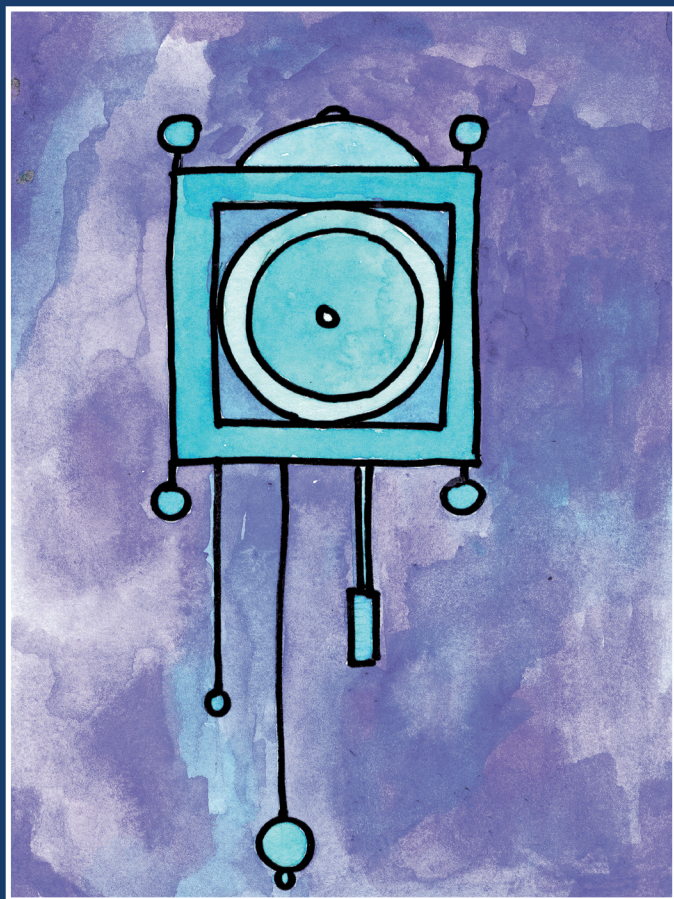


LES NOSTRES ESTRELLES



Alba Alcántara de la Lastra
Alex Alcántara de la Lastra

Rosa Vicente Suriñach
Rafael Lopera Castillo

Des de l'any 2014, a través del projecte **CAP INFANT SENSE CONTE**, fomentem l'ús de la llengua catalana, l'hàbit lector i la creativitat dels infants. Pensem que la lectura és un dels millors hàbits que podem transmetre i és molt important que, de ben petits, gaudim llegint.

Els contes ofereixen un munt de possibilitats de cara al desenvolupament dels infants i són una important eina per enfortir la seva imaginació i treballar les emocions.

Fomentar l'hàbit lector ofereix als infants, i a tothom en general, les eines necessàries per adquirir habilitats de reflexió, anàlisi o esforç que li serviran al llarg de la seva vida i que contribuiran de manera directa o indirecta en benefici de la societat.

La lectura ens dona la llibertat de pensar i de somiar en un món millor; és una eina poderosa pel benestar mental, emocional i socials de les persones; ens ajuda a continuar aprenent i creixent en cada etapa de les nostres vides.

Un conte escrit, il·lustrat, corregit, coordinat, editat i imprès per persones que estimen els llibres. Les il·lustracions no estan pintades perquè cadascú pugui personalitzar-les amb els colors que més li agradin, segons la seva creativitat i imaginació.

Un agraïment especial a les entitats que han finançat la impressió d'aquest conte.

Aquest conte va començar amb un vídeo que ens va fer arribar el Sr. Fernando de la Lastra on apareixia amb el seu nét representant la història d'una persona d'edat avançada que tenia la malaltia de l'Alzheimer.

"Poder disfrutar de los recuerdos de la vida es vivir dos veces". Marco Valerio Marcial

Aquest i molts altres contes els trobareu a la web: **www.capinfantsenseconte.org**

© Alba Alcántara de la Lastra i Alex Alcántara de la Lastra

© Rosa Vicente Suriñach i Rafael Lopera Castillo

1a edició: Abril del 2025

Tirada: 10.000 exemplars

Impressió i maquetació: IGràfic www.igrafic.com

Coordinació de l'edició: Antoni Argent Ballús (info@capinfantsenseconte.org)

Amb el suport de: Associació Cap Infant Sense Conte.

Autors del text: Alba Alcántara de la Lastra i Alex Alcántara de la Lastra

Adaptació del text: Antoni Argent Ballús

Il·lustradors: Rosa Vicente Suriñach i Rafael Lopera Castillo

Assessora artística: Mar Garriga

Correcció ortotipogràfica i d'estil: Berta Rubio Faus i Núria Masdeu Martínez

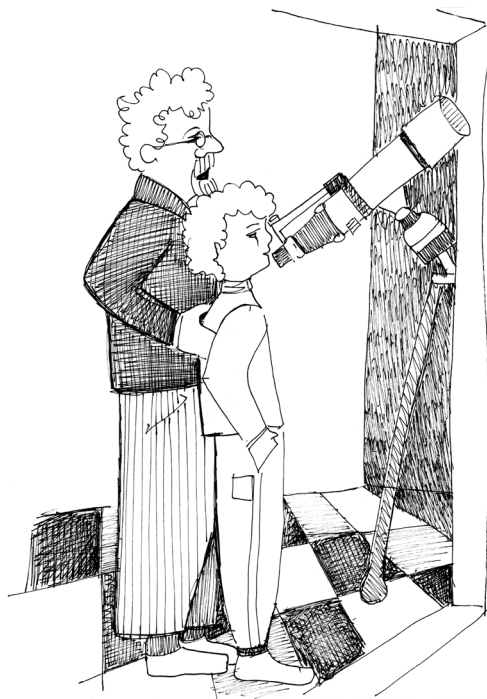
Dipòsit legal: B 1859-2025

Imprès a Catalunya

Molts vespres, l'avi em parlava de les estrelles i, un cop al mes, anàvem a un lloc diferent a observar com és d'immens l'espai i els milers de coses que hi ha.

L'avi em mostrava on eren les constel·lacions més conegudes —com ara l'Ossa Major o l'Ossa Menor, que eren les meves preferides— i me n'explicava històries fantàstiques.

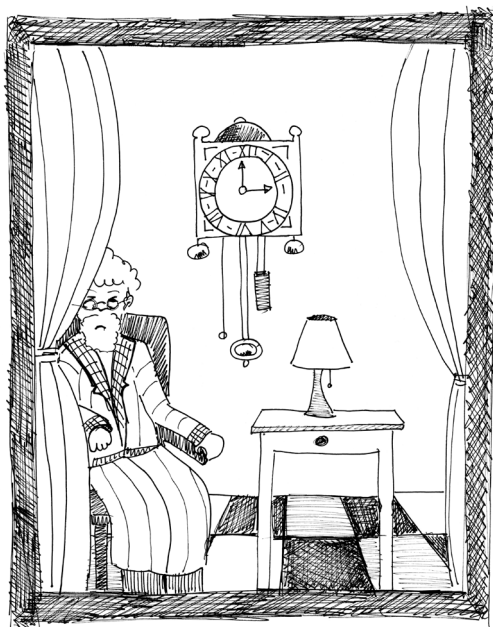
Aquelles nits amb l'avi es van convertir en la meva afició preferida, i m'encantava passar temps observant l'espai amb ell i aprenent el que m'ensenyava.



A mesura que passava el temps, jo cada vegada en sabia una mica més i n'estava molt content.

Un dia, però, em vaig començar a adonar que a l'avi cada cop li costava més recordar el que m'havia explicat ell mateix: em repetia una vegada i una altra el que ja m'havia dit dies enrere, li fallava la memòria, no estava atent al que jo li deia, em preguntava on érem i què hi fèiem, a la terrassa, amb el seu telescopi...

Al cap d'uns mesos, ja no reconeixia les que sempre havien estat les seves estrelles preferides ni s'emocionava en veure-les, com havia fet sempre. El meu avi havia oblidat tots els noms i ja no era aquella persona tranquil·la, amable i afectuosa que jo havia conegut.



Veient que ja no es podia quedar sol, els pares van decidir que vingués a viure amb nosaltres. Va ser un gran canvi. A casa estaven molt pendents d'ell i sovint en parlaven d'amagat perquè jo no els sentís i no em preocupés. Malgrat tot, jo sabia que passava alguna cosa i que aquella malaltia de l'avi era quelcom greu.

Un dia, cansat de no entendre res, vaig preguntar què passava, i els meus pares em van explicar que l'avi estava malalt i que aniria oblidant tot el que sabia perquè tenia Alzheimer. Jo no entenia gaire bé aquella paraula tan estranya, però vaig adonar-me que no m'havia equivocat i que allò que li passava era molt greu, així que vaig començar a plorar: l'avi ja no podria ensenyar-me més coses sobre les estrelles!

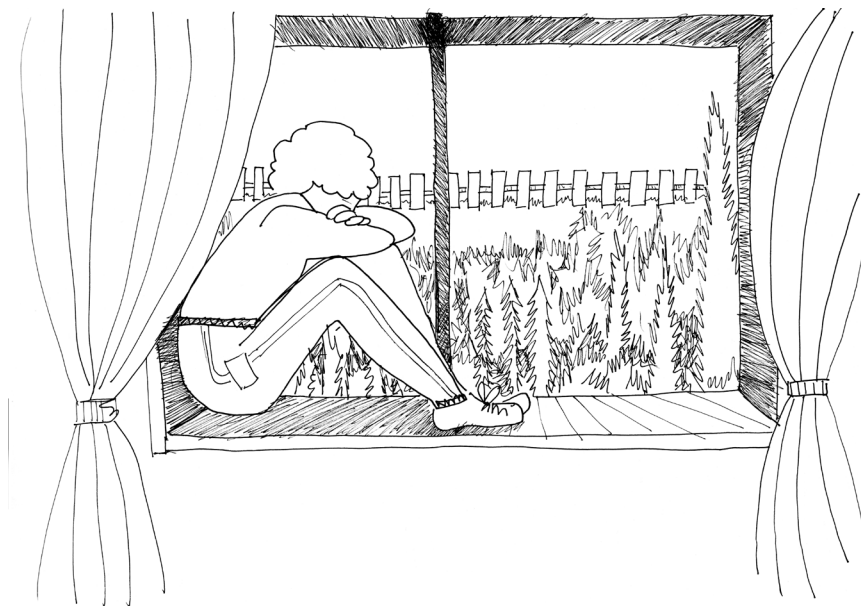


Van anar passant els dies i, a l'avi, li costava molt parlar. Jo volia comunicar-m'hi fos com fos, però em costava molt relacionar-m'hi perquè, a més, ell estava malhumorat, no entenia el que li dèiem i tot s'ho prenia malament.

Perdíem l'avi de mica en mica, i jo m'enfadava amb ell, amb els pares i amb mi mateix.

El que em passava, però, és que cada vegada estava més trist: l'avi ja ni em reconeixia; aquella malaltia me l'havia canviat, i jo el trobava molt a faltar!

Malgrat tot, una part de mi estava segura que el meu avi no havia oblidat aquelles nits màgiques, aquelles emocions viscudes veient les estrelles, les nostres estrelles.



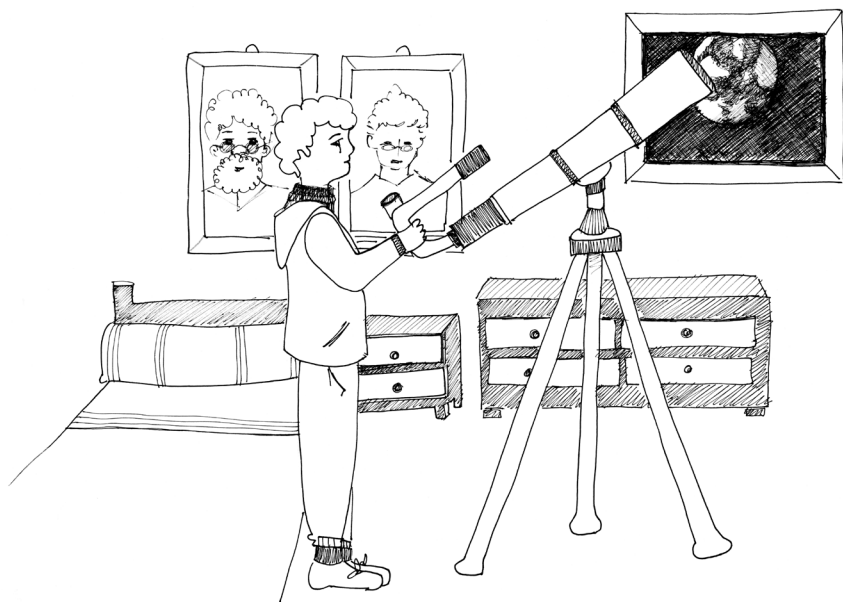
Vaig recordar totes les vegades que havia parlat amb ell, els moments inoblidables que havíem viscut plegats... i un munt de records més que em van venir al cap! Aleshores, vaig pensar que, encara que a l'avi li costés saber qui era jo, segur que se sentia tranquil quan estàvem junts, perquè, tot i no recordar el meu nom, devia notar que ens estimàvem molt. Per això, des d'aquell moment, vaig decidir que seria jo qui li ensenyaria tot el que ell una vegada m'havia ensenyat i no permetria que oblidés la màgia de l'espai.

Havia d'intentar-ho, de manera que vaig esforçar-me per no pensar en la seva malaltia, tenir paciència i entendre certs comportaments. I, de mica en mica, vaig aprendre a conviure amb aquella nova situació que ens havia canviat, a tota la família. Amb un somriure i carregat d'il·lusió, li ensenyava tot allò que ell m'havia ensenyat un dia, i així aconseguia sentir-me a prop seu i feliç, i esperava que ell també se sentís bé.

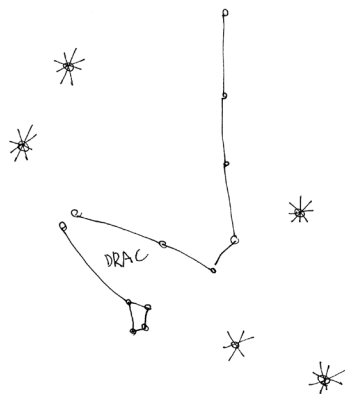


Una tarda de primavera, després d'una fina i agraïda pluja, l'avi va morir, tot i que jo prefereixo pensar que va emprendre un llarg viatge per conèixer noves estrelles, per tal de poder-me-les ensenyar quan ens reunim de nou.

Ha passat el temps i segueixo observant el cel sempre que puc. Agafo el telescopi que l'avi em va regalar i surto a la recerca de les meves constel·lacions i estrelles preferides. Ara, però, en tinc una de nova que brilla molt més que la resta...



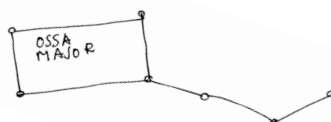
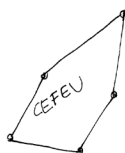
— FI —



No esperem que les estrelles estiguin al cel per tenir-les en compte i valorar el veritable tresor que representen. No podem curar la malaltia amb les nostres accions, però cuidar les persones amb Alzheimer i donar-los visibilitat sí que és a les nostres mans!

Dono gràcies a les estrelles i a tot el que em vas ensenyar per no deixar que m'oblidi mai de tu, avi.

Amb històries com aquesta pretenem explicar amb paraules planeres la complexitat d'una malaltia que afecta moltes famílies, per donar-hi visibilitat i subratllar la importància de reforçar els vincles emocionals entre avis i nets.



L'Alzheimer és una malaltia neurodegenerativa caracteritzada per l'aparició lenta de símptomes que evolucionen al llarg dels anys. La persona que pateix la malaltia té oblit, es desorienta, deixa de comunicar-se i necessita ajuda per a les activitats del dia a dia. A Catalunya hi ha més de 100.000 casos.

Es tracta d'una malaltia progressiva i irreversible, que altera la personalitat i minva de forma gradual la memòria d'una persona i algunes habilitats com raonar, comunicar-se o dur a terme activitats quotidianes. Aquestes habilitats es perden com a conseqüència de la mort d'un tipus de cèl·lules del cervell: les neurones. És la forma més freqüent de demència i actualment es desconeix la causa que l'origina.

Aquesta malaltia té com a símptoma inicial i característic la pèrdua de memòria recent, però, progressivament, altera altres capacitats que dificulten l'autonomia de la persona afectada. Estem davant d'una malaltia d'efectes devastadors per a les persones que la pateixen i les seves famílies i, de moment, no té cura.



Agraïments:



www.capinfantsenseconte.org