

El jardí de Sant Gervasi



NÚM. 10 | SETEMBRE 2015 | DIARI INDEPENDENT I GRATUÏT | www.eljardidesantgervasi.cat | DL B 25204-2014

LA BONANOVA | MONTEROLS | GALVANY | TURÓ PARC | EL FARRÓ | EL PUTXET

18

Collserola

Més enllà
del paradigma industrial

20

Festa Major del Farró

Reportatge fotogràfic
de dues pàgines

22

Els envelats

Un element molt vinculat a les
festes majors de pobles i ciutats

40

Albert Om

M'agrada viure a Barcelona
perquè visc al Farró

Festa Major del Farró



Escola de Música Sant Gervasi

Inauguració curs 2015/16 **NOU LOCAL**

Folgueroles 10 - 08022 Barcelona - 93 254 01 86
secretaria@escolademusicasantgervasi.com
www.escolademusicasantgervasi.com
<https://www.facebook.com/emsantgervasi>

EXPO ALFOMBRA IRÁN

alfombras y kilims, persas orientales y modernas

**FINAL TEMPORADA
TODO 50-70%**

c/ Laforja 109, (esq. Calvet) Tel. 93.209.95.80
www.expoalfombrairan.com

smeg store bcn
Muntaner, 327 - 08021 Barcelona - 93 200 32 34 - smegstorebcn@smegstorebcn.es
www.smegstorebcn.es

CLINICA DENTAL

JOSEP MARIA CLEMENTE

25 anys | 1990
2015

Ronda General Mitre 190 - 93 211 12 11
www.cldental.es - recepcio@cldental.es



VENDA SANT GERVASI
590.000€ | 140 m2 | 5h - 3b - 1pk | Impecable

RC 40 ANOS
**RUSTIC
CORNER**
BARCELONA REAL ESTATE

VENDA O LLOGUER
93 204 55 11

www.rusticcorner.com

LEADING REAL ESTATE
COMPANIES OF THE WORLD



VENDA VALLCARCA
750.000€ | 270 m2 | 4h | A reformar



ServiDigest

**CENTRE MEDICOQUIRÚRGIC
APARELL DIGESTIU, METABOLISME, NUTRICIÓ I OBESITAT**

Qui Som

ServiDigest és un Centre Medicoquirúrgic ubicat a Barcelona i especialitzat en el diagnòstic i tractament integral de les malalties de l'Aparell Digestiu, el Metabolisme i l'Obesitat.

Està integrat per un equip d'especialistes d'alta qualificació professional i formació científica, i disposa d'unes instal·lacions equipades amb l'instrumental mèdic i quirúrgic tecnològicament més avançat.

Atenem diàriament, als pacients privats i de la majoria d'entitats asseguradores, de 9 a 14 hores i de 16 a 21 hores.



Objectius

L'atenció personalitzada i la qualitat en el tracte humà. A ServiDigest creiem que el treball en equip permet donar un millor servei als pacients i és més enriquidor pels professionals. Un dels objectius del Centre Mèdic ServiDigest és la permanent actualització científica.



Director: Dr. Josep Merlo

Equip Mèdic-Quirúrgic:

Dr. Ramiro Durán - Dr. F. Xavier de Ribot - Dra. Patricia Gonçalves - Dr. Osvaldo Díaz-Canel - Dra. Jeannine Suárez - Dr. Juan E. Naves - Dr. Luis E. Yip - Dr. Michel Blé - Dra. Sara Galtier - Dr. Jordi Ortiz - Dra. Mercedes Blasi - Dra. Cristina Sánchez - Dra. Cristina Romero - Dr. Manuel Rodríguez - Dr. Eduard M^a Targarona - Dr. F. Xavier Bastida - Dr. Carlos E. Rodríguez - Dr. Oriol Vermetta - Dra. Diana Tundidor - Dr. Ignasi Saigi - Sra. Mar Bacardit - Sr. Guillermo de Ciria. **i amb la professionalitat d'un excel·lent Equip Sanitari, Administratiu i Tècnic.**



Balmes 334 (Centre Mèdic) 08006 - BARCELONA Tel: 93 545 09 90

www.servidigest.com

Més de 40 anys al Servei de la Salut

Serveis Mèdics

Servei d'Aparell digestiu

Consulta mèdica de Gastroenterologia, Hepatologia, Vesícula i Vies biliars, Pàncrees i Coloproctologia. Programa de detecció precoç i tractament del Càncer de Còlon. Estudi integral i tractament de la Malaltia per Reflux gastroesofàgic. Diagnòstic i tractament de l'Helicobacter pylori. Tractaments proctològics: Hemorroides, Fissura anal i altres.

Servei d'Endoscòpia digestiva

Endoscòpies diagnòstiques i terapèutiques. Ecoendoscòpia digestiva. Estudi d'Helicobacter pylori per endoscòpia. Càpsula Endoscòpica per estudis d'Intestí prim i Còlon. Tractaments endoscòpics del Sobrepès i Obesitat: Baló Intragàstric, POSE (reducció d'estómac sense incisions).

Servei d'Anestesiologia i Reanimació Servei de Motilitat i Proves funcionals digestives

Manometries esofàgiques - Phmetries de 24 hores - Manometries anorectals - Biofeedback anorectal pel tractament d'incontinència anal i restrenyiment. Proves d'alè d'Hidrogen espirat: Lactosa, Xilosa, Glucosa, Lactulosa, Fructosa, Sorbitol, per estudis diarrea crònica, meteorisme, dolor abdominal. Prova d'alè per estudi d'Helicobacter pylori.



Servei d'Ecografia i Elastografia

Ecografia abdominal i digestiva. Fibroscan-Elastografia per estudi de malalties hepàtiques. Ecografia tiroidea.

Servei de Cirurgia

Consulta de Cirurgia General, Digestiva, Endocrina-Metabòlica, de l'Obesitat i Estètica. Tractaments quirúrgics: Cirurgia Laparoscòpica, Cirurgia Ambulatoria mínima estada, Cirurgia General i Digestiva convencional, Cirurgia Endocrina-Metabòlica, Cirurgia de l'Obesitat i Estètica.

Servei d'Endocrinologia, Nutrició i Dietètica

Consulta mèdica d'Endocrinologia. Estudis Endocrins i Metabòlics. Consulta de Nutrició i Dietètica. Avaluació nutricional. Diètes personalitzades.

Servei medicoquirúrgic de l'Obesitat

Servei integral i multidisciplinar pel diagnòstic i tractament del Sobrepès i Obesitat. Tractaments mèdics, nutricionals i dietètics. Tractaments endoscòpics: Baló Intragàstric Endoscòpic, Cirurgia endoscòpica POSE-Primary Obesity Surgery Endoluminal (reducció d'estómac sense incisions). Tractaments quirúrgics amb totes les tècniques de Cirurgia Bariàtrica: Sleeve gastrectomy (Gastroplastia tubular), By-pass gàstric, Encreuament duodenal i altres.

Servei de Hidroteràpia del còlon

Tractament del Restrenyiment i altres alteracions amb la neteja profunda de l'intestí gros (recte i còlon).

la porta del jardí



CRÈDITS

Edició:
El jardí de Sant Gervasi SL
Coordinació comercial:
Martí Rodríguez Mestre
marti@eljardisg.com
Coordinació editorial:
Jesús Mestre Campi
jesus@eljardisg.com
© Textos: dels autors
© Fotografies i il·lustracions:
s'esmenta l'autoria de la il·lustració o la seva procedència
Redacció: Rosa Castells,
Gràcia Farràs, M. Antònia Font
Fernández, Jesús Mestre,
Javier Sardá, M. Josep Tort
Correcció d'estil: Ester Bonet
Disseny de maqueta i maquetació: Jesús Mestre, G. Farràs
Tirada: 11.000 exemplars
Dipòsit legal B 25204-2014

Fotografia de portada:
Rosa Castells: diables infantils a la plaça Mañé i Flaquer.

Avis legal: El titular de la publicació no serà responsable de cap error, inexactitud o irregularitat que puguin tenir els continguts publicitaris o dels patrocinadors. Per tant, estarà exempt de qualsevol responsabilitat derivada d'eventuals descomptes, ofertes i promocions de tercers, que es puguin oferir en la publicació. Tampoc no es fa responsable de les opinions i continguts expressats per tercers persones en la publicació.

EDITORIAL

El jardí torna després d'haver-nos agafat un temps de descans i reflexió entorn de la revista. I l'hem canviada una mica: el format a perdut uns centímetres d'alçada però hem augmentat les pàgines. També s'han fet algunes petites modificacions de disseny per fer-la més agradable. Però sobretot hem augmentat els col·laboradors i les seccions. A part de mantenir les que ja hi havia, hem reforçat les seccions de "notícies del barri" i "articles d'opinió", i en trobareu de noves, com "abans i ara", o "equipaments públics". Esperem anar millorant la revista i seguir comptant amb el vostre suport.

L'estiu es va acabant però encara queda alguna festa major com la que s'està celebrant al barri del Farró, de la qual trobareu notícia a la revista. Recordem que per aquestes dates, coincidint amb la festivitat de les Mare-dedéus Trobades i, per tant, amb l'aplec de la Bonanova, el 8 de setembre se celebrava la Festa Major tradicional de Sant Gervasi que acostumava a començar el segon o tercer diumenge de setembre. Volem així, recordar aquesta festivitat tan marcada en el calendari litúrgic de l'antiga vila i del barri.

Amb els inicis de la tardor tornen les mostres de comerç del barri, tant la de Sant Gervasi com la del Turó Parc. El jardí també hi serà i informará del que sigui adient. I aprofitem l'ocasió per agrair els comerciants i, en general, els anunciants de la revista que segueixin confiant amb la nostra feina. Sense ells no seria possible publicar cada mes El Jardí. Esperem seguir comptant amb el seu suport al llarg del curs 2015-16.

SUMARI

Agenda. Nomenclàtor | 4 - 5

Notícies del barri | 6, 8, 9
M. Antònia Font F., Elena Bulet

Articles | 10, 12
Salvador Torrents, Joan Solé,
Marc Talló i Neus Mestre, Pau Farràs, Fra
Valentí Serra, Xavier Boned

Treballant a Sant Gervasi | 14
Joaquim Briz, manyà i ferrer de tall
Javier Sardá i Jesús Mestre

Equipaments públics | 16 - 17
El centre cívic Pere Pruna, Imma Casas
Un taller més, un Prozac menys

A fons | 18
Collserola, més enllà del paradigma
industrial, Pere Riera

Festa Major del Farró | 19 - 20
Reportatge fotogràfic
de la Festa Major del Farró 2015

Memòria viscuda | 22
Els envelats de les festes majors,
Jordi Llorach

Històries de Bellesguard | 24
S.Y.R.A., Esteban Galindo

25 | **Turó Parc**
La Granja Experimental de la Diputació
Albert Anglés Minguell

27 | **Abans i ara**
El mercat de Sant Gervasi

28 | **Explorar el jardí**
Es jardins de Piscines i esports,
Maria Josep Tort. El berrat pescaire

30 - 31 | **Gent Gran**
35 anys de la Llar Mn. Lluís Vidal,
Jaume Busquets
Cuida el teu cervell, Pilar Gaya

32 | **Reportatge**
Com s'imprimeix El jardí?

34 - 35 | **Arts i lletres**
M. Barraso, Jordi Quer, Patricia Trujillo

36 | **La cartellera del barri**
El Faristol: Música al cinema, E. Sant

37 | **Cuina de mercat**
Un món de conserves, B. Pérez

38 - 39 | **Pels petits de casa**
Passatemps: Carrers del Farró

40 | **Contraportada:** Albert Om

Per publicitat: 637 96 16 17 / marti@eljardisg.com

**COMPREM
OR
I PLATA
Nº1 a Catalunya**

**JOIES | MONEDES
RELLOTGES | PLATA
DIAMANTS | LINGOTS...**

Confiança i discreció.
Més de 40 anys d'experiència.

Assessorament expert en diamants, pedres precioses,
rellotges de primeres marques i joies en or i plata.

**PRIMERES
MARQUES
COMPREM
RELLOTGES**



Valoracions privades

**30€
DE REGAL A PARTIR DE 20 GRAMS D'OR *
COMPREM
OR**



Taxem el valor global de la joia

**MÀXIMA
TAXACIÓ
COMPREM
DIAMANTS**



També especialistes en diamants
de més de 4 quilrats



www.compremor.com

* Oferta vàlida fins al 30 de setembre. Regal limitat per persona i dia.

A BARCELONA:

c/ València, 308 (obert al migdia)
T. 93 487 87 49

c/ Muntaner, 332
Trav. de les Cortes, 289
c/ París, 135

Passeig Fabra i Puig, 97
c/ Calvet, 9
Av. Meridiana, 340

OBERT TOTS ELS DISSABTES DE 10 A 14 h

agenda del 16/IX al 15/X

SETEMBRE

FINS AL 30 DE SETEMBRE

III certamen literari: Una història evocadora. Resolució del concurs i lliurament de premis dijous, 22 d'octubre
Lliurament obres:
Centre Cívic Can Castelló

DE L'1 FINS AL 20 DE SETEMBRE

Període de matriculació dels cursos de postgrau de la Fundació Vidal i Barraquer:
— Màster universitari en psicologia general sanitària
— Màster en psicoteràpia psicoanalítica
— Expert universitari en psicoteràpia focal i breu
— Màster en espiritualitat transcultural
— Seminari oberts de psicopatologia clínica
Fundació Vidal i Barraquer
c/ Sant Gervasi de Cassoles 88-90 Tel. 93 434 00 01
http://www.fvb.cat

DEL 2 AL 30 DE SETEMBRE

Exposició: **On tinc el cap?**
a càrrec de Ferran Viladevall, que recull una col·lecció de retrats hiperrealistes a llapis.
Centre Cívic Vil·la Florida

DEL 7 AL 23 DE SETEMBRE

Exposició: **Silvia Conti.**
Presentació del treball d'aquesta artista.
Centre Cívic Can Castelló

DEL 8 AL 25 DE SETEMBRE

Exposició: **Translacions.**
Tòtem I, de Magels Gandet
Biblioteca Joan Maragall

DIJOUS 17, A LES 19 H

Inauguració de l'exposició **Amunt, d'Alexis Bukowski.**
Galeria Espai D
c. de Sant Eusebi, 24

DIJOUS 17, A LES 19:15 H

6a. edició del **Premi Solé Tura de cinema sobre malalties del cervell.**
L'acte de lliurament de premis i projecció de *Alive Inside. A History of Music & Memory* (75 min).
Filmoteca de Catalunya
Plaça Salvador Seguí, 1-9
L'entrada és lliure amb aforament limitat

DIVENDRES 18, A LES 17:30 H

Taller familiar: **Dinocrocs.**
Contes en anglès amb l'escola d'idiomes DinoCroc.
Centre Cívic Pere Pruna

DISSABTE 19, TOT EL DIA

Mostru de Comerç del Turó Parc. De 9 h del matí fins a les 9 h del vespre, amb actuacions infantils de 11 a 14 h, i de 16 a 20 h. S'espera unes 30 parades amb comerços d'alimentació, immobiliàries, joieria, perruqueria i moda.
Jardins del Turó Parc, avinguda Pau Casals
Organitza: Associació de Comerciants i Veïns del Turó Parc

DISSABTE 19, TOT EL DIA

Festa Major del Farró.
De 10 a 14 h, a la plaça de Mañé i Flaquer:
Matí a quatre potes!
Aprenent a conviure amb els gossos.
10 h, carrer Pàdua
Concentració de 600.
Organitza: Bodega Pàdua i el Club Foro 600
11 h Sortida dels 600
11 a 12:30 h, **Ruta de comerços verds del Farró.**
Sortida Casa Sagnier
Organitza: Punt d'informació Juvenil de Sarrià-Sant Gervasi (CC Casa Sagnier)



Cartell de la Festa Major del Farró d'enguany

Més informació d'aquestes activitats i d'altres, i enllaços a internet, al web: eljardidesantgervasi.cat

DISSABTE 19, A LES 10 H

Itinerari ruta literària: **del turó del Putxet al parc de Monterols,** dos turons privilegiats, amb Ruth Galve.
CC Pere Pruna
Preu: 5,01 €. Inscripcions presencials o en línia a: inscripcions.ccperepruna.cat/ccivc

DISSABTE 19, A LES 21 H

Concert d'Abel Pintos; aquest cantant argentí torna a Barcelona.
Luz de Gas
Entrades: 15 i 20 €
Els menors de 16 anys només podran accedir al recinte acompanyats del seu pare, mare o tutor legal.

DILLUNS 21, A LES 19 H

Presentació de la nova etapa de la revista **Kataluna Esperantisto,** i xerrada sobre llengües artificials i drets lingüístics, amb Xavier Alcalde.
Biblioteca Joan Maragall

DILLUNS 21, A LES 19 H

Curs teoricopràctic de primers auxilis a nens, amb Carmelo Montesinos, fisioterapeuta. Dirigir a pares, mares, avis, cuidadors, etc.
creixambtraça
c/ Alacant, 30-32
Durada: 2:30 h
Preu: 30 € (40 € la parella)

DIMARTS 22, A LES 17:30 H

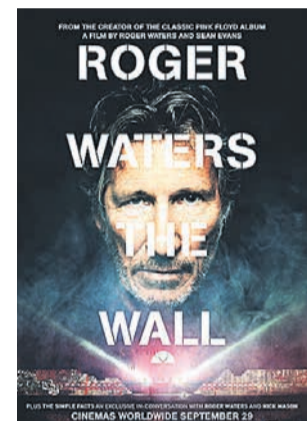
Contes en italià: **Il millepiedi ed il cucciolo,** amb Silvia Ruggiero. A partir de 3 anys.
Biblioteca Joan Maragall

DIMECRES 23, A LES 19 H

Inauguració d'exposició **La presència del collage,** gravats, fotografies i pintures amb collage, de la mà del col·lectiu Estampallure. Fins al 9 d'octubre.
CC Pere Pruna

DIJOUS 24

Cinema i música: **Arcade Fire: The Reflektor Tapes.**
Cinesa Diagonal, 20 i 22 h, 10.92 €
Balmes Multicines VO, i **Bosque** 19 h, 9.50 €



DIMARTS 29

Cinema i música: **Roger Waters. The Wall.** Roger Waters, cofundador i principal compositor de Pink Floyd, fusiona l'èpica i la intimitat.
Cinesa Diagonal, 20 h, 10.62 €
Balmes Multicines VO, i **Bosque** 21 h, 15 €

DEL 30 DE SETEMBRE AL 16 D'OCTUBRE

Exposició: **Cartrons invisibles,** a càrrec del Programa Barris Solidaris.
Centre Cívic Can Castelló

DIMECRES 30, A LES 17:30 H

Contes d'arreu del món, a càrrec de Joan Boher.
A partir de 3 anys.
Biblioteca Joan Maragall

agenda del 16/IX al 15/X

OCTUBRE

DIJOUS 1, A LES 19 H

Inauguració i vernissatge de l'exposició de fotografia **Natura i tardor,** amb la presència de la fotògrafa Sylvia Parés. De l'1 al 31 d'octubre.
CC Vil·la Florida

DILLUNS 5, A LES 19 H

Xerrada sobre **Prevenió del risc cardiovascular,** càrrec del doctor Victor Oliveres i de les infermeres Carne Grané i Cristina Velat.
CC Vil·la Florida
Organitza: Associació de Veïns de Sant Gervasi de Cassoles



DILLUNS 5, A LES 19 H

Parlem de sèries. La sèrie televisiva: Ombres tenebres: l'imaginari del mal, de *True Detective* a *The Walking Dead*, amb Ivan Pintor.
Biblioteca Joan Maragall

DILLUNS 5, A LES 19:30 H

Trobades pedagògiques: **Gestió dels conflictes.**
Alternatives als càstigs, amb Eva Ferran, pedagoga, i Carmelo Montesinos, especialista en la gestió de les emocions. Dirigir a pares, mares, avis, cuidadors, etc.
creixambtraça
Duració: 2 h, preu: 8 €

DILLUNS 5, A LES 19:45 H

Les noces de Figaro, a la Royal Opera House (en directe).
Cinesa Diagonal, 23 €
Gran Sarrià i Bosque 21.50 €

DIMECRES 7, A LES 12 H

Curs de massatge infantil, amb Eva Ferran.
Dirigit a pares i mares amb nadons d'1 a 9 mesos.
creixambtraça
Preu: 70 €
(4 sessions de 1:30 h)

A PARTIR DEL 7 D'OCTUBRE, A LES 17:30 H

Troba't: **Mitja al teu gust.**
Aprèn a teixir mitja, amb Emma Gajo.
Centre Cívic Can Castelló
Inscripcions a partir del 16 de setembre

DEL 7 D'OCTUBRE AL 25 DE NOVEMBRE, ELS DIMECRES DE 18 A 20 H

Teixint xarxes, taller vivencial d'escriptura autobiogràfica per a dones.
Biblioteca Joan Maragall
Cal inscripció prèvia
Organitza: Punt d'Informació i Atenció a les Dones de Sarrià – Sant Gervasi

DIJOUS 9, A LES 19 H

Nabucco de Verdi:
Conferència i audició comentada amb Pepe Reche, de Musicològics.
CC Pere Pruna

DISSABTE 10, A LES 11:30 H

Giraffes can't dance
Gerald el giraffe llargs to dance, but his legs are too skinny and his neck is too long, amb Helen Doron Bonanova. A partir de 3 anys.
Biblioteca Joan Maragall



DIMARTS 13, A LES 19 H

Vine a saber més de... **La magrana i el bolet**
La tardor és temps de magranes i bolets! Xerrada Maria Alcolado i Mercè Homar de Mesquemenjar i degustació de les receptes innovadores i creatives del xef David Sanmartin.
CC Vil·la Florida

DEL 14 D'OCTUBRE AL 13 DE NOVEMBRE

Exposició **Retrats: La Mirada del escriptor,** amb Elena Blanco, cap de premsa de l'editorial Seix Barral. Retrats espontanis d'escriptors fets per l'autora, aprofitant moments lliures entre entrevistes.
Biblioteca Joan Maragall

DIMECRES 14, A LES 10:30 H

Xerrada **Carrers amb nom de dona,** Sonia Tres. El valor de les dones en la construcció i conformació de les societats ha estat fonamental.
CC Vil·la Florida
Preu: 5,01 €

DIMECRES 14, A LES 19:30 H

Música Tradicional. Concert ball amb el Grup d'Improvisació de Música Tradicional de l'Esmuc
Als jardins de Vil·la Florida

DIJOUS 15, A LES 11 H

Visita a l'Observatori Fabra, amb Sònia Tres, Rutes per la Memòria Històrica.

L'Observatori Fabra és un dels observatoris en actiu més antics del món.
CC Vil·la Florida
Suplement de 2 €

DIJOUS 15 A LES 19 H

Inauguració de l'exposició: **Essència de vida,** de Susanna Sentís, Lourdes Rosés i Franciscó Justicia. Fotografia, esgrafiat pictòric i pintura. Tres visions plasmades en diferents tècniques diverses per ensenyar els seus morms diferents unitats per formes i colors.
CC Pere Pruna



DIJOUS 15, A LES 19:30 I 22 H

The Who: Live In Hyde Park. The Who és una de les bandes de rock més importants de tots els temps.
Cinesa Diagonal
Entrades: 10.92 €

DISSABTE 17, TOT EL DIA

3a Mostra de Tardor, Comercial i Gastronòmica de Sant Gervasi. De les 10 del matí a les 12 de la nit; a les 13:30 h pol·lastrada populat i de 20 a 24 h, Tast de nit..
Places Federic Soler i Joaquim Folguera
Organitza: **Barnavasi** i **Mercat de Sant Gervasi**

NOMENCLÀTOR Carrer de Roca i Batlle



Joaquim de Roca i Batlle era, a principis del segle XIX, propietari d'un terreny al vessant nord del turó del Putxet. Tal com ens explica Jesús Portavella a *Els carrers de Sant Gervasi*, el seu successor Joaquim Prat de Roca decidí obrir un carrer al límit baix de la propietat, l'any 1866, que anava paral·lel al carrer Bertran, i de fet durant un temps portà aquest nom ja que es considerava una prolongació d'aquest darrer vial. En morir Prat, el projecte urbanístic va ser seguit pel seu fill, Josep Maria de Prat i d'Abadal, i l'Ajuntament de Sant Gervasi de Cassoles es va aprovar l'any 1885. Finalment és decidit posar el nom de Roca i Batlle.

És un carrer amb grans desnivells i s'hi van construir torretes, molt paradigmàtic del Putxet. De fet, a la vorera més pròxima al cim del turó, si van construir grans torres amb extensos jardins mentre que a la part baixa —tal com es pot veure a la fotografia— hi havia les petites torretes més de classe mitjana o menestral. Carles Riba i Caterina Arderiu, en tornar de l'exili els anys quaranta, van viure uns anys en aquest carrer, i la poetessa li va dedicar un poema:

Pel meu carrer passa una gent estranya, homes i dones, cadascú amb el feix; pel meu carrer, que és dalt de la muntanya, corren les agües i molta herba creix. Caterina Arderiu

Fotografia cedida per Jordi Bulbena Moreu. És de l'any 1960 i encara s'hi veuen algunes torretes avui desaparegudes. En una d'aquestes cases, la número 10 (avui 20) hi van viure Riba i Arderiu



Llame al **T. 93 254 77 46** y solicita una visita gratuita y sin compromiso www.clinicamandri.com

clínica mandri®
medicina y cirugía estética

Ponte en manos de profesionales:
Especialistas en Cirugía Plástica y Medicina Estética

Mejorar nuestro aspecto resulta fundamental para la salud física y mental. Es necesario ponerse en manos de profesionales y disponer de unas instalaciones dotadas de las últimas tecnologías. Este es nuestro compromiso:

Una satisfacción completa.

el SÚPER QUE TIENES



servei a domicili
gratuit
per a compres superiors a 75 euros.
Cost de 4 euros per a les inferiors.

P parking
gratuit

segueix-nos a **f** i **t**
www.plusfresc.cat

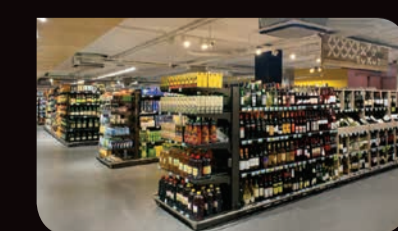
70 ESTABLIMENTS AL TEU SERVEI!
Telèfon gratuït d'atenció: 900 300 192

Visita'ns al supermercat de Sant Gervasi

Via Augusta 188, cantonada Santaló · Disposem de parking

plusfresc:
de Lleida

el supermercat més fresc!



notícies del barri

EL RACÓ DELS VEÏNS La Marina

► Marina Llorca

Em feies viure el barri en el teu dia a dia. Anaves a gimnàstica, primer a l'antic casal de l'Ajuntament ubicat a la Plaça Frederic Soler, més tard us vau traslladar al gimnàs Dojo del carrer Buscarons. Em feies partícip dels exercicis, de l'animosos i genial Maika, la professora. T'ho passaves d'allò més bé, hi anaves dos cops per setmana amb les teves companyes i amigues, i també hi anava algun senyor, la majoria però, éreu dones. Sovint una veïna et portava la capelleta de la Sagrada Família, al darrere d'ella hi havia una llista de les famílies, que cadascú l'havia de fer rodar, després de tenir-la un parell de dies a la llar. Em comentaves: "l'última que vius tan lluny, sinó també te la portaria", ja que darrerament la teníeu més dies del compte, la gent s'anava fent gran i la llista cada vegada era més curta.

Anaves a comprar a la Dorita, al Dia, al mercat de Sant Gervasi, al Caprabo, a la ferreteria de Teodora Lamadrid, a la farmàcia, a la pastisseria Serra, a la merceria de la Rosita, els calçats La Fabrica, etc. Com deia abans em feies participar del barri, de les teves amistats, i de la gent en general, tot i que jo ja feia anys que no hi vivia.

Un cop l'any acostumaves a fer reunions a casa, de Taperware i de Stanhome, ja ho feies en vida del papa. Venien totes les veïnes com la Floreta, la Isabel del fuster, la Roser de Loscertales, la Lola Màrmol, la Marisa veïna de l'escala, la senyora Hidalgo, la Susanna i la Marga de la lampisteria Pérez, l'Antonyita Mascaró, ens reuníem una bona colla. Totes elles conegudes de tota la vida, dels carrers Folguerols, Castanyer, Moragues, Teodora Lamadrid... A banda de totes les comandes que et feia la família i la gent que no podia venir. Tu a poc a poc ens anaves fent l'aixovar de carmanyoles i productes de neteja, que sempre ens anaven la mar de bé, eren cars però bons.

En aquests moments quan et venim a buscar al centre de dia Uszheimer o anem a donar una volta pel barri, i ens saluden, jo et pregunto, qui és? I tu em respones "És del barri". Res més.



El nou Consell de Districte



► El jardí

La Seu del Districte de Sarrià - Sant Gervasi va acollir una multitud de veïns la calorosa tarda del 30 de juliol per poder seguir la constitució del nou Consell Municipal del Districte. La Sala d'Actes es va omplir i es va haver d'adequar el vestíbul, amb una pantalla que seguia l'acte simultàniament, per poder augmentar la capacitat. Poques vegades s'havia vist la Seu del Districte tan desbordada, i menys un 30 de juliol. L'acte el va presidir el nou regidor del Districte, Gerardo Pisarello, que va dir que el nou govern municipal de la ciutat vol escoltar els ciutadans; que els mou la voluntat de diàleg. Seguidament es va passar a la presentació dels nous consellers, nomenats per decret d'Alcaldia arran els resultats de les eleccions municipals de 24 de maig d'enguany, que van prometre o jurar el seu càrrec utilitzant diferents fórmules.

En total van prendre possessió del seu càrrec 17 dels 19 consellers que conformen el Consell de Districte, a l'espera del nomenament d'Alcaldia d'un dels dos consellers de BComú-E, i per l'absència d'un altre conseller de C's. En tots dos casos prendran possessió del càrrec en un proper Consell de Districte.

Finalment, la llista completa dels actuals consellers és la següent:

BComú-E

Joan Manel del Llano Ribas
Jaume Llànsó Torras, conseller tècnic CDC

Pol Llorca

Oriol Bertran Ferrer
Joan Figuerola Borràs
Jaume Oliva Sala
Concepció Molinas Mallol
Núria Zaragoza Formiga
Montse Martín Vivas
Montse Cantín Mas

Unió

Victor Gonzalo Pérez
Jordi Bosch Sala

ERC-AM

Guillem Casals León
C's

Francisco Javier González Blesa
Ivan Bello Alriols

Ignacio López Salvador
Gonzalo Blesa

PPC

Oscar Ramírez Lara
Josep Anton Guillem González
Boris Valls Guardiola

El segon punt de l'ordre del dia va ser la votació de la proposta del càrrec del president del Consell de Districte, càrrec, que per àmplia majoria, va recaure a Jordi Martí i Galbis per 16 vots a favor i una abstenció. Jordi Martí és regidor de CIU de l'Ajuntament de Barcelona i durant l'anterior mandat ser regidor del Districte de Sants - Montjuïc i regidor de Presidència. Finalment la nova gerent del districte és Amàlia Ganga Viñas. *Fe d'errates:* en el número de juliol, a la pàgina 6, vam cometre una errada en posar el cognom de la nova gerent del districte, que en aquest article intentem resoldre. Sentim molt haver comès aquesta errada.

Escorcoll a Teyco

► El jardí

L'habitual tranquil·litat de la zona alta de Sant Gervasi es va trencar el migdia del 23 de juliol, quan unitats de la lluita anticorrupció de la Guàrdia Civil van irrompre i escorcollar la seu central que l'empresa Teyco té al carrer del Císter 1,



La Guàrdia Civil entra a la seu de Teyco, al carrer del Císter, a finals de juliol. Fotografia de Juan Pablo Torrens-Faura

a la cantonada amb el passeig de Sant Gervasi. L'operació estava relacionada amb la investigació de la família Sumarroca, una de les principals accionistes de la constructora i promotora immobiliària Teyco. L'empresa, la va fundar l'any 1963 per Carles Sumarroca Coixet, que va ser un dels fundadors de Convergència Democràtica de Catalunya (CDC) i amic de Jordi Pujol i altres dirigents. La família Sumarroca té una àmplia diversificació productiva, des dels sectors de l'electricitat (Emte), fins als vinícoles (Bodegues Sumarroca).

En l'operació de juliol es va detenir i es va prendre declaració a Jordi Sumarroca, conseller delegat de Teyco, imputat pels delictes de suborn, blanqueig de capitals i contra l'administració pública, segons les fonts esmentades arran d'uns negocis a Torredembarra. També es va detenir dos altres membres de la família Sumarroca i l'alcalde d'aquesta població Daniel Masagué, acusat dels delictes de prevaricació, suborn i malversació de fons, entre d'altres. Tots els detinguts van ser posats en llibertat després de prendre declaració, excepte Jordi Sumarroca, que va estar detingut a Tarragona fins al dia 11 d'agost, quan va ser posat en llibertat després de dipositar una fiança de 600.000 €. El 28 d'agost aquest cas va provocar noves operacions de la Guàrdia Civil, amb l'escorcoll de la Fundació CatDem i de la seu de CDC, a més de les seus dels ajuntaments de Sant Cugat, Sant Celoni, Lloret i Figueres.

Centre Integral de Bellesa i Salut



Depilació Làser Alejandrita

Sessions il·limitades durant 3 anys

Consulta els nostres preus!



www.eternwellness.com



C/ Arimon 18-20 | 08022 Barcelona | tel. 93 181 39 34

Dilluns-Divendres: 9:30 a 22:00 h. | Dissabte: 10:00 a 20:30 h. | Diumenge: 10:00 a 14:00 h.

Curs al col·legi de Doctors i Llicenciats

Observar i escoltar per ajudar a créixer

Adreçat a professorat de secundària. Ofereix un espai per reflexionar sobre les dificultats del dia a dia en la relació amb els alumnes i a compartir el més gratificant.

Del 15 d'octubre al 17 de desembre.
Dijous de 18:00 a 21:00

Més informació a:
<http://nodreddo.wix.com/nodre>
<http://www.cdl.cat/escola-de-tardor>



JPC COM Comunicació Marketing RR.PP. **AGÈNCIA DE COMUNICACIÓ**

SERVEIS PER A **EMPRESSES I PARTICULARS**

- Disseny corporatiu
- Gabinet de Premsa
- Marketing online

Bertrand i Serra, 17 - 19 - 08022 BCN - t:934.177.217 - www.jpccomunicacion.es - info@jpccomunicacion.es

notícies del barri



Fotografia: Rosa Castell

L'11 de Setembre al districte

► **M. Antònia Font Fernández, Jesús Mestre**

Els dies importants arriben precedits d'una vigília. La Diada, naturalment, també (no n'hauriem de dir *vigília*)? El 10 de setembre, doncs, la Seu del districte de Sarrià-Sant Gervasi va acollir la narració de *Victus, del mal que van fer aquells soldats*. El temps atmosfèric va fer una mica de mal al del calendari i l'acte no es va poder fer a la plaça del Consell de la Vila, sinó entre persianes tancades i llums artificials. La narració va ser espectacular, en el sentit que us deu haver vingut al cap i en el sentit que es va concebre com un espectacle musical: l'actriu Sílvia Bel va encarregar-se de la recitació i dels comentaris, mentre que Lúcia Vives va encarregar-se del text cantat, Carles Beltran del piano, Carles Grima de la percussió, Lautaro Rosas del baix elèctric i d'instruments de corda i Joan Miró d'instruments diversos. El mateix autor de la novel·la *Victus*, Al-

bert Sánchez Pinyol, va seleccionar els textos que es van interpretar, uns textos que narren alguns episodis essencials del setge que va patir Barcelona el 1714. Després d'un espectacle tant patriòtic, el personal esperava el tradicional discurs del nou regidor de Districte, Gerardo Pisarello, qui va remarcar "la dignitat d'aquest poble, i que el seu anhel de llibertat va ser esclafat...". El discurs va anar derivant cal a la lluita d'altres pobles, tant de la resta d'Espanya com de l'Europa mediterrània, i fins i tot llatino-americans... on també hi ha anhels de llibertat. I va acabar fent una crida a la cerca d'aliats sota els valors de "llibertat, igualtat, fraternitat". Un bon discurs però lluny de Sarrià i de Sant Gervasi, fins i tot de Barcelona, i amb escassa menció de la "lluita per aquest anhel de llibertat" que es preparava per fer història el dia següent a la ciutat: la Diada de l'Onze de Setembre. En acabar l'espectacle, els assistents van poder cantar l'Himne de Catalunya.

Música al parc

► **El jardí**
Des de mitjans de juny fins a principis de setembre, s'ha fet el festival "Música als parcs", organitzat per l'Ajuntament de Barcelona. Es van fer un total de 46 concerts de música clàssica i jazz. A Sant Gervasi, es van fer dos concerts de jazz als jardins de la Tamarita i quatre de música clàssica al Turó Parc. Aquests darrers, com és tradicional, sempre van estar molt plens de gent i van oferir concerts insòlits i d'un elevat nivell de qualitat. Per exemple, el 8 de juliol es va presentar l'Alè Quartet, format per quatre intèrprets de flauta travessera que van venir del País Valencià, o el 15 de juliol la parella croata del D&B Dúo van oferir un espectacular concert de piano a quatre mans. Aquest festival permet fruit de la música en un ambient relaxat, fresc

i natural, cosa que ajuda a concentrar-s'hi més i trobar nous matisos. Cal agrair els programadors que aconseguen confeccionar un festival amb actuacions singulars i alhora mantenir un nivell de qualitat molt alt.



Fotografia: Josep Casellas

Integració, moviment, temps

► **Elena Bulet**

Si per alguna raó el bon ambient, el parc infantil, el centre cívic o el bar del jardí no havien aconseguit convèncer-vos perquè visitéssiu els jardins de Vil·la Florida, ara sí que no teniu excusa. Fins al 25 de setembre a la Biblioteca Joan Maragall hi trobareu l'exposició "Translacions. Tòtem I" de Magels Landet, que combina l'escultura, el collage i la fotografia; l'organitzada per l'Ajuntament de Barcelona - Districte de Sarrià-Sant Gervasi. A més, aquesta exposició explica el projecte de l'escultura "Tòtem I", donació que l'artista ha realitzat als jardins de Vil·la Florida.

Ubicat als jardins, el tòtem es relaciona amb la natura, tot transmetent un missatge d'acceptació, de tolerància i d'integració d'altres cultures en la nostra societat. Aquesta escultura formava part d'una col·lecció de tres tòtems sonors situats a la Plaça de Joan Corominas en motiu del 5è Festival de Músiques Contemporànies de Barcelona, celebrat el 1998 al Centre de Cultura Contemporània de Barcelona (CCCB). Tot i haver perdut el moviment i la sonoritat que tingué aleshores, el Tòtem I encara conserva la seva presència i serenitat. L'artista juga amb les obertures i les finestres, elements que posteriorment evolucionaran en ulls, "les finestres intel·ligents del nostre cos" cita Magels. Aquests ulls són ben presents en les creacions de l'autora, com

Magels Landet ha donat una escultura als jardins de Vil·la Florida. D'ara en endavant, a més de jugar i gaudir de la natura, es podrà contemplar una obra d'art.



Fotografia: Javier Sorá



Inauguració de l'exposició amb Josep M. Cadena, Magels Landet i Conxita Mataró

es pot observar a l'exposició que recull obres com ara tòtems i habitacles, o bé elements de les col·leccions "Visions", "Eyes and Leaves", "Natura i espai" i avenços d'un nou projecte, "Aire". Les finestres dels tòtems recullen la comunicació entre l'espai interior i exterior, la interrelació amb l'entorn i amb els altres. Arriba un moment en què les finestres ja no es troben solament en els tòtems, sinó que formen part de nosaltres, són els nostres ulls. Aquestes finestres interiors es veuen reflectides en totes les escultures i quadres de "Visions". Posteriorment, també apareixeran en les obres de collage d'"Eyes and Leaves", que destaquen pel seu cromatisme. Els colors vius simbolitzen el respecte per la natura, la integració dels humans en la naturalesa. Per crear aquesta col·lecció, Magels es va inspirar en el seu viatge a l'illa Kauai, també coneguda com l'illa Jardí de les illes Hawaii. Aquest esperit d'integració i respecte per la natura segueix sent present en les escultures pertanyents a la col·lecció "Natura i espai" i en les que conformaran la col·lecció fotogràfica "Aire", encara en creació. L'exposició inclou dues de les fotografies que integren aquesta nova col·lecció, on ara les flors no són estàtiques, sinó que s'enlairen, volen. I per volar, així com per crear, es necessita temps. En la inauguració de l'exposició va intervenir l'artista, Magels Landet, l'escriptor i crític d'art Josep Maria Cadena i la historiadora de l'art Conxita Mataró. A mitjan d'octubre s'inaugura oficialment l'escultura "Tòtem I", que es troba als jardins. Si bé l'exposició serà temporal, el tòtem restarà sempre als jardins de Vil·la Florida, xiuxiuejant-nos a cau d'orella que hem de ser millors, que integrem les altres cultures, que ens il·lusionem i que no perdem mai les nostres esperances.

notícies del barri

El ballet professional al barri

Aquest setembre la ballarina professional Carolina de Pedro Pascual, obre una escola de dansa i ha escollit Sant Gervasi per fer-ho. Concretament serà on estava situat l'antic ateneu de Sant Gervasi, al carrer Atenes, prop de la cruïlla amb la Rda. General Mitre. Va estudiar a l'Institut Superior d'Art del Teatre de Colon, a Buenos Aires, on va obtenir el diploma de ballarina professional. El 1993 va rebre una invitació de la companyia russa de ballet de Serguei Randchenko, una de les figures més importants del ballet rus, qui juntament amb Maris Liepa són els creadors de l'actual Russian National Ballet. Ha estudiat amb molts mestres rellevants del ballet internacional i des del 1993 dedica bona part del seu temps a donar classes de ballet, per a nens, joves. Per tant, sembla una bona oportunitat, per qui vulgui aprendre ballet clàssic i dansa, passar per les seves instal·lacions i comprovar-ho per un mateix. Sempre és una bona notícia, quan professionals de referència escullin el barri per dur a terme els seus projectes.

Amunt, d'Alexis Bukowski

La Sala D, Concept Galery and Events, del carrer Sant Eusebi 34, inaugura el dia 17 de setembre una exposició singular: Amunt, d'Alexis Bukowski. Nascut el 1992 a Barcelona, Bukowski comença a dibuixar des que pot agafar un llapis. Les seves primeres exposicions són a les parets de casa seva i a les taules de l'escola i més tard a les de l'institut. Allà va aprendre l'antic ofici de netejar taules a les tardes quan es quedava castigat per haver-les pintat. L'exposició Amunt neix de l'observació de les persones. Del seu comportament a la ciutat, que és on visc. Tot i que és extensa la creença de l'alienació personal entre els uns i altres a les metròpolis, de vegades es creen moments espontanis de comunió en quedem units per la nostra innata curiositat. Quan anem pel carrer i de cop veiem un grup de persones mirant amunt, segurament ens pararem, tot i no tenir absolutament res a veure amb aquestes persones, i nosaltres mateixos també mirarem amunt, per saber què és el que passa. Mirar amunt es converteix així en un símbol de la condició humana, sempre a la recerca de respostes i explicacions a allò que ens passa, i que al final, és el que ens uneix els uns als altres.

Nova sala d'estudi nocturn

A partir d'aquest mes de setembre, hi ha una nova sala d'estudi nocturn permanent a la Biblioteca Sant Gervasi- Joan Maragall, en substitució a la sala d'estudi de l'Institut Montserrat. La nova sala d'estudi nocturn funciona en horari de 21 a 1 h, de dilluns a divendres. Durant tot el curs, però sobretot en època d'exàmens, el lloc d'estudi esdevé de vital importància. Per aprofitar bé el temps és molt convenient estudiar en un espai sense distraccions o interrupcions.



Pisarello vol comunicar-se amb les entitats del Districte i va deixar un correu de contacte: sarria-santgervasi@bcn.cat

El regidor convoca a les entitats



Fotografia: Elisenda Anton

► **Jesús Mestre**

A poc a poc, la nova administració municipal va coneixent Sarrià - Sant Gervasi. Gerardo Pisarello, acompanyat de la gerent Amàlia Ganga i del conseller tècnic Jaume Llansó, van convocar pel 15 de setembre les entitats del districte a la Sala d'Actes de la Biblioteca Joan Maragall. La convocatòria havia obert expectatives, ja que la sala es va omplir del tot: unes 100 persones, la majoria vinculades a associacions, van respondre a la invitació del nou regidor. Tot i que ningú sabia exactament de què aniria la trobada. Després d'una breu presentació per part de Jaume Llansó, el regidor va demanar els assistents que és presents sin i esmentessin a l'associació que representaven. Hi havia gent d'arreu del districte, més dels que habitualment assisteixen als plenaries, les audiències públiques o els consells de barri: de la Bonanova, del Galvany, del Putxet, del Farró, de Sarrià, de Pedralbes, de Vallvidrera... Hi havia representació de la majoria de tipologies d'entitats: les associacions de veïns, les de comerciants, les de cultura popular, les ampes de les escoles i dels instituts, la plataforma de veïns, els grups escoltes, els grups de veïns amb interessos molt particulars, etc. Pisarello va dir que aquell dia venia, sobretot, a escoltar. A conèixer una mica més aquest territori tant complex

i ric de matisos que anomenem Sarrià - Sant Gervasi. També va dir que el nou equip municipal vol fer canvis i que tenen un programa que intentaran complir, cosa que pot generar algun conflicte. Però que la prioritat és anar establint pont de diàleg entre l'administració, les entitats i la gent. Vol anar elaborant una metodologia per poder-nos trobar i, per exemple, preparar de forma participativa el Pla d'Actuació del Districte. Tot seguit va donar la paraula als assistents i, ben aviat, va sortir el llarg llistat de peticions, reivindicacions, o precis que tothom coneix prou bé ja que la majoria fa temps que duren i que regidors i regidores anteriors també coneixien. Per exemple, la manca d'un espai de trobada pels joves del districte; però d'espais de reunió també hi ha, però de qualitat, com el casal de gent gran de Sant Ildefons, o des de l'Associació de Veïns de Sant Gervasi es tem noves aturades al vell projecte de l'ascensor de l'estació de ferrocarrils de la plaça Joaquim Falguera. Gerardo Pisarello de ben segur que va trobar el districte encara més complex, però cal agrair que vulgui escoltar. I es va quedar per convocar una nova trobada d'aquí un parell de mesos.

Dibuix d'Alexis Bukowski que serveix per il·lustrar l'exposició Amunt.

Estudio de Ballet Clásico Danza Ballet® Junior & Senior

Clases de ballet método ruso Vagánova

Preballet 5/6 años - Formación para jóvenes a partir de los 8/9 años

Clases nivel Intermedio/Avanzado - Danza de carácter

Body Ballet® para personas de todas las edades

ESTUDIO DE BALLET FEDERADO EN LA FEDERACIÓN CATALANA DE PROFESORES DE DANSA



C/Atenes 27 3º piso
Profesora Carolina de Pedro Pascual
info@carolinadepedro.com
Tel.: 659 241 784



COAC SARRIÀ-SANT GERVAZI

Saben els ciutadans d'arquitectura?



▶ Salvador Torrents

Perquè se sàpiga d'alguna cosa abans s'ha d'haver après. El que sabem, abans ho hem après per nosaltres mateixos o per què ens ho han ensenyat? Saber d'arquitectura vol dir tenir coneixement, per exemple, dels ordres arquitectònics,

com són el toscà, el dòric, el corinti i el compost? Saber d'arquitectura vol dir tenir coneixement de l'arquitectura del món antic: prehistòric, egipci, antic pròxim orient, egeu, grec, etrusc, romà, protocristià i bizantí; l'arquitectura de l'edat mitjana: islàmic, medieval, romànic, gòtic; l'arquitectura del renaixement, del món modern, etc. L'arquitectura és l'art de projectar edificis per l'ús de l'home, tot tenint en compte moltíssims factors i condicionants. Per fer una bona arquitectura s'ha de conèixer molt bé l'usuari, qui serà el destinatari final, quines són les seves necessitats i maneres de ser — gustos, sensibilitats —, quines són les seves possibilitats econòmiques i, sobretot, què està disposat a gastar, etc. Coneixement de la ubicació del terreny on es vol construir per veure la seva idoneïtat: entorn -urbà o no, edificat o no, orientació a efectes d'assolament, temperatures màximes i mínimes durant l'any, pluviometria, vistes, direcció i sentit del vent, si es troba prop del mar o de la muntanya o en cap dels dos, topografia, recorregut de les aigües pluvials i subterrànies, subsòl, urbanitzat o no. S'ha d'aconseguir la integració total de l'edifici amb l'entorn on es vol ubicar, que l'usuari s'hi identifiqui: és el que volia, i que el resultat final sigui art. Coneixement de la normativa urbanística aplicable: alçada reguladora màxima i nombre màxim de plantes, profunditat edificable, edificació entre mitgeres o no, percentatge d'ocupació en planta en el cas d'edificació aïllada, etc.

Materials a emprar segons es tracti de fonamentació, estructura, sanejament, tancaments fixos o mòbils, aïllaments, eficiència energètica, aprofitament de l'energia solar per l'escalfament de l'aigua sanitària (acs) o calefacció per aigua, ventilació creuada de les diferents dependències, materials d'acabat que no afectin la salut dels usuaris, etc. Afrontar les barreres arquitectòniques que es presenten pels minusvàlids: accessos des de l'exterior a l'edifici i a l'interior, rampes -diferents pendents segons el recorregut, amplades- i replans, amplades pel gir, amplades de les portes, accessibilitat als ascensors i les seves mides, baranes, etc. En síntesi, s'ha de fer front a recorreguts practicables o adaptats, segons els casos. L'arquitectura, l'art d'edificar pel servei de l'ésser humà, ha de comptar a l'hora de projectar, com es pot veure, molts i diversos coneixements

Salvador Torrents i Vergés és responsable de la Seu de Sarrià-Sant Gervasi de la Demarcació de Barcelona del Col·legi d'Arquitectes de Catalunya

NATURALMENT CURIOSOS

La revolució abstracta



▶ Joan Solé

L'any 1936 en el bàndol republicà es va desenvolupar un dilema davant el conflicte iniciat per Franco el 18 de juliol: "fer la revolució o guanyar la guerra". La perspectiva del temps, i després de quaranta anys de dictadura, ens pot fer pensar que un dilema d'aquelles característiques potser no fou del tot adequat pel bàndol derrotat. La Generalitat de Catalunya, la República Espanyola, la CNT-FAI, les JLC i el POUUM van malgastar forces en favor d'un exèrcit franquista que no desitjava més que derrotar a tots aquells que feien possible la República. El punt culminant dels despropòsits fou durant aquell mes de maig del 1937, quan Eusebi Rodríguez Salas, comissari d'ordre de la Generalitat i militant del PSUC, va ocupar l'edifici de Telefónica controlat per la CNT, qui sota el paraigua del decret de col·lectivitzacions se n'apropià i desencadenà uns enfrontaments que els diaris de l'època van informar d'uns cinc-cents morts i mil cinc-cents ferits.

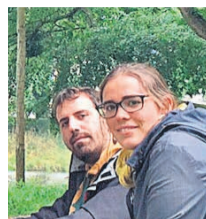
"Fer la revolució o guanyar la guerra" és un eslògan que un company, la setmana passada, equiparava a un dilema actual: "fer la revolució o la independència". La llista de Catalunya sí que es pot simbolitzar aquell perfil que vol fer la revolució, malgrat el gran repte que s'apropa i que vol conquerir la llista de Junts pel Sí i CUP-Crida Constituent. La dicotomia d'aquestes eleccions és mou entre governar la Generalitat o construir un nou estat socialment just. Davant aquestes opcions, què hi ha més antic que voler ser president de la Generalitat? Una institució amb un marge de maniobra estret, que ha de passar comptes amb el seu superior. Què hi ha més antic que un president català que va amb la seva carpeta cap a Madrid, per explicar al seu superior allò que vol assolir? Plantejar les eleccions catalanes com un camí per assolir la presidència de la Generalitat respon a la revolució d'uns pocs que volen ocupar una institució. Durant la transició es van desenvolupar dos corrents que apostaven per la reforma del sistema franquista cap a un model democràtic, o per la ruptura amb el règim i desenvolupar un procés constituent que espanyolés tots els fantasmes d'un sistema que durant quaranta anys havia perseguit i executat l'oposició política i cultural. En aquell moment, per sorpresa, alguns partits d'esquerra varen apostar per la reforma. Avui, 'Catalunya sí que es pot', aposta per una República Catalana dins una monarquia federal espanyola. Un concepte que el diccionari recull com "oxímoron".

Un company crític amb la direcció d'ICV-EUIA em reproduïa una conversa entre ell i un amic seu de la CUP. Reflexionava: "la revolució passa per davant vostre i esteu deixant que el tren marxi". Alguns sociòlegs expliquen aquest fet al temor de fer realitat un impossible. Quan més a prop tens l'objectiu, qualsevol excusa t'és bona per no assolir-lo. La pregunta és, el 27S agafaran el tren o el deixaran passar?

www.joansole.cat

NATURALMENT CURIOSOS

Jet lag



▶ Marc Talló i Neus Mestre

S'acaba l'estiu i amb ell les vacances. Alguns de vosaltres potser heu gaudit d'un viatge a un destí remot on la diferència horària és considerable. Ahir una amiga ens va explicar que havia viatjat a Chicago. Feia una setmana que havia arribat i la diferència horària li havia passat factura: va arribar a les nou del vespre, que correspon a les dues del migdia de Chicago. Aquella nit no va poder dormir i en canvi, al matí, no hi havia manera de despertar-la. Per sort, dos dies més tard ja es va adaptar al nostre horari. Aquesta alteració del son temporal és el que es coneix com a *jet lag*.

Quan tenim *jet lag* el nostre cos segueix el ritme a què estava acostumat, independentment de l'hora que sigui. Aquest efecte és conseqüència d'un rellotge biològic que ens dicta quan hem d'estar desperts i quan no.

El rellotge biològic es manté per la melatonina, una hormona que viatja per la sang. Abans de despertar-nos el nostre cervell envia l'ordre d'alliberar molta melatonina a la sang i aquesta comença el seu viatge de despertar les parts del cos per on passa. La melatonina seria un despertador que va cridant: "Bon dia cèl·lules! Ja podeu començar a treballar". Així, de mica en mica, el nostre cos es desperta per estar actiu quan ens llevem. A mesura que va passant el dia, la melatonina es va degradant i el cervell deixa d'alliberar-ne. Quan queda poca melatonina a la sang el nostre cos necessita anar a dormir i reposar fins a l'endemà. Així doncs, la melatonina és la pila del nostre rellotge biològic.

Quan tenim *jet lag*, la melatonina ens manté desperts quan tothom està dormint i és fosc ja que el nostre cos encara segueix l'horari de durant el viatge. Per adaptar-nos al nou horari i sincronitzar-nos amb l'entorn cal poder percebre'l. L'ull s'encarrega d'aquesta missió: avisa al cervell quan hi ha llum i quan no n'hi ha. Hem comentat que la melatonina és alliberada pel cervell. Doncs bé, si l'ull no percep llum li diu al cervell que descansi i que encara no alliberi melatonina. Així, al cap d'uns dies el nostre rellotge biològic queda ajustat. L'ull actua com la peça dels rellotges que ens permet canviar l'hora. La temperatura, el menjar i altres elements de l'entorn també ajuden en aquesta tasca.

De vegades pot passar que el nostre cervell no és prou eficient adaptant-se a l'entorn i no hi ha manera de superar el *jet lag*. En aquests casos ens poden receptar melatonina, de manera que nosaltres mateixos, a través de les pastilles de melatonina, marquem quan cal estar desperts.

Marc Talló Parra i Neus Mestre Farràs són biòlegs humans i recolliran les vostres propostes de temes a tractar a naturalmentcuriosos@gmail.com

El concurs fotogràfic de la Festa Major del Farró

Entre els actes de la Festa Major, hi havia un concurs de fotografia, amb dues categories. Una era de temàtica oberta, amb tres premis, que va ser guanyada per Mercè Albigès amb la fotografia "home i xarxa".



Fotografia: Mercè Albigès Riera

L'altra categoria se centrava en temes exclusius del Farró i el va guanyar Àngel Mur amb una fotografia de l'interior de la popular bodega Pàdua. Reproduïm les imatges guanyadores que ens han cedit els autors.



Fotografia: Àngel Mur

CIC escola idiomes

ANGLÈS
FRANCÈS
ALEMANY

TRIA
CIC ESCOLA
D'IDIOMES

www.iccic.edu/idiomes

BARCELONA Via Augusta, 205 | Torrent de les Flors, 68
SANT CUGAT Av. Generalitat, 199-201
MATARÓ Moianès, 17 (Escola Meritxell)

T. 93 200 11 33

Institució Cultural del CIC
Fundació Privada

RÀPID MODOLELL

www.cerrajeriamodolell.com

Reparació de calçat | Duplicat de claus | Comandament de pàrquing | Obertura de portes | Claus Fichet 787, Soler, Sidese | Instal·lació, canvi i reparació de panys | Centre Tècnic SAG Seguridad i DOM | Receptors de Comandaments | Claus i comandaments per cotxes i motos

c Modolell, 57, local 4 Barcelona

DLL 16-20 h DM-DV 9-14 h | 16-20 h DS 10-13:30 h

dilluns matí tancat

scòts
CORSETERIA • MODA ÍNTIMA • BANY
Especialistes en corseteria:
confort, maternal, esportiva,
terapèutica, bodys, faixes
i moda bany.
Disponibles en totes
les talles i copes

Anita
SINCE 1984

C/ d'Arimon, 6 | Telèfon: 93 667 83 90 | www.corseteriascots.com

L'ART D'OBSERVAR

Ens cal reaprendre a observar?

► **Pau Farràs Ribas**
 Observar és una activitat essencial, vital, des que naixem. L'infant, des del bressol és ple de sensacions i, a poc a poc, les va coneixent, les va identificant i les va omplint de significat. L'infant observa i, amb l'experiència que aporten els dies, amb la repetició de percepcions, comença a distingir la claror, de l'ombra; l'ombra, de la foscor; la calor, del fred; el parlar de la mare, del silenci; la quietud del lliet, del balanceig en anar a coll del pare o la mare. Però l'observació li permet, no només conèixer el món extern, si no també conèixer-se a si mateix a partir de poder anar distingint la sensació de gana i la de sacietat; la de benestar i la de neguit; el desig d'estar en contacte i el cansament. L'observació també és una activitat clau a l'hora de desenvolupar una professió, posem per cas l'arquitectura, la recerca mèdica, l'antropologia. No en conec l'ofici de prop, peròestic segura que algunes de les primeres coses que deuen fer els arquitectes davant d'un nou encàrrec són preguntar-se per l'entorn de l'edifici a construir o a rehabilitar, observar aquest espai, imbuir-se de les sensacions d'aquest context, anar-lo a veure, passejar-hi. Però també, preguntar-se per com serà la vida dins de cada habitacle, imaginar-la, indagar, preguntar, observar i registrar les noves maneres de viure. Tot això és observació.

En les ciències socials i en totes aquelles tasques on les relacions interpersonals tenen un paper protagonista (per exemple, en les professions assistencials, educatives o del món de la salut), l'observació hi juga un paper molt rellevant. En aquests contextos, per poder comprendre el que s'esdevé i per poder comunicar amb efectivitat, cal aprendre a interpretar el gest, els hàbits, el comportament, els rituals, les reiteracions, les freqüències, l'ús de l'espai. Observar ens ajudarà a copsar la informació velada que es transmet en les relacions interpersonals, a veure tot allò que no és evident i, per tant, a descobrir alternatives a les maneres de fer habituals, a trobar nous camins de contacte i noves maneres d'estar en relació amb els altres. D'arribar als altres. L'observació, doncs, obre les portes a l'aprenentatge per l'experiència, a descobrir allò desconegut. És una font de creativitat que aporta qualitat a la tasca professional.

Cal, però, que reapreguem a observar si aquesta és una activitat que hem fet des de la nostra arribada a la vida? Som en el món del zàping, un món sobressaturat d'informació. La digestió d'aquest gran cúmul de coses a saber ens treu temps d'estar en contacte amb les nostres percepcions, de fer silenci per posar la pissarra dels nostres sentits en blanc i poder-hi registrar allò que veiem, allò que copsem, allò que sentim i tot allò que a poc a poc anem convertint en pensament. Ens cal reaprendre a observar per contrarestar l'allau d'informació que ens ve de fora, per poder destriar el valor i el sentit que té per nosaltres tot allò que ens ve de fora, per poder viure les nostres experiències en primera persona i gestionar-les de manera creativa i donant-los sentit i significat.

Pau Farràs Ribas és consultora de "Nodre, diàleg i desenvolupament organitzacional, <http://nodreddo.wix.com/nodre>



CUINA DE CONVENT

Enciamades de lletuga



► **Fra Valentí Serra de Manresa**
 Enceto per als lectors del periòdic *El Jardí de Sant Gervasi* una nova sèrie sobre antigues tradicions agràries i gastronòmiques dels frares caputxins que, encara avui, poden ser d'interès o d'alguna utilitat pràctica. Els franciscans caputxins som una reforma dels framenors que fou aprovada l'any 1528 pel papa Climent VII i que arribà a Catalunya l'any 1578. Un mapa de la *Provincia Cataloniarie*, estampat a Milà l'any 1713, mostra l'expansió dels frares caputxins al Principat de Catalunya, llavors amb 25 convents i 515 religiosos. Quan els primers caputxins arribaren a Catalunya, abans d'establir-se al Desert de Sarrià, foren acollits provisionalment a la rectoria de Sant Gervasi de Cassoles, "les cases soles", un indret ben adient per la tradició eremítica dels primers frares.

Del bell antuvi cal assenyalar que l'estudi de la tipologia dels productes alimentaris a ingerir durant els àpats conventuals i, sobretot, la manera de preparar-los o de guisar-los, fa que avui es pugui precisar la manera més correcta de denominar-los. Per exemple, abans de la supressió de la vida religiosa, el terme enciam, més que no pas una lletuga, volia dir —i així ho entenien i ho distingien els antics caputxins i caputxines— aquell conjunt de bocs de verdura o d'hortalissa que eren amanits amb oli, sal i verdures (en castellà: ensalada), per tal de ser menjats immediatament abans dels plats principals o, també, a voltes, menjats durant els àpats o en les col·lacions nocturnes en els dies de dejuni. Per això, el diccionari català-valencià-balear d'Alcover-Moll parla de "l'ensiam de caputxins o de totes herbes"; una amaniada que preparaven els antics frares combinant herbes tendres, i que era una menja molt exquisida i refrescant. D'aquestes herbetes que formaven part de les amanides refrescants dels frares, s'hi referí Rafael d'Amat, el baró de Maldà, en el seu cèlebre *Calaix de Sastre*. Tanmateix, en els nostres dies el terme enciam sovintment s'empra per denominar qualsevol de les diferents espècies de la lletuga (en català: lletuga), però no podem pas oblidar que el sentit originari del terme enciam era amanir, que vol dir disposar una cosa de manera apta o convenient per a l'ús que se n'ha de fer (en castellà: *preparar o aderezar*). Recordem que, fins no fa massa anys, es deia encara a pagès: "amaneix-te la roba per a demà, que és diumenge", i també: "amaneix les tovalles, que començarem a parar taula", i és per aquesta raó que el baró de Maldà en les seves descripcions parla, de manera ben explícita, a propòsit de la "lletuga de ensiam".

Fra Valentí Serra de Manresa és l'arxiver provincial dels caputxins de Catalunya

MOSSOS D'ESQUADRA

L'Oficina de Relacions amb la Comunitat

► **Xavier Boned**
 La proximitat i la voluntat de servei són dos dels valors de la Policia de la Generalitat – Mossos d'Esquadra. La proximitat com a manera de conèixer la realitat social, des de l'arrelament al territori, i de detectar les necessitats de la ciutadania a la qual se serveix per afavorir la convivència pacífica. I la voluntat de servei per tal d'orientar-se cap a la ciutadania, amb la voluntat de satisfer les necessitats amb qualitat. Aquests valors es veuen especialment reflectits en els grups anomenats Oficina de Relacions amb la Comunitat (ORC) que donen servei a cada comissaria de Mossos d'Esquadra.

L'ORC és l'eina fonamental com a servei policial de qualitat dintre de l'àmbit de la policia comunitària existent a les comissaries dels Mossos d'Esquadra, amb l'objectiu bàsic d'identificar, contactar personalment i col·laborar amb tots els representants socials existents al territori.

L'objectiu és generar xarxes de relació per detectar els problemes i les necessitats que afecten la ciutadania en matèria de seguretat, tot creant programes de proximitat, amb clara vocació didàctica i preventiva, per tal de donar respostes particulars a cada problema concret. Finalment, també persegueix aconseguir la implicació ciutadana en la resolució dels conflictes, per tal de crear un clima de confiança, de complicitat i de col·laboració, per millorar així la qualitat de vida.

Al districte de Sarrià - Sant Gervasi l'activitat que els ocupa més temps és la de fer prevenció als centres educatius. Anualment, col·laboren amb una mitjana d'entre 80 i 90 instituts i escoles. Ara que està a punt de començar el nou curs escolar 2015-16 convé destacar algunes dades: Durant el passat curs 2014-2015 van dur a terme un total de 207 xerrades repartides de la manera següent: Primària: 33; Secundària: 118; Batxillerat: 4; Cicles Formatius: 20; AMPA: 7; Educació Especial: 5; Discapacitats: 2, i Altres: 14. Les temàtiques que van abordar van ser sobre l'ús de les xarxes socials (104 xerrades), drogues i normativa relacionada (58), violència masculista (2), conductes discriminatòries (22), i d'altres (17).

Es pot observar que les xarxes socials són una preocupació important en l'àmbit educatiu, molt per damunt del consum de drogues o les altres temàtiques sobre les quals els Mossos d'Esquadra fan prevenció.

Un altre col·lectiu al qual se li dona especial importància és el de la *gent gran*, o *grans persones* que és com els anomenen els mossos de Relacions amb la Comunitat. Durant el mateix període que el curs escolar 2014-2015 han fet 5 xerrades de prevenció als diferents casals de gent gran, centres cívics i grups de les associacions de veïns que ho han sol·licitat.

Des de la comissaria de Sarrià - Sant Gervasi, en el període que va de setembre de 2014 a juliol de 2015, s'han fet un total de 2.142 contactes de relació amb la comunitat i de proximitat. És una xifra que dona una idea de com arriba a ser d'important aquest valor per a la nostra policia moderna.

Xavier Boned és caporal dels Mossos d'Esquadra i cap de Oficina de Relacions amb la Comunitat de Sarrià-Sant Gervasi



SANT GERVASI - LA BONANOVA



135 m2 - 4 h - 3 b
 C. Energético - D
600.000 €
 Ref: ke0017-0246

Vivienda en finca moderna con piscina comunitaria, pista de tenis y juegos infantiles, en una de las mejores zonas de Sant Gervasi. Amplio salón-comedor con salida a balcón, cocina con entrada independiente y zona de servicio. Habitación principal tipo suite y 3 habitaciones individuales con salida a terrazas interiores. Tranquilidad y buena distribución. 1 parking en la misma finca no incluido en el precio.

SANT GERVASI - LA BONANOVA



165 m2 - 5 h - 2 b
 C. Energético - D
565.000 €
 Ref: ke0017-0232

Magnífica propiedad de 165 m2 en finca regia a reformar. Versátil, luminosa, exterior con grandes espacios interiores y vistas a calle y parque interior. Consta de cinco habitaciones, gran salón comedor con chimenea, cocina con lavadero y dos baños. Conserva elementos originales como molduras y carpinterías. Su fachada fue rehabilitada en 2010.

EL PUTGET I FARRO



136 m2 - 2 h - 2 b
 C. Energético - E
555.000 €
 Ref: ke0017-0249

Fantástico dúplex nuevo de 136 m2 con jardín de 21 m2, con una plaza de parking para coche grande, en zona del Putget de Barcelona, muy tranquila y rodeada de jardines. Con posibilidades de ampliar hasta 3 habitaciones.

SANT ANDREU



100 m2 - 4 h - 2 b
 C. Energético - D
205.000 €
 Ref: ke0017-0236

Bonito piso de 100m2 con una magnífica distribución. Muy luminoso gracias a su excelente orientación y altura. Salón-comedor con salida al balcón que ofrece bonitas vistas del Tibidabo, 4 habitaciones (3 dobles y 1 individual amplia), 2 baños y cocina office con acceso a la galería. Finca en buen estado. Vestibulo reformado recientemente. Privilegiada localización entre la Rambla Fabra i Puig y las nuevas zonas verdes y de equipamientos de la futura estación del AVE.

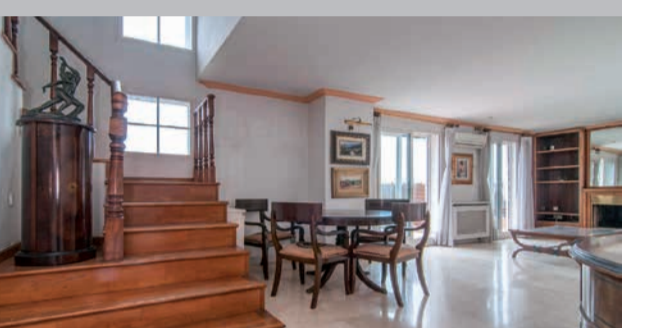
EL GUINARDÓ



127 m2 - 4 h - 2 b
 C. Energético - E
595.000 €
 Ref: ke0017-0225

Bonita casa adosada de obra vista y reciente construcción de 127m2 de vivienda y 60m2 de terrazas. Entrada de luz natural. Amplio y bonito salón independiente con acceso a terraza. Habitaciones dobles (una con vestidor), 2 amplias habitaciones individuales y 2 baños completos. 2 grandes terrazas solarium de 22 m2 cada una. Sótano habilitado como espacio polivalente. Garaje cerrado con puerta mecanizada dentro de una comunidad privada y cerrada de 5 viviendas.

SANT GERVASI - LA BONANOVA



150 m2 - 4 h - 2 b
 C. Energético - G
695.000 €
 Ref: ke0017-psg

Las vistas más despejadas a toda la ciudad, al mar y a toda la sierra de Collserola. Ático único. Luz, sol, vistas, grandes terrazas privadas con barbacoas, donde disfrutar del sol y de la tranquilidad sin renunciar a tenerlo todo a mano, servicios, comercios, transportes, colegios, comunicaciones, etc. Solarium privado de 30 metros cuadrados adicional, con acceso mediante escalera interior. Sobreatico realmente único por zona, vistas, estado, posibilidades, etc.

ESTOY DE TU LADO

Century 21 KECONDAL

BARCELONA MEETING POINT

AGENCIA PRESENT AL BARCELONA MEETING POINT

ESTAND B-243

COMPRAR - VENDER - ALQUILAR

Passeig de Sant Gervasi 90, Local 3 - 08022 Barcelona - kecondal@century21.es

kecondal.century.es

93 418 76 00

Facebook, Twitter, LinkedIn, YouTube icons

Century 21 KECONDAL

LA TEIXONERA



85 m2 - 3 h - 2 b
 C. Energético - G
198.000 €
 Ref: ke0017-0258

Piso de reestreno, en edificio de pocos años, con plaza de parking incluida, al lado de todos los servicios, comercios, con magníficas vistas a Collserola. Piso cómodo y familiar, con cocina independiente equipada y soleada.

SANT GERVASI - GALVANY



66 m2 - 2 h - 1 b
 C. Energético - B
285.000 €
 Ref: ke0017-0197

Vivienda céntrica, en una de las zonas con mayor actividad empresarial de Barcelona, entre Balmes y Tuset, a una calle de Avenida Diagonal y a 10 min. del Paseo de Gracia. Dispone de 2 habitaciones, baño, salón y cocina, con fachadas a calle y a patio interior. Actualmente está alquilado, se puede vender con o sin inquilino. Existe la posibilidad de compra de parking en edificio de oficinas próximo. OPORTUNIDAD INVERSIÓN.

aicat 4768. Cada oficina es jurídica y financieramente independiente.

treballant a Sant Gervasi

Joaquim Briz, manyà i ferrer de tall

Una vida dedicada al metall

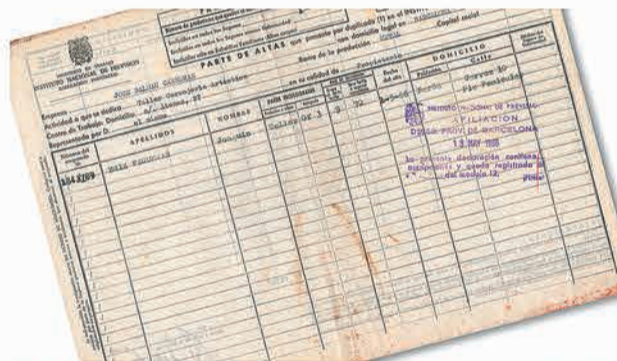
► **Fotografies: Javier Sardá; textos: Jesús Mestre**

Una vella enclusa que encara es manté activa a la serralleria Joaquim Briz Figueras, al carrer Atenes cantonada amb la Ronda del Mig, probablement assenyala l'antiguitat d'aquest taller: 1867. Estem parlant de fa gairebé 150 anys, i d'un indret ben representatiu de Sant Gervasi de Cassoles, la seu de l'Ateneu. Actualment l'edifici encara és la seu d'aquesta antiga institució, tot i que compartit per altres establiments, i el seu aspecte va canviar molt amb la reforma que es va fer l'any 1966, obligada per l'obertura de l'avinguda de General Mitre. Però la ferreria es va mantenir intacte, cosa que permet veure com havia estat l'antic edifici. Segons ens diu Joaquim Briz, els anys cinquanta el porter de l'Ateneu de Sant Gervasi es va associar amb el manyà Josep Dalmau i van obrir l'actual serralleria. El gener de 1966, arran de la remodelació de l'Ateneu, Josep Dalmau queda com a únic propietari del taller i aleshores és quan en Joaquim Briz entra a treballar com a oficial de 3a, completant l'equip de treball amb en Dalmau i el seu fill Carles.

L'1 d'octubre de 1973, Briz adquireix per traspàs mitjançant una contracta vitalícia el taller a Josep Dalmau i la seva esposa, que passa a dir-se Serralleria Joaquim Briz. Uns anys més tard van morir Dalmau i la seva esposa, cosa que deixa a Briz com a únic propietari del negoci. Joaquim Briz i la seva dona Pilar han tingut quatre fills, cap dels quals ha seguit l'ofici del pare. El taller ha treballat sobretot per diaris, com *La Vanguardia* i *El Noticiero Universal*, però també empreses com Ralocar o Arboretum. Els processos de manipulació i tractament dels metalls ha canviat molt. Abans es feien moltes rebladures i soldadures de forja, que van donar pas a l'autogen amb gas de carbur —que es feia al mateix taller— i va acabar sent substituït per l'acetilè i la soldadura elèctrica tal com es fa actualment. La vella enclusa i totes les eines associades resten com a muts testimonis d'unes tècniques de treball que s'han anat perdent. Però, tanmateix, al bell mig de Sant Gervasi encara si pot trobar un ferrer de tall. Potser per no gaire temps.



Fotografies: Javier Sardá



A dalt, Joaquim Briz feineja en l'enclusa de 1867, tal com està marcat en la base. També es veu la forja i els ferros per manipular les peces dins del foc. A sota, a l'esquerra, en Joaquim i un ajudant instal·lant una reixa. A la dreta, el full de la contracta amb la seguretat social, del maig de 1966. A sota, d'esquerra a dreta, vista de l'interior del taller, a continuació de l'exterior de la serralleria al carrer Atenes prop de la Ronda del Mig, i, finalment, un grapat d'eines antigues per fer treballs de forja.



LAMALQUERIDV
TABERNA&RESTAURANTE
LAMALQUERIDA

ESPECIAL MENU DIARIO Y CARTA

PLATOS, TAPAS Y RACIONES
 CARNES Y PESCADOS
 VINOS, VERMUT, CERVEZAS

RESERVAS-GRUPOS Y CELEBRACIONES

C/Sant Elies, 11/19-BCN-
 TLF-935139584-648.451.765-
 FACEBOOK-Lamalquerida.BCN
 Horario-08:00-17:00/cenas con reserva

VINOS, TAPAS, VERMOUTHS & ENOTECA

FOTO PROFESIONAL
 Regalo . Book . Retrato

FOTO DE SEGUIMIENTO
 Embarazo . Primeros pasos . Infancia

FOTO PARA DOCUMENTACIÓN PATRIMONIO
 Inmuebles . Muebles . Arte . Joyas

FotoSarda www.fotosarda.com/SantGervasi
 934184305 . 656853193

BRITISH
COUNCILCURSOS
D'ANGLÈS
2015-2016MATRÍCULA
OBERTAET
CANVIARÀ
LA CARA :)

www.britishcouncil.es

virtèlia escola
músicaA Virtèlia
fem músicaGRUPS
INSTRUMENTALS
I DE CAMBRA

CORS

LLENGUATGE
MUSICAL

INSTRUMENTS

A partir dels 3 anys, tots els nivells per a totes les edats.
Horaris de matí, tarda i vespre.

www.iccic.edu/virtelia

BARCELONA Vallmajor, 11 (CIC)
SANT CUGAT Av. Generalitat, 199-201 (Escola Thau)

T. 93 200 11 33

Institució Cultural del CIC
Fundació Privada

El centre cívic Pere Pruna

És un centre obert i dinàmic que fomenta la cultura, la creativitat i la dinamització sociocultural

De convent a espai cultural



La història de l'edifici comença l'any 1904, amb la compra per part de la família Juncadella de Puigvell, per fer-ne donació a la Congregació de Maria Reparadora i crear un convent. Aquesta finca es trobava en l'illa delimitada pels carrers de Maó, Ganduxer, Emancipació i Torres i Pujalt. Era una torre de tres pisos amb mirador i una gran galeria coberta, amb un gran jardí i hort. El 1907 hi construïren una capella l'arquitecte Enric Sagnier i Vilavecchia, que tenia llaços familiars amb els Juncadella.

L'any 1928 es va construir una nova capella de caràcter públic annexa al convent, gràcies a la família Juncadella i feta també per Sagnier, que s'inaugurà el 1933, i que és la que avui podem veure. Es tractava d'una capella senzilla, de nau única, amb trams de volta bufada i absis semicircular, que evoca procediments tradicionals de l'arquitectura religiosa catalana i que s'emmarca en l'època més classicista de la producció sagnieriana. Només tres anys després de la seva inauguració, el 1936, amb l'esclat de la Guerra Civil espanyola, el convent va ser saquejat i incendiat i la capella fou destruïda. La comunitat de monges es va refugiar a Itàlia fins al final del conflicte. Un cop acabada la guerra, les religioses van tornar al convent, on van instal·lar una capella provisional mentre miraven la possibilitat de refer la capella, cosa que feu possible el mecenes Ferran Rubió i Tudurí: es va fer càrrec de la reconstrucció del temple, encarregada a l'arquitecte Ayxelà, i de proveir-la d'una nova decoració que encomanà al pintor Pere Pruna. Pruna va fer un projecte global de decoració de la capella, que incloïa les pintures murals al fresc, els vitralls, unes figures escultòriques per a l'altar d'àngels orants i fins i tot el mobiliari. Es tractava d'un projecte ambiciós, al qual el pintor va dedicar dos anys i fins i tot va instal·lar el seu taller al mateix temple.

La comunitat de religioses va gaudir d'aquest edifici fins a l'any 1970. El 1976 en els terrenys de l'antic convent s'hi van construir tres edificis, un dels quals era la residència que les monges. La mateixa sort que el convent, hagués tingut la capella, però el 14 de maig de 1985 el Consell Metropolità aprova el Pla especial de protecció de la capella per tal d'evitar que s'enderroqués, fent cas de l'advertiment de la Reial Acadèmia de Belles Arts de Sant Jordi, que considerà de gran valor artístic, sobretot per les pintures de Pere Pruna que conserva.

Després d'uns anys d'incerteses, el 1997 s'inicià el projecte de reforma i ampliació per convertir la Capella de les Mares Reparadores en un espai cultural del Districte de Sarrià-Sant Gervasi; l'any següent s'inaugurà l'Espai Cultural Pere Pruna. Des del gener de 2013 aquest equipament passà formar part de la xarxa de centres cívics de l'Ajuntament de Barcelona, i canvià el nom a Centre Cívic Pere Pruna.

► Imma Casas

És un espai dedicat a la música, amb diferents cicles: concerts joves, òpera, cicles corals, música clàssica, religiosa, lírica i acústica en general i seu de les actuacions de la Primavera Coral del Districte de Sarrià - Sant Gervasi.

També és un espai de foment i de suport a les diferents expressions plàstiques, amb una programació d'exposicions sòlida i de qualitat.

L'equipament també acull les iniciatives de les entitats del barri i del Districte. Mitjançant les cessions d'espai a associacions, empreses i particulars poden fer ús de les sales per a exposicions, reunions, assemblees, trobades i presentacions i participant de les activitats de la festa major de Sant Gervasi i de les Tres Torres.

Exposicions

El centre cívic Pere Pruna té un espai expositiu molt valorat i sol·licitat, ja sigui pel seu reconeixement dins dels circuits artístics, com per disposar d'un espai físic peculiar i únic, amb molts metres lineals i amb un espai obert, lluminós i diàfan com és la sala d'actes. El centre ofereix exposicions d'art actuals i innovadores, exposicions de fotografia i altres expressions plàstiques. Alhora, serveixen de fil conductor de la resta d'activitats del centre com conferències, tallers, audiovisuals, performances, accions i concerts.

Música

El Pere Pruna ja és conegut com a espai privilegiat per realitzar concerts de certs tipus de música. Té unes característiques que el fan únic al districte: el seu aforament, 120 persones, i una molt bona sonoritat per la música acústica i el cant coral. L'oferta de concerts s'adequa a aquestes condicions, és de qualitat i variada. També s'utilitza la sala per assajos puntuals i per enregistrar gravacions.

1- Concerts joves

El cicle de Concerts Joves, realitzat amb la col·laboració de les escoles de música del Districte, continua tenint un pes molt important. Aquests concerts permeten que els alumnes de dites escoles, que ja tenen un nivell d'interpretació alt, tinguin l'oportunitat d'actuar en públic. La programació és variada: recitals de piano, cant coral, grups de cambra, formacions solistes, formacions de vent, petits i joves clàssics, música d'agrupacions de cant coral i instrumentals, que volen apropar al públic el repertori clàssic i el contemporani, i fomentar l'hàbit d'escoltar aquest tipus de música.

2- Primavera Coral

Aquest és un cicle organitzat conjuntament per la Taula de Cors del Districte de Sarrià - Sant Gervasi i el Centre



Cívic Pere Pruna. Es concep com un cicle anual de concerts corals i ve definit per la interrelació i el treball conjunt entre les diferents corals que hi participen així com per la voluntat de difondre el cant coral i apropar-lo a tothom. Cada any hi ha més nombre cors que hi participen i més dies d'actuacions. Des de 2015, que s'ha celebrat la 11a edició d'aquest cicle, s'ha inclòs una novetat, un dia d'actuacions només per a cors infantils.

3- V Cicle de Música Religiosa de Sarrià - Sant Gervasi

Per cinquè any consecutiu, al 2015, el centre cívic i el cor de cambra Dyapason, amb la col·laboració del Districte de Sarrià Sant-Gervasi, ha organitzat aquest cicle de concerts amb la Música Religiosa com a fil conductor. La història de la música occidental està indissolublement lligada, des dels seus orígens, a la religió cristiana, als seus ritus i oficis. Moltes de les obres mestres són obres musicals religioses, actualment exposades en espais molt específics i concrets de difícil accés com ara grans auditoris i grans espais de culte. El Centre Cívic Pere Pruna, juntament amb en Teodor Roure, director del cor de cambra Dyapason, amb la voluntat de difondre i apropar aquest tipus de música al públic en general, ha organitzat aquest cinquè cicle de Música Sacra al Districte, amb la intenció de que es consolidi i vagi agafant volada en un futur.

4-Cicle Cant per a tothom

Aquest any 2015 s'ha continuat amb el cicle de música Cant per a Tothom, iniciat el 2011. Un cicle trimestral, dedicat a la veu i que dona l'oportunitat a formacions vocals, ja siguin amateurs, professionals o d'estudiants, d'actuar en un espai singular i fora dels circuits habituals, un espai amb un públic ja fidelitzat en temes musicals.

5- Altres músiques

El centre cívic també fa des de fa 4 anys un cicle de música feta per compositors catalans, des de fa dos un cicle de concerts de jazz al jardinet per la festa major de Sant Gervasi, i programació específica de concerts especials

com els concert de dones compositoras pel dia de la dona i els ja habituals concerts de Nadal i Primavera amb l'Orquestra de Cambra Catalana.

Formació

Trimestralment s'ofereix un ventall de tallers culturals i itineraris, de temàtiques variades i de qualitat, perquè el ciutadà tingui l'opció d'escollir el que més l'interessi. La programació s'adequa al marc social i cultural del moment, als interessos emergents de la societat i a les possibilitats de l'equipament. Per tant és dinàmica, adaptable i d'actualitat. Les activitats formatives del Pere Pruna gaudeixen actualment, gràcies a la seva alta qualitat, d'una molt bona acollida per part dels ciutadans.

Tallers culturals

L'oferta de tallers realitzada fins ara inclou diferents àrees temàtiques: humanitats, expressió, recursos, salut i creixement personal, noves tecnologies, etc. Aquesta s'ha anat adaptant a les demandes i interessos expressats per part dels usuaris del centre i a les possibilitats d'espai d'aquest. Aquest proper trimestre tenim novetats com el taller 'loga i relaxació' o de noves tecnologies 'Com treure profit al teu Smartphone', entre d'altres.

Itineraris i rutes literàries
Els itineraris de ciutat i les rutes literàries, són també una part important de l'oferta formativa. Es tracta d'una manera lúdica i pràctica d'apropar-se a la realitat històrica i artística del nostre entorn urbà. Per exemple aquest trimestre tenim programada una ruta literària 'Del Turó del Putxet al Parc de Monterols, dos turons privilegiats' o itineraris per la ciutat com 'Nissagues de poder a la Barcelona Medieval' o rutes pel barri com 'Racons insòlits de Sarrià - Sant Gervasi: el cementiri de Sarrià i la casa Muley-Afid'.

.....
Centre Cívic Pere Pruna
carrer Ganduxer, 130
Tel. 93 418 65 37
ccivics.bcn.cat/perepruna

'Un taller més, un Prozac menys'

Solemne conferència del doctor Cucurella a Dinamarca del Nord

► Consell de Redacció Casa Sagnier

En el XXVII Simpòsium Internacional de Psicologia del Lleure Aplicat, Recreatiu i Dos Adjectius Més, que a finals d'agost es va celebrar en la petita ciutat de Frøegrødgcwh (Dinamarca del Nord), el cèlebre doctor Cucurella va pronunciar una conferència magistral que, a part de provocar els aplaudiments més fervorosos dels seus col·legues de professió, va significar la seva entrada triomfal als annals de la història de la ciència que estudia la conducta humana. Sota el títol 'Un taller més, un Prozac menys', l'especialista en esbarjo extrem va desglossar els seus darrers estudis sobre com combatre d'arrel la depressió postvacacional, molt comuna en aquesta època de l'any per un ciutadà estàndard. Números en mà -i després d'elaborar infinits assajos clínics- el nostre doctor va concloure que el mètode més infal·lible per espolsar-se les vacances del tot era aplicar la fórmula T+15 h, és a dir: un taller de durada trimestral. Els seus anys d'estudi, però, alertaven que aquesta solució era només aplicable en un centre específic molt concret. Lògicament, el nom de



la Casa Sagnier, pronunciat en la solemnitat del paranimf de la Universitat de Frøegrødgcwh, va ressonar amb força, remouent el cul dels catedràtics més importants i desencadenant un seguit d'ohs i d'ahs d'admiració entre el públic assistent. Quan la ubicació del centre cívic va ser detallada, l'interès per conèixer de primera mà les activitats i tallers d'aquest equipament es van estendre per tota Dinamarca del Nord. Així,

el nostre home va haver d'explicar que els tallers d'idiomes -impartits per professors nadius-, com ara 'Conversa en anglès', 'Italiàno, che passione!', 'Iniciació a l'alemany', etc., eren una bona manera d'encarar la tornada a la rutina. Va posar especial èmfasi en els cursos de noves tecnologies que a la Casa Sagnier es feien ('Ipad i Iphone', 'Informàtica', 'Twitter'...), i que minoraven substancialment la simptomatologia post-

vacacional. El recorregut per la programació dels tallers, que va anar de l'art tèxtil&craft, els tallers de cos i moviment, enllaçant-la amb temes més per a joves i pel públic familiar, va acabar de convèncer l'auditori. La seva tesi -exposada amb rigor acadèmic- va culminar amb les dates amb les quals s'havien de fer les inscripcions pertinents si es volia començar amb bon peu la tardor. Així, el 16 de setembre, els aficionats als idiomes i cursos per a la gent gran ja podien anar passant pel centre cívic per apuntar-se; el 17 de setembre, els de l'art tèxtil i noves tecnologies ja estaven fent cua; el divendres 18 de setembre era el dia dedicat per qui volgués estirar i moure el cos o bé als aficionats dels tallers d'art i creació. No cal dir que l'aprovació general va ser unànime, i que el títol d'Honoris Causa per al doctor Cucurella va sonar amb força per tota la ciutat de Frøegrødgcwh.

.....
Casa Sagnier
Tel. 93 414 01 95
ccivics.bcn.cat/casasagnier

CENTURY 21 ALPHA

Per què és una bona idea llogar el teu habitatge buit



► Josep Barcelona

Rendibilitzar la inversió que suposa la compra d'un immoble o ajudar al pagament de la hipoteca són algunes de les principals raons. Tenir una casa buida és car, especialment si aquesta compta amb hipoteca. Només les despeses fixes, com l'ibi, la comunitat, l'assegurança de llar o els mínims de la llum i l'aigua poden suposar el desemborsament de més de 2.000 euros anuals per habitatge, al qual caldria sumar el cost del préstec hipotecari si és que la casa encara no està completament pagada. Per això una bona opció per als propietaris d'habitatges buits pot ser treure-les al mercat del lloguer. I és que la rendibilitat del lloguer d'habitatge en ciutats com Barcelona ronda en l'actualitat el 4%. En resum, els avantatges de llogar el teu habitatge buit són:
- Rendibilitzar la inversió que suposa la compra de la casa
- Amortitzar els costos que suposa ser propietari
- Ajudar al pagament que suposa la hipoteca de l'habitatge, si n'hi ha
- Una casa habitada es manté en millors condicions que una buida
- El lloguer permet obtenir un benefici alhora que es manté la propietat del pis
Alguns desavantatges de posar el teu pis al mercat del lloguer poden ser:
- El propietari deixa de tenir el pis disponible durant un màxim de 3 anys

- S'assumeixen una sèrie de responsabilitats de cara a mantenir l'habitatge en bones condicions i per gestionar la relació dels inquilins amb la resta de veïns
- Possiblement cal fer alguna obra per posar la casa a punt
- El risc que suposa un impagament o el temor que la casa pateixi desperfectes, si bé aquest punt es pot minimitzar amb una acurada selecció de l'inquilí o la disponibilitat d'assegurances per a aquestes situacions, i fins i tot l'exigència d'un aval al llogater.
Per això recórrer a un professional a l'hora de llogar el teu pis té una sèrie d'avantatges:
- Acurada selecció del llogater: cada dia hi ha més por entre els propietaris a que l'inquilí no pagui. Un professional estudia a cada potencial inquilí perquè el propietari només arribi a signar el contracte amb aquells que siguin solvents i fiables
- Assessorament en la signatura del contracte: alguns propietaris, desconeixent la llei, poden tractar d'incloure en el contracte clàusules no permeses, que s'evitarien amb un correcte assessorament.
- Gestió de les necessitats que sorgeixen durant tot el temps de vida del contracte: algunes immobiliàries s'afegeixen a la recerca de l'inquilí un servei posterior a la signatura del contracte que inclou la gestió del dia a dia del lloguer.
I recordeu que ens podeu enviar tots els vostres dubtes immobiliàris a:
jbarcelona@century21alpha.es

Century 21 Alpha
Calvet 56 baixos
Tel: 932 402 272
info@c21alpha.es

.....
Calvet, 56
932 402 272
info@c21alpha.es

Barcelona Meeting Point
AGÈNCIA PRESENT AL BARCELONA MEETING POINT 2015
ESTAND - B-243

Century 21 ALPHA

Collserola, més enllà del paradigma industrial

Reflexions entorn a les jornades d'informació i debat sobre el Parc Natural de la Serra de Collserola

► Pere Riera

Integrar l'urbà, el rural i la natura

"El desenvolupament tecnològic ha anat creant a poc a poc una certa oposició entre les forces productives i les forces de la natura, una oposició que determinarà d'una manera decisiva el desenvolupament futur del món." (Skirbek, 1974)

En el darrer mes de juny, van tenir lloc a la Casa Orlandi unes jornades d'informació i debat sobre el Parc Natural de la Serra de Collserola amb intervencions de diversos ponents i representants veïnals.

El fet que la majoria de les explicacions i debats anessin girant al voltant de conflictes entesos, bàsicament, com el fruit d'una oposició sectorial inevitable i antagònica entre una urbanitat (negativa) i una natura (positiva), em va moure a escriure aquestes reflexions en un intent de ressituar el debat en una perspectiva integradora i en el marc d'una proposta alternativa.

És innegable que l'univers urbà industrial, promotor i beneficiari d'una política especulativa de parcel·lació intensiva de la terra per poder-la vendre i comprar com una mercaderia més, s'ha construït, majoritàriament, sobre les runes del món rural i sobre les cendres d'una natura anorreada. En conseqüència, els **desequilibris i les contradiccions entre la ciutat, el camp i la natura han estat la regla de la modernitat industrial** i han contribuït, decisivament, a l'establiment d'antagonismes entre tots els sectors en joc.

Alhora, el Parc Natural de la Serra de Collserola per causa de la seva centralitat metropolitana es veu sotmès a tot tipus d'intercanvis intensius amb el món urbà i es troba en una situació molt més sensible i de risc que altres parcs més aïllats.

En aquest context, l'**actitud intransigent i ferma de defensa i preservació de l'espai natural** és totalment necessària i oportuna, però no hauria de cenyir-se, només, a una llista unilateral dels greuges de la ciutat sobre l'espai natural com si fos la urbanització, en abstracte, la causa inevitable del problema. Ni és aquesta la veritable naturalesa del conflicte, ni aquest és una maledicció eterna inevitable. Cal anar més enllà.

La natura i la ciutat són dues cares de la mateixa casa planetària comuna i finita i ambdues, que formen un tot indissoluble dins els processos del metabolisme planetari circulen, sem-

pre, en la doble direcció de naturalitzar la societat i socialitzar la natura en un estat d'equilibri variable condicionat, històricament, per les diverses (i sempre discutibles) polítiques de cada moment.

Polítiques que, derivades d'una **manera específica d'entendre i d'estar en el món**, configuren el paradigma de civilitat propi de la societat industrial. Un paradigma amb certificat de naixement i amb data de caducitat que, vista la seva incapacitat per encarar, aturar i capgirar la progressiva ruïna social i ambiental, convindria anar abandonat per articular el seu recanvi.

Un recanvi que, fonamentat en una distintiva **consciència d'espècie global, coevolutiva i transgeneracional**, hauria d'encarar els problemes de convivència i de supervivència en la perspectiva integradora d'un **model alternatiu de civilitat**.

La ciutat és un llac

"Una concepció radicalment diferent de la ciutat implica, abans que res, una recomposició dels habitatges (casa ecològica) basada en l'ús de l'energia solar, el reciclatge de l'aigua i la cura de la brossa i els residus domèstics i [...]". (Victor M. Toledo. "El planeta, nuestro cuerpo")

L'any 2011, l'Ajuntament de Barcelona va promoure el concurs de "**les portes de Collserola**" amb l'objectiu de generar coneixement sobre la relació de la ciutat amb el Parc Natural de la Serra de Collserola.

Un concurs oportú i engrescador que va comprometre la recerca generosa de centenars dels millors tècnics del país i que es va esvaïr, malauradament, a les ombres opaques dels poders municipals, però que va obrir la porta a pensar la ciutat d'una manera alternativa i a mirar més enllà del seu dia a dia.

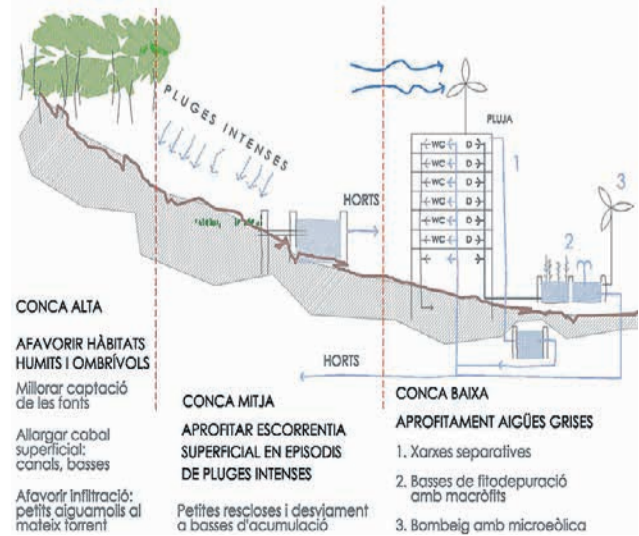
Com a responsable d'un dels equips guanyadors (**PORTA 9: MONTBAU / BIO BCN / RGA ARQUITECTES**) encara guardo l'emoció d'aquell exercici permanent d'aprenentatge i de descoberta d'algunes propostes alternatives que, aplegades en un conjunt de prescripcions tècniques i gràfiques, van esdevenir un primer alfabet per explicar que un **altre món és possible i necessari**.

És ben sabut, sense haver d'entrar en gaires dades, que la **crisi de l'aigua**, l'aspecte més penetrant, agut i invisible de la devastació ecològica de la Terra és abans una crisi política de governança que de recursos. (Saskia Sasen; *Expulsiones. Brutalidad y complejidad en la economía global*).

Els desequilibris i les contradiccions entre la ciutat, el camp i la natura han estat la regla de la modernitat industrial

Hem de començar a pensar el barri i Collserola, la ciutat i el Parc Natural, conjuntament i globalment

El gràfic proposa un possible cicle de l'aigua entre la ciutat, Barcelona, i l'entorn natural, Collserola.



En aquesta situació, menystenir el fet que la ciutat és una de les reserves d'aigua més importants que tenim a l'abast sense voler veure que, de fet, és un llac en potència, no sembla gaire assenyat. La ciutat necessita aigua i en consumeix molta i, alhora, en llença moltíssima que o bé es perd o bé es recicla mitjançant costoses operacions de depuració.

Ben al contrari, la instal·lació generalitzada d'unes xarxes d'aigua separatives, les negres (fecals) per un cantó i les grises (la resta) per un altre, permetria establir una política integral de reciclatge mitjançant la conducció de les aigües grises cap a basses naturals de depuració en el propi barri en una operació que suposaria un gran estalvi de costos en transport i consum d'aigua. (No oblidem que la meua generació, recentment i al llarg de pocs anys, va haver de substituir totes les canonades de plom per unes altres de materials més saludables).

Tota aquesta aigua, un cop recollida i mitjançant energia eòlica o fotovoltaica, podria ser bombejada cap a les cotes més altes de Collserola per després, en el seu descens per gravetat, rehidratar els cabals dels torrents i de les rieres amb grans conseqüències positives, naturals i socials, sobre l'ecosistema; permetria establir un sistema general d'horts i d'altres conreus de proximitat, sigui al bell mig dels barris, sigui en l'àrea adjacent fronterera entre les cases i el Parc; permetria realimentar els aqüífers; i permetria... (*deixeu volar la imaginació, estalvieu-me paraules i fixeu-vos en el gràfic adjunt on es mostra la proposta del cicle de l'aigua*).

De la mateixa manera, es podria parlar de polítiques d'alimentació, d'energia, de formació, agropecuàries, de tractament de residus, de transport... i, així, podríem anar seguint fins arribar a una formulació completa sobre cada un dels barris de muntanya tot entenent que si la proximitat de la ciutat

constitueix una amenaça real i latent pel Parc Natural, la mateixa proximitat li ofereix oportunitats i beneficis que convindria saber aprofitar en la perspectiva d'assolir per a tots ells i a mig termini el qualificatiu d'ecobarris d'Europa. Hi pot haver res millor pel Parc Natural de la Serra de Collserola?

Un altre món és possible i necessari

"[...] només podrem sobreviure mercès a un nou gest constructiu fet per aquells éssers humans que hagin comprès que la protecció de l'esclerari és l'argument de l'obra". (Peter Sloterdijk. Eurotaoisme)

Sí, un altre món és possible i necessari perquè des dels anys vuitanta del segle passat i sota el domini absolut i implacable del capital financer global s'han intensificat les polítiques d'explotació, d'exclusió i d'expulsió de persones, pobles, llengües, ètnies, terres, aigües, aires, sòls, països, continents, rius, mars i oceans...

Havent abandonat, els estats, les velles polítiques keynesianes socialment inclusives i de base nacional, avui, la principal dinàmica del sistema financer global es fonamenta en polítiques de **contracció econòmica, d'exclusió social i de destrucció de la biosfera** en benefici i al servei exclusiu del creixement econòmic de les grans corporacions i del seu empoderament global. L'**escenari**, en conseqüència, ha empitjorat seriosament, però la necessària lucidesa dels fets, per greus que siguin que ho són, no esgota la dimensió de la realitat ni deixa l'**obra sense argument**: la força de les contradiccions que mouen la **roda del temps** i l'empenta de les promeses individuals i col·lectives acabaran confirmant la premonició d'aquells desitjos infantils que assenyalaven amb delit la lluna sense consciència de com haver-la. I bé que hi hem arribat!

De la mateixa manera, he volgut, tan sols, contribuir a fer veure la necessitat de construir una promesa alternativa i, alhora i sobretot, fer veure que és possible si comencem a pensar el barri i Collserola, la ciutat i el Parc Natural, conjuntament i globalment i, alhora, a reconstruir-los localment, des del més proper, des de la base, des de la mare terra i del propi cos, del sentit de cada lloc i, alhora, des de la ciutat, el camp i la natura; des de l'aigua, la terra i l'aire; des del jo, el tu, el nosaltres i ells; des de la pausa i des de la urgència.

Pere Riera és doctor arquitecte, fundador de RGA Arquitectes



2015/2016

Coneix la **UNIVERSITAT DEL BARRI**

PROGRAMA UNIVERSITARI PER A GENT GRAN

La Facultat d'Educació Social i Treball Social Pere Tarrés de la Universitat Ramon Llull presenta el Programa Universitari especialment dissenyat per a gent gran.

Format per tres cursos de formació al voltant de les **humanitats i l'acció social**.

Bloc de filosofia, d'història / història de l'art, acció social, ciències de la Salut, noves tecnologies i xarxes socials, sociologia, antropologia, psicologia, cultura religiosa i polítiques contemporànies.

Intercanvis amb altres universitats de gent gran.

Sessió informativa | 17 de setembre 18 h

www.peretarres.url.edu/universitatgentgran

Santaló, 37. Barcelona | Tel. 93 415 25 51 | infofacultat@peretarres.org

FUNDACIÓ PERE TARRÉS

Universitat Ramon Llull

FACULTAT D'EDUCACIÓ SOCIAL I TREBALL SOCIAL

reportatge: la Festa Major del Farró

Divendres 11 de setembre EL PREGÓ I EL SOPAR DE CARMANYOLA



Fotografies: Rosa Castells

La Festa Major del Farró va començar amb un pregó i un convidat de renom: l'Albert Om, un veí feliç que gaudeix d'aquest barri tranquil i que passa desapercebut pels barcelonins. Om també va dir que el Farró és un barri que hauria pogut deixar de ser barri, i que cal que els veïns donin un cop de mà per teixir complicitat i fer-lo més fort. A la dreta, Om amb el regidor Gerardo Pisarello, el president del Consell de Districte Jordi Martí, i membres de l'Associació de Veïns.



Dissabte 12 de setembre L'ARROSSADA I SARDANES



A sobre, dues fotografies de l'arrossada del carrer Francolí, organitzada per Perrocker. A sota, ballada de sardanes, a la plaça Mañé i Flaquer.



reportatge: la Festa Major del Farró

Diumenge 13 de setembre LA CERCAVILA I EL VERMUT



Imatges de la cercavila de diumenge al matí. Els carrers i places del Farró van veure desfilir gegantons i capgrossos, trabucaires, tabalers, bastoners, diables infantils, i altres grups de cultura popular, la majoria d'ells del barri de Gràcia. Un excel·lent vermut va posar el punt i seguit a la festa.



Fotografies: Rosa Castells



GOMA 2

REVISIONES Y REPARACIONES COCHE Y MOTO
NEUMÁTICOS PARA COCHE Y MOTO
ITV, CAMBIO DE ACEITE, ETC.

MEJOR PRECIO GARANTIZADO

C/ RIOS ROSAS 41 (JUNTO GENERAL MITRE - BALMES)
T. 93 217 73 51 - info@goma2sl.com

PERROCLICK.COM

Servei de veterinari i de perruqueria
Treballem amb les millors marques

Ronda General Mitre, 110
08021 Barcelona
93 667 23 14

www.perroclick.com
perroclick.com
info@perroclick.com

Dibuix & pintura

Aquarel·la
Tècniques seques
Oli i Acrílic
Figura al natural
Gravat
Tècniques mixtes
Monogràfics
Expressió plàstica
Manualitats
Tallers de Nadal
Tallers d'estiu

estudi Soriano Camacho
carrer Francolí 25 - 08006 Barcelona

classes per a nens i adults

Més informació:
636 290 924
estudi@sorianocamacho.com
www.sorianocamacho.com

memòria viscuda

Els envelats de les festes majors

L'envelat és un element molt vinculat a les festes majors tant als pobles com a les ciutats

► Jordi Llorach i Cendra

Resulta significatiu seguir l'evolució de la presència dels populars envelats durant les festes majors i recordar les seves complexitats lúdiques, culturals i socials. Segurament perquè ha estat una construcció tan habitual, els catalans poques vegades ens hem entretingut a reflexionar que és una producció típicament nostra, sense gaire parió al món per la seva grandiositat estructural i per l'exuberant decoració interna. I, a més, els envelats no ha estat només unes construccions rurals o suburbials per suplir la manca de locals adequats. A partir del segon terç del segle XIX, se'n varen instal·lar tant en pobles i viles, com en les grans ciutats.

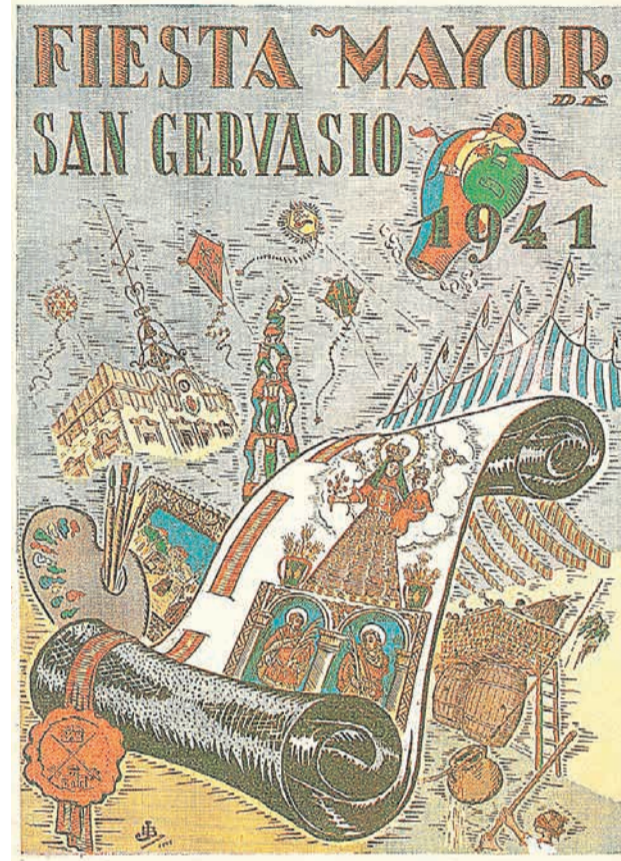
Els enveladors o empresaris dedicats a instal·lar envelats tenien la màxima activitat durant l'estiu. Per això, era d'admirar la seva destresa a muntar i desmuntar la instal·lació a fi de poder complaure el màxim nombre de peticions. Tots els envelats tenien un plantejament estructural intern similar. Constaven d'un ampli escenari amb abundants cortinatges. Al centre, un gran espai era destinat al ball o a col·locar-hi cadires per augmentar el nombre d'assistents als espectacles. Al seu entorn, les llotges i els seients esglaonats completaven el perímetre interior. A la part contrària de l'escenari, solia haver-hi l'entrada al recinte, a vegades precedida d'un passadís exterior enjardinat. La decoració interior presentava una sumptuositat exuberant, esperonada per la imaginació romàntica dels decoradors. Constava de garlandes i penjolls de tota mena i colors, parets enteixinades i esgrafiades, columnes amb escultures majestoses, miralls amb marcs daurats, aplics de llum, i del sostre penjaven grans aranyes. La il·luminació sempre hi ha estat generosa. A partir

de l'any 1873, el gas va substituir les espelmes i més endavant el corrent elèctric va fer meravelles. Sovint, en un lateral s'hi instal·lava una zona on se servien begudes.

El conjunt pretenia donar la sensació d'un saló magnífic, grandiosos. Aquesta opulència permetia que els assistents poguessin deixar lliure el pensament i imaginar-se que es trobaven en les sales més luxoses de la Viena imperial o dels salons de la Lotja i del Liceu de Barcelona. Com ha dit algú, els envelats eren "palaus encisats construïts misteriosament per mans de fada", i era el lloc idoni perquè les noies i les dones lluïssin els vestits, el galanteig presidís els diàlegs, la relació social assolís màxims i on més d'una parella comprometés el seu futur. Molts escriptors han aprofitat aquest ambient per situar-hi les escenes més romàntiques de les seves novel·les. Aquest és el cas, per exemple, de Mercè Rodoreda, a *La plaça del Diamant*, on la Colometa, la protagonista, somnia sense límits.

Un espai de festa

Els envelats no sempre tenien la mateixa esplendorositat. Depenia del pressupost disponible. N'hi havien molt senzills, on les parets eren de canyes tendres entrelaçades i subjectades amb taulons i cordes, els formats per un conjunt de lones hàbilment col·locades i els que presentaven tots els luxes imaginables. En tots, però, s'hi podia copsar la mateixa sensació d'espai aïllat de la resta del món, gairebé amb característiques de temple pagà, on els assistents celebraven ballant, escoltant un concert o veient una representació, una mena de ritual amb la festa com a principal protagonista. Concretament de Sant Gervasi, no en tinc cap record personal. Sí, però, que en tinc referències indirectes. El meu



Portada del programa de la Festa Major de Sant Gervasi del 1941. El dibuix aplega elements referents de les festes majors i de Sant Gervasi i, entre ells, a la dreta, hi ha un envelat. Imatge cedida per Jordi Pablo i Grau, Arxiu Festiu de Catalunya, Fundació Privada

avi matern, Andreu Cendra i Casals, de jove va viure a la plaça dels Arbres, avui desapareguda per l'obertura de la Ronda del Mig. Explicava que havia assistit als actes que per la festa major organitzava l'Ateneu de Sant Gervasi del carrer d'Atenes, i recordava els envelats que es plantaven a finals del segle XIX. Explicava que els actes hi eren lluïts i que hi assistia la societat del lloc, gent vinguda dels barris i pobles de l'entorn i, amb l'ajuda del tramvia que pujava pel carrer de Saragossa, molta gent de Barcelona. Actualment, la vigència dels envelats ha disminuït notablement, tot i que encara se'n planten alguns, si bé amb característiques menys sumptuoses. Per què la decadència de l'envelat?

La decoració interior de l'envelat presentava una sumptuositat exuberant

avi matern, Andreu Cendra i Casals, de jove va viure a la plaça dels Arbres, avui desapareguda per l'obertura de la Ronda del Mig. Explicava que havia assistit als actes que per la festa major organitzava l'Ateneu de Sant Gervasi del carrer d'Atenes, i recordava els envelats que es plantaven a finals del segle XIX. Explicava que els actes hi eren lluïts i que hi assistia la societat del lloc, gent vinguda dels barris i pobles de l'entorn i, amb l'ajuda del tramvia que pujava pel carrer de Saragossa, molta gent de Barcelona. Actualment, la vigència dels envelats ha disminuït notablement, tot i que encara se'n planten alguns, si bé amb característiques menys sumptuoses. Per què la decadència de l'envelat?

i Tecnològizate!

7-17 ANOS

EXTRAESCOLARES TECNOLÓGICAS
de lunes a viernes, todas las tardes 17" - 20"

- Robótica
- Robótica submarina
- Electrónica
- Programación
- Desarrollo de Videojuegos
- Desarrollo de Aplicaciones Móviles
- Desarrollo Apps para Wearables

Iniciación a las nuevas tecnologías
¡Para peques de 3 a 6 años!

Introducimos a los peques en el mundo digital

Con juegos de plastilina, dibujos y pinturas, para que se sientan cómodos.

CURSOS TITULADOS
1 día por semana, 1 hora y media

- * escolar, mini, 9 meses con certificado
- ** trimestral con certificado

...y además ¡Ajedrez!

El pensamiento estratégico, la paciencia, el respeto por el rival. Son infinitos los beneficios, los que aporta esta disciplina y en Time to Play lo sabemos... ¡...y queremos enseñaros!

HACKING Y SEGURIDAD

TENDENCIAS TECNOLÓGICAS I, II y III

365 DÍAS: EL INTERNET DE LAS COSAS

Diseño gráfico

Edición de vídeo

Realidad Aumentada

Impresión 3D

Ingeniería

Ajedrez

C/ Milanésat 1
08017 Barcelona

3a Mostra de Tardor, Comercial i Gastronòmica, de Sant Gervasi

dissabte **17** d'octubre
de 10 del matí a les 12 de la nit

- Plaça Frederic Soler
- Plaça Joaquim Folguera
- Carrer Vilarós
- Mercat de Sant Gervasi

Vine et convidem a

de 10 del matí a les 10 de la nit
Mostra Comercial a la pl. J. Folguera

10 del matí, xocolatada
per a tothom

d'11 a 14,30 i de 17 a 19,30 h.
castells inflables i tallers participatius per als més menuts

de 20 a 24 h. "Tast de nit"
del Mercat de Sant Gervasi

tastet preparat a les parades del Mercat per a tots els
visitants amenitzat per un grup de rumba catalana



13,30 h. pollastrada popular
pollastre a la brasa amb pa i all i oli, ofert
per Barnavasi i el Mercat de Sant Gervasi

a partir de les 12 i les 19 h.
exhibicions de swing i country

T'esperem

Info Mostra Tel. 93 217 61 79

Organitzen:



Amb el suport de:



S.Y.R.A.

(Senyora Yolant Reina d'Aragó)

► Esteban Galindo

S.Y.R.A., són les inicials que trobem inserides a la diadema situada a la part superior de la custòdia de la Catedral de Barcelona, i que va pertànyer a la reina Violant de Bar, dona de Joan I, protagonista del nostre article. Recuperem aquest personatge històric no només per la seva importància dins la història de Catalunya, especialment en aquell moment tan transcendent com va ser el Compromís de Casp, sinó també perquè com va fer el seu cunyat, el rei Martí l'Humà, ella va decidir passar l'últim període de la seva vida al palau de Bellesguard.

Violant va néixer l'any 1365, dins d'una de les grans famílies nobles de França, emparentada amb la dinastia reial dels Valois, per tant, educada en un ambient cortesà i preparada per un gran casament, el qual no va trigar gaire.

Amb només 15 anys, es va casar amb l'infant Joan, el futur rei d'Aragó, vidu de la seva primera esposa. Aquest matrimoni no va comptar amb l'aprovació del seu sogre, Pere el Cerimoniós, qui volia aprofitar el matrimoni del seu fill per reforçar les aliances amb Sicília. Fins arribar a ser reina no ho va tenir fàcil, especialment amb la seva



sogra Sibila de Fortià, segona esposa del rei Pere III, però una vegada al poder, va gaudir d'una bona relació amb el seu marit, tot creant un ambient molt refinat a la cort, promovent l'art i la literatura, donant-li un caire afrancesat.

Dels seus nou anys de matrimoni amb Joan I, no va néixer cap noi, tan sols una filla, Violant, qui va deixar-li un nét, Lluís d'Anjou.

Diadema que probablement pertanyia a la reina Violant. Es conserva a la part superior de la Custòdia de la Catedral de Barcelona. S'hi poden llegir les lletres S.Y.R.A. (Senyora Yolanda reina d'Aragó). Fotografia cedida per l'Arxiu Episcopal de Barcelona

Una vegada es va quedar vídua, va retirar-se de la primera línia política fins que els esdeveniments a la cort, la van fer agafar protagonisme de nou. El juliol de 1409, arribava la notícia de la mort de l'hereu al tron, Martí el Jove, primogènit de Martí l'Humà, fet que deixava la porta oberta a la successió a la Corona d'Aragó i Violant necessitava apropar-se al rei per defensar la candidatura del seu nét Lluís.

Va establir-se a la residència reial de Valladaura, i des d'allà inicià tots els passos necessaris. Segons ens expliquen les cròniques, Violant visitava freqüentment Bellesguard i assistia a les reunions on es plantejava el futur hereu. Aquest fet ens demostra

que la reina vídua encara gaudia d'una forta influència en les decisions del regne i la seva veu era escoltada i tinguda en compte. Comença per a ella un període molt intens, on va mostrar les seves capacitats per repercutir en la gran política del moment, mantenint una activa correspondència amb tots aquells que podien ajudar-la, creant un fort grup de pressió per afavorir l'arribada al tron del seu nét Lluís, a qui per justícia i dret li pertanyia segons Violant.

Durant aquest període tant convuls que va donar lloc a un interregne de dos anys, Violant no va poder contrarestar l'handicap que suposava la curta edat de Lluís, que amb només sis anys, feia necessari la regència de Violant fins a la majoria d'edat d'aquest. A Casp es van decidir per l'estabilitat política i la millor opció des d'aquesta premissa era Ferran d'Antequera.

Després de la seva derrota, Violant es va retirar a Bellesguard, on va gaudir de la pau i tranquil·litat fins a acabar el seus dies l'any 1431. El seu cos va ser enterrat al monestir de Poblet, al costat del seu marit.

Esteban Galindo forma part de l'Equip de Recerca Bellesguard

terranova cnc **62**

n-1 en franquícies de nutrició canina i felina

Nutrició
Accessoris
Antiparasitaris
Complements
Servei a domicili
Cursos i seminaris
Ensinistrament
Passeig de gossos
Consultoria psicològica canina
Residència canina

Tel. 93 461 71 73

T62 ST. GERVAZI - Balmes, 356 - 08006 Barcelona

[t](#) [f](#) [i](#) /terravovacnc62 terravovacnc62@gmail.com



ESCOLA PROFESSIONAL

CANINA BCN

Formem professionals del món caní

Escuela Profesional Canina BCN "Te enseñamos a comprender al perro, te enseñamos a educarlo, te enseñamos a cuidarlo."



CURSO DE ADIESTRADOR CANINO



c/ Balmes, 356 - 08006 Barcelona

[f](#) Síguenos en Facebook www.escolaprofessionalcaninabcn.com

Deixa'ns mim  r la teva mascota

La Granja Experimental de la Diputació

Història d'una institució que va ser pionera en els estudis d'agricultura a Catalunya

► Albert Angles Minguell

En els anys centrals del segle XIX, durant l'època moderada de Bravo Murillo com a cap de Govern, es varen proposar diverses mesures per tal d'afavorir la modernització de l'agricultura arreu de l'Estat. Catalunya es va involucrar de seguida amb la creació el 1851 de l'Institut Agrícola Català de Sant Isidre (IACSI). Fou en aquest ambient de revitalització de l'activitat agronòmica en què el 1853, el comissari regi d'Agricultura de Barcelona, Ramon de Casanova, proposà a Joaquim Maria Gassol de Sentmenat, marquès de Sentmenat i propietari dels terrenys del Jardí Botànic del Raval, canviar-los per uns altres ubicats al poble de Gràcia.

El 10 de març de 1854 s'autoritzava la permuta per una real ordre i la Junta d'Agricultura iniciava immediatament les gestions oportunes. S'aixecaren immediatament els plànols i el novembre s'efectuava el trasllat de les plantes, i un mes després s'acordà el títol d'"Experimental", en comptes de Granja Model. Al febrer de 1855 es prenia possessió dels terrenys (unes 5,1 Ha) i s'iniciaven les obres d'adequació. El marquès va cedir així, els nous terrenys de la seva propietat a canvi d'una sèrie de condicions: una part havia de ser dedicada a un jardí botànic i l'altra majoria a una granja agrícola per a la formació de pagesos i agricultors. A part, el marquès finançava les despeses del trasllat, la construcció dels edificis i ofería una quantitat anual de diners per a les despeses ordinàries. L'operació donava prestigi social als Sentmenat, i deixava molt clar que aquest projecte només es podria dedicar en el futur, a les finalitats esmentades.

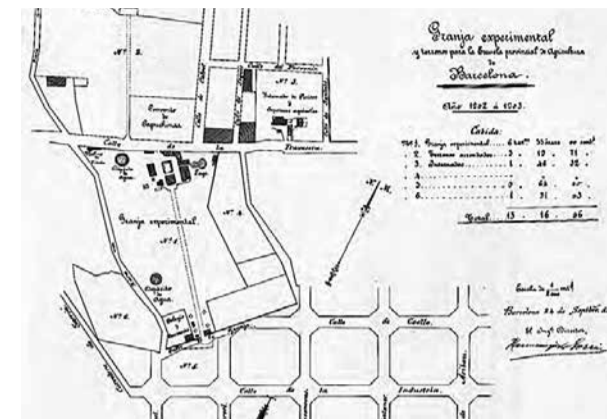
Els terrenys, situats dintre dels límits de la vila de Gràcia i a tocar de les Corts de Sarrià i de Sant Gervasi de

Casoles, ocupaven la finca anomenada Torre del Pla (enderrocada després per la creació de la Granja) a l'entorn de l'actual plaça de Francesc Macià. La part nord era delimitada pel curs de la Travessera de Gràcia i coincidia amb el Camp del Galvani i amb els terrenys on posteriorment si va construir el convent de les Caputxines, i el límit sud per carrer Coello (actualment Londres), mentre que en amplada abastava des del carrer Villarroel fins gairebé el carrer Comte Borrell. Amb el temps, complementaren les instal·lacions amb uns vivers al proper carrer de Muntaner.

La Granja Experimental de Barcelona va ser el primer centre oficial que havia establert el govern espanyol a Catalunya, ofería ensenyament agrícola de caràcter elemental i molt pràctic. Encara que depenia de l'Estat, la Diputació de Barcelona també hi va tenir una intervenció destacada. Apart de les pràctiques que es realitzaven als camps, els alumnes rebien un ensenyament teòric agronòmic (jardineria, horticultura i ramaderia) i d'educació estàndard (lectura, escriptura i doctrina cristiana).

Formació en agricultura

L'agronom Jaume Llansó (1806-1862), cofundador de l'IACSI, va ser el primer director de la Granja Experimental, i va participar en la seva posada en marxa. Volia organitzar un curs agrícola pràctic per a alumnes interns tot utilitzant també uns camps annexos de pràctiques. El 24 de setembre de 1860 va rebre la visita de Isabel II, reina d'Espanya, a les seves instal·lacions ja en ple rendiment i plantades. Un any després es podria dedicar en el futur, a les finalitats esmentades.



A sobre, plànol de l'any 1902 on situa la Granja Experimental sota mateix de la Travessera i del convent de les Caputxines del Galvani. A la dreta, fotografia d'alumnes fent exercicis al jardí de la Granja, a finals del segle XIX.



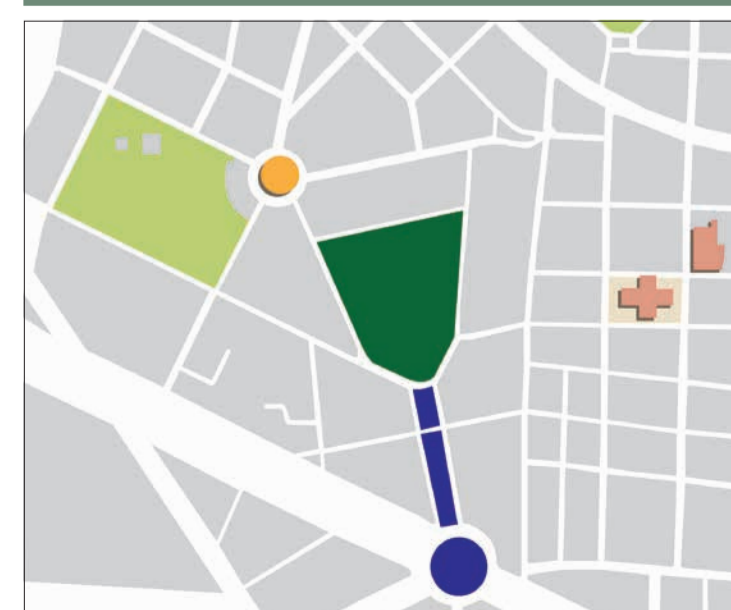
que volgué assegurar la continuïtat del curs dissenyat pel seu predecessor. El mateix any de la inauguració, s'hi va instal·lar una estació meteorològica amb la finalitat d'estudiar la influència climatològica en els conreus. L'any 1870, la Diputació de Barcelona va ser designada pel govern espanyol com l'organisme encarregat de dur a terme les finalitats formatives d'aquest projecte a la Granja Experimental. A partir de 1883, amb l'adquisició de nova maquinària, material i personal qualificat d'altres institucions clausurades, inicià una nova revifalla. El 1889, amb la direcció de l'aragonès Herme-negildo Gorrià, la Granja va passar a dependre de l'Estat i creà una Escola de Pèrits i capatassos agrícoles. A partir de 1893 es creava per real ordre una Estació Ampelografica pera l'estudi de les varietats de vinya arran de l'arriba-

da de la fil·loxera i, un any després, la Diputació recuperà la seva propietat, mantenint l'Escola Provincial d'Agricultura amb molt èxit en la formació de nous 150 pèrits als següents 4 anys. Així doncs, a finals del segle XIX, la Granja Experimental va augmentar la seva activitat, fent tasques de quatre tipus: treballs d'experimentació i difusió agrícola, observatori, estació ampelografica i ensenyament de pèrits i capatassos.

L'execució del Pla Cerdà va topar frontalment amb aquelles instal·lacions que impediè l'obertura de la Diagonal, la urbanització de l'actual plaça Francesc Macià i de les illes de l'Eixample. Però no va ser fins el 1926 que la Diputació va cedir a l'Ajuntament els espais necessaris per l'obertura de l'vinguda Diagonal i la zona dels voltants. Un cop urbanitzats els esmentats carrers, la Diputació disposava de tres enormes solars buits, un d'ells arrendat al 1938 pels vivers i botiga del florista Andreu Batlle.

Després de la Guerra Civil, els antics terrenys de la Granja varen acollir també la pista de patinatge del Patín Hoquei Club. A partir dels anys 50, van sorgir problemes legals, donat el potencial valor immobiliari d'aquella zona. Els hereus de la família Sentmenat varen reclamar els terrenys no afectats per la Diagonal, emparant-se en què la destinació d'aquests ja no era la funció agrícola que havien acordat a la cessió inicial. Finalment, després de diversos plets i pressions polítiques, la Diputació va acceptar tornar els terrenys als Sentmenat a canvi d'una suma de diners xifrada en 135 milions de pessetes. El solar va restar buit fins a la construcció dels Magatzems Sears, actualment Hipercom.

Albert Angles Minguell és historiador especialitzat en temàtica del Galvani



Turó Parc

Associació de Comerciants i Veïns del Turó Parc

L'associació és una organització empresarial constituïda sense ànim de lucre, amb la finalitat de defensar els interessos dels veïns i els comerciants del barri del Turó Parc, i de potenciar projectes i activitats d'empreses, comerços i persones.

Telèfon: +34 93 228 78 49 / Fax: +34 93 228 78 99

e-mail: info@aciv-turoparc.com

web: <http://www.aciv-turoparc.com>

facebook.com/TuroPark.barcelona

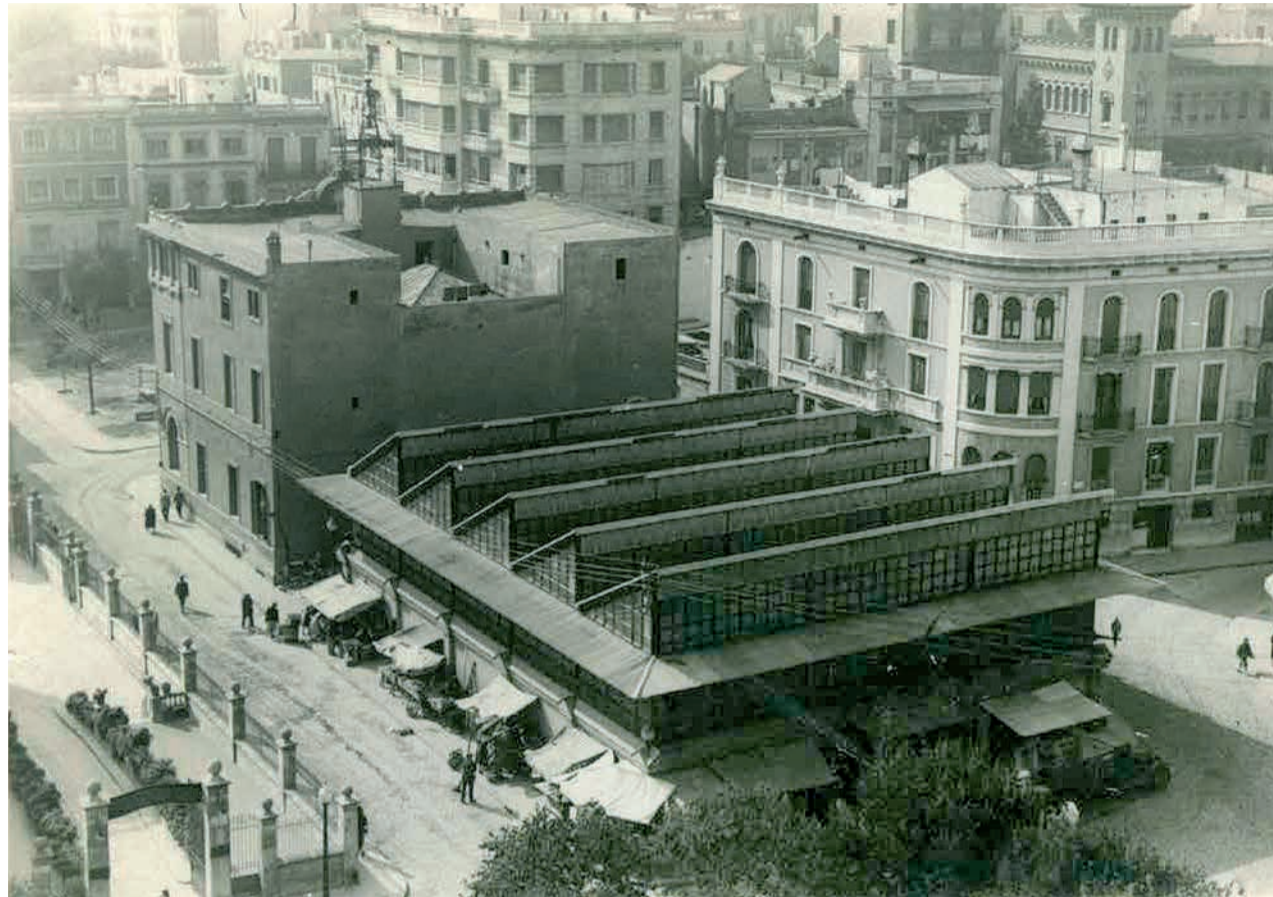
abans i ara

El mercat de Sant Gervasi

► Fotografia: Javier Sardá; text: Jesús Mestre

El jardí proposa una nova secció en la qual es compara un indret, paisatge o edifici d'una fotografia antiga amb la seva correspondència en l'actualitat. El fotògraf de la revista fa una minuciosa recerca per trobar el mateix punt on es va fer, fa unes dècades o un segle, la fotografia antiga, i en fa una de nova per mostrar tal com és aquell indret ara, però donant més context o amplitud que la fotografia de referència. Un marc de puntets ens situa la imatge antiga dins de la nova. Intentarem que tant la fotografia d'abans com la d'ara tinguin valor testimonial i artístic. I que ens permetin anar descobrint els canvis que s'han produït en aquests indrets de Sant Gervasi.

Comencem la secció amb una excel·lent fotografia de mitjans dels anys cinquanta, cedida pel Bar Restaurant Hidalgo; s'hi veuen, doncs, les places Frederic Soler i Joaquim Folguera fa 60 anys. Encara hi havia l'antic mercat i, al darrere, l'edifici de l'Ajuntament de Sant Gervasi de Cassoles. Tots dos edificis van ser enderrocats a finals dels anys seixanta. A l'esquerra de la fotografia s'hi veu l'entrada a la fàbrica de perfums Icart, també desapareguda i substituïda per un edifici de pisos. Com es pot comprovar en la imatge actual, pocs edificis has sobreviscut i el convent de les Mercedàries, que fa pocs anys va ser parcialment enderrocat i es va construir la residència de les monges, l'edifici blanc de la fotografia actual.



Fotografia: Javier Sardá



La confianza es buena,
Bufete Aurum es mejor.

Su seguro le dice
"no pasa nada".

¿Qué dice
Bufete Aurum,
Abogados
y Economistas?

Si su seguro debe pagar y cuánto,
no lo determina su seguro, sino la ley.

**Nosotros lucharemos
por sus derechos.**

Tel. **935 212 360**
www.bufeteaurum.com

BUFETE AURUM
ABOGADOS Y ECONOMISTAS

Atrapa tu Sueño
Hablarán inglés desde
el primer día

Participa en nuestro concurso:
"ATRAPA TU MARIPOSA"

Gana un **Ipad Mini**
y **CHEQUES REGALO**

Helen Doron
English

30 años educando en inglés
De 3 meses a 18 años
¡Te invitamos a probar una clase!

**MATRICULA
ABIERTA**

Helen Doron Bonanova School of English
c/D'Alacant 28, bajos. 08022 Barcelona | 931404239 | bonanova@helendoron.com

explorar el jardí

Els jardins de Piscines i Esports

► **Maria Josep Tort**

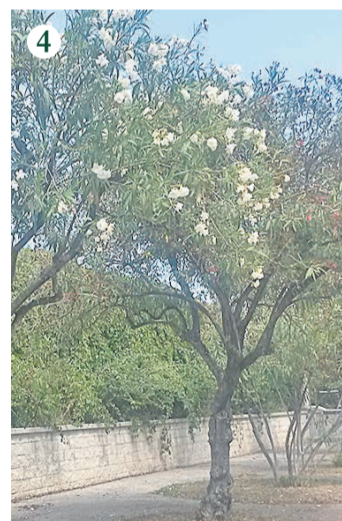
Els jardins públics de Piscines i Esports estan situats a la part sud de la mançana que s'inscriu entre els carrers Dr. Fleming, Bori Fontestà, Ganduxer i Santa Fe de Nou Mèxic. Amb una superfície d'una hectàrea, els jardins conviuen amb un complex esportiu i d'oci molt freqüentat pels barcelonins. El seu aspecte general recorda els jardins de moltes capitals europees on dominen grans extensions de praderia ombrejada per arbres de port i alçades diferents.

Abans d'entrar per l'accés de Dr. Fleming i Bori Fontestà, podem observar un exemplar centenari de pi blanc, alt i robust -vestigi de la vegetació autòctona primitiva-, que presenta unes arrels superficials molt vistoses. Dins el recinte trobem un espai obert i assolat que acull un conjunt de baladres (*Nerium oleander*), margallons (*Chamaerops humilis*) i palmeres (*Phoenix canariensis*) que s'emmirallen en un estany semicircular que ens dona la benvinguda. Més enllà, es dibuixa una extensa praderia de geometria regular, solcada i limitada per camins i en la qual una munió d'arbres contribueixen a configurar un espai ombrívol molt adient per a la pràctica de l'esport, l'oci i el lleure.

El conjunt d'arbres, alguns dels quals són exemplars molt longeus, està format per tipuanes (*Tipuana tipu*), ombús (*Phytolacca dioica*), freixes (*Fraxinus excelsior*), robinies (*Robinia pseudoacacia*) pollancrees (*Populus nigra*) arrengrerats al costat del camí, pebrers bords (*Schinus molle*) i moreres (*Morus alba*) una de les quals -al costat de l'àrea infantil-, presenta una capçada en forma de para-sol espectacularment densa.

Baladre – *Nerium oleander*

Habitualment els baladres adopten forma d'arbust però excepcionalment poden arribar a ser petits arbres com és el cas dels que trobem alineats a l'entrada del recinte. Poden assolir entre 3 i 4 metres d'alçada, l'escorça és lli-



1 - Vista general dels jardins, amb l'estany en primer pla
 2 - Grup d'ombús al centre dels jardins
 3 - L'espai de jocs infantils
 4 - Els baladres



sa i plena de branques secundàries, rectes i flexibles que creixen des de la base de la planta i que contenen un làtex de color blanquinós altament tòxic. Les fulles disposades en verticil i llargament lanceolades, són de color verd oliva i molt dures al tacte. La paraula "*Oleander*" fa referència a la semblança que té amb l'olivera. Les flors són hermafrodites de color rosat intens o blanques i desprenen una suau i subtil fragància. Originària de la regió mediterrània i l'Àsia temperada, els baladres —malgrat la seva toxicitat—, s'han estès arreu del món com a planta ornamental fruit de la gran adaptabilitat que tenen a tot tipus de sols i climes.

Morera – *Morus alba/nigra*

És un arbre caducifoli originari de l'Àsia occidental, que s'utilitza com arbre ornamental per la magnífica ombra

que projecta. En els països productors de seda es cultiva de forma intensiva per a la cria de cucs de seda. Les fulles molt grans i amples presenten una gran variabilitat morfològica, en general són asimètriques en forma de cor i de color verd clar, molt lluent i sense pèls i conformen una capçada densa i atapeïda que genera una ombra fresquíssima. Les flors, agrupades en espigues molt denses donen gran quantitat de fruits sucosos i comestibles, les mores, que són molt apreciades pels ocells però que embruten intensament els carrers de les ciutats per la qual cosa sovint es seleccionen exemplars estèrils que no fructifiquen. Dels fruits se'n fan melmelades i sucus que són molt diürètics i refrescants.

Maria Josep Tort és biòloga i especialista en arbres singulars

Fotografies: M. Josep Tort

Bernat pescaire

► **Enric Capdevila**

El Bernat Pescaire (*Ardea cinerea*) és un ardeid de l'ordre dels ciconiiformes de grans dimensions, fa fins a un metre d'alçada, i metre i mig amb les ales esteses. Té el plomatge gris per sobre, amb taques negres al coll i les ales, i el ventre blanc, al cap blanc destaca una franja negra que acaba en un llarg plomall. Vola amb el coll encongint i un batec lent i potent. Cria en arbres prop de l'aigua, en colònies mixtes amb altres ardeïds com els martinets blancs i els esplugabous. Fan una única posta de tres a cinc ous blau clar. S'alimenta de peixos, granotes, insectes i petits mamífers o ocells; pesca silenciosament, esperant immòbil que s'aproximi la presa i els captura amb el seu bec potent a mode d'arpó. És un ocell en expansió i la població més important de Catalunya és a Barcelona, amb més de 100 parelles, que van començar amb 15 parelles al zoo a l'inici dels setanta; la colònia d'ardeïds del Parc de la Ciutadella és la colònia urbana més gran d'Europa. De dia surten de la ciutat, no és estrany veure exemplars enfilant la Diagonal cap al Llobregat o el Besòs, o creuant Collserola cap al Vallès.

La dita: *Piular com un bernat pescaire a mitja ploma* (festejar).



- Classes de Chi Kung i Meditació
- Tractaments d'Acupuntura
- Fisioteràpia i Osteopatia
- Serveis d'Infermeria

c/ Sant Gervasi de Cassoles, n° 29
 Barcelona 93 4 18 27 43

1 classe gratis portant aquest anunci

ginkgosbcn@gmail.com
 www.ginkgosbcn.es

El jardí de Sant Gervasi segueix el Web!!

Visitan's a: www.eljardidesantgervasi.cat

- Consulta a l'agenda de totes les activitats del barri.
- Comenta les notícies, entrevistes, articles, cròniques i reportatges.
- Descarregat tots els números anteriors.
- **RACÓ DELS VEÏNS:** obrim aquest espai on recollirem els comentaris que ens envieu. Llença't i digues la teva! Volem saber el que penses!



Vols rebre per correu electrònic cada número de *El jardí de Sant Gervasi*?

1. Entra a www.eljardidesantgervasi.cat
2. Introdueix el teu correu electrònic a la dreta de la web a l'apartat de Newsletter
3. Rebràs 11 comunicacions a l'any! Una cada mes. Pots donar-te de baixa quan ho desitgis.



L'opinió dels lectors

La teva opinió és molt valuosa per **El jardí de Sant Gervasi**, i fonamental per enriquir la publicació. Molts ja us heu adreçat a nosaltres i junts intentem millorar el **JSG** en cada número. Descobreix com fer-ho al web! És molt fàcil

35 anys de la Llar Mn. Lluís Vidal

Sobre la creació i la vida de la Llar fins el dia d'avui

► Jaume Busquets

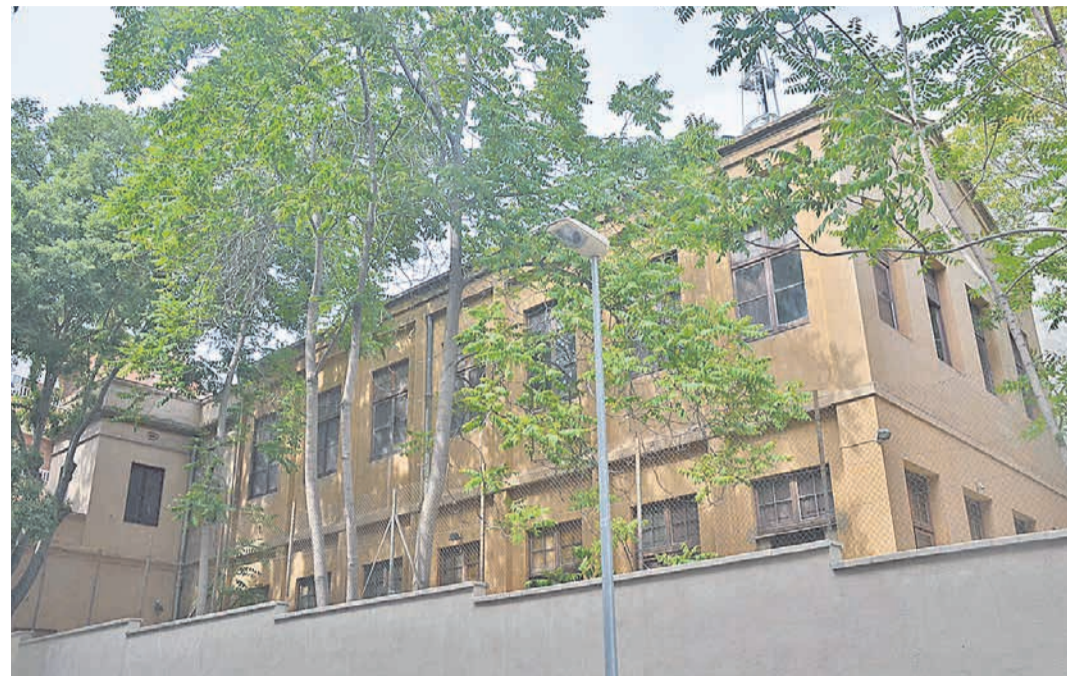
Els trenta-cinc anys de la Llar Mn. Lluís Vidal ens conviden a commemorar l'efemèride recordant l'evolució d'aquest centre des de la seva creació i vida continuada fins al dia d'avui. Neix a la parròquia dels Sants Gervasi i Protasi i de la Mare de Déu de la Bonanova per ajudar a la gent gran a mitigar la solitud, tot sentint-se acollits els uns pels altres, mitjançant les diferents activitats encaminades a mantenir la nostra ment i el nostre cos el màxim en forma, fomentar l'amistat entre tot-hom i ajudar a l'enriquiment cultural, espiritual i d'esbarjo.

Ja, d'un principi, és dona acolliment a la Llar a tothom que en vulgui formar part sense cap mena de compromís ni restricció, participant en els actes que li interessin, i amb la intensitat que vulgui.

La major part de les activitats, sempre han tingut i tenen lloc en part de l'edifici parroquial situat al carrer de Bigai número 12, carrer que comença al carrer Mandri, i acaba a la plaça de la Bonanova fent xamfrà amb el carrer de Muntaner.

Aquest edifici hem de creure que és el més antic del carrer, ja que és l'únic que sobresurt de la línia de la façana sud a la qual obeeixen totes les demés edificacions del carrer. L'edifici consta d'un petit rebedor just a l'entrada, per on s'accedeix a totes les dependències, tant de planta baixa com del pis superior i terrat. Una de les dues espaioses sales de la planta baixa, amb una tribuna o escenari, idoni per a conferències, representacions, jocs i festes o altres tipus d'activitats habituals, amb un aforament no inferior a 60 persones, l'ocupa la llar per fer les seves activitats habituals. La segona sala, ens permet fer-hi activitats puntuals, com ara la gimnàstica. L'edifici també disposa d'una habitació que ens serveix pels assajos de la coral de la Llar. L'accés a aquesta cambra es fa pel pati que ocupa el darrere de l'edifici i limita amb el mur que dona al carrer Ciutat de Balaguer. Aquest pati pot servir per estar-s'hi en el bon temps, i serveix també de sortida d'emergència de les dues sales. Queda un espai de serveis i un soterrani al que s'hi pot accedir pel pati i la primera de les dues sales a què ens hem referit.

Voldríem saber més de l'edifici i el seu destí, però ens hem de conformar amb ben poca cosa. Veient l'edificació i l'evolució de la transformació del barri des de la meitat del segle XIX, segons Jaume Fabra i Josep M. Huertas (*Els barris de Barcelona*, vol. II, Enciclopèdia Catalana i Ajuntament de Barcelona, 1998) i Jesús Mestre Campi (Barcelona, *Sant Gervasi de Casso-*



les, *resum gràfic 1875-1975*, editorial Efadós, 2013) es pot pensar a la vista de l'obra fabril en les plantes inferiors, que va construir-se, o transformar el que podia haver-hi a mitjans del segle XIX a causa de la incipient industrialització que tingué lloc en el barri; la planta baixa i superiors a finals del mateix segle, pot ser atribuïble a la transformació del local en seu d'associacions professionals, culturals o artístiques fundades a finals del mateix segle. A principis del segle XX, i a causa de la transformació del barri en zona residencial i amb crisi d'escoles, no ha de sorprendre que la finca fos arrendada pels seus propietaris a les "Escuelas Parroquiales" fins a la supressió d'aquestes aproximadament a l'inici de la democràcia.

Tanquem aquestes dades, fins aquí probablement certes, amb l'afirmació irrefutable que els propietaris de la finca senyors José Parellada Faura, Guillermo de Pallejá i Ferrer Vidal, marquès de Monsolís i Salvador Puiggrós Higuera, mitjançant escriptura autoritzada pel notari de Barcelona Narciso Batlle Baró el 25 d'octubre de 1927 varen transmetre a mossèn Lluís Xiró i Roig, com a rector de la parròquia i a la vegada del Santuari de la Mare de Déu de la Bonanova (que ho fou de 1916 a 1936), la finca esmentada amb l'obligació que al cessament d'ell, fos tramesa al seu successor en el càrrec de rector de la Parròquia amb la finalitat de dedicar-la a obres socials d'aquesta.

La fundació de la Llar

I per acabar aquest avantprojecte d'història, cal dir que l'any 1980, amb l'impuls de mossèn Ignasi Casas i un grup de persones de Càritas Parroquial va néixer la Llar amb el nom de Mossèn Lluís Vidal, rector que ho fou

A dalt, dues vistes de la seu de la Llar Mn. Lluís Vidal, al carrer Bigai. A la dreta, una de les activitats a l'interior de la Llar. Fotografies de Fernando Siles, membre de la Junta de la Llar



A la Llar podreu fer noves amistats i fer coses amb persones diferents a les habituals, podreu sentir-vos útils malgrat la jubilació

de la Parròquia del 1968 al 1976, en record del zel i dedicació que va posar en la posada en marxa de la Llar, tot i no haver pogut veure reeixit el projecte.

L'any 2000, per decisió del rector de la parròquia de la Bonanova, mossèn Carles Sauró, i el Consell Pastoral, fou constituïda per les persones que en aquell moment estaven al front de la Llar, una associació civil amb el nom de "Llar Mn. Lluís Vidal".

Ara, el lector o lectora pacient que ha arribat fins aquí que estigui jubilat o al voltant de la jubilació, és convidat a participar de la Llar on trobarà qui l'aculli tots els dies laborables de 5 a 8 hores, per ser informats *in situ* del que fem i com ho fem, amb la seguretat que podreu fer noves amistats i fer coses amb persones diferents a les habituals, podreu sentir-vos útils malgrat la jubilació, accedir a nous coneixements i gaudir d'allò que us plagui d'entre tot el que fem. Tots, i en especial el més grans, respecte a allò que no estigui al seu abast col·laborar a fer-ho, veuran com ho fan els demés per ells.

Acabem, per engrascar-vos, amb un ventall del que durant aquest curs 2015-2016 anirem fent: gimnàstica, classes de català i francès, cant coral,

"Una finestra oberta al món" (informació cívica, política i religiosa), cine fòrum, treballs manuals, labors (mitja, punt de creu i ganxet), exercicis de memòria. "Vida Creixent" (trobades de reflexió religiosa en funció de l'edat), "musicoteràpia" (augmentar/mantenir la força muscular, mobilitat i resistència física de les extremitats; promoure estats de relaxació, reforçar l'estimulació sensorial; millorar l'autoestima i ajudar a l'expressió emocional; estimular la memòria immediata, recent i llunyana, augmentar el nivell d'atenció; potenciar la interacció i comunicació social); gaudir de visites culturals a Barcelona; sortides organitzades a diferents comarques, celebració de totes les festes tradicionals a la Llar; teatre, etcètera. **Tot per evitar o mitigar la solitud i fomentar l'amistat.**

Jaume Busquets Mensa és president de la Llar Mn. Lluís Vidal

Llar Mn. Lluís Vidal
Casal de gent gran
Carrer Bigai, 12 baixos
08021 Barcelona

Cuida el teu cervell

Tots no envellim de la mateixa manera, envellim tal com vivim

► Pilar Gaya

Sempre a la tornada de vacances, encarem el 21 de setembre. Data escollida per l'OMS per celebrar el Dia Mundial de la Malaltia d'Alzheimer. En aquesta ocasió, amb el lema "Alzheimer, esforç compartit" s'organitzen tot un seguit d'accions per donar-la a conèixer i sol·licitar suport i solidaritat. És habitual parlar més de les conseqüències que de les causes que generen les malalties neurològiques. Avui, des de la Fundació Uszheimer volem parlar de prevenció primària, que és aquella que ajuda a la població sana a no emmalaltir o ajornar la seva aparició. Sovint se'ns adrecen persones buscant pautes i recomanacions, amb interès per mantenir-se en bones condicions o amb por de tenir la malaltia. Hi ha estudis que relacionen l'estil de vida amb la seva aparició, centrant-se amb els hàbits que ens protegeixen i perjudiquen l'hora de començar un procés degeneratiu. Fet que ens alegra i ens encoratja.

Popularment sabem que tots no envellim de la mateixa manera, uns més exitosament que d'altres; envellim tal com vivim. Els investigadors senyalen que aquestes mal-

ties no apareixen d'un dia per a l'altre, a partir d'una edat, sinó que es van creant les condicions propícies al llarg del temps, entre 10 i 20 anys abans que apareguin els primers símptomes. Ara, cal començar a tenir cura d'un mateix i no deixar-ho per quan s'és ja gran, llavors potser ja no hi serem a temps.

Podem evitar la demència si modifiquem el nostre estil de vida cap a hàbits protectors evitant els de risc? Com podem enfortir el nostre cervell?. La comunitat científica constata que el camí per actuar des de la prevenció és doble: tenir cura de la salut cardiovascular i augmentar la reserva cognitiva, mitjançant l'entrenament mental. És



a dir, controlar bé la hipertensió, la diabetis, el colesterol i la dieta, realitzar activitat física regularment i no fumar. El que va bé pel cor, també va bé pel cervell. Adquirir nous coneixements i habilitats, canviar hàbits, deixar rutines, tenir una vida social satisfactòria. En definitiva aprendre a relacionar-se i estar actius. S'ha evidenciat que s'augmenten els factors de creixement cerebral, es millora la citoarquitectura cerebral, la plasticitat neuronal i les propietats electrofisiològiques i es disminueix la formació de les plaques amiloides. El nostre cervell podrà fer front millor a certa quantitat de lesions sense que

apareguin símptomes. Les persones amb més reserva podran tolerar més quantitat de malaltia, l'expressió clínica s'ajornarà, i fins i tot podrà diferir-se tant que no arribi a manifestar-se. S'ha demostrat els beneficis d'hàbits saludables de la dieta mediterrània, l'activitat física regular, l'estimulació cognitiva, la vida social activa i els hàbits de son regulars. Malgrat tot, serà necessari aprofundir més per recomanacions específiques. Ser conscient dels hàbits que ens convé incorporar o deixar de banda ens ajudarà a arribar en les millors condicions el dia de demà.

Pilar Gaya és psicòloga

Fundació Uszheimer
Unitat socioeducativa d'alzheimer
Passatge Forasté 11-13
08022 Barcelona
Tel.: 93 418 65 65
info@fundaciouuszheimer.org
http://fundaciouuszheimer.org
http://www.premisoletura.com

denken
Balmes, 256
08006 Barcelona
Tel. 93 547 71 80
info@centrodenken.com
www.centrodenken.com

INFANCIA
Porque la atención y concentración de los hijos no es la esperada

Entrena tu mente, cambia tu cerebro.

PROFESIONALES
Porque necesitas aumentar la memoria de trabajo y rapidez mental

ESTUDIANTES
Porque tu futuro depende de cómo estudias

SENIOR
Porque es necesario prevenir y ejercitar tu mente

reportatge

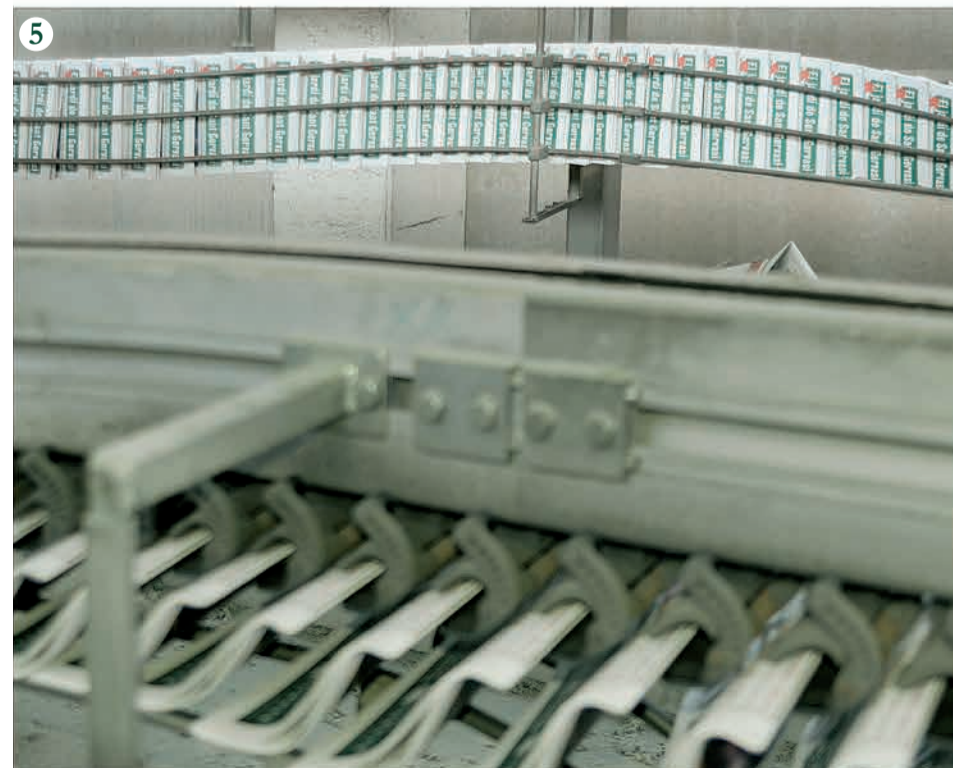
Com s'imprimeix El jardí de Sant Gervasi?

Hem anat a la rotativa per explicar-vos quin és el procés d'impressió de la revista

El migdia del dilluns 6 de juliol, la redacció de la revista ens vam desplaçar fins a la rotativa on s'imprimeix la revista. Acabàvem d'enviar el PDF amb el contingut del número 9 de *El jardí*. Volem conèixer de primera mà com es feia! La revista s'imprimeix en una gran rotativa, com els diaris que llegim cada dia. En arribar a la rotativa, ens vam ensenyar les immenses instal·lacions. El primer pas és fer les planxes, una per cada pàgina i cada color (1). Després es posen les bobines a lloc i s'inicia la impressió (2 i 3). Hi ha una sala de control, des d'on, per exemple, es va ajustant la intensitat de les tintes (4).



El pas següent és assecar, tallar i plegar el paper, tot movent les revistes per unes inacabables guies aèries de molts i molts metres de llargada, ara del dret i després del revés, o de costat (5). Finalment, els exemplars perfectament plegats es van apilant i es fan paquets de cinquanta unitats (6), que es dipositen en uns palets preparats per carregar a la furgoneta. Ja estan a punt de ser distribuïts!



EQUILIBRIUM

¿Por qué acudir al Quiropráctico?

¿Sabías que el factor más importante para lograr un estado de bienestar y Equilibrio, depende de que tu sistema nervioso funcione en óptimas condiciones?

Dentro de cada uno de nosotros existe una inteligencia innata que es la esencia de la vida. Sin estar consciente de ello esta inteligencia innata, de manera perfecta y constante, coordina nuestro mundo interno: el latir de nuestro corazón, nuestra respiración, nuestra digestión, pero sobre todo se encarga de mantener el estado de Equilibrio de nuestro cuerpo.

El Sistema nervioso es la red de comunicaciones que emplea la inteligencia innata para informar, coordinar y regular todas las actividades de nuestro organismo. La Columna Vertebral consta de 24 vértebras y es la estructura que cubre y protege esta delicada pero importante red de comunicación.

Cualquier desplazamiento de una o algunas de estas vértebras puede causar una interferencia en esta red de comunicación e interrumpir el armónico flujo de información que ha de existir entre el cerebro y el cuerpo y vice-versa.

El Quiropráctico procura optimizar la función del sistema nervioso mediante el análisis, detección y corrección de este desplazamiento vertebral, con el fin de que el flujo de información entre el cuerpo y el cerebro sea eficiente. De esta manera nos será posible interpretar los cambios que se le imponen a nuestro mundo interno y podremos responder adecuadamente a ellos. El quiropráctico logra esto a través de técnicas personalizadas, para que de forma natural, la

inteligencia innata actúe eficazmente.

Todas aquellas personas que deseen alcanzar un estilo de vida saludable, encontrarán en la quiropráctica el ingrediente perfecto para lograr su objetivo. Un estilo de vida sana se logra a través de una buena alimentación, de un plan de ejercicio constante, de un bajo nivel de estrés, de una actitud mental positiva, de un descanso óptimo y de un cuidado quiropráctico regular. Por tanto, contestando a nuestra pregunta inicial, para alcanzar un estado de bienestar óptimo, es crucial propiciar el buen flujo de información de nuestro sistema nervioso central y permitir que la inteligencia innata de nuestro cuerpo se exprese libremente. Al visitar al quiropráctico lograrás minimizar las interferencias en el sistema nervioso y de esta manera conseguirás alcanzar la máxima expresión posible de tus capacidades.

¿Te animas a incluir la quiropráctica en tu estilo de vida saludable? Anímate, ¡tu salud depende de ti!

Clausula emitida por los abogados de la Asociación Española de Quiropráctica (A.E.Q.)

La QUIROPRÁCTICA está reconocida como profesión sanitaria por la Organización Mundial de la SALUD (O.M.S.) y tiene carácter sanitario en la mayoría de los países desarrollados del mundo. Sin embargo, en España no ha sido objeto de regulación y aun no se reconoce como una profesión sanitaria. Actualmente las titulaciones de "Doctor of Chiropractic" obtenidas en otros países después de 5 o 6 años de estudios universitarios y reconocidos internacionalmente tampoco son reconocidas como titulaciones oficiales en nuestro país.



FUNDACIÓ INFANTIL

Inici de curs: la importància de les rutines

L'inici de curs és un esdeveniment important per als més petits. Comença un altre cop la rutina, els deures després de classe, les matinalades i les responsabilitats.

Al mateix temps, tornen a veure els seus companys de classe (o en coneixen uns de nous), poden explicar les anècdotes que han viscut durant l'estiu i tenen l'oportunitat de començar de zero un nou curs. Es posen nous reptes, nous objectius, amb més entusiasme, energia i empena per fer les coses bé.

Aquest mes, parlarem d'un tema que tant pares, mares com germans grans, hauríem de tenir en compte per acompanyar els més petits durant el curs: les rutines. Perquè són importants les rutines en el nostre fill?

— Ajuden a ser més responsable: els nens necessiten una vida estructurada i ordenada, per això, amb unes rutines adequades a la seva edat, organitzen millor la seva ment i el seu espai.

— Ajuden al seu desenvolupament: aprenen a preveure situacions futures, a pensar en les conseqüències dels seus actes, i a adaptar-se millor quan hi ha imprevistos, perquè comprenen el que està passant. Milloren la seva intel·ligència emocional.

— Creen un ambient en què es troben segurs i protegits: tot aconseguint una millor autoestima i confiança en les figures parentals.

— Milloren la seva capacitat atencional, la

memòria i la lògica: les rutines els ajuden a visualitzar i estructurar els seus pensaments. Establir unes hores adequades és el primer pas. Que el nostre fill tingui clar l'hora de sopar i l'hora en què ha d'anar a dormir els dies d'escola, per exemple. Així sabrà quan temps té per fer els deures, ordenar la seva habitació i el temps de joc que li queda, abans d'ajudar a parar la taula. Aprofitarà millor el seu temps, es concentrarà millor en els estudis i aprendrà a organitzar-se. D'altra banda, limitem el temps que poden dedicar a les consoles, videojocs o tauletes, i afavorim que juguin a jocs on puguin moure's, expressar i comunicar, pensar i solucionar problemes, divertir-se i compartir amb els seus amics, germans o pares.

És important també deixar que tingui el seu espai i a poc a poc donar-li més autonomia. Si ell ho pot fer sol (encara que potser triguí més o ho faci pitjor), deixem que ho intenti! Deixem-li clar que nosaltres com a pares estarem al seu costat, animant-lo i ajudant-lo quan ens ho demani, però que alhora, volem que tingui iniciativa i empena per intentar fer les coses sol.



Passeig Sant Gervasi 16-20, Esc. B Baixos
08022 Barcelona

creixambtraça

Mindfulness per a nens i nenes



Aquest nou curs 2015-2016 ens estrenem amb una nova proposta per a pares i fills de 5 a 10 anys que tinguin ganes de parar la ment, que vulguin

aprendre a sentir, a comprendre i gestionar les pròpies emocions i també a concentrar-se millor. És tracta d'un curs d'iniciació a la relaxació, a la meditació, a l'educació emocional. Què és el mindfulness? "El mindfulness és l'aptitud de la ment per a prestar atenció al que hi ha, aquí i ara, estant totalment conscients de cada moment que vivim. No és altra cosa que estar conscientment present volent comprendre què és el que passa, des d'una actitud oberta i amable, sense jutjar". (Eline Snel, autora de *Tranquils i quiets com una granota*)

Per què pot ser una bona eina practicar mindfulness des de petits i a nivell familiar?

Perquè l'exemple dels pares engresca els fills a imitar-los. I fer-ho junts facilita l'empatia i connexió entre uns i altres.

— Perquè augmenta la vostra concentració, atenció, creativitat i rendiment.

— Perquè podeu regular millor les vostres emocions i trobar la tranquil·litat i equilibri quan us sentiu enfadats, angoixats, molestos. Estareu més serens i us sentireu més segurs. Guanyareu confiança.

— Perquè anireu adquirint una manera de veure

re més clara i objectiva d'allò que passa en el vostre interior, a l'exterior, en els altres i en l'entorn. Emetreu judicis amb menys rapidesa.

— Perquè millorareu les habilitats socials com la paciència, l'empatia, l'alegria.

— Perquè desenvolupareu la compassió i us tornareu més amables cap a vosaltres mateixos i cap als altres.

— Perquè us sentireu més relaxats. Dormireu millor.

Tot això no s'aconsegueix immediatament sinó que ha d'anar progressivament. I tampoc la tècnica és cosa d'un dia. Per tant, **de quina manera podem anar entrant en aquesta línia de consciència?**

— Tècniques per al control de la respiració.

— Exercicis per a la relaxació per tal d'integrar les sensacions de tensió i relaxació del cos, així com poder arribar a un estat de calma després de moments de tensió.

— Jocs sensorials per connectar, sentir el cos, experimentar tranquil·litat i sensacions de benestar.

— Comunicació verbal i no verbal per manifestar emocions i expressar el que sentim: moviment, mim, representació, joc de cartes, contes, torn de paraula...

— Exercicis per iniciar-se a la meditació: parar, enfocar, concentrar-se, respirar, visualitzar.

— Jocs sensorials per connectar, sentir el cos, experimentar tranquil·litat i sensacions de benestar.

— Comunicació verbal i no verbal per manifestar emocions i expressar el que sentim: moviment, mim, representació, joc de cartes, contes, torn de paraula...

— Exercicis per iniciar-se a la meditació: parar, enfocar, concentrar-se, respirar, visualitzar.

— Jocs sensorials per connectar, sentir el cos, experimentar tranquil·litat i sensacions de benestar.

— Comunicació verbal i no verbal per manifestar emocions i expressar el que sentim: moviment, mim, representació, joc de cartes, contes, torn de paraula...

— Exercicis per iniciar-se a la meditació: parar, enfocar, concentrar-se, respirar, visualitzar.

Eva Ferran, pedagoga i psicomotricista
Carmelo Montesinos, fisioterapeuta i kinesiòleg



Ajuda a desplegar tot el seu potencial tenint cura de les seves necessitats

CURS 2015-2016

Curs "Pas a Pas amb el teu fill" (0-3 anys)

Curs "El Jardí de les Emocions" (3-6 anys)

Mindfulness per a nens/nenes (5-10 anys)

Per a pares i mares que desitgen conèixer i comprendre com funciona el món infantil i acompanyar amb intel·ligència emocional els seus fills.

arts i lletres

Tusset, croissants i Jenny G

(Lo mejor que le puede pasar a un cruasán, Pablo Tusset, 2001)

► Marina Barraso

Pablo Tusset és un dels pseudònims de l'escriptor i informàtic barceloní David Homedes Cameo (1965), qui posteriorment també s'ha autoanomenat José Antonio Santaló. Amb *Lo mejor que le puede pasar a un cruasán* va rebre el premi Tigre Juan el 2001 a la millor primera novel·la de l'any. Certament, *Lo mejor que le puede pasar a un cruasán*, tal com va assenyalar Manuel Vázquez-Montalbán (a qui Tusset al·ludeix en diverses ocasions com a interlocutor en el llibre), és una de les novel·les més interessants i divertides dels últims temps. El llibre relata la història de Pablo Baloo Miralles, un jove gandul, inadaptat, fill d'una família benestant de les Corts, que es troba immers en l'enigmàtica desaparició del seu germà gran, un reeixit empresari amb qui comparteix despatx (Miralles&Miralles) i escasses inquietuds.

A bord d'un cotxe esportiu i amb l'ajuda de *La Fina*, Pablo Miralles haurà de fer ús de les seves dubtoses habilitats per resoldre el misteri i alliberar el seu germà. I ho farà fent parada a Jenny G, un establiment secret la localització del qual haurà de descobrir mitjançant altes dosis d'enginy i les poques pistes de què disposa. I és que Tusset, Santaló... no són els únics lligams de la novel·la amb el barri de Sant Gervasi.

– «Bienvenido al servicio de información de Telefónica...». (...) Buenas tardees, le atende Mari Angelees.

– Hola, Mariángeles, necesito confirmar un dato: los tres primeros números de un teléfono se identifican con una determinada zona de la ciudad, ¿no?

– Mmm..., psssi.

Qué demonios debía de significar «mmm...», psssi...?

– Bueno, me puedes decir a qué barrio corresponde un 487.

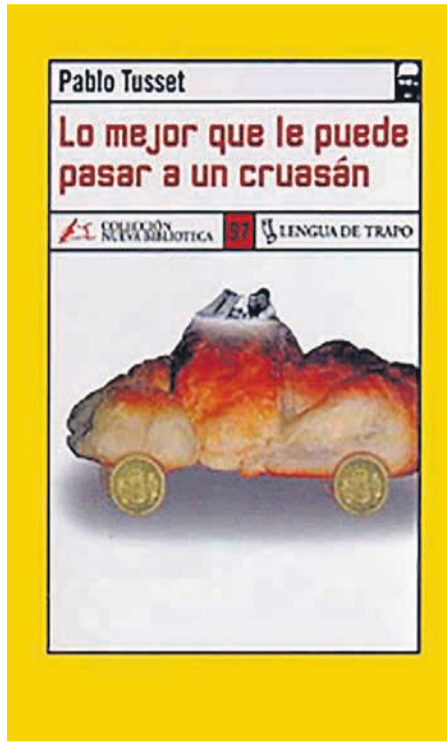
– ¿Tiene el número completo?

Le dí el número completo.

– Sarrià-Sant Gervasi.

– ¿No me puedes dar la dirección exacta?

Mariángeles lo sentía mucho pero no estaba autorizada.



Sarrià-Sant Gervasi. Eso debía de abarcar desde la plaza Calvo Sotelo hasta el quinto coño saliendo montaña arriba en dirección al Tibidabo. Y a saber si se incluía también Pedralbes, o incluso Vallvidrera, nunca he entendido muy bien las divisiones administrativas de la ciudad y tampoco tenía ganas de ponerme a ello en ese momento. Además, estuviera donde estuviera ese JG tanto podía ser el psiquiatra de mi hermano como su proveedor de antigüedades o el sastre carpetovetónico que le hacía los trajes de pijo divino (Jesús Gatera, Jacinto Garrafones, Juanito Gazusa)?¹

Amb un humor intel·ligent i mordaç, Tusset condueix el lector a través d'una trama intrigant per la part alta de Barcelona en la qual a més de fer riure com pocs llibres ho fan, s'hi troben encertats esquetxos filosòfics i una burla, a estones subtils i a estones incisiva, als estrats més elevats de la societat barcelonina.

¹ *Lo mejor que le puede pasar a un cruasán*. Pablo Tusset. Edicions Lengua de Trapo, 2001

L'HOME DE MONTEROLS

Competició

► Jordi Quer

Vaig mirar entre els barrots. Hi havia uns arbres alts i frondosos. Un casalot —recordava a un castell per unes torres que el flanquejaven— s'albirava al fons. “Finca Julio Muñoz Ramonet” hi posava en una reixa. El sol picava de valent. La suor m'amarava el front. Vaig pensar com havia arribat fins allí. Havia estat al carrer Mandri que n'havia vist una en un balcó. Tenia quatre franges vermelles sobre un fons daurat. Vaig trobar-ne una altra al cap de poc. Era diferent que l'anterior. Tenia tres franges, dues de roges i una d'aronjada entremig. La següent que vaig topar-me era com la primera, si bé incorporava un triangle blau amb una estrella a l'extrem. Vaig anar resseguint els edificis. Hi havia trams de construccions en què no n'hi havia cap. Algunes estaven lligades a les baranes dels balcons. D'altres, especialment si es trobaven en les plantes superiors, penjaven d'un pal. Vaig baixar Muntaner. Les que tenien tres franges van augmentar en detriment de les de quatre. A

l'alçada de Marià Cubí vaig trobar un edifici en el qual el seu nombre era molt superior al que havia vist fins aleshores. La paraula “Les Amèriques” es distingia a la porta d'entrada. Una munió de pisos anaven de banda a banda, de baix a dalt. Vaig comptar-les. Hi havia cinc balcons que tenien les de quatre franges. N'hi havia quatre, en canvi, amb les de tres. Dos d'ells eren contigus, de manera que una de quatre i una de tres eren a tocar. Vaig seure en la terrassa d'un bar. Vaig demanar una cervesa. Ella va venir-me al pensament. No hi havia parlat des que havíem coincidit al videoclub Tibidabo. Un home va asseure's davant d'una dona en una taula. “Això és zona nacional”, va dir ell amb una veu enrogallada. Vaig fer una cervesa més. Una noia va travessar el carrer. Les seves cames van ser-me familiars. Vaig seguir-la. Va apropar-se a una reixa que hi havia en un mur. Vaig mirar-hi a través. No vaig veure-la a ella, sinó uns arbres, una castell al fons. No circulava cap cotxe. La xafigor era intensa.

Records de M. Monserrat Serrallonga

► El jardí

Aquest llibre se l'ha de considerar dins del gènere de les “memòries”. Maria Montserrat Serrallonga ens explica la seva vida i a partir d'aquí va apareixent tota una època, ben diferent de l'actual. Les relacions familiars, l'escola, el barri, etc. va prenent forma a partir dels seus records i vivències. Quan era un infant, els anys quaranta, la condició de la dona era molt diferent de l'actual i ben poques podien acabar els estudis de batxillerat i, encara menys, la universitat, com va poder fer ella, que es va llicenciar en Dret a la Universitat de Barcelona l'any 1955. A partir d'aleshores viu una vida professional plena tant a l'Ajuntament de Barcelona com, posteriorment, al Parlament de Catalunya. La seva militància a la Unió Democràtica de Catalunya, presidida aleshores per Miquel Coll i Alentorn, i la seva vinculació en associacions de dones juristes, li permeten



viatjar arreu del món i participar en diversos fóruns internacionals, sempre a favor de la promoció de la dona. Són especialment interessants les descripcions que fa del seu barri, el Galvany, on sempre ha viscut.

Maria Montserrat Serrallonga i Sivilla; Una vida a Sant Gervasi. Endreces i records. Marge Book, Sabadell, 2015 189 pàgines

arts i lletres

LA IL·LUSTRACIÓ: TURO PARC



Il·lustració de Patricia Trujillo - Atelier de Sant Gervasi

MAGATZEM d'ARS

LLOGUER D'ESPAI
Tres sales d'asseig,
una sala d'actes i
una sala de reunions

CURSOS PER ADULTS
Zumba, cant,
balls de saló,
teatre,
i molt més!

CURSOS PER INFANTS
Teatre,
cant,
cinema...

ESPECTACLES INFANTILS I ADULTS
Oberts a contractació!

ESCOLA D'ACTOR 2015-16
Formació d'actors i actrius professionals

ON SOM?
C/Atenes 27, 3a planta
08006 BCN
FGC Pàdua/Putxet
L3 Lesseps
Bus H6

Tel. 93.254.12.83
Oficina: dill-div 10h-14h
i 17.00-20.30h

produccion@magatzemdars.com
comunicacio@magatzemdars.com

visita la nostra web:
www.magatzemdars.com

TOT AIXÒ I MÉS!
teambuildings,
festes privades,
sopars temàtics...

Botiga especialitzada en tot tipus de labors, tenim teles, fils, accessoris, kits...

Donem classes de costura, punt de creu, patchwork a mà i a màquina, ganxet, mitja, llenceria, puntes de coixí, etc.



Es formen grups a partir de 6 alumnes en la tècnica que es demani. Es pots venir encara que no se sàpiga cosir.

Provença, 256
Tel.: 93 488 27 94
Per a més informació:
info@puntadona.com
Botiga en línia:
www.puntadona.com

Latorja, 26
Tel.: 93 215 91 37



www.cwork.cat
Carrer Camp 79, Barcelona Tlf 666 70 23 82



la cartellera al barri

ANACLETO: AGENTE SECRETO

Gènere: comèdia
Versió: castellana
Director: Imanol Arias (Anacleto)

Quim Gutiérrez (Adolfo), Berto Romero, Alexandra Jiménez, Carlos Areces, Rossy De Palma
Distribuidora: Warner Bros.
Sinopsi:

Dolfo, que fa trenta anys que treballa de *segurata*, està passant una mala ratxa. No només el deixa la seva xicoteta de tota la vida per ser un tipus sense ambició, sinó que, a sobre, es converteix en l'objectiu d'una sèrie de matons liderats per Vázquez, un perillós criminal que acaba d'escapar de la presó. Però què ha fet ell per veure's en aquest embolic?, Com és possible? El món se li s'ensorra quan descobreix que el seu pare té una doble identitat. No és un pagès dedicat a la producció d'embotits, com ell ha cregut tota la vida, sinó que és Anacleto, un agent secret en hores baixes i l'home que va tancar la Vázquez fa trenta anys.

BALMES, CINESA DIAGONAL

DEL REVÉS (INSIDE OUT)

Gènere: animació
Qualificació: tots els públics
Versió: VOSE

Director: Pete Docter
Durada: 101 min
Distribuidora: Walt Disney

Sinopsi: Crèixer pot ser un camí ple de sots i Riley no és una excepció. Es veu obligada a deixar enrere la seva vida en el Oest Mitjà americà perquè el seu pare troba una nova feina a San Francisco. Com tots nosaltres, Riley es deixa guiar per les seves emoci-



Fotograma de la pel·lícula d'animació *Del revés (Inside out)*, realitzada per Pixar i distribuïda per Walt Disney, on es veu en les emocions de Riley contemplant el ric món interior de la protagonista d'aquest sorprenent film.

ons: Alegria, Por, Ira, Enuig i Tristesa. Les emocions viuen en la Caserna General, el centre de control de la ment de Riley, des d'on l'ajuden a superar els problemes de la vida quotidiana. Mentre Riley i les seves emocions s'esforcen per adaptar-se a una nova vida a San Francisco, la confusió s'apodera de la Caserna General. En cara que l'Alegria, l'emoció més important de Riley, intenta mantenir una actitud positiva, el conflicte d'emoció sorgeix en haver de fer front a una nova ciutat, una nova casa i una nova escola.

BALMES, CINESA DIAGONAL

MR. HOLMES

Gènere: thriller
Qualificació: més de 7 anys
Versió: VOSE
Idioma: anglès

Director: Bill Condon
Actors: Ian McKellen, Laura Linney, Milo Parker, Hiroyuki Sanada, Nicholas Rowe
Durada: 104 min
Distribuidora: DeAPlaneta

Sinopsi:

1947. Un Sherlock Holmes jubilat (Ian McKellen) porta una vida tranquil·la cuidant de les seves plantes i abelles. Té una ment brillant, però la seva època daurada d'investigador ja ha acabat i porta temps sofrint els estralls de la senilitat. Roger (Milo Parker), el fill de 14 anys de la senyora que cuida la casa (Laura Linney) té en Holmes, una figura paterna. Tots dos reobren un cas que segueix sense resoldre i les seves perquisicions els portaran a obtenir respostes a qüestions referents tant al cas com a un antic amor del vell Sherlock. Gràcies a aquesta recerca, Roger aprendrà l'art de la deducció i Holmes descobrirà una mica més important: una lliçó d'humanitat.

BALMES

UN DÍA PERFECTO

Gènere: comèdia dramàtica
Qualificació: més de 12 anys
Versió: VOSE
Idioma: anglès
Director: Fernando León de Aranoa

Actors: Benicio del Toro (Mambrú), Tim Robbins (B.), Olga Kurylenko (Katya), Mélanie Thierry (Sophie), Fedja Stukan (Damir), Eldar Residovic (Nikola).

Durada: 105 min
Distribuidora: Universal

Sinopsi: A "Un día perfecto" (A perfect day), pel·lícula del director Fernando León de Aranoa, un grup de cooperants tracta de treure un cadàver d'un pou en una zona de conflicte. Algú l'ha tirat dins per corrompre l'aigua i deixar sense proveïment a les poblacions properes. Però la tasca més simple es converteix aquí en una missió impossible, en la qual el veritable enemic potser és la irracionalitat. Els cooperants recorren el delirant paisatge bèl·lic tractant de resoldre la situació, com conills en un laberint.

BALMES, CINESA DIAGONAL

UNA SEMANA EN CÔRCEGA

Gènere: comèdia
Qualificació: més de 12 anys
Versió: castellana

Director: Jean-François Richet

Actors: Vincent Cassel, François Cluzet, Alice Isaaz, Lola Le Lann, Philippe Nahon
Durada: 105 min
Distribuidora: Festival Films

Sinopsi: Antoine i Laurent, dos divorciats parisencs de quaranta i tants, decideixen passar les vacances a Còrsega al costat de les seves respectives filles, Louna i Marie. El que semblava una setmana perfecta, es complica quan Louna s'enamora de Laurent i provoca tota mena d'embolics per intentar seduir-lo.

BALMES

EL FARISTOL
Música al cinema

DIJOUS 24 DE SETEMBRE

ARCADE FIRE: THE REFLEXOR TAPES

Estrena mundial. *The Reflector Tapes* és una fascinant visió del "making off" de l'àlbum *Reflector* de Arcade Fire. La pel·lícula recontextualitza l'experiència de l'àlbum, les sessions d'enregistrament a Mont-real, el concert improvisat a Haití en la primera nit de Carnestoltes així com els seus *shows* en viu a Los Angeles i Londres. A més barreja entrevistes personals inèdites i moments capturats per la banda i compta amb 20 min de metratge no vist.

Cinesa Diagonal (20-22 h) / Balmes Multicines VO / Bosque 19 H

Entrades: Cinesa Diagonal : 10.92 €
Balmes Multicines i Bosque : 9.50 €

DIMARTS 29 DE SETEMBRE

ROGER WATERS: THE WALL

Roger Waters, cofundador i principal compositor de Pink Floyd, fusiona l'èpica i la intimitat a *Roger Waters The Wall*. Escrita i dirigida per Waters i Sean Evans, i filmat durant la gira "The Wall Live Tour" entre el 2010 i el 2013, és una pel·lícula del concert que va més enllà de l'escenari. Basat en el concepte innovador de l'àlbum, *Roger Waters The Wall* podria anomenar-se una pel·lícula concepte: una experiència de concert immersiva, una *road movie* que porta a Waters al passat, i una pel·lícula contra la guerra i sobre el cost humà dels conflictes.

Cinesa Diagonal (20 h) / Balmes Multicines V.O. / Bosque (21 h)

Entrades: Cinesa Diagonal : 10.62 €
Balmes Multicines i Bosque 15 €

DILLUNS 5 OCTUBRE, 19:45 H (EN DIRECTE)

LES NOCES DE FIGARO - ROYAL OPERA HOUSE

Considerada, freqüentment, com una òpera perfecta, *Les noces de Figaro* ens mostra el geni de Mozart en el seu moment més àlgid i vibrant. Basat en un text censurat en el seu moment pel seu contingut polític, l'àgil llibret presenta uns personatges realistes on la faceta humana queda reforçada per la increïble música de Mozart. El popular muntatge de David McVicar torna a prendre vida a les mans del director britànic Ivor Bolton, amb el baix Erwin Schrott i la soprano Anita Harting.

Cinesa Diagonal / Gran Sarrià / Bosque

Entrades: Cinesa Diagonal: 23 €, Gran Sarrià i Bosque: 21.50 €

cuina de mercat

CONSERVA DE TOMAQUET FREGIT

Ingredients:

1 kg de tomàquet

Oli d'oliva verge extra

Sal, sucre

Pots de vidre amb tapa, que prèviament s'hauran d'esterilitzar en una olla amb aigua bullint

Elaboració

Primerament netegeu bé els tomàquets, opcionalment els escaldareu per poder pelar-los millor i fer-ne daus. En una paella amb oli hi afegireu el tomàquet, ho remenareu mentre es cou durant mitja hora aproximadament i al final afegiu-hi la sal i el sucre seguiu remenant durant un parell de minuts. Seguidament triturau-ho tot fins a aconseguir una crema amb la qual omplireu els pots de vidre, però no del tot. Un cop tapats submergiu-los totalment en aigua freda i quan comenci a bullir, ho deixareu durant un quart d'hora. Cal deixar que es refredin abans de treure'ls.

CONSERVES DE BOLETS

Amb oli d'oliva: un cop escaldats els bolets amb aigua, sal i una mica de vinagre, deixant-los durant uns 10 min en l'aigua que haureu apagat quan arrenqui a bullir, els escorreu bé, saleu-lo i ja els podreu posar en pots i cobrir-los amb un bon oli d'oliva.

Amb vinagre: un cop escaldats com anteriorment i ben escorreguts de l'ex-



cés d'aigua, els posareu en pots per a conserves i els cobrireu amb vinagre blanc de vi i un raig d'oli.

Assecats: només ho podreu fer amb aquells bolets que admetin aquest mètode, com els ceps, trompetes de la mort, camagroc, rossinyols, cama-secs o les múrgoles. Segons la mida els haureu de laminar, els posareu en un lloc fresc i fosc sobre d'una reixa que permeti que s'assequin uniformement, caldrà canviar-los de posició diàriament, fins que estiguin ben secs, i ja es podran guardar en bosses o pots. Després abans de consumir-los s'hauran d'hidratar amb aigua.

Al bany maria: els millors bolets per fer-los amb aquest sistema són els de carn forta, com rossinyols, carlets, llenegues entre d'altres, i tot i ser el mètode més treballat, dona el millor resultat ja que manté quasi intacte el gust del bolet. Un cop tingueu els bolets ben nets, els fareu perdre l'aigua en una cassola i un cop freds els posareu en pots de vidre coberts d'aigua lleugerament salada, i amb un raig d'oli. Un cop hàgiu tapat els pots, els posareu a coure al bany maria.

A la sal: escaldar els bolets un cop sigui nets, amb aigua salada, i un cop escorreguts, es posen en pots de vidre, fent capes amb sal grossa; han de quedar ben coberts.

Congelats: com passa amb els bolets per assecar, només podreu congelar en cru aquells que tolerin la congelació, com els ceps o les llenegues. En el cas que no puguin congelar-se en cru, primer els saltejareu en una paella amb una mica d'oli i sal perquè perdin la pròpia aigua, quan aquesta els cobreixi apagareu el foc i els congelareu amb la mateixa aigua.

MELMELADA DE PRÉSSEC

Ingredients:

1 kg de préssec

500 g de sucre

Mig canó de vainilla

Suc de mitja llimona



Elaboració

Començareu escaldant els préssecs, un cop escaldats els posareu en aigua freda, els pelareu i tallareu a daus. Tot seguit, en un bol hi posareu el sucre i els daus de préssec, i ho deixareu reposar a la nevera durant una nit, l'endemà ho colareu, i el suc resultant el coureu fins a aconseguir-ne un xarop i quan estigui a punt hi afegireu el préssec, el suc de llimona i la vainilla, coureu la barreja uns 10 minuts. Finalment, omplireu uns pots de vidre prèviament esterilitzats (bullits uns 3 min), amb la marmelada i ho tanquareu bé i els posareu al bany maria.

UN MÓN DE CONSERVES

► **Blai Pérez**

Des de temps immemorials l'ésser humà fa conserves alimentàries. La principal qüestió era com preservar els aliments de l'acció de microorganismes que podien malmetre-les per poder seguir gaudint de fruites, hortalisses, llegums, carns, peixos, etc. fora de la seva temporada natural. Els processos més tradicionals de conservació són l'assecatge dels aliments que ho permeten; conservar-los amb condiments com el pebre, la sal o el sucre; en oli, vinagre, greix animal, fumats o, fins i tot, en alcohol; i també hi ha sistemes més moderns que passen per processos on intervé el foc, al bany maria, al buit o el fred.

Els materials per l'emmagatzematge dels aliments conservats també va patir transformacions. Des de la fusta o la ceràmica fins al vidre i la launa soldada. Les conserves tenen data de caducitat, i el que en marca la diferència és el recipient o el procés escollit, però principalment aconseguir l'esterilització dels estris i dels aliments. L'aplicació de l'escalfor per esterilitzar es va dur a terme a partir del segle XVIII, de la mà d'un pastisser francès, Nicolás Appert, i el seu nebot Raymond Chevallier Appert va donar amb l'autoclau, un recipient que permetia altes pressions internes i aconseguir temperatures superiors als 100°C sense ebullició. En l'actualitat el mètode més utilitzat és l'esterilització en absència d'oxigen que, a part de protegir els aliments, també manté un millor sabor, textura i més quantitat de nutrients.

Aprofitant que s'acaba l'estiu, una estació de l'any amb molts aliments de temporada que es poden conservar de cara l'hivern, però que també comença l'època dels bolets, us hem proposat alguns exemples de receptes per elaborar les vostres pròpies conserves casolanes: tomàquet fregit en conserva; diferents maneres per conservar els preuats bolets, i una marmelada que pot ser de la fruita que més us agradi. Gaudiu-les!



MERCAT DE SANT GERVAZI

ASSOCIACIÓ DE VENEDORS

www.mercatdesantgervasi.com

Plaça de Joaquim Folguera, 6
Tel. 93 4177874

Horaris:

Dilluns, dimecres, dijous i dissabtes: de 8:00 a 14,30 h.
Dimarts i divendres de 8:00 a 20:30 h amb una aturada al migdia

Serveis:

- Aparcament
- Repartiment a domicili

Troba'ns a:



FUSTALENDO

Fusteria i ebenisteria a mida

- Portes
- Escales
- Rehabilitacions integrals
- Finestres
- Mobles
- Tendals
- Cuines
- Altells
- Parquets
- Cases de fusta

M. 615514307 / www.fustalendo.cat / fustalendo@gmail.com



pels petits de casa

Em-barbusament



En quin tinter té tinta en Ton?

Antigament s'escrivia amb una ploma i tinta. Les plomes podien ser d'oca o d'altres aus o bé de canya, i més tard van ser metàl·liques. No hi havia bolígrafs ni retoladors com ara, i molt menys ordinadors ni impressores.

La Rita ha estat endreçant els seus llapis de colors i els hi ha fet punta. N'hi ha que estan força gastats i potser no arribaran a final de curs.

Numera'ls de 1'1 al 12, del més gran al més petit.

Enigma



QUIN ORDRE DE COLORS ÉS EL BO? TROBA LA CLAU!

Troba el camí que fan el Gervasi i la Rita per anar a l'escola

Segueix les pistes:

- a) El Gervasi i la Rita viuen en una casa de color groc.
- b) Viuen a prop d'una plaça.
- c) La casa té balcons.
- d) Al costat hi ha un mecànic de cotxes.
- e) Sovint el Gervasi i la Rita van a buscar el seu amic Guillem que viu en una casa que té la porta i els porticons de les finestres de color vermell; però no arriben fins a casa seva, l'esperen en una plaça propera on hi ha set arbres.
- f) Després passen a recollir l'Adrià, que viu al costat d'una peixateria en una casa que té una porta molt alta.
- g) Tomben per un carrer on hi ha una botiga de bicicletes. Els agrada molt mirar-se-les.

- h) Passen pel davant d'una casa de color rosa que té dos arbres a l'entrada.
- i) Agafen el carrer dels til·lers. Els agrada sentir l'olor intensa que fan.

- j) L'escola és al costat d'una caseta de color verd.
- k) L'escola té tres plantes.
- l) Al pati hi ha un avet molt alt.
- m) La Rita sempre s'enfada amb el seu germà. No entén perquè han de fer

aquest camí tant llarg tenint l'escola tan a prop.

- > Marca la ruta que fan el Gervasi i la Rita.
- > Marca la ruta més curta.



passatemps

SUDOKU

7	9	2			1		4	
	4		2	9				5
3		8	6			9		
	1		4			6		
							2	
		4		5				9
		5	9		4			7
	6	9		2		1		
1			3	6	8		9	

Solució sudoku:

4	6	5	8	3	7	2	1	9
4	6	9	7	2	5	1	8	3
8	3	5	1	4	2	6	7	9
2	8	4	1	5	6	7	3	9
5	7	6	8	3	9	4	2	1
9	1	3	4	7	2	6	5	8
3	5	8	6	4	7	9	1	2
6	4	1	2	9	8	1	3	4
7	9	2	5	8	1	3	4	6

SOPA DE LLETRES

En aquesta sopa de lletres hi ha 24 noms de carrers del barri del Farró: 5 en horitzontal, 14 en vertical i 5 en diagonal. A veure si els trobeu tots!

U	R	I	O	S	R	O	S	S	A	S	S	P	K	G	A
D	Q	U	L	E	T	G	A	A	M	V	A	J	G	I	M
G	E	O	R	R	O	I	R	N	E	A	N	S	U	A	F
M	L	A	O	B	R	O	A	T	L	L	T	Z	I	H	E
O	A	E	N	D	R	R	G	H	L	L	M	C	L	I	J
S	Z	N	V	T	E	T	O	E	I	I	A	A	L	L	E
S	E	R	U	A	J	N	S	R	U	R	G	M	E	R	V
E	I	E	L	E	C	O	S	M	G	A	I	P	M	G	A
N	D	V	I	C	L	M	A	E	S	N	T	S	T	I	I
X	E	S	B	K	S	A	D	N	P	A	S	F	E	E	L
I	D	E	E	C	F	U	N	E	I	M	E	A	L	R	O
R	L	L	S	I	E	N	B	G	H	S	A	B	L	G	C
O	I	U	U	D	L	G	A	I	E	O	T	R	X	I	N
X	T	J	E	W	I	Y	N	L	B	L	O	E	V	U	A
B	A	D	S	M	P	A	U	D	A	P	O	S	S	P	R
I	M	A	F	E	S	E	P	T	I	M	A	N	I	A	F

Solució:

- Vallrana -- -- -- V
- Torre -- -- -- H
- Septimària -- -- -- H
- Saragossa -- -- -- V
- Sant Magí -- -- -- V
- Sant Joanistes -- -- -- D
- Sant Hermenegild -- -- -- V
- (Sant) Guillem -- -- -- V
- (Sant) Felip -- -- -- V
- (Sant) Eusebi -- -- -- V
- Rios Fossas -- -- -- H
- Puj--reig -- -- -- V
- Pàdua -- -- -- H
- Mulet -- -- -- H
- Mossen Xiró -- -- -- V
- Matilde Diez -- -- -- V
- Mont--roig -- -- -- V
- D Manuel Angelon -- -- -- D
- (Mar) de Déu de Gràcia -- -- -- V
- Jules Verne -- -- -- V
- Guillem Tell -- -- -- V
- Gleiva -- -- -- D
- Francolí -- -- -- V
- Camps i Fabrés -- -- -- V

ASSESSORAMENT I GESTIÓ INDÚSTRIES, COMERÇ I PARTICULARS



- Constitució Societats · Nòmines · Seguretat Social
- Autònoms · Treballadors Llar · Pensions
- Acomiadaments · I.V.A. · E. Objectiva i Directa
- Herències · Renda · Comptabilitat

Balmes, 291 1r 1a (Plaça Molina)
08006 Barcelona
n.saraís@saraís.net

T 93 209 41 00 · F 93 209 49 65



Síguenos en:

www.tiendascolorplus.com
www.jsvnet.org

Ahorro de hasta un 70% en cartuchos compatibles y reciclados.
Más de 1500 clientes particulares y empresas

- Cartuchos para impresoras
- Copistería (A partir 50 copias, B/N 0,05€, color 0,25€)
- Trabajos especializados para empresas (cartas, tarjetas de visita, regalos empresa,...)
- Venta material informático
- Consultoría informática (Diseño web - logos, Marketing promocional, videos corporativos)
- Impresoras y Copiadoras multifunción (Compra o renting)
- KYOCERA Reseller
- DHL Service Point y KIALA (envío y recepción)

C/Santaló 118. 08021 Barcelona · barcelonasantgervasi@tiendascolorplus.com · TLF: 936242071

contraportada

Albert Om: 'Jo no sóc de Sant Gervasi, sóc del Farró'

► M. Antònia Font Fernández

Enguany, el toc d'inici de la festa major del Farró s'ha escaigut alhora que la Diada: l'11 de setembre. I el pregoner del 2015 ha estat un veí conegut al barri, a la ciutat i al país: Albert Om. El meu repte, per tant, era entrevistar un dels entrevistadors de més anomenada, ja que el periodista va accedir a parlar per al diari del barri. O, millor dit, per als vitralls que conformen la vidriera que seria Sant Gervasi: un gran barri amb barris petits.

Què et ve a la memòria quan evokes la Barcelona de la teva infantesa?

Bé, jo vaig créixer sempre a poble: tot i que vaig néixer a Vic, l'any 1966, al cap de dos anys vam anar a viure a Taradell, a 7 km, un poble que en aquell moment tenia uns 3.000 o 4.000 habitants. Per tant, Barcelona em quedava molt lluny, fins al punt que anar-hi em feia molt mal de cap: era estressant anar a El Corté Inglés, al Zoo, al Barça...

Degué ser de més gran, doncs, quan vas començar a venir aquí més sovint...

De fet, el meu primer contacte llarg amb una gran ciutat va ser a Londres: me n'hi vaig anar amb 20 i pocs anys perquè havia començat a treballar molt jove i necessitava tenir alguna experiència més... En aquella època no hi havia Erasmus, i per tant me'l vaig dissenyar jo. Venia de treballar al 9Nou, que és un diari de Vic, i de cop i volta em vaig trobar estudiant anglès tres o quatre hores al dia amb gent d'Indonèsia, de Rússia, de Brasil, del Japó... Sempre dic que anar a Londres és una de les millors coses que he fet, perquè el món és molt gran i hi ha moltes maneres de viure.

En quins altres mitjans de comunicació has treballat després?

La veritat és que he tingut la sort de poder treballar en diferents mitjans: després de col·laborar al 9Nou, vaig fer de guionista en programes com ara *El Terrat*, programes de l'Andreu Buenafuente... Aleshores va començar *Malalts de tele*, el 1997, que és quan vaig aparèixer a la televisió.



Albert Om a la plaça Mañé i Flaque, on va fer el pregó de la Festa Major del Farró.

És clar que quan apareix una cara a la televisió sembla que surti un bolet, com si hagués sortit per generació espontània... Del 2000 al 2004 vaig fer ràdio a *L'hora del pati*, del 2004 al 2009 vaig presentar *El club* i després vaig fer *El convidat*. I el 2011 vaig tornar a la premsa com a fundador i conseller editorial del diari *Ara*.

Una pregunta que probablement t'ha fet molta gent: com veus la professió en un futur proper?

Jo penso que de periodisme ara n'hi ha més que mai, el problema és la crisi econòmica que viuen determinades empreses periodístiques. O sigui, la professió no està en risc, el que està en risc és la viabilitat de les empreses. S'ha ajuntat una crisi econòmica molt potent amb una crisi dels mitjans també molt potent, cosa que genera incertesa perquè anem cap a un altre model de negoci que intuïm però que no podem precisar ben bé quin és. Una altra qüestió que cal notar és que el paper cada vegada és més elitista. Però és clar, si la gent reclama mitjans digitals el màxim d'independents, ha d'entendre que perquè això sigui possible ha de pagar per llegir-ne els contin-

guts: dels 30.000 subscriptors que té l'*Ara*, per exemple, la meitat paguen només per continguts digitals. Missatges apocalíptics? N'hi ha hagut sempre: quan vaig sortir de la Facultat ja ens deien que no ens en sortiríem. Doncs bé, és cert que abans hi havia molts menys periodistes, però és que també hi havia menys mitjans, molts menys! Això sí, ara hi ha més precarietat. De tota manera, el periodisme és una carrera de fons: hi ha una mica la sensació que quan acabes la carrera ja pots ser l'estrella de la televisió o de la ràdio. El fet, però, és que la programació està marcada per la moda: sense anar més lluny, dels 5.000 programes que havia emès TV3 fins al 25è aniversari, segur que fent memòria només en podem recordar 100.

Arribats a aquest punt, el lector tindrà curiositat per saber com vas anar a parar a Sant Gervasi.

Vaig venir a viure a Barcelona el 1996, tot i que he estat cinc anys a Vilanova i la Geltrú. He voltat per diferents barris i ara en fa tres i mig que visc al Farró. Sent de poble, necessitava un barri que semblés un poble: no volia sortir de casa i que em passés tota la ciutat per sobre. I el Farró és un poble amagat: no és Gràcia, no acaba de ser Sant Gervasi (encara que estigui a dins)... Perquè jo no sóc de Sant Gervasi, sóc del Farró!

Com vas descobrir el Farró, doncs?

Per casualitat: buscava un pis o una casa per llogar i quan vaig arribar aquí vaig pensar que això era una oportunitat. I la veritat és que m'hi trobo molt bé perquè conserva una manera de viure pròpia dels pobles. De primer vaig pensar que ho havia de dir a tothom, però immediatament vaig adonar-me que valia més callar-m'ho: ja ens està bé estar una mica camuflats. I és per això que em fa molta il·lusió fer el pregó aquest any: jo de pregons n'he fet pocs perquè només en vull fer a llocs on hi hagi viscut.

És curiós: molta gent, quan ha d'esmentar un poble dins Barcelona cita Gràcia

automàticament, quan de fet el Farró és més tranquil.

Home, com a poble, Gràcia és molt mogut. Que bé, això també és una qüestió molt d'edats: potser en una altra etapa et ve més de gust viure en un lloc on hi hagi més ambient. Però al Farró hi ha moltes coses, i tens Barcelona molt a prop, surtis per on surtis. El Farró és aquest barri compacte, petit, aquest triangle que hi ha entre Mitre per dalt, Via Augusta per baix, Príncep d'Àstúries i Balma: surtis per on surtis, hi ha la ciutat. A més, està molt ben comunicat: té metro, FGC, bus... Té una mica de tot però en canvi s'ha mantingut, s'ha preservat. Només tinc una queixa: l'incivisme d'alguns amos de gossos! Això té a veure amb les maneres de fer de poble... d'abans. Ah, i l'inconvenient d'estar aquí amagats és que disposem de pocs equipaments públics.

Hi ha cap racó especial del Farró?

Intento fer molta vida de barri i comprar al petit comerç. També m'agrada l'oferta de bars i restaurants del carrer Saragossa: allà hi ha uns quants llocs per menjar o per beure que també estan bé. Hi ha el bar on vas a veure el futbol, el bar on vas a fer el vermut... El dia que no cal que et moguis del Farró és un bon dia.

Sent una persona coneguda a Catalunya, com et va acollir el veïnat del Farró?

Molt bé. La veritat és que de seguida m'han fet sentir com un més: no m'han fet sentir com «el de la tele que viu al barri», sinó com «ah, mira, una altra persona que ha descobert el Farró i que fa vida aquí». La gent se saluda molt... Hi ha poc trànsit i això hi influeix. Bé, de fet el Farró és millor que un poble, perquè la gent es coneix però no es coneix tant perquè hi hagi la pressió que he notat als pobles.

Creus, doncs, que ja has trobat el teu lloc?

No se sap mai. Fer plans de viure a un lloc tota la vida... Estic de lloguer, però és que si d'aquí uns anys no tinc feina aquí no descarto tornar a viure fora de Barcelona. En tot cas, mai m'hauria pensat que em sentiria tant a gust vivint a Barcelona!

Visita'ns a [facebook](#)

MOTOSPAZIO BARCELONA

PIAGGIO® LIBERTY 125 ie

+ Casc de regal

59€/mes

Finançament 0% d'interès a 36 mesos sense entrada. Comissió apertura 275€. Oferta vàlida fins el 31 d'octubre de 2015

Serveis taller
• Manteniments • Preparar la ITV
• Reparacions generals
• Recanvis

30€
DESCOMTE PER QUALESVOL REPARACIÓ A TALLER*

WWW.MOTOSPAZIO.ES

CALVET, 49 - BARCELONA

T. 931 931 022

info@motospazio.es

(*Oferta vàlida fins el 31 d'octubre del 2015)

movento
en moviment des de 1923