

AGRAÏM A TOTS ELS NOSTRES CLIENTS LA CONFIANÇA  
DIPOSITADA EN NOSALTRES. **SEGUIM TREBALLANT  
PER MILLORAR ELS NOSTRES SERVEIS!**

**MUDANCES**  
**SERVI FLASH** **+376 377 300**  
serviflashandorra1@gmail.com  
Millor preu  
i qualitat

Diari d'Andorra

www.diariandorra.ad  
C/Bonaventura Riberaigua, 39 (Andorra la Vella) Tel.: 877 477  
Apartat de correus 2167, BP. 179 diaridigital@diariandorra.ad



DE PROP

JULIÀ RODÓ

# “No hi veig cada dia pitjor, cada dia hi veig diferent”

**E**s pot convertir l'adversitat en una oportunitat? L'adversitat és constantment present a la vida i per a cadascú de nosaltres, per petita que sigui, ens sembla la més gran del món. Hem de ser capaços d'acceptar-la i adaptar-nos-hi, a més de donar per fet que conviurà amb nosaltres. I una vegada fet això, hem de dir a aquesta adversitat que, quan vegem qualsevol oportunitat, ens hi abraçarem perquè així podem explorar altres camins i enganxar-nos a la vida. Sempre hi ha oportunitats que passen per davant dels nostres nassos i del que es tracta és que les aprofitem.

## No deu ser gens fàcil arribar a aquesta conclusió...

Dins la fase de dol, hi ha tres parts –xoc, tristesa i depressió–, que inevitablement s'han de passar. Després he analitzat el procés que he experimentat amb el que jo anomeno teoria de la triple a, en què hi ha acceptació, actitud i adaptació, que serveix com a eina per a tothom que passa per una adversitat que es presenta a la vida.

## Com va rebre el diagnòstic de la seva malaltia?

La primera cosa que em passa pel cap és pensar per què m'ha tocat a mi, però a mesura que vas digerint i vas plorant la teva malaltia també t'adones que no et pots aturar ni estar lamentant-te permanentment. Per



MERIE FARNELL

## Christian Garcia

Periodista

**Ha estat un referent en l'àmbit periodístic esportiu a Catalunya. Avui ofereix al Roc Blanc la conferència 'Com convertir l'adversitat en una oportunitat', sobre la seva experiència després que li diagnosticuessin una malaltia degenerativa als ulls.**

Sol no s'arriba mai enlloc. Necessites que el teu entorn més pròxim t'empenyi i col·labori i pedali amb tu. A més, una de les persones que per a mi ha estat clau ha estat el doctor Jeroni Nadal, que a part de ser un gran oftalmòleg, ha estat una de les persones més importants a l'hora d'afrontar aquesta situació, tot i que no tenia remei des del punt de vista científic per a mi. I és que m'ha traslladat conceptes que m'han ajudat moltíssim a acceptar aquesta malaltia.

## Va ser important per a vostè l'entrevista de l'Albert Om...

Aquesta entrevista va fer un clic en la meua vida, va canviar segurament la percepció que tenia amb l'entorn d'allò que estava patint i també va servir per traslladar a la societat un missatge d'esperança per a molta gent.

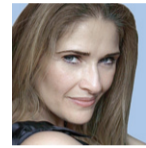
tant, quan ja ho has patit, veus que tens oportunitats per avançar i il·lusionar-te per altres coses, en lloc d'afrontar aquesta situació des de la covardia i quedant de braços plegats. Malgrat tot, no és gens fàcil i abans pensava “què serà de mi quan deixi de veure-hi”, i ara, tot i que la meua malaltia és degene-

rativa, em resigno a pensar que cada dia hi veig pitjor i prefereixo pensar que cada dia hi veig diferent. Aquest és un concepte que m'ha ajudat moltíssim: jo no hi veig cada dia pitjor, cada dia hi veig diferent.

**Superar una adversitat es fa sol o necessites sempre ajuda?**

## LA SECA LA MECA

De la necessitat,  
virtut



NOEMÍ  
RODÓ

**E**l Partit Socialdemòcrata i Progressistes-SDP tornaran a anar de la mà als propers comicis després de gairebé deu anys de morros. Una bona notícia per a tothom –o gairebé. Més enllà de ser un pas que ajudarà –per grat o per força– a tancar les ferides del passat, tornarà a posar “l'esquerra” nacional en el mapa, cada cop més diluïda. Una notícia que –en el pitjor dels casos– com a mínim ens promet una candidatura menys en aquest brou multipartit que semblen darrerament les eleccions, i una mica de coherència –ni que sigui forçada per les circumstàncies– entre les converses i propostes de pactes estranys que arrosseguem des de les passades eleccions generals. Allò tant de sentit comú com és aplegar els qui són semblants a tu per diferenciar-vos de la resta i sumar de cara als electors. Bàsic, però poc corrent darrerament. Tant de bo altres formacions fossin capaces d'anar més enllà de la matemàtica electoral i les recances personals. És clar que aleshores la nostra especificitat on quedaria? Us imagineu un país on les persones s'apleguessin al voltant d'un projecte? On es formessin equips de treball i no grupuscles en contra d'uns i altres? I sé que és difícil, que en el tatami electoral no tothom juga net, i que no tothom parla clar. I així ni equips ni res. Però seria bonic. Tenir, no sé, tres o quatre propostes clares, definides, coherents, ben estructurades, fetes amb un mínim de coneixement i coneixements, que no exploressin els límits de la nostra credulitat ni de la nostra paciència. Vistes les darreres notícies, això dels socialistes serà una illa enmig del desert.



## Li presentem els seguríssims d'Andbank

La salut és actitud i els seguríssims d'Andbank respiren lliures amb la tranquil·litat de sentir-se coberts per viure intensament i amb confiança.

Si vols ser un dels nostres seguríssims et proposem **Andsalut**, la cobertura total al millor preu, **Andvida** per anticipar-te al futur, i altres productes d'assegurances.

Entra a la nostra web i informa't de l'assegurança que millor s'adapta al teu estil de vida.

andbank.com

ANDBANK  
Assegurances