperació.

Durant el programa, es van tractar diverses qüestions relacionades amb aquesta addicció, com ara què és exactament l'alcoholisme, quins són els senyals que poden ajudar a identificar una dependència o si una persona alcohòlica pot tornar a consumir alcohol amb normalitat després d'haver iniciat la recuperació. També es va aprofundir en la funció de les xerrades informatives i de sensibilització, així com en el seu paper dins del procés d'ajuda a les persones afectades i al seu entorn. Els participants van destacar la importància

de l'anonimat, un dels pilars fonamentals d'Alcohòlics Anònims, i el valor del suport mutu entre les persones que formen part de l'associació. A través de les seves experiències, van posar de manifest la necessitat de crear espais segurs on compartir vivències, escoltar sense judicis i acompanyar els processos de canvi.



Durant la setmana del 18 al 22 de maig, els diferents tallers artístics del nostre centre van organitzar la Setmana Artística, una proposta cultural i educativa que va permetre als alumnes gaudir d'un ampli ventall d'activitats relacionades amb les arts visuals, la creativitat i l'expressió personal. Aquesta iniciativa es va emmarcar en la commemoració del Dia Internacional dels Museus, celebrat el 16 de maig, una jornada impulsada arreu del món per reivindicar la importància dels museus com a espais de cultura, educació i transformació social.

La celebració va néixer amb la voluntat d'acostar la cultura a totes les persones participants dels tallers artístics. Tenint en compte que molts dels alumnes no tenen accés habitual a l'oferta cultural exterior, es va considerar important generar espais d'aprenentatge i experiències artístiques que contribuïssin a garantir el dret universal a la cultura. Aquesta filosofia encaixava plenament amb el Projecte de Llei de Drets Culturals impulsat per la Generalitat de Catalunya, que reconeix el dret d'accés, participació i expressió cultural com a eina de cohesió social i empoderament personal.



#### Una visita inspiradora al món de Matisse

La Setmana Artística va començar amb una sortida cultural conjunta dels diferents tallers artístics al Museu CaixaForum Barcelona. Els participants van tenir l'oportunitat de visitar l'exposició dedicada a Henri Matisse, un dels artistes més influents del segle XX.

La visita guiada va permetre descobrir quaranta-cinc obres de l'artista francès, així com una selecció d'obres d'altres creadors que dialogaven amb el seu llegat artístic. Els alumnes van poder aprofundir en les diferents etapes de la trajectòria de Matisse i entendre la seva influència sobre les avantguardes i l'art contemporani. La jornada va resultar especialment enriquidora, ja que va oferir una experiència directa amb obres originals i va afavorir el debat i la reflexió artística entre els participants.



#### Creativitat compartida a través de la serigrafia

L'endemà, la programació va continuar amb una activitat de serigrafia destinada als alumnes dels tallers artístics. El taller d'enquadernació va preparar tots els materials necessaris perquè els participants poguessin estampar el logotip dels Tallers Artístics en uns nous davantals.

Cada alumne va tenir la possibilitat d'escollir els colors i la mida de la seva estampació, personalitzant així la seva peça. La proposta va combinar aprenentatge tècnic i creativitat individual, alhora que va fomentar la convivència entre els participants dels diferents tallers. Durant tota la jornada es va generar un ambient de col·laboració molt positiu, amb intercanvi d'idees i experiències entre els alumnes.



#### Entrevista i pintura creativa amb Clara Nubiola

La programació va continuar amb una activitat molt especial. Ràdio Quatre Camins va realitzar una entrevista en directe a l'artista Clara Nubiola, que va compartir amb els assistents aspectes de la seva trajectòria professional, les seves fonts d'inspiració i la seva manera d'entendre l'art.

Després de la conversa, l'artista va impartir un taller de pintura creativa destinat als alumnes dels tallers artístics. Mitjançant diferents exercicis pràctics, els participants van experimentar amb formes, el blanc i negre, i processos creatius, descobrint noves maneres d'expressar les seves idees i emocions a través de la pintura.

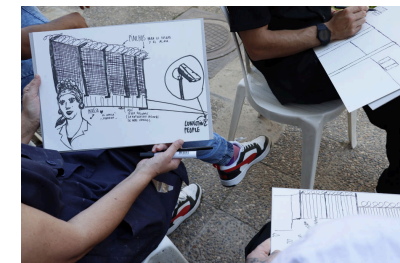
#### Descobrint la màgia de la cianotípia

Una altra de les activitats destacades de la setmana va ser el taller de cianotípia, organitzat pel Taller de Fotografia. Els alumnes van aprendre els fonaments d'aquesta tècnica fotogràfica històrica, basada en la sensibilitat a la llum ultraviolada de determinades sals de ferro.

Durant la sessió, els participants van treballar sobre paper i tela, experimentant amb objectes, composicions i exposicions a la llum. Els resultats van sorprendre tothom gràcies al característic color blau intens de les impressions, una de les principals singularitats de la cianotípia. L'activitat va permetre conèixer una tècnica alternativa de creació d'imatges i va despertar un gran interès entre els participants.



La Setmana Artística va esdevenir una experiència molt positiva i enriquidora per a tots els participants. Al llarg de diversos dies, els alumnes van tenir l'oportunitat d'aprendre noves tècniques, descobrir artistes i formes d'expressió diferents, compartir experiències amb companys d'altres tallers i participar activament en projectes col·lectius. Més enllà dels coneixements adquirits, les activitats van reforçar valors com la creativitat, la cooperació, la inclusió i el dret de totes les persones a gaudir de la cultura.





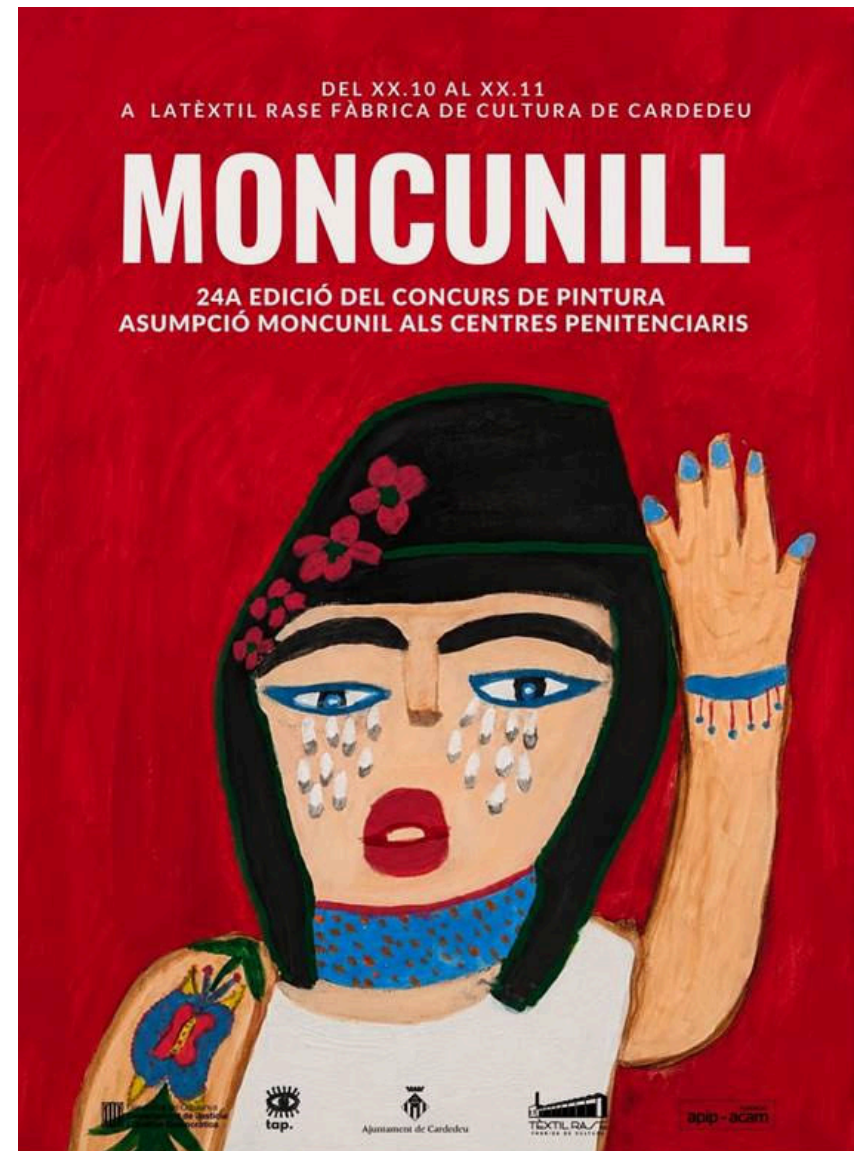
A Sant Just Desvern es troben els estudis de TV3, abans estaven al carrer Numància però, com van créixer, el lloc es va quedar petit. Així es van traslladar a Sant Just i van fer com una mini ciutat dins del recinte. Als estudis hi trobem 2.000 treballadors per això necessita el seu propi edifici amb tot tipus de comoditats, com ara un menjador, metge, llocs de descans i fins i tot amb la seva pròpia benziner. En arribar ens va rebre amablement una guia (Aina) que ens va acompanyar en tot moment explicant-nos com era el recinte i com funcionava. En primer lloc ens van ensenyar el platós; com el del famós programa Eufòria, una mena de "Operación Triunfo" però en català. El plató d'un noticiari per a nens amb el nom Info K (gravat sempre amb un cromat verd). També el plató dels informatius el qual vam quedar bocabadats amb les càmeres, que funcionaven a distància, les controlaven a través de una sala de controls i estaven totalment automatitzades. També vam flipar una mica amb la il·luminació ja que el sostre era ple de focus tots amb una funció. Després van veure el gran magatzem que tenen entre els platós, tots tipus de decoració amb estructures fetes de fusta per



canviar la decoració dels platós ràpidament, ens va contar la guia que tot o feien allí mateix des de cero. Després vam veure també una sala de control, on els realitzadors tenen totes les càmeres del plató i les controlen mitjançant un tauler amb molts botons (que semblen una mena de nau espacial). Al final de la visita vam poder veure el vehicles que usen el operaris de càmera, els entrevistadors i els periodistes per cobrir qualsevol notícia. Des de furgonetes grans amb una sala de controls portàtil a cotxes normals per al càmera i el periodista. També comptem amb 21 corresponsals als principals països per cobrir qualsevol notícia arreu del mon. Al final de la visita en van regalar un clauer. Va ser molt divertit i interessant veure aquestes instal·lacions.



L'alumnat d'un dels grups GES01 a les aules de diversitat ha realitzat una visita al taller Alborada, situat a Mollet del Vallès, com a part del projecte en què estem produint un documental sobre els Centres Especials de Treball (CET). Durant la jornada, els treballadors del centre ens van obrir les portes i ens van permetre conèixer de prop el seu dia a dia. L'experiència es va iniciar a la nau, on l'alumnat va poder col·laborar amb les diferents línies de treball, participant activament en les tasques productives: muntatge de peces, estampació DT i packaging de material de papereria... Posteriorment, el grup va acompanyar els professionals en les feines de jardineria, completant així una visió global de les activitats que es duen a terme al centre. Va ser una experiència molt enriquidora que va permetre a l'alumnat comprendre millor la realitat dels CET, així com valorar la importància de la inclusió laboral i social. Tot l'alumnat del grup vol expressar el nostre agraïment a l'IMSD per obrir-nos les portes i acollir-nos amb tanta amabilitat, especialment al Juan i a l'Antonio, que ens van acompanyar durant tota la visita.



La Nit de Sant Joan, celebrada cada any entre el 23 i el 24 de juny, és la festivitat més màgica, lluminosa i esperada dels Països Catalans. Coneguda popularment com la nit del foc o el solstici d'estiu, aquesta celebració mil·lenària combina elements pagans i religiosos en una explosió de joia col·lectiva que omple carrers, places i platges.

El foc com a protagonista absolut. El foc és l'eix central de la revetlla. Simbolitza la purificació, la destrucció dels mals esperits i el culte al sol, que comença a perdre força a partir d'aquesta data.

Veïns i entitats recullen fusta durant els dies previs per encendre grans fogueres que uneixen les comunitats. Representen el culte al sol i la purificació. S'encenen a places i carrers de tot el país, moltes vegades vinculades a l'arribada de la Flama del Canigó. Aquesta tradició uneix els territoris de parla catalana. La flama es regenera al cim del Canigó i baixa per encendre les fogueres de centenars de pobles i ciutats.

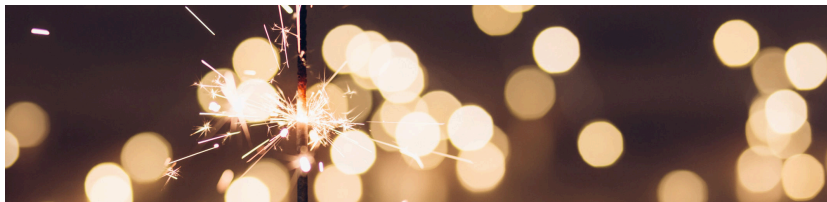
El soroll i la llum dels focs artificials són indispensables per espantar les estructures del passat i rebre el futur amb energia.

Més enllà de la pirotècnia, Sant Joan té una personalitat pròpia tant en el vessant gastronòmic i com a ritual familiar únic, que es transmet de generació en generació.

La Coca de Sant Joan és el dolç indiscutible de la nit. Ja sigui de pinyons i fruita confitada, de llardons o farcida de crema, s'acompanya sempre d'un bon cava per brindar en germanor.

Així mateix, la nit està envoltada de llegendes i misticisme. Es diu que les herbes remeieres collides a la matinada dupliquen les seves propietats, i que l'aigua de mar durant aquesta nit té un poder purificador i protector si et vences amb les seves ones.

La revetlla de Sant Joan és, essencialment, una festa popular que es viu a l'aire lliure. Sopars populars a la fresca, balls amb orquestres i concerts s'allarguen fins a la sortida del sol. És la nit més curta de l'any, però sens dubte una de les més intenses i vives de la nostra cultura.



Tot i ser un dia que representa la celebració de l'arribada de l'estiu i festa popular per antonomàsia també té fets que no sabem.

La festa de Sant Joan és una celebració màgica del solstici d'estiu que uneix rituals pagans i tradicions cristianes. Gira entorn del foc purificador, la gastronomia típica com la tradicional coca de Sant Joan i diverses supersticions populars.

Les revetlles populars amb orquestres i DJ s'allarguen fins a la matinada a gairebé tots els municipis.

Celebrem el naixement i no la mort de Sant Joan Baptista que seria l'únic sant de l'Església catòlica del qual es commemora el dia del seu naixement en lloc del dia de la seva mort.

Segons la tradició, la típica coca de Sant Joan ha de ser el doble de llarga que d'amplada, una mesura que fa referència a la relació entre la durada del dia i la nit en aquesta època de l'any.

Els rituals de foc i aigua com saltar la foguera (tradicionalment 7 vegades) s'associa amb la protecció i l'allunyament dels mals esperits durant tot l'any.

L'ús de la pirotècnia es va incorporar a l'edat mitjana; la pólvora es va inventar al segle IX a la Xina, però de seguida va trobar el seu lloc en els costums festius d'arreu d'Europa. Són els protagonistes indiscutibles del soroll i la llum. Antigament, s'utilitzaven per espantar els mals esperits.

Us recomanem:

Encendre els petards sempre amb metxa, mai els subjectis amb les mans ni els posis a prop de la cara.

No llençar coets ni elements amb flama a menys de 500 metres de zones boscoses. Tanca portes, finestres i recull la roba estesa per evitar ensurts.

Tingues en compte que el soroll extrem pot causar molta ansietat a les mascotes i a persones amb sensibilitat auditiva (com ara persones amb TEA). Prioritza l'ús de pirotècnia silenciosa o de baixa intensitat en zones residencials.

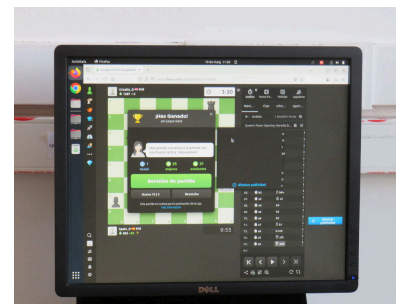
Els petards són els protagonistes indiscutibles del soroll i la llum. Cal ser prudents amb el seu ús. Antigament, s'utilitzaven per espantar els mals esperits.



Recentment, s'ha celebrat al Punt Òmia el Torneig online europeu d'escacs entre centres penitenciaris, una jornada que va reunir equips de diferents països en una competició marcada per la concentració, l'estratègia i l'intercanvi entre participants. El nostre equip hi va participar com a Spain 1, representant el Centre Penitenciari Quatre Camins, en una experiència internacional que va anar molt més enllà del resultat esportiu.

L'equip estava format per quatre interns del centre, que van tenir l'oportunitat de competir en un entorn digital amb jugadors d'arreu d'Europa. Des de l'inici del torneig, es va percebre un alt nivell competitiu i una gran diversitat d'estils de joc, fet que va obligar els participants a mantenir la màxima concentració durant tota la jornada i a adaptar estratègies de manera constant.

El torneig es va disputar en un total de set rondes, en les quals el CP Quatre Camins es va enfrontar a equips procedents de països com Croàcia, República Txeca, Alemanya, Noruega, Bèlgica i Sèrbia. Cada partida va suposar un repte diferent, amb ritmes de joc variats i rivals molt preparats, cosa que va permetre als participants viure una experiència exigent però alhora molt enriquidora.



Més enllà de les jugades i dels resultats, la jornada va destacar per l'ambient de respecte i d'intercanvi entre centres penitenciaris europeus. L'escacs, com a eina educativa i de creixement personal, va tornar a demostrar la seva capacitat per fomentar valors com la paciència, la planificació i el treball en equip, fins i tot en un entorn de competició.

En la classificació final, l'equip del CP Quatre Camins va aconseguir una meritòria novena posició d'entre un total de 32 equips participants. Es tractava d'un resultat molt positiu, tenint en compte l'alt nivell del torneig i la presència de centres amb una gran experiència en competicions similars.



La participació al torneig va deixar una valoració molt favorable entre els integrants de l'equip, que van destacar sobretot l'oportunitat de representar el centre en un esdeveniment europeu i de compartir una jornada diferent, motivadora i formativa. Una experiència que va consolidar l'escacs com una eina útil dins dels programes d'intervenció i reinserció, i que va obrir la porta a futures participacions internacionals.



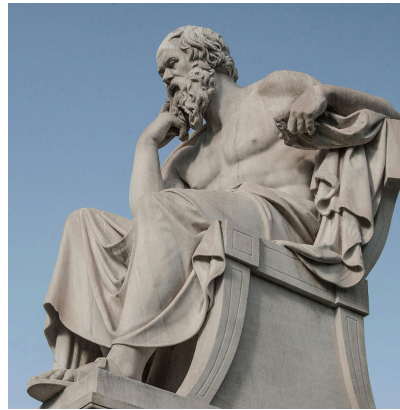
Durante los meses de marzo, abril y mayo se llevaron a cabo diez sesiones de Diálogos Socráticos, celebradas cada jueves por la mañana, con una duración de dos horas.

En estas sesiones participó un grupo de aproximadamente diez estudiantes de último curso de Derecho de ESADE, que, junto con una decena de personas internas de diferentes módulos del Centro Penitenciario Quatre Camins, formaron un grupo de unas veinte personas.

El objetivo de estos encuentros fue reflexionar y debatir sobre el derecho, sus diferentes perspectivas y las diversas interpretaciones que pueden hacerse de él. Las sesiones contaron con la coordinación de un profesor por parte de los estudiantes y de un educador por parte de las personas internas. A lo largo de las diez sesiones se abordaron temas tan diversos como la libertad, el amor, los sentimientos, la vida en familia, los errores cometidos, el orden de prioridad de los valores, el respeto —tanto el que nace de la convicción como el impuesto por la tradición— y las contradicciones que, en ocasiones, presenta la justicia y que muchas veces resultan difíciles de comprender.

Para desarrollar cada sesión se formaban grupos de cuatro personas, integrados por dos estudiantes y dos internos. Durante unos veinte minutos dialogábamos sobre el tema propuesto por el profesor, exponiendo cada uno su punto de vista y compartiendo nuestras conclusiones en un ambiente de respeto, escucha y reflexión. Finalizado ese primer diálogo, todos los participantes volvíamos a reunirnos para poner en común las distintas opiniones y conclusiones. De este modo se generaban debates muy enriquecedores, en los que, aunque existían diferentes perspectivas, era frecuente alcanzar amplios consensos sobre las cuestiones planteadas.

Tal y como el profesor explicó en la presentación del proyecto, el propósito no era tanto encontrar una única respuesta como aprender a escuchar, argumentar y comprender la visión de los demás. El resultado fue extraordinario: todas las sesiones transcurrieron de una manera muy amena,



interesante y enriquecedora. Tanto era así que, al finalizar cada encuentro, ya esperábamos con ilusión que el profesor nos anunciara el tema de la siguiente sesión para poder prepararlo y continuar con unos debates que resultaban tan instructivos como reconfortantes.

La última sesión fue especialmente emotiva. Por un lado, nos produjo satisfacción por todo lo aprendido y compartido; por otro, tristeza al llegar al final de esta experiencia. Como cierre del ciclo, fuimos obsequiados con un pequeño refrigerio que permitió compartir un momento muy cordial entre todos los participantes. El acto concluyó con diversas intervenciones, tanto de los estudiantes como de las personas internas, en las que todos destacamos el valor humano y formativo de esta experiencia y expresamos el deseo de que pueda repetirse en el futuro, cuando las circunstancias y las agendas de ambas partes lo permitan.

Por parte de todas las personas internas participantes, deseamos a los estudiantes y a las estudiantes los mayores éxitos en su futura profesión. Les animamos a ejercer siempre con la máxima sinceridad, profesionalidad, honestidad y sentido de la justicia, actuando en defensa de los intereses de quienes representen, sin olvidar nunca la consideración y el respeto hacia las víctimas. Asimismo, les deseamos toda la felicidad en su vida personal y familiar.

Por su parte, los estudiantes nos transmitieron su deseo de que recuperemos pronto nuestra libertad y de que el futuro nos depara una nueva oportunidad para desarrollar un buen proyecto de vida junto a nuestras familias.

# esade

#### Para los frijoles:

- 350 gramos de frijoles bola roja o alubias rojas
- 2 litros de agua
- 1 zanahoria pelada
- Medio plátano verde o macho en cubitos
- 3 dientes de ajo
- 2 ramas de cebolla china
- Tallos de cilantro al gusto
- Sal al gusto

#### Otros ingredientes habituales de la bandeja paisa:

- Arroz blanco
- Carne molida o en bistec
- Chicharrón de cerdo
- Huevo frito
- Plátano maduro frito
- Arepa paisa
- Aguacate

La bandeja paisa es uno de los platos más emblemáticos de la gastronomía colombiana y un auténtico símbolo de identidad de la región paisa, que abarca principalmente los departamentos de Antioquia, Caldas, Risaralda y Quindío. Se trata de una preparación abundante, variada y energética, pensada originalmente como comida fuerte para los trabajadores del campo, que necesitaban gran aporte calórico para largas jornadas de esfuerzo físico.

#### Origen y contexto cultural

El origen de la bandeja paisa está ligado a la tradición rural de la zona andina colombiana. No existe una única receta oficial, ya que ha ido evolucionando con el tiempo, pero mantiene siempre una base común: la combinación de diferentes alimentos típicos como frijoles, arroz, carne, huevo, plátano y arepa.

Históricamente, este plato representaba la abundancia del campo y la autosuficiencia de las familias campesinas, que aprovechaban productos locales para crear una comida completa en un solo servicio. Hoy en día, la bandeja paisa es uno de los platos más reconocidos de Colombia a nivel internacional y se sirve tanto en hogares como en restaurantes tradicionales.

#### Elaboración y preparación

La bandeja paisa es una receta laboriosa, ya que incluye varias preparaciones que se realizan por separado antes del montaje final del plato. Entre sus componentes principales destacan los frijoles



cocidos, el arroz blanco, la carne picada o en bistec, el chicharrón crujiente, el huevo frito, el plátano maduro frito, la arepa paisa y el aguacate.

La clave de su preparación está en la cocción lenta de los frijoles, que se elaboran con verduras y condimentos hasta lograr una textura suave y un sabor intenso. Paralelamente, se preparan el resto de ingredientes para ser servidos de manera ordenada y abundante en una sola bandeja, de ahí su nombre.

#### Cómo se come

La bandeja paisa se sirve tradicionalmente en un plato grande o bandeja, debido a la cantidad y variedad de alimentos que incluye. No tiene un orden estricto de consumo, por lo que cada comensal puede combinar los ingredientes a su gusto en cada bocado.

Es habitual mezclar arroz con frijoles, acompañar con carne y añadir un poco de aguacate o plátano para equilibrar sabores. Se trata de un plato pensado para compartir momentos en familia o con amigos, más que para una comida rápida o individual.

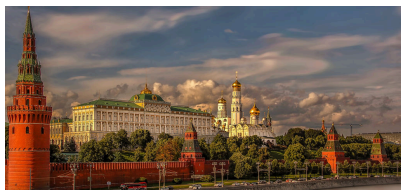


#### Un plato completo y representativo

La bandeja paisa es mucho más que una receta: es una expresión cultural que refleja la historia, el esfuerzo y la tradición del pueblo colombiano. Su combinación de ingredientes la convierte en un plato completo, nutritivo y lleno de identidad, que sigue conquistando paladares en todo el mundo.

**Datos del viaje**

- Duración: 11 días
- Distancia total aproximada: 6.000 km
- Tipo de recorrido: viaje por carretera
- Costes estimados:
- Hoteles: 1.500 €
- Carburante: 900 €
- Comidas: 1.600 €
- Imprevistos: 600 €



Este viaje por carretera desde Barcelona hasta Moscú y posterior regreso a Barcelona se planteó como una experiencia completa a través de diferentes países europeos, combinando cultura, historia, arquitectura y paisajes. El recorrido se organizó en etapas de aproximadamente 500 km para hacer más cómodo el trayecto, permitiendo disfrutar con calma de cada ciudad y de los lugares visitados a lo largo del camino.

La salida se realizó desde Barcelona con destino a Montpellier, donde se efectuó la primera parada. Tras la llegada y el alojamiento, se continuó el recorrido hacia la zona del lago Lemán, un entorno natural de gran belleza donde se disfrutaron sus vistas panorámicas. En esta etapa también se visitó el famoso Jet d'Eau y posteriormente el casco antiguo, donde destacó la catedral de San Pedro. Al finalizar la jornada, se regresó al hotel para descansar.

Al día siguiente, el viaje continuó hacia Ginebra y posteriormente hacia Fráncfort. En esta ciudad alemana, tras realizar el check-in en el hotel, se visitó la plaza de Römerberg, uno de los espacios más emblemáticos de la ciudad, junto con la catedral de San Bartolomé. También se paseó por las orillas del río Meno, donde se pudo apreciar la combinación entre la arquitectura histórica y el moderno distrito financiero.

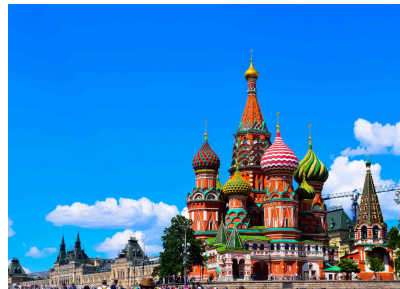
La ruta prosiguió hacia Berlín, donde se realizó una visita más extensa. Entre los puntos destacados se encuentran la Puerta de Brandeburgo, el antiguo Reichstag y la Isla de los Museos, uno de los conjuntos culturales más importantes de Europa.

Tras recorrer el centro histórico y conocer distintos espacios representativos de la ciudad, se regresó al hotel para finalizar la jornada.

El viaje continuó hacia Varsovia, donde se visitó la Plaza de la Independencia y sus alrededores. También se recorrió la avenida principal de la ciudad y la conocida zona de la Isla de las Lágrimas, disfrutando de la mezcla entre arquitectura histórica y legado del periodo soviético. Tras la visita, se regresó al alojamiento para descansar.

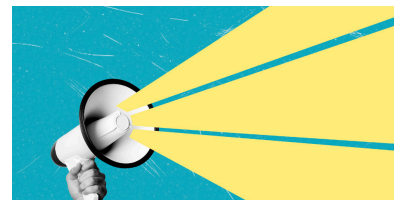
Posteriormente, la ruta llegó a Moscú, punto central del viaje. Allí se visitó la Plaza Roja, uno de los espacios más emblemáticos del mundo, así como el Kremlin y la Catedral de San Basilio. También se recorrieron zonas cercanas al río y diferentes espacios urbanos donde se pudo conocer la vida cotidiana de la ciudad. Tras la visita, se realizó el regreso al hotel para descansar.

En el trayecto de vuelta se inició la ruta hacia Orel y posteriormente hacia Kiev, donde se visitó el monasterio de las Cuevas de Lavra, la Catedral de Santa Sofía y el casco antiguo de la ciudad. Esta etapa permitió conocer de cerca la riqueza histórica y cultural de la región.



El viaje continuó hacia Bucarest, donde se recorrió el centro histórico y sus principales plazas, disfrutando del ambiente de la ciudad y de su patrimonio arquitectónico. Más adelante, la ruta siguió hacia Milán, donde se visitó la Plaza del Duomo, la catedral y las famosas Galerías Vittorio Emanuele II, uno de los espacios más representativos de la ciudad italiana.

Finalmente, el recorrido continuó hacia Marsella, donde se visitó el Puerto Viejo y la Basílica de Notre Dame de la Garde, con vistas panorámicas de la ciudad y del mar Mediterráneo. Tras esta última etapa, el viaje concluyó con el regreso a Barcelona, cerrando un recorrido intenso, variado y enriquecedor por buena parte de Europa.



Las palabras, por breves que sean, pueden comportarse como agujas: pequeñas, casi imperceptibles, pero capaces de provocar heridas profundas. Como una gota de agua que cae de forma constante sobre la roca, terminan abriendo grietas invisibles que, poco a poco, nos resquebrajan por dentro sin que apenas seamos conscientes del proceso.

A lo largo de la historia, los profesionales de la medicina han tenido una influencia enorme sobre nuestras vidas. Todas las civilizaciones han confiado en quienes se han dedicado a estudiar y cuidar el cuerpo humano, ese sistema complejo y frágil que nos sostiene. Los cánones estéticos han ido cambiando con el tiempo, así como los conocimientos científicos, pero lo que no ha cambiado es la vulnerabilidad de nuestra condición. El ser humano ha sido capaz de dominar el fuego, sobrevivir a glaciaciones, construir civilizaciones, viajar al espacio e incluso descubrir el chocolate, pero sigue dependiendo de una estructura orgánica delicada, donde lo más mínimo puede alterar el equilibrio: un virus microscópico, una caída accidental, una toxina en mal estado o una alteración inesperada del propio organismo.

En ese contexto de fragilidad, las palabras adquieren un valor extraordinario. Actúan como microorganismos invisibles: algunas curan y otras enferman. Un mismo tono puede tranquilizar o destruir la calma de una persona. Un diagnóstico, una frase o incluso una mirada pueden convertirse en un punto de inflexión en la vida de alguien.

En una consulta médica, por ejemplo, una niña de apenas tres años sube emocionada las escaleras de un hospital de la mano de su madre. Es un lugar nuevo, extraño, lleno de sonidos y silencios que no comprende del todo. Se sienta frente al especialista mientras la sala se ilumina suavemente con la luz de una pantalla. El médico realiza pruebas sencillas: muestra imágenes de un niño, una casa, una flor, un gato, un sol, un coche, un pájaro. Pero la niña no responde. No distingue nada. Todo es confuso, difuso, inaccesible a su mirada.

El silencio se vuelve denso. Finalmente, una frase corta rompe ese instante: "esta niña está ciega". Las palabras, pronunciadas con aparente normalidad, caen con una fuerza desproporcionada. Para la familia, esa frase no es solo un diagnóstico médico, sino un antes y un después. Una palabra puede abrir un abismo emocional tan profundo como el impacto de una herida física.

Sin embargo, la medicina no es únicamente sentencia o diagnóstico. También es acompañamiento, alivio y esperanza. La capacidad de explicar, de matizar y de comunicar con humanidad es tan importante como el propio conocimiento científico. Desde la antigüedad hasta la actualidad, el avance de la medicina ha permitido que enfermedades que antes eran mortales hoy puedan tratarse, controlarse o incluso superarse. La penicilina, las vacunas o los avances quirúrgicos han cambiado el destino de millones de personas.

Aun así, el impacto de la palabra sigue siendo decisivo. Un posible diagnóstico grave puede activar una cadena de pensamientos y miedos que transforman la percepción de la realidad. Una simple frase mal interpretada puede llevar a imaginar escenarios extremos: hospitales, pruebas, tratamientos, pérdidas. La mente construye futuros posibles que muchas veces no llegan a suceder, pero que se viven con una intensidad real.

En cambio, una explicación clara, serena y bien comunicada puede devolver la calma. Puede transformar el miedo en comprensión y la angustia en alivio. Por eso, en la práctica médica, la palabra es tan importante como la ciencia: porque no solo se trata de curar el cuerpo, sino también de cuidar la forma en que ese conocimiento llega a la persona.

Quizás por eso las palabras siguen siendo uno de los instrumentos más poderosos que existen. Pueden abrir grietas, pero también pueden cerrarlas. Pueden hundir o sostener. Pueden generar miedo o esperanza. Y en ese equilibrio frágil, entre lo que se dice y lo que se entiende, se juega una parte esencial de nuestra experiencia humana.



Hoy explicaremos como detectar y realizar una RCP (Reanimación Cardio Pulmonar) en un paciente en paro cardio respiratorio.

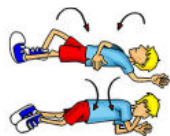
Lo primero es mirar si existe algún peligro a tu alrededor y la del afectado. Valoraremos al paciente comprobando el estado de consciencia, por ejem. (¿oye te encuentras bien?) en un tono un poco alto.

Mirar si respira, acercando nuestro oído a su boca y miraremos hacia el tórax del paciente para ver si se eleva con su respiración (ver oír y sentir).



Tomaremos en (caso de que sepamos), las pulsaciones en la carótida.

En caso de que respire y tenga pulso dejaremos al paciente en PLS (posición lateral de seguridad) y esperamos junto a él a los servicios sanitarios.



**NO RESPONDE:**

En caso de que no responda, pide ayuda sin abandonarlo, colócalo boca arriba con los brazos y las piernas alineadas y con el tórax descubierto (importante que esté en una superficie rígida; si estuviese en la cama habría que ponerlo en el suelo). Abriremos las vías aéreas, coloca una mano en su frente y con la otra tira de su mentón hacia arriba, para evitar que la lengua tapone el paso del aire hacia los pulmones. En la primera insuflación si el aire no pasa, asegúrate de hacer bien la técnica freten-mentón.



Comprueba si respira, y volvemos a tomar pulso, tiempo más o menos 10 segundos, lo suficiente para (ver oír y sentir).

Pediremos ayuda, si sigue sin responder iniciaremos las maniobras de reanimación (RCP).

Tomaremos la medida que son, dos dedos por encima del apéndice del esternón y pondremos las manos con los dedos entre cruzados.



Las compresiones devén deprimir el tórax entre 5-6 cm. con el peso de tu propio cuerpo y se han de realizar 30 compresiones y 2 insuflaciones, al ritmo de 100 a 120 compresiones por minuto. Los brazos deben de estar rectos y NO en flexión ya que las compresiones NO serían efectivas, permite que el pecho vuelva a su posición normal entre cada compresión.



Se apoyará el talón de la mano en el esternón entrelazando los dedos, imagen superior. Las ventilaciones serían tapando la nariz del paciente y sellaríamos sus labios con los nuestros, insuflaremos con la mitad de la capacidad de nuestros pulmones, (solo si está entrenado).



No interrumpas las maniobras hasta que el afectado realice ventilación espontanea o llegue ayuda especializada.

RECORDAR SIEMPRE PEDIR AYUDA A LOS FUNCIONARIOS.



Des de l'1 de juliol, el nostre centre torna a comptar, com cada estiu, amb la presència dels dinamitzadors i dinamitzadores d'estiu, una figura ja consolidada que contribueix a dinamitzar la vida quotidiana del centre durant els mesos més calorosos de l'any.

En aquesta edició, s'ha apostat per un perfil de professionals més vinculat a l'àmbit esportiu. Aquesta decisió respon a la voluntat de potenciar l'activitat física com una eina educativa, de cohesió i de promoció d'hàbits saludables.



L'esport esdevé un recurs excel·lent per ocupar el temps de manera activa, fomentar la participació i oferir alternatives d'oci que despertin l'interès d'un major nombre de persones.

Al llarg dels propers tres mesos, els dinamitzadors desenvoluparan la seva tasca tant als diferents mòduls residencials com al poliesportiu, organitzant activitats esportives i recreatives adaptades als interessos dels participants. A més, una de les dinamitzadores estarà destinada a l'àrea educativa, on impulsarà diverses activitats socioculturals orientades a promoure la participació, la creativitat i la convivència.



Abans de començar aquesta nova etapa, els dinamitzadors i dinamitzadores han passat pels estudis de Ràdio Quatre Camins, on els hem donat la benvinguda amb la tradicional entrevista i el nostre ja conegut test de benvinguda. Ha estat una estona molt agradable que ens ha permès conèixer-los una mica més, descobrir les seves aficions, inquietuds i expectatives davant d'aquest rept. Una conversa distesa que, de ben segur, ha servit per apropar-los a tota la comunitat del centre.

La seva presència contribuirà a generar nous espais de relació, motivació i benestar, afavorint un estiu més actiu i enriquidor per a totes les persones que formen part del centre.

Des del CP Quatre Camins, volem donar la més cordial benvinguda a tot l'equip de dinamitzadors i dinamitzadores. Els desitgem una experiència molt positiva durant aquesta etapa de tres mesos que compartirem plegats, convençuts que ompliran els diferents espais del centre d'energia, il·lusió, proximitat i bon ambient.



**♈ Aries**

**Amor:** Momento favorable para conversaciones sinceras y para aclarar malentendidos.

**Trabajo:** La iniciativa será tu mejor herramienta. Evita actuar con demasiada prisa.

**Bienestar:** Canaliza el exceso de energía mediante ejercicio o actividades al aire libre.

**♉ Tauro**

**Amor:** Estabilidad y necesidad de seguridad emocional. Buen mes para fortalecer vínculos.

**Trabajo:** La constancia dará resultados. Se valorará tu capacidad de organización.

**Bienestar:** Prioriza el descanso y las rutinas saludables.

**♊ Géminis**

**Amor:** Tu encanto y capacidad de comunicación estarán en alza.

**Trabajo:** Surgen nuevas ideas y contactos interesantes. Mantén el enfoque.

**Bienestar:** Evita dispersarte demasiado para no acumular estrés.

**♋ Cáncer**

**Amor:** Mes sensible y emotivo. Es buen momento para expresar sentimientos.

**Trabajo:** Confía en tu intuición, pero apóyala con datos concretos.

**Bienestar:** Dedicar tiempo a actividades que te aporten tranquilidad.

**♌ Leo**

**Amor:** Magnetismo personal elevado. Posibilidad de encuentros significativos.

**Trabajo:** El liderazgo natural te ayudará a destacar.

**Bienestar:** Equilibra la actividad intensa con momentos de descanso.

**♍ Virgo**

**Amor:** La sinceridad y los detalles marcarán la diferencia.

**Trabajo:** Mes productivo para cerrar pendientes y mejorar procesos.

**Bienestar:** Evita la autoexigencia excesiva.

**♎ Libra**

**Amor:** Búsqueda de armonía y equilibrio en las relaciones.

**Trabajo:** La colaboración será clave para alcanzar metas.

**Bienestar:** Actividades artísticas o creativas pueden ayudarte a relajarte.

**♏ Escorpio**

**Amor:** Intensidad emocional y deseo de profundizar en los vínculos.

**Trabajo:** Tu determinación te permitirá superar obstáculos.

**Bienestar:** Gestiona el estrés para evitar desgaste innecesario.

**♐ Sagitario**

**Amor:** Ganas de aventura y experiencias nuevas.

**Trabajo:** Oportunidades de aprendizaje o expansión profesional.

**Bienestar:** El movimiento y los viajes cortos pueden resultar revitalizantes.

**♑ Capricornio**

**Amor:** La estabilidad y el compromiso cobran importancia.

**Trabajo:** Mes favorable para avanzar en objetivos de largo plazo.

**Bienestar:** Mantén un equilibrio entre obligaciones y tiempo personal.

**♒ Acuario**

**Amor:** Necesidad de libertad y autenticidad en las relaciones.

**Trabajo:** Las ideas innovadoras recibirán atención.

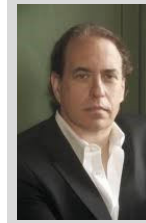
**Bienestar:** Busca actividades que estimulen tanto la mente como el cuerpo.

**♓ Piscis**

**Amor:** Sensibilidad y empatía reforzadas. Buen momento para conectar emocionalmente.

**Trabajo:** La creatividad será una ventaja importante.

**Bienestar:** La meditación, el arte o el contacto con el agua pueden ayudarte a recargar energías.



Glenn Cooper nació en 1963 en Massachusetts, Estados Unidos. Es escritor y arqueólogo, conocido por sus novelas de misterio y thriller histórico. Antes de dedicarse a la literatura, trabajó como médico y ejecutivo en empresas de medicina privada. Su formación científica y su pasión por la historia influyen en sus libros, que combinan hechos históricos con tramas de ficción. Sus novelas exploran temas como la muerte, el destino y los secretos del pasado. Cooper también ha escrito otros thrillers históricos y libros de suspense. Ha participado en conferencias y eventos sobre historia y arqueología. Vive en Estados Unidos y sigue escribiendo y publicando nuevas historias. Su estilo se caracteriza por mantener un ritmo ágil y un suspense constante.

La Biblioteca de los Muertos es una novela donde historia, misterio y suspense, añadiendo también elementos religiosos, policiales y sobrenaturales tienen cabida. Una historia que gira alrededor de uno de los mayores temores de la humanidad: conocer la fecha exacta de la muerte. El hilo conductor de la obra alterna entre distintas épocas, donde se va construyendo una trama llena de conspiraciones, secretos ocultos y reflexiones sobre el destino humano.

La historia comienza en el año 777 en la abadía de Vectis, ubicada en la isla de Wight, Inglaterra. En ese lugar nace Octavus, el séptimo hijo de una familia humilde. Desde su nacimiento, el niño presenta comportamientos extraños que inquietan a quienes lo rodean. Apenas habla, evita el contacto social y parece vivir encerrado en un mundo propio. Los monjes de la abadía lo consideran un ser peculiar, incluso perturbador, pero con el paso del tiempo descubren algo mucho más inquietante. Cuando Octavus aprende a escribir, comienza a llenar pergaminos con nombres y fechas sin explicación alguna. Inicialmente, los monjes creen que se trata de simples garabatos o actos sin sentido, pero poco después descubren que las fechas anotadas coinciden exactamente con el día de muerte de distintas personas. La situación genera temor dentro de la abadía, ya que resulta imposible explicar cómo un niño puede conocer el momento exacto en que alguien morirá. Con el tiempo aparecen otros niños con las mismas habilidades sobrenaturales. Todos son llevados a la abadía y dedicados exclusivamente a escribir nombres y fechas de manera continua. Los monjes comprenden que están frente a un fenómeno extraordinario y deciden registrar cuidadosamente toda la información producida por los llamados "escribas". Así comienza la creación de una gigantesca colección de manuscritos que más adelante será conocida como "La Biblioteca de los Muertos". La biblioteca crece durante siglos y llega a contener millones de registros correspondientes a personas de todas las épocas: individuos del pasado,

del presente e incluso del futuro. Cada entrada incluye el nombre de una persona, su fecha de nacimiento y la fecha exacta de su muerte. La magnitud del secreto resulta aterradora. Los responsables de custodiar la biblioteca comprenden que, si esta información saliera a la luz, podría provocar caos mundial. La sociedad cambiaría por completo si las personas supieran exactamente cuándo van a morir.

La narración se traslada después a la actualidad, en Nueva York. Allí comienzan a producirse asesinatos extraños, un asesino en serie con el sobrenombre de "el asesino del Juicio Final", que desconciertan a las autoridades. Varias personas reciben por correo postales con la imagen de un ataúd y una fecha escrita. Lo perturbador es que las víctimas mueren exactamente en la fecha anunciada. El caso genera pánico mediático y una intensa presión sobre el FBI. El encargado principal de la investigación es Will Piper, un agente veterano con gran experiencia en casos complejos. Piper es brillante, intuitivo y observador, pero también tiene una personalidad difícil. Está cerca de jubilarse, fuma demasiado, bebe en exceso y suele desafiar las normas de sus superiores. Su compañera, Nancy Lipinski, representa el contraste perfecto: joven, organizada, eficiente y disciplinada. Al comenzar la investigación, Piper cree estar enfrentándose a un asesino serial extremadamente inteligente. Sin embargo, pronto descubre que el caso posee elementos imposibles de explicar racionalmente.

La novela desarrolla además una fuerte tensión política y religiosa. Dentro del Vaticano existen personajes que desean mantener el secreto para proteger la estabilidad mundial, mientras otros buscan aprovechar la información para obtener poder y control. El conocimiento absoluto sobre la muerte podría utilizarse para manipular líderes políticos, influir en decisiones económicas o controlar sociedades enteras mediante el miedo. Mientras tanto, Will Piper atraviesa un conflicto personal cada vez más intenso.



Yo intentando encajar con la chaviza :



Cuando el pollo llega frío, pero el repartidor caliente.



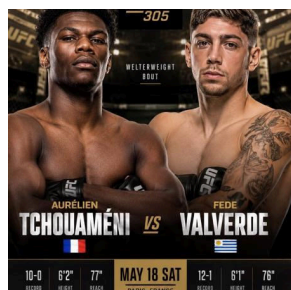
Cuándo se están desahogando conmigo y no sé qué decir:



- ¿Tu papá te quiere mucho? Mi papá:



-Hola, vengo a inscribirme al gimnasio  
-Esto es una panadería  
-Entonces deme seis panes



**ESCACS**  
(Juguen blanques)  
**TEMA: Mate pasillo**



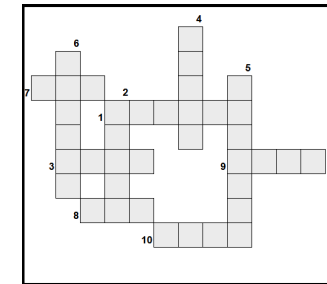
**TEMA: Ataque contra enroque**



**TEMA: Ataque doble**



**MOTS ENCREUATS**



- 1.Líquido, generalmente de color rojo, que circula por las arterias y venas del cuerpo de los animales.
- 2.Caballero. Término de cortesía.
- 3.Nene. Que está en la niñez.
- 4.Alguien para confiar. Que tiene amistad. Utilizada tambien como tratamiento afectuoso, aunque no haya verdadera amistad.
- 5.Nacido de los mismos padres. Persona que tiene los mismos padres que otra.
- 6.Franja de terreno para transitar, construida expresamente o formada por el uso. Vía rural.
- 7.Concordia. Tranquilidad y sosiego del ánimo, contrarios a la turbación que producen las pasiones.
- 8.Metal valioso de color dorado.
- 9.Plataforma con cuatro patas.
- 10.Vástago masculino. Persona o animal respecto de su padre o de su madre.

**SUDOKU**

5	3	7			8	6			
4	7								
	8					7			
5			4		9				
2			3	5					
			2	8	1		7	4	
8	1	2					4		
3			2				9	8	
6						3			

	8	9	5	3					
		8	6				9	4	
			1	4					
					9	3	8	4	
					5	8			
	3						9	7	
		6	9	3				8	
		1						6	5
		3					4	9	

2							4		
8		5		2					
			6		2	5			
		7	4	3			8	5	
				8	6		7		
				5		4			
7				6	5	4			
5		9	7	8		3			
9	3			7					

		8	2					3	
4									
	5	9		7	6				
	2							6	9
	9	4					3		
		8	7		9	2		5	
		4			1		9	8	
5					4				
		8	2		5	4	7		

