Programa Homes T4 E8

Data d´emissió en directe		
Emissió en directe	Dilluns 09/11/2026	11:00 – 12:00

Cançons que s´utlitzaran al programa

Cançó 1 — Diego Torres – Color Esperanza
https://www.youtube.com/watch?v=Nb1VOQRs-Vs

Cançó 2 — Rosario – Que bonito
https://www.youtube.com/watch?v=F1lf6kJzQWM

Cançó 3 — Franco de Vita – No basta
https://www.youtube.com/watch?v=Pmkk53FPIck

Sintonia Homes (i es deixa de fons mentres parlem)

David: Homes, fem camí per convertir allò personal en palanca de canvi.

David: Un programa en directe des de l´estudi u de Ràdio Arenys. Un espai on parlar d'allò que sovint no parlem: De com vivim la masculinitat avui, en un món en constant canvi on sembla que l´únic que no canvia és la masculinitat.

Jordi: Mirarem de parlar de tot el que ja no ens serveix i tot el que encara estem construint: vulnerabilitat, rols, paternitat, salut emocional. Sense filtres i sense drama.

David: Un espai on totes les persones hi són benvingudes, siguin del sexe que siguin, siguin del gènere que siguin perquè això va de tothom, on la teva veu importa i molt.

Jordi: Estem en directe i volem la vostra veu. Teniu alguna cosa a dir? Una experiència, un dubte, un "jo crec que..."? Truqueu ara: 93 795 79 12. El micròfon és vostre.

David: Un programa creat Rim García, dirigit i conduït per David Herrero i per **Jordi Anglada**, i avui al so tenim a Marina Cabrera, bon dia Marina.

Sintonia Homes (i es deixa de fons mentre parlem)

TÍTOL: Quan els grans callem

DAVID: Bon dia a tothom.

Bon dia i benvinguts a Homes, el programa de Ràdio Arenys on parlem de masculinitat, salut emocional i de totes aquelles coses que, de vegades, ens costa posar en paraules.

Avui parlarem d'una cosa que ens afecta a tots, però que sovint no sabem gaire com abordar: la mort i el dol.

Quan algú que estimem mor, no només hem d'aprendre a conviure amb la seva absència. També ens trobem davant de preguntes que no sabem respondre, emocions que no sabem gestionar i, moltes vegades, silencis que no sabem com trencar.

I si això ja ens resulta difícil als adults, com ho fem quan hem d'explicar la mort a un infant?

Avui ens acompanya Catalina Acevedo Nanclares, autora del conte **El corazón de Kara y las alas de Violeta**, una història que neix d'una experiència molt personal: la necessitat d'explicar a la seva filla Kara qui va ser la Violeta, la seva germana gran, que va morir abans que Kara la pogués conèixer.

Catalina, moltes gràcies per ser avui aquí, a Homes.

Moments per respondre.

BLOC 1 — Una història que necessitava ser explicada

Tota història té un origen, i de vegades neix d'una necessitat molt íntima: posar paraules a una experiència que ens ha marcat.

Avui volem conèixer la Catalina, la història que hi ha darrere del seu conte i què la va portar a compartir amb el món una part tan personal de la seva vida.

Per començar, qui és la Catalina Acevedo que hi ha darrere d'aquest llibre?

Moments per respondre

En quin moment sents que necessites escriure aquesta història?

- És una necessitat que apareix quan neix la Kara?
- El conte neix primer com una manera de parlar amb ella o ja hi ha la idea que pugui arribar a altres famílies?

Moments per respondre

Quan intentes posar en paraules una experiència tan íntima, què descobreixes de tu mateixa que potser fins aleshores no havies vist?

Moments per respondre

Possible repregunta: hi ha alguna cosa que escriure t'hagi permès entendre, elaborar o mirar d'una manera diferent?

Moments per respondre

En quin moment una història que pertany a la teva família deixa de ser només vostra i es converteix en una història que vols compartir amb els altres?

MÚSICA 1 – Diego Torres – Color Esperanza

BLOC 2 — Quan el dolor ens deixa sense paraules

A partir d'aquesta història personal, ens endinsem en una qüestió que ens afecta a tots: com afrontem la mort i el dolor?

Sovint, davant del sofriment, no sabem què dir ni com actuar. Ens costa parlar-ne, ens costa escoltar i, de vegades, confonem acompanyar amb intentar solucionar. Però què passa quan no hi ha res a solucionar?

Bloc A. El silenci dels adults

Per què ens costa tant parlar de la mort amb els nens?

- Sovint pensem que no parlar-ne és una manera de protegir-los. És realment així?
- Com distingim entre protegir un infant i amagar-li una part de la seva història?

Moments per respondre

Què passa quan un nen ens fa una pregunta sobre la mort i nosaltres no sabem què respondre?

Moments per respondre

Possible repregunta: creus que els adults tenim dificultats per acceptar que no sempre tenim les respostes?

Moments per respondre

Hi ha paraules o expressions que utilitzem per suavitzar la mort i que, en realitat, poden acabar confonent més els infants? (Per exemple, dir que algú «se n'ha anat a dormir» o «ha marxat»).

Moments per respondre

Per què ens sentim tan incòmodes davant del dolor d'una altra persona?

- Què ens passa quan algú està trist i no podem fer res perquè deixi d'estar-ho?
- Per què de vegades preferim buscar una solució abans que simplement escoltar?

Aquesta pregunta pot obrir una reflexió molt interessant sobre la manera com hem après a gestionar les emocions, especialment els homes.

Bloc B. Acompanyar el dolor

Quina diferència hi ha entre acompanyar algú en el seu dolor i intentar que deixi d'estar trist?

Moments per respondre

Quan algú mor, sembla que amb el temps els altres esperin que deixem de parlar-ne. Per què ens costa tant mantenir viva la memòria d'una persona sense que això es confongui amb quedar atrapats en el passat?

Moments per respondre

A casa, quan hi ha una pèrdua, qui acostuma a posar paraules al que està passant i qui tendeix a callar? Creus que això pot tenir a veure amb la manera com hem après a viure el dolor?

No pressuposar que homes i dones reaccionem de manera determinada. Permet que Catalina reflexioni a partir de la seva experiència.

Als homes, sovint ens han ensenyat que davant d'un problema hem de buscar una solució. Però què passa quan no hi ha res a resoldre?

Moments per respondre

Possible repregunta: potser, en determinats moments, el que necessita una persona no és que li arreglem la vida, sinó que ens quedem al seu costat?

MÚSICA 2 – Rosario – Que bonito (a partir del 00:24″)

BLOC 3 — Acompanyar, recordar i transmetre

Potser no podem evitar el dolor, però sí que podem aprendre a relacionar-nos-hi d'una altra manera. Acompanyar, parlar, recordar i transmetre als nostres fills una manera més natural de viure les emocions. Acabarem parlant del conte com a eina, de què podem aprendre d'aquesta experiència i de com les persones que ja no hi són continuen formant part de la nostra història.

Bloc A. La paternitat i la transmissió emocional

Què diries a un pare o a un avi que no sap què dir davant d'un nen que pregunta per algú que ha mort?

Moments per respondre

Possible repregunta: què és més important, trobar les paraules adequades o ser capaç d'estar present?

Moments per respondre

Què creus que transmetem als nostres fills quan nosaltres mateixos no sabem parlar del que ens fa mal?

Aquesta pregunta permet anar més enllà del dol i parlar de l'educació emocional i de la transmissió familiar.

Bloc B. El conte com a eina

Per què tries un conte il·lustrat per explicar una història com aquesta? Què permet fer un conte que potser no aconseguim amb una conversa directa?

Moments per respondre

En la presentació del llibre es parla de neurociència afectiva i d'aferrament segur. Quins coneixements, referències o professionals t'han ajudat a construir aquesta proposta?

És una pregunta per conèixer els fonaments del projecte, sense donar per demostrades les afirmacions promocionals.

Si una família vol utilitzar el conte per parlar de la mort amb un infant, com recomanaries fer–ho?

- Llegir–lo de principi a final?
- Aturar–se a cada pàgina?
- Deixar que el nen faci les preguntes?
- Tornar–hi al cap d'un temps?

Moments per respondre

Després d'haver escrit aquest llibre, què has après sobre la manera com ens relacionem amb les persones que ja no hi són?

Aquesta pregunta pot funcionar com a síntesi de tota la conversa. Deixaria espai perquè Catalina respongui sense pressa.

A 3 minuts del final posar – Franco de Vita – No basta

TANCAMENT — Qué ens emportem?

Pregunta final: Quan algú mor abans que el puguem conèixer, com construïm una relació amb aquesta persona a través de les històries que ens expliquen?

Moments per respondre

On podem trobar aquest llibre?

És una pregunta que connecta directament amb Kara i Violeta, però també amb qualsevol persona que hagi perdut un familiar abans de poder establir-hi un vincle.

Catalina, moltes gràcies per compartir amb nosaltres una història tan íntima i per ajudar-nos a reflexionar sobre una cosa que, d'una manera o altra, forma part de la vida de tots.

Avui hem parlat de la mort, però també de la vida, dels vincles, de la memòria i de la dificultat que tenim, de vegades, per posar paraules al que sentim.

Potser no sempre cal tenir una resposta. Potser, de vegades, el més important és ser-hi, escoltar i permetre que l'altre pugui parlar del que li passa.

I potser també hem de començar a ensenyar als nostres fills que estar tristos, tenir por o trobar a faltar algú no ens fa menys forts.

Gràcies, Catalina.

I a vosaltres, que ens heu escoltat, gràcies per ser-hi una setmana més.

Això és Homes, a Ràdio Arenys.

Fins dilluns que ve.