



tercera etapa 2005 n° 73

editorial

L'UITP (Unió Internacional del Transport Públic) va celebrar el seu 56è Congrés Mundial els passats dies 5 a 9 de juny, a Roma.

En l'esmentat Congrés es va formalitzar el "Manifest de Roma" sota el lema: «El transport públic és mobilitat per a tothom».

Reproduïm íntegrament el seu contingut, ja que creiem que és de gran interès:

L'UITP, Associació Internacional de Transport Públic, convida els dirigents polítics de tot el món a demostrar el seu compromís amb un sistema de transport públic potent.

Com a part integral del nostre teixit social, el transport públic augmenta l'accessibilitat al lloc de treball, als serveis, a l'educació i a l'oci.

Mentre les àrees urbanes continuen creixent i patint els problemes de la contaminació i de la densitat del trànsit, el sistema de transport públic, massa sovint, no respon a les necessitats dels ciutadans.

Per tant, l'UITP fa una crida als dirigents locals, regionals i nacionals perquè implementin polítiques que prioritzin el transport públic, reconeixent aquestes millores com a catalítics per al creixement, potenciant el desenvolupament econòmic i social, i minvant l'impacte mediambiental.

Per a aconseguir-ho, hem de:

Distribuir l'espai urbà d'acord amb el nombre de viatgers en lloc del de vehicles

Els vehicles privats són importants tant per als particulars com per a les empreses, però hi ha d'haver un equilibri en el repartiment de recursos entre el vehicle privat i el transport públic. S'ha de dedicar al transport públic un espai suficient per garantir la rapidesa i la fiabilitat dels viatges, factors clau del seu atractiu i de la seva eficiència.

Preu equitatiu per a cadascuna de les opcions de transport

Cada usuari ha de pagar pel cost econòmic i mediambiental que genera, així com per la congestió i la contaminació. Aquest és un requeriment essencial per a la sostenibilitat a llarg termini. Això millorarà de manera immediata la densitat de trànsit, reduirà la contaminació i augmentarà el benefici comercial derivat del transport públic.

Pla coordinat de l'ús del sòl i transport

És imperatiu que el transport públic sigui considerat des de una perspectiva més ampla, a nivell local, regional i internacional. Planificar polítiques que integrin l'ús del sòl i les necessitats de mobilitat ajudarà a configurar comunitats més habitables.

Proporcionar drets bàsics

El sistema de transport públic ha d'organitzar-se per tal de maximitzar la inclusió social i de proveir la majoria de viatgers d'opcions de mobilitat sostenible. Això significa que el sistema sigui segur, fiable, convenient i satisfactori, i que cal donar la suficient informació al viatger perquè aquest el pugui utilitzar amb efectivitat.

Consolidar inversions en transport públic

És necessària la inversió significativa i sostinguda per reeixir en el ple desenvolupament dels sistemes de transport públic. El benefici econòmic és immediat: com més efectiva i enèrgica sigui la gestió, més eficients seran l'ús del transport i de l'espai, i hi haurà més igualtat d'oportunitats de treball per a tots.

El sector del transport públic continuarà treballant per aconseguir la més alta qualitat en els serveis d'autobús i metro, i buscant una complicitat activa amb els dirigents polítics per tal d'implementar aquestes crides a l'acció.

Hora Punta



**Nous Autobusos
de gas s'incorporen
a la flota de TMB**



**Nous trens per al
Metro de Barcelona**



**XIV Congrés de
l'Asociación Española
para la Calidad (AEC)**



La Intranet. Més preventiva



Socorristes de TMB



 Nous Autobusos de gas s'incorporen a la flota de TMB	3
 Nous trens per al Metro de Barcelona	6
 TMB va assistir els dies 10 i 11 de juny al XIV Congrés de l'Asociación Española para la Calidad (AEC) a Saragossa	10
 Crónicas propias del XIV Congreso de Participación y Mejora	12
 Obres a Sagrera per a la construcció d'un nou intercambiador	16
 La Intranet Més... Preventiva	18
 El CON de Ponent	22
 Socorristes de TMB	25
 ¡Tu puedes saalvar una vida!	28
 Exposición Tranviaria	30
 Sant Aniol d'Agujes y El Salt del Brull	32
 Feliç Aniversari	35
 Para Alberto	36
 Final de Trayecto	37
 Mots encreuats (solucions al número anterior)	38
 Mots encreuats	39

Direcció de la revista H.P.:
Eladio de Miguel Sainz

Coordinació de l'edició i assessoria redaccional:

Consell de Redacció

Rufino Alonso Fernández (Roquetes),
Maria Dolores Álvarez Arranz (Santa Eulàlia),
Diego Balsera Rodríguez (Gerència L-1),
J. Antonio Crespo Fernández (Zona Franca I),
Manel García Andreu (Horta),
Margarita Latorre Pelegrín (Santa Eulàlia),
Isabel León Montero (CRT),
Manuel López Rodríguez (Triangle),
Jordi Orta Roca (Santa Eulàlia),
Angeles Rodríguez Coto (Santa Eulàlia)

Col·laboradors nº 73:

Josep Ariño
Angeles Vidondo
Juan Antonio Medina
Eduard Oliver
Unitat de prevenció de Riscos Laborals
Carlos R. Mariño
Antoni Calzada
Joan Carles Oller
Xavier Abajo
Sandra Villanueva
Isabel Lajas
NOIRRAS

Edició: Comunicació Interna

Producció: Autoedició

Disseny i Maquetació: Susana Domínguez

Impressió: Nivell Gràfic

Nº 73: Juliol 2005

Tirada: 11.000 exemplars



NOUS AUTOBUSOS DE GAS S'INCORPOREN A LA FLOTA DE TMB

TMB està incorporant 90 nous autobusos propulsats amb gas natural comprimit (GNC), energia considerada com una ferma alternativa als combustibles derivats del petroli., perquè redueix l'emissió de contaminants a l'atmosfera i el nivell de soroll.

TMB acredita els seus autobusos com a vehicles respectuosos amb el medi ambient

Aquesta iniciativa s'inclou dins la política de millora ambiental que manté TMB, la primera empresa de les seves característiques que va obtenir la certificació ISO 14001 que acredita els seus autobusos com a vehicles respectuosos amb el medi ambient.

El gas natural és el combustible fòssil menys contaminant pel que fa a les seves emissions i, per tant, el seu ús en el transport urbà de superfície contribueix a reduir el grau de contaminació de les ciutats i el converteix en una alternativa als combustibles derivats del petroli.

El gas natural no conté plom ni diòxid de sofre: no genera cendres ni residus sòlids, i amb les noves motoritzacions es redueix en un 90% les emissions d'ò-





xids de nitrogen i de monòxid de carboni. A més a més, suposa un major confort per al vehicle, ja que disminueix les vibracions i el soroll generat.

A TMB ja hi havia 70 autobusos de gas natural que, amb els 90 que s'incorporen ara, fan un total de 160 en una flota d'aproximadament 1.000 vehicles.

TMB disposa d'una estació d'aquest combustible a les seves cotxeres de Zona Franca, que serveix per a fer-ne la provisió de vehicles que utilitzen gas natural. La instal·lació, que ha estat realitzada per Gas Natural SDG, és del tipus de càrrega ràpida i, a més, permet recuperar el gas sobrant i reenviar-lo a la xarxa de distribució de gas natural.

Nous Autobusos per a la xarxa de TMB

Els nous vehicles de GNC (50 autobusos articulats IRISBUS-IVECO, 20 estàndard IRISBUS-IVECO i 20 estàndard MAN) , formen part dels 145 autobusos nous que s'han adquirit per renovar la flota de TMB en el decurs d'aquest any 2005.

La compra, adjudicada a través d'un concurs d'ofertes, ha suposat una inversió total de 38'5 milions d'euros (més de 6.400 milions de les antigues pessetes). Concretament, la inversió per aquests 90 autobusos de GNC ha estat de 25'7 milions d'euros (més de 4.725 milions de pessetes).

Dels vehicles adquirits per TMB, 55 són de motor de dièsel i 90 són de gas natural comprimit. A primers d'any es van rebre 45 autobusos, tots ells dièsel, i

**La protecció
mediambiental
de la ciutat es
veu reforçada
amb la
incorporació
d'aquests
autobusos**

	BUS ESTÁNDAR		BUS ARTICULADO	
	GASOIL	GNC	GASOIL	GNC
IRISBUS IVECO	10 veh. (Noge)	20 veh. (Castrosua)		50 veh. (Castrosua)
EVOBUS Mercedes Benz	15 veh. (Evobus)		30 veh. (Evobus)	
MAN		20 veh. (Castrosua)		

ara s'han incorporat 90 autobusos més de gas natural. D'aquests últims, 50 són autobusos articulats propulsat amb GNC, i per les seves característiques constitueixen una novetat; a més, són els primers vehicles d'aquest tipus amb motor de gas natural comprimit que circularan a l'estat espanyol.

Els nous autobusos incorporen els darrers avenços tècnics, de confort i de qualitat, i contribueixen a l'accessibilitat de les persones amb mobilitat reduïda.

L'arribada dels nous vehicles permet continuar treballant per tal que l'any 2006 la flota d'autobusos de Barcelona estigui totalment adaptada, i que totes les persones, independentment de la seva situació de mobilitat, puguin utilitzar el transport públic per als seus desplaçaments. Així, la xarxa d'autobusos de TMB estarà adaptada en un 86% al llarg del 2005 i, per tant, només faltaran un 14% del total de la flota pendent d'adaptar per l'any 2006.

Hora Punta





NOUS TRENS PER AL METRO DE BARCELONA

Ja ha arribat el primer tren dels 39 combois que s'han encarregat per substituir i ampliar el servei de la línia 5, i ampliar el servei de les línies 2 i 3.

Els nous combois de metro disposen de 4 cotxes motors i 1 remolc. Cada cotxe compta amb 4 portes d'accés a cada costat, equidistants al llarg de tota la longitud del tren per possibilitar en un futur el tancament d'andanes.

Els cotxes es comuniquen entre si a través d'un passadís que permet el pas per l'interior, i disposen d'espais adequats per a persones amb mobilitat reduïda, d'aire condicionat integrat i de màxima insonorització interior.

S'incorporen els sistemes de protecció ATP-ATO i els sistemes d'informació en el tren: els vagons disposen d'anunciador visual i acústic d'estacions i de tancament de portes; existeix la possibilitat d'emetre informació sobre el servei des del tren, així com des del centre de control de Metro; i hi ha un intercomunicador en tots els pulsadors d'alarma.





Tanmateix, s'ha augmentat la seguretat dels trens amb sistemes de vídeo-vigilància, de detecció d'incendis i d'absorció d'energia davant d'un xoc.

Els controls del tren estan totalment informatitzats, i també disposen de 6 monitors per cotxe per a vídeo-informació.

Les caixes dels trens són d'alumini (reducció de pes), i respecte els trens convencionals d'acer s'ha aconseguit un estalvi energètic i una gran millora pel que fa a la corrosió.

Cal destacar els bogies bimotors d'alt confort, la suspensió pneumàtica i les rodes insonoritzades, el fre elèctric amb índex elevat de recuperació d'energia i la cadena de tracció electrònica d'alt rendiment a fi d'evitar al màxim les pèrdues amb producció de calor. La nova suspensió pneumàtica permetrà reduir l'impacte vibratori del tren sobre la via i, en conseqüència, el nivell de vibracions que es transmet a l'exterior.

Els trens s'han construït a la fàbrica que CAF té a Saragossa, excepte els bogies, que s'han realitzat a la factoria de Beasain (Guipúscoa).

El valor de la inversió en els 39 trens que formaran el nou material mòbil arriba a un total de 214 milions d'euros, amb un cost per unitat de 5.500.000 €.

Principals característiques dels trens s/5000

- Trens preparats per a la futura conducció automàtica, sense conductor
- Places assegudes per unitat de tren: 108 + 4 PMR
- Places de peu per tren: 815
- Total de places: 927
- Acceleració servei (m/s²): 1,0
- Desacceleració servei (m/s²): 1,2
- Desacceleració emergència (m/s²): 1,3
- Potència total (kW): 1.920 (4 x 120 kW per cotxe)
- Pes del tren: 164.550 kg

Millora freqüència Línia 5

33 trens nous per renovar la flota actual i ampliar la freqüència de pas de la Línia 5:

- 27 per renovació de flota i per a la millora de la freqüència
- 6 per a la prolongació Horta-Vall d'Hebron

Freqüència actual en hora punta: 3'04"

Calendari Línia 5

- 9 de maig de 2005: arribada del primer tren
- Maig-Juny de 2005: proves del primer tren
- Juliol-Agost de 2005: posada en funcionament del primer tren en hora vall
- Agost de 2005: arribada del segon tren
- Octubre de 2005: millora de la freqüència en hora punta: 2'51"; increment capacitat de transport: 8 %
- Octubre de 2005-Desembre de 2006: arribada de la resta de trens per substituir els actuals

Millora freqüència Línia 2

3 trens nous per ampliar el material mòbil i la freqüència de pas de la Línia 2.

Freqüència actual en hora punta: 3'52"

**Els nous trens
són garantia
d'un millor
servei**



Calendari Línia 2

- Setembre de 2005: arribada del primer tren per a la Línia 2; traspàs d'un dels trens actuals de la Línia 2 a la Línia 3
- Octubre de 2005: arribada del segon tren a la Línia 2; millora de la freqüència en hora punta: 3'30"
- Desembre de 2005: arribada del tercer tren nou per a la Línia 2; millora de la freqüència en hora punta: 3'17"; increment de la capacitat de transport: 13'5 %

Millora freqüència Línia 3

3 trens nous per ampliar el material mòbil i la freqüència de pas de la Línia 3.

Freqüència actual en hora punta: 3'28"

Calendari Línia 3

- Setembre de 2005: traspàs i adaptació d'un dels trens actuals de la Línia 2 a la Línia 3
- Gener de 2006: millora de la freqüència en hora punta: 3'13" (després de l'adaptació)
- Maig de 2006: arribada del primer tren per a la Línia 3; millora de la freqüència en hora punta: 3'05"
- Juny de 2006: arribada del segon tren nou per a la Línia 3; millora de la freqüència en hora punta: 2'57"
- Juliol de 2006: arribada del tercer tren nou per a la Línia 3; millora de la freqüència en hora punta: 2'50"; increment de la capacitat de transport: 19 %

Hora Punta

**La velocitat,
la regularitat
de pas i la
seva ampla
informació fan
del Metro una
peça destacada
de la xarxa de
transport
públic**



TMB VA ASSISTIR ELS DIES 10 I 11 DE JUNY AL XIV CONGRÉS DE L'ASOCIACIÓN ESPAÑOLA PARA LA CALIDAD (AEC) A SARAGOSSA

Aquest Congrés, que se celebra cada dos anys, en aquesta ocasió va tenir lloc a l'acollidora ciutat de Saragossa, a la seu de la Cambra de Comerç i d'Indústria.

El Congrés es va celebrar sota el lema: "La participación, caudal de mejora"

Aquesta trobada està destinada a l'intercanvi d'experiències entre empreses de diferents sectors, però amb una mateixa aposta per la qualitat i la millora contínua.

D'altra banda, la participació suposa, pel grup convidat, un reconeixement del bon treball realitzat.

Seguint el mateix format que a d'altres trobades, les sessions van ser eminentment pràctiques, i la major part del temps i del protagonisme hi va recaure en els propis Grups de Treball que havien realitzat els projectes.



Al llarg dels dos dies, el Congrés va aplegar representants de les següents empreses: RENFE, AMES, BSH (Balay, Bosch, Siemens, entre d'altres), RENAULT, CASA, CAJA INMACULADA, SEAT, PHILIPS, el grup PALAFOLS HOTELES i, per suposat, TMB, empresa del comitè tècnic organitzador. Les propostes van ser molt variades; com a mostra: CASA va presentar millores en la construcció aeronàutica (del nou Airbus), i CAJA INMACULADA, un sistema de mecanització en la gestió de xecs i pagarés.

TMB hi va estar representada pel Grup Carman (Material Mòbil Triangle Ferroviari) amb el seu projecte "Pines al Vol". Aquest projecte d'un utilatge per extreure les pines de fre dels autobusos va tenir una molt bona acollida al Congrés, i membres d'altres grups van manifestar el seu desig de veure'n en directe el funcionament (cal assenyalar que l'empresa MAN també ha manifestat el seu interès en l'utilatge).

El grup Carman es va mostrar molt participatiu al llarg del Congrés fent diverses aportacions i intervencions, a banda de la seva ponència, que va ésser molt comentada als passadissos.

Una vegada més, els membres de l'AEC van destacar la gran qualitat que acostuma a acompanyar als grups presentats per TMB, així com l'originalitat de les seves exposicions.

Dintre del programa, diverses empreses van explicar les seves polítiques de participació. En el nostre cas va ser el Sr. José Antonio Nuel qui, com a responsable de Sistemes de Participació, va explicar el nostre model.

El mateix dia 10, els participants van assistir a una recepció a l'Ajuntament de Saragossa, on el primer tinent d'alcalde va agrair l'elecció de la seva ciutat per a aquesta edició i va oferir un refrigeri de productes de la terra.

Tots els participants es van emportar d'aquest esdeveniment no tan sols el petit detall ofert per l'organització sinó, sobretot, la satisfacció del bon professional que se supera dia rere dia i posa a l'abast dels seus companys la seva experiència quan la veu reconeguda: un record que mai no perdran.



Juan Antonio Medina
Sistemas de Participació



CRÓNICAS PROPIAS DEL XIV CONGRESO DE PARTICIPACIÓN Y MEJORA

Primera jornada

Eran las 4 de la madrugada cuando con un ruido estridente sonó el despertador. De golpe me sobresalté: no asociaba el porqué de tanto alboroto a esas horas, pero una vez más el mecanismo de aviso no se había equivocado, era el día que debíamos viajar a Zaragoza...

Somos el **Grupo CARMAN**, un grupo de trabajo perteneciente a **TMB**, concretamente a Material Móvil del área de Autobuses (TB-C.O.N. Triangle). Nuestro proyecto, "PINCES AL VOL" (utillaje para la extracción de pinzas de freno en autobuses), fue elegido para representar un ejemplo de realizaciones prácticas en el **XIV CONGRESO DE PARTICIPACIÓN Y MEJORA (Zaragoza)**.

Eran la 5 de la mañana, hora de encuentro en la cochera del Triangle, desde donde partiríamos los cuatro componentes del grupo y los cuatro organizadores por parte de TMB. El vehículo con el que realizamos el viaje era un minibus MERCEDES-VITO cedido para tal evento por AUTOLICA.



Componentes del viaje, camino de Zaragoza. De izquierda a derecha: Martín, Sandoval, Roldán, Del Río, Pradas, Medina, De Miguel y Oliver.



Inicio de nuestra presentación, junto a la moderadora Lourdes Gil de Philips Ibérica.

Empezó el trayecto con aquella tensión propia al iniciar un viaje. A los pocos minutos ya se intuía que iban a ser unas horas muy amenas y divertidas hasta Zaragoza, no sólo por la comodidad que nos prestaba el magnífico vehículo de Mercedes, sino por el clima que reinaba en el interior del coche. Esto sirvió para que juntos nos tranquilizáramos ante la presentación que debíamos hacer, unido a la responsabilidad de dar a conocer nuestro proyecto y de representar la filosofía de Grupos de Trabajo que existen en TMB, frente a las numerosas e importantes empresas que se dieron cita en el certamen.

8:30 horas: ya se podía divisar la catedral del Pilar con el majestuoso río Ebro, con su nivel de agua más bajo de lo habitual debido a la sequía que este año está sufriendo el país por las escasas lluvias.

Hotel Romareda, 9 horas: ya con el tiempo cronometrado, un instante para echar un rápido vistazo desde el balcón a las vistas del estadio del F. C. Zaragoza "La Romareda" y, con los apuntes preparados, nos fuimos caminado. En cinco minutos escasos estábamos ante el Palacio de Congresos, donde haríamos la presentación. Después de abrir la sesión y atender la interesante actualidad empresarial en temas de calidad y mejora, vino el momento del café y con ello el preensayo para nuestra ponencia.

11:00 horas: todo el grupo Carman en sus puestos; parecía el inicio de la filmación para un "spot". Podíamos ver a Martín al control de las "Power-Point" y los clips de vídeo, a Roldán y Del Río en la mesa dispuestos a responder a las preguntas del público, y a mí mismo, Oliver, con el micrófono inalámbrico preparado para comentar las diapositivas. La moderadora hizo la introducción a nuestro proyecto: era la señal para iniciar la presentación. Todo transcurría con naturalidad en una sala donde el público estaba expectante y



En el Ayuntamiento de Zaragoza.



en silencio. Intuimos que el tema interesaba y, lo más importante, que iban comprendiendo nuestro proyecto y admiraban la sencillez y la eficacia del utillaje "Pinces al Vol".

Al finalizar la exposición llegó el turno de preguntas, a las que los ponentes del grupo situados en la mesa respondieron con eficacia y profesionalidad, dando por finalizada nuestra intervención. En el descanso posterior recibimos felicitaciones personales de ponentes pertenecientes a empresas como Renfe, Fecsa-Endesa, Seat...

Roldán, componente del grupo CARMAN ofreciendo un cirio a La Pilarica.



La primera jornada había concluido a modo de "prueba superada". Ya con mayor tranquilidad nos dirigimos al Ayuntamiento, donde fuimos recibidos por el teniente de alcalde, quien animó a las empresas y al personal presente a seguir esa línea ascendente en la calidad y la mejora, así como a colaborar en el entusiasmo que tienen todos los zaragozanos por ese gran evento que realizarán en el 2008 (EXPO ZH₂O).

Al salir del Ayuntamiento, visitamos la Basílica del Pilar, situada a escasos metros, para pedir que se cumplieran todos nuestros deseos.

Para acabar el día sólo nos quedaba ir a cenar. Juntos comentamos la exposición desde la visión de nuestros organizadores con resultado positivo, lo cual nos alegró, ya que era la opinión sincera de nuestros compañeros de tra-



El resto de componentes Oliver, Del Río y Martín, en la Plaza del Pilar.

bajo. El lugar elegido por Eladio de Miguel fue un restaurante en el centro de la ciudad.

Segunda jornada y vuelta a casa

De nuevo, pero esta vez como público, nos dimos cita en el Palacio de Congresos. Pudimos apreciar otros grupos de trabajo con proyectos muy interesantes y conocer el hacer de otras empresas en este ámbito. También hicimos algunas preguntas a otros ponentes para ampliar nuestros conocimientos respecto a futuros trabajos. Sobre las 14 horas, el teniente de alcalde de Zaragoza, con unas palabras, dio por clausurado el Certamen.

Por nuestra parte, se iniciaba así el viaje de vuelta. Esta vez comimos en el restaurante del hotel, y de nuevo volviendo a Barcelona recordamos los momentos agradables del viaje de ida.

Desde estas líneas, doy las gracias en nombre del grupo Carman a todos los compañeros que han colaborado para hacer posible que nuestro proyecto se diera a conocer, y agradezco esos dos días intensos que generaron un vínculo de amistad que siempre recordaremos.

Eduard OLIVER
Responsable Turno M. M.

Descanso, refresco y cambio de conductor durante el viaje.





OBRES A SAGRERA PER A LA CONSTRUCCIÓ D'UN NOU INTERCANVIADOR

La construcció de l'intercanviador Sagrera/Meridiana ha de suposar la creació d'un nou centre, on confluiran quatre línies de metro, que facilitarà la mobilitat de milers de persones cada dia.



L'actuació consisteix en la construcció d'un nou intercanviador que connectarà l'actual vestíbul de Garcilaso de la Línia 5 amb el d'Hondures de la Línia 1 en un mateix nivell, sense passadís d'enllaç. Tots els vestíbuls nous estaran adaptats a persones amb mobilitat reduïda. A més, desapareixeran, en ambdues línies, les andanes laterals, i només hi haurà una gran andana central, tant per a la Línia 1 com per a la Línia 5.

Aquest mateix intercanviador donarà servei a la Línia 9. A més, preveu la possible futura construcció d'una estació per a les línies C3 i C4 de RENFE.



Hem de recordar que Sagrera és una de les estacions amb més moviment de la xarxa de Metro: el passatge diari arriba a un total de 60.000 usuaris, i en hora punta a uns 6.000 viatgers.

La complexitat d'aquesta obra obliga a ser realitzada en diferents fases. Es calcula que la durada total de l'obra serà d'uns 33 mesos aproximadament.

La modificació de les andanes afectarà més endavant el servei de les dues línies i obligarà a realitzar algun tall en el servei a la primavera, en el cas de la línia 1, i a l'estiu, en el cas de les línies 1 i 5. Una línia alternativa d'autobusos cobrirà els trams que restin fora de servei.

Tancament d'accessos a l'estació de Sagrera

Des de l'1 de març, els dos accessos del carrer Garcilaso a l'estació de Sagrera que permeten l'accés a les lí-



nies 1 i 5 de Metro romanen tancats amb motiu d'aquestes obres.

Així doncs, l'enllaç de la Línia 1 a la Línia 5 es realitza per superfície des de la nova sortida del carrer Hondures (L1) fins a la nova entrada de Felip II (L5), que s'ha construït davant de la benzinera. I l'intercanvi de la Línia 5 a la Línia 1 es realitza des de la sortida de Felip II (antiga entrada i sortida de la Línia 5) fins al nou vestíbul del carrer Hondures.

Per tal de poder realitzar correctament els transbordaments d'una línia a una altra, els itineraris han estat degudament senyalitzats a través de camins pintats a terra acompanyats de senyals verticals.



Hora Punta



LA INTRANET MÉS ... PREVENTIVA

Una eina interactiva que contribueix a integrar la prevenció dins de la "cultura" de TMB.

Un nou "portal" reapareix des de començaments del present any, amb la idea d'integrar i satisfer les necessitats de divulgació i d'informació en matèria de Seguretat i Salut en el Treball, tot donant un nou impuls com a element que ens uneix a tots els empleats de TMB.

El fet és que les noves tecnologies posen al nostre abast eines com la Intra-Net, element eficaç per satisfer necessitats d'un coneixement integral que té la virtut de "connectar" amb un ampli grup de persones, tant des de les seves taules de treball, com des dels quioscos que tenim al nostre abast.

Així doncs, des del portal de la IntraNet, i des d'un accés directe en la pàgina principal, es pot accedir a diferents espais, que contribueixen a "fomentar la cultura de la prevenció", tot integrant els aspectes que ens involucren, ja des del marc legislatiu, a la nostra Unitat: **Seguretat en el Treball, Higiene Industrial i Ergonomia**.

I és des d'aquest convenciment que apareix aquesta eina, que ens possibilita la consciència per seguir mantenint dintre dels nostres àmbits unes adequades

Pàgina principal de la IntraNET de TMB, a on s'ha incorporat un accés directe a la Unitat de Prevenció de Riscos Laborals.

condicions de treball, tot fent una integració amb els principis bàsics **de la política preventiva de TMB.**

Amb aquest pas endavant, us invitem a “passejar” per les Actes dels Comitès de Seguretat i Salut, per la legislació que ens afecta en matèria preventiva, pels aspectes preventius en l'ús d'Equipaments, pels Cartells d'Informació, pels Plans d'Autoprotecció, per l'Observatori sobre l'Accidentalitat a l'Empresa, i pels Documents Formatius que ens faciliten un diàleg interactiu i l'evolució cap a la prevenció en el seu estat òptim, és a dir, la tendència a **l'accident zero.**

Les pàgines desenvolupen els següents apartats:

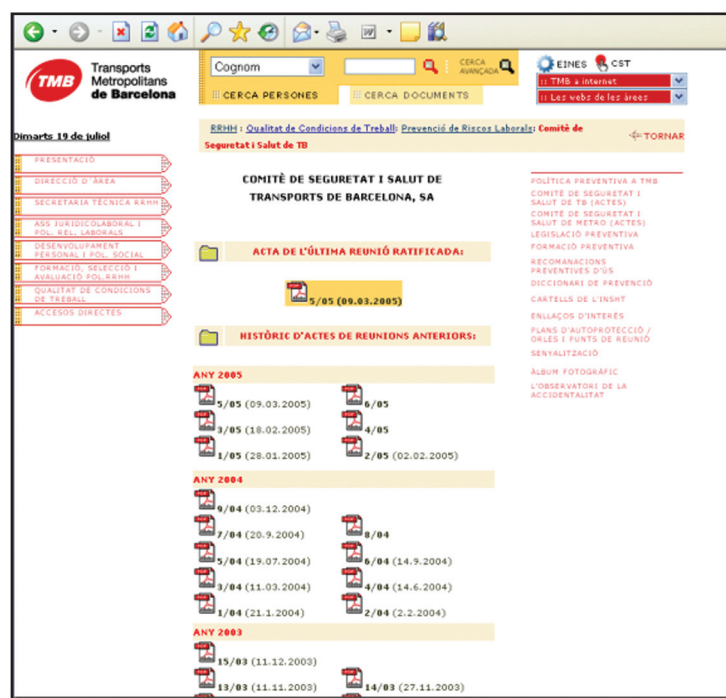
- Política Preventiva a TMB.
- Comitè de Seguretat i Salut (Actes de TB i M).
- Legislació Preventiva.
- Formació Preventiva.
- Recomanacions preventives d'Ús.
- Diccionari de Prevenció.
- Cartells de l'INSHT.
- Enllaços d'interès.
- Plans d'autoprotecció / Orles i Punts de Reunió.
- Senyalització.
- Àlbum Fotogràfic.
- Observatori de l'Accidentalitat.



Pàgina principal de la Unitat de Prevenció de Riscos Laborals.

Des d'aquesta pàgina podreu accedir al contingut de totes les Actes ratificades al Comitè de Seguretat i Salut de **Transports de Barcelona** i **Ferrocarril Metropolità de Barcelona**, des de l'any 2002.

Senyalada en un lloc destacat se n'inclou l'última. Clicant a sobre de les icones podreu guardar el document, imprimir-lo, etc.



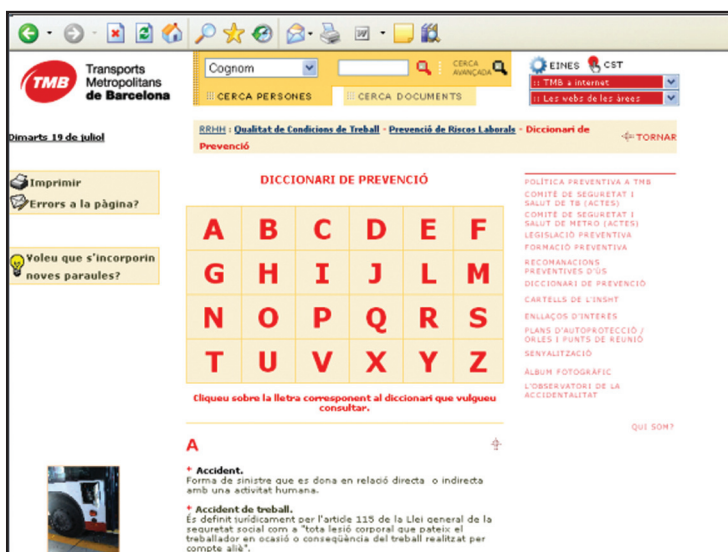
Pàgina dels Comitès de Seguretat de TB i de Metro.



Pàgina de Legislació Preventiva.



Pàgina de Formació Preventiva.



Pàgina del Diccionari de Prevenció.

Fent clic a cadascun dels vincles de la dreta, obtindreu les principals referències legislatives dintre de l'ordenament jurídic i distribuïdes per matèries com **Seguretat Laboral, Higiene Industrial i Ergonomia**.

També hi podreu trobar documents formatius classificats per matèries, al quals podreu accedir amb només un "clic"...

... I hi podeu consultar el Diccionari de Prevenció, a on queda reflectit el vocabulari més important en matèria preventiva.

A més, disposeu d'un enllaç perquè afegiu les paraules que vosaltres considereu que podem anar incorporant.

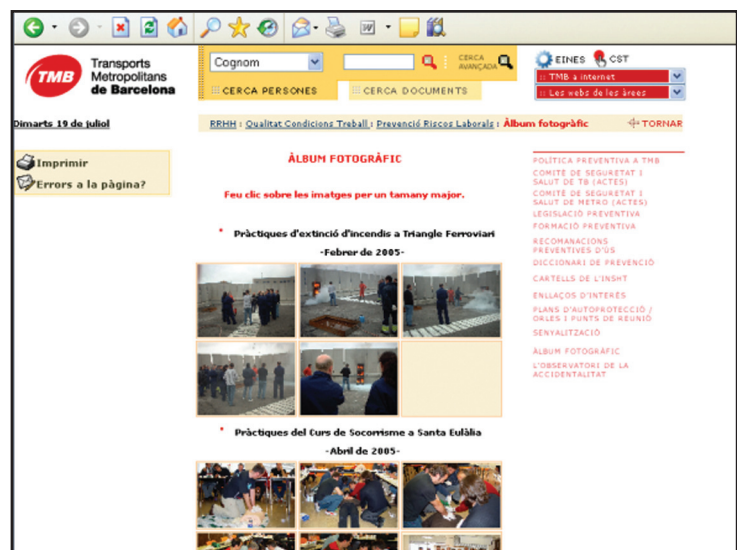
També disposeu d'una pàgina molt visual, a on hi ha integrats tots els cartells de l'**Instituto Nacional de Seguridad en el Trabajo** (INSHT), que, a més de ser consultats, poden ser impresos i col·locats a les vostres dependències.

Hi hem inclòs un enllaç perquè ens feu arribar les sol·licituds del cartells originals.



Pàgina dels Cartells de l'Institut Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.

I una pàgina de les activitats que de forma paral·lela a la prevenció de riscos es van realitzant als Centres de Treball.



Pàgina del Àlbum Fotogràfic.

I també hi trobareu l'Observatori, que ens va marcant l'evolució i la tendència envers un estat òptim de la disminució dels accidents.



Pàgina de l'Observatori de l'Accidentalitat.

Unitat de Prevenció de Riscos Laborals

LA APUESTA DE TMB POR LA CALIDAD CONTINÚA VIGENTE Y CON IMPACTO SOBRE LA PRODUCCIÓN DEL SERVICIO

Política de Qualitat del Centre

La política de qualitat del CON de Ponent componen una piràmide de quatre vèrtex que tenen en el seu centre al client:



C Client

Millora Continua:

- Revisió de mètodes
- Revisió de tecnologies
- Control de resultats
- Sistemes de gestió i qualitat
- Control de proveïdors

Orientació a Persones:

- Compromís
- Participació
- Implicació
- Gestió de proximitat
- Cultura orientada al client
- Cultura orientada a la qualitat
- Transparència

Orientació als Clients:

- Cumplir els compromisos del servei
- Comprensió i utilització positiva de les expectatives del client
- Gestió de queixes i reclamacions

Processos:

- Gestionar amb eficiència
- Buscar l'eficiència (cost òptim)
- Donar resposta a les expectatives dels clients.

El CON de Ponent, un nuevo Centro certificado bajo normas de calidad ISO 9001:2000".

Las normas **ISO 9001:2000** vertebran un modelo de gestión para el CON que está enfocado a conseguir la satisfacción de los clientes, satisfacción con el servicio que presta, por el que los clientes pagan. Este enfoque en el cliente es su característica relevante y explica que se an normas identificadas con la calidad.

Las normas **ISO 9001:2000** están orientadas tanto a la obtención eficaz de la satisfacción del cliente, como a obtener esta satisfacción a través de la eficiencia en los procesos. Los costos de los procesos obtienen así su justa importancia.

El CON de Ponent inició el proceso de adecuación de los procedimientos del Centro, paso previo a la certificación, a lo largo del año 2004, de acuerdo con el Plan de Calidad establecido por TMB. Durante el primer semestre de año 2005 se han completado los trabajos que han posibilitado la realización de la primera auditoria externa con razonable éxito, auditoria realizada por **Applus**.



En este proceso de certificación han participado de una forma u otra todos los profesionales del Centro, la mayoría a través de la formación realizada y de la incorporación en su actividad diaria de los elementos aportados por este nuevo modelo de gestión.

Características ISO: Entre las características más relevantes de las normas ISO está que son un modelo tangible, concreto, demostrable, incluso auditable, de como un Centro disciplina sus procesos. Y ese cómo disciplinar los procesos la norma lo indica claramente, es decir que es una muy buena guía.

La implementación y la certificación no implican en absoluto que el Centro esté en un estado de perfección absoluta, que no existan deficiencias, que no haya pérdidas, que no tenga clientes insatisfechos o que todos los profesionales que trabajan en él actúen de forma eficaz y eficiente. Es necesario un proceso de mejora continua, basado en la medición y análisis permanente tanto de los resultados obtenidos por el Centro como de la información canalizada a través de los sistemas de Quejas y Reclamaciones o de las propias No conformidades contempladas en el modelo de gestión.

¿Cómo empezó el proyecto?:

1. Creación de un equipo de desarrollo formado por profesionales del CON y del Departamento de Calidad, con el asesoramiento de un experto del **Insti-**

**Debemos hacer
de la calidad
una pieza
fundamental
de nuestra
empresa**

tut Català de Tecnologia. Por el CON de Ponent el equipo ha estado formado por el Sres. José Antonio Portillo, Francisco Bernal y Javier Mercadé, con la colaboración especial de los equipos directivos y de mandos intermedios, tanto de Material Móvil e Instalaciones como de Explotación.

2. Formulación de las Políticas de Calidad, tal y como se expone en la primera de las imágenes.

3. Alineación de todos los profesionales afectados, iniciación y proceso de difusión y compromiso con las Políticas de Calidad antes citadas. Este proceso de difusión ha tenido su máxima expresión en el curso de formación dirigido a todos los profesionales del Centro y en el que ha destacado la participación del Departamento de Calidad.

4. Introducir un punto de participación de todos los afectados en la puesta en marcha del proyecto, definiendo el cómo llevar a efecto estas políticas de calidad, paso necesario para la puesta en marcha de la mejora continua sistemática.

Por último, solo me queda agradecer a todos los que han participado en el proyecto y en especial al equipo de desarrollo, encabezado por José Antonio Portillo, Jefe de la Oficina de Centro de Ponent, todo el esfuerzo realizado, así como la dedicación, el interés y el entusiasmo que han mostrado, poniendo de manifiesto su gran sensibilidad por los temas de calidad.

Carlos R. Mariño

Director del CON de Ponent





SOCORRISTES DE TMB

Com tots sabem, Transports Metropolitans de Barcelona, compta amb un grup de treballadors que de forma voluntària s'han brindat a exercir de SOCORRISTES.

En l'exercici de les seves funcions presten els primers auxilis i procuren un desplaçament ràpid i eficaç del company/a accidentat/da, quan el seu estat ho requereix.

Durant els mesos de març, abril, maig i juny, la Unitat de Salut i el Departament de Formació van iniciar la formació en Socorrisme amb l'objectiu d'actualitzar els coneixements per aquelles persones que ja prestaven els seus serveis i en funció de les necessitats de l'empresa, formar-ne de noves que estaven interessades en formar part de l'equip actual de socorristes.

Els criteris d'admissió per formar part del projecte van ser:

- Que cada dependència i torn contin amb un socorrista titulat, donant preferència a aquelles persones que sol·licitin formar part en prefectures que estiguin descobertes.
- Autorització prèvia del responsable de cada prefectura.

Degut a la bona acollida, aquest any, varem programar 7 accions formatives: Sis accions formatives de reciclatge (per als socorristes titulats) i 1 acció formativa pels nous socorristes.

- Les sis accions formatives de reciclatge van tenir una durada de 20 hores, estaven orientades a l'actualització dels coneixements de l'equip actual de socorristes i, aquest any, com a valor afegit per a aquestes 99 persones, prèvia autorització de l'Unitat de Salut i a petició del propis interessats, se'ls va capacitar en un nivell II d'Assistència Sanitària Immediata.

Actualment, aquestes persones estan habilitades per aplicar les tècniques d'oxigenoteràpia i traslladar companys i companyes quan el seu estat així ho requereixi.

Durant els mesos de març a maig es van desenvolupar les 6 accions formatives a càrrec de la Creu Roja Catalunya i amb experts titulats en Atenció Sanitària Immediata.



Grupo 1: Esquerra a dreta.

DALT: Manuel Sobrado, Antonio Espeleta, Eduardo Dolado, Manuel Porcar, Daniel Lahoz, Ricardo Valverde (formador) Evaristo Roldán, Delfín Castro, Manuel Villanueva, Jaume de la Peña, Cecilio Postigo, Juanjo del Río Estevez i Mario Rubio
SOTA: Benedicto País, Joaquim Font, Alfonso Mayo, Jordi Samaniego, Sandra Villanueva, Martín Cebrián, Manel Sunyer i Antonio Fernandez



Grupo 2: Esquerra a dreta.

DALT: Eladio Miguel, José María, Sergio Izquierdo, Martí Ribas, Jesús Coronas, David Santo (formador) i Sandra Villanueva.
SOTA: Julio del Río, Mariano Casanova, Eduardo García, Juan Carlos Bautista i Ginés Gomariz.



Grupo 3: Esquerra a dreta.

DALT: Urbano Blasco, Jose Luis Villacampa, David Santo (formador), Carles Fité, Ubaldo Espada, Emilio Pimentel, Francisco Javier Rojas i Carlos León.
SOTA: Lluís Colomé, Juan José Fernández, Javier Moreno, Juan Manuel Cortés, Alejandro Soler, José Gómez, José Manuel Díaz, Manuel Ramírez, Javier Llop i Jesús Estivaléz Pérez



Grupo 4: Esquerra a dreta.

DALT: Victoriano Lunaro, Jonathan Anaya, Ruperto Jesús Izquierdo, Cristobal Martín, Sandra Villanueva, José Antonio Comesaña, David Santo (formador), Elisabeth Marín, Josefa Gomis, Elías Parra, Angel Lencina, Manuel Porras i Andrés Adán
SOTA: Antonio Sanchez, Adolfo Zarco, Julio Benet, Francisco Raluy, Pedro Antonio Huerta, Carlos Rubio, Luis Martín i Jesus Morales

- Durant el mes de juny es va desenvolupar 1 acció formativa d'Assistència Sanitària Immediata nivell 1 amb la qual van participar 15 persones amb l'objectiu de donar servei a aquelles prefectures que van quedar més descobertes.

Els resultats han sigut molt satisfactoris, ja que tant les persones que van participar en aquesta etapa inicial del projecte com el nous socorristes van superar tots i totes l'examen teòric-pràctic.

Felicitats a tots i a totes!!

Pel que fa a les avaluacions d'aquestes accions, els formadors i formadores i les valoracions globals de les accions han obtingut puntuacions de 3,7 a 4 (sobre una escala de 4), puntuacions que ens situen amb una valoració de molt satisfactòria a excel·lent.



Grupo 5: Esquerra a dreta.

DALT: Francisco Javier Marmol, José Huertas, Miguel Angel Tablero, Antonio Ceballos, Emilio Sánchez, Miguel Bonache, Maira Cheto, Manuel Rivas, Anacleto Chillón, Antonio Marchal, Ricardo Valverde (formador), Lázaro Fernández i José Ramón Ferrer
SOTA: David García, David Parejo, Luis J. Herrero, Germán Domínguez, Sergio Callejas, Mónica Guerrero i Sandra Villanueva.

Amb la intenció de tenir actualitzats els coneixements de primera intervenció, la Unitat de Salut conjuntament amb el Departament de Formació realitzarà les renovacions cada dos anys.

Tot i els bons resultats obtinguts fins ara, de cara al 2007, se'ns plantegen reptes com ara:

- Obtener el carnet de socorrista.
- Realitzar pràctiques en el propi lloc de treball.
- Incorporar el DEA en les properes renovacions.

La Unitat de Salut i el Departament de Formació treballarem conjuntament perquè això sigui possible.

Moltes gràcies a tots i a totes per la bona acollida, per la vostra col·laboració voluntària i desinteressada i desitjar-vos, encara que sembli paradoxal, que en el millor de los casos no us trobeu en situacions que hagueu d'aplicar aquests coneixements.

Sandra Villanueva Martínez
Departament de Formació TMB



Grupo 6: Esquerra a dreta.

DALT: Máximo Miguelez, Roman Bassols, Antonio Salazar, José Antonio Prieto, José Carlos Valencia, Abel Canedo, Grabiél Ruiz, Alejandro Andrés i José Antonio Ruiz.
SOTA: Sandra Villanueva, David Xixons, Anna Margalef, Oscar Sánchez, Monica Grau, David Lozano i David Sanchez (formador)



Grupo 7: Esquerra a dreta.

DALT: Miguel Casas, Hilario Arribas, Miguel Sánchez, Alfons Palomero, Javier Fernández, Josep Vélez, Emilio Arevalo, David Carballo, Silvia López (formadora), Juan Carlos Rincón i José Luis Fernández.
SOTA: Angels Vidondo, Domingo Cuenca, Daniel Martín, José Antonio Carmona, Sandra Villanueva i Angel Bernal.



¡TU PUEDES SALVAR UNA VIDA!

Cada día pasamos la mayor parte de nuestro tiempo rodeados de personas y todos somos susceptibles de sufrir un accidente. La persona que primero puede ayudar a un accidentado es la que tiene más cerca. Pero ¿qué hacer cuando alguien a tu lado sufre un accidente, un desmayo..., y necesita tu ayuda?



Seguramente os habréis visto alguna vez en una situación en la que alguien ha necesitado ayuda y no habéis sabido qué hacer, un accidente doméstico, de tráfico, en el trabajo...

Yo desde luego me he encontrado en estas situaciones tanto en el trabajo como fuera de él.

El mayor problema para mí, siempre ha sido no saber qué es lo que no debo hacer con esa persona ¿la muevo, la toco, la tapo? Esa inacción me producía un sentimiento de gran impotencia.





Por eso, cuando vi que TMB me daba la posibilidad de hacer un curso de Socorrismo decidí apuntarme.

No sabía muy bien que tipo de personas estaría interesada en este curso ni los motivos que les impulsaban a ello. Coincidí en el curso con 14 compañeros de diferentes áreas y servicios cuya principal motivación era la de ser útiles en caso de emergencia.

El sentimiento de solidaridad, compañerismo y alegría se tradujeron en unas clases muy vividas y participativas en las que se notaba, por encima de todo, el gran interés que absolutamente todos teníamos por entender y aprender.

La ilusión de todos hacía que no solo diéramos el temario sino que profundizáramos más. Realmente, somos capaces de hacer más de lo que nos pensamos. Tener claras unas pautas de actuación para casos de emergencia nos proporciona una sensación de serenidad que, en ciertos casos, es vital.

Las prácticas se hicieron con gran camaradería y las críticas, todas constructivas, nos incentivaban cada vez más.

Si tuviera que hacer un análisis de este curso sería totalmente positivo, no solo por los conocimientos que en él adquirí sino, también y sobretodo, por los compañeros que conocí y con los que compartí esta experiencia.

Por eso te animo a solicitar este curso. Espero que lo disfrutes tanto como nosotros lo hemos hecho.

Àngels Vidondo

**Somos capaces
de hacer más
de lo que
pensamos en
caso de
emergencia**



EXPOSICIÓN TRANVIARIA

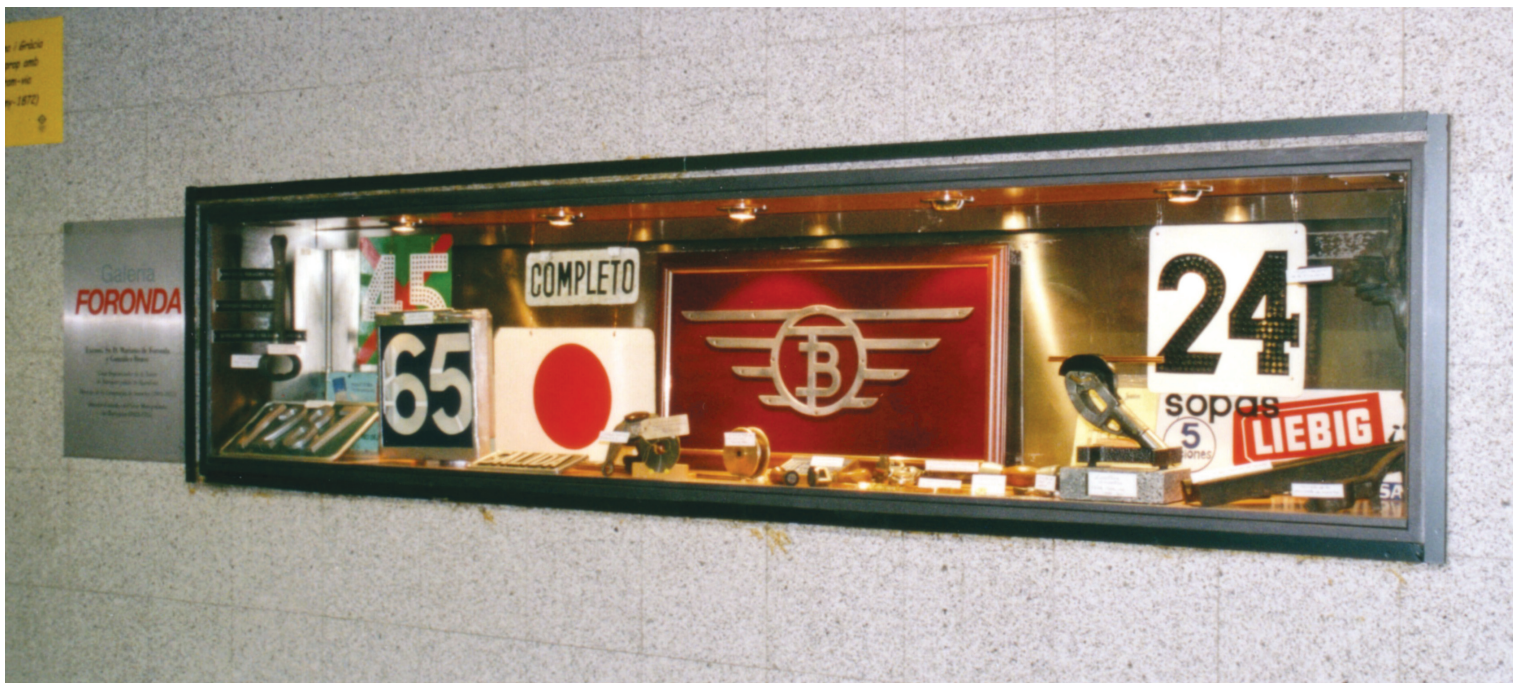
El pasado día 13 de diciembre de 2004, tuvo lugar en la Galería Foronda de la estación de metro de Tarragona (L-3) la inauguración de la exposición "L'Evolució del tramvia a Barcelona" organizada por la Asociación de Coleccionistas Empleados de Metro y Autobuses (ACEMA), asesorada por el comisario de exposición Sr. Rodríguez y con el patrocinio y colaboración de TMB.



Pese a la discreta publicidad que previamente tuvo el acto, la concurrencia fue muy numerosa, asistiendo los Srs. Patiño y De Miguel por parte de TMB, además de un buen número de miembros de la Asociación, e invitados, amigos y representantes de otras asociaciones.

Como es costumbre en las inauguraciones de exposiciones de la Galería Foronda, se repartió entre los asistentes el "Catálogo" de la exposición, el cual gozó de una muy buena acogida entre los asistentes, tanto por el contenido como por ser en si mismo pieza coleccionable.

La exposición "L'Evolució del tramvia a Barcelona", es principalmente gráfica, la compone una magnífica colección de fotografías de diferentes épocas relacionadas todas ellas con el tranvía de nuestra ciudad y una serie de objetos "duros" procedentes o relacionados con el tranvía.





Lo expuesto se inicia en las primeras vitrinas de forma cronológica con documentos de la época del tranvía de tracción a sangre, a los que siguen los referentes al tranvía de vapor y eléctrico.

En vitrinas siguientes la disposición es menos cronológica y más alternada mostrando vistas de las calles de nuestra ciudad adornadas con la inconfundible imagen del antiguo tranvía. También tiene su espacio dedicado, como no, el Tramvía Blau.

El las vitrinas de "objetos duros" podemos contemplar diferentes "reliquias" como un indicador de línea que llevaban los tranvías sobre el testero, una escultura formada por una sección de vía la cabeza de trole y el cable de línea aérea, letreros que iban colocados en el interior de los coches, una maneta de controla, etc.

La muestra termina con la vitrina dedicada al flamante TRAM, de moderna imagen y heredero de aquellos viejos y entrañables tranvías de "Tranvías de Barcelona, S.A."

Todo el material a excepción del dedicado al TRAM, ha sido cedido por los socios de ACEMA, orgullosos poseedores de tan peculiares objetos.

La muestra permanecerá expuesta en la Galería Foronda hasta finales del verano y recomendamos su visita no solo a nostálgicos o aficionados al tema tranviario, sino para todo curioso que quiera disfrutar de unas imágenes de la Barcelona de otra época.

¡No os la perdáis!

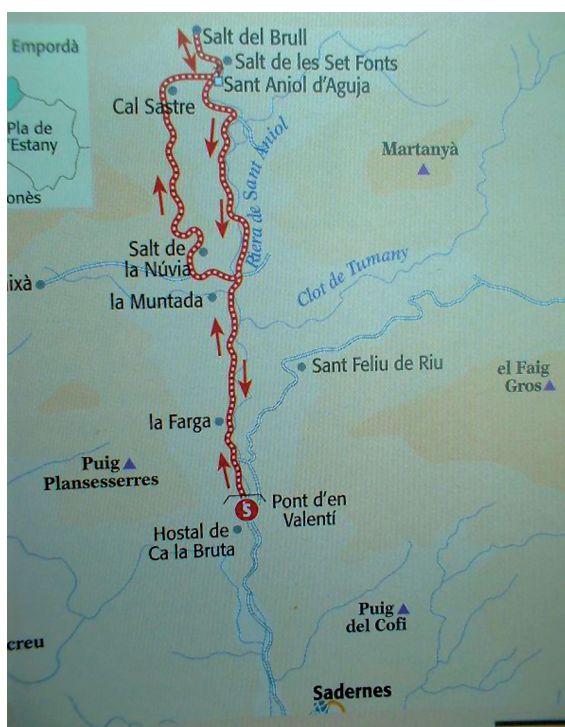
Antoni Calzada i Gerique
ACEMA

**La exposición
recoge la
evolución del
tranvía en
Barcelona**



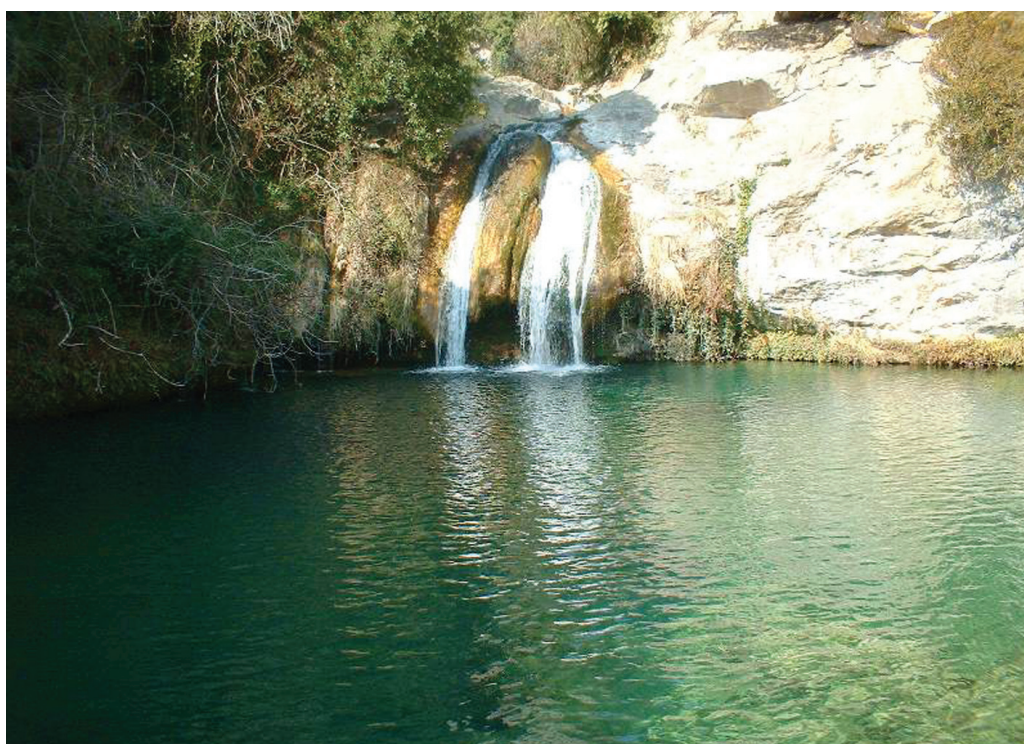
SANT ANIOL D'AGUJES Y EL SALT DEL BRULL

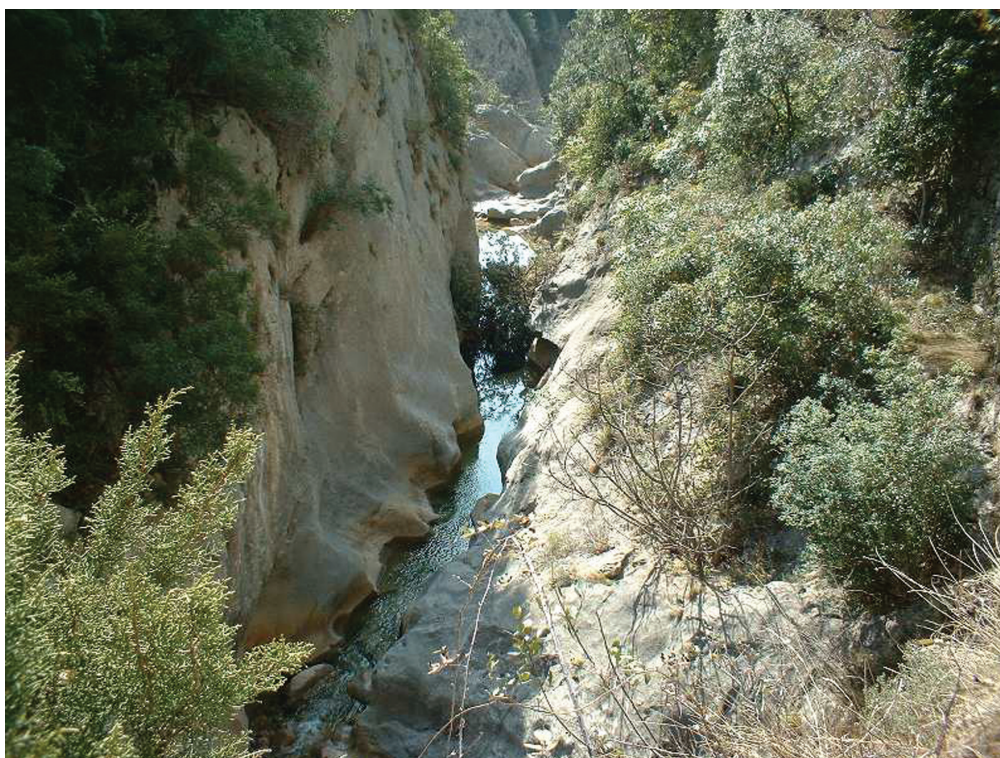
Sant Aniol d'Agujes y el Salt del Brull, en la comarca de la Garrotxa, constituyen una de las excursiones más espectaculares que se pueden hacer en Cataluña.



El camino transcurre por la orilla de la riera de Sant Aniol, atravesándola varias veces. Es un riachuelo precioso, en muchos tramos encajonado en pequeños congostos entre las paredes calcáreas que lo rodean, creando pozas naturales, "gorgs", de extraordinaria belleza.

El itinerario que hicimos fue el siguiente: en Sadernes nace un camino, justo detrás de la iglesia, que seguimos con el coche un par de kilómetros, y luego aparcamos en uno de los numerosos y pequeños aparcamientos que hay en el camino. El aparcamiento que nos aproxima más a la ruta se encuentra 300 metros más arriba del Pont d'en Valentí, pero sólo caben cuatro o cinco coches, así que durante los fines de semana o las vacaciones, dependiendo de la hora de llegada, es posible que tengamos que dejar el coche incluso a 2 o 3 kilómetros, con lo que la ruta se puede alargar una hora. El camino sube hacia Sant Aniol y luego hacia el Salt del Brull. Para bajar, nosotros escogimos el camino que sube primero hacia el Salt de la Núvia para bajar luego hasta la riera y regresar hacia el aparcamiento por el camino que habíamos seguido a la ida.





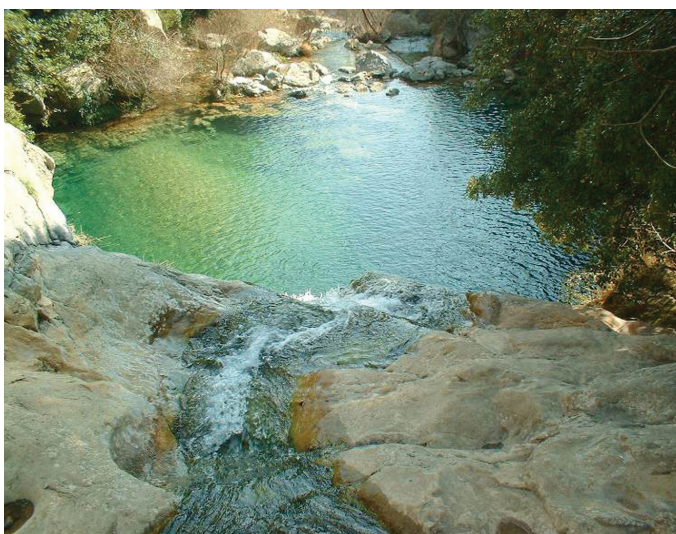
Al llegar a Sadernes, antes de subir por la pista forestal que nos llevará al aparcamiento, podemos visitar la iglesia de Santa Cecília. Se trata de una iglesia románica documentada el año 977 en el documento de donación de la misma por el conde-obispo Miró al monasterio de Sant Pere de Besalú, cuando pasó a depender del Comtat de Besalú.

Una vez dejamos el coche en el aparcamiento, empezamos el camino, paralelo a la riera de Sant Aniol, que se abre paso entre las paredes calcáreas. La piedra está pulida por el agua, creando desfiladeros de gran belleza. En pocos minutos llegamos al Pont d'en Valentí, construcción románica casi milenaria y paso obligado a lo largo del tiempo de arrieros, viajeros, contrabandistas, maquis, carboneros, payeses y "trabucaires".

Caminamos siguiendo siempre las marcas horizontales verdes y rojas, y llegamos a una pequeña represa que hay cerca de la masía de La Muntada. Más arriba, la riera de Sant Aniol se vuelve a encajonar, originando "gorgs" de agua cristalina entre las paredes de roca, algunos de ellos con profundidades considerables, de hasta 7 u 8 metros. En este tramo el camino sigue la pared del desfiladero, con tramos verticales. En uno de ellos, el desprendimiento de una parte ha obligado a poner unos troncos de madera a modo de puente, y una cuerda en la pared. De todas maneras, no hay peligro si se pasa con precaución.

En varios tramos, el camino cruza la riera sobre las mismas piedras de su lecho, por lo que hay que hacer algunos equilibrios para no tener que comprobar que nuestras botas son realmente impermeables. Eso sí, cuando la riera va crecida no queda más remedio que mojarse.

**Vivir la
naturaleza
es romper
las cadenas
del estrés**



Poco antes de llegar a Sant Aniol, el camino se separa del curso de la riera y entramos en un bosque muy agradable, y subimos finalmente hacia la ermita de Sant Aniol d'Agújes, que forma parte de un antiguo monasterio fundado el año 859. La iglesia es románica, del siglo XI, y es conocida también como Sant Antoni d'Uja. Cuenta la historia que san Aniano (sant Aniol) pasó una larga temporada en una gruta anexa a la ermita haciendo penitencia. Curaba el mal de ojo con el agua de estas montañas. Años más tarde se construyó el monasterio y en su entorno creció una aldea. Cada año, por la Pascua de Pentecostés (2º lunes de Pascua) se celebra el llamado "Aplec dels francesos", que aglutina a gente venida de toda la Garrotxa y de la Catalunya Nord, concretamente de Sant Llorenç de Cerdans (Saint Laurent de Cerdans). El edificio en ruinas que hay al lado fue en su momento un refugio del Centre Excursionista de Banyoles. A pocos metros de la ermita se encuentra la Font de Sant Aniol.

Siguiendo el camino hacia el norte, nos dirigimos al Salt del Brull. Antes de llegar, vemos el Gorg Blau, lugar de una belleza indescriptible, con una laguna paradisíaca de aguas azuladas y con profundidades en algunos lugares que fácilmente pueden alcanzar los 10 metros. Y llegamos al Salt del Brull, uno de los saltos de agua más impresionantes de Catalunya.

El camino de vuelta más fácil es volver por dónde hemos venido. Nosotros lo hicimos por el Salt de la Núvia que, contrariamente a lo que su nombre pueda dar a entender, no se trata de un salto de agua sino de un acantilado rocoso sobre la riera de Sant Aniol. La historia dice que a la hija de una finca de Talaixà la querían casar con alguien a quien no quería; al pasar por este risco camino de la ermita de Sant Aniol, se lanzó al vacío. Nosotros desaconsejamos esta ruta por su mal estado en muchos tramos, así como por su dureza. Lo bueno de este camino son las vistas, ya que sube hacia un risco y ofrece una vista casi aérea de la riera y de todo el valle. Sin embargo, el camino baja con fuerte pendiente y en muy mal estado hasta la riera, y enlaza, en la represa de la masía de La Muntada, con el camino por el que habíamos subido, por el que se emprende el camino de regreso.

El camino, tal como lo hemos descrito, puede hacerse en un total de 5 horas, durante las cuales se descubren parajes espectaculares y se pasa por un entorno natural de extraordinaria belleza.

Joan Carles Oller Trenzano
Xavier Abajo Veciana



FELIÇ ANIVERSARI

Anava al sopar de les Noces d'Argent pels meus 25 anys a l'Empresa, i durant el camí em venien a la ment tants sentiments... Per una banda sentia una gran emoció: era la meua festa! Per una altra, un gran neguit i incertesa m'envaïa tot el cos, havien passat 25 anys, tota una vida!

De cop mentre caminava cap a l'hotel on es celebrava la festa, recordava imatges i moments d'aquest llarg recorregut de la meua vida. Imagino que com a tothom: moments especials, bons i dolents, canvis, no només personals, ja què vaig entrar sent gaire bé una adolescent, sinó també professionals: la meua entrada a Metro com a mestra de les nostres estimades "Escuelas Comerciales Montserrat" (molts ni tan sols hauran sentit a parlar-ne), plena d'il·lusions i projectes, va significar per a mi uns anys molt satisfactoris i feliços, no obstant tot va canviar després i vaig entrar a formar part del "metro" de veritat: al Servei d'Explotació.

Al principi se'm feia un món. No sabia res d'oficines, màquines d'escriure, serveis i horaris ... Poc a poc i gràcies a la sensibilitat dels meus companys amb els que sempre he mantingut una excel·lent relació, vaig integrar-me totalment fins el punt de formar part d'un equip excepcional.

Vaig recordar un moment molt especial: el sentiment de vincle, dedicació i alegria que vaig compartir amb els "colegues", durant la Olimpíada de Barcelona. Aquell esperit "olímpic" que com la cançó de moda de l'època ens va fer sentir "Amics per sempre".

Les anècdotes viscudes, els canvis soferts en tot aquest temps, i sobretot el suport de la gent del meu voltant, alguns ja no hi són, m'han enriquit com a persona, tot omplint-me i impregnant-me de l'esperit "metrero".

Un cop dins el local la meua alegria va ser immensa al trobar-me amics que feia anys que no veia. Era tornar a situacions passades però com si no hagués passat el temps. Tothom estava content, parlant, recordant vivències, anècdotes ... i havien passat 25 anys!

Xerrant amb uns i altres, vaig passar una nit molt agradable i de camí cap a casa vaig pensar: ha valgut la pena!

Amàlia Escuin





PARA ALBERTO

Recto como el pino de su tierra
molino, madera y sierra,
aguador del conocimiento
valor de amigo, trabajo, sentimiento.

Doctrina de un pasado que caduca
según los nuevos gobernantes,
sabio del trabajo incesante
flor de romero, agua de azúcar.

Algo de frailón aún conserva
escondido dentro de su testa,
clarividencia que lleva puesta
llegado el jubileo, a la reserva.

Aire puro en su sierra
cubierta de pinares hasta el cielo,
Salvacañete lugar de celo
pasada juventud que reja encierra.

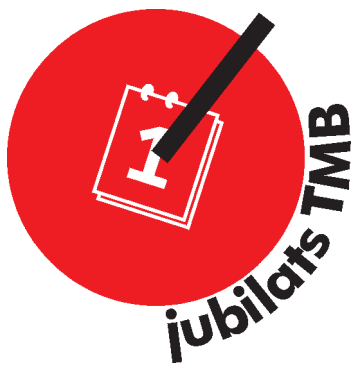
¡Hala Madrid! corazón amigo
Franco exiliado de su glorieta,
el Barça su enraizado enemigo
el amor por Sara aún le inquieta.

Aquí termina otro quijote su andadura
llegado de la sierra, sin luna, sin llanura,
y el mar, que hoy de espuma la orilla mancha
cierra su pasado lejos de Castilla la Mancha.

Reverencia el mar su adiós el sur aguarda,
con tomillo y romero mañana tierna,
entre níscales y pinares salvaguarda
sus partidas de chinchón en la taberna.

Aquí quedan aquellos que sin reproche
abrigó tu corazón amistad sin medida,
y lo celebramos contigo en esta noche
con lágrimas de amistad comedida.

NOIRRAS



FINAL DE TRAYECTO

Todos los trayectos tienen un inicio y un final; llegar a la jubilación es el final de un trayecto de trabajo que empezó años antes y que, merecidamente, culmina.

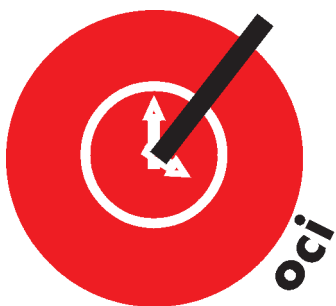
Para un grupo de compañeras ACI ha llegado este final de trayecto ya que se han jubilado. Todas ellas llevaban más de 30 años trabajando para Metro, al principio de taquilleras y después, hace unos años, en el puesto de ACI. Todas son merecedoras del máximo respeto ya que trabajar cara al público no es fácil. Para ellas un gran abrazo y los mejores deseos en esta nueva etapa, del resto de sus compañeras que siguen en activo.

Las compañeras jubiladas son:

- María Luisa Sánchez
 - Francisca García Rico
 - Aurora Hernández
 - Flor Alcalde
 - Mariluz Rivera
 - Leonor Alierta
 - Sacramento Hierro
 - Pilar Crespo
 - Josefa Sánchez
 - Josefa García
 - Josefa Ramírez
 - Concepción Fernández
 - Carmen López
 - Angeles Ferrer
 - Dolores Morales
- (las tres últimas Taquilleras)

Isabel Lajas





MOTS ENCREUATS

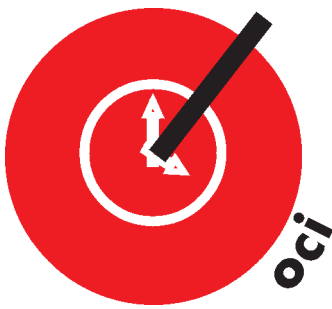
(Solucions al núm. anterior)

HORIZONTALS.- 1.- Instrumento musical de viento (plural). 2.- Consonante. Relativo a los sueños (plural). Vocal. 3.- Artículo. Figuradamente, armas blancas. Al revés, entregue. 4.- nombre de consonante (plural). Al revés, concavidad o hueco. Ave insectívora sudamericana. 5.- Ligero en los movimientos. Al revés, percibe con el sentido de la vista. Al revés, cilindro de cera u otra materia grasa, con torcida en el eje para alumbrar. 6.- Detener. Al revés, hago lo mismo que otra persona o animal. 7.- Parte saliente, lateral y plana, de algunos objetos. Almohadón para descansar. 8.- En Ecuador, especie de planta gramínea. Siglas comerciales. Cuerda gruesa de esparto. 9.- Ciudad del Perú. Corto en cantidad, escaso. Hermana, religiosa. 10.- Símbolo químico. Parte del oído. Preposición. 11.- Vocal. Hechicera, encantadora. Consonante. 12.- Actos o serie de actos exteriores, arreglados por ley o costumbre, en celebración de una solemnidad.

VERTICALES.- 1.- Reflexiona acerca de los distintos puntos de un asunto. 2.- Consonante. Certifique la autenticidad de un documento o firma. Cien. 3.- Artículo neutro. Mujer que cautiva con sus encantos. Nombre de consonante. 4.- Medida de longitud. Tabla delgada sobre la cual se aseguran las tejas. Tratamiento de cortesía. 5.- Adinerado, acaudalado. Dios egipcio. Alimento en forma de pasta hecho con carne. 6.- Nombre propio de mujer. Al revés, humor espeso y pegajoso, segregado por una glándula (plural). 7.- Al revés, municipio español perteneciente a la provincia de Orense. Mezo al niño entre los brazos o en la cuna. 8.- Resonancia, repercusión (plural). Lengua provenzal. Al revés, río de Egipto. 9.- Espiración brusca y ruidosa del aire. Al revés, mujer insolente y desvergonzada. Al revés, siglas de un organismo internacional. 10.- Existe. Conjunto de género de contrabando (plural). Vocal repetida. 11.- Consonante. Persona contraria en la guerra (plural). Abreviatura de punto cardinal. 12.- Descubrieron (lo que no sabían) por conjeturas o sin un fundamento lógico.

Rufino Alonso

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1		C	L	A	R	I	N	E	T	E	S	
2	R		O	N	I	R	I	C	O	S		A
3	E	L		A	C	E	R	O	S		E	D
4	C	E	S		O	N	E	S		A	N	I
5	A	G	I	L		E	V		A	L	E	V
6	P	A	R	A	R			O	T	I	M	I
7	A	L	E	T	A			C	O	J	I	N
8	C	I	N	A		S	A		S	O	G	A
9	I	C	A		P	O	C	O		S	O	R
10	T	E		S	A	C	U	L	O		S	O
11	A		P	I	T	O	N	I	S	A		N
12		C	E	R	E	M	O	N	I	A	S	

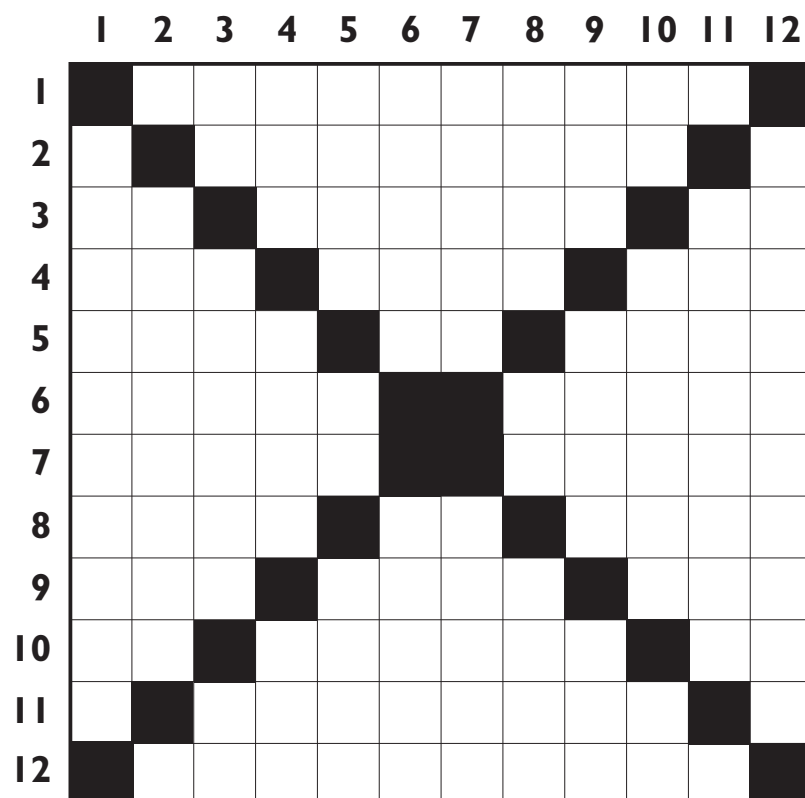


MOTS ENCREUATS

HORIZONTALS.- **1.-** Libro o comentario en que se refieren los hechos de cada día (plural). **2.-** Consonante. Disminuyes, decreces. Número romano. **3.-** Campeón. Publicar una obra o un periódico. Río de Italia. **4.-** Animal cuadrúpedo de ciertas especies domésticas. Al revés, terreno poblado de árboles y arbustos. Unidad de aceleración en el sistema cegesimal. **5.-** Novillo menor de dos años. Terminación de infinitivo. Estado de la América del sur. **6.-** Japonés. Al revés, desgracias, calamidades. **7.-** Familiarmente, cabeza. Al revés, árbol que produce una resina amarillenta. **8.-** Al revés, gitano. Dios egipcio. Dios de la guerra. **9.-** Al revés, nombre de consonante (plural). De un precio muy elevado. Autillo. **10.-** Al revés, afirmación. Detenla. Símbolo químico. **11.-** Consonante. Desgraciada, siniestra, nefasta. Vocal. **12.-** Se dice de la ley o precepto que anula o cambia a otra ley o precepto.

VERTICALES.- **1.-** Signo ortográfico. **2.-** Vocal. Conjunto de episodios de un telefilme (plural). Quinientos. **3.-** Nota musical. Al revés, pez teleósteo comestible de agua dulce (plural). Virtud teologal. **4.-** Nombre de consonante. Al revés, manera de nadar. Número múltiplo de dos. **5.-** Determino la longitud o el volumen de una cosa. Negación. Pruebo una cosa. **6.-** Al revés, acierto o dé en el blanco. Al revés, moverse circularmente. **7.-** Aspas giratorias de un helicóptero. Cultivo del campo. **8.-** Deseo de injusta venganza (plural). Siglas comerciales. Al revés, cuéntalo. **9.-** Entregar. Uno o junto una cosa con otra. Al revés, ave palmípeda. **10.-** Existe. Helado o muy frío. Voz de mando. **11.-** Consonante. Que vive a costa de los demás. Vocal. **12.-** Se dice de quien tiene mucha corpulencia.

Rufino Alonso





<http://www.tmb.net>