

El jardí de Sant Gervasi



NÚM. 12 | NOVEMBRE 2015 | DIARI INDEPENDENT I GRATUÏT | www.eljardidesantgervasi.cat | DL B 25204-2014

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

20

Muñoz Ramonet

Història del barri i actualitat d'un llegat controvertit

20

Els restaurants

Propostes gastronòmiques a Sant Gervasi

28

El Turó del Putxet

Explorem el parc del Putxet, acompanyats de la garsa

40

Ramon Córdoba

'El 80 % de l'èxit d'un pintor és del marxant'



Mostra de Tardor

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

COMPREM RELLOTGES
de marques exclusives



COMPREM DIAMANTS
valoracions a l'alça



COMPREM OR



30€
A PARTIR
DE 20 GRAMS
D'OR*

COMPREM



OR
I PLATA
Nº1 a Catalunya

* Oferta vàlida fins al 15 de desembre. 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 Corts, 289

· c/ París, 135

· Passeig Fabra i Puig, 97

· c/ Calvet, 9

· Av. Meridiana, 340

OBERT TOTS ELS DISSABTES DE 10 A 14 h

EXPO ALFOMBRA IRÁN

alfombras y kilims, persas orientales y modernas

LIQUIDACIÓN TOTAL

TODO 50-70%

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

www.expoalfombrairan.com

CLINICA
DENTAL

JOSEP MARIA CLEMENTE

25 anys | 1990
2015

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

RC
40 ANOS
R U S T I C
C O R N E R
BARCELONA REAL ESTATE

www.rusticcorner.com

LEADING REAL ESTATE
COMPANIES OF THE WORLD

BUSCAMOS PISOS
VENTA Y ALQUILER

93 204 55 11



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. Patrícia Gonçalves - Dr. Osvaldo Díaz-Canel - Dra. Jeannine Suárez - Dr. Juan E. Naves - Dr. Luis E. Yip - Dr. Michel Blé - Dra. Sara Galter - 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 Vernetta - 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.



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'alé d'Hidrogen espirat: Lactosa, Xilosa, Glucosa, Lactulosa, Fructosa, Sorbitol, per estudis diarrea crònica, meteorisme, dolor abdominal. Prova d'alé 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. Dietes 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).

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

www.servidigest.com

Més de 40 anys al Servei de la Salut

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: Elena Bulet, Gràcia Farràs, M. Antònia Font Fernández, Jesús Mestre, Javier Sardà, M. Josep Tort
Correcció d'estil: Ester Bonet
Disseny de maquet i maquetació: Jesús Mestre, G. Farràs
Tirada: 11.000 exemplars
Dipòsit legal B 25204-2014

Fotografia de portada:
Javier Sardà: Activitat infantil a la Bonanova, el 17 d'octubre

Avis legal: El titular de la publicació no serà responsable de cap error, inexactitud o irregularitat que puguin tenir els continguts publicats 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

Aquestes darreres setmanes han tingut lloc l'Audiència pública del Districte i els consells dels tres barris de Sant Gervasi: la Bonanova, el Galvany i el Putxet i el Farró. Són els principals òrgans participatius del districte, allà on el ciutadà o les entitats poden fer arribar als polítics les seves propostes i queixes. Cal dir que hi ha interès del veïnat a participar en aquests actes, ja que les sales acostumen a estar plenes i es fan moltes preguntes a polítics o administradors: al regidor, a la gerent, als consellers, als tècnics de barri... Moltes preguntes que, sovint, queden sense resposta satisfactòria. És molt saludable que el ciutadà pugui participar en els afers públics, tot i que hi ha la sensació que caldria millorar aquest entramat d'òrgans participatius: sovint el Plenari, l'Audiència i el Consell de Barri es confonen. En els mesos vinents s'ha d'elaborar el Pla d'Actuació de Districte (PAD), document que recull les principals iniciatives per fer durant el període 2016-2020, a Sarrià - Sant Gervasi. Aquest document posteriorment forma part dels estudis per fer el Pla d'Actuació Municipal (PAM). Hi ha, doncs, la possibilitat per fer arribar les nostres propostes: com es va dir al Consell de Barri de la Bonanova, la Comissió de Seguitment es comença a reunir aquest novembre per anar recollint i avaluant les propostes del veïnat. En aquest número de la revista publiquem articles sobre aquestes reunions.

A mitjans d'octubre es va celebrar la Mostra de Tardor amb un èxit notable per la gran quantitat de gent que va anar als entorns del Mercat de Sant Gervasi. Generalment les propostes col·lectives dels comerciants i de les seves associacions són molt ben rebudes per la gent. Ara, davant la proximitat de les Festes de Nadal, els comerciants es troben amb nous reptes col·lectius.

SUMARI

Agenda. Nomenclàtor | 4 - 5

Notícies del barri | 6, 8, 9
Carme Rocamora, J. Mestre, J. Llorach

Articles | 10, 12, 13
S. Torrents, Jesús Mestre Godes, Marc Talló i Neus Mestre, Jaume Rovira, Fra Valentí Serra, i Xavier Boned

Treballant a Sant Gervasi | 14
Motos Bonanova, J. Sardà i J. Mestre

Equipaments públics | 16 - 17
La Biblioteca de Sant Gervasi.
Més enllà del futbol, Casa Sagnier

Reportatge | 18
El llegat Muñoz Ramonet, Jordi Llorach

Restaurants de Sant Gervasi | 19 - 20

Comerç de proximitat | 22
Reportatge: La Mostra de Tardor

Actualitat | 24
Nedaa Alkhatib, Jesús Mestre

Abans i ara | 26
El convent dels franciscans de Santaló

28 | **Explorar el jardí**
Els jardins del Turó del Putxet,
M. Josep Tort. La garsa, E. Capdevila

29 | **Turó Parc**
Una vida a Sant Gervasi, Elena Bulet
Els arbres del Turó Parc

30 - 31 | **Gent Gran**
Una història evocadora, Roser Díaz
Fer suca-mulla, Josefina Coderch
L'entorn familiar de l'Alzheimer, J. Font

32 - 33 | **Arts i lletres**
Marina Barraso, Jordi Quer,
Patricia Trujillo, Rosa Díaz Martín

34 | **Històries de Bellesguard**
Sant Vicent Ferrer, E. Galindo

35 | **Cuina de mercat**
Carbassejant!, Blai Pérez

36 - 37 | **Pels petits de casa**
El Faristol: Música als cinemes, E. Sant

38 - 39 | **Adreces d'interès**
Passatemps: Carrers del Galvany

40 | **Contraportada:** Ramon Cordoba,
M. Antònia Font Fernández

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

SÓC AL TEU COSTAT

VENUT

Century 21
KeCONDAL

Passeig de Sant Gervasi, 90, L3
08022 - Barcelona
Tel.: +34 93 418 76 00
kecondal@century21.es
kecondal.century21.es

aicat - 4768

Comprat - Vendre - Llogar

agenda del 18/XI al 16/XII

NOVEMBRE

Casal per a nens i nenes al Nadal. Reserva abans del 12 de desembre i tindràs un descompte del 5% en el preu. Dies 23, 24, 28, 29, 30, 31 de desembre, i 7 i 8 de gener, de 9:30 a 13:30 h creixambtraça
<http://creixambtra.com/CA/casal-para-ninos-3-6-anos-en-navidad/>

DIMECRES 18, A LES 18:30 H
El pacient anglès. Una psicoteràpia psicoanalítica a través de l'Skype, amb Jordi Arévalo, psicòleg i psicoterapeuta psicoanalític. Fundació Vidal i Barraquer c. St. Gervasi de Cassoles, 88-90

DIMECRES 18, A LES 17:30 H
Setmana de la Salut Mental Jove al Districte de Sarrià-Sant Gervasi: Taula Rodona sobre **Salut mental jove**, en el marc del 40è Aniversari del Centre d'Hygiene Mental de les Corts. Col·legi Oficial de Metges Passeig de la Bonanova, 47

DIMECRES 18, A LES 19 H
Bibliocurts: L'univers del llibre, amb Viviana Giménez, programadora de Short Screens de Brussel·les. Biblioteca Joan Maragall

DEL 19 DE NOVEMBRE AL 11 DE DESEMBRE
Adoberies de Fez: tradició i sacrifici, exposició amb fotografies de FLASHIMEBCN Centre Cívic Can Castelló

DIJOUS 19, A LES 18 H
Cineknitting: amb llicència per tricotar! Casa Sagnier

DIJOUS 19, A LES 19 H
Enric Morera, conferència i audició comentada dins del del IV Cicle Compositors Catalans, amb Albert Ferrer i Flamarich. Centre Cívic Pere Pruna

DIJOUS 19, A LES 19 H
Inauguració de l'exposició de **Jordi Santanac.** ESPAI D Sant Eusebi 34

DIJOUS 19, A LES 20 H
Mrs. Brownie, nit de jazz i blues, amb Teatre Nu, Laura Guiteras (cantant) i Abel Boquera (pianista). Espai Putxet

DIVENDRES 20, A LES 17:30 H
Diverdivendres: **La piràmide dels drets**, amb ACIM. Casa Sagnier A partir de 5 anys

DIVENDRES 20, A LES 19 H
Fil a l'agulla. Una història yé-yé, amb les Sixties. Centre Cívic Can Castelló

DIVENDRES 20, A LES 19 H
II Mostra de Teatre: **Coï de criatures !!** amb La Fontmontina. Centre Cívic Vil·la Florida

DIVENDRES 20, A LES 20 H
Barcelona Belle Epoque, concert amb Laura Gaya (violí) i Isabel Fèlix (piano). Centre Cívic Pere Pruna

DISSABTE 21, A LES 11:30 H
Pas a Pas, projecció de curtmetratges d'animació Biblioteca Joan Maragall

DISSABTE 21, A LES 13 H
Vermuurt Perrockià: Exposició "Tres móns dis-



Cartell amb totes les activitats del Festival Bibliocurts, que té lloc a la Biblioteca de Sant Gervasi - Joan Maragall i a Vil·la Florida.

Aquesta agenda recull un resum de les informacions que ens arriben a la redacció. Podeu trobar més notícies o informació més completa d'aquestes activitats id'altres, i enllaços a internet, a l'agenda del web: eljardidesantgervasi.cat

DIMECRES 25, A LES 18:30 H
Projecció: **Megacurt 2**
Biblioteca Joan Maragall

DIMECRES 25, A LES 19:30 H
Concert de l'**Ensemble La Ferlandin**; la música que sonava als teatres anglesos del segle XVII. Centre Cívic Vil·la Florida

DIMECRES 25, A LES 20 H
Barcelona/París, connexions musicals amb la Coral Carmina. Institut Français Barcelona Moia, 8 Entrades: 10 €

DIJOUS 26, A LES 18 H
L'audiovisual amateur a internet i la seva relació amb el cinema, xerrada amb Miquel M. Freixas. Biblioteca Joan Maragall

DIJOUS 26, A LES 18 H
Xerrada familiar: **Taller de pla de part**, a càrrec de la llevadora Eva Carnicer. Casa Sagnier Organitza: Dona Llum

DIJOUS 26, A LES 19:30 H
Bernat Font Plays Fat, concert amb la música de Thomas 'Fats' Waller. Ins. Estudis Nord-americans Via Augusta, 123

DIJOUS 26, DE 20 A 22 H
DijousArt Perrockià: Rees-trenes de videoclip "On my Radio", de Ricard L. Befan, "Duo peligroso" d'Uri Batista, i "Los puntos sobre las ies", d'Eva Lussina. Perrockia

DIJOUS 26, A LES 20 H
Catas con Sentido: **Gramona**, de la mà de l'expert

someller Lluís Prats. Espacio Con Sentido Preu: 20 €



DIJOUS 26, A LES 21 H
Concert de **Selah Sue**, que presenta l'àlbum 'Reason'. Luz de Gas Entrades: 28 €

DIVENDRES 27, A LES 18:30 H
Projecció: **Megacurt 3**
Biblioteca Joan Maragall

DIVENDRES 27, A LES 19 H
El testament de'n Nasi, a càrrec de Teatre Molt Particula. II Mostra de Teatre Centre Cívic Vil·la Florida

DIVENDRES 27, A LES 20 H
El meu amic deu ser un ocell, amb el pianista Efreim García i la soprano Indira Ferrer-Morató. Centre Cívic Pere Pruna

DISSABTE 28, DE 10 A 14 H
Viquimarató de Sant Gervasi
Biblioteca Joan Maragall Organitza: Amical Wiquidèdia, Biblioteca Joan Maragall i *El jardí de Sant Gervasi*

DISSABTE 28, A LES 11 H
Torneig de videojocs **League of Legends.** Casa Sagnier

DISSABTE 28, D'11 A 13:30 H
Bibliocurts: Taller de Dibuxos Animat i Selecció de films realitzats. Biblioteca Joan Maragall

DILLUNS 30, A LES 17:30 H
Chomón a la mainada
Biblioteca Joan Maragall

DILLUNS 30, A LES 19 H
Xerrada: **Barcelona, un plató de pel·lícula**, amb Marta Armengou, BTV. Centre Cívic Vil·la Florida

DILLUNS 30, A LES 19 H
Curs teoric-pràctic: **Primers auxilis a nens**, amb Carmelo Montesinos, fisioterapeuta. creixambtraça c. Alacant, 30-32 Preu: 30 € (40 € la parella)

DILLUNS 30, A LES 19:30 H
El sentit de les religions: **L'Islam.** Cicle de conferències sobre la influència de les religions al món, amb Leonardo Martínez. Espacio Con Sentido Preu conferència: 15 €

DESEMBRE



DE L'1 AL 15 DE DESEMBRE
Cultiu, processament i cultura, a càrrec de Diyité, ONG de cooperació amb Haití. Centre Cívic Vil·la Florida

DIAMARTS 1, A LES 19 H
Fem barri: **Presentació del llibre L'últim mono**, de Lluís Maria Todó Biblioteca Joan Maragall

DIMECRES 2, A LES 12 H
Curs: **Massatge infantil per**

a nadons, amb Eva Ferran. creixambtraça Preu: 70 € (4 sessions de 1:30 h)

DIMECRES 2, A LES 18:30 H
Masterclass: **Llenguatge audiovisual**, amb Patricia Font, directora i guionista. Biblioteca Joan Maragall

DIJOUS 3, 10 i 17, A LES 19:30 H
L'art dels càstigs i els premis: com gestionar-los, amb Sandra Ferrer, psicòloga i psicopedagoga. Espai TAU Sant Gervasi de Cassoles, 72 Cal confirmar assistència al tel. 683 150 502 o enviant un mail a info@espaitau.es

DIJOUS 3, TOT EL DIA
Dia Internacional dels Discapacitats. Centre Cívic Vil·la Florida Organitza: Fundació TEAS

DIJOUS 3, A PARTIR DE LES 16 H
Projecció: **Megacurt 4 i 5**
Biblioteca Joan Maragall

DIVENDRES 4, A PARTIR DE LES 18 H
Projeccions de **Metamorfosi de Kafka**, de Peter Keydel, a la façana de l'entrada de la biblioteca. Lliurament de premis i projecció dels curtmetratges guanyadors del festival Bibliocurts. Biblioteca Joan Maragall

DIMECRES 9, A LES 17:30 H
Concert de nades, amb la coral del Col·lectiu de la Gent Gran de Vil·la Florida. Centre Cívic Vil·la Florida

DIJOUS 10, A LES 18 H
Xerrada: **Part vaginal després de la cesària**, amb de la llevadora Inma Marcos. Casa Sagnier



DIJOUS 10, A LES 20 H
Concert Albert Guinovart, dins del Cicle Homenatge a Enric Granados. Acadèmia Marshall c. Comte de Salvatierra 10

DIJOUS 10, A LES 20:15 H
La Cavalleria Rusticana, en directe des del Royal Opera House de Londres, direcció d'Antonio Pappano. Bosque Multicines, Gran Sarrià, Cinesa Diagonal Entrades: 21,50 i 23,50 €

DIVENDRES 11, A LES 19 H
Bandaaparte, concert amb Mariana, Ezequiel i Juan Centre Cívic Can Castelló

DIVENDRES 11, A LES 19 H
Party's Rookies Dj's On Air. Si tens entre 12 i 21 anys, apunta't i vine a punxar al Casal de Joves Casa Sagnier

DIVENDRES 11, DE 20 A 22 H
DivendresArt Perrockià: cloenda multiexpo i actuació The Clothians. Perrockia c. Francolí 60

DISSABTE 12, TOT EL DIA
4a Edició de la Mostra Solidària del barri del Farró. Recollida de menjar no perible, roba d'abric i diners per les diferents entitats del barri. Carrer Setmania Amb la col·laboració de Casa Sagnier

DISSABTE 12, A LES 11 H
L'extraordinari Nadal d'en Pol, amb Daina Teatre Biblioteca Joan Maragall

DISSABTE 12, 11 i 12:15 H
Taller: **Un món de sensacions**, amb Eva Ferran. creixambtraça Preu: 15 €, segon fill 7,5 €

DISSABTE 12, DE 12 A 13:30 H
La família guarnida de Nadal. Exposició del 16 al 31 de desembre. Centre Cívic Vil·la Florida Activitat familiar

DIUMENGE 13, A LES 11 H
Harmonies per a la diversitat, amb Monica de Castro. Espai Putxet Per a infants a partir de 4 anys

DIAMARTS 15, A LES 12 H
Vols trobar feina? Coneix els passos que cal fer. Casa Sagnier

DIAMARTS 15, A LES 19 H
Festa de Nadal de l'Associació de Veïns de Sant Gervasi de Cassoles en motiu del seu 40è l'aniversari, amb la participació de l'Escola Isadora i el Cor Albada. Centre Cívic Vil·la Florida

DIMECRES 16, A LES 18:30 H
Si el paciente no viene al Hospital de Día, el Hospital de Día va al paciente, amb Walter Masmitjà, psicòlego clínic. Fundació Vidal i Barraquer c. St. Gervasi de Cassoles, 88-90

17, 18 i 19 DE DESEMBRE
Mercat Solidari, a càrrec de l'Associació Espanyola Contra el Càncer Centre Cívic Vil·la Florida

NOMENCLÀTOR Carrer de Sant Elies



És un dels carrers més antics del barri de Montoleròs i, actualment, un dels seus principals eixos comercials. Comença al carrer de Balmes i acaba a Marc Antoni, quan la continuació pren el nom de Descartes. El seu traçat ja figura en el plànol d'Ildefons Cerdà de 1855, i el va començar a urbanitzar el propietari dels terrenys, Josep Elies i Busquets. S'hi va construir, aleshores, el monestir de clarisses de Nostra Senyora de Jerusalem, que l'any 1885 constituïen una comunitat d'unes trenta religioses. Arran d'aquest fet, la família Elies va voler dedicar el nom del carrer a Sant Elies, patriarca de Jerusalem. Cap el 1925 gairebé no hi havia cap edifici al carrer, excepte el monestir que ocupava un gran solar que arribava fins a la Via Augusta. Part d'aquest solar va ser adquirit per la Mútua Blanquerna per construir-hi el grup escolar. El carrer va passar de 6 a 12 metres d'amplada i es va anar urbanitzant arran de l'obertura de la part alta del carrer de Brusi, a partir de 1930. Durant la Guerra Civil, el monestir es va convertir en una txeca on es va mantenir detinguda a molta gent del barri. Hi ha l'anècdota que un alumne de Blanquerna va veure des del pati de l'escola, el seu avi en una finestra de la txeca, i això va permetre a la família poder localitzar-lo. Actualment la major part del monestir ha desaparegut i en el seu lloc s'ha construït edificis residencials i un gran pàrquing; només ha quedat l'església i unes dependències adossades que formen la parròquia de Santa Agnès. La resta del carrer s'ha convertit en un animat vial on es concentra un bon grapat de comerços de proximitat.

A la fotografia, cedida per la parròquia de Santa Agnès, s'hi veu l'antiga façana del monestir i de l'església cap a principis dels anys seixanta.



Llame al **T. 93 254 77 46** y solicite 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 TESTIMA

servei a domicili
gratuit
Per a compres superiors a 60 euros.
Cost de 4 euros per a les inferiors.

També pots fer la teva compra online!

segueix-nos a

www.plusfresc.cat

71 ESTABLIMENTS AL TEU SERVEI!

Telèfon gratuït d'atenció: 900 300 192

notícies del barri



Fotografia: Javier Sanja

Audiència Pública del Districte

► Carme Rocamora

El passat 28 d'octubre va tenir lloc al Centre Cívic Vil·la Florida la primera Audiència Pública del nou govern, exitosa per l'alta participació – una vuitantena de persones, que van aprofitar per comunicar al regidor de Districte Gerardo Pisarello i al seu grup de govern les qüestions que preocupen al veïnat del districte, principalment sobre mobilitat, estat de la via i participació ciutadana.

A títol individual es va demanar un referèndum per decidir la implantació del tramvia i la resposta de Pisarello va ser que el seu equip dóna suport a l'adopció d'aquest mitjà de transport per facilitar una mobilitat econòmica i eficient, “tal com definia el seu programa”.

Sobre la millora de les vies, hi va haver la demanda històrica de la millora de l'avinguda Príncep d'Astúries per part de la Plataforma Príncep d'Astúries. També des de l'Associació de Veïns de Sant Gervasi de Cassoles es va demanar una millora del carrer i així mateix la recuperació del nom històric “Carrer Major” com era des l'any 1853. A títol individual, es van demanar millores a Guillem Tell pel que fa als límits

de velocitat i també per alguns altres trams de Balmes i General Mitre. Pisarello va mostrar la intenció de defensar l'ús racional del transport privat amb iniciatives com “El dia sense cotxes” recuperada el passat 17 d'octubre, i també la intenció de millorar algunes vies, fet que s'està gestionant ja amb reunions amb altres districtes.

De la participació va sorgir un debat liderat principalment per l'Associació de Veïns del Barri del Farró, tot reclamant més eficiència als òrgans, al que es va respondre que mirarien de fer una autoavaluació de la gestió de la democràcia i idearien millores.

Entre d'altres temàtiques, l'Assemblea de Joves de Cassoles va demanar la retirada progressiva de les plaques d'origen franquista al districte. Per altra banda, a títol individual es va denunciar que l'IBI del Districte està mal calculat, així com també una queixa als mossos sobre els desplegaments de seguretat considerats “excessius” en els actes de culte de les comunitats jueves i israelites.

Carme Rocamora és estudiant de periodisme

Consell de Barri de La Bonanova

► Jesús Mestre

El dilluns 9 de novembre es va celebrar el Consell de Barri de Sant Gervasi - La Bonanova, a la sala d'actes de Vil·la Florida que els veïns van omplir. A la taula hi havia el conseller tècnic Jaume Llàsó, el conseller de Barcelona en Comú Joan Manel del Llano i el vicepresident del Consell de Barri Salvador Albuixech, que també és el president de l'associació de comerciants Barnavasi; es va disculpar al regidor del Districte, Gerardo Pisarello, càrrec que normalment solia presidir aquestes sessions participatives. També hi va haver un altre canvi en l'agenda: es va liquidar ràpidament la part “informativa” de la sessió, on anteriorment el regidor o el gerent aprofitaven per donar a conèixer actuacions que s'estan fent o es tenen previstes pel barri —part que sovint es convertia en una acció propagandística—, i es va passar directament als torns oberts de paraules. Abans, però, es va fer l'anunci que s'iniciava el Pla d'Actuació de Districte (PAD) per al 2016-2020. Albuixech va animar als veïns i les entitats a participar en la confecció d'aquest Pla a partir de la Comissió de Seguiment del Consell de Barri, un òrgan on coincideixen representants dels partits polítics, entitats i els ciutadans que desitgin participar-hi. També va dir que, de l'anterior PAD, s'havia aconseguit entre el 60 i el 70% dels objectius que es van proposar. Cal aclarir que el PAD forma part del Pla d'Actuació Municipal (PAM), que defineix els objectius i les línies estratègiques del govern de la ciutat pels anys següents.

Audiència Pública a Vil·la Florida. D'esquerra a dreta Jaume Llàsó, conseller tècnic; Gerardo Pisarello, regidor; Jordi Martí, president del Consell del Districte; Ricard González, secretari; i Joan Manuel del Llano, conseller per Barcelona en Comú.

L'Audiència Pública o els Consells de Barri conviden al veïnat a participar en els afers públics del territori.

La gent gran està preocupada per la desaparició de línies històriques com el 14, el 22, el 58 o el 64, i algú va implorar que s'indultés algun d'aquests autobusos amb què s'ha conviscut tants anys. Cal dir que ni una cosa i l'altra depenen directament de l'equip de govern, l'ascensor és de FGC i l'autobús de TMB, i els consellers van ser poc hàbils en les seves respostes i, més aviat, van acabar de preocupar a la gent. També hi va haver intervencions sobre la mobilitat dels vehicles privats a la Ronda del Mig o a la zona de la Bonanova - La Salle, o de l'abús dels cotxes i les motos que aparquen en llocs que no estan permesos en carrers com en el del Camp, Teodor Roviralta i Moragas, o la plaça de Narcisa Freixas. I finalment, va haver-hi una intervenció sobre els problemes que hi ha en una casa d'acollida del carrer del Císter, on indigents estrangers prenen les places als autòctons. En aquest prec, com havia passat en alguna altra ocasió, va ser Albuixech qui va donar resposta precisa, mentre que la majoria de les respostes dels consellers van ser genèriques i deixant entreveure poc coneixement del territori.

Tòtem I

El dia 19 d'octubre es va fer la inauguració oficial de l'escultura “Tòtem I” de Magels Landet, als jardins de Vil·la Florida. Van intervenir M. Àngels Torras, directora dels Serveis Territorials de la Generalitat de Catalunya, i Jaume Llàsó, conseller tècnic del Districte, i l'artista Magels Landet.

La mirada de l'escriptor

Entre el 14 d'octubre i el 13 de novembre, la Biblioteca Joan Maragall ha acollit l'exposició d'Elena Blanco titulada «La mirada de l'escriptor». Entre els autors retratats hi havia el nostre veí Eduardo Mendoza.

Centre Integral de Bellesa i Salut



Depilació Làser Alejandrita

Aixelles, TOTALMENT GRATIS!

*Per cada sessió d'angonals o superior
(màxim 3 sessions gratis per persona)*



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.

gatto rosa

93 408 83 18

Cenas Navidad, Grupos y particulares.

grupo **RENGEL**

📍 **Pastelería RENGEL:**
Rda. General Mitre, 205

📍 **Panadería Cafetería RENGEL:**
Balmes, 385

📍 **Cafetería Restaurante GATTO ROSA:**
Muntaner, 479, 93 517 64 55

rengelpasteleria@gmail.com

notícies del barri

Consell de Barri de Galvany

► Carme Rocamora

El dijous 12 de novembre es va celebrar el Consell de Barri de Galvany a la Casa Sagnier, amb la presidència del regidor Gerardo Pisarello, el conseller de Barcelona en Comú Joan Manel de Llano i el ja exvicepresident Jordi Llorach. La sala es va fer petita amb la cinquantena de persones que hi van assistir; el 40% d'aquestes, anaven per primer cop a un Consell de Barri. L'estrena de Pisarello a Galvany va ser amb la intenció de millorar els espais de participació. També es va parlar del Pla d'Acció Municipal tot convidant als veïns a participar-hi i també a la Comissió de Seguiment.

Un dels punts principals del Consell va ser l'acomiadament de Jordi Llorach, que va explicar que marxava perquè considerava que ja havia complert amb la seva funció durant suficient temps i que volia donar pas a noves persones. Va aprofitar per a encoratjar la gent a treballar per les entitats del barri i així enfortir-les. Per a omplir el seu buit, s'obrirà al Consell de Barri l'opció de presentar candidatures, les quals es consideraran en la comissió de seguiment el 25 de novembre i es votaran al proper Consell de Barri.

Dels jardins Muñoz Ramonet, Joan Vinyola, director de l'obra, va explicar amb detall les obres que s'estaven executant. Es va preguntar si també s'habilitaria la biblioteca, al que es va contestar que de moment estaven pendent de les qüestions del jardí, fet que va causar indignació, ja que Galvany segueix sense tenir cap biblioteca. D'entre les preguntes dels veïns, hi havia demandes de millora de carrer Balmes, augment de la seguretat i diverses queixes pel soroll a la nit al barri a causa de l'oci nocturn. Davant d'aquestes preguntes, fetes amb un to de molèstia, el grup de govern va demanar paciència i també col·laboració de veïns per combatre fets com les males pràctiques del jovent al barri a les nits. La xarxa de busos i la millora dels jardins d'Alfons XII també hi van ser presents.

Viquimarató de Sant Gervasi.

Per què sumar-s'hi?

► Ester Bonet

L'Amical Wikimedia, la Biblioteca Joan Maragall i la revista *El Jardí de Sant Gervasi* us convoquem pel dissabte 28 de novembre de 10 a 14 h a la Biblioteca Joan Maragall. La finalitat d'aquesta trobada és incorporar i ampliar informació sobre el barri de Sant Gervasi a la Viquipèdia.

Però anem a pams, què és la Wikipedia? La Viquipèdia anglesa, creada el gener de 2001, és una enciclopèdia feta exclusivament per voluntaris i editable per qualsevol persona, que incorpora elements de les enciclopèdies especialitzades. El seu propòsit és recopilar tot el saber de forma enciclopèdica, no crear-lo, cerca el punt de vista neutral i el seu contingut és lliure. L'edició de la Viquipèdia en llengua catalana, és va iniciar el març del 2001, és la segona després de la versió anglesa i actualment és la dissetena pel que fa a producció d'articles, si fos proporcional al nombre de parlants hauria d'estar en la vuitanta-vuitena posició. La Viquipèdia és de les comunitats lingüístiques més actives, rep una mitjana de 30 milions de visites al mes i és la pàgina web més visitada en català.

Darrere de la Viquipèdia, trobem Amical Wikimedia, organització fundada el 2008 sense ànim de lucre que té per objectiu i missió principal que tot el coneixement humà estigui disponible en català a la xarxa lliurement i gratuïtament, i que tot el coneixement sobre la cultura catalana en el seu sentit més ampli, estigui disponible per a tothom en qualsevol llengua.

Per què col·laborar-hi? Doncs senzillament perquè si trobeu res a millorar, ho milloreu! Quantes vegades heu llegit algun article i heu pensat «per què aquesta pàgina no es corregeix



Bones raons per col·laborar amb la Viquipèdia:

- És divertit i addictiu
- És fàcil
- És educatiu
- És social
- Formes part d'un desenvolupament excitant
- fent servir la idea de contingut lliure
- És dinàmic
- És interessant
- compartir el vostre coneixement amb altres persones
- Contribuir és guanyar
- Podeu corregir altres usuaris
- Ajudeu a pujar al català dins el *rànk*ing de les altres wikis i dins l'ús a Internet

o s'amplia»? La Viquipèdia no només us permet afegir, també podeu revisar i modificar articles. La Viquipèdia anima tots els usuaris que es llancin a completar-la, quan tothom ajuda a arreglar problemes, corregir ortografia, afegir informació, redactar acuradament, etc. perquè així el seu creixement sigui més ràpid, actualment hi ha més de 480.000 article i el repte és arribar a 500.000 a finals d'any.

Com podeu contribuir-hi? Per fer un article només cal un voluntari i fonts publicades. És a dir, quan feu un article no esteu dient que allò sigui veritat, senzillament dieu que ha estat publicat en una font fiable. Com més fonts i més diverses, millor és l'article. No cal que el vostre article sigui perfecte i complet des del principi, inicieu-lo i entre tota la comunitat viquipedista es millorarà. A la Viquimarató de Sant Gervasi us donarem nocions generals de com ho heu de fer per editar, ampliar, millorar, afegir... Us convidarem a escriure sobre els edificis singulars que té el barri, els seus parcs i jardins, els gervasiencs de por, però també sereu lliures d'editar sobre el que coneixeu. El fet de saber que algú traurà profit d'allò que editeu us compensarà en escriure. Posar el propi coneixement a l'abast de totes les persones és molt motivador.

Lanceu-vos-hi! Perquè la gràcia d'editar és que, encara que es persegueix, no es requereix la perfecció, i perquè si realment voleu compartir coneixement, a la Viquipèdia allò que feu tindrà un gran impacte. No tingueu por a canviar res, no hi ha forma que pugueu espantillar o destruir el seu contingut irremeiablement.

La Viquipèdia és l'eina més potent que tenim a l'abast per difondre i posicionar la cultura catalana a la xarxa. No creieu que això ja és una raó suficient per no perdre's aquesta Viquimarató de Sant Gervasi? Us podeu inscriure o demanar més informació a la pàgina web: **Viquipèdia: Viquimarató de Sant Gervasi**, i als correus electrònics: esterbonet@gmail.com o jesus@eljardisg.com



Fotografia: Sàndria García Castañó

Fotos del Farró

El migdia del dissabte 17 d'octubre la Perrockia, la peluqueria rock del carrer de Francolí, va convocar un Vermuat Perrockià. El motiu era la inauguració de l'exposició del V Concurs de Fotografia al barri del Farró, convocat per la Festa Major del barri, aquest setembre. L'acte va comptar també amb l'actuació del grup de rock Elapsed Aeon. La Perroquia organitza activitats cada tercer dissabte de mes.

Visualdecibels!

Aquest festival de vídeos ha comptat amb 13 vídeos participants amb un alt índex de votacions, gairebé 4.000 d'unes 1.200 persones, i d'on han sortit els dos premis guanyadors i una menció especial del Jurat.

L'acte de lliurament de premis ha tingut lloc a la Sala Be Cool. Els guanyadors són:

- Categoria fins a 14 anys, Òscar Font Solé amb Els efectes del soroll, guanyador d'una càmera digital gopro hero3+ silver edition de 10 mp.
- Categoria major de 14 anys, Isabel Borràs Ferreros amb Escolta el silenci, guanyadora d'un dron amb càmera "fisheye" de 14 megapixels
- Menció especial, Òscar Sánchez Buendía amb dOCibels, guanyador de la menció especial del Jurat de 700 euros. Aquest guardó és un reconeixement especial per part del Districte que generarà una estratègia de difusió i promoció de la projecció seleccionada per haver reflectit millor i amb major claredat els valors de la companya.

notícies del barri

Bibliocurts



FESTIVAL DE CURTMETRATGES
BIBLIOTECAS DE BARCELONA

El festival serà a la Biblioteca Sant Gervasi-Joan Maragall i a Vil·la Florida, entre el 23 de novembre al 4 de desembre de 2015. El festival ha rebut un total de 241 curtmétratges procedents de tot el territori espanyol i han estat seleccionats per projectar 14 en la secció **Barcelona en Curt** i 43 en la secció **Megacurt**.

Prèviament a la inauguració del festival, i per anar escalfant motors, hi haurà una projecció especial fora de concurs de curtmétratges relacionats amb l'**Univers del llibre**, en col·laboració amb plataforma per a la promoció, suport i exhibició de curtmétratges **Short Screens** amb seu a Brussel·les. Els membres del jurat impartiran dues conferències i una masterclass, i tenim la sort de comptar amb la participació d'entitats com la Federació Catalana de Cineclubs, l'Associació A Bao o Qu, Taller de Cinema, Cinema Lliure a la Platja, Mago Produccions i Boliche Cinemes. Més informació al web: bibliocurts.cat

Mossos: 10 anys

► Jordi Llorach

El primer de novembre va fer deu anys que el Cos de Mossos d'Esquadra es va responsabilitzar de la seguretat policial de Barcelona. D'inici, hi va haver cert recel pel canvi de la policia anterior. Però el temps ha demostrat sobradament que el balanç és totalment positiu. No podia ser d'una altra manera, perquè els Mossos actuen amb comandaments i efectius molt professionals, empenen mètodes moderns, procuren la proximitat i la col·laboració del ciutadà i difonen la prevenció com a principal mètode contra els inconvenients. I tot plegat, ho obtenen amb una manca evident de mitjans personals i tècnics. Déu n'hi do! Durant els deu anys, lògicament hi ha hagut algunes situacions complicades, de les quals el Cos se n'ha disculpat i les ha esmenat amb la imprescindible participació política. Amb tot, la seva eficàcia, ha quedat reflectida en diversos estudis d'opinió que posa de relleu que Barcelona és una de les ciutats més segures del món i que la nostra policia és apreciada i respectada pels ciutadans. Un mèrit innegable del Cos de Mossos i, evidentment, també de la Guàrdia Urbana. Enhorabona a tots. I, en el futur: bon servei!



Font: TMB / Gràfic: E. Urriola

AVISOS

La xarxa de bus

Molts veïns, sobretot gent gran, estan preocupats amb la pròxima implantació de la Nova Xarxa de Bus, que suposa la desaparició de línies antigues.

Els passats dies 20 i 26 d'octubre es van dur a terme les dues sessions informatives sobre les noves línies de bus que passaran pel districte. Les sessions es van fer a Vil·la Florida i es van adreçar a les AMPA i les escoles, el dia 20, i a la gent gran i al veïnat en general, el dia 26. Es van recollir suggeriments de millora i es van resoldre dubtes, els quals també poden registrar-se via web o a través dels punts informatius, als matins a Can Castelló i a Vil·la Florida. Seguint amb el Pla de Mobilitat Urbana de 2012, a partir de febrer de 2016 es

posaran en funcionament tres línies de bus: la H4, entre la Zona Universitària i el barri del Bon Pastor, i que passa pel passeig de la Bonanova i l'avinguda de Sant Gervasi; suposarà la desaparició del 22 i del 73, i la modificació de les línies 33, 60 i 75. També hi ha prevista la línia V11 entre l'Estació Marítima i la Bonanova, que puja per Santaló i Ganduxer i baixa per Mandri i Calvet; suposa la desaparició del bus 14 i la modificació del 20. I, finalment, la V13, de les Drassanes a l'avinguda del Tibidabo, que pujarà per Aribau, Mandri i avinguda de Sant Gervasi, i baixarà per Muntaner; suposarà la desaparició de les línies 58 i 64. També es faran diverses modificacions en els vials afectats. Es va completant la nova xarxa de bus, però també van desapareixent algunes línies molt antigues i arrelades al barri com el 22, el 14, el 58, el 64, etc.

Sant Medir

16è Concurs de cartells de Sant Medir, amb un únic premi de 750 €. El termini de presentació dels cartells és del 9 al 18 de desembre de 2015, al carrer Alzina 9, de 17 a 21 h. Organitza: Federació de Col·les de Sant Medir

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.



La confianza es buena,
Bufete Aurum es mejor.

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

BUFETE AURUM
ABOGADOS Y ECONOMISTAS

RENOVA EL DESCANS DE TOTA LA TEVA FAMÍLIA.

Ara és el moment de renovar tots els teus matalassos de casa perquè quants més te n'en portis més descompte aconseguixes.

La matalasseria
PAZ / MARÉS

C/Muntaner 537/541. 08022 Barcelona

Tel: 932530314

Email: lamatalasseria@pazmarés.com



45% dte.
1 MATALÀS

50% dte.
2 MATALASSOS

55% dte.*
3 MATALASSOS
o més

FLEX

Horari: de dilluns a divendres 9.30h a 14h i

16.30 a 20h dissabtes 10h a 14h i 17h a 20h

Entrega a tota Catalunya.

*Promoció vàlida de l'1 d'octubre
al 11 de gener de 2016. Consulteu
models adherits a la promoció.

COAC SARRIÀ - SANT GERVASI

Un arquitecte amb família



► **Salvador Torrents**, arquitecte
Tinc un amic que és arquitecte. Som molt amics. El conec des de fa molts anys. Ha viscut a diferents llocs de Sant Gervasi, però sempre al barri, llevat el temps d'universitari que va viure a l'Eixample. Li agrada moltíssim la **llum** natural, per això, el pis que va anar a viure al casar-se, era un àtic totalment apaïsat respecte a l'exterior i molt **luminós**, amb rebedor, sala d'estar-menjador que donava a un ample balcó on feia vida quan arribava el bon temps, un dormitori de matrimoni, que també donava a aquest balcó, un dormitori doble i un d'individual, un bany i un altre amb dutxa, cuina i safareig amb estenedor. Allí hi varen néixer quatre fills. L'estiu el passava, amb la seva esposa i fills, en una masia amb jardí d'un poble del Maresme, de mar i muntanya, ben solejada, amb la façana principal orientada a migdia, per tant, també amb molta **llum**. Després es traslladà a un pis ampli de planta baixa, amb la façana posterior orientada a migdia, donant a un jardí privat, on feien vida, sobretot a la terrassa, quan venia el bon temps. Un pis **luminós**, alegre, espaiós, on a més hi tenia el despatx d'arquitectura. Ampli rebedor, que feia de distribuïdor per a les funcions familiars i les professionals, sala d'estar-menjador, cuina i office, menjador de diari, quatre dormitoris dobles, tres d'ells amb lavabo incorporat, bany i un altre amb dutxa, despatx que utilitzava l'amic arquitecte i espai pels seus col·laboradors. Allí i naixeren dos fills més. A l'arribada d'un client, silenci absolut en l'àmbit que ocupava la família, ja que convenia donar un ambient de màxima professionalitat. Va arribar el moment en què no va ser compatible l'habitatge per a l'ús de la família i per al del despatx professional, ja que els fills es feren grans i necessitaven més espai, i traslladà el despatx d'arquitectura a Gràcia primer, i novament a Sant Gervasi després. Els últims anys es varen casar dues filles. Per últim, canvià novament d'habitatge a un pis en un xamfrà a dos carrers i orientat a migdia la bisectriu que formen els dos plans de façana de l'edifici i de l'habitatge. També, moltíssima **llum**, molt obert, integrant el verd de l'exterior, l'arbrat, a l'interior. Rebedor, distribuïdor a zona de dia i de nit, àmplia sala d'estar-menjador, terrassa a la confluència de les dues façanes, per tant orientada al migdia, cuina-office, dormitori de matrimoni, bany complet, tres dormitoris individuals amplis i bany complet, un dormitori individual amb bany de dutxa, i zona de safareig. Novament, una filla i un fill es casaren. Les trobades familiars són molt entranyables, preparades amb temps i consensuades. Quinze néts té el meu bon amic arquitecte, fruit de l'ambient de estima i servei que han sabut donar tant ella, la seva esposa, com ell als seus fills i després amb els seus néts, dedicant-los-hi tot el temps que ha fet falta. L'estiu, després de la masia del poble del Maresme, des de fa bastants anys el passen tots a la Cerdanya. Novament **llum**, molta **llum**, omplerts de la natura passen l'estiu tota la nombrosa família del meu amic arquitecte.

Ciutat, districte, barri... i poble

► **Jesús Mestre Godes**

Jaime Lerner, arquitecte i urbanista brasiler, explicava recentment, en una entrevista feta a Barcelona que "...som àtoms i també ens mourem menys per aconseguir més d'una ciutat on treballarem, gaudirem i aprendrem sense sortir del barri, que és com tornar al poble, on tot estava a l'abast de les nostres espatzenyes...". Després de llegir aquesta opinió, m'ha semblat que hi tocava de ple: aquest viure i conviure en un barri, és com a tornar al poble, que cada vegada entenc que és com un ideal de vida... si es pot conviure amb la força i l'oferta de la ciutat. Lerner té un bon lema: "Reduïu distàncies en la vida i n'augmentareu la qualitat." En el que fa referència a la convivència ciutadana només és pot explicar que aquesta reducció de distàncies ens porta a aquestes agrupacions ciutadanes que les hem definides com a barris, on sembla que per a l'urbanista brasiler hi troba el més semblant a la més perfecta agrupació urbana: el poble. És fàcil d'entendre la seva visió general: la ciutat és el centre creador, el vèrtex on conflueixen la gran varietat de treballs i accions, el centre de negocis, el de les administracions dels recursos industrials, comercials i polítics. És el lloc on es desenvolupa una gran activitat entre la sortida i la posta de sol... i en jornades laborals. La resta del dia i el cap de setmana, formen part –en general– del domini privat, que pot ser absolut, és a dir, que hom el dediqui majorment al descans del guerrer, o sia a gaudir de la pau casolana, en un dolçe far niente. O bé, mirar de compartir amb els veïns –una expressió que pot abraçar tant a gent de la mateixa escala, com a la més allunyada del barri– uns neguits, uns esforços en comú, per tal de procurar que el barri cada dia s'assembli més a un poble. Aquesta segona actitud és la que val: si es viu —quina manera més clara d'expressar-ho— en aquests barris de la ciutat, on cada vegada haurien d'assemblar-se més a pobles. El contacte, aquesta lectura mensual amb *El Jardí de Sant Gervasi*, m'ha fet pensar força amb les teories de Lerner. Pràcticament, la revista vol ser el ressò de la vida dels barris que formen el nucli antic de Sant Gervasi de Cassoles, és a dir, el vell poble que la gran ciutat es va annexonar ja fa més de cent anys, però que tot i la gran transformació que en el seu sòl ha sofert des de llavors, vet aquí que nosaltres mitjançant les pàgines del diari mensual, hi veiem moltes característiques de poble: se'ns recorda les festes majors dels barris, i fins i tot ens retrobem amb una bona part de la seva vida. Aparentment, sembla que Sant Gervasi —malgrat formar part d'un districte, compartit amb Sarrià—, se'ns apareix molt vital, més encisador, o com diria Lerner... més poble! La paradoxa és que el fet d'assemblar-se Sant Gervasi a un poble, no vol dir rebaixar, en res, la seva entitat. Ben al contrari, quan la ciutat s'assembla més a un poble és quan cadascú redueix distàncies en la seva vida, i així augmentarà la seva qualitat, segons Jaime Lerner.

Jesús Mestre Godes és escriptor d'història

NATURALMENT CURIOSOS

Sobre la carn i el càncer



► **Marc Talló i Neus Mestre**

Al metro, al carrer, a taula, als supermercats, als mitjans... no es fa altra cosa que parlar del comunicat de l'Organització Mundial de la Salut (OMS) on han anunciat que la carn processada i la vermella augmenten les possibilitats de tenir càncer. Però, com s'ha d'interpretar aquesta informació? Com cal actuar? L'OMS vetlla per la nostra salut, de manera que fomenta estudis per determinar els elements de l'entorn que causen càncer. En funció de les evidències que es troben es classifiquen en tres grups. En el grup 1 tenim substàncies que s'ha vist que causen càncer; en el grup 2 trobem els que probablement provoquen càncer. I finalment, en el grup 3, trobarem substàncies que no provoquen càncer. Els últims estudis apunten que la carn processada es troba en el grup 1 i la carn vermella en el 2. Molt bé, ara ja sabem on s'ha classificat la carn. És important tenir en compte que aquesta classificació no considera quines substàncies són més perilloses. El tabac també es troba al grup 1, però això no vol dir que la carn sigui igual de perillosa per la nostra salut! De fet, totes les substàncies en excés són perilloses, el que importa és la quantitat que se n'ingereix. Per exemple, se sap que el calci és beneficiós per la salut i cal menjar-ne, però si ens passéssim el dia menjant pastilles de calci ens agafaria una bona intoxicació i caldria anar a l'hospital! Doncs amb la carn processada més o menys és el mateix. És saludable menjar-ne, però si en mengem massa llavors tindrem el risc de patir càncer de colon augmentat. El que cal considerar ara, és quina quantitat de carn processada i vermella es pot menjar a la setmana per tal de tenir una vida saludable. Desgraciadament, aquesta informació no va ser publicada per l'OMS. Qui s'encarrega de donar consells i recomanacions són els diferents estats. Per tant, ara a la Generalitat de Catalunya li toca llegir-se l'informe de l'OMS i decidir quina quantitat de carn és saludable menjar a la setmana. Ara bé, si donem un cop d'ull a l'última piràmide dels aliments de la Generalitat, la carn processada ja es troba en un dels últims esglaons, fet que significa que s'ha de consumir només ocasionalment. I la carn vermella es troba dins el grup d'aliments que cal menjar setmanalment. Per tant, és possible que les recomanacions no canviïn gens o tan sols lleugerament. Podríem concloure que ara se saben més detalls sobre com la carn processada pot provocar càncer, però que al cap i a la fi, si ja seguim les recomanacions alimentàries, no cal canviar els nostres hàbits. I si no ho feiem, doncs pot ser un bon moment per donar-hi un cop d'ull!!

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

SIGUES UN EMPRESARI D'ÈXIT

Som la xarxa immobiliària més gran del món i obrim les portes a tots aquells que vulguin unir-se a la nostra forma de treballar única. Més que comprar i vendre habitatges, ajudem als nostres clients a trobar ràpidament els espais per a la vida que volen viure.

Calvet 56
Tel: 932 402 272
Mail: info@c21alpha.es
Web: www.c21alpha.es



CONVERTEIX-TE EN ASSESSOR DE LA XARXA CENTURY 21, LA XARXA IMMOBILIÀRIA MÉS GRAN DEL MÓN

RÀPID MODELELL
www.cerrajeriamodellell.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

scOts
CORSETERIA • MODA ÍNTIMA • BANY
Especialistes en corseteria:
confort, maternal, esportiva,
teràpèutica, bodys, faixes
i moda bany.
Disponibles en totes
les talles i copes
Anita
C/ d'Arimon, 6 Telèfon: 93 667 83 90 www.corseteriascots.com

ASSEMBLEA 15M SSG

Cotxes i contaminació

▶ **Jaume Rovira**

És conegut que la primera causa de contaminació atmosfèrica a les grans ciutats és el trànsit de vehicles, fonamentalment de vehicles privats. Això és així a Barcelona i també al nostre districte. Si analitzem les dades de contaminació al Districte de Sarrià-Sant Gervasi i les comparem amb les de Barcelona, ens trobem que, en general, els índexs més importants de contaminació es donen a l'Eixample i a Sarrià-Sant Gervasi (SSG), mesurat a Ga-la Placidia. Així, per exemple:

	SSG	Eixample	Barcelona	
CO	0,5	0,6	0,4	mg/m3
PM10	26	27	25	µg/m3
NO2	52	52	9	µg/m³

Com podem veure, la diferència més significativa està en el diòxid de nitrogen NO₂, la qual cosa era d'esperar: l'NO₂ es produeix per processos de combustió i, en ambients urbans, fonamentalment pel trànsit rodat. Actualment és un compost que està de moda ja que és precisament el producte a causa del qual Volkswagen modificava el software dels seus vehicles amb la intenció que donessin valors d'emissió inferiors als reals. Els estudis efectuats sobre població humana exposada a l'NO₂ demostren que pot disminuir la funció pulmonar, incrementant les afeccions com les bronquitis cròniques. Les persones amb asma, al·lèrgies i la població infantil en serien les més sensibles. Dèiem que era d'esperar perquè si comparem les dades de vehicles privats del nostre Districte amb les de Barcelona ens trobem amb el següent (vehicles per 1.000 habitants):

	SSG	Barcelona
Cotxes	487	350
Motos	250	129

si parlem per exemple de cotxes d'alta gama (superiors a setze cavalls fiscals), la diferència encara és més gran: 82/1000 hab. a SSG i tan sols 31/1000 hab. a Barcelona.

A més a més al Districte tenim un trànsit afegit per l'existència d'una gran quantitat d'escoles a les quals, molt majoritàriament, els alumnes accedeixen amb vehicles privats. A tot això, s'hi suma l'alt nivell de trànsit a vies ràpides que passen pel Districte com poden ser la Via Augusta, Ronda del Mig, Balmes, Ronda de Dalt, etc. Aquesta situació ve agreujada pel fet que el Districte té pocs espais verds que actuïn de regulador de la contaminació atmosfèrica, tret de la muntanya de Collserola.

Com a conclusió, pensem que és clar que a Sarrià-Sant Gervasi tenim un problema important de contaminació il·ligat directament a la utilització de vehicles privats. Recordem que quan parlem de contaminació, parlem d'un problema important de salut que, segons dades del Centre d'Investigació en Epidemiologia Ambiental (CREAL), causa anualment 3.500 morts prematures a l'àrea metropolitana de Barcelona. La solució a aquest problema ha de passar necessàriament per la disminució de l'ús dels vehicles privats, el foment del transport col·lectiu i no contaminant i la promoció de l'ús de la bicicleta i dels desplaçaments a peu.

Poden ajudar a millorar aquesta situació:

- Introduir mesures dissuasives per disminuir el trànsit de vehicles com les que ja s'apliquen a moltes ciutats europees: limitació del trànsit a determinades zones, creació de zones de vianants dels barris, reducció de les velocitats...
- Incentivar i millorar el transport públic i sobretot el menys contaminant com és el tramvia. Potenciar l'ús de la bicicleta i extensió dels carrils bici.
- Continuar en la implantació de camins escolars per tal que l'accés a les escoles sigui majoritàriament a peu o en transport públic i regular el pas de vehicles privats a les zones properes.
- Fomentar que la gent vagi a peu en desplaçaments curts, incrementant el nombre de carrers amb plataformes úniques o mixtes i crear trams d'eixos per a vianants que uneixin els barris i els equipaments.

CUINA DE CONVENT

L'austeritat dels refectoris conventuals



► **Fra Valentí Serra**



La cuina pròpia dels frares caputxins, tot i la seva austeritat, tenia una tradició i fesomia peculiar que s'anà configurant al llarg dels anys. D'aquella austerríssima dieta practicada, a partir de 1578, pels fundadors de la Província caputxina de Catalunya a l'introducció, per a les festes principals, del plat anomenat 'argamassa' (que era el nom que els caputxins donaven al puré de cigró, formatge i novell d'ou dur) i als altres plats extraordinaris i les pitances dobles (o pitotes) ingerides pels frares en els anys previs a l'extralustració del segle XIX, hi ha un llarg recorregut. Amb tot, cal assenyalar que, habitualment, a la taula dels caputxins sempre es mantingué el to d'austeritat que imprimiren els introductors de la vida caputxina a Catalunya.

Aquesta austeritat en les menges conventuals suara al·ludida fou minuciosament descrita pel primer cronista dels caputxins fra Miquel de Valladolid († 1619). Aquest religiós explicà que: "Yo vi el día de Nuestro Padre San Francisco comer la comunidad en Santa Eulalia de Sarriá pan cocido con óleo por no tener carne ni otra cosa mejor. Al comenzar los ayunos de la cuaresma vi cenar a la comunidad de Monte Calvario de Barcelona no otra cosa sino media docena de hojas de borrajas fritas con un poco de harina y media cebolla. Puedo dar testimonio de que en el convento de Bañolas se comieron en dos años que estuve allí muy pocas pitanzas de carne ni pescado, y que los días de Carnestolendas no se comió otra cosa sino un poco de pasta de harina de trigo cocida, y que la comida ordinaria fuese siempre una sola escudilla de legumbres o de yerbas cocidas y una lechuga cruda con vinagre sin otro principio ni postre"; (Libro primero de la fundación, I). Aquestes eren, doncs, les menges habituals dels frares caputxins que s'establien a Catalunya a partir de 1578! A guisa d'il·lustració us ofereixo un gravat popular amb la taula parada d'un refectori regi en un dia de gran festa, una imatge que contrasta enormement amb l'austeresa dels refectoris caputxins que us he descrit en aquesta nota històrica.

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



MOSSOS D'ESQUADRA

Estan segurs els nostres fills a les xarxes socials? (1)

► **Xavier Boned**

Una part fonamental de la feina que desenvolupem a la nostra Oficina de Relacions amb la Comunitat és la d'impartir xerrades amb consells de seguretat a múltiples col·lectius i/o associacions que així ens ho demanen. Els principals destinataris de les nostres xerrades, donat que al nostre Districte cursen estudis milers d'al·lumes de totes les edats, són els centres escolars i instituts d'ensenyament. Entre els temes que suscitin major interès es troba el dels consells respecte l'ús d'internet i les xarxes socials. La utilització d'internet i les xarxes socials s'ha estès amb gran èxit en la societat. Tot i ser un món bastant nou, i desconegut per la majoria, tothom hi pot accedir amb certa facilitat. El desconèixer dels riscos de les noves tecnologies fa que tots siguem possibles víctimes fàcils de persones sense escrúpols i els menors d'edat són especialment vulnerables.

Què fan els joves a internet i les xarxes socials?

Els joves utilitzen internet com a mitjà d'informació i les xarxes socials com a xarxa de comunicació. Qui no està a la xarxa no forma part del grup, en queda exclòs.

Xarxes socials més utilitzades pels joves:

- WhatsApp, Facebook, Instagram, Skype, Twitter...

Hem de deixar que els fills utilitzin les xarxes socials?

A les xerrades sempre els insistim que és més perillós fer un mal ús de les xarxes socials que estar dins d'una xarxa social. Si utilitzen el sentit comú, tindran pocs problemes. Si volen experimentar o utilitzen les xarxes d'una manera inconscient, en tindran molts de problemes.

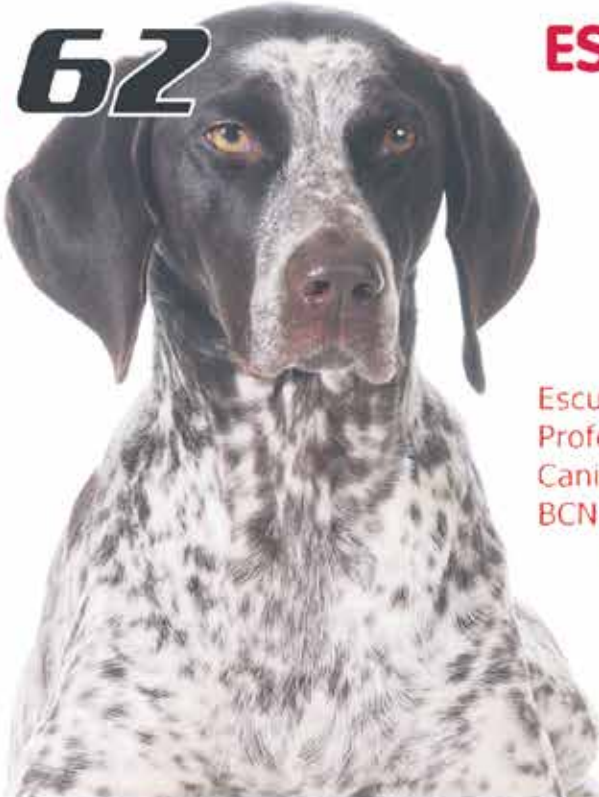
Què poden fer els joves per estar segurs a les xarxes socials?

- No parlar amb desconeguts ni agregar-los a la seva xarxa social
- No facilitar les dades personals a persones desconegudes
- No donar informació personal o familiar. No cal retransmetre la nostra vida “online”
- Utilitzar contrasenyes segures i no compartir-les amb els amics
- No penjar imatges sensibles o que cridin l’atenció de persones indesitjables
- No accedir a webs o xarxes amb contingut nociu o contingut per a majors d’edat
- No creure’s tot allò que surt en pantalla. A la xarxa molta gent enganya
- Mantenir tapada o desconnectada la *webcam* de l’ordinador si no l’hem de fer servir
- Quan realitzem videoconferències, no donar gaire informació visual del que tenim al darrere i realitzar-les vestits correctament
- Si els insulten, coaccionen o amenacen, explicar-ho immediatament als pares o tutors legals i, si és necessari, denunciar-ho a la policia

A la revista de desembre acabarem de donar els consells sobre que podeu fer els pares perquè els nostres fills ne-
veguin segurs a les xarxes socials.

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





terranovacnc **62**

n·1 en franquícies de **nutrició canina i felina**

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

Tel. 93 461 71 73

T62 ST. GERVASI - Balmes, 356 – 08006 Barcelona

[t](#) [f](#) [i](#) /terravacncc62 terravacncc62@gmail.com

ESCOLA PROFESIONAL 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

Síguenos en Facebook
www.escola profesionalcaninabcn.com

Deixa'ns mim♥r la teva mascota



eltrasteroverde

 Sarrià - Sant Gervasi

ÚLTIMS TRASTERS A
SARRIÀ-SANT GERVASI



LLOGUER DE TRASTERS
680337901 / 615348361

- Accés flexible les 24 hores del dia els 365 dies de l'any.
- Lloga l'espai i el temps que sigui necessari.
- Sistema de seguretat per a la seva tranquil·litat (càmeres de control d'accés, etc.)
- Zona de càrrega i descàrrega a l'interior.
- Seguro d'incendi i robatori.

www.eltrasteroverde.com

 C/ Brusi, 102-104

 C/ Legalitat, 39

 C/ Cardenal Vives i Tuto, 57

 C/ Sant Gervasi de Cassoles, 101

 C/ Pàdua, 82

treballant a Sant Gervasi

Joan M. Fàbregas Benavent i Motos Bonanova

La feina al taller: rodes, platines, greix i l'olor de benzina



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

Joan M. Fàbregas Benavent és addicte al greix i a l'olor de la gasolina. Li ve de família. L'avi tenia un taller mecànic al carrer de Casanova cantonada amb Londres, i va participar en la creació i fabricació de les motos i automòbils Clúa, empresa fundada el 1949 al número 6 de l'actual avinguda de Pau Casals. Era la postguerra i les fronteres estaven tancades a importacions, cosa que va desenvolupar l'enginy de la indústria autòctona. Clúa va fabricar motos de 50, 75, 125 i 175 cc amb motors Villiers, de molta qualitat, i també el microcotxe Clúa 500, el 1958, semblant al Biscuter. Comenta que se'n van vendre moltes unitats però l'empresa va fer fallida el 1962 i recorda que les últimes unitats van quedar abandonades amb el tancament del taller de l'avi.

Juanma i el seu germà Ignasi va fundar Motos Bonanova al taller del carrer de Moragas 5 l'any 1983. Els dos germans volien muntar un negoci, un pub a l'estil de l'època, però a l'entrar en el local de Moragas va sentir que era l'espai adequat per a un taller de motos, prou ampli per fer exposició de venda, zona de despatxos i un taller mecànic a la part inferior. Aleshores treballaven com a representants a la zona nord de la ciutat, de les marques Norton, BSA i Triumph. Al barri hi havia moltes Vespa que estaven de moda i es van decidir per començar amb motos de petita cilindrada. I per promocionar el taller van participar en les 24 Hores Vespa, que se celebraven pels carrers de Barcelona, i van arribar a muntar fins a quatre equips en una mateixa cursa. A principi dels anys noranta van afegir motos de gran cilindrada al negoci, amb les que

van arribar a córrer a les 24 hores de Montjuïc, però això els va suposar ampliar el personal i el negoci, cosa que els porta a la crisi i que els obliga a recuperar el model de negoci dels orígens. Cap a l'any 1994 van traslladar-se a un taller més petit, a Teodora Lamadrid 26, on es pot trobar a Juanma tacat de greix però amb un somriure i bon humor.

Maribel Alegre Bompard, la seva parella, va entrar a treballar en la part administrativa i tots dos creuen que el seu valor està en el tracte directe amb els clients de tota la vida, afegit a l'experiència d'anys que permet fer diagnòstics amb poc error amb només escoltar un motor. Sempre han tingut competència, tot i que avui al barri queden pocs tallers d'aquella època. Treballen amb recanvis originals però de vegades, per pressupost o antiguitat de la moto, busquen recanvis en el mercat de segona mà, reciclen plàstics o algunes peces que no suposen pèrdua de garantia per a la reparació ni risc en la circulació. Són, doncs, un servei de solucions personalitzades per al món de les dues rodes, a més de dedicar-se a la venda de motos noves o d'ocasió de les principals marques, amb servei de manteniment reparació o restauració de motos antigues o accidentades.

Juanma participa activament en la Junta del Gremi de Tallers de Barcelona. Pensa que el futur de la moto a Barcelona està bastant assegurat, per economia i ecologia unit al clima d'aquesta latitud, que l'han convertit en una de les ciutats amb major parc de dues rodes del món. Cal extreure les precaucions en circular però les motos tenen avantatge respecte als cotxes per rendibilitat, comoditat i reducció en els temps dels desplaçaments.



Fotografies: Javier Sardá

A l'esquerra, Juanma Fàbregas al taller de Teodora Lamadrid, amb una moto d'època, una Montesa Impala de 175 cc. De dalt a baix, una fotografia d'una cursa de les 24 Hores Vespa dels anys

vuitanta; vista general del taller des del carrer; i a sota, a l'esquerra, un dels treballadors de Motos Bonanova i, a la dreta, Maribel Alegre, parella de Juanma i responsable de l'administració del taller.

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.



Laforja, 26
Tel.: 93 215 91 37

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@pundona.com
Botiga en línia:
www.pundona.com

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

autocarta
SERVICIOS INMOBILIARIOS INTEGRALES

Especialistes en la zona alta a barcelona i productes d'inversió, edificis, naus i solars

Autocarta Servicios Inmobiliarios Integrales. www.autocarta.com

apiZona Alta

Valldoreig - Sant Cugat
Precio: 615.000€
ref. **VIVALLDOREIXCASACYE**

Aribau - Via Augusta
Precio: 730.000€
ref. **VIVARIBAUGUSTAVTA**

Galvany
Precio: 330.000€
ref. **VIVLINCOLNVDAJC**

Casa unifamiliar aislada en 3 plantas de 280m2 construidos en escritura que son 300 reales por ampliación de sótano. Tiene 830m2 de terreno y consta de 5 habitaciones (una en sótano que se puede usar para servicio o despacho), dos en planta baja y dos en la planta superior, todas dobles y una de ellas triple. Tiene 2 baños y un aseo, salón-comedor de 34m4 con salida a terraza cubierta de 30m2. La cocina es office, toda la casa tiene calefacción individual por gas natural y hay un aparato de aire acondicionado en una de las habitaciones. En la planta superior hay una segunda terraza de 18m2. También hace 3 años se puso la piscina y barbacoa en una zona trasera.

Edificio único con elegantes viviendas de 80 a 160m² más terrazas, con 3 habitaciones dobles, 2 baños, despacho, salón, comedor, cocina americana equipada, amplios espacios luminosos y acabados de diseño. Incluido parking propio. El edificio dispone de piscina y solarium con unas espectaculares vistas de toda la ciudad. Estas viviendas constituyen además, un producto ideal para el inversor inmobiliario ya que generan un 4% de rentabilidad en arrendamiento.

Piso muy bien ubicado en calle tranquila zona de Galvany, con conserje y ascensor. En muy buen estado, cocina cerrada, separado en zona de día y zona de noche, amplio salón comedor que da a calle fachada orientada sur, 4 habitaciones todas dobles una de ellas con terraza cubierta de 10m2 con bonito porche construido y vistas a interior de patio de manzana amplio y luminoso. Un baño completo, un aseo, un trastero dentro del piso, posibilidad de ampliar el aseo añadiendo plato de ducha, muy buena distribución y en buen estado, no dude en contactar para vistas y más info.

Piso completamente reformado, con 2 habitaciones dobles y baño completo, con aire acondicionado y calefacción por gas natural, se distribuye en salón-comedor con cocina abierta americana exterior a calle Lincoln con grandes ventanales dobles de aluminio y persianas que cierran herméticamente. Tiene suelos de parquet, actualmente se compone de un gran espacio diáfano, y en la parte de las dos habitaciones dobles con armarios y un gran baño que tiene tanto bañera como ducha (ambas por separado) Muy luminoso.

Local comercial disponible. Se pueden realizar visitas, actualmente ocupado por SUPERMERCADO, dispone de gran escaparate blindado, al lado de calle Ganduxer y Cinesa diagonal, 300m de superficie, todo reformado. Inquilino actual paga 4500€/m. oportunidad de inversión en zona 300m2 en una sola planta rectangular, con dos aseos, suelos técnicos, aire acondicionado puerta automática a pie de calle sin escalones.

Galvany
Precio: 575.000€
ref. **vivgalvanytaML**

Local en Rendabilitat
Precio: 950.000€
ref. **LOCBIFONTESTAVTA**

Santalo 126-128 cantonada C/ Plató
Tel: 934144414 - 654904915
informacion@autocarta.com

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



equipaments públics

La Biblioteca de Sant Gervasi, la biblioteca de tots

Un nou centre neuràlgic de cultura, oci i relació per als habitants del barri

El camí de la biblioteca

La Biblioteca Sant Gervasi - Joan Maragall obre les portes el 19 juny de 2014 i forma part de les Biblioteques de Barcelona, la xarxa de biblioteques públiques de la ciutat, gestionades per un consorci format per l'Ajuntament i la Diputació de Barcelona. El consorci té cura de la prestació íntegra i efectiva dels serveis bibliotecaris de lectura pública. Porta el nom de Joan Maragall i Gorina (Barcelona 1860-1911), poeta i una de les figures més importants i influents de la Catalunya del tombant del segle XIX-XX. La col·lecció inicial provinent de la compra, està formada per un total de 35.000 documents i, a més d'aquest fons, la Biblioteca ha rebut un donatiu de la família d'Isabel Núñez, escriptora, traductora i crítica literària. La seva biblioteca personal té un gran valor ja que la tria dels documents es va fer amb inqüestionable criteri literari, d'acord amb la seva activitat professional. Des de l'obertura la biblioteca ha rebut 289.400 visites i s'han fet un total de 6.100 carnets nous.

La biblioteca, més que un edifici

L'edifici és obra de BCQ arquitectura Barcelona. La biblioteca està semisoterrada sota el jardí de la Vil·la Florida, una antiga casa senyorial reconvertida en centre cívic municipal. Té una superfície útil de 2.396 metres quadrats repartits en dues plantes i un badalot, una construcció que sobresurt de la coberta. Des de la seva inauguració, el projecte s'ha convertit en un referent arquitectònic a la ciutat de Barcelona. És per aquest motiu que la biblioteca rep constants visites de professionals de l'arquitectura, tant locals com estrangers, i se n'ha publicat informació en diverses revistes professionals. Ha rebut diversos premis arquitectònics, entre els quals el "Premi Ciutat de Barcelona d'arquitectura 2015". A l'exterior, els patis de llum, envoltats de vidre, il·luminen l'interior i deixen entreveure



Fotografia: Ariel Ramirez

re'n l'activitat. Tot això conforma un paisatge interior articulat i canviant, on cada ús i cada usuari troben el seu lloc. L'accés a la biblioteca és pel carrer de Sant Gervasi de Cassoles, el Carrer Major del nucli antic del barri. La construcció de la biblioteca ha contribuït a revitalitzar aquest vial amb molta història. El conjunt de biblioteca, Vil·la Florida i el jardí conformen un nou centre neuràlgic de cultura, oci i de relació pels habitants del barri.

La biblioteca i la innovació

La Biblioteca Sant Gervasi - Joan Maragall és la tercera biblioteca pública de la ciutat que incorpora el servei d'autoprèstec i la primera a incorporar el servei de retorn de documents amb classificació automatitzada. Aquests serveis permeten a l'usuari reduir temps d'espera en aquestes operacions i millorar la seva autonomia d'ús. També compta amb el primer Espai Multimèdia mòbil a Biblioteques de Barcelona que es constitueix com espai d'aprenentatge. La biblioteca és una de les deu "Antenes Cibernàrium" existents a la ciutat. Ofereix un programa de capacitació i divulgació tecnològica de l'Ajuntament de Barcelona, que dona formació per a professionals

i empreses, així com activitats d'iniciació a Internet per a tota la ciutadania. La biblioteca acaba d'iniciar un programa pilot de préstec de portàtils amb la voluntat d'oferir-los com a complement del maquinari ja existent i amb la idea d'afavorir-ne l'ús. És important destacar també el servei d'assessorament personalitzat sobre tecnologies de la informació, que atén les consultes relacionades amb la recerca d'informació a Internet, el correu electrònic i l'ús del programari instal·lat als ordinadors; l'horari és dilluns, dimecres i divendres de 17 a 20 h.

La biblioteca per als més petits

El públic infantil és un dels més nombrosos a la biblioteca i per això la biblioteca organitza moltes activitats destinades a nens i nenes de diferents franges d'edat. També compta amb un ampli programa de visites escolars, destinat a grups d'edat des de preescolar a educació secundària i enfocat tant al suport a l'activitat escolar com al foment de l'hàbit lector. Fa aproximadament un mes que es va presentar la nova mascota de l'àrea infantil, la Súpertalpetta. S'ha fet un conte explicant com ha arribat a la biblioteca i la podeu trobar a l'àrea infantil durant la tarda.

La biblioteca i els seus projectes

La biblioteca ofereix un ampli ventall d'activitats per a tots els públics en formats diversos: conferències, xerrades, trobades amb autors, projeccions, i també compta amb un club de lectura general anual on els participants es reuneixen un cop al mes per comentar el llibre que estan llegint. Actualment està preparant el festival Bibliocurts. L'especialització de la biblioteca és llibre i lectura en el vessant de ficció (novel·les sobre biblioteques, bibliotecaris, llibreries, llibreters, editors) i l'accés a aquesta col·lecció es fa a través, també, de codis QR ubicats a la coberta dels documents que l'integren. Prèstec a domicili: Si tens dificultats de mobilitat, de visió pots posar-te en contacte amb la biblioteca ja que ens oferim a portar-te el material i, si vols, també a llegir una estona amb tu. També es pot prestar el servei a centres de dia o residències. Sala d'estudi nocturna: situada a la sala d'actes, el seu horari és de dilluns a divendres, de 21 a 1 de la matinada.

.....
Biblioteca Sant Gervasi-J. Maragall
C. Sant Gervasi de Cassoles, 85
Tel. 93 417 83 47
www.bcn.cat/bibsantgervasi

equipaments públics

CASA SAGNIER

Més enllà del futbolí: DOCS Cooperants

► Consell de Redacció Casa Sagnier

El nostre jove -hormones a tope, picing de rigor- es distreu cada dia amb els col·legues al futbolí del Casal de Joves de la Casa Sagnier: pim, pam, clonc i goooool; i així, cada tarda del món mundial, partit rere partit, veu passar les hores d'adolescència aguda al ritme de Messi's i Ronaldo's estàtics i jugades d'alta precisió canellil. Fins que un dia, i gairebé sense voler, entre pilota va i rondo ve, el nostre protagonista aixeca la vista -ei, *tiu*, què fots?- i observa al fons del futbolí, a mà esquerra, un cartell: 'DOCS Cooperants'. Sigui perquè la imatge li crida l'atenció, o bé perquè el text l'interpel·la, l'adolescent aspirant a Pilota Recreativa d'Or deixa a mig fer un partit transcendental (entre les queixes lògiques dels companys) i s'acosta per llegir-lo. D'aquesta manera, veu que el Casal de Joves de la Casa Sagnier ja fa set anys -setl- que organitza un concurs de Projectes per a la Creació de Documentals sobre la Cooperació o el Voluntariat. Ah sí?, es diu a ell mateix... I mentre enfoca la vista i l'interès en aquesta iniciativa, observa els guanyadors de l'anterior edició: 'Recooperem: 125 anys de la Flor de Maig', de la Cooperativa de la Flor de Maig, i 'Datzira, camp i cooperativa', de la Cooperativa La Unió. I sí, tot i que al seu darrere les protestes esportives dels experts futbolinistes



'Un món en cooperació, un món solidari'. Amb el mòbil fa una foto al cartell -*voí, tius!*, un moment!- perquè ja ha decidit no perdre's el lliurament de premis d'aquest concurs. Fli-pa! -pensa-: els premis són entre 2.000 i mil euros, tu... El divendres 20 de novembre, a les 19 h, el Casal de Joves de la Casa Sagnier farà saber quins són els guanyadors del DOCS Cooperants del 2015 i, a més, hi haurà la projecció dels anteriors premiats amb parlaments, aplaudiments i tal. I mentre s'enfunda l'aifone de nou a la butxaca, i torna pensatiu cap al camp de joc, deixa anar un filosòfic: -*Tanim ka* fer coses més *anllà dal futbolín, tius...*, una reflexió que fa arronsar les espatlles i la incredulitat dels seus col·legues de joc.

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

no paren de burxar-lo, l'expectativa de l'activitat va en augment quan veu que el dilluns 15 de novembre comença una exposició sobre aquest tema:

FUNDACIÓ INFANTIL

La importancia 'de los secretos ocultos' en la infancia

► Virginia Rodríguez Vicente

Está claro que la familia influye en el desarrollo socioafectivo de nuestros hijos. Los modelos, valores, normas, roles y habilidades básicamente se aprenden durante el período de la infancia, la cual está relacionada con el manejo y resolución de conflictos, habilidades sociales y adaptativas, con las conductas prosociales y con la regulación emocional, entre otras. Desde niños aprendemos de observar a otras personas. Esta es la base del aprendizaje vicario: observamos a otros y los imitamos. Este tipo de aprendizaje se puede considerar como el más relevante en la infancia y la adolescencia. Por tanto, los padres se convierten en ejemplos a seguir en todo y, de forma más relevante, en la regulación emocional y en el manejo y la resolución afectiva. Una buena comunicación con nuestros hijos favorece un sano desarrollo psicosocial y emocional. ¿Debemos entonces explicarles todo a nuestros hijos? La respuesta es sí si queremos que nuestros hijos tengan una comunicación sana con nosotros. Cada explicación tiene que adecuarse a la edad del niño con el que estemos hablando, sin mentiras ni

secretos. La presencia de secretos y mentiras en la familia "para proteger a los niños", fomenta que en la infancia y la adolescencia se mantengan secretos o mentiras "para proteger a los padres". Y de este modo podemos promover situaciones de riesgo, pues "se están ocultando" las señales de que algo no va bien. Explicar los sucesos negativos de la familia de una forma adecuada para la edad del niño lo dotará de herramientas para protegerse en el caso de que sucedan acontecimientos negativos a lo largo de su vida, y más especialmente fuera de la presencia de los progenitores. Esta herramienta de pedir ayuda o poder expresar el malestar, favorece el desarrollo emocional del niño y ayuda a la resolución de conflictos.

Virginia Rodríguez Vicente es psicóloga infantil



Passeig de Sant Gervasi 16-20, Esc B baixos
08022 Barcelona

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
PROFESSORS DE DANSA

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

ESCUCHA | MIRA | SIENTE

IMAGEN · HI-FI · GADGETS · PROYECTOS

Lo más nuevo y sorprendente en
electrónica, home cinema,
TV y Alta fidelidad

en un espacio único con las mejores marcas.

MONLEÓN
ELECTRÓNICA

C. Balmes 317 (esquina C. Copèrnico) · 08006 Barcelona - España
T. +34 932 177 431 · E-mail: monleon@monleon.com

memòria viscuda

El llegat Muñoz Ramonet

Història del barri i actualitat informativa: un llegat controvertit però valuós pel Galvany

► Jordi Llorach i Cendra

El marquès d'Alella

Ferran Fabra i Puig va néixer a Barcelona, l'any 1866. Fill de Camil Fabra i Fontanills, fundador de la nissaga d'industrials i de polítics, de qui heretà el títol de marquès d'Alella i la Compañía Anónima de Hilaturas Fabra y Coats. Afiliat al Partit Lliberal, va ser diputat i senador a Madrid i alcalde de Barcelona el 1922 i 1923, càrrec que va haver de deixar en ser instaurada la dictadura de Primo de Rivera. A més d'altres responsabilitats empresarials, conjuntament amb el seu germà Roman, marquès del Masnou, i a partir de l'any 1902, va dirigir l'empresa de filats ubicada al Districte de Sant Andreu del Palomar. És significatiu del seu tarannà personal que l'empresa per ell dirigida, fos coneguda amb el sobrenom de "Can Mamella" perquè "nodria" els treballadors i treballadores amb avantatges socials —va ser de les primeres empreses a concedir una setmana de vacances pagades— i diverses proteccions laborals. Fabra, personatge destacat de la burgesia industrial barcelonina de principis de segle XX, va protagonitzar una activa vida social i cultural. Morí a Barcelona, l'any 1944.

El palauet

L'any 1913, Ferran Fabra va encomanar a l'arquitecte Lluís Sagnier la construcció d'una mansió en el terreny de més de 2.500 metres quadrats situat al carrer de Muntaner, entre els carrers de Marià Cubí i de l'Avenir. El projecte inicial va tenir diverses modificacions, sobretot en l'acabat de les façanes i de les torres, presentant un aspecte final d'estil modernista amb detalls platerescs. De l'interior, destaquen els amplis salons de la planta baixa, decorats amb pintures de Josep M. Sert, l'escalinata que dóna accés al primer pis i les habitacions principals amb entrada per un atri o pati interior cobert que dóna lluminositat al conjunt. Fent façana al carrer de l'Avenir, hi ha un edifici annex de característiques ex-



teriors menys sumptuoses però amb una distribució interior força senyorial. L'any 1916, Fabra va encomanar el disseny del jardí a Jean-Claude Forestier, prestigiós paisatgista francès i posteriorment hi va intervenir Nicolau Rubió i Tudurí. El projecte proposava tres terrasses, un estany amb brollador, diverses pèrgoles i abundant vegetació i arbrada de diverses espècies. El conjunt era d'estil romàntic. Als anys seixanta el jardí es va modificar amb els canvis introduïts per Joan Mirambell, que va variar alguns camins, la disposició de les pèrgoles i hi va plantar noves espècies vegetals. La superfície del jardí va ser mutilada l'any 1933 quan el marquès es va vendre uns 500 metres quadrats de superfície, on l'arquitecte Cardenal i Pujals hi va construir l'edifici d'habitatges que es pot contemplar a la cantonada del carrer de Muntaner amb el de l'Avenir.

El decliu de la Fabra i Coats i Julio Muñoz Ramonet

Després de la Guerra Civil espanyola, les empreses del marquès d'Alella van patir l'ofec d'alguns neoempresaris propers al govern guanyador que manegaven les quotes de racionament de cotó, impedit que la fàbrica seguís amb la producció necessària. La Fabra i Coats es ressentí d'aquestes actuacions i va anar acumulant deutes. Degut a això, la filla del Marquès ja difunt, l'any 1948 va haver de vendre la finca del carrer de Muntaner a Julio Muñoz.

Julio Muñoz va néixer a Barcelona l'any 1912. Sense una ideologia política definida, se serví de les bones relacions amb el règim franquista i, conjuntament amb el seu germà Álvaro, va formar un enor-



Dues vistes de l'antic palauet del marquès d'Alella, els anys vint. A la fotografia de la dreta, vista general del barri del Galvany amb les pistes de tennis de la Reial Societat Sportiva Pompeia en primer pla; al fons es veu, a l'esquerra, el palauet i, a la dreta, la torre modernista de la casa Llorach.

La pròxima obertura dels jardins, després d'unes millores que s'estan fent, serà la primera part del llegat Muñoz Ramonet que el veïnat podrà gaudir.

me conjunt empresarial. La seva fortuna, la bastí influïnt sobre el repartiment de quotes de cotó, aleshores un mercat que estava controlat per l'estat i cedit a uns pocs que l'administraven. Amb aquestes actuacions, Muñoz va poder adquirir a baix preu més de vint empreses relacionades amb el ram tèxtil i que van trontollar per manca de la matèria primera necessària. La seu central de l'activitat econòmica la va establir al Palau Robert, situat a la cantonada del passeig de Gràcia i l'avinguda de la Diagonal. El seu imperi construït sobre la base de l'especulació i l'estraperlo, disminuï gradualment a mesura que el mercat espanyol evolucionà i esdevingué menys monopolista. L'any 1986, Muñoz es traslladà a Suïssa, on cinc anys més tard va morir. A partir de 1948, Muñoz resideix al palauet del carrer Muntaner, fa algunes modificacions a l'interior de la casa i sobretot al jardí. A la vegada, adapta l'edifici annex per a habitatge de la seva mare i, en morir, com a seu de les centrals d'algunes de les seves empreses. El palauet va ser escenari de fastuoses festes en les quals participaren autoritats i personatges barcelonins i espanyols propers als governs dels anys posteriors a la Guerra Civil.

El llegat i el futur del palauet

Muñoz va tenir gran interès en adquirir obres d'art —pintura, escultura, miniatures, etc.—, formant una important col·lecció de diversos estils, des d'art romànic a les noves tendències d'art modern, i de diverses procedències, per exemple el llegat de l'industrial Rò-

mul Bosch, obtingut com a pagament de deutes, i per compres a rectors de parròquies necessitades, a marxants d'art i directament als artistes.

En morir Muñoz i per mitjà de document testamentari dipositat a Suïssa, va llegar "als barcelonins" la residència del carrer de Muntaner i unes 450 obres d'art del seu interior. Mentre l'Ajuntament de Barcelona va ignorar aquesta voluntat testamentària, es creu que es produí l'espòli de les obres d'art més importants del palauet. Passat uns anys, es creà la Fundació Julio Muñoz Ramonet, de la qual en forma part l'Ajuntament, encomanada de posar en ordre la voluntat testamentària i d'aconseguir la restitució de les obres d'art sotretes.

No serà fàcil donar acompliment a l'espès entramat legal del llegat Muñoz Ramonet. Des de 2014, la justícia ha reconegut els drets de propietat de l'Ajuntament, que ha pres possessió de la mansió i dels jardins. De totes maneres, l'organisme municipal ha de procedir amb molta precaució fins que s'aclareixin tots els aspectes legals i es recuperin totes les obres d'art catalogades. A més, haurà d'actuar respectant les característiques sumptuàries de l'immoble. Amb tot, el palauet segurament no podrà ser destinat a equipament municipal 'normal' de barri, sinó que haurà de ser, per exemple, la seu d'un centre de cultura a nivell de ciutat. L'edifici annex potser sí que podrà ser d'ús ciutadà, esdevinent una biblioteca de barri, per exemple. De moment, l'Ajuntament ha començat a actuar en allò que li és més clar: el jardí. Després d'adequar-lo, l'obrirà a l'ús del veïnatge, si bé, també, amb les limitacions pròpies de l'espai i de l'estil de la construcció. Amb tot, el conjunt de la deïta testamentària de Julio Muñoz Ramonet no podrà fer realitat les expectatives del veïnat de Sant Gervasi - Galvany que anhelava poder disposar d'un gran centre d'equipaments municipals en un barri on, incomprensiblement, aquests serveis sempre hi han estat molt escassos.

jordilllorachcendra@yahoo.es

AL COR DEL BARRI DE SARRIÀ –SANT GERVASI, TRES LLARS ACOLLIDORES, TRANQUIL·LES I AMB UN EQUIPAMENT EXCLUSIU FET A LA SEVA MIDA.

Residencial Augusta Park

Amb la Gent Gran



Residencial Bellesguard Park

Amb la Gent Gran



Residencial Sant Gervasi Parc

Amb la Gent Gran



C/ Copèrnic, 30-32

08021 Barcelona · Telf. 93 362 49 10

informacio@residencialaugustapark.com

www.residencialaugustapark.com



C/ Valeta d'Arquer, 30-34

08017 Barcelona · Telf. 93 254 05 70

informacion@bellesguardpark.com

www.bellesguardpark.com



C/ Teodora Lamadrid 7-15

08022 Barcelona · Telf. 93 418 78 65

informacio@residencialsantgervasiparc.com

www.residencialsantgervasiparc.com



Elaborem la nostra pròpia pasta fresca de manera artesanal. Sempre amb productes de temporada i amb tota la cura dels petits productors.

ens trobaràs als Mercats de Sant Gervasi - Hostafrancs Concepció - Collblanc

segueix-nos!



farina pasta fresca

www.farinapastafresca.com



Yoggy Doggy, perruqueria canina

Estilista canina profesional. Todas las razas, corte a tijera, maquina, stripping y arrancado manual del pelo muerto para perros de pelo duro. Guardería, tratamientos de piel y digestivos. Venta de accesorios y pienso. La peluquería canina no es un lujo. Es una necesidad Precios económicos

Ronda General Mitre, 188 bis

672 99 23 39

yoggydoggys@gmail.com

Esperanza González



APARCAMENT EN VENDA

c. Sant Gervasi de Cassoles, 88

Mesures 12,21 m2

molt fàcil maniobra

Telefon: 659 731 561

restaurants de Sant Gervasi

Restaurants recomenats de Sant Gervasi

1 RESTAURANT BONANOVA

c. Sant Gervasi de Cassoles, 103
93 417 10 33 / 93 434 06 22
www.restaurantebonanova.com

¡¡Celebramos nuestro 50 aniversario!!
¡Te invitamos a que vengas a degustar nuestro menú se-
manal de 30 € todo incluido!
100% producte de temporada i de proximitat.

2 ONCE UPON A TIME

c. Mandri, 32
936 761 643
www.onceuponatime.es
facebook.com/OnceUponATimeMandri

Out is Food, Drink & Music
Vermut, Brunch, Breakfast, Lunch, Tea time, Dinner y bar
de copas. Cocina de mercado, contemporánea y healthy.
Terraza climatizada.
Cada martes por la noche, música en vivo.
Cada mes ven a disfrutar de nuestras catas de vinos, ja-
món y quesos.
Síguenos a través de nuestra Newsletter y no te pierdas
ningún evento.

3 DELICES DE FRANCE

c. Muntaner, 443
93 201 94 69
www.delicesdefrance.es

50 anys al barri. Cuina francesa i mediterrània.
Menú nit: 27,50 €
Especialitat: Steak tàrtar i suflé de formatge, sopa de ceba.

4 EL ASADOR DE ARANDA

Avinguda Tibidabo, 31
93 417 01 15
www.asadordearanda.com
reservastibidabo@asadordearanda.com

Situat en un preciós edifici modernista, l'Asador de Aran-
da s'ha convertit en el marc perfecte per gaudir de la
millor cuina castellana, on el lletó rostit al forn de llenya
n'és l'estrella.
Capacitat per a 400 persones, ideal per a celebracions.
Servei per emportar.

5 RESTAURANT SANT GERVASI

Sant Gervasi de Cassoles, 56
93 211 10 39

Productes frescos i de mercat.
Cuina casolana
Menú diari: 9 €

6 LA TAVERNETA DEL PUTXET

c. Sant Màrius, 7
93 164 96 76

Plats casolans, esmorzars, tapes.
De dilluns a dijous de 8:00 a 17:00 h
Divendres de 8:00 a 22:30 h
Dissabte de 10:00 a 16:00 h
Obert futbol Barça.

7 RESTAURANT BALMES 413

c. Balmes, 413
93 211 49 75

Més de 22 anys al barri de Sant Gervasi. Cuina de mer-
cat. Producte fresc de temporada. Especialistes en
arrossos i marisc. Àmplia carta adaptable a tots els
pressuposts. Les nostres especialitats, les preparem per
portar-les a casa.

8 RESTAURANTE-CAFETERÍA GATTO ROSA (GRUPO RENGEL)

c. Muntaner, 479
93 408 83 19 / 93 517 64 55

Viernes 20 noviembre 2015. A partir de las 18 h les in-
vitamos a la inauguración de la nueva imagen del Gatto
Rosa. Pasa un buen rato tomando Cava y un aperitivo
con nosotros por cortesía de RENGEL

9 DAXA RESTAURANT

c. Muntaner, 472
Tel. 93 201 60 06

Menú diari. Especialitat en hamburgueses.

10 CASA PEPE

pl. Bonanova, 4 // c. Balmes, 377
934 180 087
www.casapepe.es

A Barcelona des del 1947. Cuina de mercat, especialistes
en productes ibèrics, formatges nacionals i d'importació.
Restaurant i botiga. Servim el millor pernil de Barcelona.
Horari: Dill.-Diss. 9:00 - 22:00 h i Dium. 10:00 - 15:00 h
Ja tenim disponibles els lots i paneres de Nadal.
Consulteu-les al nostre web.

11 RESTAURANT GENKI SUSHI

c. Arimon, 40
932 115 072

Restaurant japonès.
Menú de 10,50 € (IVA Inclòs). Primer, segon, tercer, quart.
Amb postres o cafè i una beguda.
Menú 16,50 € (IVA Inclòs). Carta de bufet lliure a les nits,
cap de setmana i festius. Beguda a part.

12 KORYO ASIAN CUSINE

c. Reus, 4
93 212 31 39
www.facebook.com/koryobarcelona

Cuina de plats casolans coreans i japonesos, en un res-
taurant petit i acollidor.
Plats elaborats amb els millors productes.
Menú de migdia de dimarts a divendres, i obert el dis-
sabte i el diumenge.

13 AL PASSATORE PIZZERIA RISTORANTE ITALIANO

c. Santaló, 125
934 618 338
www.milisa.com

Amb més de 20 anys d'experiència a Barcelona, ara tam-
bé a Sant Gervasi: pizza casolana al forn de llenya; pasta
fresca de la casa.

Menú diari: 10,50 €. Menjar per emportar.

14 SILVESTRE RESTAURANT

c. Santaló, 101
93 241 40 31
www.restaurantsilvestre.com

Amb més de 14 anys a Sant Gervasi, el Silvestre ofereix
un ampli repertori gastronòmic basat en la cuina de
mercat, feta amb carinyo, com a casa. Reservats des de
4 persones fins a 30.
Menú diari de 25 € , amb beguda i IVA inclòs
NOVETAT: Degustació de tota la nostra carta en platets!
Us hi esperem!

15 LA BODEGA

pl. Molina, 2
93 237 84 34 / 93 217 71 85
www.labodegapmolina.com
reservas@labodegapmolina.com

Amb més de trenta anys com a restaurant de referència
a Sant Gervasi, La Bodega ofereix una impecable cuina
de mercat tradicional amb el millor producte. Hi podràs
gaudir dels suggeriments gastronòmics del dia mitjan-
çant una original desfilada. Obert de dilluns a diumenge.
Diumenge nit tancat.
Fidels a la nostra cuina i línia de treball, ara també ens
trobaràs a Madrid:
c. Manuel de Falla, 5
91 344 06 16.

16 VIA VENETO

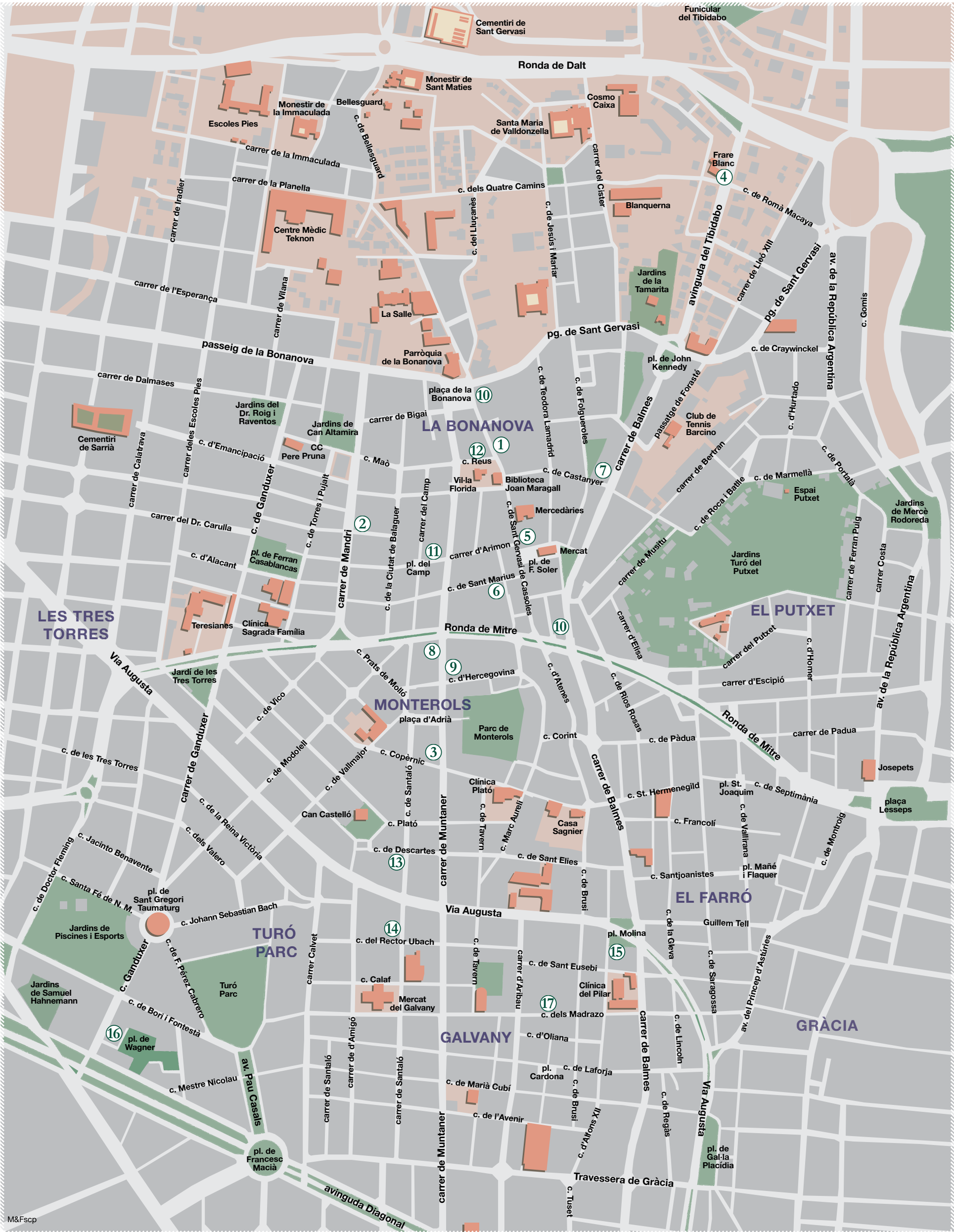
c. Ganduxer, 10
93 200 72 24
www.viavenetorestaurant.com
twitter.com/viavenetobcn
facebook.com/pages/Via-Veneto-Restaurant-Barcelo-
na/134614313413589?ref=hl
www.pinterest.com/restviaveneto

Via Veneto és des de l'any 1967 un dels restaurants més
emblemàtics de Barcelona. La cuina i el servei, de primer
nivell, han estat reconeguts amb una estrella Michelin, i
els tres “soles” a la guia Repsol (només 20 restaurants en
tota Espanya tenen aquesta distinció).
Restaurant cosmopolita i confortable amb decoració
“Belle Époque” i d'estil Modernista.
Cuina de mercat inspirada en els productes i les prepa-
racions catalanes actualitzades.

17 BORSALINO TRATTORIA

c. Madrazo, 68-70
647 322 799
www.borsalino.cat
reservas@borsalino.cat

Borsalino neix de la idea de crear un restaurant en el
que cada visita sigui una nova experiència, tant des del
punt de vista gastronòmic, com pels diversos ambients
del local.
Vine a provar de la mà del xef Salvador Galvez i el
maître Enric Hidalgo, el menú i la nostra carta.



comerç de proximitat

La Mostra de Tardor

Lliurament del premi:
‘Vols Guanyar 500 € ?’



Barnavasi i l'entitat Agrupació han portat a terme durant setembre i octubre una acció promocional conjunta anomenada, ‘Vols Guanyar 500 € ?’ Les botigues participants, associades a Barnavasi a la zona de Sant Gervasi - La Bonanova, han ofert als seus clients unes butlletes per participar en la promoció i optar mitjançant un sorteig, que es va fer el passat 15 d'octubre a la seu de l'Agrupació, a guanyar 500 € en xecs regal per a bescanviar a les botigues que varen participar distribuint la promoció.

Amb totes les butlletes recollides de les botigues, es va extreure la guanyadora. Era la butlleta de la senyora Irene Rodríguez, dipositada a la botiga Llenceria Dolors Codina del carrer Sant Gervasi de Cassoles. Dels 500 € del premi, la guanyadora es te gastar 100 € com a mínim en la botiga on es va dipositar la butlleta. La resta del premi ho podrà fer en les altres botigues participants.

El passat dia 29 d'octubre es va fer el lliurament oficial del premi a les instal·lacions de l'Agrupació al carrer Muntaner, 545 amb el director de l'oficina de l'Agrupació, Oriol Aguilera, i el president de Barnavasi, Salvador Albuixech.



Imatges de la Mostra de Tardor del 17 d'octubre; vista de la plaça de Joaquim Folguera on hi havia les paradetes i s'hi va fer la pollastrada. A la plaça de Frederic Soler hi havia els jocs infantils, la pintada d'un cotxe en motiu del Dia de la Mobilitat Sostenible i, al vespre, la ballada de country amb la Llar Country Bonanova. A la nit, hi va haver l'actuació de 3 X Rumba i la flashmob dels venedors del Mercat que va obrir el Tast de Nit. La Mostra la van organitzar Barnavasi i el Mercat de Sant Gervasi.



Li doneu voltes a què necessiteu de l'assegurança mèdica?



DES DE
38,50€
COMPLETMEDIC
MOMENTS EN CAMPANYA

completmedic
Visites, especialistes i
hospitals, sense esperes
ni tràmits

DES DE
27,50€
CLINIMEDIC
MOMENTS EN CAMPANYA

clinimedic
Hospital i quiròfan
disponible quan ho
necessitis

agrupació
Assurances du Crédit Mutuel

TELÈFON PER MÉS INFORMACIÓ:
93 434 06 34
C/Muntaner, 545 Baixos

Bon dia
Barcelona

AVUI
COMENÇA
NADAL

ALS EIXOS COMERCIALS
DE BARCELONA

Fins al 30 de novembre

4.000 comerços de tota la ciutat,
t'ofereixen **descomptes** per les
teves compres i **xecs**.

Xecs de diners per gastar
de l'1 al 24 de **desembre**
en les teves compres de Nadal.

Durant tot l'any, els Eixos Comercials de Barcelona i tu, junts, donem vida a la ciutat

BARNAVASI

fundació
barcelona comerç

Am a col·laboració de:
Ajuntament de Barcelona
CCAM
Consorci de Comerç,
Arrendament i Turisme
de Catalunya
Generalitat de Catalunya

actualitat

Nedaa Alkhatib: viure en un país estranger

‘És difícil superar l’etiqueta de ser una víctima’

► **Jesús Mestre**

La Nedaa és d’una antiga família de Palestina, establerta fa segles a Jaf-fa, una ciutat del centre d’Israel i avui barri de Tel Aviv. Recorda les històries que la seva àvia, una dona molt liberal, mig kurda i mig palestina, explicava de la família quan vivia a aquesta antiga ciutat. Arran de la partició de Palestina el 1947 i de la guerra del 1948, la famí-lia va haver de traslladar-se a viure provisionalment fora de Jaffa; bona part van anar a Jordània però altres a Gaza, on fa més de 60 anys que hi viuen. La Nedaa va arribar a Catalu-nya l’any 2007 com a estudiant, i va anar a la Universitat de Girona per fer un màster sobre Economia social. Un cop acabats els estudis a finals del 2008, intentà tornar a casa de la fa-mília a Gaza, des d’Egipte, però ales-hores va començar la guerra de 2009 i no van deixar que entrés ni a Israel ni a Palestina. Va quedar en una situació d’indefini-ció legal: no podia renovar la residència com a estudiant a Espanya, ja que havia acabat els estudis, i per



altra banda era difícil que li concedis-sin l’asil, tot i que finalment, després de passar per la targeta groga, ho va aconseguir. Això li ha permès tornar a Espanya, viure a Girona i demanar la nacionalitat espanyola, cosa que, després de cinc anys encara no té. Els dies 22 i 23 d’octubre, Nedaa ha anat a Espacio Con Sentido per explicar la seva història en uns dinars-tertúlies organitzats per la Júlia i l’Ester perquè les seves “consentid@s” coneguin de primera mà que vol dir viure lluny de casa teva sense que això, ho hagis ele-



A l’esquerra, Nedaa Alkhatib. A sobre, imatge del dinar de les 26 Consentid@s a Espació Con Sentido.

git tu, sinó que t’hi ha portat una situació política. És una manera d’adonar-nos que significa el drama dels refugiats si-rians. Nedaa, sobre això, no entén l’ac-titud d’Europa que només s’ha com-promès a acollir 160.000 refugiats (tot i que a hores d’ara només un miler han aconseguit regularitzar la seva situació), mentre que als països veïns, Turquia, Lí-ban, Jordània i Iraq, molt més pobres i insegurs que els europeus, han acollit a milions de sirians. També adverteix que la gran majoria de sirians que actual-ment vagabunden pels camins d’Eu-

ropa, són gent amb estudis, molt prepa-rats i amb professions especialitzades. Fins fa poc no se’ls havia ocorregut que haurien de deixar la seva casa i totes les pertinences materials i sentimentals. Demana, doncs, una mica més de com-prensió i compromís davant d’aquesta situació d’emergència. Nedaa explica com ha refet la vida a Catalunya. Però ha estat dur: encara no ha pogut tornar a Palestina i només ha vist la família en visites ocasionals que li han fet a Girona. No ha pogut anar ni a l’enterrament de la seva estimada àvia ni al casament del seu germà. Ex-plica que el més difícil de tot és superar l’etiqueta de víctima que la gent t’atri-bueix i que sembla que et protegeix. Però no et deixa viure. Fins que no ets capaç de superar que estàs esperant que t’ajudin, no pots refer la teva vida i buscar quin és el teu camí. Ella va fer un altre màster, aquesta vegada en re-cursos humans, i ara, després de pas-sar sis mesos a Dubai treballant, està muntant una agència de viatges. Ja no és una asilada, és una emprenedora.

PSICO 2, PSICOLOGIA I PSICOPEDAGOGIA

L’aprenentatge actual a l’escola

Estudiar, fer deures i treballs són segura-ment paraules que ens vénen a la ment quan pensem amb l’escola. Actualment, però, *netbooks*, *ipads*, *moodles* o pissarres digitals, són altres noms que ja ens sonen familiars perquè formen part del dia a dia dels nostres fills i filles. Molts pedagogs, entre d’altres, investiguen la manera més idònia de millorar el rendiment acadèmic dels nens i nenes. En aquesta evolució constant que viuen les escoles, la percep-ció de les necessitats de l’alumne també va canviant i, actualment, es busca una atenció més individualitzada, acord amb les dificultats de cada nen i nena. Aquesta sensibilitat cap a la diversitat fa que, avui en dia, molts dels fracassos escolars es puguin i s’estiguin evitant. Per això és im-portant una atenció especialitzada, un bon acompanyament i, quan és necessari, un diagnòstic adequat. I és que algunes vegades hi ha problemes específics que poden obstaculitzar els apre-nentatges. En aquests casos la detecció primerenca d’aquests problemes permet una ràpida actuació i, no només podem aconseguir una millora del rendiment aca-dèmic, sinó que també pot ajudar a pre-veure de possibles problemes emocionals secundaris. Aquestes dificultats en els aprenentatges tenen una base neurobiològica que afecten a un o més dels processos psicològics bà-sics, la qual provoca que els nens amb una

intel·ligència dins d la mitjana no segueixin els aprenentatges d’una manera normalitza-da i, així, no obtenen els resultats esperats. Els problemes més comuns són la dislèxia (dificultats en l’aprenentatge de la lectu-ra i l’escriptura), la discalcúlia (dificultats per realitzar operacions de càlcul i aritmè-tiques), la disgrafia (en aquesta ocasió, els problemes es presenten a l’hora d’escriure), la disortografia (quan aplicar les regles or-togràfiques és problemàtic o impossible) i, també, tot i que no és específic de l’àmbit de l’aprenentatge, el Trastorn per Dèficit d’Atenció amb Hiperactivitat (TDAH), que també presenta un elevat percentatge de fracàs escolar. L’atenció a la diversitat i l’ús adequat de la tecnologia segueixen formant part del de-bat educatiu actual. Treure el màxim profit d’aquestes eines pot facilitar l’adaptació individualitzada dels infants dins del món educatiu. Però això no exclou la necessitat de tenir uns bons hàbits d’estudi, ja que també són la base per aconseguir l’èxit es-perat. Des de casa i des de l’escola s’han de promoure i treballar aquests hàbits, ja que aporten a l’alumne autonomia, inde-pendència, seguretat i confiança a nivell personal.





psicologia i psicopedagogia
www.psico2.com

PRIMERA VISITA GRATUÏTA

· Teràpia d’adults

· Teràpia de parella

· Acompanyament en el divorci

· Teràpia On-line

· Consulta jove (18 a 23a, Preus especials)

· Orientació professional

· Teràpia infantil

· Reeducacions (dislèxia, TDAH, dificultats de lectoescriptura, discalcúlia, dificultats d’atenció)

· Diagnòstics Psicopedagògics

· Pautes a pares

TELÈFONS
660 899 997
606 65 12 88

SEGUEIX-NOS


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 in-teligencia innata que es la esencia de la vida. Sin estar consciente de ello esta inteligencia innata, de manera perfecta y constante, coordina nue-stro mundo interno: el latir de nuestro corazón, nuestra respiración, nuestra digestión, pero so-bre todo se encarga de mantener el estado de Equilibrio de nuestro cuerpo. El Sistema nervioso es la red de comunica-ciones que emplea la inteligencia innata para informar, coordinar y regular todas las acti-vidades de nuestro organismo. La Columna Vertebral consta de 24 vértebras y es la estruc-tura 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 ar-mónico 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 ma-nera 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 tra-vés 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 lograras mi-nimizar 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? Ánimate, ¡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 carác-ter 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 ti-tulaciones 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.



Costaneres 4-6 · 08022 Barcelona · T 93 328 33 82
www.equilibriumquiropRACTIC.es | @equilibriumquiropRACTIC

CENTURY 21 ALPHA

Li vull regalar el meu pis al fill...



► **Josep Barcelona**
Aquest, que convé més donar o vendre el pis al fill, és un dels eterns dubtes fiscals, ja que no hi ha una resposta única per a tot l'Estat, sinó que depèn de diversos factors. Són moltes les variables que intervenen per saber si surt més a compte donar o vendre un pis, entre elles: el preu de l'habitatge, els impostos que graven cada operació, la comu-nitat autònoma de residència, de l'edat dels receptors, si és habitatge habitual o no, etc.

Donar en vida o vendre

► **Impostos que paguen els pares en cas de donació:** han d'assumir l'IRPF corresponent al guany patrimonial, ja que les donacions tribu-ten a la Declaració de la Renda dels donants, però no en la dels receptors. La donació pot produir pèrdues o guanys, cosa que es cal-cula comparant el que va costar l'habitatge quan es va adquirir i el que val quan es dona. Impostos que paguen els fills en cas de do-nació: hauran de fer-se càrrec de l'impost de plusvàlua municipal, i de l'impost de Succes-sions i Donacions, que depèn de cada comu-nitat autònoma on hi ha grans diferències.

► **Impostos que paguen els pares en cas de compravenda:** els pares han d'assumir exactament els mateixos impostos que en el cas de les donacions: l'IRPF i l'impost de la plusvàlua municipal.

► **Impostos que paguen els fills en cas de compravenda:** com en qualsevol compraven-da d'un habitatge de segona mà, els fills han d'abonar l'Impost de Transmissions Patrimo-nials (ITP), un impost que també depèn de les comunitats autònomes i per al qual també hi ha grans diferències entre elles.

Compte amb les decisions que es prenen
Quan el càlcul fiscal revela que surt més a compte vendre que donar, moltes famílies tenen la temptació de camuflar una donació com una venda simbòlica, per un import molt baix. Però comptel! Ha d'existir una transferèn-cia econòmica real de fills a pares i no pot ser una quantitat ridícula de la qual es desprengui aquesta estratègia, ja que Hisenda pot entendre que s'ha falsejat i imposar una sanció econò-mica, que per descomptat, no surt a compte. Recorda que qualsevol habitatge té un valor mínim a efectes fiscals. Aquest valor el calcula cada comunitat autònoma basant-se en pa-ràmetres com el valor cadastral de l'immoble. Si és una compravenda per la qual els pares faciliten el préstec als fills de manera privada, hauran de signar un document en el qual dei-xin constància de l'import prestat, els terminis de devolució i el tipus d'interès aplicat, que òbviament pot ser el 0%.

El mes vinent par-larem del cas de Catalunya.

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

jbarcelona@c21alpha.es

creixambtraça

Com trio una bona joguina pel fill?



S'acosten les festes de Nadal i amb elles la il·lusió dels nens i nenes per rebre jo-guines i regals. Francesco Tonucci, pedagog italià espe-cialitzat en educació infantil, va dir que els nens aprenen molt més jugant que estu-diant, fent que mirant. El joc que fan sols, sense el control dels adults, és la mane-ra cultural més alta que toca un infant. Els nens que han pogut jugar bé i durant molt de temps seran adults millors.

Si el joc per tant és la feina dels infants i les jo-guines són les seves eines, posem cura a l'hora de triar joguines que els permetin viure experi-ències plaents i enriquidores en si mateixes. És a dir, joguines amb les quals l'infant desenvol-upi la seva creativitat, imaginació, socialitza-ció, cooperació i les seves pròpies habilitats. Recopilant idees d'aquí i d'allà n'extraïem les que per a nosaltres són imprescindibles per a fer una bona tria:

► La joguina ha de ser de l'interès de l'infant d'acord als seus gustos, edat, personalitat. No ha de ser ni tan simple que l'avoreixi, ni tan complicada que no l'entengui.

► La joguina ha de ser estimulante i versàtil, que no ho doni tot fet, sinó que sigui sug-geridora i deixi espai a la capacitat d'inven-ció de l'infant. Les joguines altament sofis-

ticades poden ser espectaculars a primera vista i deixar bocabadats als infants, però ens hem de fixar si estimula els sentits, la seva creativitat i la imaginació, si promou l'activitat física, la interacció social...

► La joguina ha de ser segura, sòlida, ben ideada i dissenyada, perquè tot i el pas del temps, segueixi entretenint l'infant. Si és bo-nica i inculca el gust estètic és converteix en un estimul plaent per als sentits, cosa que mil-lorà l'experiència de joc. Per exemple, una joguina de fusta té molt més pes i presència en el joc, connecta més amb la natura, el nen l'ha d'agafar amb més consciència i fermesa, estimula la motricitat de les mans...

► La joguina si és de qualitat ens ajuda a prioritzar davant de la quantitat perquè de vegades és més cara. Tenir moltes joguines inutilitzades pot dificultar que l'infant aprengui a valorar les coses. I a més, el seu ex-cés, convida més a la dispersió que a la concentració.

I finalment us suggerim que jugueu amb els vostres fills i filles tant com pugueu. Apren-dreu molt més sobre el que pensen i senten, i aquests moments constituïràn un record que us acompanyarà sempre. **Vosaltres sou la millor joguina que els vostres in-fants puguin tenir.**

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



C/Alacant, 30 - 32 - 08022
BCN - Tel. 93 254 67 66
info@creixambtraça.com
www.creixambtraça.com

creixambtraça
DESENVOLUPAMENT INFANTIL I ACOMPANYAMENT FAMILIAR

abans i ara

El convent dels franciscans de Santaló

► **Fotografia: Javier Sardá; text: Jesús Mestre**
Vistes del convent dels franciscans del carrer Santaló, amb més d'un segle de diferència. La fotografia antiga és de 1912 i s'enfoca en l'església conventual de la cantonada de Santaló amb el carrer Calaf. L'església sobresurt per sobre del convent i altres dependències, com l'entrada a l'hort que s'intueix a la part posterior. La fotografia sembla mostrar que es feien obres en el paviment del carrer Calaf. Aquest convent va ser atacat l'any 1909, durant els fets de la Setmana Tràgica. El juliol de 1936, en esclatar la Guerra Civil espanyola, l'església i el convent van ser atacats de nou i parcialment incendiats. L'any 1948 es van començar les obres del nou convent, que ja estava construït el 1952, amb la façana principal a Santaló, a l'esquerra de l'antiga església. Aquesta es va mantenir fins als anys setanta, quan es va refer. Hi ha molt pocs elements de continuïtat en aquest indret segons podem comprovar en la fotografia. De fet, l'únic element que es pot constatar és la part baixa del mur de l'església conventual que dona al carrer Calaf, amb la porta d'accés principal. La resta s'ha transformat del tot: els dos temples són ben diferents i en comptes dels edificis de dues plantes del convent vell s'entreveu, darrere els arbres, el nou edifici de sis plantes. També hi ha darrere l'església, una torre que es va salvar de l'atac durant la guerra.



Fotografia: Javier Sardá

Ganell**las**

JOIES-RELOTGES-PLATA-REGALS-COMPLEMENTS

AV. PAU CASALS, 20 - 08021 BARCELONA

LIQUIDACIÓ TOTAL! PER JUBILACIÓ

AVANÇA LES TEVES COMPRES de NADAL

Aceptamos sus viejas Joyas de Oro para modernizarlas o a cambio de modelos nuevos

L/V 10-14h i 16:30-20h (3pk zona) **T. 93 200 87 87**

FISI BCN

FISIOTECHNOLOGY

TRACTAMENTS

- FISIOBCN** és un CENTRE únic i exclusiu a tota Barcelona, especialitzat en fisioteràpia integral i osteopatia, en el marc d'un nou concepte: la "Fisiotecnology" que és una fusió entre la més avançada tecnologia i la fisioteràpia actual.

Quan pateixes una lesió o molèstia muscular no rendeixes al 100%. Tant és que sigui per practicar l'esport que més t'agrada o com a conseqüència de la teva activitat diària. **Quant temps portes arrossegant una lesió?**
- Fisioteràpia
 - Fisioteràpia domiciliaria
 - Osteopatia
 - Fisioteràpia traumatològica
 - Fisioteràpia esportiva
 - Fisioteràpia neurològica
 - Fisioteràpia postquirúrgica
 - Fisioteràpia periquirúrgica
 - Fisioteràpia del sol pèlvic
 - Flexibilització-estiraments
 - Massatge terapèutic
 - Reducció de la propiocepció
 - Potenciació muscular
 - Fisioteràpia pediàtrica

A Fisiobcn podem accelerar la teva recuperació amb la Fisiotecnology, la perfecta combinació de sessions individuals personalitzades i la més avançada tecnologia en fisioteràpia i osteopatia, tot en un únic espai a Barcelona.



Physium Multitherapy



AlterG



Tergumed 700



Imoove 200



Gyrotonic

Oferim al públic en general, la tecnologia que utilitzen esportistes d'elit com:
Xavi Alonso, Andrés Iniesta, Rafa Nadal, Pau Gasol i Kobe Bryant.

Practica l'esport que més t'agrada amb les màximes garanties. Evita lesions amb el nostre exclusiu protocol de preparació per l'esquí. Vine i prova-ho també per només **35€** en la primera sessió.

Fins desembre un 30% de dte. en la primera sessió per nous clients. Ara per només 35€!

I si ja ets pacient i portes a un amic o familiar tindreu un 20% de dte. per tots dos! (més informació sobre aquesta promoció a secretaria del centre)

Visita'ns 93 217 86 55

Guillem Tell, 51 fysiobcn@fysiobcn.eu
08006 Barcelona fisio www.fysiobcn.eu
Segueix-nos



explorar el jardí

Els jardins del Turó del Putxet

► **Maria Josep Tort**
Situats en el barri del Putxet entre els carrers Manacor, Ferran i Puig i Marmellà i amb una superfície de gairebé 4 hectàrees, els jardins entapissen la part superior del turó del Putxet de 178 m d'alçada sobre el nivell del mar i, constitueixen per tant, un mirador excepcional als quatre vents sobre la ciutat de Barcelona i la mar Mediterrània. Els jardins pertanyien a l'antiga finca Torre Espanya del financer Rafael Morató i es van constituir com a parc públic el 1970 amb una superfície de 4 hectàrees; més tard, el 2011, es van ampliar amb una nova àrea verda adjacent d'1,2 hectàrees. A principis del segle XX part del turó del Putxet es va explotar com a pedrera i durant la Guerra Civil, la demanda de fusta per escalfar les llars de molts veïns va causar la desforestació d'una gran part de la seva massa forestal. Els jardins, projectats per l'arquitecte i paisatgista Josep Maria Casamor dibuixen una xarxa de camins de macadam de recorregut sinuós, amb escales i rampes per salvar el fort desnivell, petites placetes entranyables amb fonts i bancs per seure i altres plataformes més amples que inclouen jocs infantils, pistes de petanca i àrees de pícnic. El conjunt de la vegetació, molt ric en espècies autòctones, se situa entre camins dins de grans parterres atalussats, alguns dels quals es reforcen mitjançant grans blocs de rocalla. Des de l'entrada principal del carrer Manacor, podem observar la gran densitat d'espècies arbustives i arbòries que hi habiten i a mesura que enfilem pels camins i drecceres cap a la part més elevada del parc, anem captant les aromes de flors i plantes que desprenen flaïres deliciosos. La vegetació arbòria comprèn pins blancs i pinyoners, cedres, alzines, oliveres, tipuanes arbres de l'amor, acàcies etc. El sotabosc i les tanques vegetals que voregen els camins contenen espècies arbustives molt freqüents de la flora mediterrània com els baladres, els romanís, les heures, els llentiscles, l'arboç, els margallons o el marfull. El resultat d'aquest conjunt d'espècies, dibuixa en molts indrets, un jardí d'estil paisatgista que s'apropa a un bosc

Garsa

► **Enric Capdevila**
La Garsa (*Pica pica*) és un ocell vistós de la família dels còrvids. Inconfusible per la seva mida, de gairebé mig metre des del bec fins a la llarga cua, i el seu color, blanc al ventre i ales, i negre a la resta del cos. Quan s'ajunten unes quantes són sorolloses i descarades, emetent el seu cant aspre i ronc "txac-txac-txac" que recorda un carrau o carraca. Acostumada als humans, cada cop és més comuna als hàbitats urbans. S'aparellen per tota la vida i fan el niu aprofitant les forquilles que fan les branques d'arbres o matolls, i ponen uns 6 ous de mitjana. Mengen de tot: insectes, ratolins, sargantanes, ous d'altres ocells, llavors, restes d'animals morts i altres restes orgàniques dels abocadors. Tenen mala fama, se les ha associades a la bruixeria i se les considera que porten mal averany, i pel fet d'aportar materials brillants als nius se les considera unes lladres espavilades (d'aquí el robatori de les joies de la Castafiore del Tintin).

La dita: *Donar garsa per perdreu (enganyar amb pit-jor qualitat).*





A - Vista des de mig aire del turó, **B** - Conjunt de palmeres, **C** - Vistes de rampes, **D** - Drago cedit per un veí del barri, **E** - L'olivera més antiga dels jardins.

Llegenda del plànol:
1 - iuques i palmeres, **2** - til·lers, **3** - ullastres, **4** - plataners, **5** pinedes de pi pinyoner, **6** - cedres, **7** oliverot centenari, **8** - drago



Fotografies: M. Josep Tort

mediterrani domesticat i en altres zones, la presència d'espècies ornamentals com les palmeres, les iuques o els xiprers ens suggereix un jardí de caràcter més exòtic.

L'oliverot (*Olea europaea, spp sylvestris*)
Al costat de la caseta dels jardiners trobem, possiblement l'arbre més vell dels jardins del Putxet. Es tracta d'una olivera silvestre que creix sobre un marge forca elevat des d'on desplega el seu domini sobre l'entrada principal. Té una capçada gran, enlairada i força arrodonida que reposa sobre un tronc amb història, retorçat i clivellat pel pas del temps. Un exemplar digne de veure.

Les iuques (*Yucca*)
A l'entrada principal del carrer Manacor podem contemplar diferents conjunts de iuques que creixen ufanes als vessants més assolats del parc. Són un gènere de plantes oriündes de les parts més càlides del continent americà i de les Antilles que s'utilitzen habitualment com a plantes ornamentals en els parcs i jardins de moltes ciutats del món, gràcies a la seva resistència a la sequera. Són plantes suculent que emmagatzemen aigua, amb fulles perennes i dures que creixen a l'extrem d'una tija. Les flors, de color blanc, s'agrupen en

inflorescències o raïms penjants que s'enfilen des del centre de la planta. Comprenen unes 40 espècies diferents.

El drago (*Dracaena draco*)
A l'entrada principal del jardí, al carrer Manacor, trobem un petit exemplar de drago, d'1,5m d'alçada que el va cedir un veí del barri del Putxet. Es tracta d'una espècie exòtica, autòctona de l'oest del Marroc i dels arxipèlags de les Açores, Madeira, Canàries i Cap verd que té un interès molt especial perquè és símbol de l'illa de Tenerife (el drago mil·lenari d'Icod de los Vinos) i presenta tanmateix unes característiques molt singulars que el fan únic. És una planta de creixement molt lent amb aspecte d'arbre però realment no ho és, ja que no té parts llenyoses ni anells de creixement. Està envoltada de llegendes i misteris, fruit de les seves propietats medicinals i sobretot del color únic de la seva saba que es torna vermella en contacte amb l'aire. "La sang del dragó", àmpliament utilitzada pels aborígens i també pels grecs i els romans. A partir del segle XV l'exportació massiva de saba de Drago cap a Europa va reduir ostensiblement la població d'aquesta espècie. Avui és una planta protegida.

Maria Josep Tort és biòloga i especialista en arbres singulars

Una vida a Sant Gervasi

Maria Montserrat Serrallonga Sivilla presenta les seves memòries

► **Elena Bulet**
Les memòries *Una vida a Sant Gervasi* ens expliquen les vivències d'una gran dona, activa, forta i sobretot optimista. L'obra es va presentar oficialment el dijous 22 d'octubre a la Llibreria Troa Garbí. Aquest acte va comptar amb la intervenció de Dolors Massot i de la Montserrat, l'autora del llibre. L'ambient d'aquell vespre a dos quarts de vuit era càlid. La llibreria lluia alegre, tota plena de cadires on la gent xerrava, reia i esperava amb excitació que comencés l'acte. De sobte, els espectadors fan silenci. La periodista Dolors Massot inicia la presentació, tot fent quatre pinzellades sobre el llibre. Les seves paraules destaquen en la mesura justa els aspectes curiosos de l'obra, però reserven encara un munt d'experiències per als lectors.

Maria Montserrat Serrallonga i Sivilla és una filla del barri de Sarrià-Sant Gervasi, que va néixer al carrer Amigó i que ha viscut durant gairebé tota la seva vida al carrer dels Madrazo. Actualment encara viu en aquest pis, una llar plena de records familiars, alguns dels quals es troben al llibre. La Montserrat es va llicenciar en Dret i en Ciències Polítiques, i és militant d'Unió Democràtica de Catalunya. Tot això la portarà a treballar durant anys al Parlament. També forma part de l'Associació de Dones Juristes i ha viatjat per tot el món defensant els drets de les dones. Una vida a Sant Gervasi fa sorgir records i vivències dels mateixos lectors, els transporta a la Catalunya del segle XX i a l'època de la Guerra Civil. L'autora descriu com era el barri durant la seva infantesa. Explica, entre altres anècdotes, que al carrer dels Madrazo hi havia una vaqueria o que cada matí se sentia la trompeta de l'escombriaire, que passava a recollir les bosses. Fins i tot havia arribat a tenir una a casa, ja que per Nadal la



A la fotografia de l'esquerra, Montserrat Serrallonga, autora del llibre, i la periodista Dolors Massot que el va presentar. A la dreta, vista de la llibreria Troa Garbí on va tenir lloc la presentació.

gent regalava pollastres vius. Tot allò que l'autora relata va sovint acompanyat d'imatges. Aquestes fotografies, presents durant tot el llibre, ens permetran veure com ha evolucionat el barri i també ens ajudaran a entendre la vida de la Montserrat. Les memòries de l'autora estan plenes de cops amagats. Ningú s'imagina que la Montserrat sigui una gran fan dels esports, ni que durant la seva etapa universitària formés part d'un equip de bàsquet. Tampoc ningú espera que l'autora hagi fet diversos cims. I això no canvia amb el temps, perquè encara ara segueix fent esport: practica natació i fa gimnàstica a casa. Quan un acaba el llibre, se n'adona de com l'escriptora contempla la vida. Malgrat les desigualtats que ha patit per raó de gènere i les dificultats de la guerra, la seva religiositat i la seva fe han fet que tingui una visió molt positiva de la vida. Podriem dir que la Montserrat s'ha dedicat a trencar esquemes. És una dona soltera, però sempre ha tingut una vida molt activa. En la presentació, així ho demostrava: "penso que he donat guerra a la vida i vull seguir així". L'obra des-

taca per l'optimisme, la naturalitat i la senzillesa que desprèn. L'autora recomana que tothom escrigui unes memòries, ja que serveixen per conservar la memòria històrica i perquè els nostres descendents coneguin com es vivia abans. Però el que la va fer posar-se a escriure l'obra va ser una targeta groga. Així ho explicava a la presentació. Quan l'any 2008 va patir un infart, la Montserrat va sentir que Déu li havia ensenyat targeta groga, que havia de deixar escrit el que havia fet. L'obra és tot un viatge, des del 1933 fins a l'actualitat. Llegint-lo, ens posem a la pell de l'autora i vivim les mil i una experiències que han configurat la seva vida. Anirem a l'escola, ens graduarem a la Universitat en ple franquisme, viatjarem pel món i fins i tot anirem al Parlament. I fins aquí us explico. Si en voleu saber més, haureu de llegir les memòries. *Una vida a Sant Gervasi*, de Maria Montserrat Serrallonga Sivilla. Un recull de records que trobareu a la Llibreria Troa Garbí de Via Augusta, 9.

Elena Bulet és estudiant de periodisme

ELS ARBRES DEL TURÓ PARC



Fotografia: Pau Farràs



Fotografia: Jesus Mestre

La calor exagerada d'aquest estiu, sobretot durant els mesos de juny i juliol, ha fet estralls en els arbres del Turó Parc. A finals d'estiu van caure alguns dels grans pollancres que hi havia entorn de l'estany, i Parc i Jardins es va veure obligada a intervenir davant del perill que suposava la caiguda d'alguns d'aquests arbres. A les fotografies es pot veure la situació, preses aproximadament des del mateix lloc però amb un any de diferència (la de dalt, el novembre de 2014 i la de sota el novembre de 2015), es constata la desaparició de l'espectacular filera de pollancres. I no han estat els únics arbres que s'han hagut de tallar: també ha desaparegut el garrofer centenari que hi havia a l'entrada del carrer Pérez Cabrero, un arbre catalogat d'interès local, alguns plàtans de la part alta i alguns altres exemplars de la zona baixa del parc. Afortunadament ningú ha pres mal i s'ha iniciat el replantat de nous arbres.



Turó Parc

ASSOCIACIÓ DE COMERCIANTS I VEÏNS DEL TURÓ PARC

FES-TE SOCI UN MUNT D'AVANTATGES

Av. Diagonal, 640 / 08017 BARCELONA
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](https://www.facebook.com/TuroPark.barcelona)

ACTIVITATS

NOVEMBRE

DIMARTS 24 A LES 17 H
Festa dels Aniversari : 80, 90 i 95 anys, amb una ballada de les alumnes de country. Cal apuntar-se a Secretaria
Casal Sant Ildefons
Marià Cubí, 111, tel. 93 200 75 15
csantildefons@gmail.com

DIMECRES 25, A LES 17:30 H
Celebració dels 35 anys de la Llar, i felicitació als socis i sòcies que aquest any han complert o compleixen els 80, 90 o 100 anys.
Llar Mossèn Lluís Vidal
Bigai, 12

DIMECRES 25, A LES 18 H
Xerrada sobre la **Històries del Nadal**, amb el nostre soci Ignasi Carbonell.
Esplai Bonanova
Muntaner, 441 baixos, tel. 93 201 88 06
esplaiBonanova1@gmail.com

DESEMBRE

DIMECRES 2, A LES 17:30 H
Commemoració dels **750 anys de naixement de Ramón Muntaner**, cronista i aventurer, soldat i diplomàtic, amb N. Pugès, M. Franquet i J. Busquets.
Llar Mossèn Lluís Vidal

DEL 3 AL 31 DE DESEMBRE
Les formes del nostre entorn, 15e Exposició dels tallers artístics de la gent gran del Districte Centre Cívic Pere Pruna

DIJOUS 10, A LES 17:30 H
Què és el document de voluntats anticipades?, amb Neus Fabregat, de l'Hospital Plató.
Casal de Can Castelló

DIMARTS 15, A LES 17:00 H
Xerrada d'Advent i Nadal, per Mn. Josep M. Jubany. La nostra Coral cantarà nades.
Casal Sant Ildefons

DIMARTS 15, A LES 11 H
Visita als **Pessebres de Barcelona**, amb el nostre soci Ignasi Carbonell.
Esplai Bonanova

Una història evocadora

Lliurament de premis del tercer certamen literari Can Castelló

► Roser Díaz Martín

És 22 d'octubre, quarts de set del vespre. Després de diversos mesos, els premis del Tercer certamen literari de Can Castelló, estan a punt. El tema "Una Història Evocadora", busca reviu moments i records del nostre barri, com a petites línies que des el sentiment dels veïns escriuen el llibre de la nostra memòria col·lectiva. Al primer pis, a la Sala Noble, com si dins d'una caps de tresors es tractés, les lletres s'amaguen sense conèixer ben bé quin serà el seu final. Un faristol buit espera, enyorant l'obra guanyadora, el piano callat, roman com un vigilant, encuriosit per l'emoció del moment.

A poc a poc, la gent arriba. Butaques de colors separen l'espai i una llum càlida entorna l'aire. Tot és a punt. La Patricia, directora de Can Castelló llegeix unes línies per agrair la participació als autors, la majoria d'ells avui entre nosaltres, després tots veiem el video que promocionava el concurs. Una sorpresa;



Fotografia: Roser Díaz Martín

A l'esquerra Josefina Coderch, i al seu costat Patricia Fabregas.

es va fer un joc de pistes, on es donaven idees per reconèixer quelcom dels llocs més amagats del barri: gàrgoles de la Casa Sagnier, jardins del Parc Montserols... Arriba l'hora de la veritat.

aquest dia, es posava el collaret de perles. Des del balcó, es veia, just davant, el Santuari de Sant Antoni de Pàdua i, a l'esquerra, el Mercat de Galvany. Sèiem al voltant d'una taula braser, coberta amb una roba de vellut verd i un tapet de ganxet, ben emmidonat i planxat; als braços i respatller de les butaques, hi havia macassars. Segons l'àvia, era una casa molt ben posada i feia molt de goig, però a mi no m'agradava ni la casa ni això d'anar de visita, sobretot perquè havia d'estar-me quieta, no tocar ni dir res. Elles feien busca-mulla amb carquinyolis i una copeta de vi dolç; a mi, em donaven llet amb galetes i jo feia que ni mirava ni escoltava, però no se m'escapava res. Estaven retirades, si bé la meua àvia deia que s'havien guanyat molt bé la vida perquè de joves havien treballat en una botiga molt important de flors de la

estructurat, ens parla de les ganes de viure d'una dóna de la mà de les classes de gimnàstica. Segon Premi "El silenci d'una nit a Sant Gervasi, anys 50 " de Pere Maragall. La seva obra ens transporta en el temps, no només cronològicament, si no sensitivament. El nexa espai temporal es tan dens que sembla que sentim fins i tot el silenci envoltat de la vida del nostre barri, aquelles nits serenes dels anys cinquanta.

família. Parlaven de les labors de punt de creu o mitja que estaven fent, però per a mi, la visita s'animava quan evocaven l'època en què, per la seva feina, decoraven els transatlàntics que anaven cap a Amèrica amb plantes a les escalinates, centres de flors, garlandes de colors... i també, dels vestits llargs i les pameles de les senyores i de l'elegància dels senyors que portaven canotier. Això sí que m'agradava! Em semblava una pel·lícula i em quedava embadalida. De tornada a casa, explicava a la meua germana aquestes històries i ens imaginàvem fer grans creuers arreu del món i una feina tan divertida com aquella. Amb el temps, el somni va quedar a treballar en una agència de viatges i regar els geranis del balcó de casa. Ara, no tinc balcó i les amigues no anem de visita, però m'ha quedat el costum de fer busca-mulla.

Fer busca-mulla

► Josefina Coderch

Quan jo era una nena, l'àvia vivia a casa. Vestida de negre, amb els cabells blancs recollits en un monyo i una manteleta a l'esquena per abrigar-se, semblava fràgil; però era una dóna d'empenta, molt guapa i elegant. Recordo que, sovint, l'acompanyava a casa d'unes amigues seves, que eren germanes, la Maria i la Teresa, conegudes des de la seva infantesa. Era el que dèiem anar de visita. Vivien al carrer Calaf de Barcelona, un barri distingit a la part alta de la ciutat, Sant Gervasi-Galvany. Pujàvem al primer pis d'una finca modernista, amb uns esgrafiats a la façana que decoraven el voltant dels balcons i les finestres. Ens esperaven a la porta ben mudades, com l'àvia que,

L'entorn familiar del malalt d'Alzheimer

L'impacte emocional en la família davant la malaltia és alt i tots els membres el reben

► Jaume Font

Sovint veiem notícies sobre la malaltia d'Alzheimer i les conseqüències per a les persones que la pateixen, però no tant sovint sentim a parlar respecte l'impacte a les famílies. El paper d'aquesta acostuma a quedar-se rere el teló de la malaltia i cal destacar que també pateix canvis per adaptar-se a la nova situació. Els primers canvis que apareixen en l'àmbit familiar són les funcions de cada membre. El membre que pateix la malaltia realitzava una sèrie de tasques que ara ja no les pot dur a terme, el malalt cada cop comença a necessitar més supervisió i comencen a aparèixer les primeres preguntes: Qui realitzarà a partir d'ara les tasques que ell/a feia? Hi haurà un cuidador o es repartirà la supervisió? Com oferim moments de descans al cuidador? Aquestes preguntes són comunes en tots els inicis i cal tenir present que les solucions faran variar el funcionament de la família. Qüestions tan importants que impliquen canvis en el dia a dia dels membres a vegades no es debaten obertament i passen de puntetes donant per suposat a qui li corresponen, i poden generar tensions i malentesos. Per una banda tensions ja que pot ser que algun membre no estigui d'acord i no hagi tingut l'oportunitat d'expres-



sar-se o simplement perquè no se l'hagi tingut en compte i no se sent part del procés. Per altra banda es poden crear malentesos perquè hi ha aspectes que, si no es debaten, poden quedar-se a l'aire, sense estar clar on comencen i acaben les funcions de cadascú. Això genera moments d'incertesa on ningú pren part de la situació ja que cada membre es pensa que el responsable n'és l'altre. La comunicació entre els membres juga un paper fonamental i tenir-ho present pot facilitar les situacions esmentades. De fet hi ha estudis que

destaquen els aspectes positius d'aquest procés, ja que en molts casos les col·laboracions que s'estableixen entre els membres ajuden a millorar vincles familiars, tot potenciant aspectes positius de la relació i ajudant d'aquesta manera a reduir els conflictes. I ja que parlem de comunicació, per què no parlar també de comunicació emocional? L'impacte emocional en la família davant la malaltia d'Alzheimer és alt i tots els membres el reben. Freqüentment ens trobem amb la càrrega individual d'aquestes

emocions, com si compartir-les no fos correcte. Cal destacar que són múltiples les emocions que ens inunden en el procés de la malaltia i algunes d'elles encontrades. Un exemple seria el desig d'ajudar el malalt i sentir-lo alhora com una càrrega per la quantitat de supervisió que necessita, cosa que ens fa pensar que l'emoció que sentim no és la que pertocaria i per tant encara ens costa més compartir-la. Per això cal remarcar que és normal sentir-les i poder compartir-les, ajuda a ser-ne més conscient i a integrar-les adequadament. Tot un conjunt d'orientacions que poden aportar un nou aire i posar atenció a aspectes que a vegades passen per alt, però que juguen un paper important en el benestar familiar.

Jaume Font és psicòleg

.....
Fundació Uszheimer
Centre de Dia i Unitat de Memòria
Passatge Forasté, 11-13, 08022 BCN
Tel.: 93 418 65 65
fundacio@fundaciuouszheimer.org
www.fundaciuouszheimer.org
<http://www.premisoletura.com>

Brain Wellness a Sarrià - Sant Gervasi

Entrena la ment, canvia la teva vida



MINDTRAINING



MINDFULNESS



Balmes 256, 08006 Barcelona · T. 935 477 180 · info@centrodenken.com · www.centrodenken.com

Paula Aharonian
ASESORA INMOBILIARIA

(+34) 608 906 629
paula.aharonian@remax.es
www.condal.remax.es

Magnífica casa en venta en Collserola. A cuatro vientos, de obra vista, con materiales nobles en plena naturaleza y a escasos minutos de comercios y servicios. Parcela de 521 m². 360 m² constuidos, 5 dormitorios, 2 baños, garage cerrado para 2 coches, jardín y terrazas. **Precio: 1.150.000€**



NADIE EN EL MUNDO VENDE MÁS PROPIEDADES QUE RE/MAX

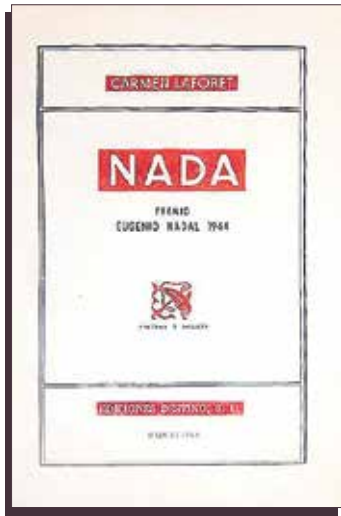
Tot i res

(*Nada*, de Carmen Laforet, 1919)

► **Marina Barraso**
La barcelonina Carmen Laforet va escriure *Nada* el 1944, quan només tenia 23 anys. De prosa innovadora, intimista i delicada, la novel·la va rebre el Premi Nadal el 1945 i ha esdevingut no només un referent en la literatura espanyola del segle XX, sinó també una contribució destacada a la *Gran novel·la de Barcelona*. *Nada* relata l'arribada de l'Andrea, una noia d'origen humil i rural, a la Barcelona de la postguerra, on iniciarà els seus estudis universitaris. Tot i que l'epicentre de la història es localitza fonamentalment en un pis petit i brut al carrer Aribau (a tocar de la Plaça Universitat), l'Andrea descobreix Barcelona a través de passejos i incursions al Raval, el barri Gòtic, l'Eixample i també, Sant Gervasi. *Atravesé Barcelona en un tranvía. Me acuerdo de que hacía una mañana maravillosa. Todos los jardines de la Bonanova estaban cargados de flores y su belleza apretaba mi espíritu demasiado cargado también. También a mí me parecía desbordar como desbordaban las lilas, las buganvillas, las madreelvas, por encima de las tapias.*¹ Immersa en un entorn opressiu, ple de por, violència i tristesa, la protagonista de la novel·la s'introdueix amb timidesa en el món del jovent universitari barceloní. És en aquest univers on l'Andrea coneix l'Ena, una estudiant de classe alta amb qui estableix una profunda amistat. De la mà de la seva amiga, l'Andrea explora una Barcelona diferent, esplendorosa, plena de possibilitats i noves oportunitats: la Bonanova. *Pons vivía en una casa espléndida al final de la calle Muntaner. Delante de la verja del jardín —tan ciudadano que las flores olián a cera y a cemento— vi una larga hilera de coches. El corazón me empezó a latir de una manera casi dolorosa. Sabía que unos minutos después habría de verme dentro de un mundo alegre e inconsciente. Un mundo que giraba sobre el sólido pedestal del dinero y de cuya optimista mirada me habían dado alguna idea las conversaciones de mis amigos.*¹

Però és també aquesta mateixa Barcelona, a vegades arrogant i altiva, qui farà sentir, a la protagonista, miserable, avergonyida i exclosa d'un món que creu que no li pertany. *El aire de fuera resultaba ardoroso. Me quedé sin saber qué hacer con la larga calle Muntaner bajando en declive delante de mí. Arriba, el cielo, casi negro de azul, se estaba volviendo pesado, amenazador aun, sin una nube. Había algo aterrador en la magnificencia clásica de aquel cielo aplastado sobre la calle silenciosa. Algo que me hacía sentirme pequeña y apretada entre fuerzas cósmicas como el héroe de una tragedia griega.*¹ Laforet, que va néixer i viure justament al carrer Aribau, retrata amb magistralitat la Barcelona asfixiant, famèlica i estancada de la postguerra. Amb uns ulls que podrien ser els propis, l'escriptora fa esclatar a *Nada* l'existencialisme en el seu estat més pur. Potser, s'insinua en la novel·la, cal resignar-se i acceptar que els camins de l'avenir estan ja determinats per uns estigmes i uns vestigis de difícil evanescència i forçós bagatge. *Unos seres nacen para vivir, otros para trabajar, otros para mirar la vida. Yo tenía un pequeño ruin papel de espectadora. Imposible salirme de él. Imposible libertarme.*¹ Potser.

1 *Nada*. Carmen Laforet. Editorial Destino, 1944



L'HOME DE MONTEROLS

Pompeu Gener als vestíbuls

► **Jordi Quer**
“Quan vinc a Sant Gervasi, percebo que, passada la Diagonal, alguna cosa canvia, la gent és diferent.” El Marc ha vingut des de l'Eixample. D'un temps ençà es dedica a investigar Pompeu Gener, un escriptor i filòsof de la Barcelona vuitcentista. Ens hem trobat a la Casa Usher, al carrer Santaló. L'Anna, que porta l'establiment amb dos companys, ens comenta que han tingut bona acollida al barri des que han obert. L'Anna és una vella coneguda. Fem una copa de vi. La Casa Usher és una de les noves llibreries que han sorgit a la ciutat. Disposen d'una sala amb uns ornaments modernistes magnífics. Al pati interior es fan presentacions i maridatges de vins. Després de cruspir-nos una hamburguesa al bar Marcel, passem pels carrers de Galvany. No és el primer cop que parlem de Pompeu Gener amb el Marc. El seu llibre més famós, molt influït pel positivisme, és *La mort i el diable*. Publicat originalment en francès, du el subtítol d'*Història i filosofia de les dues negacions supremes*. Una llum tènue brolla del vestíbul d'un edifici. Hi ha una làmpada sobre una tauleta, limitada per un sofà de pell. El Marc comenta que Gener va ser un dels introductors de Nietzsche al país. “La imatge pintoresca que ens ha arribat d'ell, vell i rodanxó, cofat amb un barret d'ala ampla i passejant pel carrer Petritxol, no fa justícia a la seva obra, molt avançada per la seva època i caracteritzada per un anticristianisme furibund.” Un home jove, amb americana i corbata, ve cap a nosaltres caminant a gran velocitat i parlant pel mòbil. Deixem enrere més vestíbuls d'edificis. Em fixo en la seva lluminositat, en la seva arquitectura, el seu mobiliari. Les taquilles buides on habiten els porters. Les portes que indiquen “Servicio”. La fusta que recobreix els cancells. Els espais que s'obren diàfans. Els vestíbuls de Sant Gervasi són confortables, però freds a la vegada. Fan pensar en la sala d'espera d'una consulta. Com



Pompeu Gener com a comte-duc d'Oliveres, aquarel·la de Carles Casagemas, de 1899, que es conserva al Museu Nacional d'Art de Catalunya (MNAC)

les que hi ha per aquests rodals. “No és fàcil estudiar Gener —continua el Marc—. Es veu que l'home copiava altres autors i cal conèixer la literatura de l'època en profunditat.” M'aturo davant la porta d'un edifici. M'imagino Gener entrant-hi amb el seu barret inconfusible, traspasant-ne el vestíbul per desaparèixer, lentament, en la fosca d'un passadís flanquejat per dues columnes dòriques.

Jordi Quer és escriptor

LA IL·LUSTRACIÓ: L'AVINGUDA DEL TIBIDABO



Il·lustració de Patricia Trujillo - Atelier de Sant Gervasi

Primer de novembre al cementiri de Sarrià

De puntetes, sense dir res, suaument, el passat ens envolta i tornem a la infantesa. Els vells temps avui són flors, I les melangies resen tènues oracions. Carrer de Pau Alcover, retirat del món, illa del cel. Darrere els murs de pedra, amagats, els dolors i el somnis ens colpegen l'ànima. A la plaça central, davant la capella, un quartet de corda interpreta una melodia dolça: Per un moment, les ànimes tornen a viure i el temps fugisser s'atura. Comunió de vida i mort. Els xiprers esmorteixen la llum del sol, i amb les llargues ombres, com a dits gegants, ens aixoplugen. Mentre, els nostres ressorgeixen embolcallats per la força dels records.

Roser Díaz Martín



Els crisantems, una flor originària del Japó, floreixen pels volts de Tot Sant i per aquest motiu se l'associa als cementiris.

CENTRE TERAPÈUTIC GINKO'S

El Chi Kung como terapia para mantener la salud y estimular la alegría de vivir



► **Mª Jesús Ruiz**
En las ciudades de China, a primera hora de la mañana, los parques se llenan de personas que hacen Tai Chi, Chi Kung, y otras actividades.

La práctica del Chi Kung con constancia nos aporta muchos beneficios: recuperamos hábitos posturales correctos, cuidamos la espalda, tonificamos los músculos y reforzamos los tendones. La combinación de la respiración, la concentración y el movimiento armonizan la energía de los órganos. Experimentamos una gran satisfacción cuando aprendemos a cuidarnos y logramos mantener una disciplina entre el cuerpo y la mente. Es importante dedicar unos minutos al día para detenerse y sentir cómo nos encontramos, vaciar la mente y así poder conectar con nuestro verdadero ser. Al alcanzar la calma y la serenidad, estamos despiertos, más atentos y más dispuestos a disfrutar del momento presente. En nuestras clases dedicamos un tiempo

a la meditación y la relajación. Así, permitimos que la práctica de Chi Kung se haga con plena conciencia, despertando lo que somos, realizando virtudes como la creatividad y el entusiasmo, y animándonos a asumir nuevos retos. Existe una multitud de ejercicios y formas de Chi Kung de distintas escuelas, pero el mayor beneficio de esta terapia solo se logra si la mente acompaña al ejercicio. Muchos de los alumnos que nos acompañan llevan años practicando. Algunos vinieron después de padecer una enfermedad importante, otros por problemas de espalda, exceso de estrés o, simplemente, para mantenerse en forma. La mayoría permanecen tiempo con nosotros, porque han recuperado calidad de vida y valoran la constancia de su trabajo interno.

Os animamos a que vengáis a probar una clase para vivir esta experiencia.

ginkgosbcn@gmail.com
Tel. 934 182 743



GINKGO'S
El camí de la salut

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

ginkgosbcn@gmail.com
www.ginkgosbcn.es



BIT INFORMÀTICA

Servei tècnic: Ordinadors, PC i Mac. Mòbil, Android i iOS. Xarxes locals i WiFi. Virus i protecció del sistema. Petites i mitjanes empreses, particulars. Classes i formació en programes i sistema.



Nicolás Barreiro Dupuy 638 180 187 / nicobd@gmail.com

REPARACIÓ

MANTENIMENT

ASSESSORAMENT

històries de Bellesguard

Sant Vicent Ferrer

Va destacar com a predicador i ho va fer en la seva llengua, en català

► **Esteban Galindo**
Després del darrer personatge històric que vam presentar, el Papa Luna, només resta un per identificar als més il·lustres dels assistents a la boda del rei Martí amb Margarida de Prades que es va celebrar a Bellesguard al setembre de l'any 1409. Es tracte del dominic Vicent Ferrer, potser un dels valencians més rellevants de la seva història. Va néixer a València l'any 1350, dins d'una família benestant que li va procurar una bona formació, especialment en teologia, primer a Barcelona i després a Tolosa de Llenguadoc. Gràcies a la seva oratòria i la seva tenacitat, va desenvolupar un gran projecte. El seu propòsit era salvar el món del pecat, purificar la vida cristiana, extirpar l'heretgia i la conversió dels infidels, missió que el va portar a dedicar pràcticament tota la seva vida a la predicació per Europa. Es destaca que ho va fer en la seva llengua, en català, i que gràcies a la seva capacitat de comunicació i el fet de fer servir un llenguatge popular i entenedor, va aconseguir un èxit rotund, possiblement un dels fenòmens de predicació més importants de la història de la cristiandat. Era tant impressionat el nombre de devots que el seguien i el fervor que

despertava, que durant els seus discursos per redreçar la conducta cristiana per salvar-la del desastre final, el poble creia veure batre les ales de l'Àngel de l'Apocalipsi, com el propi Vicent es denominava a si mateix, representat d'aquesta manera en el gravats dels segles XVII i XVIII. Tot aquest fervor popular s'ha d'entendre en un context social, polític i religiós complex, de canvi i transformació de l'Edat Mitjana cap a l'Edat Moderna, inserit en una crisi econòmica i demogràfica considerable, motivat per la pesta negra i el clima de guerres contínues dintre de l'anomenada Guerra dels Cents Anys, que va afectar pràcticament a tota Europa. Pel que fa als infidels, ell va respectar la seva condició diferent, especialment els jueus. No els exigia la conversió, però sí que els obligava a sentir els seus sermons per a convencer-los, atorgant-li la frase “no s'ha de matar als infidels amb l'espasa, sinó amb la paraula”. La seva fama i influència el va portar a ser reclamat pel Papa Luna, qui el va designar conseller i confessor personal. De fet, Vicent Ferrer va ser un tenaç defensor de Benet XIII durant el Cisma d'Occident, fins que finalment aquest va ser declarat heretge. També



Fotografia: Esteban Galindo, fresc de la Universitat Abat Oliva CEU

els monarques li confessaven admiració, especialment el rei Martí l'Humà. En assabentar-se a inicis de l'any 1409 que es trobava a Girona, li va enviar una carta per trobar-se amb ell. A mitjans de juny d'aquest any el mestre Vicent entrava a Barcelona i aquest mateix dia l'Humà va assistir al seu sermó a Sant Andreu del Palomar. Varen ser el mestre Vicent juntament amb Pere de Torrelles, els encarregats de portar la grata notícia al rei,

qui ja es trobava residint a Bellesguard, de la victòria de Martí el Jove a Sardenya, com també una mica més tard de la seva tràgica mort. A Barcelona era tal l'expectació que generaven els seus discursos que molta gent passava la nit al ras per gaudir dels millor llocs a l'endemà. En una carta de Martí a Pere de Torrelles, datada al juliol de 1409, el rei li explica que es trobava a Bellesguard, amb el mestre Vicent Ferrer qui li aconsellava en la tria de la que havia de ser la seva nova esposa i la boda. També a partir d'una carta de Margarida, sabem que el 23 de setembre de 1409, a Bellesguard, la reina escoltava el sermó del mestre Vicent durant la missa. El seu prestigi civil i eclesiàstic el va portar a actuar com a àrbitre en els assumptes més complicats del moment, tant al Cisma d'Occident com al Compromís de Casp, on ell va decantar la tria cap a Ferran d'Antequera. A l'abril de 1419, moria Vicent Ferrer a la població francesa de Vannes, lloc on es trobava predicant, a l'edat de seixanta-nou anys. Només trenta-cinc anys després, un altre Papa valencià, Calixt III, el va canonitzar.

Esteban Galindo, Equip de Recerca de Bellesguard

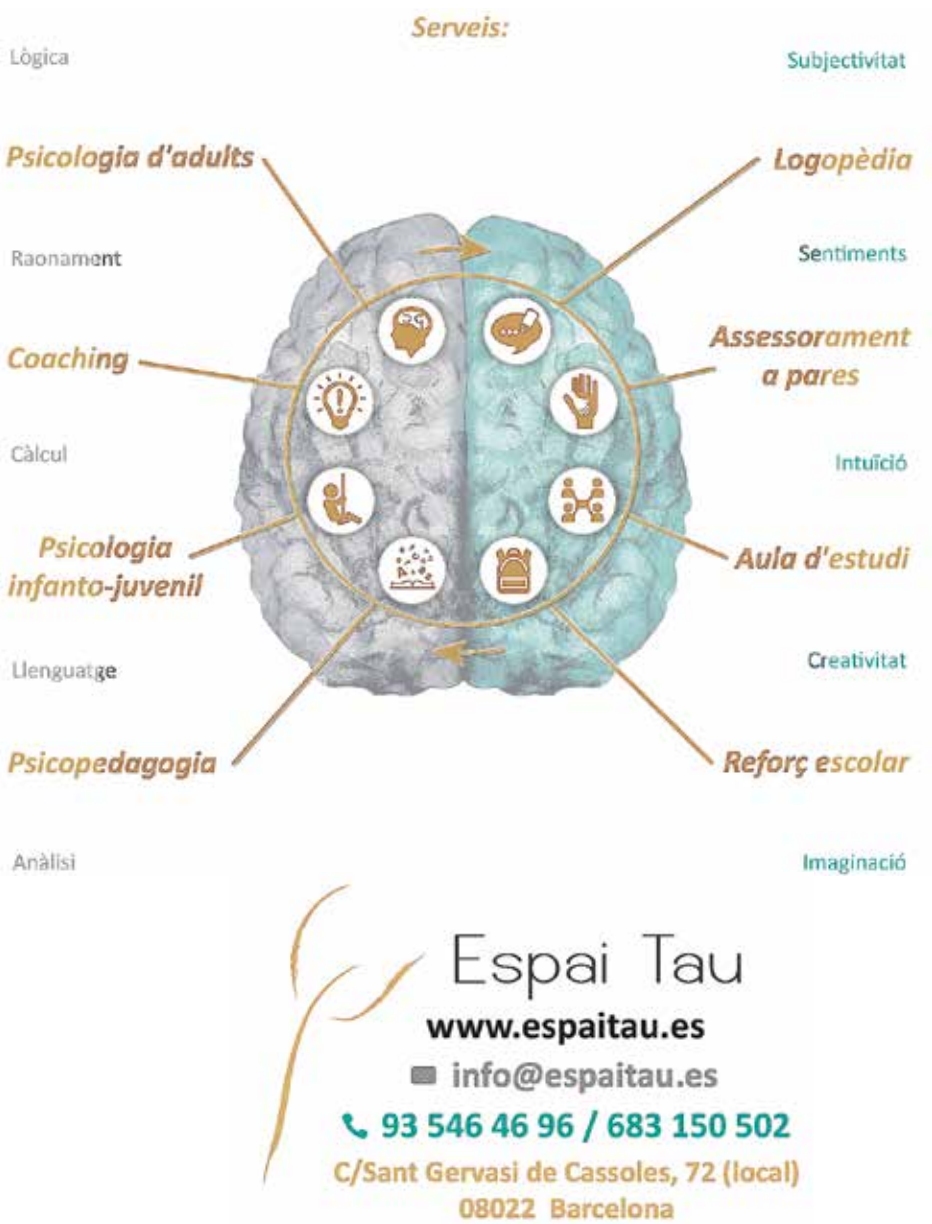
ESPACI TAU

Educació positiva

Què els ensenjem a través dels càstigs i premis?

Si el castiguem utilitzant la humiliació, aprendrà a resoldre els seus conflictes humil·lant. Si el castiguem amb crits, aprendrà a defensar-se cridant. La manera què els castiguem, ha de tenir congruència amb la manera en què desitgem educar-los. Existeixen però altres vies per reconduir la seva conducta...
► **I si no utilitzo el càstig... Com ho puc fer?**
► **Utilitza el reforç positiu**
Premiar-lo quan s'apropa a la conducta desitjada té molt més impacte que centrar-nos a penalitzar allò que no ha fet bé. Totes les persones necessitem reconeixement i paraules positives que ens reconfortin. Fes-lo sentir valuós i capaç.
► **Permet que experimenti les conseqüències naturals**
No hi ha millor càstig que experimentar les conseqüències naturals que esdevenen dels seus actes. Encara que li expliquis i l'adverteixis, la pròpia i personal experiència el convencerà i donarà motius de pes per actuar d'una manera diferent.
► **Quins tipus de premis he d'utilitzar?**
Quan parlem de premi, la primera imatge que ens ve al cap és la d'un regal. Tot i així, és més aconsellable utilitzar premis intangibles que reforcin el vincle entre pare i fill i fomentin la seva autoestima i autonomia:

ofereix-li el privilegi de triar quina pel·lícula veure, elogia'l o passa temps amb ell/a compartint una activitat del seu interès.
► **Imprescindibles dels càstigs i els reforços**
► **És fonamental que el càstig es respecti.** Si no el complim estarem ensenyant-li que, malgrat les amenaces, la seva mala conducta no tindrà conseqüències.
► **No hem de cedir** si utilitza un camí inapropiat per aconseguir allò que vol (crits, plors, amenaces, insults...). Si rondina i protesta perquè vol sortir-se'n amb la seva i després d'una estona cedim, li estarem ensenyant que per aconseguir allò que vol no és suficient amb protestar una mica, sinó que ho ha de fer amb insistència. Per tant, el dia vinent farà el mateix esperant el mateix resultat.
► **Els reforços no són només premis i elogis.** Si quan crida, plora o protesta entrem en el seu joc i cedim, perdem els nervis o responem, li estarem oferint allò que desitja. Per tant, estarem reforçant la seva conducta.
► **Un càstig mai pot implicar retirar-li l'afecte o posar en dubte que l'estimem.** El “No t'estimo” o “Ets dolent” no són sinònims de “No està bé el que has fet”.
► **És imprescindible que entengui el per què del càstig.** El càstig per imposició provoca que obeeixi per por a reprimendes, no per convenciment.



cuina de mercat



BATUT O ‘SMOOTHIE’ DE CARABASSA

Ingredients:
200 g de carabassa
1 caqui madur
1 magrana
1 grapat de dàtils ben remullats i sense pinyo

Elaboració:

Peleu i trieu tota la fruita i tritureu-la en una batedora, opcionalment s'hi pot afegir espècies al gust, com canyella o gingebre, o aigua per fer-ho més líquid.

Carabasses de la varietat Cucurbita moschata, molt adequades per cuinar.



Fotografia: George Chernilevsky

TRUITA DE CARABASSA, PATATA I POMA

Ingredients:
300 g de carabassa
3 patates
1 poma
4 ous
Oli, sal i pebre

Elaboració:

Talleu a daus la carabassa i les patates, i les fregiu en una paella, quan estigui cuit al gust, afegiu-hi la poma a daus, mentre que batem els ous amb la sal i el pebre, opcionalment també amb un rajolí de crema de llet. De la paella en traiem l'excés d'oli amb l'ajuda d'un colador, i ho barregem amb els ous batuts, i acabem fent la truita..

Mercat de Sant Gervasi

Menja bé, menja sa,
menja del nostre mercat!

AVIRAM

Aviram La Moreneta
Aviram i ous Marisa

BAR

Bar Cafeteria El Mercat

CANSALADERIES

Moniberic
Ginés i Loli

CARNISSERIES

Carnisseria Farran
Carnisseria Fernando
Carns Selectes Vicky

FRUITES I VERDURES

Fruites i verdures
Alcalà
Carles i Susi

Fruites i verd. Salcedo
La Selecta

LLEGUMS

Llegums Sumarroca

PASTA FRESCA

Farina Pasta Fresca

PEIXATERIES

Peix de platja César

Peix i marisc Ramon
Peix fresc Cesar 2
Peix de Platja Olivé

PESCA SALADA

La Bacallaneria de
Sant Gervasi

QUEVIURES

Alimentació Sant
Gervasi

pels petits de casa

Cançó

Marrameu torra castanyes a la voreta del foc; ja n'hi peta una als morros, ja tenim Marrameu mort.

Pica ben fort, pica ben fort, que piques fusta, pica ben fort.

La tardor és època de castanyes, moniatos i bolets. Segurament has celebrat la castanyada a l'escola i també amb la família i els amics. Potser vas fer panallets? Si en vas fer, recordes quins ingredients vas utilitzar? En aquesta època també trobem fruites molt especials. Si acompanyes els pares al mercat, fixa-t'hi!

Observa

> En aquest bosc hi ha més arbres de fulla perenne o més arbres de fulla caduca?

Avui al mercat he trobat:

1

2

3

4

5

A

E

I

O

U

Il·lustració: Gràcia Farràs Ribas

Mira les fruites tant per fora com per dins. Observa quines formes més boniques apareixen quan les tallem per la meitat.

> Relaciona els números de les fruites senceres amb les lletres de les fruites partides i completa el quadre.

1 i		=	M							
2 i		=	X							
3 i		=	C		Q					
4 i		=	M							
5 i		=	C				N	Y		

El Gervasi està trist!

El Gervasi està trist. El seu amic Pablo aquest any ja no ve a l'escola. Ha tornat a Calama, una ciutat de Xile, degut a la feina del seu pare.

Al Pablo, al Gervasi i al Guillem els agradava molt jugar junts. Patinaven o bé anaven amb bicicleta, jugaven a cartes i a jocs de sobretaula, a fet i amagar, a fer de detectius i fer boles de sorra fina al pati de l'escola. També els agradava dibuixar, explicar acudits, jugar a bàsquet i nedar. Molts cops es trobaven per fer els deures junts, i els divendres els pares els donaven permís per jugar amb la consola.

Els pares l'han animat a què quedi amb els amics i facin un vídeo xat amb l'ordinador per parlar amb el Pablo.

El Pablo els pot explicar moltes coses de la seva ciutat. A la classe, la tutora els ha proposat que cadascú li faci un dibuix i una carta. La Berta i el Gervasi seran els encarregats de recollir el material i preparar el paquet.

Això al Gervasi l'ha posat molt content, està segur que al Pablo li farà molta il·lusió rebre tantes cartes i dibuixos!

> Si el Gervasi fa el xat a les 4 de la tarda, quina hora serà a Calama? Tingues en compte que de Barcelona a Calama hi ha 4 hores de diferència, i pensa que el sol surt per l'est.

> Fes una llista dels jocs que t'agrada fer amb els teus amics i amigues.

la cartellera al barri

MARTE (THE MARTIAN)

Gènere: ciència-ficció

Calificació: més de 7 anys

Versió: VESO, castellana

Director: Ridley Scott

Actors: Matt Damon, Jessica Chastain, Kate Mara, Chiwetel Ejiofor, Kristen Wiig, Jeff Daniels, Sebastian Stan, Mackenzie Davis, Michael Peña, Sean Bean, Donald Glover, Aksel Hennie

Durada: 142 min

Distribuidora: Hispano Fox-film

Sinopsi: En el transcurs d'una missió tripulada a Mart, l'astronauta Mark Watney (Matt Damon) és donat per mort i abandonat pels seus companys de tripulació després d'una violenta tempesta. Tot i així, Watney sobreviu i es troba sol i abandonat en aquest planeta hostil. Amb escassos subministraments, Watney haurà de recórrer al seu enginy, humor i esperit de supervivència per subsistir i trobar una manera de comunicar a la Terra que segueix viu. A milions de quilòmetres, la NASA i un equip internacional de científics

treballen sense descans per portar el "marcià" de tornada, al mateix temps que els seus companys de tripulació planegen una temerària, si no impossible, missió de rescat. Mentre tots aquests esdeveniments es desenvolupen, el món sencer s'uneix per demanar que Watney torni sa i estalvi.

BALMES, BOSQUE, CINESA DIAGONAL

SPECTRE

Gènere: acció, aventures

Qualificació: més de 12 anys

Versió: VOSE, anglesa

Directors: Sam Mendes

Actors: Daniel Craig, Christoph Waltz, Monica Bellucci, Léa Seydoux, Ralph Fiennes, Naomie Harris, Rory Kinnear, Ben Whishaw, Dave Bautista, Andrew Scott, Jesper Christensen

Durada: 147 min

Distribuidora: Sony Pictures

Sinopsi: A *Spectre* un críptic missatge del passat de Bond el situa sobre la pista per destapar una sinistral organització. Al mateix temps que M lluita contra les forces polítiques per mantenir amb vida els

serveis secrets, Bond desgrana les capes d'enganys sota de les quals s'amaga Spectre, per revelar la terrible veritat que amaga.

BALMES, BOSQUE, CINESA DIAGONAL

TRUMAN

Gènere: Comèdia dramàtica

Qualificació: més de 12 anys

Versió: Castellana

Director: Cesc Gay

Actors: Ricardo Darín, Javier Cámara

Durada: 108 min

Distribuidora: Filmax

Sinopsi: Dos amics de la infància es reuneixen després de molts anys i passen uns dies inoblidables junts, sobretot pel motiu que la reunió és també, molt probablement, el seu últim adéu

BALMES, BOLICHE, BOSQUE, CINESA DIAGONAL

El faristol musical i del concert enregistrat han estat sempre un format força infravalorat a l'hora de programar a la ciutat de Barcelona. Es restringien les seves sessions a àmbits quasi domèstics creient que només podria interessar a una molt reduïda minoria. La realitat ens demostra que és tot el contrari. Programes de televisió com *Sputnik* al seu temps, els documentals exitosos de *Searching For Sugar Man*, *Amy* o *When You're Strange* i sobretot el festival "In-Edit" estan fent caure aquest llarg prejudici. Des de fa dotze anys, pels volts de Tots Sants, entre castanyes, panellets i moniatos, amb el Festival In-Edit Barcelona es converteix per uns dies en la capital mundial del documental musical. Una àmplia selecció de tots els estils musicals possibles, junt amb la presència i presentació dels directors de les cintes així com de terminades actuacions en viu, fan la delícia dels espectadors que majoritàriament omplen les sales a cada sessió. Veient aquesta demanda existent i l'èxit d'aquest festival, les sessions musicals en cinemes estan en clar augment. Les principals sales de Sant Gervasi (Cinesa

ESPACIO DE YOGA

Bienestar al alcance de todos

En la actualidad, el yoga es una actividad muy común que practican millones de personas alrededor del mundo y que concentra tantos adeptos como la gimnasia o cualquier otro deporte. Sin ir más lejos, en España empresarias como Alicia y Esther Koplowitz, Carles Puyol y Vanesa Lorenzo o la actriz Elsa Pataky lo practican con asiduidad.

Y, ¿qué es el yoga?

De manera muy simplificada podemos decir que es una disciplina milenaria que proviene de India y que tiene como objetivo el bienestar y el equilibrio físico, mental y emocional de las personas. Es un tipo de ejercicio accesible a todo el mundo y muy sencillo que aporta inmensas dosis de bienestar. Su práctica armoniza el cuerpo, la mente y las emociones gracias a la combinación de diversas actividades como la respiración, la ejecución de posturas y la meditación.

Ideal para combatir el estrés

El yoga es especialmente útil para mantener, recuperar y aumentar la salud física en todos los sentidos. Es perfecto para quienes padecen de dolor de espalda, pues la fortalece y flexibiliza la columna vertebral corrigiendo malos hábitos posturales. Además, su práctica tiene un beneficioso efecto en nuestro estado mental y resulta un eficaz aliado para elevar los niveles de energía, motivación y autoestima. Por otro lado, es ideal para combatir el estrés y mantener pensamientos positivos. Aunque sus beneficios son innumerables podemos resumirlos así:

- ▶ Promueve la flexibilidad de la columna y articulaciones
- ▶ Fortalece y tonifica los músculos
- ▶ Estimula las glándulas del sistema endocrino
- ▶ Mejora la digestión y la eliminación
- ▶ Incrementa la circulación
- ▶ Relaja el sistema nervioso
- ▶ Libera tensiones musculares
- ▶ Aumenta la vitalidad
- ▶ Rebaja el colesterol y los azúcares en la sangre
- ▶ Mejora el equilibrio, la flexibilidad, la fuerza y el tono corporal
- ▶ Promueve la pérdida de peso
- ▶ Mejora la calidad del sueño

El yoga mejora la calidad de vida de quienes lo practican.

¿El secreto?

Una práctica consciente y constante que te permitirá encontrar más espacios de relax en tu día a día.

NUEVO CENTRO DE YOGA Y TERAPIAS EN SANT GERVASI

dedicado al bienestar de tu cuerpo, mente y familia

HATHA
VINYASA
EMBARAZADAS
NIÑOS
SIVANANDA

¡Prueba tu 1ª clase GRATIS!

info@espaciodeyoga.es | C/Buscarons, 7 (El Putxet)
www.espaciodeyoga.es | Telf: (+0034) 686 36 89 34

L7 El Putxet

adreces d'interès

ASSOCIACIONS DE VEÏNS I DE COMERCIANTS

AV i Amics del Putxet
pg. Sant Gervasi, 39
avputxet@hotmail.com
www.avputxet.org

AV i Comissió Festes Farró
c. Vallirana, 42
ca-es.facebook.com/
FestesDelFarro

AV de Sant Gervasi de Cassoles
c. Muntaner, 544 Vil·la Florida
93 434 48 13
avsantgervasi@gmail.com

AV Sant Gervasi Sud
pl. Cardona 1-2, local CNJC

A. Comerciants i Artesans del Barri del Farró - Farró Comerç
c. Balmes, 296
656 877 023
comerciantsfarro@gmail.com

A. de Comerciants del Mercat de Sant Gervasi
pl. de Joaquim Folguera, 6
93 417 78 74
www.mercatdesantgervasi.com

A. de Concessionaris del Mercat Galvany
c. Santaló, 65
93 201 66 06
acgalvany@gmail.com

A. de Comerciants i Veïns del Turó Parc
93 228 78 49
info@aciv-turoparc.com
www.aciv-turoparc.com
www.facebook.com/
TuroPark.barcelona/

Barnavasi Galvany Comerç
c. Septimània, 31
93 217 61 79
www.botiguesdecatalunya.cat/cat/socios/356/Barnavasi

BIBLIOTECA

Biblioteca Sant Gervasi - Joan Maragall
Sant Gervasi de Cassoles, 85
b.barcelona.jmg@diba.cat

CASALS DE GENT GRAN

Casal de Sant Ildefons
c. Marià Cubí, 111
08021 Barcelona
93 200 75 15
csantildefons@gmail.com

Casal Llar Mare de Déu de Gràcia
pl. Lesseps, 25
93 218 74 03

Casal de Can Castelló
c. Castelló, 1 – 7
93 241 78 74
infocancastello@gmail.com

Esplai Bonanova
c. Muntaner, 441 bxs
08021 Barcelona
93 201 88 06
esplaibonanova1@gmail.com

Llar de Mossèn Lluís Vidal
c. Bigai, 12 baixos
Bigai 12
llarmnvidal@gmail.com

Llar de Santa Cecília
pg. de Sant Gervasi, 66
93 212 32 87, 93 417 46 92

CENTRES CÍVICS

Espai Putxet, casal de barri
c. Marmellà, 13
93 418 60 35
espaiputxet@espaiputxet.com
www.espaiputxet.com

CC Can Castelló
c. Castelló, 1-7 (dins els Jardins Can Castelló)
93 241 78 74
infocancastello@gmail.com
ccivics.bcn.cat/cancastello

CC Casa Sagnier
c. Brusi, 51-61
(Jardins d'Enric Sagnier)
93 414 01 95
ccivics.bcn.cat/casasagnier

CC Pere Pruna
c. Ganduxer, 130
93 418 65 37
direccio@ccperepruna.cat

CC Vil·la Florida
c. Muntaner, 544
93 254 62 65
ccivics.bcn.cat/vil.laflorida

ESPORTS

Club Tennis Barcino
pl. de Narcisa Freixas, 2,
93 417 08 05
ctbarcino.cat

Maddock Sports
www.maddock-sports.com

Putxetsport. Centre esportiu municipal
c. Marmellà, 23
93 115 19 90
www.putxetsport.cat

MERCATS

Mercat de Galvany
c. Santaló, 55
T. 93 414 09 94
www.mercatgalvany.es

Mercat de Sant Gervasi
pl. Joaquim Folguera, 6
Tel. 93 417 78 74
www.mercatdesantgervasi.com

SALUT

CAP Adrià
C Vallmajor 34
93 362 11 25
www.gencat.cat/ics
https://capadriaics.wordpress.com/

Clínica Plató
c. Plató, 21
93 306 99 00
www.hospitalplato.com

SEGURETAT

Guàrdia Urbana SSG
av. J V Foix, 55
Tel: 092 / 112 / 93 291 43 53

Mossos d'Esquadra SSG
c. d'Iradier, 9
Telèfon: 112 / 933 06 23 10

SERVEIS SOCIALS

Centre de Formació d'Adults Rius i Taulet i CNL Sarrià Sant- Gervasi
av. Príncep d'Astúries, 23
93 237 13 09

Centre d'Educació Especial L'Alba
c. Portolà 6
93 418 36 76
www.centrelalba.cat

Centre de Serveis Socials Sant Gervasi
c. Arimon, 7
Tel. 93 619 73 11

Fundació Putxet
c. Putget, 26
932111548
www.fundacionputxet.org

BLOCS I WEBS

Ada Parellada, cuina
blogs.cuina.cat/semproni-ana/
www.facebook.com/ada.semproniana

Architecture Office based in Barcelona & Rotterdam
aaimmblog.wordpress.com

Amadeus, música
academiaamadeus.blogspot.com.es

Aurifany Editorial
aurifany.com

Barcelofília
barcelofilia.blogspot.com.es/search/label/Sant%20Gervasi

Casa Usher Llibreters
casausherllibreters.wordpress.com

Club Social - Centre d'Higiene Mental Les Corts
www.chmcorts.net/clubsocial/ssg/

CUP de Sarrià-Sant Gervasi
cupsarriasantgervasi.wordpress.com

Districte de Coneixement
www.districteconeixement.cat/ca

Editorial Barcino
www.fundaciocarulla.cat/ca/editorial-barcino

Eduard Sant, musica
dudusound.wordpress.com

Elena Batista, descobertes
http://elenabatista.es/blog/

Elena Bulet, periodista
http://www.vianantdespert.blogspot.com.es

Elisenda Llonch, art
elisendallonch.blogspot.com

Espai D, Concept Gallery
www.espaid.com/

Finestres del Farró
finestresdelfarro.blogspot.com.es

Fundació Carulla
www.fundaciocarulla.cat/ca

Fundació Amat
www.fundacioamat.org

Història de Barcelona
www.historiadebarcelona.org/tag/sarria-sant-gervasi/

Joan Solé, periodista
www.joansole.cat/#

La Barcelona d'abans, d'avui i de sempre.....!
mtvo-bcn.blogspot.com.es

Maria Celina Lopez, arquitecte
mariacelinalopezprece.blogspot.com.es/

Pla de Barcelona
www.pladebarcelona.cat/2015/02/06/monterols/
www.pladebarcelona.cat/2014/02/17/la-rie-ra-de-sant-gervasi/

Roger Rosich, polític
1400caracters.wordpress.com

S:stayinbcn
www.stayinbcn.com

Salvem la Rotonda!!!
salvemlarotonda.blogspot.com.es /
larotondabarcelona.com

Sant Gervasi en Comú SSG
sarriasantgervasi.bcnencomu.cat

Sant Ildefons
comunitatsantildefons.blogspot.com.es

SSG per la Independència
www.ssgxi.cat

Tutusaus, cuina
www.tutusaus.com

Wikiloc
ca.wikiloc.com/rutes/correr/espanya/catalunya/la-bona-nova

Aquest llistat d'adreces vol ser un servei al lector. Aviat, al web: [eljardidesantgervasi.cat](#) també hi haurà una pàgina on serà possible enllaçar directament per internet.

SUDOKU

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

Solució sudoku:

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

ASSESSORAMENT I GESTIÓ INDÚSTRIES, COMERÇ I PARTICULARS

 **Saraís, S.L.**
a s s e s s o r i a l a b o r a l

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

SOPA DE LLETRES

En aquesta sopa de lletres hi ha 20 noms de carrers del barri del Turó Parc: 8 en horitzontal, 6 en vertical i 6 en diagonal. A veure si els trobes!

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

Solució:

Valero - D
Tenor Vñas - H
Santa) F(e) (de) Nou Mèxic - H
Reina Victòria - V
Pau Casals - V
Modolell - H
Mestre Nicolau - D
Lázaro Cárden - H
Josep Bertrand - V
Jacinto Benavente - H
J(h)han) Sebastian Bach - D
Ganduxer - H
(Francesc) Pérez (l) Cabrero - D
Ferran Aguilo - V
Escoles Pies - D
Dr. Fleming - H
Diagonal - D
Bori i Fontestà - H
Beethoven - V
Calvet - V

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

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

contraportada: gent del barri

Ramon Córdoba, emmarcador i expert en pintura

‘El 80 % de l'èxit d'un pintor és del marxant’

► M. Antònia Font Fernàndez

Aquest mes, hem quedat amb Ramon Córdoba de Dalmases, un emmarcador de renom que viu i treballa a Sant Gervasi. Naturalment, ens ha citat a l'Astrolabius, el taller que va obrir el 1965, i que constitueix un dígit prelude del que ens espera a casa seva. A l'Astrolabius, al carrer Mandri, ens ensenya una entrevista (emmarcada, no cal dir!) que li van fer a Nova York, es deté en alguns dels molts quadres que hi ha penjats i ens mostra una relíquia especial: una màquina enregistradora d'època i que encara funciona. Quina importància pot tenir un emmarcador? Diuen que una dona, per molt que vagi impol·lutament vestida, pot malmetre tota la seva carta de presentació si necessita una restauració a la perruqueria. Doncs bé, l'ofici d'emmarcador potser té punts de contacte amb el de perruquer: unes bones vases acaben de vestir un quadre. La diferència és que alguns quadres, i això prou que ho sap el Ramon Córdoba, no demanen un marc.

El nom d'Astrolabius és si més no enigmàtic. Per què el vas escollir?

Si més no és un anticomercial. *Astrolabius* fa referència a l'instrument que es feia servir antigament per saber en quina posició estan col·locats els astres. La veritat és que no volia un nom tan banal com ara *Novoart* o *Decoart*, sinó un nom amb identitat, i que al cap i a la fi perdura més en la memòria dels clients.

Sempre heu tingut el taller aquí?

Sí, a part d'un altre espai molt més gran, fora de Barcelona, per a quadres que necessiten més espai.

Com vas arribar a l'ofici? La vostra família ja es dedicava a emmarcar quadres?

M'ho han preguntat moltes vegades, i el fet és que no recordo ben bé com vaig començar. La meua família són tots metges i advocats: no hi ha ningú més que s'hagi dedicat a això. Quan vaig haver acabat el Batxillerat, vaig anar a Zuric a estudiar



Fotografia: Javier Sardá

Arquitectura. Vaig viure allà uns set o vuit anys, però després no em van convalidar el títol... i com que des d'abans de marxar ja tenia uns quants amics pintors, em vaig trobar emmarcant-los les obres. Amb l'Alumà, per exemple, havia serrat fustes.

La pregunta és gairebé obligada: quins criteris seguiu a l'hora de posar un marc a un quadre?

Cal observar què demana la pintura, l'estructura del quadre. Emmarcar un Velázquez, posem per cas, és fàcil, perquè el que demanen els seus quadres és un marc d'època. En canvi, amb Miró és diferent: jo que el vaig conèixer sé que tant li agradaven les vases carregades com les vases minimalistes.

Quin va ser el primer encàrrec que vas rebre?

No me'n recordo...

Tampoc no ens deueu saber dir quants quadres teniu aquí a casa vostra..

No... En tinc molts. En aquesta paret del menjador, per exemple, n'hi ha... 25 (els compta).

Amb la perspectiva que us dona l'experiència, com veieu el mercat d'art actualment?

Al contrari del que pensa la majoria de gent, jo crec que va bé. La gent es fixa que han

tancat algunes galeries però, en realitat, després n'han obert més de les que havien tancat. N'hi ha prou anant al carrer d'Enric Granados: t'hi trobes un bar, un restaurant i una galeria, un bar, un restaurant i una galeria. El que passa, si de cas, és que hi ha un excés d'oferta, tant de pintors com de galeries. Però no hem de patir: simplement hi ha més competència i, per tant, cal espavilar-se més que mai.

Temps enrere, al barri del Putxet hi havia molts artistes. Continua sent així?

Ara està tot molt diversificat...

I teniu cap pintor o galerista de referència?

Penso en la Sala Parés, la Sala Gaspar... però com que els conec tots, no en tinc cap de preferit.

I algun quadre que, pel motiu que sigui, valoreu especialment?

El millor quadre del món? No es pot dir: això és com preguntar per la dona més bonica del món. Depèn. I ens poden agradar coses molt diferents, potser precisament per això.

Miró us agrada molt, oi?

Sí (es nota l'estima que té tant a la persona com a l'artista). A més, si ens fixem en el grafisme, Miró ha deixat més petjada que Picasso.

Parleu-nos una mica dels pintors i dels artistes en general.

S'ha estès el mite que els pintors han estat pobres. Doncs bé, això no acaba de ser veritat: si n'hi ha molts que van anar a París és perquè s'ho podien costejar. Diuen que Van Gogh només va vendre un quadre en vida... Tot això són llegendes. I aquestes llegendes afecten els artistes en general, potser, però amb els pintors i els escultors és més evident.

Tot és qüestió que se'ls descobreixi...

Exacte. Tant és així que un pintor pot ser molt bo, però és imprescindible que un bon marxant el descobreixi i el doni a conèixer. Per exemple, ara es parla molt de Barceló: ha sabut trobar bons marxants i fer-se bona propaganda als mitjans. I és que cap pintor es fa famós ell sol: un 80 % el mèrit és del marxant. Sense ells, no hauríem conegut Picasso ni Miró: els quadres d'un Picasso de 20 anys valien el que val un quadre d'un noi de 20 anys.

De què depèn el valor de l'art?

El valor de l'art depèn del mercat i, naturalment i lligat a això, depèn també del marxant. Hi ha llocs en què, si no has exposat a cap museu important, no ets rendible, no interesses.

Quines adquisicions recomanaríeu ara mateix?

Quadres pintats per dones. Les dones artistes han estat amagades molt de temps, però aviat això canviarà. A nivell mundial, tenim dones cantants, dones empresàries... Aviat sortirà tota una munió de pintures femenines que seran bones inversions.

Heu exposat mai?

No, no, jo no.

L'entrevista acaba amb una xerrada sobre els quadres que té a casa seva: el rebedor, la sala, la cuina, totes les estances estan no empaperades, sinó *enquadrades*. Els astres conviuen amb les ànimes artístiques.

TRAIL DUNES SHOP

Especialistas en BTT y Fat-Bike

Ocio, aventura y competición muy cerca de casa

www.traildunes.com
shop@traildunes.com
935 176 892
678 482 235

C/ Berlínés 20 (BCN)

Tu tienda de bicicletas en Sant Gervasi

¿Quieres ahorrarte hasta un 30% en la factura de luz y gas?

- 1 Análisis personalizado para mejorar la eficiencia energética de su local/vivienda/edificio.
- 2 Usted decide cómo y cuando aplicar los cambios.



www.energalt.es jorge@energalt.es
T - 609 84 14 45 Copèrnico 1, 4º-2ª