

MEMÒRIA 2024



Ronda Sant Pau, 46, 08001 Barcelona
Provisionalment al carrer Floristes de la Rambla, 10, 08001 Barcelona
www.gimnassocialsantpau.com

1.- Presentació de la memòria 2024.....	pg 1
2.- Qui som el Gimnàs Social Sant Pau?.....	pg 3
3.- Què hem fet aquest 2024?	
3.1 - Activitat esportiva	pg 9
3.2 – Servei d'higiene, canvi de roba i repartiment d'àpats	pg 23
3.3 – Projectes	pg 26
4.- Col·laboracions	pg 33
5.- Les nostres dades econòmiques	pg 36
Annex:	
Dossier de premsa 2024	pg 37

1.- Presentació de la memòria 2024

El 2024 ha tornat a ser un any de creixement i consolidació del projecte: hem augmentat les activitats esportives que ofertem; hem incorporat a l'equip noves professionals; hem activat projectes concrets per apropar-nos a certs col·lectius amb els quals no ens relacionàvem; hem generat aliances amb altres entitats i cooperatives per donar més qualitat a les nostres activitats; hem iniciat un procés d'anàlisi intern per preparar-nos per a la tornada a Ronda Sant Pau i arribar amb un projecte fort i consolidat; Hem... treballat per seguir posant el nostre gra de sorra per millorar la vida dels nostres veïns i veïnes.

Però de tot això, hi ha tres grans blocs als quals els volem donar força en aquesta introducció:

El primer és el creixement de l'activitat esportiva social que hem dut a terme. Parlem de que hem programat noves activitats dirigides gràcies a la incorporació a l'equip d'una tècnica amb l'encàrrec de dinamitzar aquest aspecte. Però també el treball fet per a consolidar projectes encetats al 2023, com l'*Entre Dones*, o el disseny i implementació de projectes nous: *Escola de Salut, comunitat i vida*.

Aquests són projectes que ens estan servint tant per donar un millor servei a les nostres sòcies, com per apropar les eines necessàries als nostres veïns i veïnes per tenir una vida plena i saludable, i ho fem en condicions d'igualtat, tinguin els recursos que tinguin i/o el moment vital que estiguin vivint.

El segon fa referència a les relacions i la implicació amb el nostre entorn. Som una cooperativa amb una clara vocació comunitària, i això vol dir que les nostres accions han de millorar el nostre entorn. Per això hem estat actius i implicats en el barri, participant de Taules i Plenàries comunitàries, organitzant activitats per la Festa Major, de Tardor i de Primavera, demostrant la nostra implicació entrant a formar part del Patronat de la Fundació Tot Raval o trobant-nos amb diferents actors públics i privats (ja sigui per recollir opinions o donar-les, com per oferir-nos i donar suport, com per rendir comptes,...).

Potser la gran diferència respecte a altres anys és que aquest any hem començat a pensar en gran, i per això hem obert la mirada a tota la ciutat i hem començat trobar-nos amb entitats d'altres barris i/o a participar en espais que afecten al conjunt de les barcelonines: Secretariat de Sants, Hostafrancs i la Bordeta; Trobada per parlar de subvencions organitzada pel Síndic de Greuges; Procés de participació sobre l'Ordenança de Convivència; BCN-HUB; Espai de treball sobre el Pla d'Esports de Ciutat; etc.

I el tercer bloc, i sempre posant una mirada en el retorn a la nostra seu a Ronda Sant Pau 46, hem iniciat un espai de reflexió i de revisió per tal d'actualitzar-nos i preparant-nos pel gran repte. I ho hem fet de la mà d'una mentora (gràcies a la

Federació de Cooperatives de Catalunya), l'Esther de la cooperativa Fasolà, que ens ha ajudat a gestionar, a reflexionar i a prendre decisions per millorar i créixer de forma sostenible.

Aquestes reflexions ens han permès detectar mancances, i cercar recursos per tal de pal·liar-les, sovint amb l'ajuda de professionals externs com ara l'empresa SIMBICA, o formant-nos de la mà de Barcelona Activa, La Federació de Cooperatives de Catalunya, etc. Però també ens ha permès afrontar els canvis sobrevinguts de forma positiva, com ara la marxa de tres persones de l'estructura per canvis vitals a les seves vides, als quals només podem que donar-los les gràcies per les seves aportacions al projecte, i aprofitar aquests canvis sobrevinguts per incorporar nous perfils (tant sòcies com treballadores) i millorar processos. Noves mirades i nous coneixements ajuden a millorar el projecte!

Per últim, encara que el tancament econòmic del 2024 torna a ser positiu, un any més la tresoreria ens ha fet patir, tot i el suport de Coop57 i la Fundació Seira, però no tant com altres anys ja que hem augmentat els recursos propis i hem obert noves vies de finançament privat de la mà de la Fundació Tot Raval. I volem seguir treballant en aquest sentit, tot i les limitacions que tenim a l'espai provisional, ja que augmentar els recursos propis dona solidesa al projecte i ens fa més independents.

Fent aquestes memòries ens hem adonat de la quantitat de feina que hem desenvolupat aquest any. El dia a dia fa que no ens adonem, i per tant valorem molt el fet de parar i fer recompte per valorar tant els encerts, com dels errors comesos, però també per obrir-nos i mostrar-nos tal i com som a les nostres veïnes i entitats.

Gràcies a totes per estar al nostre costat.

Consell Rector del Gimnàs Social Sant Pau

2.- Qui som el Gimnàs Social Sant Pau?

Transformem la societat mitjançant l'esport

Som una cooperativa sense ànim de lucre oberta i propera, que escolta les seves sòcies i al barri per detectar les seves necessitats.

Acompanyem i assessorem en l'activitat esportiva i portem a terme projectes per millorar la vida dels veïns i les veïnes de El Raval.

Història



La història del Gimnàs Social Sant Pau és una estranya combinació de lluita per la supervivència, la creença que tota empresa té una obligació amb el seu territori i molt d'aquella frase col·loquial «*de perdidos al río*».

El juny de 1940, al número 46 de la Ronda de Sant Pau, s'inauguren els Banys Populars de Barcelona, construïts per la Sociedad General de Aguas de Barcelona. Era un espai on dutxar-se, que disposava de la primera piscina clorada coberta de Barcelona. Els veïns i veïnes podien anar a dutxar-se per una pesseta i per una pesseta i mitja també tenien accés a la piscina. La idea era clara: evitar que la gent del Barrio Chino, densament poblat i sense aigua corrent a les cases, no fos origen d'infeccions i epidèmies, com la de tifus del 1914.

Amb el pas del temps, les veïnes del Raval incorporaren banys a les seves cases, i el projecte de "Baños Públicos" va anar perdent sentit. Entre 1942 i 1962, l'espai del Sant Pau, va ser seu dels entrenaments del Club Natació Montjuïc i també la seu de la secció de natació del Futbol Club Barcelona. Més endavant, va ser gestionat per l'Escola Pia i el 1992 un grup de professors de l'INEF (Institut Nacional d'Educació Física) va començar el projecte del Gimnàs Sant Pau.

A causa d'una descapitalització i la falta d'inversió en les instal·lacions, l'aventura va acabar en fallida l'any 2012. En aquell moment complex les treballadores vam recuperar l'empresa i decidim incorporar la paraula SOCIAL al nom creant un projecte que ens il·lusionés de bon començament.

Així comencem a escoltar a les persones sòcies del gimnàs, però també al barri, i per això som el primer gimnàs en disposar d'un vestidor per a persones no binàries, ampliem l'horari durant el Ramadam, tanquem la piscina per a ús exclusiu femení, fem

classes exclusives per a dones, la nostra cafeteria es transforma en un espai de trobada per a gent gran o per a infants i joves que no poden fer els deures a casa seva.... i, sobretot, un espai segur i d'igualtat on no saps si la companya de boxa amb la que tens tan bona relació té una segona residència i tres cotxes, o bé està dormint al carrer.

Amb el suport de moltes entitats del barri i de la ciutat, i de persones a títol individual, vam sortir al carrer amb la campanya "Habitem el Sant Pau" per lluitar contra el mobbing i l'especulació: la propietat de l'immoble es volia vendre el solar on està ubicat el Sant Pau per fer pisos de luxe. Però com moltes activitats de la ciutat, el març del 2020, el gimnàs també es va aturar amb l'arribada de la Covid... però no del tot.

El Gimnàs Social Sant Pau va tornar als seus orígens i es va posar al servei de les persones més desfavorides de la ciutat oferint servei de dutxa, canvi de roba, repartiment d'àpats, de mascaretes, recàrrega d'aparells electrònics, etc. Una xifra: des de l'abril del 2020 fins al desembre del 2022 hem atès una mitjana de 200 persones al dia en el servei de dutxes/canvi de roba i hem repartit una mitjana de 185 àpats diàriament.

El juny del 2021 arriba una bona notícia: l'Ajuntament, amb l'ajut d'un privat, compra el solar on està ubicat el Sant Pau (Ronda Sant Pau 46) per reformar-lo totalment i construir 36 pisos socials a sobre. El barri recupera espais i la incertesa del projecte disminueix!!!

I comença una etapa nova liderada per una nova direcció, una etapa de reorganització i endreça, i sobretot un etapa il·lusionadora projectant el futur: disseny del nou Gimnàs Social Sant Pau i cerca d'un local pont on ubicar-nos provisionalment fins que acabin les obres de la nostra seu. També iniciem el debat intern de si hem continuar prestant el Servei de Dutes o ocupem tota la jornada a desenvolupar l'activitat per la qual es va conformar la cooperativa: activitat esportiva social. Després de consultes amb diverses entitats del barri, parlar amb les nostres usuàries del servei de dutxes i fent cerca dels recursos existents a la ciutat arribem a la conclusió que si nosaltres deixem de prestar el servei hi haurà unes 200 persones que no tindrien accés a una higiene mínima, i per tant perdrien un dret més.

El maig del 2023 arriba el moment de tancar provisionalment les instal·lacions de Ronda Sant Pau 46 (1.400 m²) i traslladar l'activitat al carrer Floristes de la Rambla 10 (400 m²), i decidim compaginar l'activitat esportiva de tardes amb el Servei de Dutes, Canvi de Roba i repartiment d'àpats al matí, ara bé donant menys servei per la mida del local pont. I així ho hem estat fent tot el 2024.

Ara bé l'activitat esportiva social ha anat agafant força durant aquest 2024, tant amb nombre de persones sòcies que s'ha sumat al projecte, com amb presència al barri, i això ha provocat certes tensions entre el Servei de Dutes i l'Activitat Esportiva Social pels recursos limitats, sobretot d'espai, cosa que ha provocat un debat intern sobre les finalitats de l'entitat.

Parlant amb entitats del barri i amb les nostres sòcies sobre les necessitats del nostre entorn, i com pot el Gimnàs Social Sant Pau donar un millor servei, hem pres la següent decisió: el 2025 ha de ser l'any on potenciem l'activitat esportiva social, sense deixar ningú enrere.

Què és un gimnàs social?

A més de ser un espai per anar a fer exercici físic, assumim el compromís d'oferir un entorn...

- on es troben persones en condicions d'igualtat;
- segur per a tots els tipus de gèneres;
- que ajuda a establir relacions entre persones procedents de mons molt diferents i per tant ajuda a unes a superar moments difícils, i a altres a conèixer millor els nostres veïns i veïnes;
- que cuida la salut física i mental de les persones
-

En definitiva, al Gimnàs Social Sant Pau escoltem el barri i les nostres sòcies, i ens adaptem a les seves necessitats personals, socials, econòmiques...

Propòsit

Un propòsit amb retorn Social

L'equip del Gimnàs Social Sant Pau volem aconseguir, amb l'impacte de les nostres accions i amb la participació de les persones usuàries dels nostres espais i serveis, que l'activitat esportiva sigui una eina de cohesió i transformació social.

Entenem l'activitat esportiva com un procés d'empoderament personal que dona oportunitats a les persones de manera equitativa. Ens basem en la cooperació, la igualtat en la diversitat, la integració social, la salut i sempre al servei del barri i la comunitat.

Ho fem organitzades com a Cooperativa de Treball Autogestionada Sense Ànim de Lucre i vinculades a l'Economia Social i Solidària.

Objectius

Els objectius del nostre projecte són:

- Garantir el dret a la vida digna de les persones, en igualtat d'oportunitats.
- Cobrir les necessitats bàsiques de les persones (higiene, muda neta i menjar).
- Garantir el dret al benestar personal (físic i emocional) mitjançant la pràctica de l'activitat esportiva.
- Potenciar accions que millorin l'autonomia de les persones i generin una xarxa de vincles socials.
- Millorar la sensibilització de la població en general respecte a les diferents realitats existents a la ciutat.

Visió

L'activitat esportiva ha de formar part de l'Economia Social

Volem ser un referent de l'activitat esportiva social al país.

Continuarem amb la tasca pedagògica basada en el compromís, els hàbits saludables i el respecte a la resta de companys/es independentment de les seves condicions socials, econòmiques, polítiques o de gènere.

Volem incrementar el nostre àmbit d'intervenció potenciant i desenvolupant noves activitats esportives inclusives per arribar a joves, adults i gent gran, que no participen a les activitats proposades actualment.

Seguirem generant espais segurs per a tothom, posant especial atenció a les dones i donant visibilitat a l'activitat esportiva femenina.

Volem ser un referent dels esports de contacte amb una mirada social, concretament de la boxa, i tornar a posar el barri del Raval al centre d'aquest esport.

Volem facilitar la inserció laboral de persones joves, contribuint a regularitzar situacions administratives, facilitant formació en el camp esportiu, etc.

Valors

Escolta activa: Som una entitat oberta i propera, que escolta les seves sòcies i el barri per tal de dissenyar activitats i adequar els seus espais segons les necessitats que detectem. Una mostra és, per exemple, disposar d'un vestidor no binari adaptat per respectar la intimitat d'aquelles persones que ho necessitin.

Excel·lència: Ens agrada fer les coses bé. Creiem en la professionalitat i l'excel·lència per posar-la al servei de les persones, però de forma natural i "informal".

Seguretat: Som un espai segur. El respecte mutu, i tot seguit la llibertat per ser qui vulguis ser, és la base de les relacions que es donen a l'interior de les nostres instal·lacions, entre sòcies, entre treballadores, entre usuàries per aconseguir una societat que visqui la diferència com una oportunitat i no una limitació.

Diversitat: Som diverses ja que estem en un barri divers, El Raval. Les nostres portes estan obertes a tothom i treballem per ser una mostra del nostre entorn.

Treball en equip: Cada una de les treballadores és una baula imprescindible per assolir els nostres objectius, aportant cadascú experiències i coneixements essencials. Per això treballem en equip, ens escoltem i prenem decisions conjuntament. Però a més som persones i per tant ens cuidem.

Organització



Som un equip pluridisciplinari provinent de diferents realitats, edats i amb formacions diverses: tècnics esportius amb més de 30 anys d'experiència; usuaris del servei de dutxes que s'han incorporat a la plantilla; persones amb més de 25 anys d'experiència en la gestió d'entitats sense ànim de lucre i participació ciutadana; veïnes de tota la vida del barri... Un equip divers amb un objectiu comú: treballar amb i per a les persones que volen formar part del projecte Gimnàs Social Sant Pau.

Com ens organitzem i coordinem?

- Consell Rector: reunions periòdiques (aproximadament cada 2 mesos) de les persones sòcies de la cooperativa per a consensuar les gran línies de futur del projecte i avaluar els passos que anem fent.
- Reunions de coordinació setmanals: on es troben les dues direccions i les coordinadores de les dues àrees amb l'objectiu de coordinar les accions i aterrar les línies marcades pel Consell Rector.

- Reunions setmanals de l'Àrea Social i de l'Àrea Esportiva: trobada de les treballadores de cada àrees per a dissenyar i millorar el funcionament diari.
- Trobades anuals amb totes les treballadores i tots els membres del Consell Rector.

Membres del Consell Rector de la Cooperativa (a data 31/12/2024)

Al 2024 un treballador s'ha incorporat com a soci treballador a la cooperativa, un soci s'ha jubilat, el Patrick al qual li desitgem molta sort en aquesta nova etapa de la seva vida, després de més de 30 anys fent créixer el projecte Sant Pau, i un altre ha decidit canviar el seu projecte de vida: Dani molta sort i gaudeix del teu nou projecte!

- Soci treballador i President: Patrick Garcia.
- Soci treballador i Secretari: Marc Tomàs Gimó
- Sòcia treballadora i Vocal: Teresa Muñoz Moreno
- Sòcia treballadora i Vocal: Lara Cáceres Terán
- Sòcia treballadora i Vocal: Milena Aguiló Mestres
- Socis col·laboradors: Ferran Aguiló i Tonet Font
- Convidada i directora: Marta Heras Pérez

L'equip tècnic (persones que han treballat durant el 2024)

- Direcció: Marta i Lara
- Servei de dutxes, rober i repartiment d'àpats: Milena, Pablo, Octavio, Tere, Carlos, Rachid, Sandra i Johanna (aquestes dues últimes treballadores contractades per la línia ACOL-23 i per tant hem contribuït a la seva regularització administrativa).
- Activitat esportiva: Marc, Dani, Facu, Karma i Gisela.
- Manteniment: Patrick

Formacions i acompanyaments duts a terme

- Funcions i responsabilitats de les persones mebre d'un Consell Rector (Federació de Cooperatives de Catalunya)
- Formació en Vendes (Barcelona Activa)
- Formació i informació sobre prevenció en Riscos Laborals (SEPRA)
- Gestió emocional (SEPRA)
- Obligacions en matèria d'igualtat i diversitat (Federació de Cooperatives de Catalunya)
- Acompanyament al conjunt de treballadores per homologar titulacions
- Aportacions Perspectiva Intercultural en àmbit esportiu (Oficina de l'Esport de Barcelona)
- Eines de Google i altres eines d'interès (Oficina de l'Esport de Barcelona)
- L'esport per a tots els gèneres i sexualitats Promovent entorns segurs (Oficina de l'Esport de Barcelona)

3.- Què hem fet aquest 2024?

Des del Gimnàs Social Sant Pau, a més d'acompanyar en l'activitat esportiva a les nostres sòcies, com a cooperativa de l'àmbit social que som, durant l'any 2024 hem seguit ofertant el Servei de dutxes, canvi de roba i repartiment d'àpats que duem a terme des de l'arribada de la Covid al 2020, i s'han portat a terme un seguit de projectes per millorar les condicions de vida de les persones del nostre entorn.

3.1 Activitat Esportiva

La nostra raó de ser es transforma la societat mitjançant l'exercici físic i, després d'uns anys que per diferents motius (la Covid, l'estat de les instal·lacions de Ronda Sant Pau, la incertesa sobre la continuïtat del projecte, etc.) no havíem pogut centrar la nostra activitat en l'activitat esportiva, aquest hem aconseguit donar-li una forta empenta.

El 2024 ha estat un any de creixement i consolidació de l'activitat esportiva, on a més de crear noves activitats, les ja existents han crescut en nombre de sòcies i hem iniciat noves col·laboracions amb diferents entitats.

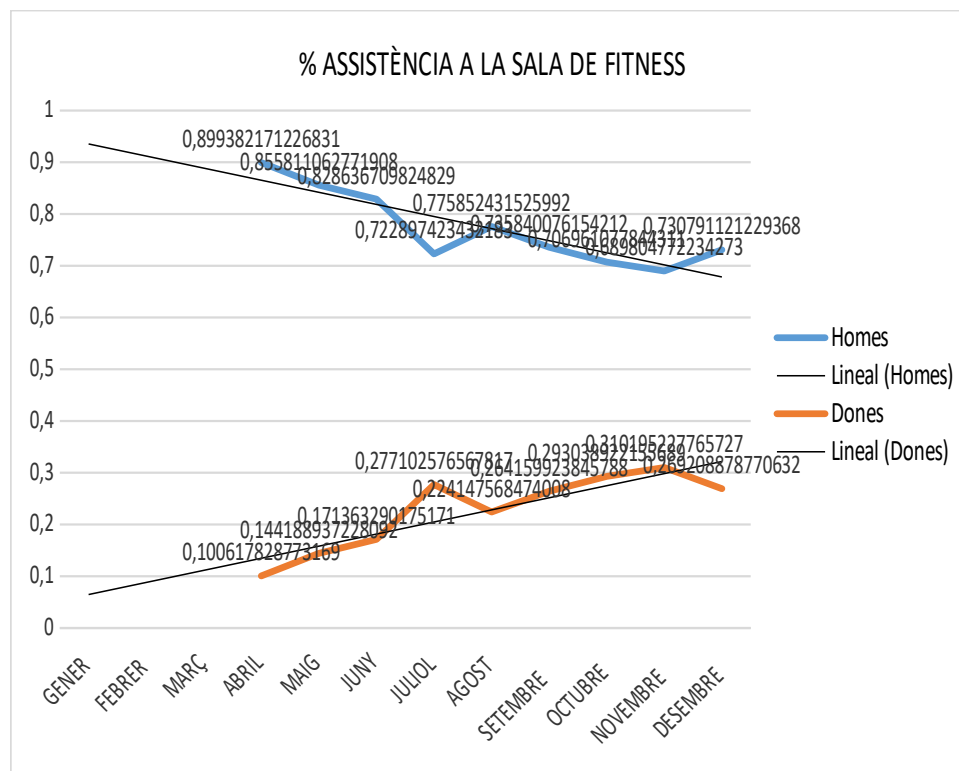
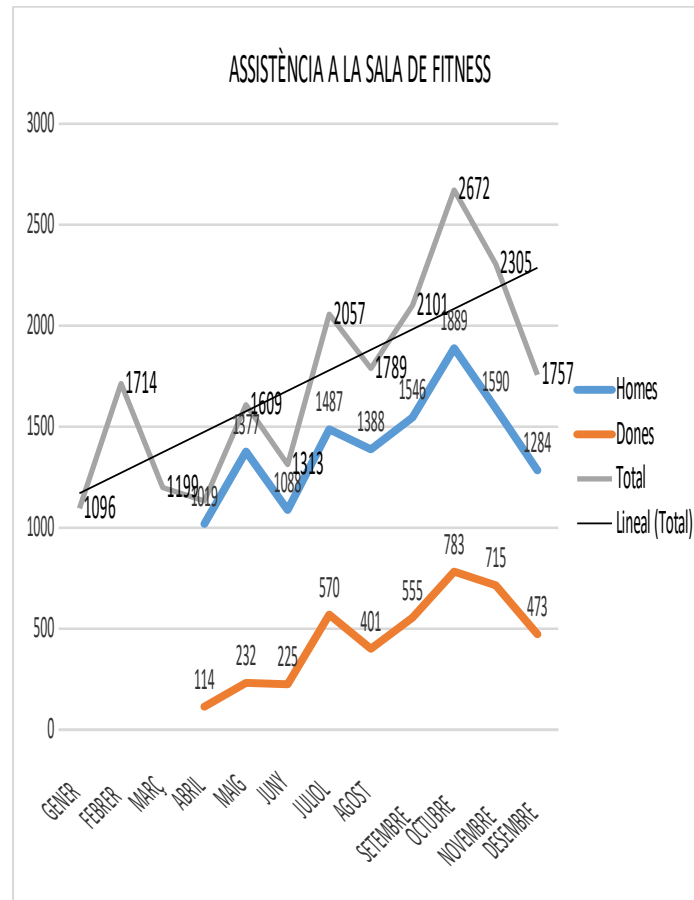
Per donar resultats de l'activitat esportiva hem agrupat les activitats en 4 grups: Sala de Fitness, Activitats dirigides, Activitats complementàries i col·laboracions externes.

Sala de Fitness:

Per la Sala de Fitness hi passen la majoria de sòcies del Gimnàs Social Sant Pau. La tendència d'ús és clarament ascendent de manera que hem arribat a més que duplicar els usos de la mateixa al llarg de l'any.

A partir del mes d'abril hem començat a comptabilitzar l'assistència tenint en compte el gènere de les persones sòcies que fan us de la sala de fitness i aquesta recollida de dades la traslladem als gràfics que trobeu a continuació i que demostren la tendència a l'alça de l'ús d'aquest espai.

Un dels nostres objectius al llarg de l'any ha estat el d'apropar el Gimnàs, i la Sala de Fitness en particular, a les dones, i tal i com marquen les dades, l'esforç esmerçat ha donat resultats: la tendència de l'assistència de públic femení és clarament ascendent, coincidint també amb l'inici, al mes d'abril, de la programació de noves Activitats Dirigides (AADD).

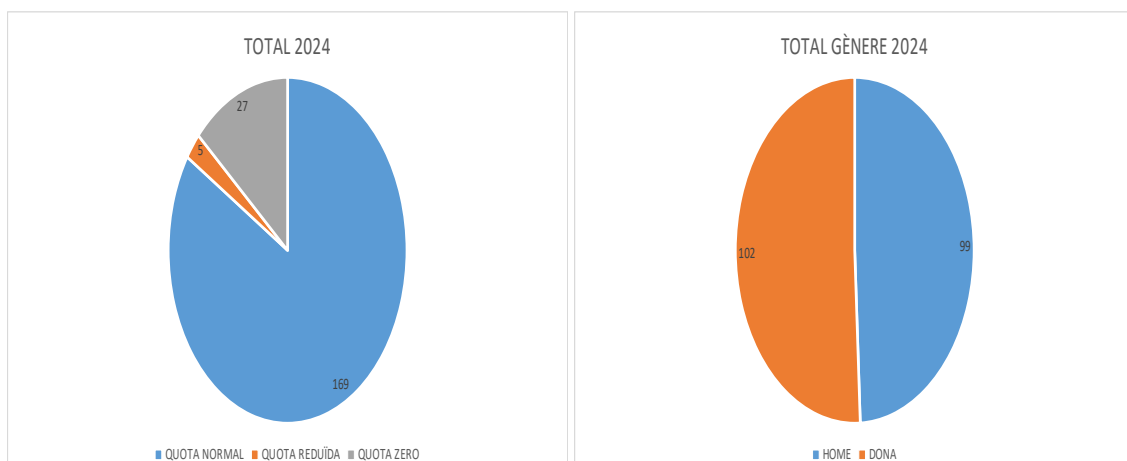


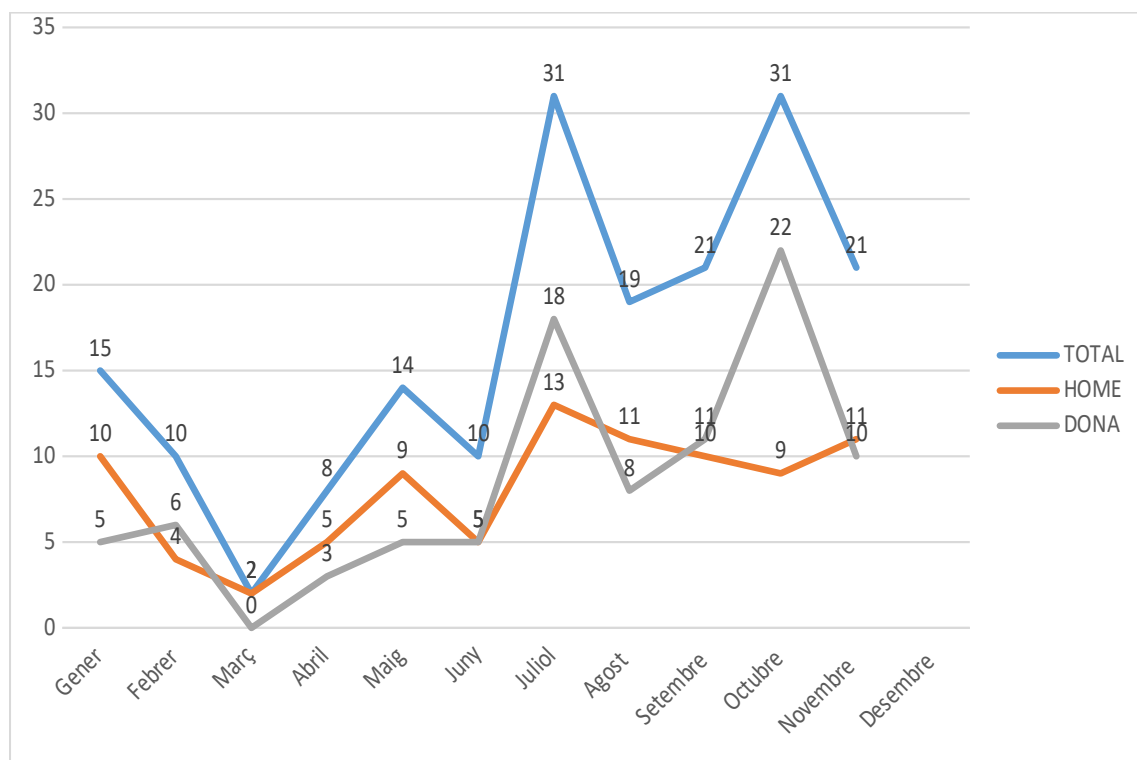
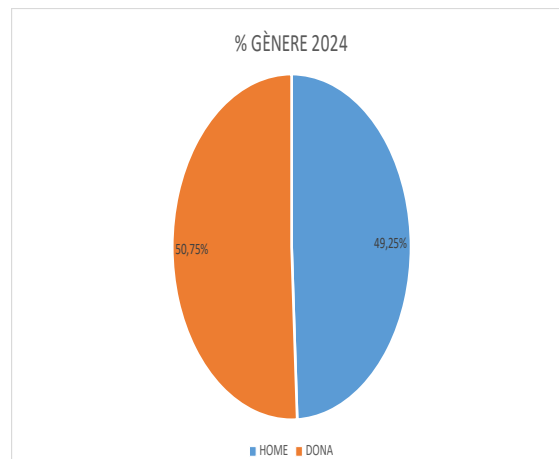
La nostra manera d'entre el gimnàs és veu reflectida en el tracte i servei que oferim a les nostres sòcies: a part de l'assessorament a totes les persones que fan ús de la Sala de Fitness, els oferim la possibilitat de tenir un programa d'entrenament personalitzat. Aquest servei no té cap cost afegit, cosa que ens diferencia de la majoria de gimnasos, i el renovem regularment, normalment cada tres mesos. Això ens permet oferir un servei de millor qualitat i un seguiment més proper a l'entrenament de les nostres sòcies.

La tendència del nombre de programes que es fan al mes també és ascendent. Cal destacar que, percentualment, les dones demanen més programes d'entrenament que els homes. Gairebé la meitat dels programes realitzats són a dones quan, de mitjana anual, representen el 22,8% d'usuàries de la Sala de Fitness.

Una altra xifra a esmentar és que el 30% de les sòcies usuàries de la Sala de Fitness són sòcies a Quota Zero (sòcies amb els mateixos drets i deures que la resta però que per la seva situació personal no podem cobrir el cost de la quota), i només el 13,43% dels programes els demanen aquestes sòcies. L'explicació que li donem és que no hem assolit el 30% fins avançat l'any i a que a aquestes persones els costa més demanar renovacions de programa, la qual cosa hauríem de tenir en compte de cara el 2025 i fer un seguiment més proactiu per donar-los un millor servei.

Per últim comentar que aquest 2024 hem començat a fer entrenaments personals a un soci, el Li, que ens ha aportat un ingrés extra de 900€ al llarg de l'any.





Activitats dirigides:

El mes d'abril iniciem noves Activitats Dirigides Multifuncionals ofertades a totes les nostres sòcies. Les Multifuncionals són activitats on es treballa la condició física general, incloent exercicis de tonificació, coordinació, flexibilitat i aeròbics.

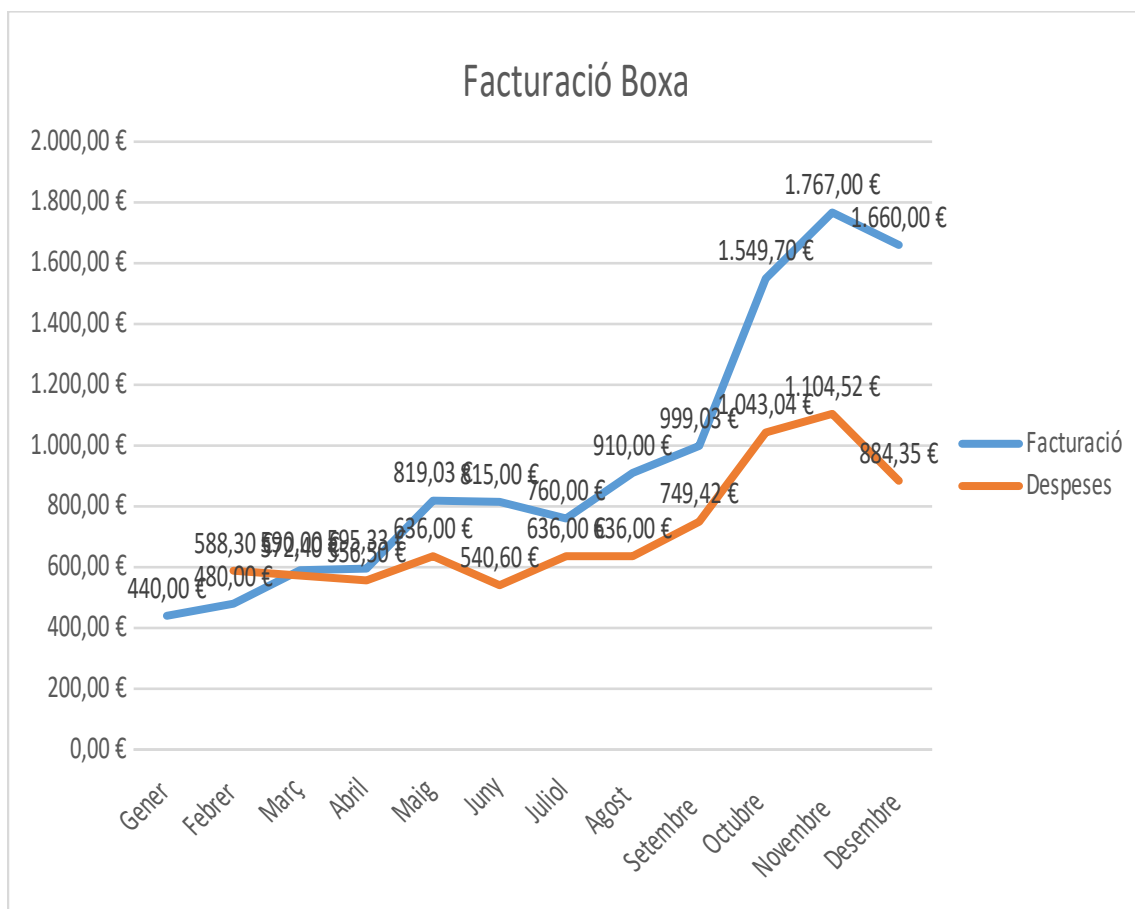
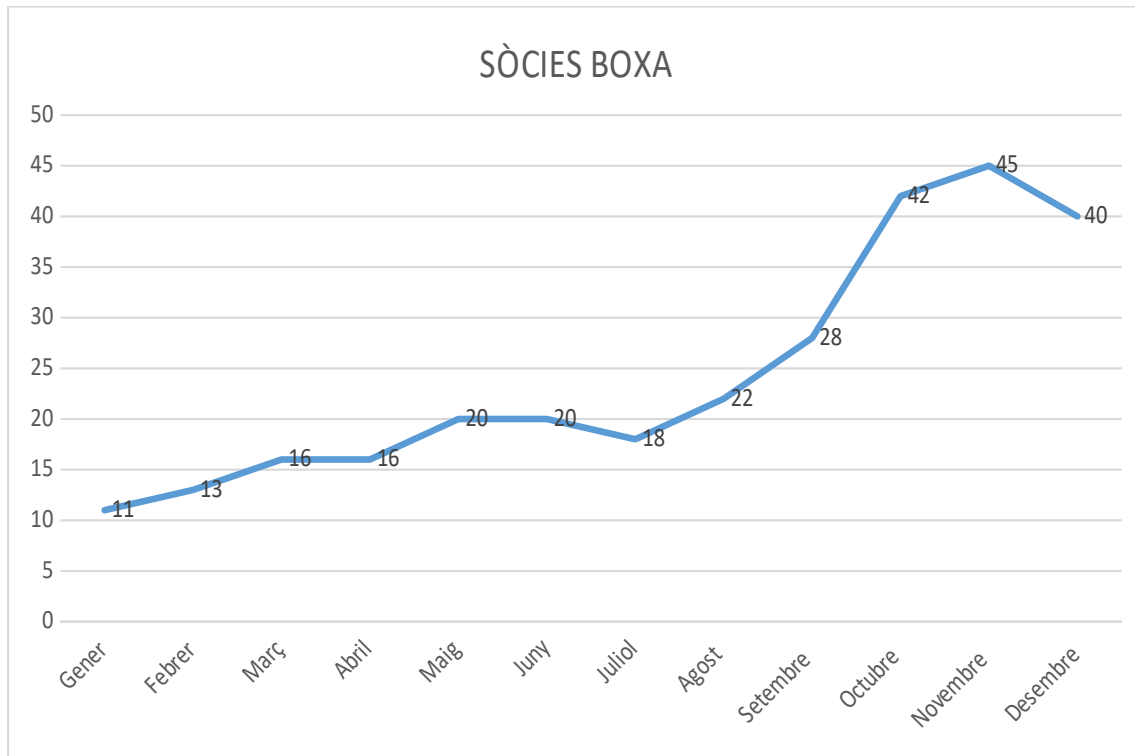
L'objectiu principal ampliar l'oferta d'activitats, però també atraure més sòcies dones (tot i que està pensat per a tots els perfils, sabem que les dones prefereixen les activitats dirigides grupals) i alliberar espai a la Sala de Fitness. El resultat el valorem positivament ja que més enllà de l'activitat pròpiament esportiva, hem aconseguit crear un grup força regular que permet enfortir relacions entre sòcies (inclosa algunes de les quals sòcies quota zero) i generar bon ambient al gimnàs.

Vam començar oferint 4 classes setmanals, 2 dimarts i 2 dijous, amb l'objectiu d'ampliar-les en un futur. Hem acabat l'any incorporant una nova tècnica, la Gisela, per encarregar-se d'aquestes activitats i així potenciar-les, amb l'objectiu d'ampliar-les de 4 a 11 de cara al mes de gener del 2025.

Activitats complementàries:Boxa

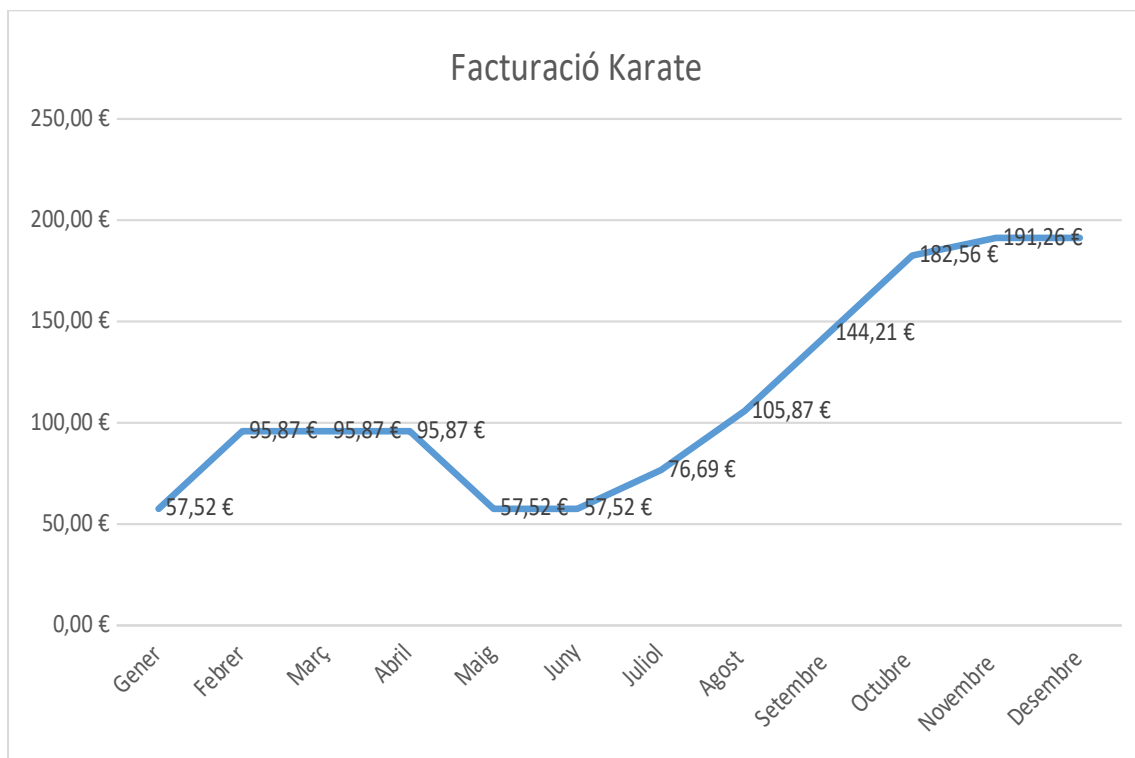
L'activitat de Boxa és, clarament i percentualment, la que més sòcies ens aporta. Aquest any n'hem triplicat les alumnes arribant a omplir els tres grups programats durant el mes de novembre (45 alumnes). Aquest fet l'expliquem per dos motius. El primer la tradició arrelada al barri amb aquest esport. I la segona la bona difusió que hem fet sobre que som un centre homologat per a demanar subvencions per activitats extraescolars, i la tasca d'ajuda i l'assessorament que hem proporcionat a les famílies a l'hora de fer els tràmits, que sovint son complexes. En total, durant els mesos de setembre i octubre, s'han inscrit 14 alumnes a través dels ajuts proporcionats per l'Ajuntament de Barcelona.

Tot això a suposat que la facturació directa per l'activitat de la Boxa es quadruplicui en un sol any, iniciant-lo amb 440€ i acabant amb 1.660€, passant per un pic, el més de novembre, de 1.767€.



Karate.

Les alumnes de Karate també han augmentat i la progressió és ascendent, però si ho comparem amb la boxa és una millora més lenta, segurament degut a la menor tradició al barri i a un preu més alt, que no depèn de nosaltres ja que ho ofertem de la mà de Shotokan Barcelona JKA, que és qui imparteix les classes.

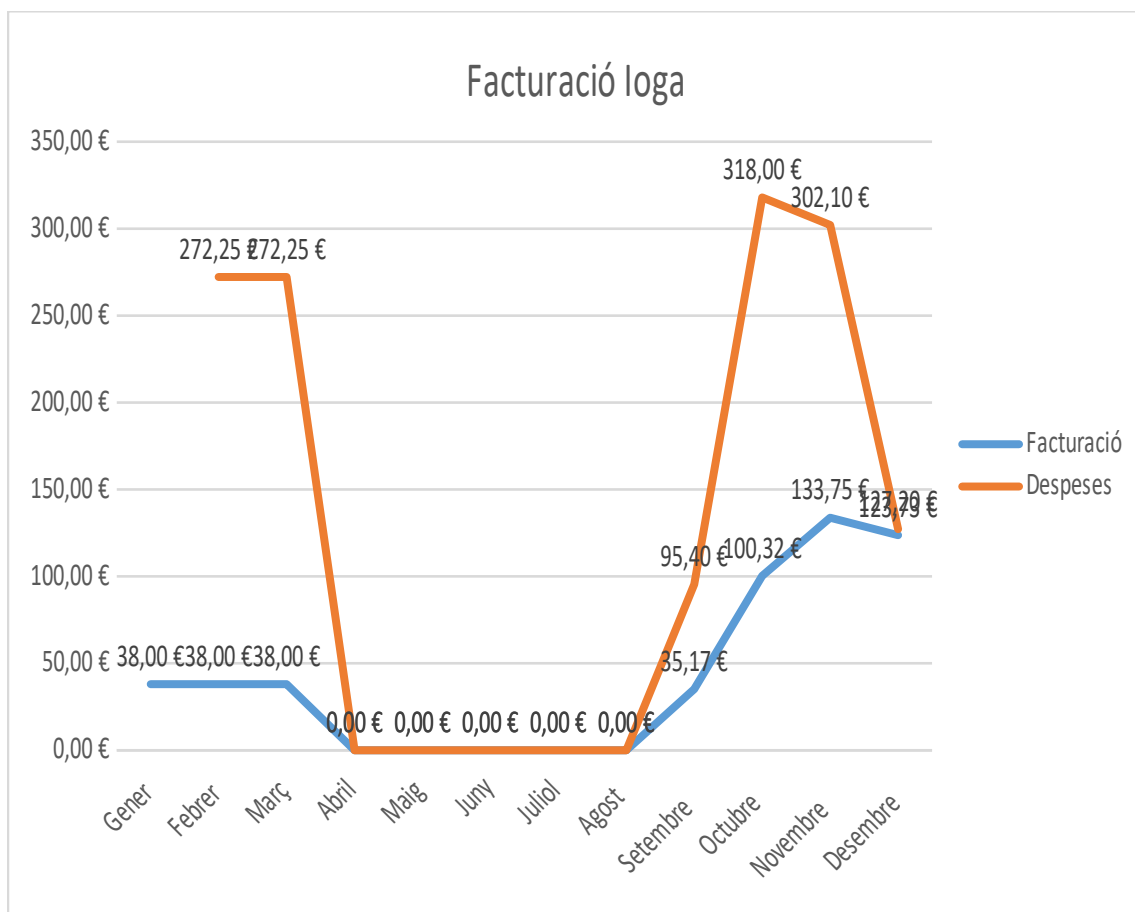
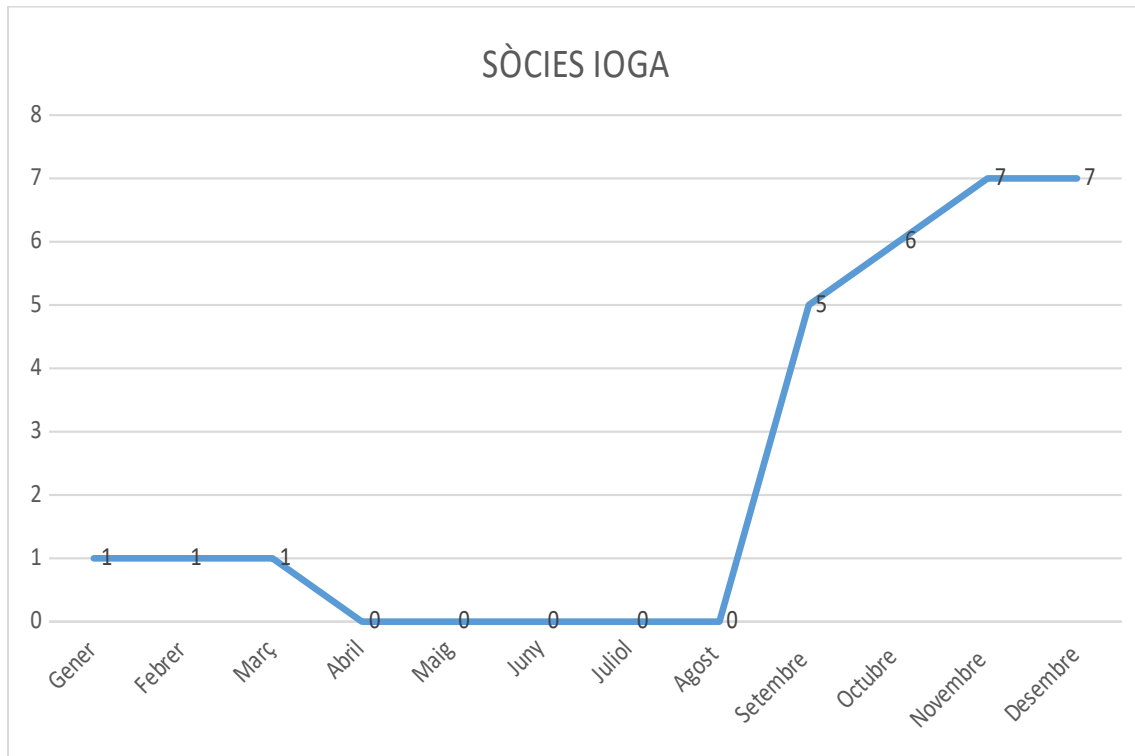


Ioga

El mes de març vam tancar el grup de ioga que teníem programat al migdia (13.30h) ja que no teníem suficient gent inscrita i generava pèrdues, probablement perquè l'horari no era el més adient.

Però hem apostat per aquesta activitat i per això el mes de setembre vam reobrir-lo en una millor franja horària, les 18.15, i professora nova, la Karina. A més vam integrar l'activitat al projecte del gimnàs «Escola de Salut» i vam reservar 3 places per a alumnes sòcies quota zero.

Aquest conjunt de canvis han permès que l'activitat pugui engegar millor i tingui una dinàmica ascendent.

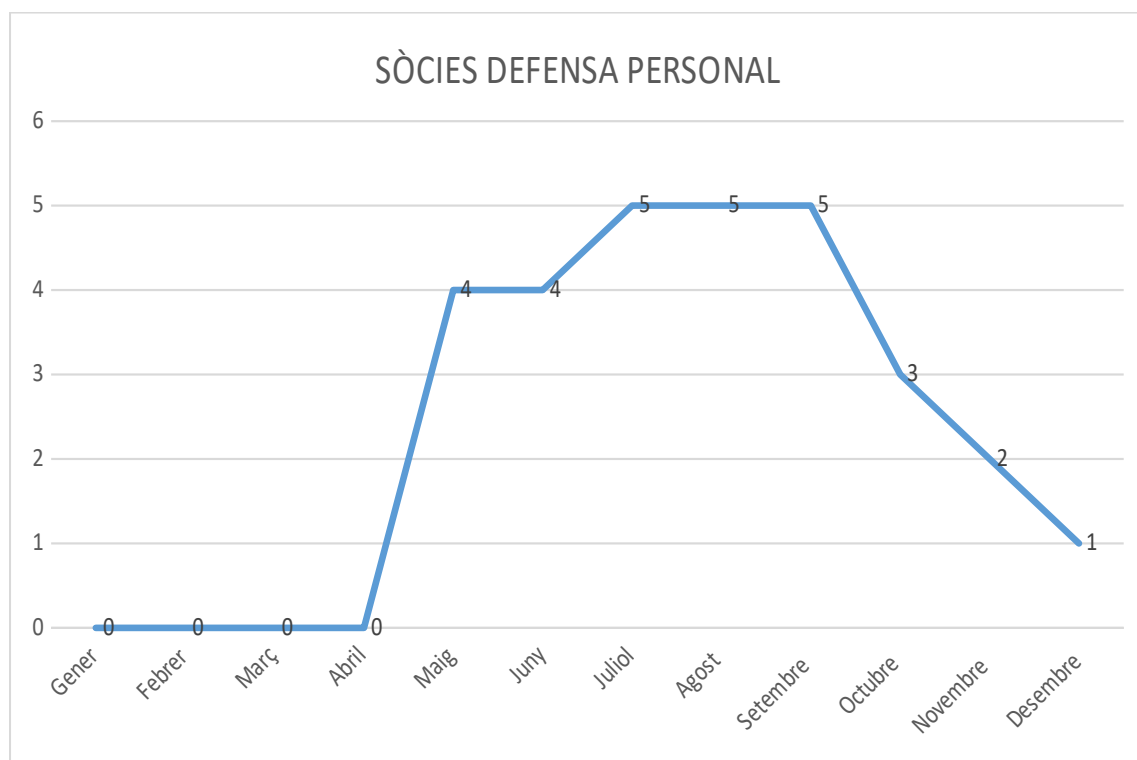


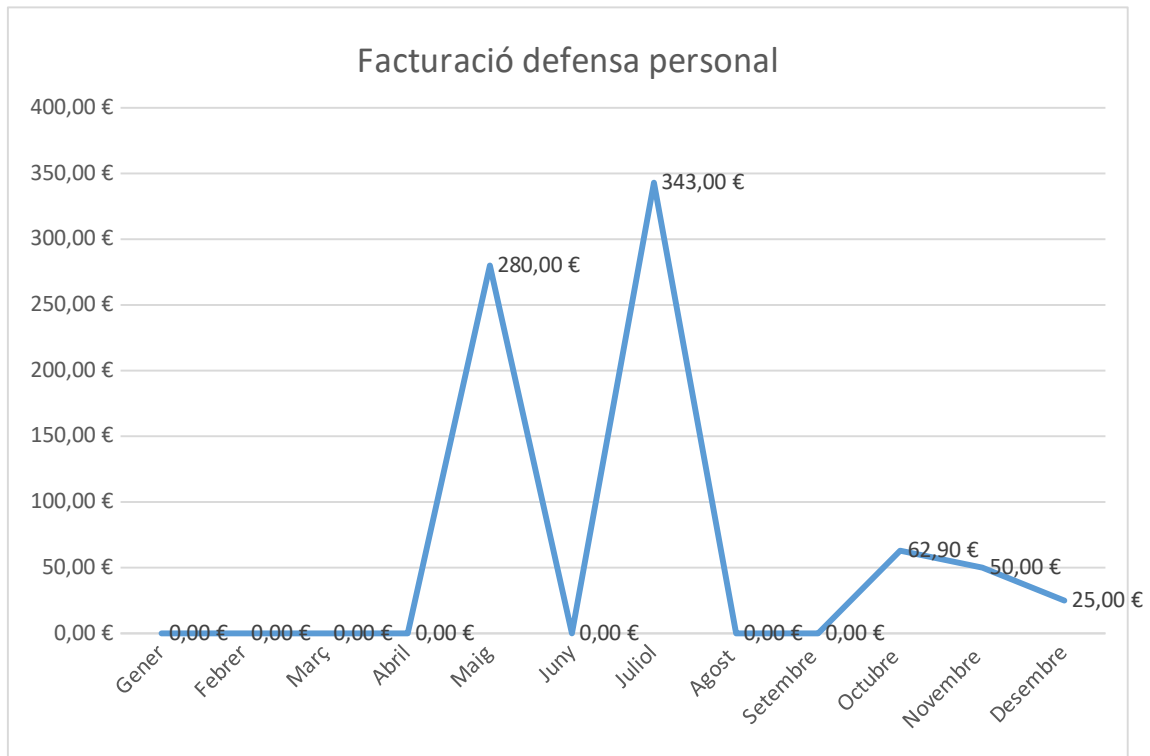
Defensa personal

Després de fer alguns tallers de defensa personal i dos cursos puntuals de 10 classes, vam copsar que hi havia un públic potencial, i per això al mes d'octubre vam convertir aquesta activitat en regular, dos dies a la setmana, en substitució d'un dels grups de Karate que no tenia prou demanda.

El tracte que tenim amb Shotokan Barcelona JKA, encarregats de fer les classes, és percentual a partir d'un mínim de 5 alumnes, i com que encara no hem assolit el mínim, per ara el 100% de la facturació és per ells.

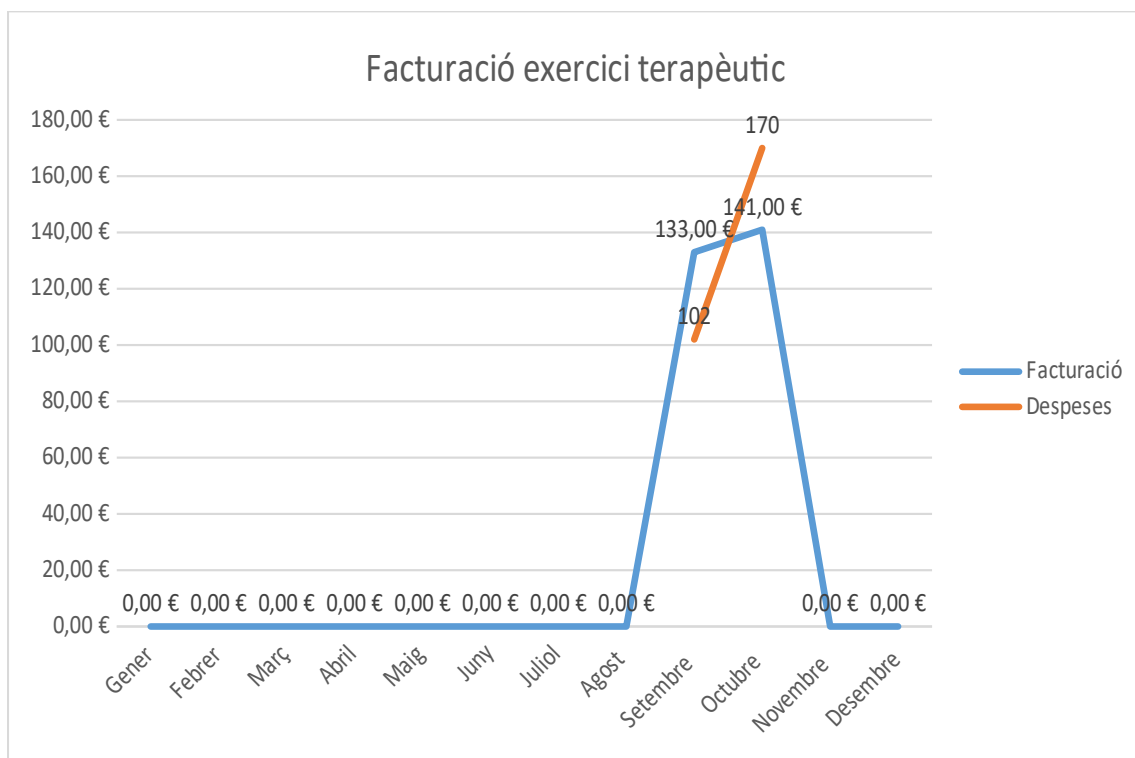
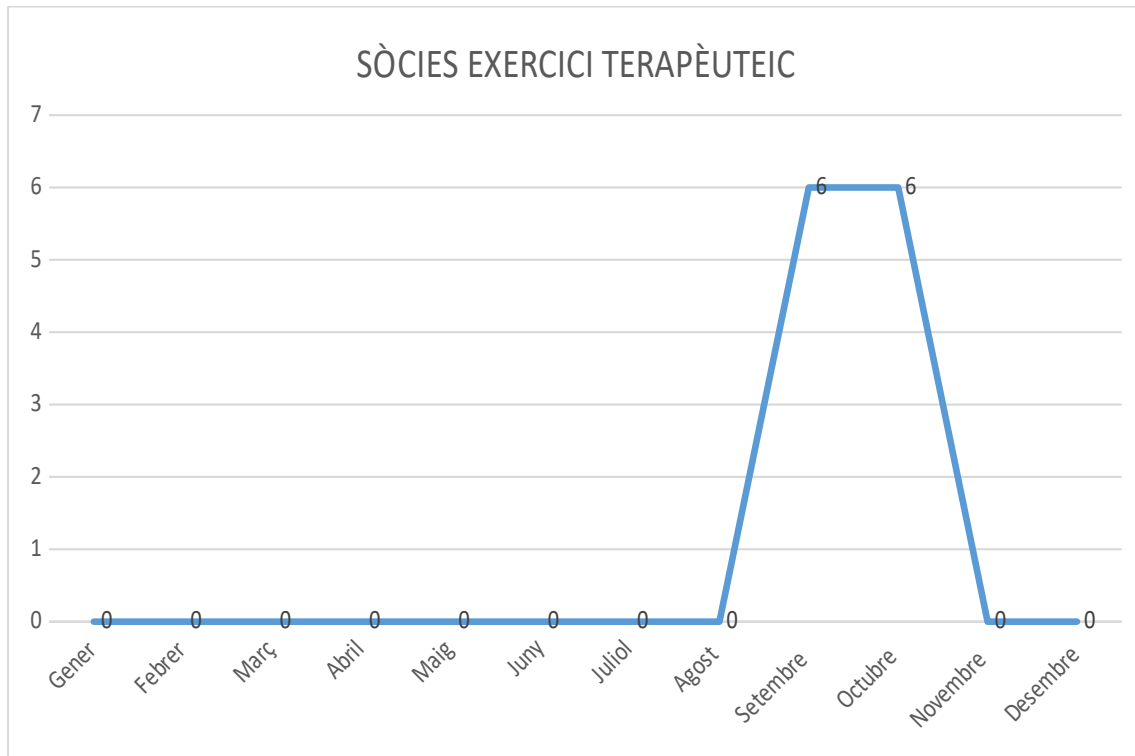
Tot i que seguim apostant per aquesta activitat, que creiem que molts beneficis, i estem generant estratègies per augmentar el nombre d'alumnes de cara al 2025, el mes de desembre serà l'últim amb dos grups: tancarem el grup dels dimecres i focalitzem els nostres esforços en omplir el dels dilluns.





Exercici terapèutic

El mes de setembre vam implementar un conjunt de tallers d'exercicis terapèutics, per a gent amb problemes de dolors crònics, integrat dintre de l'«Escola de Salut». Tot i que tenia certa acceptació, l'alt cost de l'activitat (que no es cobria amb les quotes de les sòcies), i el fet de ser una activitat per a un públic molt concret, ha suposat el tancament de l'activitat per a repensar-la i dirigir-la a un públic més ampli, com ara l'activitat Esquena Sana, que obrirem durant el 2025.

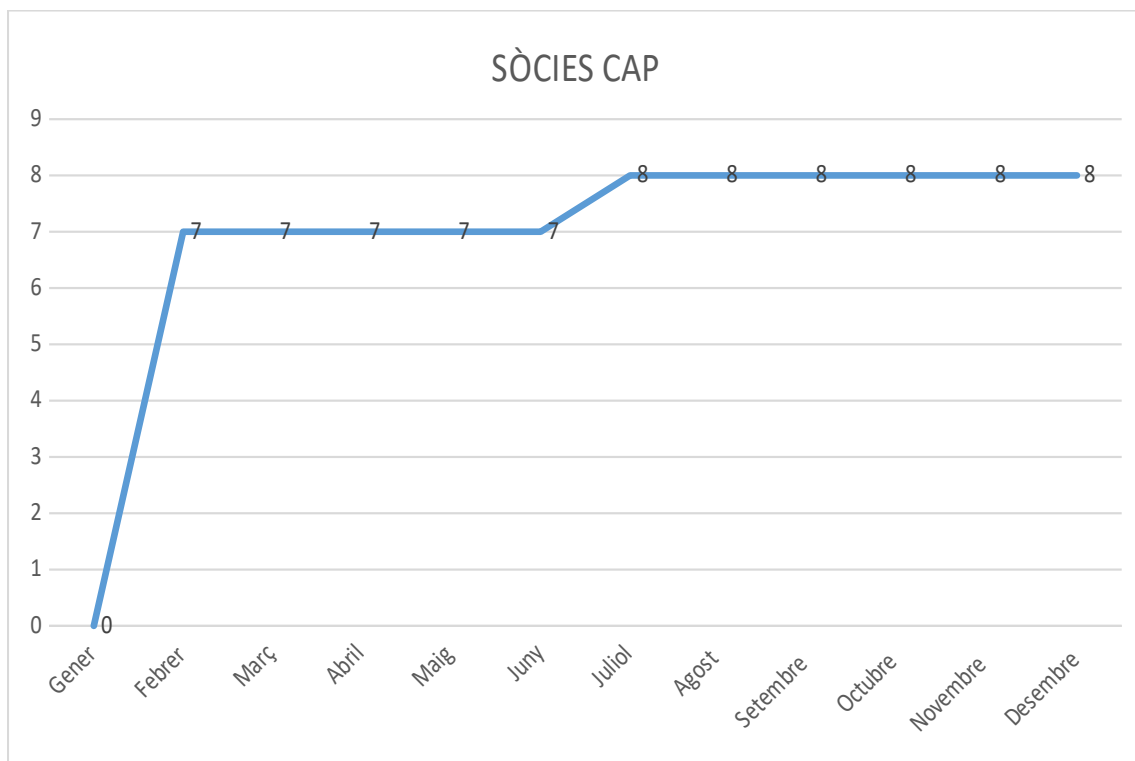


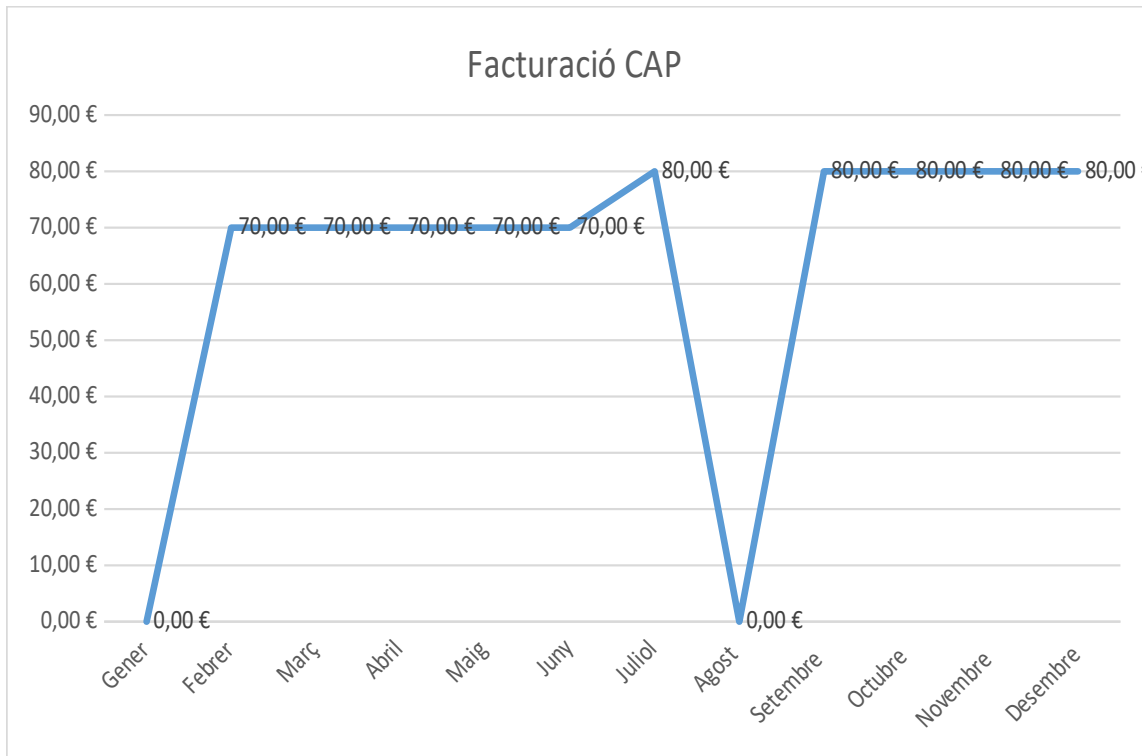
Activitats esportives per a col·lectius específics

Treballadores del CAP Raval Nord:

Des del mes de febrer, un grup tancat de professionals del CAP Raval Nord, fan activitats dirigides de diferents tipus amb nosaltres. Parlant amb aquestes professionals ens van traslladar la dificultat per a compaginar la seva vida personal/laboral i l'exercici físic, per tant vam cercar solucions imaginatives, i vam generar una classe específica per elles cada dijous al migdia.

El format d'activitats per a grups tancats, ens aporta uns ingressos fixos que a més són 100% pel gimnàs, ja que no hem de buscar professores externes, i ahora és una opció econòmica per a les alumnes, que per 10€ al mes tenen una classe setmanal. Ara mateix, aquesta hora és de les més rendibles, econòmicament parlant, de la nostra graella d'activitats.



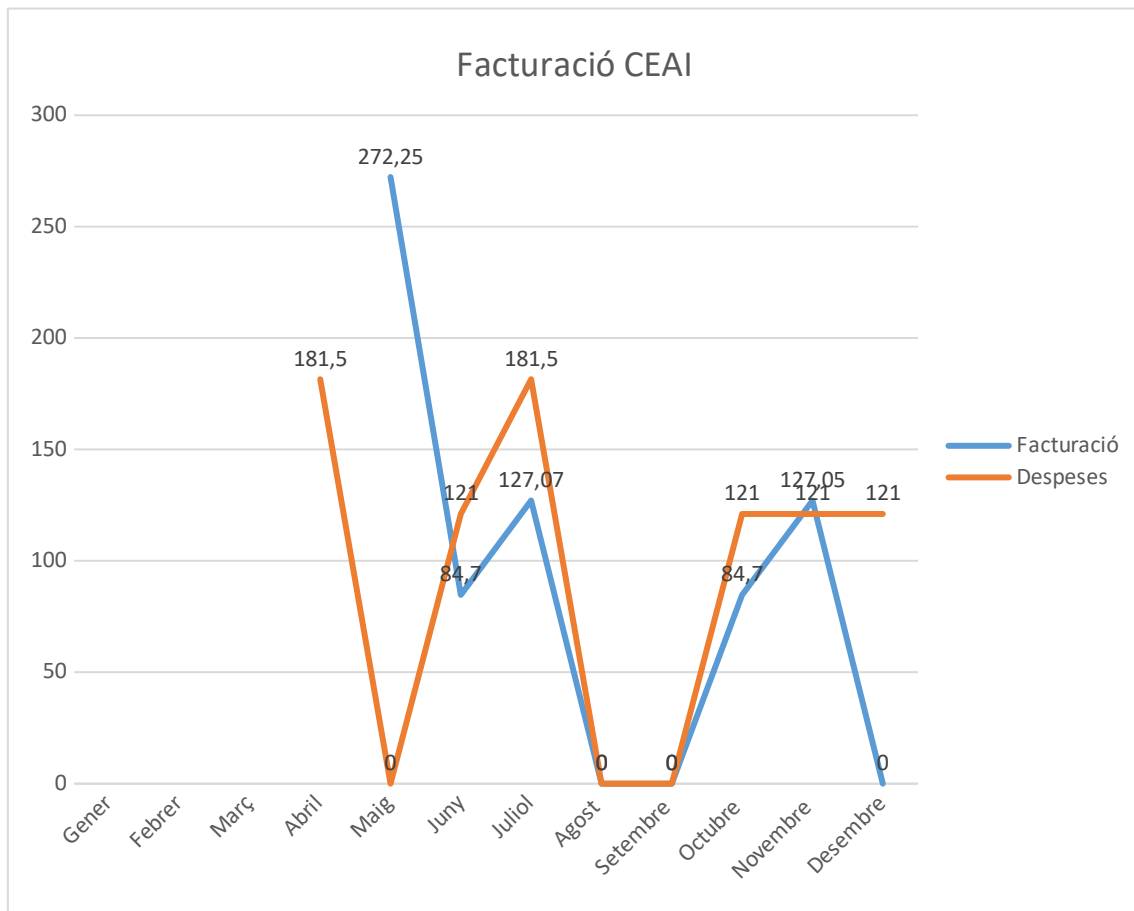


Capoeira:

El grup de Capoeira ens permet una facturació fixe i una gestió fàcil, ja que les tenim com a llogateres de la sala polivalent, però alhora ocupa una franja horària bona. Mentre estem ubicats al local provisional de Floristes de la Rambla pensem que és una bona opció, ja que les mides reduïdes de l'espai no ens permet créixer en nombre de sòcies, però haurem de revisar aquest acord de cara a la tornada a Ronda Sant Pau. Vam començar amb un lloguer de dues hores cada dimarts i dijous, i el mes de novembre es va reduir a 1h30 els mateixos dies.

Col·lectiu de dones grans Filipines de la ma de CEAI:

Des del mes d'abril del 2024, cada dos diumenges, fem una activitat de gimnàstica suau amb un grup de la comunitat filipina del barri de la mà de CEAI. Tot i que va costar començar a vincular les alumnes a l'activitat, ja que no entenen l'exercici físic com una eina de millora de la salut, si no per millorar estèticament, poc a poc i amb explicacions, s'ha anat consolidant el grup arribant a una mitjana de 12 alumnes. El 50% del cost d'aquesta activitat el cobrim amb fons propis i la resta el cobreix el CEAI.



Fundació Àmbit Prevenció

Des de 2023 hem estat col·laborant amb la Fundació Àmbit Prevenció fent una hora a la setmana d'entrenament a la Sala de Fitness amb un grup d'alumnes amb problemes d'addiccions. A causa de la seva reducció pressupostària, van haver de cancel·lar aquesta activitat el mes de juny.

KAN60LAB

Durant els mesos d'octubre i novembre vam realitzar 4 tallers de defensa personal amb les joves del KN60LAB. L'activitat no va acabar de funcionar ja que les alumnes no s'hi van a vincular. De totes maneres, com són projectes amb entitats veïnes i per demanda de les seves joves, sempre ens trobaran.

Fundació Gavina

El mes de novembre hem obert 2 grups de boxa, tancats per a joves de la Fundació Gavina, cada divendres per la tarda. Tot i que la gestió amb la fundació a vegades a costat d'encaixar, en fem una lectura molt positiva en tots els sentits. Participem d'un projecte social, cobrim un horari difícil i en traiem un rendiment econòmic fixe.

Associació per a la Mediació Intercultural i Social amb Immigrants (AMISI)

Des d'abans de l'arribada de la Covid hem estat cedint el nostre espai de manera gratuïta als i les joves de l'Associació AMISI per a què complementessin els seus entrenaments en atletisme en un gimnàs. I aquest 2024 no ha estat diferent: cada dissabte a la tarda han pogut disposar, tant de la sala de Fitness com de la sala polivalent, per a dur a terme els seus entrenaments.

3.2 Servei d'higiene, canvi de roba i repartiment d'àpats

La higiene personal diària és imprescindible per a totes les persones i més important encara per a les persones que es troben en una situació de pobresa extrema, ja que les ajuda a tenir una millor autoestima, el primer pas per sortir de la seva situació.

El projecte "dutxes socials" té el seu inici als voltants de 2012, quan veient les dificultats de persones en risc d'exclusió social per accedir a una dutxa, comencem a oferir aquest servei a les persones que ho demanen, arribant a les 18.000 dutxes anuals. Aquesta activitat es compaginava amb l'activitat esportiva.

Amb l'arribada de la pandèmia de la Covid al març de 2020, tot i el tancament del Gimnàs en la seva vessant esportiva, obrim un Servei de dutxes, canvi de roba i repartiment d'àpats a petició i amb l'ajut econòmic de l'Ajuntament de Barcelona. Cal dir que aquest servei l'hem pogut oferir també gràcies a moltes persones i empreses que ens han fet donacions de roba, menjar, productes de neteja i higiene, rentadores, etc.

Durant l'any 2024 hem continuat el projecte d'acompanyament de dutxes socials. Un servei de dutxes per a persones que no tenen accés a aigua corrent, que viuen al

carrer, en un infrahabitatge, en una habitació de relloguer, o en un habitatge sense subministres.

La nostra manera de fer i de treballar ens porta a oferir, a banda d'una dutxa, roba i menjar, un tracte proper i un moment de cura per a persones que son invisibles als ulls de la majoria de la societat. Per això la única cosa necessària per accedir al nostre servei és demanar cita prèvia i mantenir el respecte en tot moment cap a les instal·lacions i a la resta de persones, tant les que accedeixen al servei, com les que hi treballem.

Els servei que els oferim és de tovallola, roba de recanvi, gel de dutxa, material d'higiene femenina, aigua, menjar (donat per la Fundació Ferrer Sustainability) i altres serveis com càrrega de telèfons i bateries, trucar per telèfon, etc.

Volem destacar que disposem d'un espai per a persones no binàries i adaptat, i que presentem especial atenció al col·lectiu de dones sense llar de Barcelona amb productes d'higiene específics per elles i una tècnica referent que les atén i les ajuda personalment en cas de necessitar informació i derivacions. I això ho fem ja que, per bé que percentualment és un col·lectiu petit en relació al dels homes sense llar, presenta sovint situacions de major vulnerabilitat i violència, i per tant requereix d'un suport i acompanyament específic.

Una diferència respecte al 2023, és que aquest 2024 hem vist reduït dràsticament els conflictes. I ho relacionem amb el fet de portar més d'un any mantenint la mateixa dinàmica de treball, que genera seguretat en les persones usuàries, ja què saben que el dia que tenen cita es podran dutxar a l'hora indicada i que com a molt ho podran fer cada dos dies.

Un altre aspecte diferenciador d'aquest 2024 és la diversificació de l'origen de les persones usuàries del Servei, amb un augment de persones arribades de països sud saharians.

També creiem important esmentar que durant el 2024, 5 persones usuàries del Servei de dutxes, han passat a ser sòcies del gimnàs en el projecte Quota Zero, i així han millorat la seva qualitat de vida practicant activitat física de forma gratuïta. Per altra banda diverses dones usuàries del Servei han participat del projecte Entre-Dones.

Durant aquest any hem pogut contractar i incorporar a la plantilla fixe 2 persones usuàries del Servei de dutxes, per tal de fer tasques de suport i neteja, potenciant així la seva reinserció laboral.

Per últim volem fer palès que aquest projecte no hauria estat possible sense la col·laboració de moltes empreses, associacions, fundacions i persones a títol individual

que ens han fet donacions de roba, de menjar, de material de neteja i, fins i tot, de rentadores i assecadores.

A continuació detallem el servei de dutxes, rober solidari i repartiment d'àpats en xifres:

TOTAL DUTXES 2024			
	Homes	Dones	Total dutxes
gener	1627	187	1814
febrer	1579	143	1722
març	1575	196	1771
abril	1566	175	1741
maig	1589	215	1804
juny	1386	141	1527
juliol	1795	150	1945
agost	1692	169	1861
setembre	1527	129	1656
octubre	1773	152	1925
novembre	1551	139	1690
desembre	1460	134	1594

TOTAL 2024:	19.120	1.930	21.050
--------------------	---------------	--------------	---------------

DERIVACIONS 2024	
Arrels	
Meridiana	
Creu Roja	
Sant Gervasi	
Menjador Gregal:	
GHAS Grup Habitatge Sants	
ABD Associació Benestar i Desenvolupament	
SDI Servei Detecció Intervenció Joves Migrants Sols	
Migra Studium	
Menjador Paral·lel	
Ambit Prevenció	
Amic	
Dialegs de Dona	
SAIER	
DARCHABAB	
Convent Monges Calcutes	
Metzineres	
CAS Baluard	
Santa Anna	
T'acompanyem	
Caritas	
SASEP	

3.3 Projectes

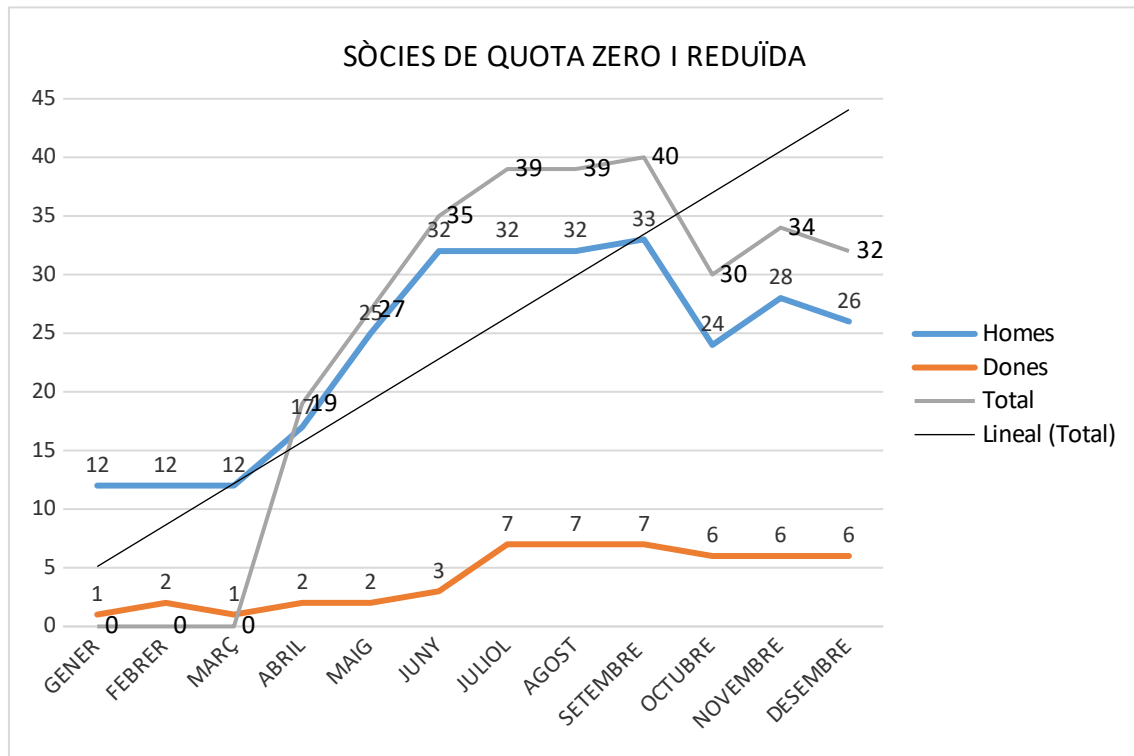
● Quota Zero, una quota amb retorn social

Les sòcies quota zero son sòcies que, per la seva manca de recursos econòmics, no poden accedir a un gimnàs de forma regular. Les sòcies amb Quota reduïda són sòcies que part de la seva quota la cobreix una entitat i la resta nosaltres, ja que son persones que tampoc podrien accedir a un gimnàs amb els mitjans que disposen. Per tant, part de les quotes que paguen les nostres sòcies, les dediquem a ampliar la família i facilitar que persones en situació vulnerable puguin practicar exercici físic, i així també es generin relacions en condicions d'igualtat entre persones provinents de diferents mons. D'aquí ve el nom del projecte: «*Una quota amb retorn social*».

Aquestes sòcies quota zero venen derivades del nostre propi Servei de dutxes, canvi de roba i repartiment d'àpats, i de diverses entitats, com ara, la Fundació Iniciatives Solidàries, Càrites, Creu Roja de Nou Barris, SASSEP, SAIER, Barcelona Actua, Centre de dia Poble Sec, IMMS, ESMES, etc.

Aquest projecte, un dels bàsics de la nostra activitat, ha permès que durant aquest any, 60 persones hagin practicat exercici físic regularment amb les mateixes condicions que qualsevol altra sòcia del gimnàs. L'objectiu de cara al 2025 és de seguir mantenint el 30% de sòcies a quota zero respecte a les sòcies usuàries de la Sala de Fitness.

Un aspecte a comentar és que durant el mes de setembre vam actualitzar profundament el nombre de les sòcies quota zero i reduïda, per això, al gràfic que tot seguit us presentem, hi ha una forta baixada en de les dades d'octubre. Per a què no torni a passar un biaix d'aquestes característiques ara actualitzem les dades mensualment. Així obtenim xifres fidels per fer un seguiment més acurat, detectar a les persones que fa temps que no venen per esbrinar els motius i, si cal, donar-les de baixa (la fluctuació és força alta), amb l'objectiu d'ajustar-nos el màxim possible al 30% que ens marquem com a nombre de sòcies quota zero.



De mitjana, les sòcies quota zero que s'han donat de baixa durant el 2024 són 28 i han estat vinculades al gimnàs durant 4,8 mesos. La gran majoria de persones que s'han donat de baixa és per circumstàncies personals, ja que la seva situació fa que per moltes d'elles no els hi sigui fàcil mantenir una estabilitat (per això és important fer-ne un seguiment periòdic). La resta de persones ha estat per canvi en la seva residència o per què han trobat feina.

També és cert que poc a poc es van consolidant el nombre de sòcies que mantenen la regularitat de venir al gimnàs, participen de les activitats i generen vincles i relacions amb d'altres sòcies (independentment del tipus de quota que tinguin) i treballadores, que és el veritable objectiu del projecte.

● Entre Dones

Aquest any 2024 li hem donat continuïtat al projecte "Entre Dones", amb el suport del Departament d'Igualtat i Feminisme de la Generalitat de Catalunya, la Diputació de Barcelona i la iniciativa #sumapelraval de la Fundació Tot Raval.

"Entre Dones" és un espai de confiança, seguretat i generació de vincles socials, on s'acompanya a les dones sense llar, en situació de vulnerabilitat o amb necessitats específiques en els seus processos d'empoderament individual i grupal amb

metodologies basades en la presència, l'escolta activa, la confiança i el reconeixement en la diversitat.

El projecte s'ha executat en dues fases:

- De gener a juny: Hem desenvolupat un programa d'activitats puntuals en col·laboració amb diferents entitats, com la Cooperativa Brotes i la Fundació Tot Raval. En aquesta fase han participat 62 dones en situació de pobresa extrema i vulnerabilitat. De totes les participants, hem aconseguit que una passi a ser associada del gimnàs a quota zero i realitzi activitat esportiva diàriament. Aquest fet ens ha permès treballar amb ella processos de millora de la seva autonomia personal i de generació de nous vincles socials.
- De juny a desembre: Hem ampliat el programa d'activitats de forma regular, sobretot gràcies al suport econòmic rebut gràcies a la iniciativa #summapelraval. En aquesta fase hem treballat de manera més individualitzada amb un grup de 16 dones vinculades al programa sencer. Les participants han sigut majoritàriament dones amb patologies varies i situació socioeconòmica complexa (derivades del CAP Raval Drassanes) i dones en situació de pobresa i vulnerabilitat extrema (derivades de diferents entitats del barri). Totes han sigut molt actives en l'espai. En aquesta fase hem aconseguit que, dues dones més passin a ser associades del gimnàs a quota zero i realitzin activitat esportiva de manera diària.

També hem creat el grup de watshapp "Entre Dones", de lliure vinculació, com una xarxa de suport mutu que està generant relacions i vincles entre les participants.

Donada la bona acollida del projecte al barri del Raval volem consolidar l'"Entre Dones" com un espai referent del Gimnàs Social Sant Pau.

Escola de Salut, Comunitat i Vida.

"Escola de Salut, Vida i Comunitat", és un projecte per a la promoció d'hàbits de vida saludables. Un projecte mitjançant el qual es vol garantir una vida sana i benestar per a totes les persones, independentment de la seva situació socioeconòmica i vital.

Les desigualtats socials en l'accés a la salut, ja sigui en funció de la posició social, el gènere, el nivell socioeconòmic, l'estat migratori, la classe social o l'edat, existeixen en les nostres realitats actuals. Aquestes desigualtats incrementen el risc de tenir comportaments poc saludables, menys informació sobre aspectes relatius a la salut i

menys accés als serveis i a les prestacions de salut. En definitiva, on hi ha desigualtat, hi ha pitjor salut.

Mitjançant l'Escola de Salut lluitem per canviar la màxima que diu que les persones en situació de vulnerabilitat extrema tenen una absència de salut. I no és perquè aquests col·lectius es caracteritzin per malalties específiques, sinó per la manca d'hàbits saludables i la manca de recursos disponibles per canviar-los: manca d'accés a espais per a fer exercici, fisioteràpia o teràpia amb professionals; manca de coneixement sobre dietes saludables; espais per mantenir una higiene adequada; o el desconeixement del dret a anar un centre mèdic.

D'aquesta manera, la voluntat d'aquest projecte és trencar amb la barrera de la desigualtat social que impedeixen l'accés, en igualtat d'oportunitats i condicions, a activitats que millorin i eduquin en l'adquisició d'hàbits de vida saludables, com a part indispensable per gaudir d'una salut plena.

És per això que, juntament amb la Cooperativa Brotes, hem creat un espai on cuidar la nostra salut no sigui un privilegi sinó un dret.

Des d'aquesta perspectiva, des del setembre, l'Escola de Salut ofereix un programa d'activitats on es vol educar en estils de vida saludable mitjançant la combinació d'una correcta i ordenada alimentació, la pràctica de l'exercici físic regular adaptat a cada persona, la prevenció de lesions, i el desenvolupament de dinàmiques de benestar emocional. Algunes de les activitats programades han estat:

- Respira i reconnecta
- Taller de fonaments del moviment i l'exercici físic
- Tonificació
- Esquena Sana
- Ioga
- Parlem amb una dietista integrativa
- Activitat de benestar emocional

Dones i esport. Una visió de gènere

Des dels inicis de l'activitat esportiva, el Gimnàs Social Sant Pau sempre ha tingut cura per desenvolupar activitats orientades a col·lectius específics per a garantir el dret a millorar el benestar i la qualitat de vida de totes les persones en igualtat de condicions.

En aquest sentit, un dels col·lectius amb els que sempre hem tingut especial atenció ha sigut el de les dones.

L'esport és un dret fonamental i una eina potent per enfortir llaços socials i promoure el desenvolupament sostenible i la pau, així com la solidaritat i el respecte a totes les persones. Tot i així, encara existeixen col·lectius on l'accés a aquest dret no es fa en igualtat d'oportunitats, com és el cas de les dones.

La participació de la dona a l'activitat física i l'esport és minoritària en comparació amb la dels homes. L'origen d'aquesta desigualtat de gènere prové de múltiples factors, entre els quals podem destacar els socials, que estructurin la vida quotidiana i que reforcen i promouen les diferències d'estil de vida i les desigualtats entre les persones.

A més, l'Agenda 2030 pel Desenvolupament Sostenible aprovada el 2015 aposta explícitament per l'empoderament de les dones, i ha establert un full de ruta per aconseguir la igualtat en l'àmbit de l'esport.

Des d'aquesta perspectiva, aquest any hem desenvolupat el projecte "Dones i esport. Una visió de gènere", gràcies al suport de l'Ajuntament de Barcelona. A través d'aquest projecte hem creat un espai de confiança i segur basat en la igualtat i el respecte, hem promocionat l'esport en igualtat de condicions i accés i hem apostat per programar activitats esportives que tinguin en compte els cicles de vida de les dones.

Al finalitzar el 2024 hem aconseguit augmentar fins el 34% el nombre de dones associades al Gimnàs Social Sant Pau, practicant activitat esportiva amb regularitat, tant amb entrenaments específics a la Sala Fitness, com participant de les nostres activitats dirigides.

Col·laboració amb el CAP Raval Nord

Al 2022, en els primers contactes que vam mantenir amb els professionals del CAP Raval Nord, vam copsar una mancança greu a la nostra societat: tenim ciutadanes que no tenen accés al Sistema Sanitari Públic per diferents motius.

Per això, des del març del 2023, cada divendres venen un equip de professionals del CAP Raval Nord (administrativa, infermera i metgessa) per atendre a les nostres usuàries del Servei de dutxes, canvi de roba i repartiment d'àpats. Hem de dir, que per l'objectiu del projecte, la figura més important és l'administrativa, ja que a banda de fer unes primeres cures o bé traslladar-los al CAP per atendre'ls, se'ls ajuda a fer-se la targeta sanitària o, en cas que no sigui possible fer-la per motius tècnics, se'ls registra i

se'ls assigna una metgessa i infermera, per a què puguin accedir amb normalitat al CAP sempre que ho necessitin.

Estem molt contents d'aquest projecte ja que la gran majoria de les nostres usuàries, quan tenen problemes de salut, van directament al CAP i no s'esperen al divendres.

A més és un projecte que aquest 2024 s'ha consolidat i moltes persones que no són usuàries del nostre servei, venen el divendres a visitar-se amb les professionals del CAP. Les xifres així ho demostren: durant el 2024, s'han atès i generat targeta sanitària a 268 persones.

● Suport a persones migrades

Des del 2022 ajudem a persones migrades a regularitzar la seva situació administrativa per a viure en condicions d'igualtat a la nostra societat i puguin gaudir dels mateixos drets i deures que totes nosaltres.

Concretament, gràcies a la subvenció ACOL del Servei d'Ocupació de Catalunya que ajuda a pagar les despeses de les contractacions durant un any i al suport tècnic que les hem prestat, aquest 2024 dues persones han pogut regularitzar la seva situació administrativa al nostre país, i això vol dir, per exemple, que després de 6 anys una d'elles ha pogut anar a visitar a la seva família i amics al seu país d'origen.

També volem posar en relleu que, gràcies a l'evolució positiva del projecte, hem pogut incorporar a la plantilla a una d'aquestes dues persones.

● Musclelem el Català

Al Gimnàs Social Sant Pau vetllem perquè el català sigui la llengua d'ús per defecte, tant en els usos interns com externs, i ho fem mitjançant dos tipus d'accions: les destinades al personal laboral i les destinades a les persones usuàries i associades.

Com a cooperativa de treball som conscients que tenim un paper important per promoure l'ús de la llengua catalana, ja que les nostres activitats tenen un impacte rellevant en diferents àmbits (social, laboral i/o econòmic), així com també en diferents col·lectius i agents socials.

Aquest any, gràcies al suport econòmic del Departament de Cultura de la Generalitat de Catalunya, hem desenvolupat el projecte "Musclelem el Català" a través del qual fomentem i potenciem l'ús de la llengua catalana en tots els nostres serveis, tant en usos interns com externs.

Així doncs, utilitzem el català en els espais informals i promovem entre les persones els diferents recursos formatius que hi ha a la ciutat de Barcelona per aprendre el català, sobretot d'entitats concretes com la Fundació Bayt al-Thaqafa, Diàlegs de Dona o el Centre de Normalització Lingüística de Barcelona.

Per altra part, també sensibilitzem a les persones participants del gimnàs sobre el valor de la llengua catalana per a la seva integració social i laboral. Fomentem el coneixement del català en els diferents àmbits de la vida (consecució i manteniment d'una feina, interacció amb les administracions públiques i amb els agents educatius dels seus fills i filles, etc.).

El que volem és visualitzar la importància del català com una eina més dins dels processos d'inserció social i incorporació laboral, i fer de la llengua catalana un punt de trobada de la diversitat social, ètnica i cultural que permeti contribuir a l'arrelament i la cohesió social.

4.- Col·laboracions

El nostre projecte no té sentit sense l'acompanyament i el suport de les entitats. La col·laboració, escoltar les necessitats del barri i adaptar-nos a elles, és l'ADN del projecte. Però també el suport anímic, econòmic, de material, etc. és indispensable per a què el nostre projecte tiri endavant.

És més, ho diu la nostra història: probablement el Gimnàs Social Sant Pau no estaria viu a dia d'avui si no fos pel recolzament que va donar el barri quan l'especulació ens volia fer fora per fer pisos de luxe, o quan el novembre del 2023 no teníem tresoreria i entitats i persones a títol individual van participar en la caixa de resistència que va permetre pagar part dels sous de les treballadores i els impostos.

I per fer-ho vol dir cafès, trobades, reunions, visites, assistència a actes, participació a taules comunitàries, etc. Però també vol dir posar-nos a la seva disposició per tal de recolzar, col·laborar, etc. amb els seus projectes i/o amb les seves sòcies i/o usuàries. Per això adaptem horaris i activitats o bona part de les persones quota zero ens venen derivades d'entitats o ajustem preus per poder oferir un bon servei esportiu a les sòcies d'entitats o cedim el local o ... I és que un dels nostres objectius es esdevenir el recurs comunitari esportiu del barri.

Per generar xarxa i ajudar a millorar el dia a dia dels nostres veïns i veïnes, participem activament en diverses Taules comunitàries, òrgans de consulta i espais i processos de participació del consistori. També volem destacar que aquest 2024 hem entrat a formar part del Patronat de la Fundació Tot Raval. Espais on hem participat:

- 1-Audiències Públiques
- 2-Consell de Barri del Raval
- 3-Consell de l'Esport de Ciutat Vella
- 4-El Pacte per Ciutat Vella (on som membres de la comissió de seguiment del Procés participatiu)
- 5-Patronat de la Fundació Tot Raval
- 6-Plenària de Salut Comunitària
- 7-Taula de la Dona del Raval
- 8-Taula comunitària dels Jardins de Rubió i Lluch, Plaça Fleming i la Plaça de la Gardunya

A nivell sectorial i de sector econòmic treballem en intercooperació:

- Ajuntament de Barcelona
- Aquaservice
- Barcelona Activa

- Coop57
- Diputació de Barcelona
- Fundació Seira
- Fundació Ferrer Sustainability
- Fundació La Caixa
- Fundació Tot Raval
- Generalitat de Catalunya
- La Tostadora
- Petits comerços de barri
- SEPRA
- ...
- I moltes persones que ens han fet donacions.

A nivell territorial hem presentat el projecte i/o treballem en intercooperació amb:

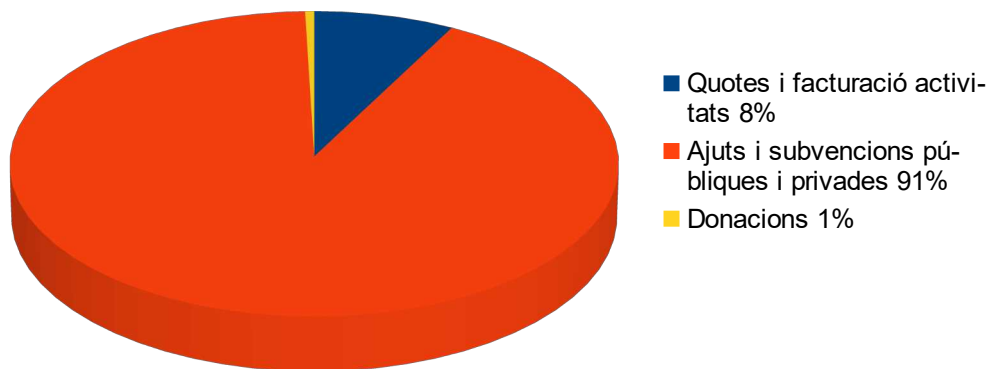
1. ADSIS
2. Antiga Massana
3. Associació de Famílies Monoparentals
4. Associació Esportiva Ciutat Vella
5. Associació el Cedre
6. Associació de Veïns del Raval
7. Associació Iniciatives Solidàries
8. BCN en Comú
9. Barcelona Actua
10. CatNova
11. Caritas
12. Can Ricart
13. Cap Raval Nord
14. Casal dels Infants del Raval
15. Casal Joves Casc Antic
16. CEAR
17. Centre d'Estudis Africans i Interculturals (CEAi)
18. Club Lleure Esport
19. Col·lectiu de Dones Filipines
20. Col·legi Episcopal de Lleida
21. Complex Esportiu Tot Rivera
22. Cooperativa Brotes
23. ERC
24. Fem Sant Antoni
25. FesPadel

26. Fundació Amb Tu
27. Fundació Àmbit Prevenció (CRD-Robadors)
28. Fundació Arrels
29. Fundació Bayt-Al-Thaqafa
30. Fundació Claror
31. Fundació Gavina
32. Fundació Iniciatives Solidàries
33. Fundació Nous Cims
34. Fundació Roure
35. Fundació Surt
36. Fundació Tecnocampus-UPF
37. Fundació Tot Raval
38. Habitat 3
39. IGOB
40. Impulsem
41. Junts per CAT
42. KN60lab
43. Lloc de la Dona
44. Metzineres
45. Ocell de Foc
46. Panteres Grogues
47. Partit Popular
48. Ràdio Actius Poble Sec
49. Residents Mira
50. Secretariat d'Entitats de Sants, Hostafracs i la Bordeta
51. Servei Integral Meridiana
52. Síndic de Greuges de Barcelona
53. Shotokan Barcelona JKA
54. Xarxa Veïnal del Raval

5.- Les nostres dades econòmiques

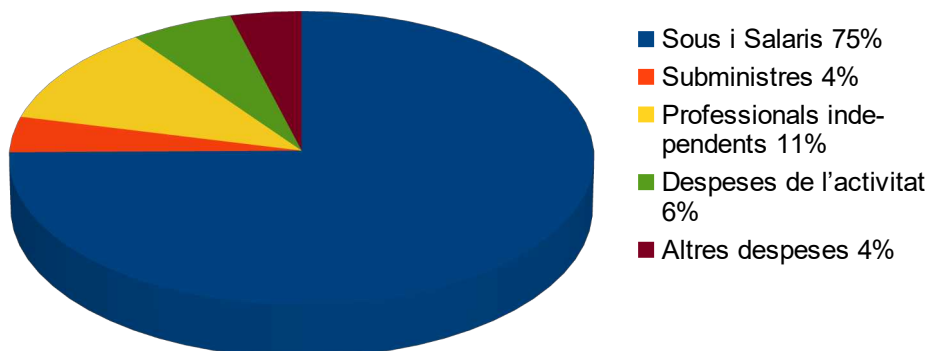
Ingressos

401.773,27€



Despeses

364.993,75€



Annexos: Dossier de premsa



Gener

- 16 de gener – EL PERIODICO
<https://www.elperiodico.com/es/sociedad/20240116/duchas-gimnasio-sequia-medidas-emergencia-barcelona-95752611>
- 3 de febrer – PRONTO
<https://www.pronto.es/noticias-del-corazon/noticias-emotivas/gimnasio-social-barcelona-integra-personas-hogar-58935.html#image1>
- 3 de març - RÀDIO ACTIUS
<https://radioactius.org/2024/03/03/anem-al-gimnas/>
- 13 de març – 3CAT
<https://www.ccma.cat/3cat/professionals-datencio-primaria-reclamen-mes-recursos-per-atendre-persones-sense-llar/noticia/3281775/>
- 25 de març - EL PERIODICO
<https://www.elperiodico.com/es/sociedad/20240224/rostros-sequia-catalunya-98521922>
- 19 d'abril- TOTBARCELONA.CAT
<https://www.totbarcelona.cat/societat/comencen-obres-convertir-gimnas-sant-pau-habitatge-social-499860/>
- 5 de juny - DIARI ARA
https://www.ara.cat/societat/emergencia-social/fundacio-raval-organitza-ronda-financament-ajudar-tres-projectes-socials_1_5049381.html
- 6 de juny – PUBLICO
<https://www.publico.es/sociedad/renovado-gimnas-social-sant-pau-sera-abierto-barrio-generara-sinergias-36-pisos-alquiler-asequible.html>

- 5 de juny - LA VANGUARDIA

LA VANGUARDIA 33

El Raval capta fondos para proyectos sociales



El acto para recaudar fondos tuvo lugar en el Liceu

REDACCIÓN Barcelona

La Fundació Tot Raval ha puesto en marcha una campaña para la captación de fondos para proyectos sociales. Se trata del Cercle de Suport #Sumapela 2024, que presentó ayer, en un acto celebrado en la sala de los espejos del Gran Teatre del Liceu, tres proyectos dirigidos a mejorar las condiciones de vida de las mujeres del Raval. El acto consistió en una breve presentación de los proyectos seleccionados seguida de dos rondas de donaciones a mano alzada. La iniciativa de la Fundació Tot Raval, con el apoyo de The Funding Network y la Asociación Española de Fundaciones, es la primera vez que se lleva a cabo en Catalunya.

Los tres proyectos, seleccionados tras una convocatoria a las entidades del Raval que se lanzó en marzo, son Cosim Comunitats, Dissenyem el Futur, de Diàlegs de Dona, costura, patronaje y confección con perspectiva comunitaria; Entre-Dones, del Gimnasio Social Sant Pau, que ofrece actividades que mejoran la calidad de vida de mujeres en situación de vulnerabilidad, riesgo de pobreza extrema y sin hogar o en recuperación de una patología física, y Equitat Menstrual, del Casal dels Infants, Fundació Gavina, AEI Raval, Centre Socioeducatiu Raval de la Fundació Pere Tarrés y la dinamización de Tot Raval, que ofrece a las jóvenes productos para el cuidado menstrual y acompañamiento y formación a ellas, sus familias y educadoras. ●

- 14 de juny - EL PUNT AVUI

30 Miradors

EL PUNT AVUI
DIVENDRES, 14 DE JUNY DEL 2024

MIRADOR

Jordi Bordes



L'himne del Raval, al vestíbul del Liceu

Hi ha detalls que passen despercebuts a l'onada de turistes que baixen per la Rambla i a la premsa de l'actualitat més punyent (aquest any, la font de Canaletes ha quedat bastant orfena dels triomfs del Barça) però que són rellevants en el batec més íntim del Raval. Potser mai obriran un telenotícies, però fan viable la Barcelona de les persones: s'escapen dels titulars però basteixen el dia a dia del veïnat (d'un barri que pateix la pressió de la gentrificació a conseqüència d'un turisme aclaparador). Sota la crosta, de moment, continua havent-hi vida.

Fa uns dies, la Fundació Tot Raval va convocar uns 200 filantrops de la cultura i de projectes socials aparentment insignificants però que ajuden a articular la prosperitat de persones d'un dels barris més poblats d'Europa. En aquest 1,1 quilòmetre quadrat d'extensió, on hi viuen 48.688 persones de 40 nacionalitats, hi ha instal·lat el Liceu. L'equip directiu actual de l'equipament reconeix que el gran teatre d'òpera, amb una portalada ufanesa a la

Rambla, en realitat ha donat l'esquena al Raval durant dècades. Com si mirés de tancar aquesta realitat socialment als límits, d'escapar-se'n sense mirar quin panorama deixava enrere. Hi ha hagut un canvi radical d'aquesta mirada a partir de l'òpera comunitària *La gata perduda* (2022). El nou president de la fundació, Jordi Farrés, ho celebrava en l'activitat #sumapelaRaval. Un grup de cantaires d'aquella obra acabava d'interpretar un parell de temes de l'òpera, que s'ha convertit en "l'himne del Raval". I ho havia fet a les escales de marbre que donen al vestíbul.

La campanya de captació de fons per a projectes que volen empoderar les dones del barri amb tres propostes ben diferents va recollir, en dues hores d'una insòlita subhasta, fins a 39.050 euros. Encara pot augmentar la xifra fins al 30 de juny, que es tanca la captació solidària. És el primer cop que es fa una iniciativa d'aquestes característiques a Catalunya, segons Tot Raval (on els sopars solidaris, les loteries, les "files zero" o les maratons de



Jordi Farrés, mentre la coral fa la interpretació, el dimarts 4 de juny a l'11.8.

mostren que hi ha predisposició a ser empàtics amb les propostes que s'enginyen fórmules per trobar l'empatia ciutadana a projectes socials). Amb el suport de The Funding Network i l'associació estatal de fundacions, es va celebrar el 4 de juny al Saló dels

Miralls, presentat per la periodista Gemma Nierga i la cupletista i activista social del Raval Brigitta Lamoure.

Tot Raval va triar tres de les 30 propostes plantejades. L'associació intercultural Diàlegs de Dona ha propiciat la creació d'un taller

de costura per a companyes cosidores del barri: tenir una sortida al món laboral els aporta independència. Al Gimnàs Social Sant Pau "un 30% dels socis no paguen quota i gaudeixen de les mateixes condicions que els altres usuaris". Ara l'Entre Dones vol consolidar un grup de gimnàstica per a dones. A través de l'esport es busca recuperar l'autoestima personal. El gimnàs també acull col·lectius sense llar. A Bar-

El Liceu ha alimentat històricament el gaudi cultural. Ara també transforma el barri

celona hi ha diàriament 1.400 persones dormint al carrer o en infrahabitatges, i un 20% són dones. Dormir al carrer vol dir assumir violència, proclamava la directora del gimnàs, Lara Cáceres, en una sala carregada de daurats. Per acabar, el projecte Equitat Menstrual és un espai educatiu per a joves per socialitzar la menstruació i rebre material higiènic. Compartir informació és una eina clau per a la integració. El Liceu ha alimentat històricament el gaudi cultural. Ara també transforma i conviu amb el barri.

CRÍTICA

Cesca Castellví Llavina



La paraula de Tàpies Barba, llavor i pinyol

La llum deshabitada és el flori- legi que reuneix, per primera vegada, una mostra significativa dels vuit llibres de poemes d'Antoni Tàpies Barba (Barcelona, 1956). A la primera dels setanta detona la veu poètica del barceloní. El primer templeig líric, Siboc (1973), és una aventura formal amb ecos brossians. Els primers poemes exploren la dimensió gràfica de la paraula, el potencial del calligram, i recullen, també, alguna temptativa metafísica. Ja hi trobem, però, alguns elements bàsics de la seva poètica, que des dels inicis han adobat l'univers simbòlic de l'autor a la manera dels símbols mironians: l'arbre, el vent, l'aigua, la fronda, el soplisc dels astres del firmament. Hi destaquen també algunes de les qüestions que travessaran per sempre la consciència del poeta: la dialèctica de la fosca i de la llum, els processos de l'escritura, el poder fundacional de la paraula, l'abisme fèrtil del silenci, els relleus i la fecunditat de l'absència.

Als llibres que segueixen Siboc, la indagació formal s'exemplifica: l'obra espleta aleshores en sonets,

estructures lliures, petits poemes en prosa. La veu creix, l'arrel del símbol s'apregona. A *Les danses d'u* (1975), la llum crepuscular, el mirall i el misteri de l'aigua aprofundeixen l'enigma de la consciència: "No sabem fins a quin punt / som reals o aparenques que un altre somia". Tàpies Barba fa transcendir els elements del món: cantant-ne la magnitud i el secret sensibles, aconsegueix distingir-los amb una aura sacra que els fa reverberar amb beslums abstractes. En aquesta poesia, el jo és arrossegat per la força dels elements (el vent, l'arbre) en els quals s'encarna, que l'expliquen i en projecten la complexitat a través de la seva pròpia fondària: "Has passat davant meu com un vent de record / sense alçar l'eixuta pols del camí", "i veuen com el seu cos es transmuta, / com l'arbre forcat pel llamp i pel vent".

L'autor va component una cosmogonia consistent, un ordit de terra i d'univers al servei de la reflexió sobre el temps, l'origen de la vida o la força generadora dels contraris, que perfan l'harmonia del món. Així, només la foscor és



La llum deshabitada. Antologia (1973-2022)
■ Autor: A. Tàpies Barba
■ Editorial: Pagès Editors
■ Pàgines: 201

capaç d'esmlar el prodigi de la claror: "mirada que retorna de la nit / com una espasa lúcida de metall resplendent". La llum no incideix sinó en la fosca, a la manera d'una arma afilada: "i els va ferint el dard lluent dels astres", "els teus llavis com un coltell de llum / que il·lumina la meua carn nocturna" [les cursives són meves].

Al centre de l'univers de Tàpies Barba, la reflexió sobre la paraula, llavor i pinyol de la seva poètica. Tal vegada perquè és a la paraula que devem l'impuls cosmogònic primer, que posseeix la força creadora de tot plegat: "No hi ha res fora de la paraula", escriu a *El sedàs de la nit*. És, de fet, en la nit, "en la calma nocturna, / quan la tendra llavor de la paraula / germina i es prepara per a la vida / absorbint l'aigua des de la fondària", escriu evocant els versos de Pavesse que reconeixen, paral·lelament, la fertilitat fonda del verb: "tu non attendi nulla / se non la parola / che sgorgherà dal fondo / come un frutto tra i rami". L'autor canta la transcendència i la puresa del mot, sense oblidar-ne mai la qualitat encarnada, mundana: "No hi ha paraules si no és en les coses". El mot, com el jo del poeta, esclata i brilla a través de la matèria del món, a la vegada que el substantiu i en dibuixa els relleus: "les paraules van caient, com engrunes de terra, sediments del record"; però l'ésser i l'existència: "Llettra darrere llettra vas encerclant la vida".

El procés de l'escritura, que el

poeta associa al cicle elemental de la vida, és matèria de reflexió a *L'escrivent* (1999). En aquest procés, a l'extracció de la paraula "com el primer gemic d'un nadó" segueix l'asfíxia i la gravetat del carboncel *tristíssim del silenci*. Silenci, que, al capdavant i com la fosca, acaba revelant un poder generador: "Sents el silenci fred i terrible de l'absència, que alimenta les tendres quimeres de l'escrivent". Malgrat l'abast de la memòria i el llast del record, la poètica de Tàpies Barba afirma l'esdevenidor amb un vitalisme serà: "No oblidis mai que escrivim pel futur".

Entre el primer i l'últim llibre, la veu ha madurat: els elements de l'univers del barceloní s'han anat fent cada vegada més gràvids (o més lleugers); però, de Siboc (1973) a *El faedor de reis* (2022), llur matèria fonamental sembla mantenir-se intacta. I, si en un dels poemes que obren l'antologia el jo duia "pols lunar a les cel·les", a les acaballes del recull "una lluna de talc avança a les palpetes". La matèria dels astres, com el satèl·lit que ens encercla, ha fet prova de perennitat.

- 1 de juliol – XARXANET
<https://xarxanet.org/social/noticies/el-gimnas-social-sant-pau-necessita-ajuda-0>
- 8 de juliol – Diari EL RAVAL

