



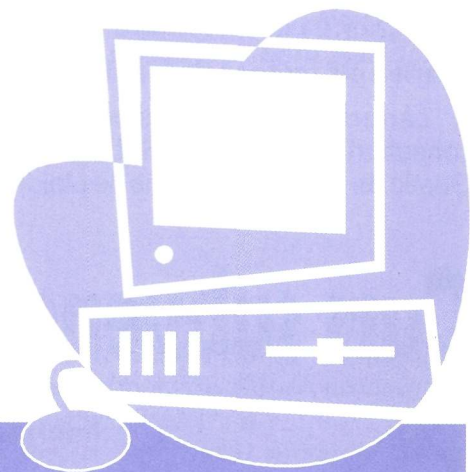
vam parlar fins al cap de dos mesos, fins aleshores trobades esporàdiques. No vam trobar-nos per pair-ho tot i no és fins ara que m'atreveixo a parlar amb tu per explicar-ho, i tot i així encara em falten paraules.

-Tant des de Bòsnia com des de Sierra Leone, com veus el que passa a Catalunya? La vida diària de Catalunya?

Bé, som al rovell de l'ou, com diuen els padrins, però a vegades l'ou es trenca o es passa o es podreix. A Bòsnia no s'ho pensaven mai arribar a la situació que van arribar quan era un país *civilitzat*. I a Sierra Leone tenen el cap com a tot Àfrica, menjat del bonic que és això, això és el Dorado. El mal més gran que tenen és l'emmirationament en l'occidentalització. Àfrica és un continent prou verge i nosaltres estem rebentant tots els recursos, tant els nostres com els seus. Ja veurem què pot passar. L'imperi romà va durar molts segles, però quan va caure va caure de patac. Ara aquest agost es van fer eleccions noves i tenien por als disturbis, però la gent ja està cansada i els disturbis van ser mínims. Tot i això, el país continua depenent de fora.

-Biel, moltes gràcies, ha estat tot un plaer escoltar les teves vivències i experiències. Tornar-te a donar les gràcies simplement per ser com ets. Si realment volem canviar el món i creiem que un altre món és possible, ens fa falta molta gent com tu.

Josep Cabré



**Visiteu la web d'Alpícat:
<http://www.alpícat.cat>**



Jornades de salut

JORNADES DE SALUT 2007

La Regidoria de Sanitat de l'Ajuntament d'Alpicat va organitzar, durant els dies 7, 14, 21, 28 de novembre i 4 de desembre, les 4es Jornades de Salut 2007, amb el següent programa:

Dimecres, 7 de novembre

Inauguració de les Jornades, a càrrec del senyor Armand Arilla Almunia, gerent de Gestió de Serveis Sanitaris de Lleida, i l'il·lustríssim senyor Pau Cabré Roure, alcalde d'Alpicat.

Conferència inaugural

"El sol i la pell", a càrrec del doctor Xavier Soria Gili, especialista en dermatologia medicoquirúrgica i venerologia, adjunt de dermatologia i responsable de la Unitat de Dermatologia Pediàtrica a l'Hospital Universitari Arnau de Vilanova, i professor col·laborador a la Facultat de Medicina de la UdL.

Dimecres, 14 de novembre

"Etapas de la dona"

"Consells d'infermeria"

A càrrec de la llevadora i dels professionals d'infermeria del consultori d'Alpicat, ABS Lleida Rural Nord. Gestió de Serveis Sanitaris de Lleida.

Dimecres, 21 de novembre

"Parlen els metges de família"

A càrrec dels professionals mèdics del consultori d'Alpicat, ABS Lleida Rural Nord. Gestió de Serveis Sanitaris de Lleida.



Dimecres, 28 de novembre

"Equip PADES"

A càrrec dels professionals de l'equip PADES de Gestió de Serveis Sanitaris de Lleida.

Dimarts, 4 de desembre

"Parla l'equip de pediatria"

A càrrec dels professionals sanitaris de l'equip de pediatria del consultori d'Alpicat, ABS Lleida Rural Nord. Gestió de Serveis Sanitaris de Lleida.

Cloenda de les jornades a càrrec del doctor Carles Roca Burillo, director d'Atenció Primària, Gestió de Serveis Sanitaris de Lleida.

Regidoria de Sanitat

Curs subvencionat d'auxiliar



Informació curs subvencionat d'auxiliar d'infermeria en geriatria.

Des de la Regidoria de Sanitat i Regidoria de la Dona de l'Ajuntament d'Alpicat, en col·laboració amb el Departament de Treball, s'ha organitzat un curs en l'especialitat d'auxiliar d'infermeria en geriatria, totalment subvencionat per persones residents al municipi en situació d'atur. El principal objectiu del curs és el de donar resposta a la manca de professionals d'aquest sector en les residències geriàtriques d'Alpicat.

Anna M. Martí Escuer (AODL)
Regidoria de Sanitat i Regidoria de la Dona

Lents progressives...



L'EVOLUCIÓ DE LES LENTS PROGRESSIVES. EN FEM UN ÚS CORRECTE?

La lent progressiva és la lent més natural per tenir una visió confortable en totes les distàncies, encara que s'han de portar a terme unes mesures importants, tant el pacient com el professional:

1. És imprescindible una bona correcció de la visió realitzada per l'optometrista.
2. És molt important escollir una muntura adequada per adaptar les lents progressives i còmoda per al pacient.
3. És imprescindible un bon centratge de la lent progressiva al pacient. La pupila ha de coincidir exactament amb el centre del progressiu i s'ha de respectar l'alçada necessària per poder portar amb comoditat la ullera. Aquesta mesura s'ha de fer amb un centrador especial. Entre altres, el Center XXI. Si hi ha algun professional que ho fa manualment (a ull), s'arrisca al fet que a la persona li sigui impossible adaptar-se al progressiu, ja que es pot equivocar al prendre la mesura: mig mil·límetre ja pot ser fatal.
4. El disseny del progressiu ha de ser **ergonòmic**. Hem de poder tenir una posició natural del cap i cos a totes les distàncies i direccions.

Per obtenir una bona qualitat de visió hi ha d'haver àmplies zones amb elevada agudesesa visual, hi ha d'haver una bona transició cap a la perifèria de les lents, baixa distorsió i un bon camp visual compatible amb la transició entre la visió llunyana i propera.

També és important tenir cura de la imatge i, com actualment estan molt de moda les ulleres petites, han sorgit els **progressius mini**. A partir d'una alçada total de la ullera de 24 mil·límetres ja es poden portar aquestes lents, amb una bona visió de lluny i amb el nou disseny de superfície que l'empresa alemanya Rodenstock ha tret fa poc: la posició d'ús, on ens assurem un elevat grau d'adaptació còmoda i espontània i una gran qualitat de visió.

POSICIÓ D'ÚS: EL NOU CONCEPTE DE LENT PROGRESSIVA

Aquest nou concepte, resultat de la investigació de l'empresa Rodenstock, aporta



al progressiu una qualitat diferenciada de la resta de progressius dissenyats fins ara. És un **progressiu personalitzat per al pacient**, envers els progressius anteriors que eren estàndards.

La muntura adaptada al pacient ha de tenir una certa inclinació per adaptar-se al progressiu, si no es té en compte es pot produir una distorsió en la imatge que pot provocar un elevat esforç i cansament visual. Per evitar això, Rodenstock ha dissenyat unes lents **personalitzades** que un cop tenim la graduació exacta, la distància interpupil·lar i l'alçada del progressiu de la persona és quan es passa a dissenyar les lents. Es té en compte aquesta inclinació, s'elimina la distorsió, redueix completament l'efecte prismàtic i s'aconsegueix un camp visual més ampli.

Per últim no podem oblidar que, encara que les lents progressives siguin el mitjà més natural per veure-hi bé en totes les distàncies, hi poden haver casos que no sigui així. Per exemple, el d'una persona amb vertigen o en el cas d'alguns professionals que necessiten el màxim camp visual en visió propera.

Alicia Vilanova i Gatius
Òptica optometrista