

RECORDS DOLÇOS D'UN ADÉU

Text: Lourdes Garcia Puig
Il·lustració: Conxi Puig Balló



Autora i idea: Lourdes Garcia Puig

Il·lustració: Conxi Puig Balló, www.conxipuig.com

Direcció d'art: Minimilks

Maquetació i impressió: Impremta Pagès, Anglès

ISBN: 978-84-697-2191-9

Dipòsit Legal: Gi-697-2014

Registre propietat intel·lectual GI-0099-2014



Records dolços d'un adéu de Lourdes Garcia Puig es distribueix sota una Licència Creative Commons Atribució-NoComercial-SinDerivar 4.0 Internacional. No es permet un ús comercial de l'obra original ni la generació d'obres derivades.

Per veure una còpia d'aquesta llicència, visita <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

RECORDS DOLÇOS D'UN ADEU

Text: Lourdes Garcia Puig
Il·lustració: Conxi Puig Balló
www.conxipuig.com

Agraïments

La vida de vegades ens juga males passades i ens treu coses massa importants.

Un dia com qualsevol altre ens vam despertar sense saber que aquell dia seria diferent, que les nostres vides canviarien per sempre. Ens va tocar viure una situació que mai hauríem imaginat i per la qual no estàvem preparats com a família. En un segon vam passar de la felicitat absoluta a una tristesa inaguantable. Les nostres vides es van esmicolar en trossos tan petits que érem incapaços de recuperar-los: el cor de la nostra petitona havia deixat de bategar. No podíem, ni sabíem com tornar a construir les nostres vides. Per sort, en aquest estret i fosc camí vam trobar persones com la Lluïsa i la Maria, que dediquen part de la seva vida a ajudar els altres. Elles ens han acompanyat, escoltat, respectat i entès. Us vull agrair que estigueu al nostre costat en tot i en qualsevol moment. Gràcies per ser com sou i per fer el que feu i gràcies a totes les persones que constitueixen Xadol per creure en aquest projecte.

Natàlia Artigas, gràcies per creure en aquest conte i donar-me aquesta empenta que ha fet que pugui trobar un significat a la nostra vivència. Gràcies, Pau, per ser tan proper, per estar pendent de mi i per creure tan fermament en aquest projecte. Gràcies a la Impremta Pagès i a Minimilks per contribuir amb el seu treball perquè aquest projecte sigui possible i més bonic. Gràcies a Dipsalut per creure en aquest projecte i per fer possible que aquest conte pugui arribar a tots aquells infants que ho necessitin.

Pil, sempre recordaré els dinars i cafès tan agradables entre lletres i ortografia, gràcies per escoltar-me i ajudar-me. Gràcies a la Dolors, la Maria, l'Eva, la Gisela, la Maribel per escoltar-me, cuidar-me, respectar els meus sentiments i

mimar-me tant. Gràcies a la Marga i en Moisès i a la Núria i en Pere per compartir els pitjors moments i fer-nos veure que no estem sols. Segur que des d'algun lloc en Genís, l'Ona i l'Arlet ens cuiden.

Què dir de la Conxi Puig, la meva mare, una grandíssima artista que ha tingut la dificultat d'il·lustrar una història que també va viure en primera persona. Ningú podria mostrar com tu a través de les imatges aquesta pluja de sentiments. T'estimo. Gràcies per estar sempre al meu costat.

Sobretot gràcies a tu, Iveta, la meva princesa, per ser tan noble i afectuosa. Tan sols amb vuit anys has estat sempre pendent de mi. Hem compartit juntes aquests moments tan difícils i sense tu no hauria pogut escriure la nostra trista vivència. Una vivència que ens ha fet més fortes i ens ha ajudat a créixer com a persones, t'adoro. Gràcies, Elba, per ser tan lluitadora i estar entre nosaltres, per ser tan alegre i donar-nos vida. Ens recordes cada dia que en algun lloc hi ha una preciosa papallona que s'assembla a tu. Gràcies, Jordi, per compartir tant, per cuidar-me i mimar-me i per buscar forces per estar pendent de mi, fins i tot en els pitjors moments. Gràcies als meus germans, cunyades, cunyats i sogres, al meu pare per fer-me costat en els moments més difícils i preocupar-se en cada moment per nosaltres.

I a tu, Arlet, gràcies per regalar-nos vuit mesos de felicitat. Per ensenyar-nos en tan poc temps a valorar els petits moments que ens dóna la vida, per ensenyar-nos a estimar sense poder abraçar, per regalar-nos la teva presència el 8 de maig de 2012 i per haver-me regalat moments preciosos que mai oblidaré. Gràcies per haver-li cedit amb el teu adéu la vida a la teva germana Elba. Gràcies simplement per haver viscut i nascut.

Sabem educar per a la mort?

Sabem educar per a la mort? Ens n'han ensenyat? On n'hem après? A l'escola, a casa? Enlloc? Per als adults, educar els nens i les nenes per a la mort no és fàcil. Quan un nen o una nena ens pregunta sobre el tema ens sorprèn i sovint no sabem què contestar. I si el que ha mort és un germà o una germana es fa molt difícil per a uns pares i mares respondre aquesta qüestió, ja que ells estan desbordats pel dolor de la pèrdua del fill o filla. És per això que a vegades es pot retardar l'explicació fins i tot durant anys perquè els pares i mares no saben com fer-ho, no troben les eines ni les forces necessàries per afrontar-la.

La mort d'un bebè és una de les pèrdues no reconegudes per la societat actual. Si el bebè ha viscut poc temps o els pares ni tan sols l'han pogut conèixer, sembla que no se'ls reconegui el dret al dol per la pèrdua de l'ésser estimat. No hi ha naixement ni cerimònia de comiat, no hi ha nom ni tampoc fotografies que avalin l'existència del bebè. Si no se'n parla no fa mal, no existeix, i això xoca amb el dolor tan punyent que senten els pares i les mares. L'entorn, la família i els amics minimitzen la seva pèrdua i sovint fan com si res no hagués passat provocant un gran desconsol en els pares i les mares.

La mort d'un fill o una filla desitjat en el moment del part és per als pares, mares, germans i germanes d'una gran cruesa; és un fet molt colpidor que potser els deixarà una forta empremta per a tota la vida. La manera com es viu aquesta experiència, l'aprenentatge que això comporta faran a aquell nen o nena més fort i preparat per a la vida.

El primer que fa un nen o una nena és mirar els ulls de l'adult que l'acompanya. Si hi veu por, respondrà amb por. Si la família fa com si no passés res, ell farà el mateix, qui sap si durant molt de temps. Però si un nen o una nena té la sort d'estar envoltat de persones que senten el seu dolor i l'expressen sense por, llavors el nen o la nena reaccionarà de la mateixa manera i estarem educant nens i nenes forts per a la vida.

Allò que neguiteja un nen o nena no és la mort, sinó que els adults parlin d'ella amb por. Un nen o nena no té por de la mort si els adults que l'envolten contesten les seves preguntes sense por, d'una manera franca i sense amagar els seus sentiments.

La mort d'un germà o germana després d'uns mesos d'un embaràs ple d'expectatives i d'il·lusions és una situació terrible per a un nen o una nena, i li cal el suport dels pares i

familiars. Cap pare ni mare vol veure patir el seu fill o filla, i és per això que se'ls fa tan difícil donar respostes adients a tantes preguntes del nen o la nena sobre per què s'ha mort el seu germà o germana quan, qui sap, si ni els mateixos pares tenen cap resposta. Cal tenir en compte que el nen o la nena forma part del nucli familiar i, per tant, ha de participar de les alegries però també de les situacions més difícils. Excloure-l'en fa que se senti indefens i vulnerable.

El conte ens explica la història d'una mare que espera dues nenes bessones: la il·lusió dels pares i la germana gran, els noms que els posaran, els plans de futur junts i la manera com tot això queda trencat sense més, en un moment inoblidable i dolorós. En un estat de xoc per la notícia de la pèrdua d'una de les nenes, els pares han de fer el cor fort i explicar-ho a la germana gran que no entén res del que està passant.

La Lourdes buscava la manera d'explicar a la seva filla per què només tindria una germaneta i no dues tal com havia imaginat tota la família. En la seva recerca va trobar moltes històries i llibres però no n'hi havia cap que dibuixés exactament el que ella sentia. I va decidir escriure aquest meravellós conte, el seu conte, la seva història.

El conte de la Lourdes és una eina necessària i vàlida, d'una gran força visual i imaginativa. El tema de la mort explicat des d'uns ulls de nena de 8 anys es converteix en una aventura fràgil però alhora d'una gran maduresa narrativa. L'impacte de la mort es dilueix en les aigües tranquil·les de la narració i la poesia que la Lourdes ens transmet amb gran naturalitat.

Les acolorides il·lustracions ajudaran a pares i familiars a connectar amb les seves emocions i a tenir la valentia d'explicar d'una manera amable i clara el dolor per la pena del germà o la germana tan estimats.

A través de les paraules del conte llegides segurament amb llàgrimes als ulls, els nens i les nenes aprendran de la mort i també del valor de la vida.

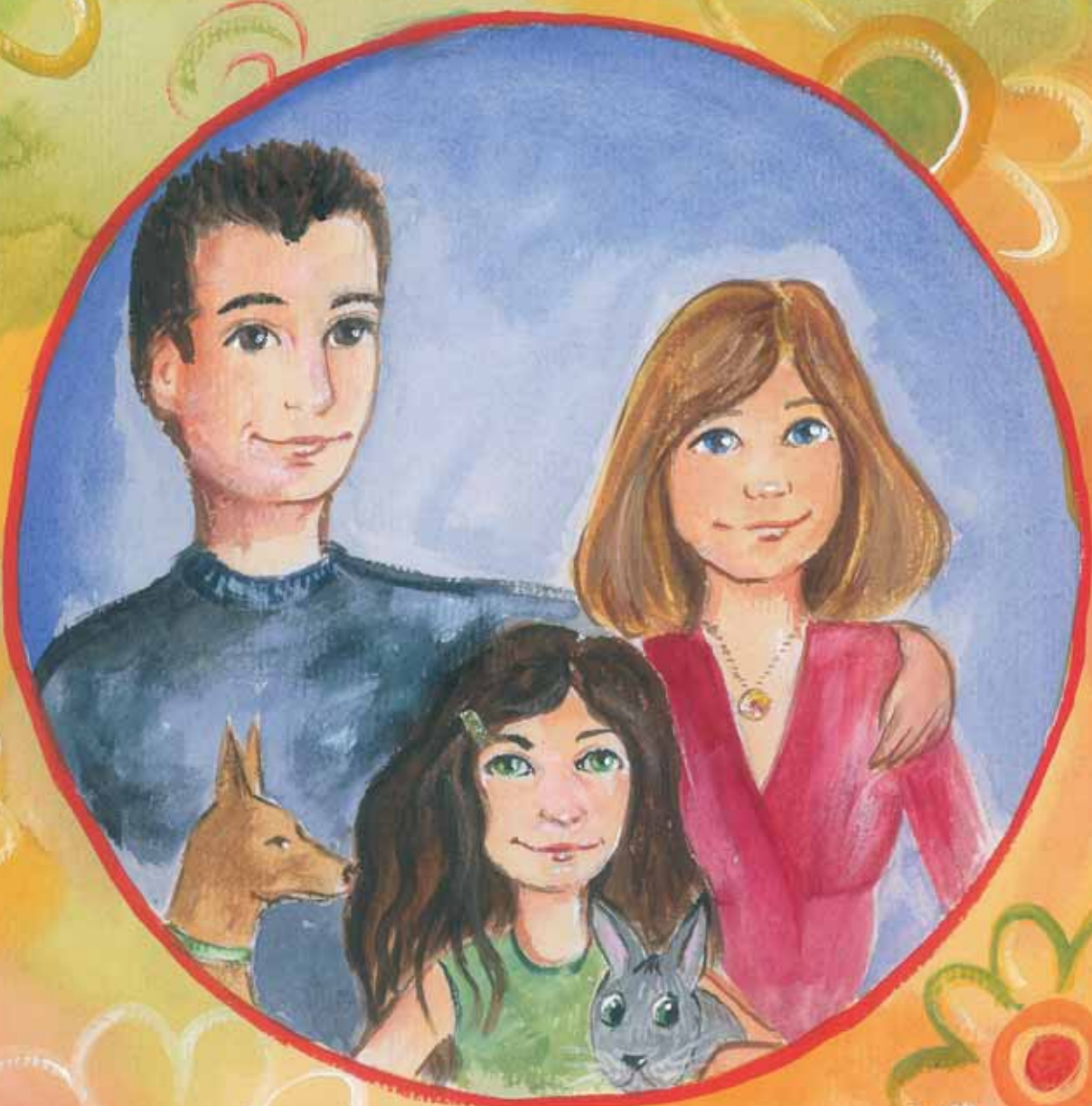
Un conte, una història intensa per honorar per sempre més la VIDA.

Des del grup de suport BRESSOLS encoratgem els pares, mares i familiars a fer visible la memòria de tots els nens i nenes als que hem hagut de dir adéu abans de dir-los hola.

Lluïsa Vilardell i Maria Reixach

XADOL/BRESSOLS

Celrà, 20 de març 2014





Hola!

Sóc la Ivet, una nena de 8 anys molt riallera que viu amb el seu papa, la seva mama, en Cuni (el meu conill) i en Nuc (el meu gos). Tot i que tinc dos amiguets molt macos i que me'ls estimo molt, feia molt temps que demanava als papes un germanet o una germaneta, però ells sempre em deien: "Sí home, tu sempre demanant; no un, dos o tres!" I rèiem plegats. Sempre que veia un bebè pensava que seria molt divertit tenir-ne un a casa nostra, però per més que insistia als papes, ells no em feien cas.



Un dia, quan havíem tornat de les vacances d'estiu i ja havia començat l'escola, la mama em va dir que aquell dia no em podria venir a recollir com fa sempre, que vindria l'avi perquè ella i el papa havien d'anar a cal metge. Em vaig posar contenta. M'agrada que em vingui a buscar l'avi, perquè sempre em porta pa amb xocolata per berenar, en canvi la mama només me'n porta molt de tant en tant.

Els papes em van venir a buscar a casa els avis força tard, després de les activitats extraescolars i tot. De camí cap a casa, els vaig explicar com m'havia anat el dia a l'escola, amb quins nens havia jugat i a què havíem jugat. I quan vam entrar a casa, i ja érem al rebedor, els papes em van dir que m'havien d'ensenyar una cosa. Van treure una foto en blanc i negre molt estranya i em van preguntar:

-Ivet, saps qui hi surt en aquesta foto?

Vaig cridar molt fort preguntant nerviosa:

-Un germanet?????? -recordava que la mama ja m'havia ensenyat unes fotos semblants quan m'explicava com li feia jo "patadetes" al ventre. Eren les fotos de quan jo era a la seva panxa i la que estava veient era ben igual. -Tindrè un germanet?

-No, no! Germanets o germanetes! Són dos, i seran tan iguals com dues gotes d'aigua -em van explicar.

Vaig saltar tan enlaire d'alegria que em vaig agafar fort al coll del papa plorant d'emoció.

-Per fi ho he aconseguit! No en tindrè un o una, sinó dos o dues de germanets o germanetes!

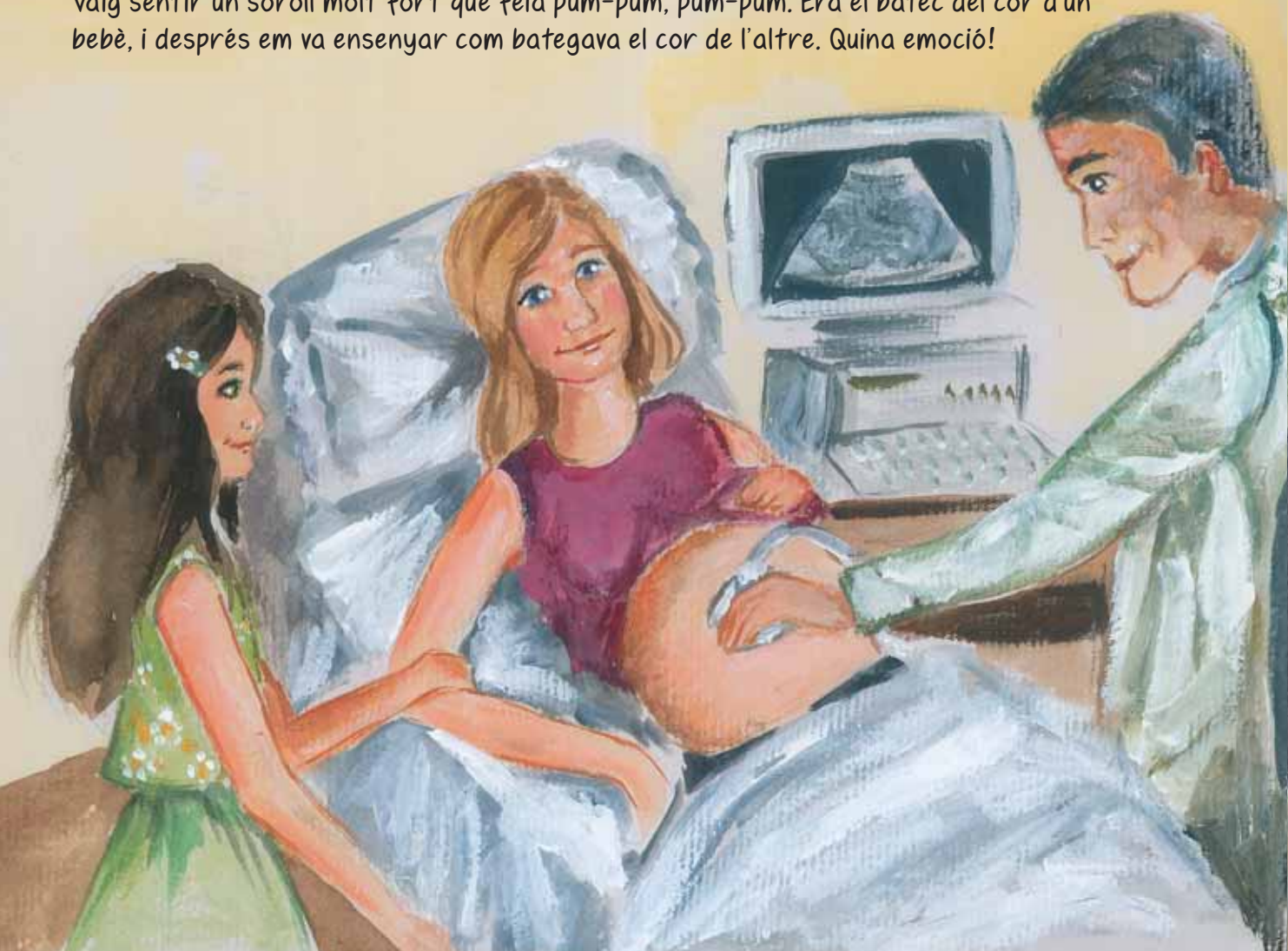
La mama sempre diu que si algú desitja molt una cosa, de vegades es pot fer realitat. No m'ho podia creure! Estàvem tots tan contents!

L'endemà ho vaig explicar als meus companys de l'escola, al flequer, a la caixera del supermercat i fins i tot a un senyor que ens vam trobar quan passejàvem en Nuc. Com presumia que per fi tindria dos germanets o germanetes! La veritat és que m'era igual si eren nens o nenes, jo ja tenia ganes que nasquessin.

Quan els papes van tornar a tenir visita amb el metge, em van preguntar si em feia il·lusió acompanyar-los. I tant que hi volia anar!

Quan vam anar a la visita, el metge va fer entrar primer a la mama i quan ja portava una estoneta a dins em va fer entrar a mi per ensenyar-me, en una pantalleta de televisió petita, els nadons que creixien dins la panxa de la mama. De sobte, el metge em va dir: "Escolta amb atenció."

Vaig sentir un soroll molt fort que feia pum-pum, pum-pum. Era el batec del cor d'un bebè, i després em va ensenyar com bategava el cor de l'altre. Quina emoció!





Era el millor que m'havia passat mai. A més de poder-los veure, podia sentir com bategaven els seus cors!

A més, abans de sortir de la consulta, el ginecòleg em va donar un premi per ser la germana gran: em va regalar una foto on sortien els dos nadons. Des d'aquell dia vaig pensar que els estimaria més que a ningú. Bé, els estimaria igual que el papa, la mama, els avis, en Cuni i en Nuc. Ara encara tenia més ganes de coneixe'ls.

L'endemà vaig portar la foto a l'escola per ensenyar-la als meus companys. Des d'aquell dia, cada vegada que els papes anaven al ginecòleg, m'encantava acompanyar-los per veure com anaven creixent i canviant. A més, com a premi m'emportava dues fotos, perquè com que els nadons ja eren més grans no hi cabien tots dos en una sola foto. L'endemà d'anar al metge, duia les fotos a l'escola i posava al corrent a tots els meus companys, els explicava com creixien i com canviaven els meus germanets.

En una de les visites, tot i que encara no entenc com el ginecòleg podia veure el sexe dels germanets en aquella pantalleta tan petita, ens va dir que eren dues nenes. Em vaig posar molt contenta i vaig pensar que seria divertit perquè els hi podria fer cues i posa'ls-hi vestits.

Com que ja sabíem el sexe, va arribar el moment d'escollir els noms de les nenes. Va ser una mica d'embolic escollir els noms perquè no ens posàvem d'acord. A la mama i a mi ens agradaven uns noms i al papa, uns altres. Vam fer una llarga llista, la vam llegir en veu alta i vam eliminar els que no ens sonaven bé. Per fi en van quedar tres, però només tindriem dues nenes, així que després d'uns quants dies vam escollir-ne dos. Les meves germanetes ja tenien nom: Arlet i Elba. Eren els noms més preciosos que havia sentit mai!

A partir d'aquell dia quan feia un petó de bona nit a la panxa de la mama, si li feia al seu costat dret deia bona nit a l'Elba i si li feia al costat esquerre deia bona nit a l'Arlet.



VERBA AD M

IN THEITIS

ITIS FALLI

ITIS



ITIS

ITIS
ITIS

La mama ja tenia una panxa enorme. Mai no m'hauria imaginat que es pogués tenir una panxa tan grossa. L'Arlet i l'Elba es movien molt i em donaven unes "patadetes" molt fortes. Durant les visites al ginecòleg havia vist com anaven creixent i s'anaven formant les seves manetes i els seus peuetes. Vaig veure com feien la pipa, com es posaven el peu a la boca i fins i tot tinc una foto on l'Arlet em saluda amb la mà. Això de poder veure com creixien era molt divertit i emocionant. A més, aprenia molt, perquè el ginecòleg m'explicava com s'anava formant cada part dels seus cossets.



Un dia que vam anar a un centre comercial d'aquests tan grans, per fi els papas em van deixar escollir dos pijames iguals, però vam decidir agafar-los de diferent color perquè fos més divertit. El ginecòleg ens havia dit que les bessones serien molt iguals i al principi potser costaria diferenciar-les i, com que no volíem que ningú les confongués vam pensar què podríem fer per ajudar la gent a saber qui era l'Elba i qui era l'Arlet, i vam decidir comprar arracades diferents: unes d'una flor i unes altres de quadrades. Les de la flor serien per a l'Elba i les quadrades per a l'Arlet.

Una de les coses que em va fer més il·lusió, va ser anar a escollir el cotxet! Era doble i enorme, i la senyora de la botiga me'l va deixar provar perquè havia de mirar si podria passejar-les pel carrer sense problemes. Ja m'imaginava jo ben cofoia anant a l'escola i a passejar amb les bessones amb un cotxet tan maco i grandíols!



La mama feia dos dies que tenia cara de cansada i li costava dormir bé. Tenia una panxa tan gran que no es podia moure com abans. Un dia a la tarda que havíem quedat amb unes amigues de la mama, la mama em va dir que no hi podríem anar perquè havia d'avançar la visita al ginecòleg. Em va dir que m'emportés un joc perquè m'hauria de quedar sola a la sala d'espera, però que seria només un moment. No em va agradar no poder entrar, perquè jo també tenia ganes de veure l'Arlet i l'Elba. Normalment hauria rondinat, però no ho vaig fer i em vaig quedar allà asseguda jugant i esperant que sortís. Al cap d'un moment va arribar el papa, em va fer un petó i em va dir que entrava un moment amb la mama i que sortirien de seguida.

Sí que van sortir al cap de poc, però la mama encara feia més cara de cansada. Em van explicar que jo, aquella nit, hauria d'anar a casa dels avis a dormir perquè ells havien d'anar a l'hospital. Jo els vaig preguntar emocionada si les bessones havien de néixer i ells em van explicar que era aviat, que encara no era el moment de néixer, que havien de créixer més perquè eren molt petitonetes i per tant s'havien d'esperar uns dies més per sortir. Vam fer la bossa ràpid, em vaig acomiadar d'ells i de les bessones amb un gran petó perquè durés fins al dia següent. Però l'endemà, quan vaig sortir de l'escola, la mama tampoc m'havia pogut venir a buscar, perquè encara eren a l'hospital. Com que era massa lluny per poder anar a veure'ls, vaig parlar amb ells per telèfon i els vaig fer un munt de preguntes per assegurar-me que estiguessin tots bé.

L'endemà també hi havia l'avi esperant-me a l'escola. Tot i que em portava pa amb xocolata, ja no estava tan contenta. Tenia ganes que em vingués a buscar la mama. L'avi em va assegurar que quan acabessin les activitats extraescolars aniríem cap a casa perquè els papas ja haurien arribat de l'hospital.

Quan per fi vam arribar a casa, la mama estava estirada al sofà i no es podia moure. Em vaig asseure al seu costat i vaig fer un petó molt gran a ella i a les bessones, i els vaig explicar tot el que havia fet durant aquells dos dies que no ens havíem vist. Tenia tantes ganes de parlar amb ells! Els havia trobat a faltar molt!

ESCOLA





Quan van marxar totes les visites, els tiets, els avis i alguns amics, vam anar al llit dels papas. M'agrada molt estar amb ells al llit i sempre pensava com ens ho fariem per estar tots plegats, amb les bessones. Hauríem de comprar un llit més gran. Quan era allà asseguda enmig de tots dos, els papas em van dir que m'havien d'explicar una cosa sobre les bessones, que m'havien d'explicar per què havien estat a l'hospital aquells dies i per què la mama no es podia moure i havia de fer repòs. Amb una veu tremolosa i trista el papa em va dir:

-Vida, la teva germaneta Arlet ha tingut una malaltia molt greu que tenen molt pocs nadons, el seu cor no l'ha pogut suportar i ha deixat de bategar per sempre. Estava tan malaltona que no podrem tenir-la entre nosaltres. Si hagués nascut no hauria pogut viure.

L'Elba està bé, però la mama ha de fer molt de repòs perquè és petitoneta i ha de fer-se més gran abans de néixer.

No volia ni podia creure el que estava sentint. Vaig fer un crit agut, molt fort, com mai havia fet i vaig començar a plorar. No podia parar, no podia creure el que havia sentit. Feia poquet que havia anat al ginecòleg i l'Arlet em saludava amb la mà i estava bé! No podia ser veritat! Per què ha marxat? Per què s'ha posat malalta? Per què els metges no l'han curat? Els metges sempre curen les malalties amb medicaments o injeccions.

Em van abraçar i tots tres vam plorar una bona estona. Em van dir que l'Arlet havia marxat per ajudar l'Elba a sobreviure i que encara que hagués nascut, la malaltia que tenia no l'hauria deixat viure.

Quan em vaig despertar l'endemà, volia que tot hagués sigut un malson, que l'Arlet encara estigués bé, que la mama es pogués moure i que tot fos igual que abans d'anar a l'hospital. Però la mama seguia allà, estirada, i no es podia moure. Intentava dissimular fent-me un somriure, però tenia la cara més trista que li havia vist mai i els ulls ben vermells d'haver plorat. Sé que ella s'esforçava perquè jo no em posés trista. Però jo estava trista igualment.

Feia un dia amb un sol molt maco, però jo estava com quan el dia està ple de núvols i no em deixen sortir al pati o al parc a jugar, o com quan juguem amb els amics a tirar-nos els uns sobre els altres i es queda algú assegut a sobre meu i pesa tant que no em deixa respirar bé.

Vaig dir als papes que no els podia explicar als companys de classe el que havia passat perquè ploraria molt i ells em van dir que no em preocupés, que ja s'encarregarien de dir-ho a l'escola.

Aquell dia, la Rosa, la meva professora, va entrar a la classe amb una cara molt trista i va explicar als meus companys el que li havia passat a la meva germaneta Arlet. Tots es van aixecar de les seves cadires i em van envoltar per fer-me una abraçada molt forta. Em vaig sentir més bé, però tot i així no vaig deixar d'estar trista. No tenia ganes de jugar al pati, només ganes de seure, i mirar com els meus companys jugaven. Algunes de les meves amigues es van asseure al meu costat, però jo no tenia ganes de parlar.

La mama va estar un temps fent repòs i, com que el papa al matí marxava molt aviat, cada dia havia d'anar a dormir a casa els avis. Ara ja no trobava tan divertit quedar-me a casa els avis. Volia estar a casa i cuidar la mama, però em deien que era massa petita i que havia d'anar a escola. De fet, tenien raó. Perquè quan era a l'escola amb els amics i no veia la panxa de la mama, no pensava tota l'estona que l'Arlet s'havia mort i quan no hi pensava no estava tan trista, fins i tot tenia ganes de jugar.





La mama ja tenia la panxa molt grossa i tots teníem ganes de veure l'Elba. Jo volia que nasqués. Perquè tenia molta por que també es posés malalta. Els dies em passaven molt a poc a poc i sempre preguntava a la mama quants dies faltaven perquè nasqués, i ella em deia que havíem de tenir paciència.

Un dia, quan ja deixaven aixecar la mama i podia caminar pel carrer, de sobte em vaig posar a plorar i plorar i no podia parar. La mama em va abraçar i em va dir que li expliqués què passava.

-Per què li ha passat això a l'Arlet? No és just. Potser li he donat un cop sense voler i per això s'ha posat malalta. O potser com que tothom deia que tindriem molta feina, i alguns amics que ja tenien germans més petits m'havien dit que vosaltres no estaríeu tant per mi, va notar que de vegades m'enfadava perquè em feia por que l'estiméssiu més a ella...

-No, amor meu, ni tu, ni el papa, ni jo, ni ningú ha fet res per tenir la culpa que es posés malalta l'Arlet. Potser ha sigut mala sort o que havia de passar així. No et puc explicar per què s'ha posat malalta, perquè jo tampoc ho entenc.

-Si desitjo molt, molt, molt que torni, tornarà, mama?

-No, vida, no tornarà. Ella ha marxat per sempre i per molt que ho desitgem no podem fer res perquè torni al nostre costat. Oi que cada nit li feies un petonet d'amor i li deies cosetes? Doncs estigues tranquil·la perquè ella ha marxat sabent que tu l'estimaves moltíssim i que mai hauries fet res perquè es posés malalta. Sap que l'hauries cuidat com cuidaràs l'Elba i que sempre la recordaràs i estarà al teu cor. Jo també sento el mateix que tu i tenim tot el dret de pensar que no és just que la nostra petitona Arlet hagi marxat del nostre costat. Però tot i que ens costarà un temps, haurem d'aprendre a viure recordant-la amb molt d'amor.

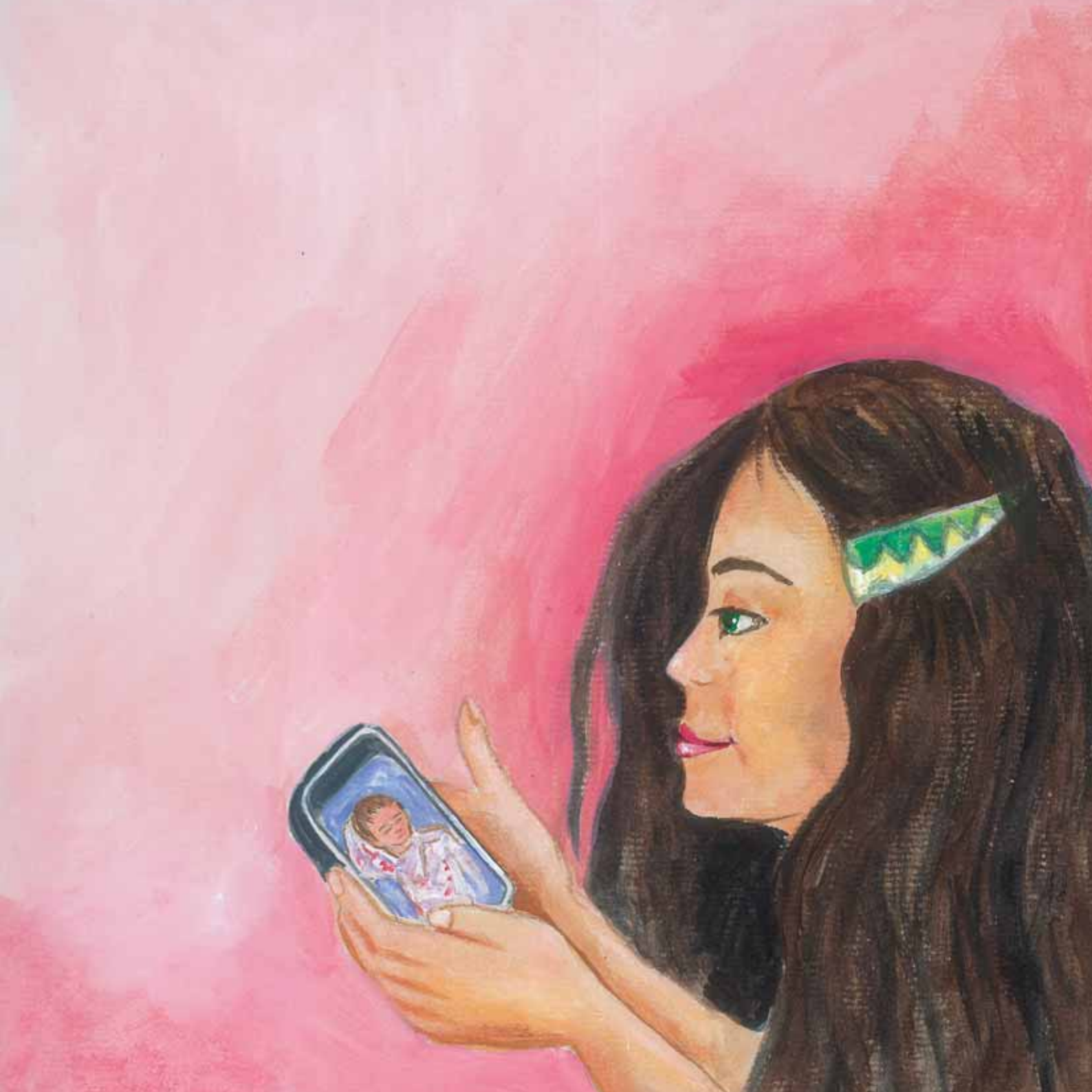
Ens vam abraçar molt fort i em va fer un petó molt gran. Ara sé que l'Arlet notava els petons de bona nit que jo li feia i que ella sap que l'estimo molt i que mai hauria fet res perquè es posés malalta.

La mama feia dies que tenia petites punxades a la panxa. El dia 8 de maig, que era el seu aniversari, tenien visita a l'hospital i em vaig quedar a casa els avis a dormir perquè, com que l'hospital era una mica lluny, els papes havien de marxar molt aviat. No m'agradava que marxessin a l'hospital. Tenia por. Aquell dia jo em notava moltes pessigolles a la panxa. Fins i tot la Rosa, la meva professora, em va haver d'avisar força vegades perquè no parava quieta.

A la tarda, quan vaig arribar a casa els avis, els papes em van trucar i em van dir que havia nascut la meva germaneta, que era molt maca, però com que era molt petitona s'havien de quedar uns dies més a l'hospital. Els vaig demanar que m'expliquessin com era i també els vaig demanar que em prometessin que l'Elba estava bé.

-Sí, vida, no pateixis, està perfecta -em van dir. Té moltes ganes de conèixer la seva germana gran, però encara ens haurem d'esperar uns dies que estigui una miqueta més grassoneta, i com que menja moltíssim segur que aviat podrem tornar a casa.

L'avi em va ensenyar la foto de la meva germaneta que tenia al mòbil. Era molt bufona! I jo no la veia tan primeta. Era perfecta per mi. Em vaig posar molt contenta, però alhora també sentia que estava trista, perquè no em va agradar veure a la foto només una germaneta. Vaig trobar a faltar molt l'Arlet.



Aquella setmana se'm va fer molt llarga. El papa havia vingut a buscar-me a l'escola algun dia i m'ensenyava fotos i m'explicava que l'Elba estava en una "incubadora". Aquesta paraula era molt estranya i no m'agradava gens, per això el papa i jo vam buscar per Internet aquesta paraula i una foto. La veritat és que em vaig quedar més tranquil·la quan vaig veure que servia perquè l'Elba estigués protegida. A l'hospital cuidaven molt bé la mama i l'Elba, però no deixaven que entressin nens més petits de dotze anys. Quina ràbia!

-Doncs direm que en tinc dotze, d'anys -li vaig dir al papa.

Ell va riure i em va fer un petó desaprovant la meua idea. En aquell moment hauria volgut ser més gran per poder-hi anar.

La mama i l'Elba no van tornar fins al 14 de maig. Per fi vaig poder agafar a coll l'Elba! Em vaig emocionar molt. Era tan petitona... Un dels nadons més petits que havia vist mai. I als meus braços era molt més bufona que a les fotos que m'havien ensenyat! En aquell moment vaig estar segura que sempre la cuidaria i l'estimaria molt.







De vegades, quan passejàvem pel carrer, hi havia gent que ens preguntava on havíem deixat l'Arlet. La mama els contestava que no en volia parlar. Que preguntessin ens feia posar molt tristos. Em posava trista quan veia gent que passejava amb cotxets de bessons. Quan estàvem escollint roba per a l'Elba em posava trista perquè ja no compràvem roba igual però de diferent color. Però el que em feia posar més trista era pensar que no m'havia pogut acomiadar de l'Arlet. De vegades em posava a plorar, i un dia d'aquests que no podia parar, vaig preguntar a la mama:

-On ha anat l'Arlet, mama? Per què no tenim una altra germaneta i així serem cinc?

-Ella és aquí amb nosaltres, als nostres cors i per molt que tinguéssim una altra nena mai seria l'Arlet. Ella era única, com tu o l'Elba sou úniques i mai us podria substituir per ningú. Una altra nena no seria mai l'Arlet, la trobaríem a faltar igual.

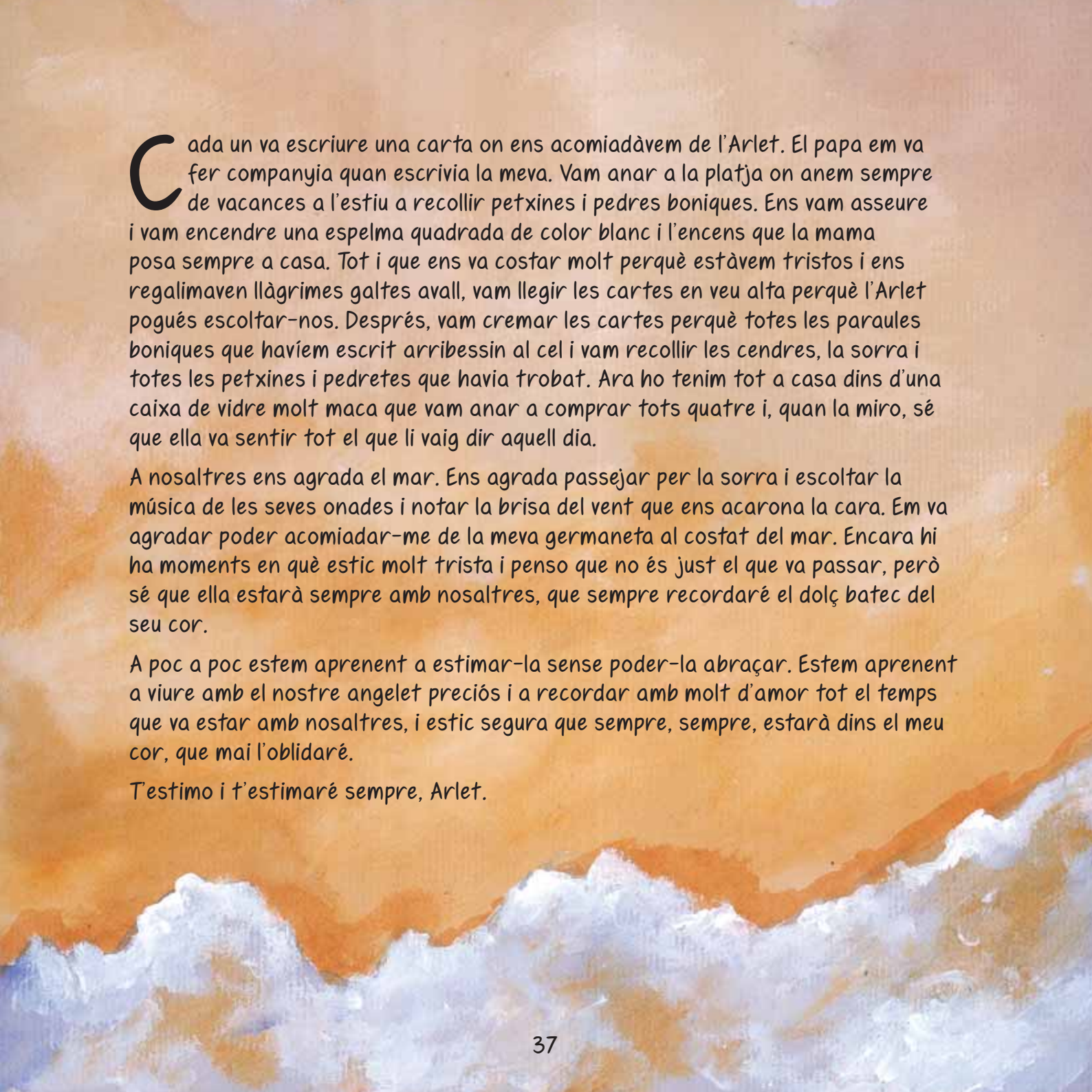
-Ivet, com te la imagines tu? -Em va preguntar la mama.

-Igual que l'Elba: rosseta i molt bufona. Porta un vestit de color blau i té unes ales molt grans i blanques. És un àngel preciós.

-Doncs és així com estarà sempre al nostre costat i mentre la recordem sempre seguirà entre nosaltres, perquè l'hem estimat i l'estimem tant que sempre formarà part de les nostres vides i ocuparà un lloc en els nostres cors. Nosaltres tampoc ens vam poder acomiadar d'ella. Si vols, podem escriure en un paper tot el que li hauríem dit i el que ens agradaria dir-li si tinguéssim l'oportunitat d'acomiadar-nos.

Em va semblar bona idea. Fins i tot vaig fer uns dibuixos on sortíem tota la família, i també l'Arlet amb les seves precioses ales, tal com me la imaginava.





Cada un va escriure una carta on ens acomiadàvem de l'Arlet. El papa em va fer companyia quan escrivia la meva. Vam anar a la platja on anem sempre de vacances a l'estiu a recollir petxines i pedres boniques. Ens vam asseure i vam encendre una espelma quadrada de color blanc i l'encens que la mama posa sempre a casa. Tot i que ens va costar molt perquè estàvem tristos i ens regalimaven llàgrimes galtes avall, vam llegir les cartes en veu alta perquè l'Arlet pogués escoltar-nos. Després, vam cremar les cartes perquè totes les paraules boniques que havíem escrit arribessin al cel i vam recollir les cendres, la sorra i totes les petxines i pedretes que havia trobat. Ara ho tenim tot a casa dins d'una caixa de vidre molt maca que vam anar a comprar tots quatre i, quan la miro, sé que ella va sentir tot el que li vaig dir aquell dia.

A nosaltres ens agrada el mar. Ens agrada passejar per la sorra i escoltar la música de les seves onades i notar la brisa del vent que ens acarona la cara. Em va agradar poder acomiadar-me de la meva germaneta al costat del mar. Encara hi ha moments en què estic molt trista i penso que no és just el que va passar, però sé que ella estarà sempre amb nosaltres, que sempre recordaré el dolç batec del seu cor.

A poc a poc estem aprenent a estimar-la sense poder-la abraçar. Estem aprenent a viure amb el nostre angelet preciós i a recordar amb molt d'amor tot el temps que va estar amb nosaltres, i estic segura que sempre, sempre, estarà dins el meu cor, que mai l'oblidaré.

T'estimo i t'estimaré sempre, Arlet.

De quina manera podem explicar la mort d'una persona estimada a un nen o una nena

Qui ho ha de fer

- Pares o familiars molt propers al nen. En la mort perinatal es recomana que siguin els pares o les mares qui donin la mala notícia de la mort del germà o germana.
- Persona emocionalment propera o significativa.

Quan

Immediatament o el més aviat possible.

On

En un lloc tranquil, segur i silenciós (sense interferències de cap mena, ni distraccions). En un espai conegut i familiar per al nen.

Com

- Dir sempre la veritat evitant l'ús de metàfores i eufemismes.
- De forma clara, sense massa detalls ni explicacions abstractes.
- Utilitzant un to de veu càlid.
- Compartint les emocions infant/adult sense por.
- Escoltar els seus dubtes i respondre les seves preguntes oferint-li seguretat i coherència. Utilitzar un

llenguatge planer, adequat a la seva edat i que l'infant pugui entendre.

- Explicar les causes de la mort d'una manera simple però basada en fets. Explicar bé que la persona que ha mort no tornarà.
- Oferir la possibilitat de veure el cos, anar al funeral i participar-hi, explicant-li prèviament què passarà.
- Estar disponible pel que necessiti.
- Respectar que vulgui estar sol en moments puntuals.
- Si expressa la seva culpabilitat, deixar-li clar que res del que ell hagi fet o deixat de fer té a veure amb la mort de la persona estimada.

Què és el que no s'ha de fer ni de dir mai

- Deixar l'infant gaire temps sol o deixar que s'aïlli en excés.
- Sempre és pitjor el silenci, fer veure que no passa res i esquivar les seves preguntes.
- Deixar que es creïn espais de silenci continuats en l'infant. Per tant, cal que l'adult busqui i fomenti el diàleg amb l'infant.

Bibliografia

Díaz Teba, Immaculada. *I ara on és? Com ajudar els nens i els adolescents a entendre la mort*. Viena Edicions. Barcelona 2004.

Poch, Concepció i Herrero, Olga. *La muerte y el duelo en el contexto educativo. Reflexiones, testimonios y actividades*. Paidós. Papeles de pedagogía. Barcelona 2003.

Payàs, Alba. *Es Navidad y en casa hay una silla vacía*. Conferència Barcelona 2009.

Pàgines web d'interès:

www.xadol.cat

www.alfinlibros.com

www.petitsambllum.org

www.umamanita.es

superandounaborto.foroactivo.com

De vegades els infants es troben en situacions que són difícils d'entendre i d'assumir, com és la mort d'un ésser estimat.

En aquest conte la Ivet, una nena de vuit anys, està esperant entusiasmada que neixin les seves dues germanetes bessones. Però de sobte, un dia com qualsevol altre, els seus pares, encara en estat de xoc, li expliquen que una de les seves dues germanetes s'ha posat malalta i no naixerà. A la Ivet li toca viure un revés de la vida que no entén, ni accepta. Ens mostra les seves pors, els seus sentiments i com intenta conèixer amb aquesta nova situació tan difícil d'entendre i d'acceptar.

Un projecte de:



BRESSOLS

Amb la col·laboració de:



Dipsalut
Organisme de Salut Pública
de la **Diputació de Girona**



Daula

Aquest conte el trobareu, juntament amb altres informacions, a la web: www.xadol.cat/conte i a l'aplicació per a mòbils Android i Apple. Si voleu més informació llegiu aquest codi QR.

