

El jardí de Sant Gervasi



NÚM. 5 | MARÇ 2015 | DIARI INDEPENDENT I GRATUÏT | www.eljardidesantgervasi.cat | DL B 25204-2014

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

8

La impressió 3D

L'11è Networking
Breakfast del Districte

18

Bellesguard

Els orígens de la història
de Sant Gervasi

26

Mercè Rodoreda

La vinculació amb el barri,
i explorem els jardins
que té dedicats al Putxet

32

Salvador Albuixech

Entrevista a un activista veïnal
i president de Barnavasi



Century 21
KECONDAL

T. 93 418 76 00



Aribau, 271
933 623 924

EXPO ALFOMBRA IRÁN

alfombras y kilims, persas orientales y modernas

REBAJAS 50-70%

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

www.expoalfombrairan.com

“Observar i comprendre per avançar”

Un curs per educar la mirada i descobrir alternatives de canvi
del 14 d'abril al 16 de juny - dimarts de 19.00 a 21.00

Adreçat a mestres, psicòlegs, educadors i treballadors socials, i adults que
atenen altres persones professionalment o fent voluntariat

Descompte del 30% per cada 3 inscripcions
i per a lectors del Jardí de St Gervasi

més informació i condicions per a grups i
col·lectius específics: truqueu al 677 17 63 93
escriuiu a nodre@nodre.com
o consulteu a <http://paufarras.wix.com/nodre>



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

JOAQUIM i IMMA

CANSALADERIES & XARCUTERIES

plaça Joaquim Folguera 9
Tel. 93 417 29 15
08022 Barcelona

PRODUCTES
ARTESANALS

CLINICA DENTAL

JOSEP MARIA CLEMENTE

25 anys | 1990
2015

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

kecondal.century21.es

¿HACE CUÁNTO TIEMPO QUE TIENES TU CASA A LA VENTA?

COMPRAR - VENDER - ALQUILAR

¿SABIAS QUE EN LA RED CENTURY21 EL TIEMPO MEDIO DE VENTA DE UN PISO ES DE 90 DIAS?

VALLCARCA  60m2 2H 1b 197.000€ Ref.: ke0017-0165 kecondal@century21.es	PARÍS  100m2 4H 2b 325.000€ Ref.: ke0017-0175 kecondal@century21.es	F. MACIÀ  95m2 3h 2b 386.500€ Ref.: ke0017-00arm kecondal@century21.es	HURTADO  120m2 4H 2b 398.500€ Ref.: ke0017-0176 kecondal@century21.es	CRAWINCKEL  160m2 5H 2b 460.000€ Ref.: ke0017-0139 kecondal@century21.es
ARIBAU  130m2 4h 2b 535.000€ Ref.: ke0017-0117 kecondal@century21.es	SANT GERVASI - CLINICA QUIRÓN  175m2 5H 3b 575.000€ Ref.: ke0017-0151 kecondal@century21.es	PJE FORASTE  150m2 2h 1b 599.000€ Ref.: ke0017-0157 kecondal@century21.es	C/ MAÓ  160m2 5H 2b 535.000€ Ref.: ke0017-0204 kecondal@century21.es	RASET  300m2 5H 4b 1.130.000€ Ref.: ke0017-0147 kecondal@century21.es

Buscamos los mejores talentos

SEA ASESOR DE LA MARCA CENTURY 21, LA MAYOR RED INMOBILIARIA DEL MUNDO.

Passeig de Sant Gervasi, 90, L3 08022 - Barcelona Tel.: +34 93 418 7600
kecondal@century21.es kecondal.century21.es C21kecondal.com aicat - 4768

la porta del jardí

CRÈDITS

Edició:
El jardí de Sant Gervasi SL
Coordinació comercial:
Martí Rodríguez Mestre
martí@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: Gràcia Farràs,
M. Antònia Font Fernández,
Jesús Mestre, Montse Roig,
Javier Sardá, M. Josep Tort
Correcció d'estil:
Ester Bonet
Disseny de maqueta i maquetació: Jesús Mestre, Gràcia Farràs i Mestre&Farràs scp
Impressió: Tormiq
Tirada: 10.000 exemplars
Dipòsit legal B 25204-2014

Fotografia de portada:
Javier Sardá: Detall del camió de l'Àntiga, el 3 de març

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

EDITORIAL

L'hivern deixa pas a la primavera i al jardí cada vegada serà més difícil veure el pit-roig però, en canvi, aviat veurem papallones volant entre les flors que comencen a obrir-se. El començament de la primavera és un dels moments més actius als jardins i als horts: l'allargament de les hores del sol i la creixent calor dinamitza les plantes. Mercè Rodoreda, l'escriptora que és un dels referents literaris de Sant Gervasi, va parlar en la seva obra dels jardins del barri i per aquest motiu ens ha semblat adient dedicar-li un article, molt centrat en *Mirall trencat*, i també hem explorat els jardins que porten el seu nom on hem constatat la proximitat de la primavera.

La revista incorpora noves col·laboracions: una secció dedicada a la il·lustració, l'apunt literari i irònic de "l'home de Monterols", la reflexió periodística de "la desena mirada" o una pàgina d'esports amb el protagonisme de la Cruyff Fundations que volem que es consolidi amb altres aportacions esportives. És un barri amb molta tradició esportiva i la intenció és que es reflecteixi a *El jardí*.

També hi ha articles basat en la història del barri, en aquest cas la de Bellesguard, on trobem els orígens de Sant Gervasi, i el mercat del Galvany. És una història que, com ens diu Salvador Albuixech a l'entrevista de "gent del barri", s'explica en clau de present i la finalitat de conèixer-la és per preservar el futur col·lectiu. Bellesguard i el Mercat Galvany són present i tenen molt futur pel davant. Com el comerç de proximitat del barri que, segons Albuixech, tindrà un paper clau en aquest futur que ens dibuixa Internet.

SUMARI

Agenda. Nomenclàtor | 4-5

Notícies del barri, breus | 6
El comerç et fa un obsequi!
La impressió 3D

Notícies del barri, breus | 8
Reedició del llibre de Sent Soví

Articles | 10
Paciència i oportunitats, Joan Soler
Vorerers més amples al Galvany...
Antoni Molist
Vacunació, Marc Talló i Neus Mestre

Treballant a Sant Gervasi | 12
El Forn Roura, el pa artesà de sempre
Javier Sardá i Jesús Mestre

Esports | 14
La Fundació Cruyff i el Pati 14, C. Ferrer
Maddock: 10 anys

Reportatge | 16-17
La diada de Sant Medir
Jesús Mestre, M. Antonia Font F.

Històries de Cassoles | 18
Bellesguard, de Martí l'Humà a Gaudí
Esteban Galindo

Casa Sagnier | 20
Estem com un llum!

21 | **Turó Parc**

El mercat del Galvany
Albert Angles-Minguell

22 | **Explorar el jardí**

Els jardins de M. Rodoreda i de Portolà
Maria Josep Tort

24- 25 | **Gent Gran**

La Llar de Mossèn Lluís Vidal
Dones grans, grans dones
Dolors Morella i Patricia Fàbregas
Diagnòstic, pronòstic..., Guillem Martín

26 -27 | **Arts i lletres**

Mercè Rodoreda i Sant Gervasi
Marina Barraso
La il·lustració: la plaça Molina
Patricia Trujillo
Missió acomplerta, Jordi Quer

28 | **La cartellera del barri**

29 | **Cuina de mercat**
Especial ous. Com fer una mona

30 | **Pels petits de casa**
Gràcia Farràs

31 | **Passatemps**

32 | **Gent del barri**
Entrevista a Salvador Albuixech

àngeles 281

IKKS

CHIPIE

JEAN BOURGET
DEPUIS 1954

Levi's® kids

B-KARO

3pommes®

10%
Descompte
per obertura

Vine a descobrir les nostres col·leccions d'estiu a la nova botiga Àngeles 281

Carrer Muntaner, 281
Tel. 93 461 44 73

kids@angeles281.com
www.angeles281.com

@angeles_281
Ángeles 281
+Ángeles281

agenda del 18/II al 18/III



Premi Solé Tura 2015
Convocatòria de la 6a edició d'aquest premi. Es convida les persones interessades en la producció de films a donar a conèixer els seus treballs audiovisuals, de ficció o documentals, sobre aspectes de les malalties del cervell i neurodegeneratives. Fundació Uszheimer Consulteu les bases a www.premisoletura.com

MARÇ

DEL 12 DE MARÇ AL 2 D'ABRIL
Exposició: **Essències. Instal·lacions i fotografies.** Obres del col·lectiu de dones artistes 7xset, Marta Balivé, Tatiana Blanqué, Celia Conesa, Maria Fabre, Dolores Mayorga, Emma Sabadell i Claudia Salamonesco que intenten transmetre l'essència dels poemes de Joan Margarit. Centre Cívic Pere Pruna

DEL 15 AL 26 DE MARÇ
Exposició: **Pepita Teixidor**, a càrrec del CIRDA. La millor pintora de flors del seu moment i la primera dona amb un monument a Barcelona. Centre Cívic Can Castelló

DIMECRES 18, A LES 19H
El dilema: cuidar altres, cuidar-se o deixar-se cuidar? amb Clàudia Issa, psicòloga i psicoterapeuta del Centre Laforja. 2a xerrada del cicle: "Parlem de... La dona avui: rols familiars, reptes i dificultats". Centre Cívic Can Castelló

DIMECRES 18, A LES 19:30 H
Emprendre no es masculí, amb Mar Alarcón, fundadora de Social Car. Conferències per a descobrir les claus per

ser emprenedora. EspacioConSentido
Preu: 8 €

DIMECRES 18, 20:15 H
Clínica psicoanalítica i cinema, xerrada sobre el film *Persona*, amb Oriol Martí, psiquiatra i psicoanalista. Debat posterior amb els participants. *Persona*, ens interroga sobre la feminitat, la histèria i la maternitat. iPsi, Ronda General Mitre 203 bis, 1r 1a, 93 417 96 96
Convé que els assistents hagin pogut visionar el film. Confirmeu assistència. www.centrepisi.com

DIJOUS 19, A LES 17 H
Aliments que curen, amb IvannaGómez de Comer Feliz. Existeixen molts aliments coneguts com a aliments medicaments. Alguns de coneguts i d'altres de desconeguts que, incorporant-los a la nostra alimentació habitual, ens poden ajudar a millorar la nostra salut. Centre Cívic Vil·la Florida

19, 20 i 26, A LES 20 H
VI Cicle de Música Religiosa de Sarrià-Sant Gervasi
Per sisè any consecutiu el Centre Cívic Pere Pruna i el cor de cambra Dyapason, amb la col·laboració del Districte de Sarrià Sant Gervasi, organitzen aquest cicle de concerts amb la música religiosa com a fil conductor. Centre Cívic Pere Pruna

DISSABTE 20, A LES 21 H
Quique González: la gira "Carta Blanca" d'aquest reconegut artista madrileny és el format íntim, solitari i amb un repertori obert que canviarà nit darrera nit en funció de les peticions dels propi públic. Luz de Gas
Entrades esgotades

DISSABTE 21, A LES 10:30 H
Cuida't: trobada mensual

d'intercanvi de prana-violeta, amb Laura Rojo. Mètode senzill de sanar el cos de bloquejos energètics, toxines, energies i emocions negatives. Centre Cívic Can Castelló

DISSABTE 21, A LES 16:30 H
Música en família, amb Helena Ayala, musicoterapeuta. Taller que ofereix una eina de comunicació entre pares i fills a través de la música i el gaudi en família. Un espai càlid i proper on jugar, cantar, ballar, tocar, compartir experiències i ampliar recursos per portar-los a casa i facilitar la música a la vida diària. creixambtraça, c/ Alacant, 30-32
Famílies amb nens de 3 a 5 anys
Preu: 15 € / família amb un fill. 7,5 € / Segon fill

DISSABTE 21, A LES 21H
Le Croupier. Després d'haver-lo presentat amb èxit a la Fira de Manresa, Le Croupier arriba amb *Esperança Dinamita* (música global, 2014). Luz de Gas - Festival BarnaSants
Entrades: 12 €



23 DE MARÇ FINS AL 23 D'ABRIL
Jocs Florals. Concurs literari al districte Sarrià - Sant Gervasi amb l'objectiu de promocionar i fomentar les diferents formes d'expressió literària escrita a nivell local. Les obres es poden presentar, del 23 de març fins al 23 d'abril, als centres cívics: Sarrià, Vil·la Florida, Vallvidrera-Vázquez Montalbán, Can Castelló, Casa Orlandai i Casal de Barri Espai Putxet

DILLUNS 23, A PARTIR DE LES 10h
Inscripcions Tallers Primavera
Centre Cívic Can Castelló en línia: <https://cancastello.inscripcionscc.com/ccivc>
Per a més informació consulteu bcn.cat/ccancastello

DILLUNS 23, 19:30 H
Marlene Dietrich y la mujer fatal, dins del cicle "Un te amb Leonardo". La seva associació amb Josef von Sternberg va fer d'ella un mite, una de les cares més fascinants de la història del cine, el paradigma de la dona dandy i fatal. EspacioConSentido
Entrada: 15 €

DIMECRES 25, A LES 19 H
Noies adolescents: un repte per les mares i les àvies, dins del cicle "Parlem de ... La dona avui", amb Xavier Ametller psicòleg clínic i psicoanalista del Centre Laforja. Centre Cívic Can Castelló

DIMECRES 25, A LES 19 H
Vine a saber més de...
Productes de temporada, especial bacallà. Els paradistes del Mercat de Sant Gervasi ens presentaran el bacallà, producte típic de la temporada de Quaresma. David Sanmartin, cuiner del restaurant cafeteria del Centre Cívic ens prepararà diferents propostes amb bacallà perquè les deguem. Centre Cívic Vil·la Florida

DIMECRES 25, A LES 19 H
Concert música moderna de combos. L'Escola de Música Sant Gervasi presenta la feina feta durant el curs, un repertori de música moderna interpretada per a joves músics. Espai Putxet

26, 27 i 28 DE MARÇ
XVI Exporecerca Jove, a La Salle. Fira-concurs de treballs de recerca d'estudiants



de tot el món.
Universitat Ramon Llull, Campus La Salle
Més informació: <http://mag-marecerca.org/dates/>

DIJOUS 26, A LES 19 H
Troba't: trobada mensual d'intercanvi de reiki, amb Daniel Zaragoza. Espai per compartir la pràctica d'aquesta disciplina i reciclar coneixements. Centre Cívic Can Castelló



DIVENDRES 27, A LES 19 H
Música't: concert de piano i violí, amb el centre Suzuki de Sant Gervasi. En format de duo, piano i violí, quintet i sextet de cordes. El programa està compost per un variat repertori, que va des de compositors clàssics com J. S. Bach a música de pel·lícules com Pirates del Carib i To Zanarand. Centre Cívic Can Castelló

DIVENDRES 27, A LES 19:30 H
Concert de guitarres i flautes, a càrrec dels alumnes del CEMB. Centre Cívic Pere Pruna

DIVENDRES 27, A LES 21H
Enric Hernàez. Torna a la palestra un àlbum de textures jazzístiques que s'adapten a la perfecció a la seva feina de composició: Cançó

per a Helena (Picap, 2014) Luz de Gas - Festival BarnaSants:
Entrades: 12 €

DISSABTE 28, DE 10:30 H
Mona de xocolata, amb Laurier Ngilimana. Aprèn a fer amb nosaltres una mona de xocolata, deliciosa i apta per regalar als nostres fillols o per degustar nosaltres mateixos en família! Centre Cívic Vil·la Florida
A partir de 4 anys
Preu adult: 9,95 € (2 hores)
Preu infant: 4,89 € (2 hores)

DISSABTE 28 MARÇ, A LES 21 H
Victor Salvati, un compositor, guitarrista i cantant de São Paulo, de formació autodidacta i investigador del folklore afrobrasiler. Luz de Gas - Festival BarnaSants
Entrades: 12 €

DILLUNS 30, A LES 18 H
Taller familiar: Això si que vibra, amb de Fun Science. D'on surt la música? Ens convertirem en uns gran lutiers per tal d'explicar, amb l'ajut d'objectes quotidians i instruments, què és la vibració i com es produeixen els sons. Després crearem un instrument musical amb material reciclat
Centre Cívic Pere Pruna
Cal inscripció prèvia trucant al 93 418 65 37.

30, 31 DE MARÇ i 1 D'ABRIL
Tallers de Setmana Santa: "Juntos y revueltos", amb Eva Ferran, pedagoga i tècnica en psicomotricitat. En aquests tallers proposem un espai on els infants puguin jugar, moure's, manipular materials versàtils per a crear els seus propis jocs. I a més un temps per escoltar contes, cantar, ballar o pintar. creixambtraça
Per a nens/es de 3 a 6 anys
Preu: 1 dia: 20 €, 2 dies: 30 €
Segon fill: 5 € de descompte

ABRIL

DIMECRES 1, A LES 18 H
Taller familiar: Experimentem!, alquimistes i pocions, amb Fun Science. Farem un viatge per arribar a casa de l'alquimista per excel·lència...el mag Meril! Centre Cívic Pere Pruna
Cal inscripció prèvia trucant al 93 418 65 37

DIMECRES 1, A LES 19:30 H
Emprendimiento responsable, amb Miquel de Paladella, cofundador i CEO d'UpSocial-Social Innovations for Communities. Dins del cicle Conferències per a descobrir les claus de l'emprenedoria. EspacioConSentido
Preu: 7 €

DEL 7 AL 30 D'ABRIL
Exposició: **Dos mons**, amb el grup artístic Lux D'Art. Aquesta exposició està formada per obres de dues artistes, Montse Merino, amb els seus paisatges subtils i surrealistes, i Ester Largo, amb els seus impressionismes abstractes rodons i quadrats. Per què dos mons? Perquè en l'art, hi cap tant la realitat com la imaginació, sempre que vinguin dels sentiments, sense sentiments no existiria l'art. Centre Cívic Can Castelló

DIMARTS 7, A LES 19:30 H
Simone de Beauvoir i la irrupció del feminisme, dins del cicle "Un te amb Leonardo". La senyoreta de províncies que acaba sent un dels centres neuràlgics de l'existencialisme del París de la postguerra. EspacioConSentido
Entrada: 15 €

DIMECRES 8, A LES 19 H
Inauguració d'exposició: **C'est la vie. Instal·lacions**, oberta del **8 AL 30 D'ABRIL**. Homenatge a l'obra de l'artista Tat Vilà. Visitant

l'exposició podrem conèixer l'obra més recent així com les seves instal·lacions més importants: *Silver seeds i El temps vola*. Paral·lelament a aquesta exposició, a l'escola Traç hi trobem una retrospectiva de la seva obra. Centre Cívic Pere Pruna



DIMECRES 8, A LES 19:30 H
Trobades pedagògiques: Frustració i límits, amb Eva Ferran, pedagoga i Carmelo Montesinos, especialista en la gestió de les emocions. Un espai on aprendre, posar en comú, trobar respostes a temes o dubtes que ens preocupen en la nostra tasca de ser pares i mares i la relació amb els fills. creixambtraça
Dirigit a pares, mares, avis, cuidadors, etc.
Preu: 8 €

DIJOUS 9, A LES 20 H
Concert de **Primavera Coral:** Cor Colserola, Cor L'Elèctric, Coral Mossèn Lluís Vidal i Coral Balmes
Centre Cívic Pere Pruna

DIVENDRES 10, A LES 20 H
Concert de **Primavera Coral:** Coral Mata de Junc, Coral Harmonia, Coral Sant Ildefons i Cor I Dilettanti
Centre Cívic Pere Pruna

DIVENDRES 10, A LES 20:30 H
Conversacions significatives en el Putget. Tertúlia i profundització del text: "...al dirigir la mirada hacia otras personas, corresponde que veamos donde ellos son excelentes, no donde ellos fallan." Más información: 93 209 95 80 y 619 835 239, asistencia libre

DISSABTE 11, A LES 10:30 H
Cuida't: trobada mensual d'intercanvi de prana-violeta, amb Laura Rojo. Mètode senzill de sanar el cos de bloquejos energètics, toxines, energies i emocions negatives. Inscripcions fins al dijous anterior a l'activitat. Centre Cívic Can Castelló

DISSABTE 11, A LES 11 H
Tasts obsequi de productes del mercat: **Xató de bacallà i copa de cava.** Mercat del Galvany
Associació de comerciants del Mercat Galvany

DIMARTS 14, A LES 19 H
Conta'm una òpera: Carmen de Bizet, xerrada-audició amb Pepe Reche, de MUSICOLòGICS. Carmen és l'última obra de Georges Bizet, basada en la novel·la del mateix nom de Prosper Mérimée. Centre Cívic Pere Pruna

DIMECRES 15, A LES 19 H
Les abelles i la biodiversitat, dins del cicle "Parlem de... Medi ambient", amb la Fundació Pere Tarrés. Consum amb consciència, que serveixi per millorar la nostra vida sense explotar altres persones o fer malbé la natura. Les abelles contribueixen a realitzar una funció essencial per a la vida com és la pol·linització de les plantes. Centre Cívic Can Castelló

DIMECRES 15, A LES 19:30 H
Oscar Sánchez, Diario de Emprendedores. Conferències per a descobrir les claus de l'emprenedoria. EspacioConSentido
Preu: 8 €

DIMECRES 15, A LES 20:15 H
Clínica psicoanalítica i cinema: "Her", amb Albert Torné, psicòleg clínic i psico-terapeuta. Debat posterior amb els participants.

iPsi, Ronda General Mitre 203 bis, 1r 1a. 93.417.96.96
Convé que els assistents hagin pogut visionar el film. Confirmeu assistència. www.centrepisi.com

DIJOUS 16, A LES 19 H
Troba't: trobada mensual d'intercanvi de reiki, amb Daniel Zaragoza. Espai per compartir la pràctica d'aquesta disciplina i reciclar coneixements. Centre Cívic Can Castelló

DIJOUS 16, A LES 20 H
Concert de **Primavera Coral:** Orfeo Sarrià, Coral Signum, Coral Zorista i Coral Maria Ward.
Centre Cívic Pere Pruna

DIVENDRES 17, A LES 19 H
Música't: Aneris, concert de guitarra, piano, altres instruments i veus amb Hypatia Petriz i Marc Amat. Versions i traduccions al català d'alguns temes coneguts i noves creacions pròpies. Centre Cívic Can Castelló

DIVENDRES 17, A LES 19 H
Trobades a iPsi: Dona i depressió, amb Marisa Pugès, psicòloga clínica. El lloc de la dona a la societat. Diferents expressions del malestar emocional i estratègies d'afrontament. iPsi, Centre d'atenció, docència i investigació en Salut Mental i iPsi, Formació Psicoanalítica
Confirmeu assistència

DIVENDRES 17, A LES 20 H
Concert de **Primavera Coral:** Coral Jesús Maria, Coral de la Capella Francesca, Cor Vil·la Florida i Coral Bonanova
Centre Cívic Pere Pruna

.....

Més informació d'aquests activitats i d'altres al web: eljardidesantgervasi.cat

NOMENCLÀTOR El carrer de Saragossa



És el carrer major del Farró i, amb els de Pàdua i Guillem Tell, són els eixos comercials del barri. A mitjan segle XIX, tal com mostra el plànol d'Ildefons Cerdà, aquest vial comença a prendre forma com el més destacat d'aquesta zona a ponent de la riera de Sant Gervasi i a la falda del turó del Putxet. Aleshores va prendre el nom de carrer de Sant Felip, ja que moltes de les terres per on passava eren propietat de la congregació de preveres de Sant Felip Neri. El nom definitiu de Saragossa, en referència a la capital aragonesa, se li va donar el setembre de 1907. Seguint amb la toponímia, sembla que el nom de Farró, tal com s'anomena el barri des de la segona meitat del segle XIX, prové de Silvestre Farró, propietari de terres de la part central del carrer, al voltant de Guillem Tell, que va promoure la urbanització d'aquest indret. Cap al 1880, amb l'arribada del tramvia a vapor que segueix el trajecte de la plaça Molina - Guillem Tell - Juli Verne - Wagner, s'accelera la urbanització del carrer de manera que, a finals de segle XIX, pràcticament s'han construït cases al llarg del seu recorregut. Són sobretot edificis d'una a tres plantes i sobretot i viuen famílies treballadores i menestrals, amb algunes cases d'estiueig de gent de Barcelona, però d'una condició social semblant. És un lloc que atrau professionals liberals i artistes: l'astrònom Josep Comes i Solà hi va construir Vil·la Urània, a la part baixa del carrer o, ja després de la Guerra Civil, hi va viure el pintor Antoni Tàpies. Però és sobretot un carrer i un barri, on vivia gent que treballava a les fàbriques de la zona, com la impremta del Brusi, la sedera Vilà Rubira, la de sabates Pi del carrer de la Gleva o la de petits electrodomèstics Numax a la plaça Mañe i Flaquer. És, doncs, un carrer molt popular i un pels quals hi han desfilat les cercavies de Festa Major o les cavalcades de Sant Medir, tant de la colla Antiga com de la Humorística, aquesta darrera vinculada al Farró.

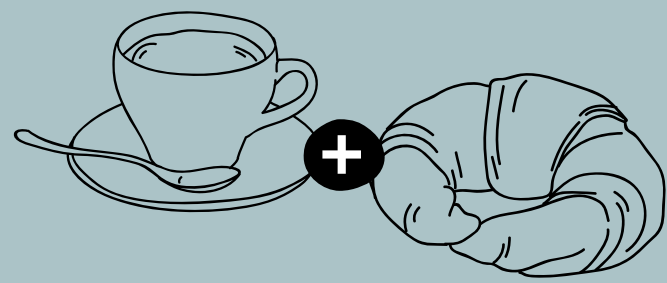
Postal dels anys vint amb una vista del carrer de Saragossa durant una desfilada de les colles de medins. S'hi veuen les vies del tramvia. El tram és el de Guillem Tell a Sarjoanistes, ja que la resta del carrer no tenia aquests tipus de jardí. Arxiu Municipal del Districte de Sarrià - Sant Gervasi.

el SÚPER
QUE
T'agrada

Visita'ns al supermercat de Sant Gervasi
Via Augusta 188, cantonada Santaló · Disposem de parking

plusfresc:
de Lleida

Si vens a comprar
divendres
o dissabte
de 9 a 12 h...



Et convidem
a esmorzar
al Fornet de la Botiga*

* Oferta de café més croissant vàlida per a compres superiors a 10 €.
Oferta vàlida fins al 18 d'abril.

elFornet



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



parking
gratuït
1 hora gratuïta per compres superiors a 10 €.
2 hores per compres superiors a 20 €.

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

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

Cañellas
JOIES-RELLOTGES-PLATA-REGALS-COMPLEMENTS
AV. PAU CASALS, 20 - 08021 BARCELONA



¡LIQUIDACIÓN TOTAL!

JUBILACIÓN - NUEVO PROYECTO
y POR REMODELACIÓN Av. PAU CASALS

a MENOS de COSTE **hasta -60% Dto.**
Y AGOTAR EXISTENCIAS

*Aceptamos sus viejas Joyas de Oro
como abono a cuenta de modelos nuevos*

L/V de 10-14h y 16'30-20H. (3 PK ZONA) T: 93 200 87 87

notícies del barri

El comerç de Sant Gervasi et fa un obsequi!

► El jardí

El passat mes de febrer, es va lliurar el primer premi de la promoció “El Comerç de Sant Gervasi et vol fer un regal de Reis”, consistent amb una moto Honda Vision a la guanyadora, Sandra Parsekian veïna de Sant Gervasi - La Bonanova. Aquesta promoció la porta a terme Barnavasi, l'associació de comerciants de Sant Gervasi durant la campanya de Nadal des de fa set anys. L'acció promocional va consistir en un sorteig de diferents premis aportats per més de setanta establiments del barri, així com vals de compra pel Mercat de Sant Gervasi i un primer premi que ha estat ofert per a la mateixa associació, Barnavasi.

El sorteig es va celebrar al Mercat de Sant Gervasi el 3 de gener i allà, davant el públic assistent a l'acte, es van extreure les butlletes guanyadores. Posteriorment, els premis van rebre uns vals que els va permetre recollir els premis del seu lot a cada un dels establiments que havien proporcionat els obsequis. Aquesta fórmula compta amb una gran acceptació tant dels veïns, com dels botiguers, ja que són els mateixos co-



merciants qui fan el lliurament dels premis en el seu establiment.

S'han recollit més de 60.000 butlletes! Els veïns guanyadors dels lots han de recórrer almenys una dotzena de botigues del barri i algunes les aniran descobrint en recollir els premis. El comentari habitual dels guanyadors és “Ha estat increïble, he anat de compres tot un dia sense pagar i les boti-

gues m'han tractat molt bé, he pogut triar l'article”, o “He descobert botigues que no sabia que existien, tornaré a aquestes botigues”. “Un premi realment fantàstic”. Des de Barnavasi volen donar les gràcies a tots els botiguers participants i al Mercat de Sant Gervasi, sense ells la promoció del sorteig no existiria. I, recordeu, COMPRAR AL BARRI TÉ PREMI!

BREUS

Cercle de poetesses

M. Antònia Font Fernández

Amb motiu del Dia de la Dona, Barcelona va acollir una bona colla d'activitats per a tothom (i *totadon*, si algunes ho volen). Una de les opcions que teníem si no volíem sortir del barri era anar a escoltar la poetessa i especialista Maria Antònia Massanet a la Biblioteca Joan Maragall.

Envoltats de llibres, vam poder conèixer millor algunes antecessores de la poesia femenina. Al cercle, Maria Mercè Marçal; en posició de satèl·lits generacionals, Maria Antònia Salvà, Montserrat Abelló, Marta Pessarrodona, Dolors Miquel i la mateixa Maria Antònia Massanet, entre moltes altres dones.

Alguns temes nous i que caracteritzen la poesia d'aquestes dones són els problemes de gènere, la maternitat, la menopausa, l'amor lèsbic i les interpretacions femenines de la religió. Si voleu entrar al cercle i admirar-lo, a les biblioteques de Barcelona hi trobareu les petjades de la genealogia de dones poetesses.

Les possibilitats infinites de la impressió 3D

► El jardí

El passat 12 de març és va celebrar l'11é Networking Breakfast del Districte de Co-neixement de Sarrià - Sant Gervasi sobre la impressió en 3D. Andreu Moreno, director de l'Escola Universitària Salesiana de Sarrià, va donar la benvinguda als assistents a aquesta nova trobada, que és va celebrar a les instal·lacions de l'EUSS. Abans de donar pas a la intervenció dels ponents, Carles Esquerra, gerent del Districte de Sarrià - Sant Gervasi, va apuntar que “de la mateixa manera que fa 30 anys internet era un progrés que estava a l'abast de poca gent, segurament la impressió 3D és un nou salt tecnològic molt important per a aquest futur que ja està aquí”.

La primera ponència, a càrrec de Pablo A. Genovese, professor i cap de laboratori de Mecànica a l'EUSS, va posar èmfasi en els avantatges del Rapid Prototyping, un conjunt de tecnologies que ajuden a passar d'un model virtual a un model real mitjançant la impressió 3D. Segons Genovese, els avantatges d'aquesta tècnica són diversos, ja que ajuda a disminuir l'artesania dels prototips, l'esforç i el temps, a més d'afavorir l'equitat entre l'alumnat. Per al professor, els desafiaments per a la

universitat són el cost operatiu que suposa comptar amb aquesta tecnologia, oferir als alumnes un lloc on treballar i redefinir la finalitat dels laboratoris i de les assignatures.

En la segona intervenció, Emilio Sepúlveda, CEO i cofundador de Natural Machines, va parlar del primer electrodomèstic de cuina basat en impressió 3D. Aquesta màquina permet crear un plat, mitjançant impressió, a partir de la introducció d'un seguit d'ingredients d'una recepta determinada. El principal objectiu segons Sepúlveda és “trobar un espai dins la cuina, com fan el microones o el forn”.

“Amb aquest electrodomèstic es poden fer servir ingredients frescos que es troben als supermercats. A més a més, permet indicar el nombre de calories que s'ingeriran, així com presentar els plats amb formes originals que conviden a experiències culinàries diferents”, explica Sepúlveda.

Finalment, Yassine Maazouz, fundador i director de Subtilis Biomaterials, va parlar sobre les aplicacions biomèdiques de la impressió tridimensional. Maazouz va comentar que “és comú que es desenvolupin processos de fabricació massa complexos per fabricar coses molt simples”. Per

parlar del procés de fabricació additiva va fer una comparació amb la natura, que és capaç de fabricar estructures i organismes sense necessitat de motlles. Aquest mètode consisteix en unir materials per fabricar objectes capa per capa de tal manera que sembla que està creixent davant els ulls, com passa a la natura.

Segons Maazouz, “aquesta tècnica gasta menys material, és més ràpida que d'altres, permet reduir costos i és aplicable a totes les indústries, com l'alimentació o l'automoció”. En l'àmbit de la medicina les possibilitats són gairebé il·limitades, ja que es pot fabricar qualsevol forma amb qualsevol material.

També ens va parlar de l'ús de materials ceràmics, ja que és la matèria que millor s'adapta a la tecnologia de regeneració òssia, tècnica en què és un especialista. “Cada any es practiquen milions de cirurgies en què es necessiten empelts ossis”, comenta Maazouz. Per aportar solucions a aquestes intervencions es crea una bastida que permet regenerar l'os. Gràcies a la informació que donen les ressonàncies sobre la zona afectada, amb tecnologia d'impressió 3D es dissenya l'empelt per al pacient.

La pregunta

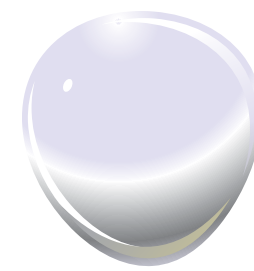


Aquesta novel·la, publicada per l'Editorial Aurifany l'agost de 2014, ens atrapa des del primer moment. És literalment additiva. La trama s'enllaça amb tot un seguit de relats escrits per la protagonista que s'inclouen a la narració i li donen un toc d'humor, així com una excel·lent descripció dels personatges: Elena, Andrés, el fotògraf Pedro, la model Carmen, la senyora de la neteja Amparo. Tots plegats faran d'aquesta novel·la part de la nostra vida i de la nostra memòria per sempre.

Mercedes Marfá és sobretot poeta, però va guanyar amb la seva primera novel·la, *Un mundo por primera vez*, el segon premi en el concurs que per a autors novells va convocar Planeta DeAgostini l'any 2000. Aquesta és la seva segona novel·la, què està gaudint d'una gran audiència i se l'hi ha donat les millors ressenyes.

El dimecres 25 de març, a les 19:30 h, el llibre es presenta a la Casa Sagnier.

Centre Integral de Bellesa i Salut



etern
centre Wellness

Depilació Làser Alejandrita

Primera Sessió a MEITAT de preu

(Només per als lectors d'aquest diari, indicant el codi: EL JARDI)

Promoció vàlida fins el 15 d'Abril



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 18:00 h. | Diumenge: 10:00 a 14:00 h.

morera

ASSESSORS - FINQUES

DES DE 1968

ASSESSORAMENT LABORAL - FISCAL - COMPTABLE

ADMINISTRACIÓ DE FINQUES

carrer Madrazo 54
Ronda de Sant Pau 25-27 5-2
Tlf: 93 441 06 43 - 93 414 46 91
Fax: 93 170 29 53
E-mail: info@assessorsmorera.cat
web: www.assessorsmorera.cat

El compromís amb les persones.

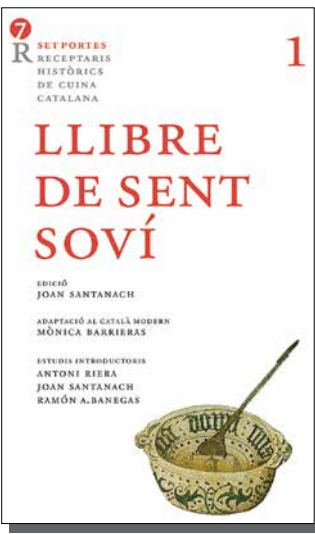
notícies del barri

Reedició del llibre de Sent Soví

► El jardí

L'Editorial Barcino, segell editorial de la Fundació Carulla, en coedició amb el Restaurant Set Portes, reedita el *Llibre de Sent Soví*, el receptari més antic conservat en llengua catalana. És el primer volum de la nova col·lecció "7 Portes de Receptaris Històrics de Cuina Catalana", que proposa un llarg recorregut per la cuina catalana a través dels seus receptaris més significatius. El *Sent Soví* és un receptari de mitjan segle XIV, el més antic conservat en llengua catalana. A través d'un seguit de receptes que expliquen els procediments que cal seguir per tal de cuinar diversos menjars, esdevé una síntesi de la cuina de la seva època, i específicament de l'alta cuina, pròpia de la noblesa i les classes benestants. La seva influència s'observa en la resta de llibres de cuina medievals i fins i tot posteriors. Aquesta edició del *Llibre de Sent Soví*, a cura de Joan Santanach, conté estudis introductoris d'Antoni Riera, professor de la Universitat de Barcelona i membre de l'Institut d'Estudis Catalans, del mateix Joan Santanach, professor de la Universitat de Barcelona, i de Ramón A. Banegas, professor de l'Escola Universitària d'Hotelleria i Turisme de Sant Pol i de la Universitat de Girona. El llibre ofereix els textos originals i una versió al català modern a càrrec de Mònica Barriera, investigadora de la Universitat de Barcelona i membre del Grup d'Estudi de Llengües Amenades.

La col·lecció "7 Portes" vol incloure tots els receptaris significatius que s'han escrit sobre cuina catalana des del segle XIV fins al XX. L'objectiu d'aquesta iniciativa és contribuir a difondre la cultura catalana en l'àmbit de la gastronomia i a resseguir l'evolució que ha experimentat al llarg d'aquests set segles. En total, la col·lecció estarà formada per una cinquantena de títols, que s'aniran publicant a raó de dos o tres per any. Un comitè científic, format per Francesc Solé Parellada, Antoni Riera, Jesús Contreras, Joan Santanach, José María Cela i Toni Massanés, seleccionarà les obres i establirà els criteris d'edició. Entre altres, hi ha previstos alguns volums de cuina medieval com el *Llibre del coc*, imprès a Barcelona el 1520. Pel que fa a receptaris posteriors, es publicarà el *Llibre de cuina d'Scala Dei* del segle XVI; la *Instrucció breu i útil per los cuiners principiants segons lo estil dels carmelites descalços*, de Francesc del Santíssim Sagrament (principis del segle XVIII), i *La cuynera catalana*, de finals del XIX. Entre els volums del segle XX es poden citar *La cuyna catalana* (1907) de Josep Cunill de Bosch, La teca (1924) d'Ignasi Domènech i Sabores (1945), de Victòria Serra Suñol.



Brou de gallines (versió original i actualitzada)

Si vols fer brou de gallines per confortar, hages una bona gallina e degolla-la e escaldala-la encontinent, e mit-la a coure en l'olla bé neta e llavada. E sia tan gran l'olla que, quan lo brou serà aminvat entrò a una escudella, que la gallina sia desfeta. E umple l'olla mentre ne càpia. E, quan començarà a bullir, ab cullera de fust trau tota quanta escuma rot dessus, e lleixa la bullir a cominal foc. E mit-hi un poc d'os de carnsalada, ço és saber, del cap o de l'esquena o dels peus, la quantitat d'una escudella. E cobri-la ab una escudella o ab una cobertera de terra en l'olla. E quan la gallina se deurà desfer, mit-hi la cullera e trenca-la tota en l'olla dins. E quan serà tan cuita que no hi haurà sinó una escudella, tasta-la de sal; e si t'és vijares que n'haja mester, mit-ne més; en el començament no en metes, hages un drap de lli bé espès, e cola'l en altra escudella. E quan serà orejat, dóna'l a beure. E aquest brou val més que negun altre de gallines.

Si vols fer brou de gallina per reconfortar, tingues una bona gallina, degolla-la i escaldala-tot

seguir, i posa-la a coure a l'olla ben neta i rentada. Que l'olla sigui tan gran que quan el brou hagi minvat fins a la mida d'una escudella la gallina s'hagi desfet. Omple l'olla tant com sigui possible. Quan comenci a bullir, amb una cullera de fusta treu tota l'escuma que pugi a la superfície, i deixa-la bullir amb el foc habitual. Posa-hi una mica d'os de cansalada, a saber, del cap, de l'esquena o dels peus, la quantitat d'una escudella. Tapa l'olla amb una escudella o amb una tapadora de terrissa. Quan la gallina es comenci a desfer, desfés-la dins l'olla amb la cullera i trenca-la tota. Quan estigui tan cuita que no n'hi hagi sinó una escudella, tasta-la de sal; si et sembla que cal, posa-n'hi més, però al començament no en posis. Després posa el brou en una escudella; i, quan hi haurà estat una mica, tingues un drap de lli ben espès, i cola'l en una altra escudella. Quan s'hagi refredat, dóna'l a beure. Aquest brou és millor que cap altre de gallina.

Llibre de Sent Soví
<http://www.editorialbarcino.cat/index.php/llibre-de-sent-sovi-col-l-7-portes.html>

Fundació Carulla



Fotografies de Jordi Llorach

Equipaments per a Sant Gervasi - Galvany

► Jordi Llorach

Els veïns i veïnes de la part sud de Sant Gervasi estan d'enhorabona: aviat disposaran d'equipaments i de zones verdes municipals. Fa uns mesos, Can Ferrer va passar a ser propietat pública. Així mateix, si bé amb els condicionants legals imposats per la deixa del Sr. Muñoz Ramonet, la mansió del carrer de Muntaner és patrimoni de la ciutat. I si conclouen amb èxit els tràmits de permuta en curs, la torre del Dr. Ripoll també pertanyerà al municipi. Amb aquestes realitats, el Consell de Barri Sant Gervasi-Galvany ha creat

un equip de treball obert a la participació ciutadana, amb la missió d'estudiar quines són les necessitats més destacades del barri i distribuir-les en els tres espais obtinguts. Amb aquest estudi, els serveis tècnics del Districte redactaran els corresponents projectes. Benvingut, doncs, aquest futur tan esperançador i tan llargament reivindicat pel veïnat. Amb tot, però, mancarà trobar solucions per a dotar d'equipaments públics a la resta de la zona de Galvany i la totalitat de la del Turó Parc.

Ens han deixat

► El jardí

La revista no té una secció de necrològiques però ha coincidit que en aquest darrer mes ens han deixat diverses persones ben conegudes i amb una relació estreta amb Sant Gervasi. Ens referim a mossèn **Francesc Vergés i Vives** (1920-2015), rector de la parròquia de la Bonanova el 1991 i capellà del monestir de Sant Pere de les Puel·les. **Rosa Novell i Clauselles** (1954-2015), gran actriu i directora de teatre, i veïna del carrer Folgueroles. Tot i patir una greu malaltia, va estar treballant en muntatges escènics fins el darrer dia. Finalment **Maria Girona i Benet** (1923-2015), artista plàstica i vídua d'un altre gran pintor, l'Albert Ràfols-Casamada, veïns de l'avinguda de la República Argentina. També va ser gravadora i una activista cultural. Tots ells van deixar una empremta de qualitat al barri.

Doctor Ignacio F. Sanza

Director de la Clínica Sanza

“Nuestros pacientes no solo han conseguido corregir su defecto físico, sino también su autoestima, confianza y seguridad en sí mismos”

El doctor Ignacio F. Sanza es especialista en Cirugía Plástica, Reparadora y Estética. Pertenece a: la Sociedad Española de Cirugía Plástica, Reparadora y Estética (SECPRE); la Sociedad Catalana de Cirugía Plástica, Reparadora y Estética (SCCPRE); la Sociedad Internacional de la Cirugía de Restauración del cabello (ISHRS); y de la Sociedad Española de Medicina y Cirugía Cosmética (SEMCO).



Entrevistamos al Dr. Sanza en su clínica de Cirugía Plástica y Estética de nuestro distrito. A simple vista, desde la calle, uno se imagina que la Clínica Sanza tiene unas instalaciones de gran calidad. Al entrar en ella, la sensación aun mejora mucho más. Se percibe un ambiente de relajación, profesionalidad, buena atención, a parte de una exquisita decoración. Está ampliando sus instalaciones.

¿Dr. Sanza cuándo se fundó Clínica Sanza?

En el año 2006, tras una trayectoria profesional de 20 años trabajando en las mejores Clínicas de Barcelona, Europa, Estados Unidos, Brasil y Sudamérica. Esta larga experiencia y a mis 51 años de edad, me ha permitido crear un modelo de clínica donde reúno las técnicas más innovadoras, junto a una atención muy personalizada. Estamos ayudando a muchas personas, tanto hombres como mujeres.

¿Qué cirugías realizan?

En la clínica se realizan varios tipos de intervenciones. Por un lado, se reconstruyen accidentes, tumores, malformaciones, etc. Y lo hacemos de forma totalmente gratuita para el paciente, es nuestra obra social. Por otro lado, tenemos diferentes especialistas que se ocupan de todo tipo de tratamientos que tengan que ver con la estética facial y corporal.

Hábleme un poco más sobre la Obra Social ¿Cómo se trabaja?

Nuestra obra social tiene dos vertientes bien diferenciadas. Primero, tratamos a pacientes que han sufrido enfermedades o accidentes graves. Ponemos a disposición toda nuestra unidad de cirugía reconstructiva, para ayudar a solucionar problemas físicos y minusvalías difíciles de resolver sin medios económicos, lo hacemos de forma totalmente gratuita y solidaria. Segundo, colaboramos con la Fundación Vicente Ferrer en Anantapur, India. Lo hacemos mediante aportaciones monetarias u organizando eventos de forma conjunta, para captar fondos para dicha fundación, basada principalmente en atender a mujeres y niños de castas muy pobres.

¿Cuáles son los deseos de su clínica en materia de ayuda solidaria?

Nuestros deseos serían poder ayudar a más pacientes y a otras entidades. Desearíamos dar a conocer mejor nuestra Obra Social de trabajo solidario. En nuestro país, por desgracia, hay muchas personas necesitadas.

A parte de esta labor humanitaria que realizan, sabemos que su clínica es un referente tanto a nivel nacional como internacional, en el campo de la cirugía estética, podría decirnos ¿Cuáles son las cirugías más solicitadas?

Practicamos todo tipo de tratamientos y cirugías, los cuales son muy variables según la edad y el sexo de los pacientes. Las chicas jóvenes, nos piden sobretodo cirugía mamaria (aumento, asimetría, reducción, elevación...). Los chicos jóvenes solicitan cada vez más cirugía genital (alargamiento y engrosamiento de pene, la cirugía testicular...).



Clínica Sanza tiene su propia obra social y además ayuda a la fundación Vicente Ferrer

Las mujeres adultas, nos piden mejorar el contorno corporal, sobre todo después de los embarazos, aunque también tratamientos para prevenir el envejecimiento facial (botox, ácido hialurónico, láser...). Los hombres adultos, acuden más a nuestro centro para mejorar abdomen, papada y lo más novedoso y exclusivo de nuestra clínica, que son las prótesis masculinas (hombros, bíceps, tríceps, pectorales, six pack abdominal, glúteos, pantorrillas...). A partir de los 50-60 años, tanto el hombre como la mujer, lo que más nos solicitan es el rejuvenecimiento, facial y corporal.

Veo que el abanico de tratamientos es muy amplio. ¿Usted hace todas las intervenciones o tiene otros especialistas que le ayudan?

Obviamente, yo no alcanzo a poder hacer las 40 - 50 intervenciones que se suelen realizar en este centro mensualmente. Tengo un equipo de especialistas en cada materia, actualmente somos cuatro cirujanos plásticos, dos cirujanos generales y dos médicos estéticos.

Pasando por la calle Dolors Monserda, hemos visto que este verano han ampliado la Clínica. ¿Cuál es la clave de su éxito en estos momentos tan difíciles que estamos viviendo?

No crea que ha sido fácil, llevamos cinco años de mucha lucha y trabajo, pero puedo dar gracias a dios de tener un equipo que siempre me ha apoyado, y entre todos hemos considerado que podemos y queremos ofrecer una mejor

calidad y servicios a nuestros pacientes. Estamos siempre al día en cuanto a los avances tecnológicos del sector, por lo que acudimos y participamos en diferentes congresos, cursos o simposiums sobre nuestra especialidad. Nuestro deseo siempre ha sido y seguirá siendo ayudar a todas las personas que tengan un defecto físico que, a su vez, les pueda ocasionar un trastorno emocional o psicológico. Después de haber realizado más de 5.000 operaciones de cirugía estética y reconstructiva, puedo afirmar, rotundamente, que la mayoría de nuestros pacientes no solo han conseguido corregir su defecto "ya sea facial o corporal", sino también su autoestima, seguridad y confianza en sí mismos. Nuestra labor es por tanto, practicar una cirugía sencilla, segura, elegante y natural, además de económica. También, somos muy cariñosos y ayudamos mucho a nuestros pacientes. Tal vez, estas hayan sido nuestras claves del éxito.



CIRUGÍA PLÁSTICA Y ESTÉTICA

C/ Dolors Monserdá 54

08017 Barcelona

Telf: 93 206 65 40 Fax: 93 206 65 41

www.clinicasanza.com

clinicasanza@clinicasanza.com

BREUS

Els joves demanen espai socials al barri

A la redacció d'El jardí de Sant Gervasi ens ha arribat un manifest d'entitats de joves. Mostra una situació que s'allarga de fa temps i que afecta moltes entitats o organitzacions dels joves del Districte. També han obert una pàgina web on recollir adhesions d'entitats, col·lectius i particulars: <https://notenimilloc.wordpress.com/firmar/> Publiquem un extracte del manifest, on s'explica la reivindicació:

NO TENIM LLOC!

Des de diferents entitats de joves sense ànim del lucre del districte ens dirigim a vosaltres per explicar-vos que fa mesos que ens estem reunint per tractar una problemàtica comuna: no tenim espais per joves al barri.

Ens referim espais que el diumenge quan tornem d'excursió tinguem on guardar les tendes i la resta del material, que als vespres quan sortim d'estudiar o treballar poguem reunir-nos, que no haguem de pagar per reservar sales, que dissabte a l'acabar el cau puguem fer la reunió per preparar el següent, no haguem d'assajar en un sorral, etc. Vaja, espais que s'adaptin a les nostres necessitats. [...]

<https://notenimilloc.wordpress.com/>

#notenimilloc

Entitats i col·lectius que signen el manifest:

El Bastó de Sarri, els agrupaments



Preocupació veïnal per l'aparcament de motos

► Jordi Llorach

Un cop enllestides les obres de la Ronda del General Mitre, del carrer de Balmes i de l'avinguda de la Diagonal, s'ha incrementat la preocupació veïnal pel notable augment de l'estacionaments de motos en els carrers propers, la majoria dels quals tenen voravies de menys de dos metres d'amplada. Tot plegat, origina situacions conflictives que són contemplades amb disconformitat pels veïns i veïnes afectats.

LA DESENA MIRADA

Paciència i oportunitats



► **Joan Soler**
Sovint els periodistes parlem massa de l'estat de la nostra professió. Fa un parell o

tres d'anys, el debat girava al voltant del futur del format paper contra el digital. Dirigents de grans diaris mostraven la seva preocupació i, fins i tot, s'atrevien a posar data de caducitat a una plataforma o altra. Confonien la crisi del seu diari amb la del periodisme, una idea que Jordi Pérez Colomé resumeix molt bé: "es confon la crisi empresarial del periodisme amb la crisi de l'ofici. La crisi és empresarial, és d'un model de negoci". La reflexió és del tot encertada, les empreses que més inverteien als mitjans van ser les més afectades pel crac del 2008; les immobiliàries i les automobilístiques. Si elles cauen, els mitjans es veuen sobre uns peus de fang.

El col·legi de periodistes, en el seu cicle de xerrades per parlar sobre el futur del periodisme, va comptar en una de les seves últimes edicions amb Iñaki Gabilondo i, més enllà del debat sobre el futur de l'ofici, va exposar una reflexió que es pot estendre més enllà dels qui persisteixen amb el somni d'informar. Deia que als joves d'avui "ens falta paciència", sovint en manquem a l'hora de voler assolir un objectiu. Per donar més pes a la seva idea, va exposar que ell des que va aconseguir el títol de periodista fins al moment que va poder exercir i viure de l'ofici, van passar tretze anys. "Ja tenia més de 30 anys i tres filles quan vaig començar". S'agraeix aquesta precisió, sobretot perquè és massa comú trobar conferenciant que exposen una anàlisi sense ni tan sols pal-

par una gota de la realitat que estudien. Una mica en la línia del que deia Alfred Adler: "és més fàcil lluitar per uns principis que viure d'acord amb ells". Gabilondo va rebre la simpatia del públic, majoritàriament jove, que està massa acostumat a sentir discursos que van d'un pol a un altre. O és la crisi més extrema i severa que arrasarà amb tot, o bé és una mena de situació abstracta i transitòria que no ens ha de preocupar. Sovint, els qui agafen la segona afirmació acostumen a sortir escaldats de la conferència. Dirigir-se a un públic jove, majoritàriament esgotat per la precarietat laboral, per exposar glòria i fama de la teva trajectòria i menystenir la situació actual sol tenir la seva resposta en forma de pregunta en el torn obert.

Atreviment empresarial

La teoria de Gabilondo la trobo encertada, els joves acostumem a mancar de paciència. Ara bé, sovint també manquem d'oportunitats. Una persona just acabada de llicenciar es queda de pedra quan assisteix a una entrevista de feina i li reclamen cinc anys d'experiència amb vint i pocs anys. Les pràctiques, majoritàriament no remunerades, juntament amb els estudis realitzats, haurien de ser una breu carta d'introducció perquè l'empresari s'atreveixi a oferir l'oportunitat laboral. No és només una qüestió de paciència, la fórmula per tenir un jovent despert inclou la variable de l'atreviment empresarial que brindi l'oportunitat.

Joansole.cat és periodista

Voreres més amples a Galvany, però sense equipaments

► Antoni Molist

El regidor de Sarrià-Sant Gervasi Joan Puigdollers va defensar en l'últim Ple de Districte del 5 de març i en el Consell de Barri de Galvany de l'11 de febrer els compliments del Programa d'Actuació del Districte, PAD 2012-15. La màxima prioritat per al barri de Galvany era l'"obtenció d'un edifici per destinar-lo a un equipament de promoció social integral: gent gran, joves i participació de persones i entitats"; i se significa reiteradament la necessitat de "millorar la interrelació i cohesió social". La "millora de l'avinguda de Pau Casals" figura com a tercera prioritat. El regidor afirma que les prioritats van ser consensuades en Consell de Barri per totes les entitats. Estem d'acord a mantenir, adequar i millorar els nostres carrers, però la "millora de l'avinguda de Pau Casals" va convertir-se en una "urbanització"-segons figura en el projecte ara en execució- amb un pressupost d'1,2 milions d'euros i 8 mesos d'obres, que han passat davant dels equipaments socials. Assistir de bona voluntat a un Consell de Barri pot comportar desagradables decepcions. L'objectiu principal de la urbanització és eixamplar les voreres seguint el model d'altres reformes de Barcelona, que especulen amb una relació de la mida de la vorera amb el valor del comerç i l'esperança que així hi gastarem més; es formen, doncs, corredors comercials que competeixen per estirar clients, especialment turistes. L'espai, en principi

Antoni Molist és membre de l'Assemblea 15-M de Sarrià-Sant Gervasi

NATURALMENT CURIOSOS

Vacunació



► **Marc Talló Parra i Neus Mestre Farràs**

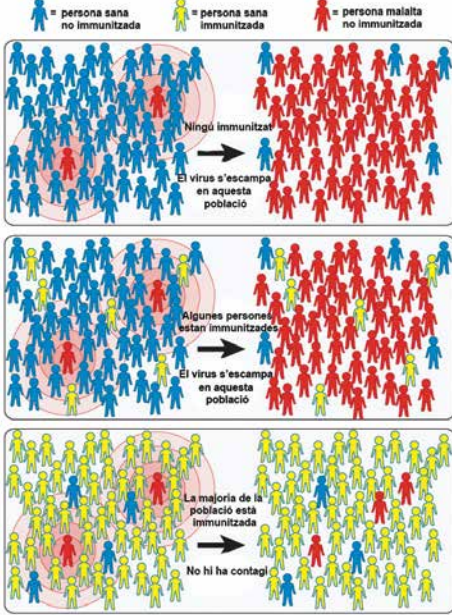
L'altre dia estàvem sopant a casa d'uns familiars i els meus oncles, que tenen un fill de dos anys, anav-

en atabalats amb la vacunació. Una pregunta tan senzilla com si havien de vacunar al nadó va generar un gran enrenou a casa: tota la família hi va posar cullerada, però costava arribar a un acord! Les vacunes no són recents. Les primeres pràctiques documentades on s'utilitza el concepte de la vacunació daten de la Xina al segle XI! En aquella època es van adonar que si aproximaven persones malaltes a gent sana, aquests últims tenien menys possibilitats d'emmalaltir en un futur. Això que pot semblar màgia, té una explicació! El fet d'estar en contacte amb algú malalt fa que el sistema immunitari —sistema que s'encarrega de la defensa del cos— de la persona sana estigui entrenat. Quan entrenes el teu cos, és com quan et prepares en qualsevol esport per jugar contra un oponent, si ja el coneixes prèviament, podràs preparar-te de manera específica i quan topis amb ell, la resposta serà més efectiva i la malaltia no es podrà desenvolupar. Seria com un boxejador que entrena amb un sac com si fos un contrincant. Aquest organisme mort o atenuat (el sac de boxa) serà reconegut per les cèl·lules del sistema immunitari (boxejador) que s'entrenaran, l'aprendran a reconèixer i a combatre'l. Així, el dia que algú ens encomani un virus, com el del xarampió (dia del gran combat de boxa), les alarmes del nostre cos s'activaran i s'utilitzaran les defenses que tenim preparades, gràcies a la vacuna del xarampió, per combatre aquest virus. Des del seu descobriment fins ara, les vacunes han permès evitar que molta gent es contagiés de malalties que en el seu moment eren el pa de cada dia. L'any 1977 es va aconseguir eradicar el virus de la verola gràcies a la vacunació. Després d'aquest èxit l'objectiu de l'Organització Mundial de la Salut (OMS), va ser combatre la poliomielitis i el xarampió. Tot i la bona voluntat de la OMS, encara no s'ha aconseguit pas. En aquest punt tant optimista del sopar, va saltar algú i va dir:

— Si és que les vacunes són tan positives, perquè hi ha tot aquest moviment en contra?

En els arguments en contra les vacunes trobem motius religiosos, persones que temen pels efectes secundaris d'aquestes o d'altres que creuen que els infants han de créixer de la manera "més natural possible".

El que es podria argumentar en alguns d'aquests casos és que com que vivim en un entorn lliure de moltes malalties ens hem oblidat que algunes poden ser molt perjudicials per a la salut i podrien causar-nos la mort, conseqüències molt pitjors que els possibles efectes de la vacunació (si no ja no estarien a les farmàcies o als hospitals). Ara bé, això no treu que sigui important minimitzar-ne els efectes secundaris. Atenció! Si sou contraris a les vacunes perquè es creu que poden causar autisme podem dir amb tota la certesa del món que això no és així, ja que la revista on



es va publicar aquesta relació, *The Lancet*, ja fa anys que es va retractar anunciant que els resultats eren erronis.

Durant l'àpat familiar, en el moment en què els estòmacs feien impossibles per encabir uns pastissos d'allò més bons de postres, una cosina va comentar que havia llegit que més que persones vacunades, el que és important és que les societats estiguin vacunades.

Doncs no anava pas mal encaminada! La vacunació pot semblar una decisió individual, però les conseqüències d'aquesta són a nivell poblacional. L'objectiu de la vacunació és que hi hagi suficient gent vacunada, de manera que si una persona està infectada li sigui impossible contagiar-ho. D'aquesta manera s'assigura que hi hagi una barrera de gent vacunada que impossibilita el contagi a la resta de gent no-vacunada. Com us podreu imaginar, cal molta gent vacunada per crear barreres totalment efectives. Idealment, tothom hauria d'estar vacunat excepte els nadons que encara no tenen l'edat per rebre la vacuna i tenir en compte que hi ha vegades que la vacuna no és eficaç. Per tant, si només els nadons i els no-vacunats per accident són susceptibles d'infectar-se, es considera que és un ambient segur i que, gràcies al fet que hi ha gent vacunada, ells estan indirectament protegits de la malaltia (última vinyeta de la imatge). Per moltes malalties s'ha calculat el percentatge de població que ha d'estar vacunada per aconseguir aquest nivell d'immunitat poblacional. Per al xarampió és del 95%, això explica perquè recentment hi ha hagut brots d'aquesta malaltia, ja que si comença a haver-hi infants sense vacunar vol dir que la cobertura de vacunació és inferior al 95% i el contagi del virus és més fàcil (segona vinyeta de la imatge). Ara, cal tornar-nos bojos i vacunar-nos absolutament de tot? No sempre. Per exemple, la varicel·la és una malaltia que en si mateixa ja és com rebre la vacuna, només la pots patir un cop a la vida i quan estàs infectat durant la infantesa generalment pots fer vida normal. Està bé ser crític i pensar de què t'estàs vacunant, així també sereu conscients de quines malalties us esteu protegint un cop vacunats!

Marc Talló Parra i Neus Mestre Farràs són biòlegs humans
propostes a naturalmentcuriosos@gmail.com

La crisis económica ha disparado las patologías relacionadas con el estrés y la ansiedad

¿Sufres bruxismo, cefaleas, apneas del sueño, ronquidos, sangrado de encías?

El doctor Pablo Barenblit Scheinin, odontólogo. Profesor Universidad de Barcelona. Co-Director Más-ter Implantología Prótesis Universidad de Barcelona. Director de la Unidad de Odontología Hospital Sant Antoni Abad. Director de la Clínica Dental Barenblit.

Con la situación de crisis que estamos viendo, han aumentado vertiginosamente los casos de dolores bucales o dentales provocados por el estrés y la ansiedad en forma de **BRUXISMO**.

Sabido es que cada persona expresa la tensión psíquica y emocional de una manera diferente, lo que puede conducirle a **dolencias distintas** dependiendo del órgano o parte de su cuerpo en el que la patología se manifieste. El aparato bucal es también diana del estrés. Una de las principales somatizaciones de la tensión nerviosa en odontología es el bruxismo.

El bruxismo es una patología para muchos desconocida ¿en qué consiste?

Se define como el **apretamiento o rechinar** de los dientes, especialmente durante el sueño, por lo que podemos decir que generalmente se trata de un acto involuntario, aunque también hay personas que aprietan los dientes durante el día y de forma consciente. A priori a algunas personas puede parecerles que el asunto es de una importancia menor, pero no es así, puesto que el bruxismo daña seriamente las piezas dentarias. Pensemos además que el bruxismo genera un **hábito**, una adicción, lo que significa que el bruxista tiene tendencia a llevar su "costumbre" de apretar y rechinar los dientes siempre a más, con lo que a la larga y, si no se somete al tratamiento adecuado, todo ello repercutirá seriamente en su salud bucal y dental.



Desgaste y ausencias dentales

“El bruxismo genera un hábito, una adicción, tiene tendencia a llevar su “costumbre” de apretar y rechinar los dientes”

¿Qué síntomas presenta? ¿Cómo se manifiesta?

Existen **tres** áreas principales de riesgo. El bruxismo afecta a nivel del **esmalte** dental, produciendo un desgaste que se percibe a simple vista; también puede producir un agravamiento de las patologías relacionadas con las **encías** y el sistema de sostén de los dientes; y por último, y no menos importante, afecta a la articulación temporolar, pudiendo causar lesiones articulares. Además de ello, el bruxismo se



Clara oclusal y recesión cervical molar

manifiesta en muchos pacientes produciendo una sensación de despertarse con la cara cansada, así como dolores de oído, de cabeza y migrañas tensionales, cervicalgias... e incluso con problemas de ronquidos. Y es que los que roncan bruxan, aunque no todos lo que bruxan roncan. Algunos pacientes bruxistas pueden llegar incluso a producir ruidos articulares con su mandíbula, ruidos que hasta ellos mismos pueden oír. En este sentido, se pueden llegar a presentar episodios de urgencias por padecer una subluxación aguda y quedarse con la boca abierta y trabada o, por el contrario, por padecer un **bloqueo agudo** y no poder abrirla.

¿A quién afecta con mayor frecuencia? ¿Hay un perfil de bruxómano?

Hay estudios que hablan de una



prevalencia del 40% al 60% de la población general, que es una cifra muy importante y, en base a mi experiencia profesional, puedo decir que el bruxismo afecta tanto a adolescentes como a ancianos y, entre medio, a personas de todas las edades.

¿Cómo afecta el bruxismo a las piezas dentarias? ¿Qué patologías causa como consecuencia?

El bruxismo provoca una importante y paulatina pérdida de la eficacia masticatoria; mayor sensibilidad dental; y también, como antes apuntaba, un agravamiento de las enfermedades de las encías; mal posición dental; así como **fracturas** y/o **pérdida** de dientes. Así, el bruxismo supone un factor de riesgo importante para la estética dental y la estética en general.

¿Qué tratamientos se proponen para combatirlo?

El tratamiento del bruxismo por excelencia viene de la mano de las denominadas **Placas de Michigan**. De aspecto similar al de los protectores bucales que se utilizan en el deporte aunque éste es **rígido**. Este "aparato" se fabrica con resina, a medida de cada paciente

¿Los tratamientos pueden ayudar a solucionar los ronquidos o apneas?

En la Clínica Dental Barenblit hemos tenido muy buenos resultados con este tipo de tratamientos.

.....

Blanqueamientos dentales

Una solución sencilla a problemas de estética y de autoestima



Blanqueamiento dental

¿Qué es un blanqueo dental y en qué consiste?

El blanqueamiento dental es un tratamiento estético que logra reducir varios tonos el color original de las piezas dentales, dejando los dientes más blancos y brillantes. Consiste en una primera sesión de evaluación con el paciente y aplicación en clínica de un tratamiento de última generación

y luego unas sesiones de recuerdo en casa de tan solo un rato durante unos días, pero bajo riguroso control profesional semanal.

¿Es un tratamiento universal?

No!!! es personalizado y no perjudicial ya que nosotros estudiamos muy bien cada caso e indicamos de dónde partimos y hasta dónde podemos llegar sin afectar

al esmalte dental y sin provocar sensibilidad dental.

¿Es duradero?

Depende de lo que el paciente se cuide pero por si acaso nosotros indicamos hacer un seguimiento cada 6 meses y si fuera necesario se indican tratamientos de recordatorio muy sencillos, prácticos y económicos.

VALE POR 50% DESCUENTO

OFERTA PRIMAVERA 2015: 1ª visita sin cargo para el paciente
Tratamiento blanqueo 50% dto.
TURNO PREVIO LLAMANDO 934.177.804
Llamada gratuita: envíos un correo y le llamamos sin coste alguno para usted
info@clinicadentalbarenblit.com

CLINICA DENTAL BARENBLIT
c/Mandri, nº41, bajos
info@clinicadentalbarenblit.com
934.177.804 o 615.954.652
www.clinicadentalbarenblit.com

treballant a Sant Gervasi

El Forn Roura, el pa artesà de sempre

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

Els anys vint, abans de la crisi del 1929, van ser temps de bonança. L'any 1927 Josep Roura Pallerols, un forner de la Barcelona antiga, casat amb Carme Vila Freixa amb el seu fill Josep nascut el 1924, va decidir muntar el seu propi obrador prop del mercat de Galvany que acabava d'inaugurar-se. L'agost de 1927 va demanar permís a l'Ajuntament per construir un cobert en una parcel·la de terreny situada a l'actual carrer Calaf 15, aleshores carrer de la Conca de Barbera, però abans també conegut per Corts i Fortuny. El negoci devia ser pròsper, ja que els anys següents es fa un soterrani i s'amplia el magatzem amb un entresolat. El 1932 adquireix un solar al centre de l'illa i amplia l'obrador, i el 1935 fa una reforma de la fleca i construeix un pis per millorar les condicions de vida familiar. Les reformes són constants fins a l'aparença actual: un edifici amb soterrani i cinc plantes.

En 1951 Josep Roura Vila ja estava al comandament del forn, en nom de la mare, Carme Vila. L'any anterior s'havia casat amb Teresa Onaíndia Alegre, amb qui van tenir cinc fills. El segon membre de la nissaga va experimentar amb tota mena de maquinàries, rebutjant aquelles que no aportaven productivitat i mantenint aquelles que respectaven les característiques dels seus productes, que els anys setanta ja eren molt apreciats. La venda no es limitava al client del carrer Calaf, sinó que un 15% es destinava a proveir a restaurants o bars del barri.

Durant molts anys estava prohibit treballar de nit i va haver d'invertir en cambres frigorífiques on conservar les masses que s'havien de començar a treballar a partir de les 3 h de la matinada, i es necessitaven cuites a primera hora. El primogènit, Josep M. Roura Onaíndia, nascut el 1955, és l'actual regent del forn des de la mort del seu pare l'any 2011. Tot hi haver estudiat econòmiques, el dia a dia i la necessitat d'ajudar a la família, el va portar aviat a posar les mans en la massa i anar descobrint els criteris heretats de la família. Els seus dos fills, Josep Maria de 25 anys, treballa diàriament mentre es forma en administració d'empresa i el fill major, en Gerard de 27 anys, dona un cop de mà en moments de necessitat.

Els productes

En Josep Maria afirma amb orgull disposar de l'ingredient secret més important per les seves masses: el temps de repòs adequat. Segons ell, el control del temps de pastat i de repòs són determinants per al resultat final amb la textura adequada a cada producte. Sempre ha treballat el pa a partir de la massa mare, i he evitat els llevats químics. És famós el "pa de pessic" i desitjats els seus "pans de motlle" amb sabors que tenen matisos per recordar fen que tots els que els proven desitgen repetir. A cada client li enamora un producte diferent dels molts que produeixen. No manquen, naturalment, els pans de pagès de totes les mides i pesos que es combinen amb multitud de varietats i combinacions de cereals que es treballen artesanalment amb les pesades, pastats, fermentats i cuites en el forn més gran que queda a Sant Gervasi. Un forn giratori que cou multitud de productes al mateix temps i



A sobre, els forners i, al costat, les venedores. Uns i altres formen part de l'extens equip del Forn Roura. Sota d'elles, dues generacions de forners Roura, i tres de



clientes, veïnes del barri. Al seu costat, vista general de la fleca amb alguns dels seus nombrosos productes i, a baix de tot, les expertes mans de'n Josep Maria mostren la massa dels croissants. Al costat, dins d'aquest peu d'il·lustració, el diploma que es va donar a Josep Roura Pallerols amb motiu de l'Exposició Internacional de Barcelona el 1929.



que l'experiència dels forners és determinant per decidir el moment de la retirada de cadascun d'ells.

Més de quinze persones treballen en torns i horaris entrecruats, per fer i comercialitzar l'àmplia varietat de productes fets a l'obrador. I és una fleca que sorprèn per la seva amplitud però, quan comença a entrar gent, s'agraeixen aquestes dimensions generoses que permeten que fins a cinc persones atenguin al mateix temps i t'evita que et quedis al carrer fent cua, esperant un torn que s'organitza sense necessitat de tiquets, normés passant la tanda d'un a l'altre... "Qui és el darrer?".

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 · Pensiona
Acomiadaments · I.V.A. · E. Objectiva i Directa
Herències · Renda · Comptabilitat



Balmes, 291 1r 1a (Plaça Molina)

08006 Barcelona

n.sarias@saraís.net

T 93 209 41 00 · F 93 209 49 65

Cambios en las titulaciones náuticas

Licencia de Navegación Nueva titulación sin examen

Habilitación para PER a 24 metros de eslora y navegación hasta Baleares

Isidro Martí Férriz es el director de **Área Náutica**, división de **Autoescuela Corsa** especializada en cursos homologados para la navegación deportiva.

Marino Mercante de la sección puente, Isidro Martí ha practicado la navegación de altura desde joven, participando en regatas como la Vuelta al Mundo -actual Volvo Ocean Race-, el Campeonato del Mundo de Maxis, la Ruta del Descubrimiento, además de regatas nacionales como la Ruta de la Sal, que el año pasado ganó en tiempo real y compensado a bordo del Coratge, velero en el que fue responsable de la navegación. Ha patroneado profesionalmente veleros en travesías por Sudamérica, Caribe y Mediterráneo.

Imparte clases desde hace más de 20 años, fue director de la revista Yate y Motonáutica y actualmente colabora asiduamente en revistas náuticas del sector. También ha publicado dos libros: la Vuelta al Mundo del Fortuna y Cabo de Hornos por Babor.

¿Por qué se han cambiado las titulaciones náuticas?

La idea ha sido facilitar el acceso al aficionado al mar, simplificando los temarios teóricos y reforzando la parte práctica. Se aligera así el estudio y los exámenes y se anima al aficionado a aprender navegando.

¿Qué opina de estos cambios?

No existe un programa perfecto ni que pueda contentar a todos. Creo que es buena la simplificación de la teoría y que las prácticas refuerzan su contenido. Lo cierto es que si se cumplen las expectativas, será más fácil aprobar, y el aumento de atribuciones en esloras y la distancia de alejamiento a la costa incentivarán a los alumnos.

Una novedad es la Licencia de Navegación. ¿A quién va dirigida?

Es una nueva titulación, sin examen, con dos horas de teoría y cuatro prácticas. El alumno obtiene una Licencia para navegar en embarcaciones de hasta seis metros de eslora sin limitación de motorización. Sólo

creix amb traça
DESENVOLUPAMENT INFANTIL I ACOMPANYAMENT FAMILIAR
C/Alacant, 30-32 · 08022 · BARCELONA · TEL 93 254 67 66
www.creixambtraça.com · info@creixambtraça.com

Vetllem per la família!

Assessorament pedagògic sobre criança i relacions pares-fills,
acompanyament psicomotriu, fisioteràpia, kinesiologia,
meditació i integració emocional...



limita los caballos en las motos de agua. Creo que es cómoda y rápida, para que el aficionado pueda disfrutar del mar sin complicaciones. Ya hemos hecho varias y los alumnos están satisfechos.

Otra gran novedad es la habilitación para el PER. ¿Cuáles son los cambios?

Se ha ampliado la eslora, que pasa de 12 a 15 metros. Además, si se realizan unas prácticas de 24 horas, se amplía la eslora hasta 24 metros y se permite ir a Baleares. También es una opción interesante porque no requiere examen, y ciertamente amplía mucho la longitud del casco y el ansiado acceso a las islas.

¿Cómo ve el futuro de la náutica en Catalunya?

Parece cierto que la crisis empieza a remitir, por lo que creo que todavía nos queda mucho recorrido para animar al usuario a acceder al mar, con una costa envidiable y un clima excelente. Si las cosas se hacen con sentido común, la náutica no tiene

por qué ser una afición exclusiva. Existen niveles de cursos, de gasto, los barcos se pueden alquilar, y se puede navegar a precios comparables a otros deportes. Lo importante es iniciarse y aprender, para tomar las decisiones correctas, tanto en la elección de un posible barco como en la forma de disfrutar del mar.

Ens pots trobar a:

Bethoveen, 16 bxs | 93 200 33 24

Cornet i Mas, 69 bxs | 93 204 29 52

Mandri, 41 bxs | 93 253 13 70

www.autoescuelacorsa.com

ORTOPEDIA VENTURA

AJUDES TÈCNIQUES (compra i lloguer)
ORTOPÈDIA ESPORTIVA
MITGES DE COMPRESSIÓ
DESCANS | PODOLOGIA | CALÇAT
TAPS DE BANY A MIDA

Horari:
de dilluns a divendres de 8:30 a 20:30 h
dissabtes de 9 a 13:30 h

Marc Aureli, 42-44 | 08006 BARCELONA | Tel./Fax 93 201 64 96
ortopediaventura@gmail.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

corsa autoescuela

área náutica

Javier, entrenador personal

El entrenamiento funcional a domicilio

"No tengo tiempo para ir al gimnasio", "me queda lejos", "no me gustan los gimnasios". Estas son algunas de las razones por las que muchas personas no contemplan la posibilidad de ejercitarse para mejorar su estado físico, perder peso, tonificar su musculatura o aumentar su flexibilidad. Sin embargo, son razones fácilmente contestables: ¿por qué no contratar los servicios de un entrenador personal y hacer las clases en tu propio domicilio? ¡Es mucho más fácil de lo que piensas! Como tu entrenador personal, me ocuparé de todo. Llevaré toda la equipación necesaria hasta tu casa, y adaptaremos la duración y frecuencia de las sesiones a tus horarios y necesidades. Para el tipo de entrenamiento que se puede hacer en casa no necesitamos un espacio enorme, basta con un área de 2 x 3 metros o incluso menos. Solo con ese espacio ya podemos trabajar y empezar a conseguir resultados. El entrenamiento en casa es ideal para el lla-

mado "entrenamiento funcional", una técnica de entrenamiento que se basa en movimientos de múltiples articulaciones dándole movilidad a los músculos y ayudándolos a desarrollarse. El entrenamiento funcional busca mejorar la colocación corporal (te ayuda a mantener una espalda recta, los hombros y las caderas bien alineados), protege tus articulaciones y hace que tus músculos estén compensados. Para conseguir todo esto, tú pones el espacio y yo el material. Trabajaremos con pesas, cuerdas, trx, bandas elásticas, balones medicinales, fitball, y por supuesto, aprovecharemos cualquier tipo de aparato del que dispongas en tu casa (cintas de correr, elípticas, bicicletas estáticas, remos, etc). Y si quieres, iremos más allá, saliendo de casa y programando sesiones de ejercicio cardiovascular, corriendo o en bicicleta. Y si te animas aún más, recuerda que podemos disponer de las instalaciones de La Salle Sport & Fitness en el mismo Sant Gervasi.




JAVIER GARCÍA CAÑETE
Entrenador personal · Planificador deportivo · Dietista
Tel. 679 59 18 02 · www.javientrenadorpersonal.com

creixambtraça

Els pilars de la nostra personalitat



Ens esforcem a donar el millor als nostres fills, a portar-los a una bona escola, pagar-los activitats extraescolars per oferir-los la millor formació... però en ocasions se'ns escapen petits detalls: **Paraules. Gestos. Expressions.** T'has trobat alguna vegada dient al teu fill: "Com segueixis així ja no t'estimaré més", "com no et posis les sabates les formigues et menjaran els peus", "tu segueix fent això i veuràs", "si no t'ho menges tot t'hauré de posar injeccions"...? T'has parat a pensar com li poden afectar les etiquetes com "caganer", "entremaliat", "tossut", "lent", "pesat", "maldestre", "mal educat"...? Què entenen els nostres fills d'una frase amb doble sentit com "et posaré el cul morat", "acabaràs amb mi"? I quan ens expressem en metafòriques com "no facis el mico", "semples un gat escorxat"...?

Encara que no ho sembli, als nens els influeix molt tot el que els diem per dos motius: perquè encara no saben com són veritablement i van construint la seva imatge sobre allò que comentem d'ells, i perquè encara no són capaços d'entendre els girs de l'idioma i interpreten les nostres paraules al peu de la lletra. Els nens i les nenes aprenen del què escolten (sobretot del pare i de la mare) a construir la seva identitat, la manera de veure i entendre el món i els altres, a desenvolupar i reconèixer les emocions. Per aquest motiu hem de reflexionar sempre

sobre el que els volem dir abans de fer-ho amb un llenguatge clar i directe, i amb termes descriptius i no amb adjectius que etiquetin. També cal vigilar el to i els gestos que volem emprar amb ells, ja que el llenguatge no verbal és el que millor reconeixen. És important dedicar-los les més frases d'aprovaació que d'enuig i dedicar-los temps per parlar i validar les seves emocions des de la comprensió i l'afecte. Quan els pares saben posar-se al lloc dels seus fills aquests se senten més segurs. Els petits estan aprenent i necessiten pares i mares amb una bona dosi de paciència, empatia i amor. És una molt bona manera d'acompanyar-los a créixer.

La infància és aquest moment evolutiu en què les primeres experiències assenten els pilars de la nostra personalitat, de la nostra autoconfiança i autoconcepte. Si teniu dubtes sobre aquest tema o altes similars en la vostra tasca de ser pares i com relacionar-vos amb els vostres fills amb una comunicació fluida a creixambtraça us oferim acompanyament i assessorament pedagògic i eines per treballar la gestió de les emocions.

Eva Ferran Font, pedagoga i psicomotricista
Directora de creixambtraça



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

Century 21 Alpha

Que és una MLS Immobiliària



En els darrers temps es comença a sentir a parlar amb força de les MLS (Multiple Listing Service) un sistema de col·laboració entre professionals immobiliàris que funciona en molts països i que està entrant també amb molta força en el nostre, arran dels canvis que s'han produït en el sector. Consisteix en què les immobiliàries que estan associades comparteixen les propietats que tenen en exclusiva, d'aquesta manera en el moment en què treballes amb un agent associat comptes amb la força de venda de tots els membres. I al nostre barri de Sant Gervasi tenim la MLS "Up Barcelona" amb més de 20 immobiliàries associades.

Avantatges pel venedor:

- Tria el teu expert i ell t'assessorarà i et guiarà en el procés de venda del teu habitatge. Ell s'encarregarà de la coordinació amb la resta de professionals que treballaran per vendre el teu pis.
- Una exclusiva que obre moltes portes perquè et beneficiis de la força de venda de totes les immobiliàries que formen part de la MLS.
- A través de l'associació, l'immoble es publica en el 100% dels portals immobiliàris d'Internet. Tindràs una cobertura total i la màxima difusió.
- Especialistes en la zona alta. Up Barcelona gestiona molt producte d'aquesta àrea de la ciutat a més de fer-hi un gran nombre d'operacions amb informació compartida, dades del màxim interès com el valor al qual s'han venut immobles al teu voltant.

- Membres en constant formació, atents a totes aquelles tècniques, tendències i tecnologies que ens puguin ajudar a complir amb excel·lència la nostra missió: vendre el teu pis.

- Més fàcil a través d'un sol interlocutor, més eficaç amb més de 20 agències al servei del teu objectiu i més rendible perquè la rapidesa és un valor.

Avantatges pel comprador:

- Explica el que necessites una sola vegada. L'agent que tu triis s'encarregarà de seleccionar entre tot el catàleg aquells habitatges que encaixen amb les teves necessitats i programar-te les visites.
- Up Barcelona gestiona una cartera amb més de 100 habitatges normés a la zona alta. Cartera que s'amplia dia a dia.
- Només els habitatges que estan a un preu de mercat raonable poden formar part del catàleg de l'associació. A més disposem de la documentació necessària i no et trobaràs sorpreses.
- Professionals responsables, ètics i transparents.

Recordau que ens podeu enviar tots els vostres dubtes referits al món immobiliari al mail: jbarcelona@c21alpha.es

Jospe Barcelona
Gerent de Century 21 Alpha



Calvet 56
08021-Barcelona
Tel: 932 402 272
info@c21alpha.es
www.c21alpha.es

Fundación Infantil

Deu senyals d'un clima familiar positiu

S'han trobat deu senyals que comparteixen les famílies que presenten un clima positiu a casa. Us animem a posar-les en pràctica!

1. **La comunicació.** Es parla d'allò que interessa o preocupa a tots i a cada un dels membres en particular. Totes les opinions compten i són escoltades pels demés. Les converses es caracteritzen per l'escolta activa.
2. **Atenció als problemes.** Quan un dels membres de la família té un problema, ja sigui a nivell personal o a nivell familiar (amb un altre membre), la situació afecta a tots els demés. Les famílies que tenen un bon clima, atenen a aquests problemes buscant solucions i alternatives per escollir la millor forma de resoldre'ls.
3. **Interès per educar.** Pares que presenten una predisposició natural per educar. Donen afecte, saben escoltar al seu fill, i fomenten en tot moment una actitud receptiva i responsable.
4. **Vida social.** Les famílies amb un clima positiu compten amb el recolzament de la resta de família (avis, tiets...), per tot el que necessiten. També presenten una bona xarxa d'amistats amb les que comparteixen activitats en família i fomenten les relacions socials dels seus fills.
5. **Sentiment de pertinença.** Cada un dels membres de la família té el seu espai en el nucli familiar. Els membres tenen un fort sentiment de pertinença al grup i se senten orgullosos de formar part de la família.
6. **Capacitat de adaptació.** Un altre punt que genera un bon funcionament familiar és la capacitat que té la família per adaptar-se a les situacions noves i als canvis.

També ens referim a mantenir l'estabilitat quan és necessari.

7. **Transmissió de valors.** La família és la principal transmissora de valors i creences. Els fills són educats des de l'exemple i des de la comprensió. Els pares aprofiten les estones de joc amb els seus fills per transmetre aquests valors.
8. **Autoestima i seguretat.** El nucli familiar aporta a cadascun un alt nivell d'autoestima, així com un sentiment de seguretat i protecció. La família cobreix les necessitats bàsiques afectives, materials i d'un adequat desenvolupament.
9. **Normes i límits** La família presenta les seves pròpies normes de funcionament. Els seus membres saben com comportar-se, què esperar i què anticipar de la seva conducta i la dels demés. L'ambient és coherent i predecible per a tots. S'estableixen rutines i hàbits saludables que faciliten el bon funcionament familiar.
10. **Respecte.** Es respecta la forma de ser única de cada membre de la família. Cadascun sent que té lloc pel seu espai personal, que li ajuda a organitzar i desenvolupar les seves idees, interessos i desitjos.



Paseo San Gervasio 16-20, Esc.B Bajos
08022 BARCELONA

La Fundació Cruyff i el Pati 14

► Clara Ferrer

Un dels principals objectius de la Fundació Cruyff és aconseguir que cada nen pugui practicar esport. Amb el projecte dels Cruyff Courts estem promocionant l'esport en els barris però creiem que a les escoles també podem incentivar l'esport, per això hem creat el projecte "Pati 14". El principal objectiu es basa a millorar els patis de les escoles, cobrint-los amb pintures de dissenys diferents i més atractius per als nens. D'aquesta manera, fem que els nens tinguin una motivació per jugar i moure's. Seguim tirant endavant el projecte Pati 14 en aquest 2015. La idea fonamental és que a poc a poc cada vegada més escoles disposin d'un Pati 14 i així els nens puguin disfrutar de l'esbarjo combinat amb l'esport.

Que és Pati 14 ?

En un Pati 14 convidem a què tots els nens facin exercici. Especialment per als nens amb discapacitat és fonamental que se sentin bé i vegin que poden disfrutar dels jocs que a la Fundació gestionem a través de pintures al terra o a les parets del mateix pati de qualsevol escola. Utilitzem materials i pintures d'alta qualitat per garantir una alta durabilitat. Cada escola tria tres colors per les pintures del pati.



Per què?

L'obesitat és un seriós problema per als nostres fills. Cada vegada és més important que els nens juguin al carrer, a l'escola i practiquin esport. La influència d'ordinadors, de mòbils i la televisió està molt present en la vida quotidiana dels nens i s'ha d'oferir altres possibilitats perquè continuïn l'activitat principal del joc i de l'esport. Per aquest motiu, creiem que l'escola és el principal mitjà per exercir aquesta activitat. És important que cada escola tingui un pati atractiu.

Durant anys, la Fundació Cruyff vol millorar els patis de les diferents escoles de tot Espanya, assegurant-se que un munt de nens es moguin continuament. Tal com diu Johan Cruyff, "quan era jove, jo no tenia ordinador o mòbil per distreure'm i que evités que jugués al carrer i practiquéss l'esport. Avui la situació és completament diferent perquè hi ha més i més problemes de salut entre els nens, com ara l'obesitat. Amb alguns petits ajustos, podem canviar un pati de l'escola en un lloc molt atractiu i dinàmic. Només serà possible si col·laborem i ho fem junts!".



A baix, acte d'inauguració del Pati 14 al CEIP Seat del passeig de la Zona Franca, el 10 de març. A sobre, un altre acte de la Fundació Cruyff, del projecte Pati 14. Fotografies de la Cruyff Foundation



f FUSTALENDO

Fusteria i
ebenisteria a mida

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

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



La diada de Sant Medir

Crònica de la jornada de les colles de medins de Sant Gervasi

► El jardí

A les 8 h del matí del 3 de març ja hi ha moviment al bar restaurant Sant Gervasi del carrer de Sant Gervasi de Cassoles: allà es reuneix la colla Agrupació Bonanova per esmorzar abans de començar la diada. En Cristóbal, el cap de colla seu amb un company, amic de la infància però que ara viu a Tolosa, a França, i que ha vingut expressament per retrobar-se amb els amics, el barri i amb una de les seves tradicions festives més arrelades. Tot i que s'albira un bon dia, en Cristóbal, amb la jaqueta plena de condecoracions medines —i, per tant, moltes faves—, fa referència a la salutació del programa on es diu que “la indiferència i la falta de suport per part de les autoritats del districte, fan que cada any sigui més difícil seguir aquesta antiga tradició”.

A la plaça Frederic Soler, els tres cavalls de la colla atreuen l'interès de la canalla i els mòbils de les mares que els fotografien en tot detall. Una mica més avall, a la cantonada del carrer Atenes amb la Ronda de Mitre, si concentren una vintena de cavalls i cinc camions engalanats. Allà hi ha l'Ateneu, seu de la colla Antiga de Sant Medir, la colla degana de Barcelona amb més de 150 anys d'existència. També hi ha el bar restaurant Atenes, famós pels seus caragols, on alguns romeus acumulen energia per passar la jornada tot cruspint-se suculents entrepans. Els cafès i la cridòria volen arreu del local. A fora, els vianants queden sorpresos de trobar tal concentració equina en un indret tan poc adient, ja que les noves llambordes de les voreres de la remodelada Ronda no deixen créixer el mínim bri d'herba. Però això sí, de manera generosa s'hi acumulen les deposicions dels cavalls. La banda d'animació, Els Amics, està a punt per començar la cercavila pels carrers del barri i trencar a toc de percussió i timbre de metall la tranquil·litat del barri.



Poc més enllà, en ple Farró, la colla Humorística es reuneix en el seu punt de trobada tradicional, la plaça de Mañé i Flaquer que, no fa gaires anys, ha perdut un baluard: el bar Benet. Per això, els membres de la colla mengen l'entrepà als bancs que hi ha a la plaça i el cafè surt de dins de termos fumejants. Però hi regna l'optimisme; tal com diu l'Ester, la presidenta de la colla a la salutació del programa, “volem compartir amb vosaltres la nostra alegria i ganes de tirar endavant la tradició més dolça de tot el pla, i omplir-vos de caramels i dolços”. La peculiaritat de la Humorística és que els animals que passegen pel barri són rucs o burros, no cavalls com la resta de colles de Barcelona. Tres magnífics exemplars de rucs, uns animals estretament vinculats a la història del país, segueixen interessats les evolucions dels Tabalers de la Malèfica del Coll, la banda que acompanyarà la Humorística. Entre les 9 i les 10 h del matí, totes les colles comencen les cercaviles pels carrers del barri, amb les bandes de músics i tabalers, els cavalls i rucs, i els camions plens de caramels que llancen amb generositat als pocs vianants que es troben, tot i que tendeixen a concentrar-se en alguns punts dels itineraris. A mig matí, totes les colles enfilen la carretera de la Rabassada per trobar-se, a les 13 h, a l'esplanada del Miracle davant de l'ermita de sant Medir, en una de les valls més formoses de Collserola. Allà, amb la resta de colles de Barcelona, segueixen la tradicional missa en honor del patró. Després hi ha dispersió general i cada colla va a dinar a llocs diferents: uns a les Planes, altres al Port Olímpic i finalment uns aposten per la proximitat d'un restaurant popular del carrer Pàdua. A mitja tarda, les colles tornen als seus punts de trobada per reunir els efectius i muntar, de nou, la cercavila. Ara, de fet, es fa un trajecte directe fins a la cantonada



Fotografia: Sandra García

de la plaça Lesseps amb Torrent de l'Olla on les colles de Sant Gervasi, Sarrià i Gràcia es concentren per fer la tradicional desfilada pel carrer Gran de Gràcia. Aquest any encapçala la comitiva la colla graciencina Victòria, del carrer Providència, però tot seguit desfilen les colles de Sant Gervasi per ser de les més veteranes; l'ordre de la desfilada és per antiguitat de les colles, excepte el primer lloc que és rotatiu. Allà, carrer Gran avall, les colles troben l'escalf de la gent, de molta canalla, que s'aplega a les voreres per recollir llaminadures i gaudir de tan acolorida i alegre processó. Fins i tot, ja a tocar dels Jardinetes, hi ha una tarima reservada a les autoritats i on l'alcalde de la ciutat, juntament amb altres autoritats, contempla la desfilada. Sant Medir té els seus propis defensors —i cada any poden comprovar que no són pocs!— i l'interès de la gent per participar de la festivitat. És una tradició antiga i, per conservar-la en bona salut, potser no cal fer res més que facilitar la feina als medins i fer més difusió de les seves activitats. Potser els nous temps no seran tan propicis com voldria la Junta de l'Agrupació: “Esperem que es dissipï aviat aquests núvols foscos i tornem a gaudir de l'esplendor de temps passats”, però cal ser conscients de quins són els valors que tenen les associacions civils, que són el que donen força les festivitats populars, tal com ens ho recorda la Junta de l'Antiga: “L'Amistat. És, no qüestionar. Saber escoltar i saber callar. Donar suport i fer una abraçada fraterna. Tenir solidaritat [...] És donar suport a les decisions preses en els moments més negres. És respecte mutu. Generositat. És compartir. Donar sense esperar rebre. Això és amistat”.



A la pàgina anterior, cavalls de l'Antiga, el camió de l'Agrupació, i el punt de concentració de la Humorística a la plaça de Mañé i Flaquer. En aquesta pàgina, la Humorística repartint caramels, un genet de l'Antiga, la desfilada de les colles a Gran de Gràcia, i, finalment, la concentració de tots els medins de Barcelona al barri de la Bordeta, el diumenge 8 de març.



Fotografies de Javier Sanja

Quadre de Sant Medir



► M. Antònia Font Fernández

El dia de Sant Medir, els carrers de Sant Gervasi són un contrast cromàtic. En color, el cotxum de cada dia, circula que circularàs; en blanc i negre, els cavalls envellint (o envaint?) la Ronda del General Mitre, xino-xano. I al bell mig, els protagonistes, mudats per a l'ocasió; i les carrosses, engalanades a conjunt. Si la gent circula en l'eix horitzontal, els caramels, rajos de color de la instantània en blanc i negre, van en trajectòria vertical (sense desafiar la llei de la gravetat). En la mateixa direcció que els caramels, les faves: diu la llegenda que Sant Medir en sembrava... I, deixant-se porta per l'eix horitzontal, se succeeixen les violetes i les orles, que, com els caramels, combinen amb la carrosseria del cotxum. Però ressonen molt millor que les botzines. Per un dia, tanquen carrers i circula gent... però no hi ha cap manifestació, sinó la manifestació de la tradició. Ja ho veuen, no els he explicat gaire en què consisteix la festa, que això ja ho saben, sinó la perspectiva d'un vianant que s'ho mira amb ulls de fotògraf i escriptor.

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

RÀPID MODELELL F. BALAGUER

**Reparació de calçat | Servei de serralleria
Duplicat de claus | Comandament de pàrquing
Claus i comandaments per cotxes i motos**

c Modolell, 57, local 4 Barcelona

franbalaguer@gmail.com

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

dilluns matí tancat

scÖts
CORSETERIA • MODA ÍNTIMA • BANY

Especialistes en corseteria: confort maternal, esportiva, terapèutica, bodys, faixes i moda bany.

Disponibles en totes les talles i copes

C/ d'Arimon, 6 08022 BARCELONA Telèfon: 93 667 83 90 www.corseteriascots.com



**GENERAL
BROKING s.l.**
correduria de seguros

1990 - 2015, 25 anys al servei dels nostres clients

**mediació assegurances privades • particulars
empreses / autònoms • vida**

c/ Plató, 7, local 08021 BARCELONA

Tel. 93 237 93 96 Fax 93 415 94 36 gbroking@gbroking.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.perronclick.com
perronclick.com
info@perronclick.com

CONSULTA MÉDICA

► Tratamiento de **HERNIA DISCAL**, mediante técnica percutánea mínimamente invasiva, con control de rayos X, sin necesidad de ingreso y con el alta médica en 4 horas.

► Tratamiento del dolor:

- Tratamiento de la rodilla con el método **ORTHOKINE**, clínicamente probado y avalado por el Ministerio de Sanidad

- Triple tratamiento **OZONOTERAPIA**: Paravertebral, Intradiscal y Autohemoterapia

El Dr. Jaume Soler i Subirats es un referente en la especialidad de Traumatología y Reumatología. Dirige la Unidad de Cirugía Mínimamente Invasiva. Es licenciado en Medicina con la calificación de sobresaliente en la Universidad de Barcelona.



Cap d'Unitat de Cirurgia Avançada
Minimament Invasiva de Columna

CONSULTA MÉDICA

Rda. General Mitre, 135 08022 Barcelona
T. 933 623 754 M. 648 794 742
djaumesoler@gmail.com



**LA MAYOR RED
INMOBILIARIA DEL MUNDO**

+ DE 73 PAISES + DE 7.700 AGENCIAS
+ DE 130.000 ASESORES INMOBILIARIOS

Calvet 56
08021-Barcelona
Tel: 932 402 272
info@c21alpha.es
www.c21alpha.es

Century 21
ALPHA

COMPRAR - VENDER - ALQUILAR

històries de Cassoles

Bellesguard: de Martí l’Humà a Gaudí

Aproximació als orígens més antics de Sant Gervasi i a un indret estratègic que ara s’ha recuperat i s’hi ofereixen visites públiques

► **Esteban Galindo**

Al número 16 del carrer Bellesguard, hi ha una de les grans obres construïdes a la nostra ciutat pel geni de l'arquitectura Antoni Gaudí, i just a l'entrada de la propietat, a mà esquerra, ens reben les restes del que va ser la residència del rei Martí l'Humà. Però la història d'aquestes runes no van començar amb el rei Martí, sinó que es remunten almenys a l'època romana. En efecte, es tracta d'un recorregut de gairebé dos mil·lennis, i per tant, d'un lloc amb una càrrega històrica considerable.

Va ser a partir d'unes rases que es van fer, amb motiu de la connexió a la xarxa elèctrica, just al costat de les bases de fonamentació de les dues torres, que van aparèixer un munt de materials arqueològics interessants. Es van trobar trossos de ceràmica ibèrica i de romana, entre les quals destaca una amb la marca del terrisser que la va produir l'any 79 dC, o monedes àrabs del 711 i d'altres monedes dels segles XIII del rei Jaume I. Tot plegat acredita que la seva història comença a l'època antiga, possiblement com a punt de control de la via Augusta que donava accés a la ciutat de *Barcino*, ja que la situació geoestratègica de Bellesguard, a la serra de Vilana (173,9 m), li dona una bona visibilitat sobre la línia de costa.

A més, Bellesguard s'ubica a tocar del torrent de Betlem, fet que facilita que en cas de pluges, que en aquesta zona mediterrània són torrencials, es pugui fer la captació d'aigua i el seu emmagatzematge. Aquest és un aspecte primordial i la prova la tenim que tant a la documentació medieval, com a la moderna (segles XIV-XVIII), l'aigua de Bellesguard, amb la seva font i dipòsits, s'esmenta de manera constant als pergamins, moltes vegades com a causa de disputes. Finalment, el darrer condicionant es troba en la proximitat a les pedreres de Montjuïc i a les de la serra de Collserola, llocs que proporcionaven l'aprovisionament de material constructiu per aixecar estructures defensives.

El castell del rei Martí

Són precisament les restes d'estructures defensives, concretament el mur i les torres cilíndriques, els elements que donen la primera cronologia de la casa Bellesguard, i que es correspon al període medieval, a allò que les fonts citen com el castell de Martí I (1398-1410), rei d'Aragó, València, Mallorca, Sardenya, Sicília, l'últim comte rei del casal de Barcelona.

Quan Martí succeïx al seu germà Joan I el Caçador al tron, l'any 1396, a la edat de 40 anys, era ja un home gran, malaltís, que patia seriosos problemes pulmonars i respiratoris. Per recomanació del seu canceller Bernat Metge, reconegut prosista català, el monarca comprà la finca de Vallblanc per establir la seva residència d'estiu fora de les muralles de Barcelona. Per la correspondència del propi Martí I, es coneix que l'any 1408, el dia 13 d'octubre, va adquirir una finca a la parròquia de Sant Gervasi que ja hi era construïda, a la qual li va donar el nom de Bell Esguard, ordenant al 1409 la seva restauració. Al pergamí de compra



**A Bellesguard, Gaudí
va poder expressar
lliurament el sentiment
cap a la seva pàtria,
amb tota la seva
càrrega històrica**



podem constatar l'enorme extensió de la torre, amb 40 ha, dimensions destacables si es compara amb la resta de parcel·les veïnes, aspecte que es pot comprovar en el mapa del lloc del segle XVI.

Cal recordar que els reis de la corona catalanoaragonesa, des del segle XIII, disposaven de la residència reial a Valldaura (Cerdanyola del Vallès), que segons les fonts era un lloc agrest. Des de l'any 1405, el rei Martí cercava una residència més aïble i propera a Barcelona, buscant per la zona de Sarrià i Pedralbes, per tant, segurament el rei ja coneixia la torre Vallblanc, perquè en diverses ocasions va passar dies en d'altres properes, cas de la casa de Joan Fivaller o la de Guillem de Busquets, prop del monestir de Pedralbes. Després de la mort del rei l'any 1410, la seva vídua, Margarida de Prades, va cedir Bellesguard el 1422 a particulars, tots ells de l'alta noblesa catalana. Comença aquí un periple que passa per diferents propietaris com Elionor de Cervelló, dama de confiança de la reina viuda Violant de Bar, qui va passar els seus últims dies fins a la seva mort a la torre de Bellesguard.

També va ser propietària i va morir a Bellesguard la noble Cecília d'Urgell i de Cabrera, germana de Jaume el Dissortat, aspirant al tron de la corona catalanoaragonesa a la mort del rei Martí. Amb Cecília, Bellesguard va romandre dins la important família Cabrera durant més d'un segle, fins a l'any 1569, moment en què Lluís Enríquez de Cabrera la ven a Francesc Cassador, un altre membre d'un il·lustre família barcelonina del període.



A dalt, vista de Bellesguard a l'actualitat. Al seu costat, plànol del lloc el segle XVI. El número 10 situa la capella de Betlem, la lletra A Bellesguard, i la lletra B la torre Vilana. El torrent es coneixia com "el Mal", després de Betlem. Al costat, les restes del castell de Bellesguard a finals del segle XIX, en el camí del cementiri. Imatges proporcionades per l'Equip de Recerca de Bellesguard

Fou sota la propietat dels Cassador (Caçador), que Bellesguard va patir una gran destrucció amb motiu de la Guerra dels Segadors (1640-52), de la mateixa manera que d'altres torres del barri, ja que una vegada acabat el conflicte, Felip IV, va ordenar fer volar totes les torres de vigilància i de defensa des de Sarrià fins a Horta.

El palau dels Gualbes

Però això no va suposar la seva fi, ja que a partir de 1662, Bellesguard passà a propietat dels Gualbes, i especialment un d'ells, Joan Ferrer Bonaventura de Gualbes i de Copons, va recuperar el passat gloriós de la torre, refent-la i inclús cedint-la com a seu de l'Acadèmia dels Desconfiats a partir de 1703, moment en què la situació política dins de la Barcelona emmurallada era força complicada, i els desconfiats van haver de marxar de la seva seu al carrer Montcada. Malauradament, els últims anys de la Guerra de Successió, especialment els anys 1713 i 1714, va tornar a causar danys considerables a Bellesguard. A partir de mitjans del segle XVIII i fins a 1871, Bellesguard va restar com a propietat de la comunitat de preveres de l'església dels Sants Just i Pastor. Durant aquest període va actuar com una mena de sanatori per als membres de la comunitat, a més de llogar part de la torre a membres importants de la Barcelona del moment i part de les terres de conreu als pagesos de la parròquia de Sant Gervasi. Fou com a conseqüència de les lleis de desamortització que Bellesguard deixa de pertànyer a l'església i passa l'any 1871 a

mans privades, però una mica després, el 1888, torna a comprar-la el bisbe d'Astorga, Joan Baptista Grau Vallespinós, qui va deixar dit en el seu testament que una part de la finca es donés a favor de les Germanes Oblates del Santíssim Redentor, on posteriorment es va fer l'actual Universitat Abad Oliba CEU.

Altra part de la finca va ser comprada per Maria Sagués i Molins, qui l'any 1900 va encarregar a Antoni Gaudí, amic del seu difunt marit Jaume Figueres, la construcció d'una casa. En aquesta ocasió, el geni català va poder expressar lliurement el seu sentiment cap a la seva pàtria i a Bellesguard, amb tota la seva càrrega històrica, va trobar el lloc adient per fer-ho. D'aquí que la casa estigui plena de símbols que ens traslladen a aquella època gloriosa de la història catalana.

Amb la construcció de la Universitat Abad Oliba desapareix gairebé per complet el Bellesguard medieval, queden només restes de la capella del rei Martí, però comença la vida del Bellesguard de Gaudí que amb només 115 anys, té una gran història al darrere per explicar.

Esteban Galindo López és historiador i forma part de l'Equip de Recerca Bellesguard

Torre Bellesguard d'Antoni Gaudí
Horaris i reserves:
de dimarts a diumenge de 10 a 15h
Telèfon: 93 250 40 93
reserva@bellesguardgaudi.com
www.bellesguardgaudi.com

Comerç de qualitat a la part alta de la ciutat



**Barnavasi,
l'Eix Comercial
de Sant Gervasi**



**Eix Comercial
de Sant Gervasi**

Septimània, 31 bxs. D6
08006-Barcelona

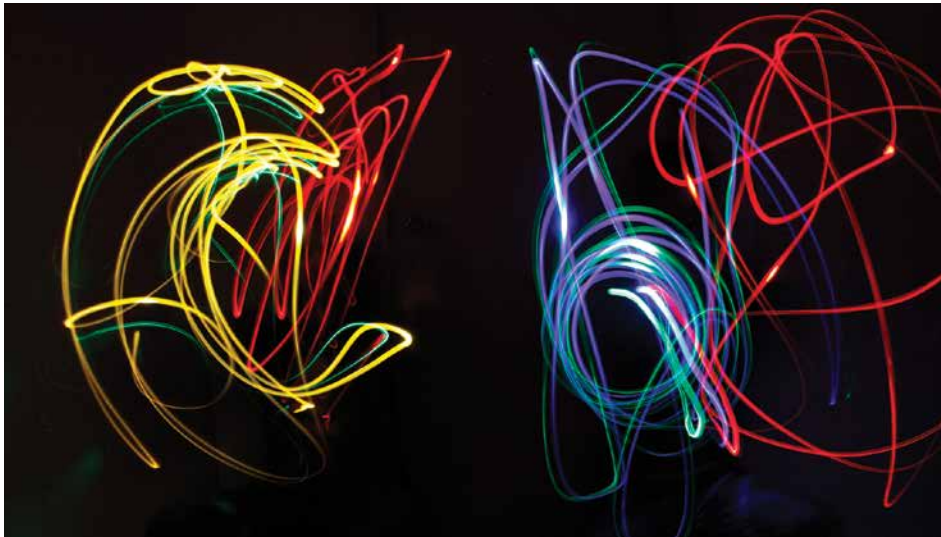
telèfon: 93 217 61 79
horari d'atenció: de 10 a
14 h. i de 17 a 20 h.
www.barnavasi.com
barnavasi@eixosbcn.org

Estem com un llum!

Activat el Pla d'Avistament Integral d'OVNIS a Sant Gervasi fins a finals del 2015

► **Consell de Redacció Casa Sagnier**

La versió oficial afirma que les obres d'arranjament que actualment hi ha als Jardins d'Enric Sagnier es deuen única i exclusivament a una millora urgent del drenatge del paviment urbà. La versió oficiosa, però, assegura que el *tinglado* muntat al carrer Brusi té una finalitat d'índole paranormal. És cert que si un veí qualsevol treu el nas pels voltants del centre cívic hi pot veure un núvol de pols, un caos de tubs i de *palés*, i mitja dotzena llarga d'operaris trastejant material amunt i avall. Però això, senyors, és només una *tapadera* en tota regla. Sens dubte, el desplegament d'operaris amb casc groc i armillers reflectores és una operació encoberta de Parcs i Jardins per aplicar el Pla d'Avistament Integral d'OVNIS. I no ho diem només nosaltres: M.R., de 39 anys, paleta natural del Marroc, i que ens demana que li distorsionem la veu, ens assegura que l'han subcontractat perquè és un especialista del nivell C en detectar *pluillus* voladors d'alta gamma. El Cap d'Obra — que exigeix sortir a l'article amb la cara pixelada— diu que té sospites que la Casa Sagnier és un lloc adient per l'atterratge indiscriminat d'UFO'S. Llibreta a la mà, ens exposa els indicis que fan evident que som davant d'una colònia d'ET'S: adolescents vestits estrofaloriament, molta gorra de colors i, sobretot, un argot incompreensible que, al seu parer, és la prova irrefutable que pels jardins d'Enric Sagnier hi acampa vida interplanetària de primer ordre. En un posat seriós, i calant-se el casc, ens confessa que està segur que les paraules interceptades aquests darrers dies són un codi altament secret per comunicar-se amb altres éssers galàctics. —Què, si no, vol dir *pitch*, *inter-face* o *groove*? Eh? Noms en clau, *fijo*. Per no parlar d'un putrum-putrum que, des de fa setmanes, surt de la Casa Sagnier. Una música de ritme tribal que, probablement, vol indicar les coordenades exactes on els OVNIS poden aterrar, Cap d'Obra *dixit*. I és en aquest punt on ens confessa (amb una falsa modestia que a penes pot dis-



simular, eliem...) que el Pla d'Avistament està cloncoent amb celeritat i èxit. Del fons de l'armilla desenfunda un *flyer* i ens l'ensenyà amb un: —Mireu, mireu! Molta tecnologia punta i tal, però aquests etés baden... Ara ja sabem els seus pròxims moviments! I lleigeix en veu alta: Barcelona Visual Sound. Del 14 al 24 d'abril: 12è Festival de Creació Jove de Barcelona. El 15 d'abril, a les 17 h, projecció de les creacions seleccionades de la categoria de ficció i elecció del 'premi del públic'. El 10 i 17 d'abril, a les 14.30 h, Menja-Ficció: dinar i projecció a les últimes pel·lícules referents del gènere fantàstic i de ciència-ficció. El 16 d'abril, a les 18 h, xerrada informativa entorn del món dels títols de crèdits. I perquè quedí constància que la intercepció és cabdal per la missió encoberta, el nostre Cap d'Obra treu un altre paper comprometedor mentre s'escura la gola i deixa anar l'últim pla d'aquests ET'S de barrí: 'Estem com un llum!', divendres 17 d'abril, 17.30 h: taller de performance d'experimentació sensorial a través de la música, la llum i els colors, amb música en directe. A partir de 3 anys' —Fins i tot hem calat els més petits d'aquests visitants, ha! I com qui no vol la cosa, gira cua i se'n torna a picar el terra amb una tècnica gens menyspreable per algú que dissimula ser qui no és...

Fomentar els estudis científics i tecnològics entre les noies

El PIAD i el PIJ Sarrià-Sant Gervasi han organitzat en el marc de la campanya **Informa'tu** **I tu ja tens clar què estudiar?** i en motiu del Dia de la Dona, una xerrada-taller a la Casa Sagnier dirigida especialment a noies, familiars, docents i orientadors sobre l'accés de les noies en els estudis mitjans i superiors relacionats amb la tecnologia, un dels sectors amb més prestigi i sortida laboral avui dia, amb menys presència femenina.

A Catalunya un 54% de l'alumnat universitari són dones, percentatge que es redueix al 26% en les carreres tecnològiques en general, i a un 6% en algunes especialitats com informàtica a la UPC. La xerrada de l'equip de investigació de JovenTic va servir per formular i respondre diverses qüestions que estan succeint a la nostra societat: si les dones avui dia són la meitat de les persones usuàries de les noves tecnologies, com és que teneu tan poca presència programant software o dissenyant hardware? És casual que tants cops haguem sentit dir "no, es que això no és per a mi"? D'on ve aquesta por o manca d'interès? Cal desmitificar la tecnologia com una cosa d'homes, i animar les noies a accedir-hi. Cal que les noies es formin i accedeixin a feines en l'àmbit de les enginyeries.

I a més a més (i OVNIS a part...)

Divendres 20 de març, a les 17:30 h
Xerrada: **Som pares i mares, no
superherois ni superheroïnes.**

Divendres 20 de març, a les 17:30 h
DiVeRdlvEnDrEs: activitats en família.
taller de cuina (a partir de 4 anys)

Del dilluns 23 al divendres 27 de març,
de 15 a 17 h i de 19 a 20 h
Inscripcions obertes pel **Casal Infantil
de Setmana Santa**

Dimarts 24 de març, a les 18 h
Jornada de videojocs: si ets jove i t'interessen els videojocs, coneix els estudis reglats que hi ha en aquest àmbit.

Dijous 26 de març, a les 18 h
Cineknitting: amb llicència per tricotar!: desenfunda les agulles de tricotar i mira una pel·lícula com si estiguéssis al sofà de casa.

Divendres 27 de març, a les 17:30 h
DiVeRdlvEnDrEs: activitats en família.
 Divercinema (a partir de 5 anys)

Divendres 27 de març, a les 18 h
Rookies Party Dj's.

Exposició: **Panxetes: les corbes de la vida.** Fins el 31 de març visita l'exposició de fotografies de la Marta Ricart sobre la dona, la maternitat i l'embaràs. L'horari de visita és de dilluns a divendres de 10 a 18 h.

Inscripcions als **Tallers de primavera**,
a partir del 7 d'abril, de dilluns a divendres de 10 a 14 h i de 16 a 20:30 h

Casa Sagnier

c. Brusi, 51-61 08006 Barcelona
93 414 01 95

Si has arribat fins al final d'aquesta columna i vols saber-ne més:
ccivics.bcn.cat/casasagnier

El mercat del Galvany

És un mercat històric de Barcelona, amb un estil arquitectònic sorprenent. Avui es debat entre la seva necessària restauració o una remodelació integral

► **Albert Anglès-Minguell**

El mercat de Galvaný pertany a l'època brillant de les estructures de ferro dins el modernisme català i és considerat com un monument artístic, presenta unes voltes amb grans finestrals de vitralls policromats i un tancament perimetral d'obra vista. L'edifici central està format per quadrats i triangles que conflueixen en la nau central de forma hexagonal. Aquesta obra emblemàtica modernista de ferro forjat que vertebrava el barri del mateix nom, té una història interessant a la qual val pena dedicar breument unes línies. Destinat ja com a mercat improvisat a l'aire lliure a mitjans del segle XIX, quan es començava a esbossar l'inici d'aquest barri, no va ser fins a l'any 1868 que el terratinent Josep Castelló Galvaný va cedir de manera oficial i altruista una part dels seus terrenys a l'Ajuntament de Sant Gervasi dins del pla d'urbanització de la zona, amb la condició que es construís un mercat cobert a la plaça amb el cognom de la seva mare. Malgrat aquesta cessió, van passar trenta-sis anys fins que no es van començar a edificar els primers murs el 1904. Can Galvaný era un mas antic construït a l'inici del segle XVIII, al costat del torrent de Galvaný, d'estil neoclàssic i propietat de la família Galvaný des de finals d'aquest segle, que es va emparentar per casament, amb la nissaga Castelló de terratinents sarrirenques.

La construcció del mercat

El desembre de 1904, es planteja l'aprovació dels pressupostos per acabar les obres de tancament del mercat, encara que no va ser fins a l'octubre de 1906 que la Comissió extraordinària de Reformes, Obres i Tresoreria encarregà a Pere Falques, cap de l'oficina d'Urbanització i Obres, el plec de condicions i el pressupost per a la construcció del mercat de Galvany i Sant Gervasi. Aquest arquitecte modernista ja havia dut a terme obres prou notables a Barcelona, com les reformes de la plaça Catalunya, el Liceu, la Boqueria, el parc de la Ciutadella o el recinte de l'Exposició Universal de 1888.

Es van fer fins a quatre subhastes diferents entre 1906 i 1914 per a l'adjudicació de les obres del mercat, i en va sortir sempre l'opció més barata. El contractista Franciscó Marimón va sortir a les tres últimes. Durant el període entre 1915 i 1925, la construcció del mercat es va aturar i va ser utilitzat o sol·licitat per a diverses ocupacions: allotjament militar, exposicions i fires, balls i festes benèfiques o per festes del barri. La seva coberta encara no estava ni enllestida. Pere Falqués també va comptar amb l'arquitecte Antoni de la Falguera per al projecte inicial i signaren conjuntament diversos cops, sobretot després de la mort del primer, el 1916. El juliol de 1925, es presentà un nou projecte d'obres per



Al costat, vista general de l'interior del mercat del Galvany, el dia de la seva inauguració el febrer de 1927. A baix, foto de les autoritats el mateix dia. Hi ha, entre altres, el bisbe i l'alcalde de Barcelona.

Fotografies de l'Arxiu del Districte de Sarrià - Sant Gervasi i de l'Associació de Concessionaris del Mercat Galvany



testa d'un grup de veïns del barri a l'alcalde de Barcelona, el novembre de 1926 per tal que s'agilitzessin les obres de conclusió, atès els intents fracassats d'inaugurar el mercat en diferents dates anteriors.

La inauguració del mercat

La inauguració oficial del mercat va ser el dissabte 26 de febrer de 1927, un cop adjudicades ja les gairebé tres-centes parades del mercat un mes abans. Apart de la presència de l'alcalde Baró de Viver i d'altres autoritats, l'afluència de públic va ser notable en el mercat ben ornamentat i es començà amb la benedicció per part del bisbe mallorquí Josep Miralles a les 12 h, seguit per una visita a l'interior, amenitzada per la música d'una banda militar i un aperitiu. Al dia següent, diumenge, es va obrir el mercat mig dia, amb una gran afluència, entre compradors i curiosos. Van passar alguns mesos fins que el mercat va ser enllestit del tot. A mitjans de 1928 es va instal·lar el fanal rotlleto de disseny del centre.

Durant la Guerra Civil el mercat va ressentir-se una mica, encara que no consta que es tanqués mai. Posteriorment va recobrar el seu dinamisme a partir dels anys cinquanta, sobretot amb les diferents reformes que va patir. Tot i així, actualment segueix sent molt semblant de com era en la inauguració i es planteja la possibilitat de fer-ne una restauració, com defensa l'Associació de Concessionaris, o una remodelació a fons, com voldria l'Ajuntament.

Albert Anglès-Minguell es especialista en la història del Galvany

MAS FULLAT TURISME RURAL
Casa rural amb capacitat per a 8-10 persones, en una finca agrària al peu del Montsant i a 20 minuts de la platja
Activitats a prop: visita de cellers, rutes gastronòmiques, ruta del Modernisme a Reus
Esports a prop: escalada, senderisme, hipica, piragüisme, parapent

Amb el codi **EL JARDÍ** obtindràs un regal de benvinguda

Més informació web: www.masfullat.com
Reserves a:
Correu electrònic: info@masfullat.com
Telèfons: 665 764 012 (Francesc) i 676 841 849 (Marcel)



DECORACIÓN

CARPINTERÍA

EBANISTERÍA

CORTINAS

ILUMINACIÓN

OBJETOS DECORACIÓN

REFORMAS

BAÑOS

COCINAS

CARPINTERÍA ALUMINIO

CALEFACCIÓN

AIRE ACONDICIONADO

ALBANILERÍA

LAMPISTERÍA / ELECTRICIDAD

PLADUR / YESERÍA

INSTALACIONES DE SEGURIDAD

HERRERÍA

PINTURA

VIDRIERÍA

PROYECTOS

ARQUITECTURA DE INTERIORISMO

DISÑO DE INTERIORES

ESTILISMO

PATENTES PROPIAS

REFORMAS

PROYECTOS

DECORACIÓN

Francesc Pérez-Cabrero, 7 - 08021 Barcelona - Tels. 93 209 78 74 / 93 183 09 82 / 93 183 09 83 - Fax 93 200 61 72 / <http://www.blaudecor.com>

TURÓ PARC

explorar el jardí

Els jardins de Mercè Rodoreda i de Portolà, al Putxet

► Maria Josep Tort

Els jardins de Mercè Rodoreda situats entre l'avinguda República Argentina, la baixada Blanes i el carrer la Costa es van inaugurar l'any 2008 per commemorar el centenari del naixement de l'escriptora. Situats en un terreny en força pendent, els jardins contenen espècies típicament mediterrànies com les alzines, els pins pinyoners, el marfull, el margalló, l'ametller etc. i d'altres espècies ornamentals com cedres, mimoses i palmeres.

Al costat mateix d'aquests jardins, podem visitar el romàntic jardí de Portolà, situat al pati de mançana d'una antiga casa modernista, la Villa Matilde que va ser construïda el 1910 i que ha estat restaurada recentment. El carrer de Portolà el va urbanitzar, cap el 1890, el matrimoni format per Casimir de Gomis, terratinent de la zona, i Rosa de Portolà, que nasqué a Agullana, que tenien una propietat important en aquest indret. La casa i el jardí el va construir un dels fills, i avui és un centre d'educació especial de la Generalitat de Catalunya.

El jardí, amb terrasses a diferents nivells i racons entranyables, conté llorers, troanes, nesprers, un taronger a l'entrada, un ullastre possiblement centenari i les soques tallades de cinc grans palmeres que devien patir l'atac de l'escarabat morrut. És un jardí paradigmàtic de les torres burgeses d'època modernista.

La primavera molt a prop

Depenent del clima, a les darreries del mes de febrer, ametllers i mimoses escampen la seva fragància i color arreu del paisatge. Clapes blanques lleugerament rosades alternen amb punts de color d'un groc cridaner com si fossin alegres pinzellades pintades sobre un fons d'hivern. Aquest dibuix ens mostra la proximitat de la primavera, l'estació més productiva de l'any, la que desferma sobtadament una allau de vida i de color.

En molt pocs dies, el paisatge canvia radicalment, els arbres s'omplen de fulles les flors despleguen el seu arsenal multicolor i l'herba tendra entapissa tots els racons del territori.

L'eclosió de les flors és un dels moments estel·lars de la primavera, el seu color no és un caprici de la natura, sinó que respon a una necessitat estratègica d'atraure insectes per garantir la reproducció de l'espècie, així doncs les flors més vistoses es pol·linitzen mitjançant insectes i les menys atractives a través del vent o altres mitjans.

El pinsà

► Enric Capdevila

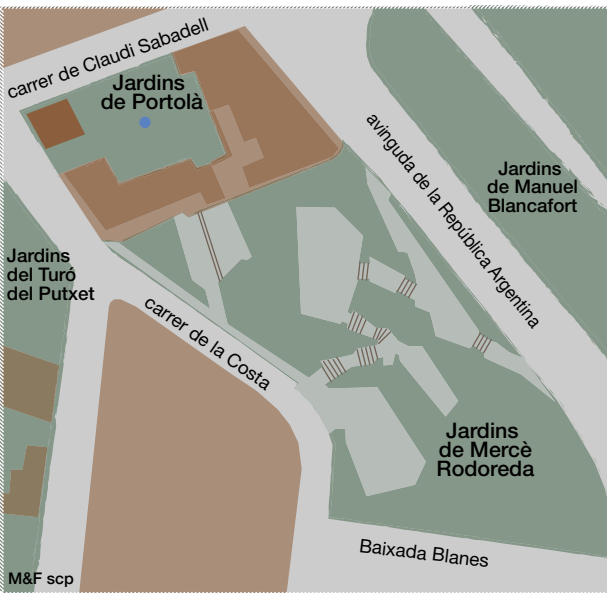
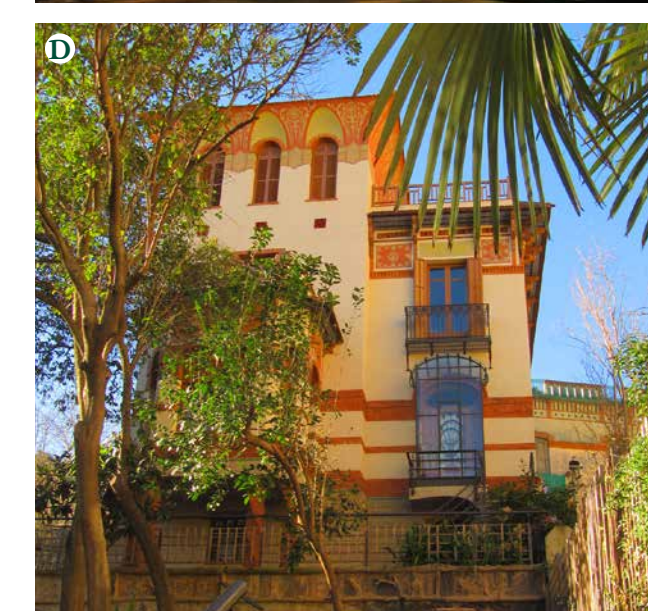
El pinsà comú (*Fringilla coelebs*) és un ocell de l'ordre dels passeriformes. El mascle té el front negre, el cap blau pissarra i les galtes i el pit morat; els dors marró i el carpó verdós.

La femella és de to marró verdós, amb la part inferior més clara. La doble franja alar i les rectrius blanques de la cua, el fan inconfusible en vol. Li agraden els boscos, erms, jardins i conreus. Durant la primavera i l'estiu menja sobretot invertebrats, durant la resta de l'any cerquen llavors del terra. Fa el niu en les capçades dels arbres o en arbusts alts, on hi fa una posta de quatre a sis ous. Els mascles tenen un cant molt bonic, per això és molt apreciat com a ocell de gàbia. És l'ocell més comú a tot Catalunya (sis milions), però a la ciutat només el podem observar durant l'hivern. Catalunya és un territori d'hivernada dels ocells europeus, fins al fet que la població alada augmenta de 35 milions a l'estiu, fins a 65 a l'hivern.

La dita: *Si veieu un pinsà, fred farà*



A - vista general dels jardins de Portolà, amb el surtidor i el banc decorats de trencadís a la terrassa central;
B - ametller amb flor dels jardins de Mercè Rodoreda;
C -mimosa florida;
D - vista de Vil·la Matilde, d'estil modernista, una torre molt representativa del Sant Gervasi de principis del segle XX.



L'ametller - *Prunus dulcis*

L'ametller és el primer fruïter que ens avisa de la proximitat de la primavera. Obre les seves flors abans que surtin les fulles quan encara fa fred i fins i tot quan glaça. És un arbre de secà de la terra baixa, d'origen oriental i naturalitzat a la regió mediterrània. Pertany a l'extensa família de les rosàcies amb fulles lanceolades i dentades i amb flors molt abundants amb cinc pètals de color blanc lleugerament rosat.

El fruit de color verdós i amb un borrisoll superficial és l'ametlló i la llavor, —la part comestible—, l'ametlla de gran valor nutricional que conté proteïnes, greixos, sucres, vitamines i minerals en quantitats variables.

Es cultiven dues varietats d'aquests arbres que donen ametlles dolces i amargues. Les amargues són tòxiques i s'utilitzen per fer cremes i altres cosmètics i les dolces tenen infinitat d'aplicacions en la indústria alimentària i a la nostra cuina. La closca llenyosa també s'utilitza com a combustible.

L'ametlla és el fruit sec que té el grau de cotització més elevat en el mercat internacional de la fruita seca.

Mimosa - *Acàcia dealbata*

Igual que l'ametller, la mimosa desplega el seu potencial florístic a finals d'hivern amb l'eclosió de milions de flors de color groc brillant que omplen la capçada fins a vessar i deixen pràcticament ocultes les fulles persistents de l'arbre. La floració de la mimosa és espectacular, a primer cop d'ull les flors semblen petits cabdells esfèrics però en realitat són inflorescències que agrupen unes vint o trenta flors en cada cabdell o glomèrul. Les flors desprenen una olor força agradable.

La mimosa originària d'Austràlia i Tasmanian pertany a la gran família de les lleguminoses que inclou 1.200 espècies del gènere Acàcia i comprèn plantes de fulles compostes i plomoses amb fruits en forma de llegum. Naturalitzada a l'àrea Mediterrània, sovint constitueix una greu amenaça per a la flora autòctona a causa de la seva capacitat colonitzadora. És una planta catalogada com a invasora que cal controlar. Com a planta ornamental es cultiva moltíssim pel seu enlluernador color.

Maria Josep Tort és biòloga i especialista en arbres singulars

entrevista

Pablo Martínez Jarque, quiropràctic, y el Equilibrium Centre Quiropràctic

La quiropràctica permite disfrutar de una vida más sana, más llena de energía

► Montse Roig

Todos tenemos algún problema de salud que no hemos logrado resolver o la necesidad de obtener un mejor estado de bienestar general. Pablo Martínez Jarque, Doctor en Quiropráctica por la Life University de Atlanta y Jefe del Departamento Quiropráctico en el Barcelona College of Chiropractic, nos recibe en Equilibrium Centre Quiropráctico para explicarnos en que consiste la Quiropráctica y cómo nos puede beneficiar.

Tengo que confesar que no sé exactamente qué es la quiropráctica... Según la Asociación Española de Quiropráctica (AEQ), la quiropráctica es la profesión sanitaria que se ocupa del diagnóstico, tratamiento y prevención de las alteraciones del sistema músculo-esquelético valiéndose de los ajustes vertebrales manuales específicos. En España los quiroprácticos tienen un problema porque hay un gran desconocimiento de la profesión.

A ver si lo resolvemos: ¿puedes explicar de modo simple cómo trabajan los quiroprácticos? Los quiroprácticos tomamos el individuo y analizamos su columna vertebral; la columna vertebral es la casa del sistema nervioso, formado por los nervios que controlan el cuerpo. El sistema nervioso coordina y regula todas las actividades del cuerpo humano; el cerebro sería la maquinaria central donde se procesa toda la información. El cerebro se comunica con el cuerpo a través de los nervios y el cuerpo se comunica con el cerebro a través de los nervios.

¿Entonces la quiropráctica se ocupa de restablecer esta comunicación? Exactamente, el quiropráctico busca cuál de las vértebras se ha salido de su lugar causando un pinzamiento que genera una presión sobre el nervio y esa presión hace que se produzca una desconexión entre el cerebro y el cuerpo. A ver cómo lo explico... imagínate que tienes una manguera y que estás regando el jardín. De pronto, presionas un poco el tubo y el agua sigue fluyendo pero fluye con menos intensidad. Eso es lo que busca el quiropráctico: qué vértebras generan presión sobre el nervio y con un movimiento simple, con las manos o asistido con instrumentos, vuelve a colocar la vértebra en su lugar. Así, reconectando el sistema nervioso, se restituye el flujo a su máxima expresión posible.

¿Que tipo de beneficios aporta la quiropráctica? La mayoría de los pacientes que se benefician de la quiropráctica suelen acudir por primera vez a la consulta por un tema de salud concreto. Por lo general se trata de problemas de espalda tales como dolor de cuello, hernia discal, ciática, escoliosis o lumbago pero también acuden para tratar otro tipo de problemas como migrañas y los dolores de cabeza. Con el tiempo, a medida que van experimentando en su propio cuerpo los beneficios que reciben y conforme van entendiendo los principios de la quiropráctica, la van integrando en su estilo de vida, ya no solamente para huir de una molestia sino para disfrutar de una vida más sana, más llena de energía.

¿A que os referís cuando habláis de subluxación? A ver, la subluxación quiropráctica es un conjunto de cambios funcionales, estructurales o incluso patológicos que comprometen la función del sistema nervioso. La desalineación y la alteración del funcionamiento o de la movilidad de la columna puede llegar a irritar los nervios que pasan entre las vértebras y, en consecuencia, alterar el flujo de información que pasa a través de los nervios.

¿Y donde hay que buscar las causas que provocan las subluxaciones? Las causas son diversas. La quiropráctica distingue entre diferentes tipos de estrés a los que sometemos nuestros cuerpos y que son los responsables directos de las subluxaciones. Las malas posturas, los movimientos repetitivos y las lesiones por accidentes forman parte del estrés físico. La presión, las exigencias laborales y las malas experiencias pertenecen al campo del estrés mental y emocional.

¿Qué pasa cuando tienes algún problema? Los músculos de la espalda se contraen, generando un estrés físico producto de la reacción del cuerpo a un estímulo negativo externo. Esta reacción, con el tiempo, impide el correcto movimiento de la zona, creando la subluxación y por ende la interferencia en el sistema nervioso, trayendo consecuencias importantes en el estado de salud de las personas.

‘La quiropráctica permite que el cuerpo recupere su capacidad natural de autorregulación’

La nicotina y el alcohol no deben ayudar mucho... Claro que no, consumir ese tipo de sustancias genera estrés químico. También influyen la polución, los aditivos, las toxinas.

Más dudas: ¿qué comparten la quiropráctica y el quiromasaje? No mucho, la verdad, son prácticas totalmente diferentes. El uso reciente de la palabra quiromasaje para referirse a los masajes produce una confusión lingüística que a veces confunde al público. El quiromasajista es un profesional que se encarga de realizar un masaje y hay cientos de técnicas distintas. El quiropráctico se encarga de la detección de las vértebras subluxadas para corregirlas y remover la interferencia nerviosa... El cuerpo se encarga de hacer el resto, recuperar su capacidad natural de autorregulación.

¿Y la quiropráctica y la osteopatía? Yo diría que la quiropráctica y la osteopatía están un poco más relacionadas. La diferencia entre la quiropráctica y osteopatía parece imperceptible al comparar ambas filosofías. Las diferencias son más notorias al considerar el alcance de la práctica y los requisitos educativos de ambas disciplinas. Las dos



PRIMERA VISITA GRATUITA

c/ Castanyer 4-6
93 328 33 82
www.equilibriumchiropractic.es
Facebook: [equilibriumchiropractic](https://www.facebook.com/equilibriumchiropractic)

suscriben a los tratamientos que tienen una visión integrada del cuerpo. Los osteópatas piensan que los sistemas de cuerpo humano están interrelacionados y dependen unos de otros para lograr un buen estado de salud y la falta de flujo sanguíneo es lo que lleva a enfermarse. Mientras que los quiroprácticos prestan especial atención a la biomecánica, la función y estructura de la columna vertebral, sus efectos en el aparato locomotor y el sistema neurológico, y el papel que cumple la función correcta de estos sistemas en la preservación y rehabilitación de la salud.

¿Y que decir de la fisioterapia? Bueno, si bien se encarga de corregir, mejorar o restaurar el movimiento a nivel músculo-esquelético, la fisioterapia se sirve de modalidades terapéuticas como el frío, la luz, el calor, el agua, el ultrasonido y la electricidad para paliar los síntomas de múltiples dolencias.

Ya nos va quedando todo más claro... Repito que, a diferencia de otros países como Australia, EEUU, Canadá y algunos países de la Unión Europea, donde la quiropráctica es una profesión sanitaria de primera índole, en España es una práctica todavía muy desconocida. Hay pocos quiroprácticos y un altísimo índice de intrusismo porque no hay una legislación que controle o regule la profesión. Cualquiera puede decir que es quiropráctico sin ni siquiera tener un título. O haber hecho un simple seminario para aprender ciertas técnicas de ajuste. En EEUU o en Canadá, por ejemplo, la quiropráctica requiere cinco o seis años de estudios universitarios que se traducen entre 5.000 y 5.500 horas de clase. La AEQ asegura que sus miembros son realmente licenciados en quiropráctica, la AEQ es una herramienta que le permite al público saber si se es un farsante o no.

¿Cuánto suele durar un tratamiento quiropráctico? ¡Esa es una de las preguntas más recurrentes! La mayoría de los pacientes quieren saber la duración de su tratamiento y eso es difícil de determinar porque no hay un patrón establecido, tratamos a cada paciente

como un ente único. La respuesta de cada uno a los ajustes es distinta, hay personas que asimilan muy bien los ajustes y, con solo un par de sesiones, se sienten mucho mejor. A otros les lleva más tiempo. Una vez resuelto el problema se establece una terapia de conservación y muchos pacientes la mantienen porque se dan cuenta de que, con la quiropráctica, su rendimiento mejora considerablemente. Enfrentan mejor toda clase de situaciones porque están más equilibrados.

¿Podríamos decir entonces que la quiropráctica es una opción global? Claro que sí, la gente se acerca a mi consulta para solucionar un problema específico y se da cuenta de los numerosos beneficios que aporta la quiropráctica; no sólo solucionan el problema sino que notan cambios sustanciales, perciben que mejoran otros aspectos de su salud que ni tan solo me habían mencionado. Al final, son los mismos pacientes los que deciden la periodicidad del tratamiento. Son ellos los que saben cada cuanto necesitan un ajuste, su cuerpo marca la pauta.

Todos nos hacemos mayores ¿la edad nos desajusta? Me temo que sí, es el ritmo natural de la vida. Pero vamos a ser positivos: las personas no están condenadas a llegar a viejecitas con bastón o silla de ruedas, sólo las que no se cuidan a lo largo de su vida. ¡Ojo! Es evidente que hay enfermedades genéticas muy determinantes pero, dejando aparte estos casos, si hacemos ejercicio, nos cuidamos desde el punto de vista nutricional, tenemos una actitud positiva y nos ajustamos regularmente, podemos llegar a la vejez en mejores condiciones. La quiropráctica es segura y está recomendada para todo el mundo, desde bebés recién nacidos a personas de la tercera edad pasando por atletas que persiguen un mejor rendimiento de su cuerpo o mujeres embarazadas. Eso sí, debemos ponernos siempre en manos de profesionales titulados y debidamente formados.

Pablo Martínez Jarque és quiropràctic i director del centre Equilibrium

La Llar de Mossèn Lluís Vidal

La Llar és un espai on la gent gran es pot reunir, parlar i fer coses, amb l’esperança que això ajudi a mitigar la solitud i a sentir-se aollits

► Jesús Mestre

La Marta Mestres i Rodon (1925) ens espera a l’àmplia sala principal de la Llar, al carrer Bigai 12. Ella, amb 90 anys, és la presidenta de l’associació que gestiona aquest centre fundat l’any 1980 a partir de la bona predisposició d’un grup de persones que volien ajudar la gent gran del barri a resoldre els problemes que tenien i que van comptar amb la col·laboració del rector de la Bonanova, mossèn Lluís Vidal. La parròquia els va deixar aquest local on diàriament s’hi reuneixen entre quaranta i cinquanta persones. Hi ha dies, com els dilluns, que estan dedicats als jocs de saló, d’altres dies a activitats com xerrades, tallers, concerts o teatre; sovint la Coral de l’entitat, formada per 52 persones, es reuneix per assajar, i molts dies es troben només amb el propòsit de comparar una estona amb la companyia d’amics i coneguts. Poc després arriba Jaume Busquets i Mensa (1936), atrafegat perquè està omplint els infinits formularis que l’Ajuntament demana per justificar la minsa subvenció que el Districte ha aportat a la Llar l’any 2014. El sosteniment del centre s’aconsegueix sobretot a partir de les quotes dels prop de cent-cinquanta socis, més les aportacions puntuals per algunes activitats o excursions, i algunes subvencions com la municipal. Són recursos que els permet obrir cada dia el centre i, amb la valuosa aportació del voluntariat,



A l’esquerra, Jaume Busquets i, a la dreta, Marta Mestres a la Llar de Mn. Lluís Vidal.

organitza més de vint activitats mensuals. Algunes són tallers dirigits als usuaris més fidels i amb la intenció d’"estar en forma", com ara les sessions de gimnàstica, de català, de conversa de francès, de musicoteràpia o d’exercici de memòria. Però sempre n’hi ha de més lúdiques com projeccions d’òpera, cinefòrums, xerrades, recordatoris de tradicions i festes populars o visites culturals. El dimecres 25 de març hi ha l’Assemblea anual de la Llar —sempre ha funcionat com una associació privada i amb vida independent de la parròquia— i s’està preparant un relleu a la Junta Directiva. L’actual presidenta, la Marta, acaba el seu mandat de quatre anys. Tot i gaudir de bona salut, la seva edat l’aconsella propiciar la renovació de la junta, cosa que mai és fàcil a les associacions. Però, si tot

segueix pels viarany traçats, en Jaume la substituirà al capdamunt d’una junta renovada. En Jaume està molt agraït a la Llar per l’acolliment que van fer a la seva dona en les fases inicials de la malaltia de l’Alzheimer, fent-li companyia i ajudant-la a mantenir una bona qualitat de vida. Ara la malaltia ha avançat i està ingressada, i en Jaume vol mantenir la relació amb la Llar. Els membres de la junta i l’equip d’acollidors, són les persones voluntàries que s’encarrega del dia a dia del centre. El lema de la Llar és “acolliment i amistat”, ja que es considera que el principal patiment de la gent gran és la solitud: el pitjor de tot és sentir-se sol, tant en el dia a dia com en les festes quan tothom s’ajunta, com ara el Nadal. També està alerta per donar un cop de mà a aquelles persones amb dificultats econòmiques però que els costa molt de dir-ho, fenomen usual en un barri amb un nivell de vida alt. Així, seguint els propòsits de la seva fundació, el centre és un espai on la gent gran es pot reunir, parlar i fer coses, amb l’esperança que això ajudi a mitigar la solitud i a sentir-se aollits els uns pels altres. Cada cop és viu més anys i el dinamisme de centres com la Llar ens permet pensar que es té cura de la qualitat de vida dels nostres avis i àvies, i que ho fan ells mateixos que, en definitiva, són els més conscients de les seves necessitats. Ajudar a vèncer la solitud de la gent gran, però, és un repte de tothom.

Dones grans, grans dones

Violència i vellesa femenina al cinema

► Dolors Morella i Patrícia Fàbregas

El passat dimecres 4 de març, el Centre Cívic de Can Castelló va realitzar una tertúlia-reflexió del paper de les dones en el nostre dia a dia, a partir de la visualització de fragments d’algunes pel·lícules. L’acte va ser conduït per la Mireia S. Albrich i organitzat des de Trama Serveis Culturals. Els participants van ser molt actius a l’hora d’expressar i contrastar vivències i opinions, la qual cosa va ser molt enriquidora per a tothom. Des d’aquí us volem fer un petit recull d’alguns comportaments femenins que van fer-nos reflexionar a partir de l’experiència de cadascú de nosaltres.



D’aquesta manera si el president del banc mundial porta els mitjans foradats, automàticament es pensa que la dona no té cura de la roba, en comptes de pensar que ell, no ha vist que potser calia canviar-se’ls!

Una cançió para Marion. Els rols de gènere i la violència inconscient. En aquí es veu, com l’home, pel fet d’haver estat educat com a home, no té la capacitat de cuidar a la seva esposa, tot i que sí que la considera responsabilitat seva, i exerceix violència sense ser-ne conscient.

Soledad. Violència econòmica i de desàpoderament dels grans, en especial, de les dones grans. La realitat ens diu que moltes dones que han quedat vídues (n’hi ha més que homes), els fills prenen les decisions per elles, sense tenir en compte el que volen elles. Així com elles, que sovint no han portat mai els números a casa. Segueixen fent el paper après de quan hi havia el

marit. I ho troben normal! Elles, cuiden de la família!

Los cuentos de Tokio. Estem amb una societat tant ràpida que els temps lents, fan nosa. Amb freqüència es descriu a la gent gran senzillament per tenir un tempo més lent. El més trist del cas, és que fins i tot les mateixes persones grans, es creuen que molesten. Això fa que costi situar a tothom en el lloc que li pertany.

Sang Woo y su abuela. Quins valors socials prevalen? Es reconeix la coresponsabilitat familiar? Des d’aquí es reivindiquen els valors que transmeten les àvies i els avis. Així com el recolzament familiar que fan perquè les dones joves puguin treballar ja que encara no es dona la coresponsabilitat entre els homes i les dones (ells continuen vivint com si no anés amb ells – grans i joves–: la feina de casa i de cura no es concep, socialment i personalment, com a quelcom que és responsabilitat de totes les persones de la casa) i elles continuen responsabilitzant-se de la majoria de tasques de la llar. A més a més, això comporta que les dones grans s’oblidïn de tenir cura d’elles mateixes, i ja s’ho mereixen! Aquests visionats ens van fer recapacitar en la figura de la dona en la societat actual. Sembla que s’han aconseguit molts avanços, però encara queda molt camí per fer.

ACTIVITATS DEL 18 / III AL 20 / IV

MARÇ

DIMECRES 18, A LES 17:30 H

La revoltosa de Ruperto Chapí, cinefòrum de sarsuela.
Llar de Mn. Lluís Vidal
c. Bigai, 12 baixos

DIVENDRES 20, A LES 17:15 H

Tarda de cinema: **Belcanto de Luciano Pavarotti**, a càrrec de Joan Casanovas.
Casal Llar mare de Déu de Gràcia
pl. Lesseps, 25

DIMARTS 24, A LES 17:30 H

Xerrades: La dona a l’Islam, a càrrec de Maribel Pendàs.
Casal de Sant Ildefons
c. Marià Cubí, 111

DIMECRES 25, A LES 17:30 H

L’assemblea anual de la Llar.
Llar de Mn. Lluís Vidal

DISSABTE 28, A LES 17:30 H

Tarda de cinema, amb xocolata
Esplai Bonanova, c/ Muntaner, 441 bxs
Preu: 2€

DIMARTS 7, A LES 17:30 H

Festa tradicional: **La mona de Pasqua**, amb cantades i ball.
Casal de Sant Ildefons
Preu: 5€

ABRIL

DIMECRES 8, A LES 18 H

Celebrarem la **Pasqua** menjant la Mona i acabarem amb una actuació musical.
Llar de Mn. Lluís Vidal

DIJOUS 9, A LES 17:30 H

Xerrades: **Voluntariat per la llengua**. Ens informaran com funciona el projecte i ens convidaran a fer de voluntaris al mateix centre de Can Castelló. A càrrec del Centre de Normalització Lingüística de BCN, delegació de Gràcia i Sarrià - Sant Gervasi.
Casal de Can Castelló
Cal inscripció prèvia al mateix Casal

DIVENDRES 10, A LES 10 H

Compartim amb els infants de l’Escola Augusta: Literatura (5è i 6è de Primària). Una bona manera de posar en valor el paper de les persones grans, mentre es comparteixen experiències enriquidores de joc i tertúlies amb els infants.
Casal de Can Castelló

DIMARTS 14, A LES 17:30 H

Xerrada sobre **la malaltia de l’Alzheimer**, a càrrec d’especialistes amb el tema.
Casal de Sant Ildefons

DIVENDRES 17, A LES 10 H

Compartim amb els infants de l’Escola Augusta: Costura, botons i vetes (3r i 4t de Primària).
Casal de Can Castelló

DILLUNS 20, A LES 17:30 H

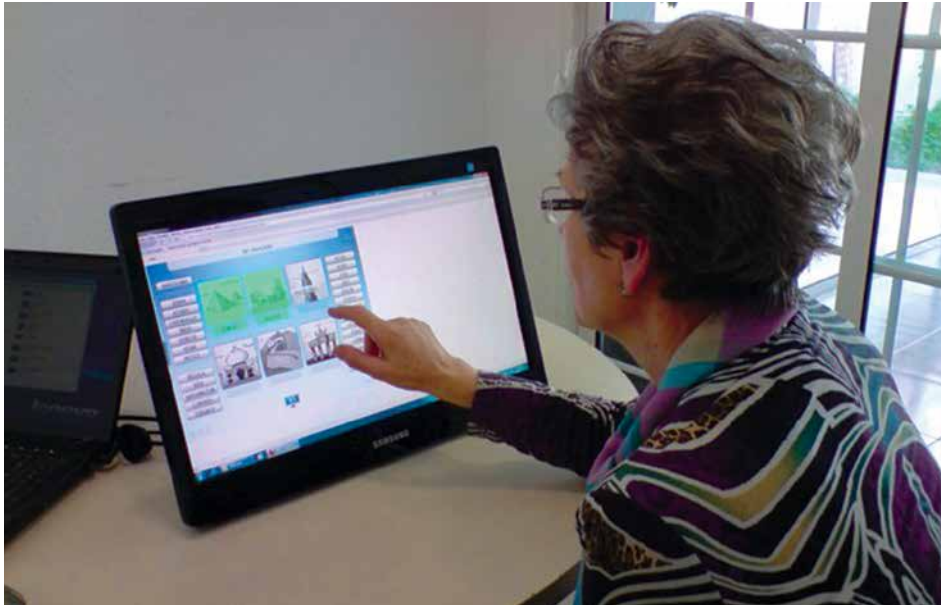
Festes tradicionals: Sant Jordi, amb concert de la Coral del centre.
Esplai Bonanova
Preu: 5€

Diagnòstic, pronòstic i tractament del dèficit de memòria

El diagnòstic d’un dèficit de memòria en la gent gran, en la majoria dels casos es porta terme de manera tardana

► Guillem Martín

En la nostra societat actual hi ha diversos recursos de caràcter sociosanitari dedicats a la gent gran, entre els quals es troba l’atenció diürna específica dels pacients afectats per un deteriorament cognitiu moderat/greu (els centres de dia), que donen com a resultat final el benefici de la gent gran i el seu entorn. Des d’Uszheimer pretenem innovar i donar un pas més en la necessitat d’informar, formar i sensibilitzar les persones grans i els seus familiars dels possibles dèficits de memòria, preveure i actuar davant d’un possible deteriorament cognitiu lleu. Sense necessitat d’esperar a què aquest deteriorament avanci i doni lloc a altres patologies com la demència. El diagnòstic d’un dèficit de memòria en la gent gran en la majoria dels casos es porta terme de manera tardana. És per aquest motiu que és de vital importància conscienciar la societat de quins són els signes d’alerta als quals hem de prestar atenció quan s’arriba determinades edats, normalment a partir dels 65 anys. Per un costat podem parlar de símptomes comportamentals / emocionals, com poden ser l’apatia, tristesa, símptomes de tipus depressiu... I per l’altre costat, hem de tenir en compte factors de tipus cognitiu com poden ser oblits en temes que puguin ser



rellevants, repetició de preguntes o idees diverses vegades en poc temps, dificultats en la parla, en la denominació d’objectes... És important tenir en compte que si tenim algun dubte respecte a nosaltres mateixos o algun familiar no li hem de restar importància i acudir al nostre neuròleg de referència per a què iniciï l’estudi del cas. Si el diagnòstic ens informa que es tracta d’un cas de DCL (Dèficit Cognitiu Lleu) significaria que ens trobem en una fase intermèdia en el continuïum “Envel·liment no

patològic - Demència”. És dir, es tractarà d’un cas de persona amb afectació de les seves capacitats amnèsiques (en la majoria de casos de DCL) però que aquestes dificultats no interfereixen per dur a terme amb normalitat la seva vida quotidiana. Aquest és un moment cabdal tant respecte a la possible evolució del dèficit de memòria com del seu tractament, ja que en estudis longitudinals mostren que les persones que pateixen DCL tenen major risc d’evolucionar cap a demència, en

la majora de casos Malaltia d’Alzheimer, amb un taxa 10 vegades superior a la població general. En aquest punt pren importància el concepte d’atenció precoç del dèficit de memòria, especialment des de les entitats que ens dediquem a l’atenció de les malalties neurodegeneratives i la prevenció i manteniment de l’autonomia personal. Així doncs, la incorporació i adaptació d’espais com la unitat de memòria per a gent gran amb problemes significatius de memòria genera una nova concepció de la possibilitat de treballar en grups reduïts i horaris compactes així com crear un espai per compartir les dificultats que implica conviure amb dèficit de memòria entre la gent gran.

Guillem Martín és psicòleg de la Fundació Uszheimer

.....
Fundació Uszheimer
Unitat socioeducativa d’alzheimer
Diagnòstic i Centre de Dia
Passatge Forasté 11-13
08022 Barcelona
Tel.: 93 418 65 65
info@fundaciounszheimer.org
http://fundaciounszheimer.org
http://www.premisoletura.com



CENTRE INTEGRAL D’ENTRENAMENT DE LA MEMÒRIA

El més innovador centre neurorehabilitador de Barcelona que ofereix
Tractaments personalitzats i Tallers de memòria a preus sense competència



Pèrdues inicials de memòria



Dificultats cognitives



Dificultats d’orientació i d’atenció

PRIMERA VISITA GRATUÏTA

Estrès, ansietat, apatia.

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

Mercè Rodoreda i Sant Gervasi

Aquell jardí, “on les acàcies d’escorça arrugada, encara tenien un desig cansat de florir a la primavera”

► Marina Barraso

El barri de Sant Gervasi forma part inqüestionable del paisatge literari barceloní. Ha estat font d’inspiració i escenari de reconegudes novel·les, poemes i dietaris. Mercè Rodoreda, Manuel Vázquez-Montalbán, Montserrat Roig, Juan Marsé o Eduardo Mendoza han fet passejar els seus protagonistes pels carrers impassibles d’aquest trosset de ciutat prodigiosa, creant un privilegiat cosmos de ficció i una ubicació urbana literaturitzada al nostre abast. En aquesta secció s’hi aniran colant ressenyes, frases, passatges i reflexions d’alguns dels escriptors que han fet del barri de Sant Gervasi un testimoni de les seves millors històries.

De tots els jardins (Mirall trencat. Mercè Rodoreda, 1974)

Si Sant Gervasi pertany a un univers literari, aquest és el de Mercè Rodoreda. Les seves torres, carrers i, sobretot, aquells jardins “esmeradament entretinguts”¹ configuren l’escenari de la vida de Teresa Goday, la bella peixatera del Mercat de la Boqueria que esdevindrà la poderosa Senyora Valldaura a *Mirall trencat*.

“A la part alta de Sant Gervasi, en un carrer a mig fer, al costat d’un camp, i voltada d’un gran jardí que, a la banda de darrera, més enllà d’una esplanada, es convertia en bosc”¹, Mercè Rodoreda hi situa la casa abandonada del Marquès de Castelljussà, que serà la residència i marc de la història dels Valldaura.

El bosc era un parc abandonat que l’escriptora, de petita, contemplava “frondós d’arbres centenaris”¹ des del menjador de casa seva, al carrer de Manuel Angelon, i curiosament, també des del pis que va comprar anys més tard al carrer de Balmes. S’hi alçava imponent una torre de tres pisos que tenia l’entrada principal pel carrer de Ríos Rosas i al darrere un jardí extens que, com endevina la Teresa en observar-lo per primera vegada, “devia haver estat un parc”¹, el del Marquès de Can Bruis.

Aquell jardí, “on les acàcies d’escorça arrugada, encara tenien un desig cansat de florir a la primavera”¹, ple de moreres, roures i til·lers, constitueix un personatge



A l’esquerra, retrat de l’escriptora els anys seixanta. La fotografia l’ha proporcionada l’Arxiu de la Fundació Mercè Rodoreda de l’Institut d’Estudis Catalans.

Citacions:

1 Rodoreda, Mercè: *Mirall trencat*. Club Editor Jove-Club Editor, 2006. Any de publicació 1974
2 Rodoreda, Mercè: *Escrits biogràfics Imatges d’infantesa, d’Un Café i altres narracions*, Fundació Mercè Rodoreda, Barcelona 1999



imprescindible en la novel·la, que evoluciona i se su-meix en la decrepitud alhora que ho fan també els seus protagonistes.

L’oasi lluminós i bucòlic de rosers bords i lilàs dolorosos, que havia estat “el niu de la lluna i el cau de rossi-nyols”² de les nits d’estiu de la família Valldaura, va do-nant pas a zones d’ombra i fulles seques on l’heura, que abans s’enfilava, acaba escanyant. I el verger esplendorós i idealitzat que tot ho veia contempla finalment, em-malaltit i sense ocells, la decadència fosca d’aquella vida

encegadora.

En aquests dòcils matins de març, no és difícil adver-tir que el sol d’hivern que daurava la pell de la Teresa, a través de la galeria de vidres de colors del capdamunt de la Torre, destil·la encara els seus reflexos irisats sobre els plataners impertorbables que dominen el que avui és el Parc de Monterols, potser amb certa nostàlgia de temps radiants “on tot eren flors i arbres”².

I és que Sant Gervasi era, ben bé, el “jardí de tots els Jardins”¹.

Una torre a Sant Gervasi

Valldaura li digué: “M’enduc la dona a París, però com que és molt barcelonina tinc por que s’enyori. Voldria que vostè, amb el temps, em busqués una torre i així me la podria anar arreglant al meu gust.” “Justament —li contestà Fontanills— en tinc una per vendre; d’un mal hereu, el Marquès de Castelljussà. Però està molt abandonada.” Aquell mateix dia l’ana-ren a veure i Valldaura se’n enamorà: a la part alta de Sant Gervasi, en un carrer a mig fer, voltada d’un gran jardí que, a la banda de darrera, es convertia en bosc. Pocs dies abans d’anar a París, Valldaura portà la Teresa a veure la torre. Així que baixaren del cotxe la Teresa es quedà tan parada que només tingué esma de dir: “Déu meu, sembla un castell!”. Al peu del reixat començava un caminal molt ample, amb castanyers a banda i banda; al fons, alta de tres pisos, amb dues torratxes i totes les teulades de rajoleta verda, coberta d’heura amb les fulles que ja s’anaven tornant vermelles, la casa es retallava sobre un cel de tardor. Al costat dels testos amb les plantes, Valldaura preguntà a la seva dona “T’agrada?” La Teresa, sense dir res, l’abraçà fort.

Fragment adaptat del capítol IV de *Mirall trencat*, pà-gines 70-72, Club Editor Jove-Club Editor, 2006

LA IL·LUSTRACIÓ: LA PLAÇA MOLINA



Il·lustració de Patricia Trujillo - Atelier de Sant Gervasi

L’HOME DE MONTEROLS

Missió acomplerta

► Jordi Quer

Un dia vaig decidir intentar-ho. Vaig baixar el carrer Santaló. No vaig trobar ni una ànima fins que vaig travessar Via Augusta. Va haver-hi algun bar, algun restaurant, a partir d’aleshores. Primer llums i ombres. Després, a l’alçada de Marià Cubí, una terrassa. Vaig aturar-me davant d’un rètol on posava The End. Estava fosc a l’interior. Vaig entrar-hi. Un cambrer servia uns gintònics a unes noies que duïen uns pantalons blancs. Vaig demanar-ne un també. Hi havia una parella asseguda en unes butaques. Vaig recordar que hi havia estat en aquella zona feia anys. Hi havia molts bars, molta gresca. Un conte del Quim Monzó en parlava. El protagonista era afortunat. Tenia un pis a Marià Cubí que li servia per lligar. El cambrer va preparar-me un altre gintònic. Una de les noies dels pantalons blancs va posar-se a la porta a fumar. Vaig mirar el rellotge. Era tard. No semblava que el local s’hagués d’omplir. Vaig sortir. Vaig agafar Marià Cubí. El carrer estava solitari. Vaig creuar Muntaner. Hi havia unes llums de coloraines. Vaig apropar-m’hi. Una dona va obrir una porta. Portava poca roba sobre el seu cos. Els seus pits lluentaven. “Que te vamos a comer!”, va dir, allargant la mà cap a mi. Vaig apartar-me’n abans

que els seus dits arribessin a mi. Vaig trobar dos llocs que tenien les mateixes coloraines que les anteriors. Uns homes amb abric i cossos musculosos s’estaven davant d’ells. Vaig passar de llarg. Vaig arribar a Gal·la Plàcidia. Vaig pensar si tirava endavant. Això significava que abandonava Sant Gervasi. Vaig recular. Els homes musculosos havien desaparegut. Vaig pujar Muntaner. Les primeres rampes del Turó de Monterols van fer-se pesades a les meves cames. Vaig oir un xivarri passat el carrer Plató. Provenia d’una porta on hi havia la paraula Mascotte. Vaig traspasar-la. Unes escales anaven cap al soterrani. Hi havia una barra, tot de gent. Parlaven entre ells, animadament, com si es coneguessin. Vaig observar-los. Eren joves, molt joves. El cambrer entrava i sortia d’una cambra on hi havia caixes de cerveses. Vaig demanar-li un gintònic. Quan vaig fer-ne un glop, va fer-se el silenci. Vaig girar-me. Els joves havien desaparegut. Vaig escurar el beure. Vaig sortir també jo. Mentre pujava Muntaner amunt, vaig pensar que ho havia aconseguit. Havia sortit una nit per Sant Gervasi.

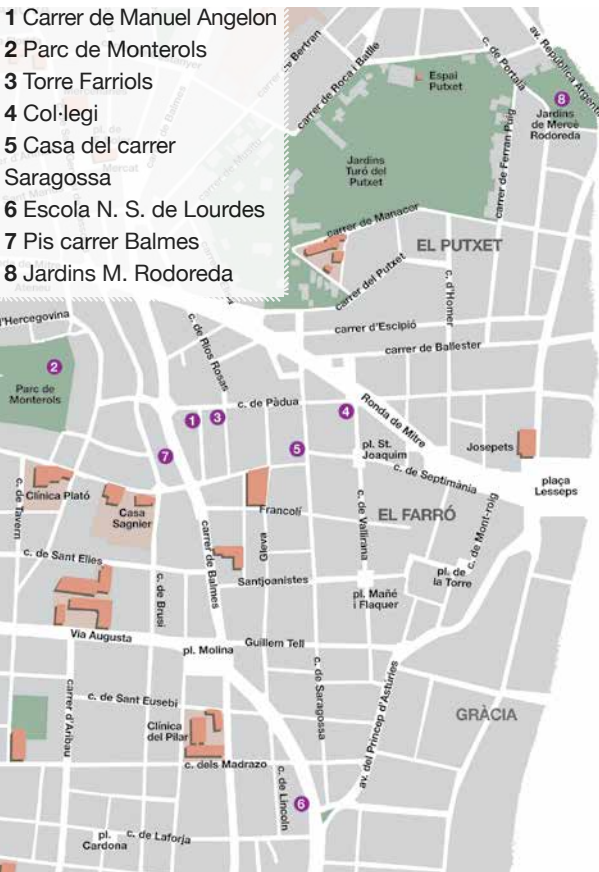
Jordi Quer és escriptor

Apunt biogràfic

Mercè Rodoreda és considerada una de les escriptores més importants i rellevants de la narrativa catalana contemporània. Va néixer el 10 d’octubre de 1908 al barri de Sant Gervasi de Cassoles, en una casa amb jardí, propietat del seu avi, qui va batejar-la amb el nom de “Casal Gurgui” i on sovint s’hi celebraven festes i actes poètics. Es trobava “en un carrer estret i curt que, aleshores, anava del de Pàdua a la riera de Sant Gervasi i que es deia carrer de Sant Antoni; més endavant li van canviar el nom pel de carrer de París i, més endavant encara, pel de Manuel Angelon que encara conserva”¹. La vida personal i literària de Mercè Rodoreda està íntimament lligada al barri. Tot i que durant la seva infantesa va ser educada principalment per la família i, sobretot, pel seu avi, Rodoreda va assistir, fins als nou anys, a una de les escoles que es trobaven al carrer Pàdua. Als vint anys, va casar-se amb el seu tiet, catorze anys més gran que ella, i van instal·lar-se en una casa del carrer Saragossa. Després del seu exili a París i a Ginebra, des de 1939 a 1972, va tornar a viure a Sant Gervasi, al carrer de Balmes, on va comprar un pis al número 341. Rodoreda va passar els seus últims anys a Romanyà de la Selva, però les cases amb jardins, la vida a Sant Gervasi, l’exili a París o l’enyor i el retorn a Barcelona són elements comuns que evidencien nombrosos paral·lelismes entre la vida de l’escriptora i la dels seus personatges.

Presència de Rodoreda al barri

- 1 Carrer de Manuel Angelon
- 2 Parc de Monterols
- 3 Torre Farríols
- 4 Col·legi
- 5 Casa del carrer Saragossa
- 6 Escola N. S. de Lourdes
- 7 Pis carrer Balmes
- 8 Jardins M. Rodoreda



mÀgÀtzem d'Àrs

TENIM EL QUE BUSQUES!

- NOU GRUP DE TEATRE AMATEUR**
T’hi apuntes?
- CURSOS PER ADULTS**
Zumba, cant, balls de saló, teatre, i molt més!
- CURSOS PER INFANTS**
Teatre, cant, cinema...
- ESPECTACLES INFANTILS I ADULTS**
Oberts a contractació!
- LLOGUER D'ESPais**
Tres sales d’assaig, una sala d’actes i una sala de reunions
- TOT AIXÒ I MÉS!**
teambuildings, festes privades, sopars temàtics...

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

tel. 93.254.12.83
oficina: dill-div 10h-14h
i 17.00-20.30h

espais@magatzemdars.com/ cursos@magatzemdars.com/ teatreamateur@magatzemdars.com
info general: comunicacio@magatzemdars.com contractació: produccion@magatzemdars.com

Angeles Atelier

Taller de Alta Costura

Vestidos personalizados
Bolsos. Zapatos
Sombreros. Tocados Joyas y
mucho más...

With passion handmade

BALMES, 294 BCN 93 527 69 26 info@angelesatelier.com www.angelesatelier.com

la cartellera al barri

VI CICLE DE MÚSICA RELIGIOSA



Per sisè any consecutiu el Centre Cívic Pere Pruna i el cor de cambra Dyapason, amb la col·laboració del Districte de Sarrià Sant Gervasi, organitzen aquest cicle de concerts amb la música religiosa com a fil conductor.

JAZZ I GOSPEL

DIJOUS, 19 DE MARÇ, A LES 20 H

Estàndards de jazz harmonitzats a capella, clàssics com *Over the rainbow*, gospels i altre temes contemporanis.

Swinging Voices: Clara Gorries (soprano), Anna Ferrer (contralt), Albert Vidal (tenor) i Xevi Garcia (baix).

OBRES RELIGIOSES

DIVENDRES, 20 DE MARÇ, A LES 20 H

Obres religioses del pare **Antoni Massana**
Maria Teresa Garrigosa (soprano), Francesc Garrigosa (tenor), Alan Branch (piano)

SELECCIÓ DE LA CREACIÓ DE HAYDN

DIJOUS, 26 DE MARÇ, A LES 20 H

Selecció d'àries i cors de l'oratori *La Creació*, de **Franz Joseph Haydn**
Cor de l'Òpera de cambra de Sant Cugat, direcció Mariona Benet i Daniel Garcia.
Cor de cambra Dyapason, direcció Teodor Roura.
Daniel Garcia, piano. Teodor Roura, direcció

PRIMAVERA CORAL

És una proposta de la Taula de Cors de Sarrià - Sant Gervasi, creada per tal d'unir esforços en la promoció del cant coral, tant per donar suport i difondre iniciatives individuals, com per crear-ne de comunes. Això es materialitza en la realització d'un cicle anual de concerts corals, al centre Pere Pruna. Enguany es celebra la 11a edició i la commemoració de l'any internacional de la llum declarat per la Unesco i per aquest motiu s'escull com a cant comú *Stella Splendens* (anònim del segle XIV) del Llibre Vermell de Montserrat.

Els concerts seran els dies 9, 10, 16, 17, 23 i 24 d'abril, tots a les 20 h excepte el darrer, a les 19 h

CAMINO A LA ESCUELA

Gènere: Documental

Qualificació: Tots els públics

Versió: VOSE

Director: Pascal Plisson

Durada: 75 min

Distribuidora: Abordar - Casa de Películas

Sinopsi:

Narra la història real i extraordinària de quatre nens i nenes, herois quotidians - Jackson, Carlitos, Zahira i Samuel - que han d'enfrontar-se diàriament amb una multitud d'adversitats i perills per arribar a l'escola. Aquests joves viuen en quatre punts molt distants de la terra, però comparteixen les mateixes ganes d'aprendre i són conscients que només l'educació els obrirà les portes a un avenir millor.

Camí a l'escola és una pel·lícula que desborda optimisme i esperança en un futur, on per Jackson, Carlitos, Zahira i Samuel tot és possible amb coratge, predeterminació i esforç.

BALMES

CINCUENTA SOMBRAS DE GREY

Gènere: Drama, romanç

Qualificació: Més de 18 anys

Versió: VOSE

Director:

Sam Taylor-Johnson
Actors: Jamie Dornan (Christian Grey), Dakota Johnson (Anastasia Steele), Jennifer Ehle (Carla), Luke Grimes (Elliot), Victor Rasuk (José Rodríguez), Eloise Mumford (Kate Kavanagh), Max Martini (Jason Taylor), Rita Ora (Mia), Marcia Gay Harden (Dra. Grace Trevelyan)

Durada: 125 min

Distribuidora: Universal

Sinopsi:
Primer lliurament d'una trilogia literària escrita per E.L. James. L'argument d'aquesta sensual novel·la gira entorn de l'Anastasia Steele, una estudiant de Literatura que rep l'encàrrec d'entrevistar un jove empresari, en Christian Grey. La inexperta i innocent Ana intenta oblidar-lo, però aviat comprèn quant el desitja. Quan la parella per fi inicia una apassionada relació,

Ana se sorprèn per les peculiars pràctiques eròtiques d'en Grey, alhora que descobreix els límits dels seus propis i més obscurs desitjos.

CINESA DIAGONAL

EL FRANCOTIRADOR

Gènere: Drama, bèlica

Qualificació: Més de 16 anys

Versió: VOSE

Director: Clint Eastwood

Actors: Bradley Cooper (Chris Kyle), Sienna Miller (Taya Kyle), Jake McDorman, Luke Grimes, Navid Negahban, Keir O'Donnell

Durada: 132min

Distribuidora: Warner Bros.

Sinopsi:

Chris Kyle és el franc tirador més letal de la història de l'exèrcit dels Estats Units. Però hi ha alguna cosa més en ell a part de ser un bon tirador. El mariner del grup d'operacions especials de la Marina d'Estats Units, Chris Kyle, és enviat a l'Iraq amb una sola missió: protegir els seus companys d'exèrcit. La seva precisió mil·limètrica salva incompatibles vides en el camp de batalla i, a mesura que s'estenen els seus valents gestes, es guanya el sobrenom de *Llegenda*. No obstant això, la seva reputació també creix darrere de les línies enemigues, de manera que posen preu al seu cap i es converteix en objectiu prioritari dels insurgents. També s'està enfrontant a una altra batalla a casa: ser un bon marit i pare des de l'altre costat del món. Malgrat el perill, i del preu que, per la seva activitat, ha de pagar la seva família al seu país, Chris serveix durant quatre angoixants missions a l'Iraq, personificant l'emblema del credo dels SEAL: "no deixar a cap home enrere".

Però en tornar a casa, amb la seva dona i amb els seus fills, Chris descobreix que el que no pot deixar enrere és la guerra.

BALMES, CINESA DIAGONAL

LA ISLA MÍNIMA

Gènere: Thriller

Qualificació: Més de 16 anys

Versió: Castellana

Director: Alberto Rodríguez

Actors: Antonio de la Torre,

Raül Arévalo, Javier Gutiérrez, Nerea Barros, Jesús Carroza

Durada: 104 min

Distribuidora: Warner Bros

Sinopsi:

Alberto Rodríguez ("Grup 7") dirigeix el thriller "L'illa mínima", en el qual podrem veure l'Antonio de la Torre, Raül Arévalo, Javier Gutiérrez i Jesús Carroza. La pel·lícula està ambientada en els anys 80 i explica la història de dos policies que són enviats de Madrid a Sevilla per investigar un brutal assassinat.

BALMES, CINESA DIAGONAL

MAPS OF THE STARS

Gènere: Drama

Qualificació: Més de 16 anys

Versió: VOSE

Director: David Cronenberg

Actors: Julianne Moore

(Havana), Robert Pattinson (Jerome), Mia Wasikowska (Agatha), John Cusack (Dr. Stafford), Olivia Williams (Cristina), Sarah Gadon (Clarice), Evan Bird (Benjie)

Durada: 111 min

Distribuidora: Vértigo

Sinopsi:

Se centra en la família Weiss, veïns de Hollywood i cadascú amb un secret molt fosc. El pare és un guru d'autoajuda amb més traumes que els seus clients; la dolça mare, Cristina, és despietada a l'hora de manejar la carrera del seu fill; el nen actor, Benjie, és un autèntic psicòpata de 13 anys ... i ara s'uneix a ells l'enigmàtica Agatha, acabada de sortir del psiquiàtric després d'incendiari la llar familiar. Però a la seva arribada a Los Angeles, Agatha comença a treballar per a l'actriu en decadència, Havana Segrand, al voltant de la qual es mou una història de traumes, gelosia i assassinat que podria fer saltar les vides de tots els que l'envolten.

BALMES, BOLICHE

RED ARMY

Gènere: Documental

Qualificació: Tots els públics

Versió: VOSE

Director: Gabe Polsky

Actors: Viacheslav Festisov,

Scotty Bowman, Anatoli Karpov y Alexei Kasatonov

Durada: 84 min

Distribuidora: Caramel

Sinopsi:

La pel·lícula narra les destinacions creuades de la Unió Soviètica i de l'equip d'hoquei sobre gel conegut veure l'Antonio de la Torre, Raül Arévalo, Javier Gutiérrez i Jesús Carroza. La pel·lícula està ambientada en els anys 80 i explica la història de dos policies que són enviats de Madrid a Sevilla per investigar un brutal assassinat.

TIMBUKTU

Gènere: Drama

Qualificació: Més de 12 anys

Versió: VOSE

Director: Abderrahmane Sissako

Actors: Abel Jafri, Hichem Yacoubi, Kettly Noël, Pino Desperado, Toulou Kiki, Ibrahim Ahmed, Layla Valet Mohamed, Mehdi A.G. Mohamed, Fatoumata Diawara, Adel Mahmoud Cherif, Salem Dendou, Mamby Kamissoko, Yoro Diakité, Cheik A.G. Emakni

Durada: 96 min

Distribuidora: Golem

Sinopsi:
Les rodalies de Tombouctou han caigut en mans d'extremistes religiosos. Kidane viu tranquil·lament a les dunes amb la seva dona Satima, la seva filla Toya i Issam, un nen pastor de 12 anys. A la ciutat, els habitants pateixen el règim de terror imposat pels jihadistes: prohibit escoltar música, riure, fumar i fins i tot jugar a futbol. Les dones s'han convertit en ombres que intenten resistir amb dignitat. Cada dia, uns tribunals improvisats llancen sentències tan absurdes com tràgiques. El caos que regna a Tombouctou no sembla afectar Kidane fins al dia en què accidentalment mata Amadou, un pescador que ha acabat amb la vida de "GPS", la seva vaca preferida.

BOLICHE

ESPECIAL OUS

► El jardí

En Josep Ribas, paradista del Mercat de Sant Gervasi, va parlar d'ous el dia 25 de febrer, a Vil·la Florida. Era una nova xerrada, acompanyada de degustació, del cicle "Vine a saber més de... productes de temporada" que comparteixen el mercat i el centre cívic. En Josep va fer una explicació sobre els números que trobem impresos damunt la closca dels ous (que serveixen per indicar la talla, el tipus de gallina, el país, municipi i granja d'origen...). El primer número és indicatiu de la qualitat de l'ou:

- 0 = ou de gallina ecològica, certificat amb la garantia de la CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica)
- 1 = ou de gallina de pagès, que disposa d'espai per moure's i menja sobretot cereal
- 2 = gallina de granja, amb espai i pinso amb cereals
- 3 = gallina de granja, poc espai per moure's i menja pinso

En Josep va dir que l'ou no té data de caducitat però sí una data preferent de consum; la durada és d'uns trenta dies segons la temporada. I va donar alguns consells: guardar els ous amb la part més punxeguda cap avall, no rentar l'ou perquè la closca és porosa, no trencar l'ou al mateix plat on després es manipula, i mantenir-lo a temperatura ambient, excepte quan faci calor, com ara a l'estiu, quan és millor posar-los a la nevera. Com a curiositats, va dir que els ous dobles solen ser de gallines joves poc experimentades en la posta, o que cada gallina fa uns 300 ou al llarg de la seva vida. I clar, hi ha ous molt diferents, des del gran ou d'astruc fins el més menut de guatlla. Això es va poder comprovar i degustar el seu sabor a la taula que ens va preparar en David Sanmatín, el cuiner del centre. Hi havia ous de guatlla acompanyats de puré de patates i



ceba caramel·litzada; un vas amb tres "ous", un de gallina, un de pastanaga i un de carabassa; un niu de clara muntada cuinada amb formatge, amb el rovell a sobre; i magnífics ous ferrats d'oca i ànec. No cal dir-ho, tot era exquisit!

BACALLÀ AMB PANSES I PINYONS

► Blai Pérez

Ingredients per a 4 persones:

- 1 ceba trinxada fina
- 2 tomàquets madurs ratllats (sense llavors)
- oli d'oliva
- farina
- 4 talls de bacallà dessalat, de 150 g cada un
- 1 all
- sal
- 90 g de pinyons sense torrar
- 2 dl de vi blanc sec
- 80 g de panses

Preparació:

Poseu la ceba tallada en juliana i el tomàquet en una cassola amb un raig d'oli d'oliva com per fer un sofregit. Al mateix temps enfarineu i fregiu els talls de bacallà en una paella amb oli calent i reserveu-los. A continuació, afegiu una cullerada de farina al sofregit i remeneu-ho un parell de minuts. Feu una picada amb l'all, una mica de sal i 10 g de pinyons. Barregeu aquesta picada amb el vi blanc i aboqueu-la al sofregit. Deixeu reduir el vi i poseu-hi prou aigua perquè cobreixi el bacallà. Afegiu-hi les panses i la resta de pinyons i deixeu-ho coure 5 minuts. Finalment, incorporeu-hi els talls de bacallà i acabeu-ho de coure tot junt, per evitar que s'enganxi es remenarà de tant en tant, tot sacsejant la cassola.



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

Visites i vacunacions
Medicina interna
Cirurgia
Neurologia
Laboratori
Etologia i comportament
Diagnòstic per imatge
Urgències i hospitalització
Visites i pinso a domicili
Perruqueria i botiga
i molt més!

-20% la 1ª
visita!
-5€ la 1ª
perruqueria!

C/ST. EUSEBI Nº48-50 LOCAL 2 08006 BARCELONA TELF: 935116828 URG: 680737916
E-MAIL: centreveterinaritrapelles@gmail.com

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

www.farinapastafresca.com

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

segueix-nos!

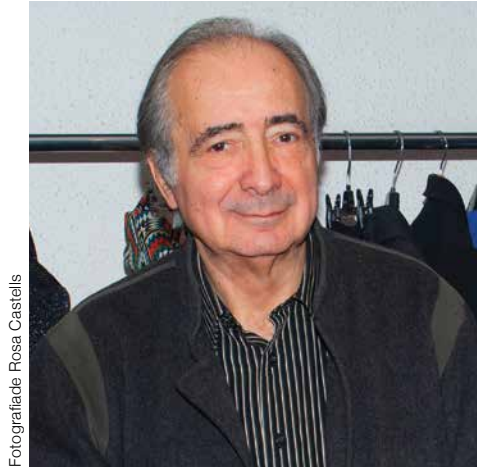


Salvador Albuixech, un activista veïnal

“La Festa Major està fent una mica de caliu perquè la gent se senti més de Sant Gervasi”

► Jesús Mestre

Salvador Albuixech i Mañas (Barcelona, 1946) és editor, comerciant i dirigent veïnal. És president de l'Associació de Comerciants de Sant Gervasi, Barnavasi i Galvany Comerç des de 1998. Aquesta entitat es va constituir el 1984 i actualment té més de 600 comerços associats. És vicepresident del Consell del Districte i promou formes de col·laboració dels comerciants amb els veïns del barri, com ara la Mostra d'Entitats i Comerços. Forma part, en representació de Barnavasi, del Fòrum Ciutat i Comerç, presidit per l'alcalde.



Fotografia de Rosa Castells

Tot i néixer al barri de la Sagrada Família, és veï de Sant Gervasi des de fa molts anys.

El pare tenia una empresa constructora i va fer una sèrie d'edificis al barri. Per exemple, va construir una casa de veïns de la Ronda de Mitre amb Balmes, la urbanització del carrer Castanyer entre Teodora Lamadrid i Sant Gervasi de Cassoles o va obrir el carrer Pujol, entre Arimon i Bisbe Sivilla. Per tant, la família va venir a viure al barri.

Quina és la vostra dedicació professional?

La meua professió és d'editor, treballa com a gerent d'una empresa del grup Z. També vaig escriure a *El Correo Catalán*, *El Periódico* i altres diaris. I vaig prendre a fer d'editor: a supervisar el què es publica i com es diu. Aleshores, amb un amic, vam decidir muntar una editorial amb l'objectiu de fer una revista de caràcter popular, de safareig, una mena d'*Hola* en català. Vam demanar ajuda a la Generalitat i vam fer una revista de modes. Però no ens en vam sortir. Aleshores és quan vam començar a col·laborar amb la revista de Barnavasi, que va aparèixer l'any 1987 i nosaltres la vam agafar cap al 1990, quan havien sortit 10 números, i vam fer *Sant Gervasi Informació*, de la que van sortir 150 números. No era per negoci, sinó per estima a l'associacionisme del barri.

Per què us vau interessar amb l'associacionisme de barri?

Sempre he estat vinculat a l'associacionisme. L'any 1964 vaig formar part de la junta directiva dels Sindicats Democràtics d'Estudiants de la Universitat de Barcelona. Un dia la meua dona, que tenia una botiga al barri i era sòcia de Barnavasi, em va portar

a una reunió de l'associació que en aquell moment tenia com a president el joier Joan Abad i de vicepresidenta la Rosa Castells. I em van demanar d'entrar a la Junta: vaig ser tresorer, vicepresident, coordinador de Barnavasi i Galvany Comerç i, finalment, el 1998 em van escollir president.

Participeu, a escala de ciutat, a la Fundació Barcelona Comerç?

El 1994 ens vam unir vuitanta-set associacions de Barcelona per pressionar contra la LAU, la Llei d'Arrendaments Urbans que, a partir de l'1 de gener de 1995, alliberava els lloguers urbans. Vam aconseguir, fent de lobby tant a Barcelona com a Madrid, una moratòria de vint anys, que és la que ara ha vençut. A partir d'aquest moviment vam crear una primera associació d'associacions de comerciants de Barcelona, Comerç Actiu, d'on era vicepresident, i va durar un parell d'anys. Va permetre però, crear els eixos comercials de Barcelona i, ara fa deu anys, es va fundar la Fundació Barcelona Comerç que és la dinamitzadora de les iniciatives del comerç de proximitat a la ciutat. La Fundació va unir setze eixos de comerç de tota la ciutat.

El gran comerç no és el nostre sector. Hi ha una guerra soterrada, no cruenta, entre les grans superfícies i el comerç de proximitat. I és una guerra que per molt que plorem, per molt que diem, per molt que no volem, la va guanyant el comerç de proximitat: des de fa més de 10 anys, la quota de mercat de les grans superfícies és el 15% i la del comerç de proximitat és del 85%. I això no s'ha mogut en els darrers deu anys. Per tant estem guanyant la batalla... la guerra, vés a saber.

En el futur es centralitzarà la venda, però no la distribució que és la funció tradicional del comerç de proximitat

Quin és el futur del comerç de proximitat?

La imatge del comerç de proximitat ha canviat molt, ha millorat i s'ha posat de moda. És el veritable comerç sostenible. Es diu que el futur serà el comerç per Internet. Potser sí, però en aquest moment només significa el 2% del total, sobretot comprèn els sectors de viatges, llibres... i poca cosa més. Les vendes de les grans superfícies per Internet són poc interessants per la seva logística. El que ara s'entreu, és que la compra per Internet ha de passar pel comerç de proximitat: és a dir, tu demanes per Internet un producte, per exemple dotze refrescos, i la central de vendes i distribució que recull la comanda demanarà al comerç més proper a casa teua que té aquest producte, que te'l porti. El comerciant de proximitat cobrarà una comissió i la central de vendes queda alliberada de la resta de tràmits: facturació, empaquetatge, missatgeria, etc. Això serà el futur. Jo no concebo una ciutat sense comerços, i només amb missatgers per tot arreu. Se centralitzarà la venda, però no la distribució de les mercaderies que és la funció tradicional del comerç de proximitat.

També participeu en la vida política del barri a partir del Consell de Barri de Sant Gervasi - la Bonanova, d'on sou vicepresident.

Barnavasi i l'Associació de Veïns vam fer un intercanvi d'idees i vam constituir la Comissió de Festes que ens va permetre reformar, establir i arrelar la Festa Major de Sant Gervasi que estava morta. Això em va portar al Consell de Barri. Les primeres reunions, fa uns sis anys van servir per fer un Pla de Futur 2010-2020. Però durant aquest mandat només s'ha fet seguiment del Pla que, de fet, s'ha superat i s'ha de modificar. El Consell de Barri també s'ha de rehabilitar. Una bona idea és baixar a peu de carrer els temes polítics de barri. Però si només consisteix en què vingui el regidor de torn a fer la seva propaganda,

no té sentit, s'ha de permetre a la gent que protesti, que s'expressi, això és el que li donarà vida. Ha de ser diferent de l'Audiència Pública o del Plenari de Districte, ha de ser més viu. D'altra manera no té sentit.

Que opineu de les darreres obres al barri.

La meua idea de futur seria reconvertir el carrer de Sant Gervasi de Cassoles com a "carrer major" del barri. Pot ser molt maco, però sobretot ha de tenir molta vida i estar ple d'establiments comercials. S'ha fet una primera fase, entorn de la Biblioteca, i cal seguir fins a la plaça Bonanova. I després cap avall fins a Mitre. També cal solucionar la plaça de Frederic Soler, sobretot la façana posterior del mercat, i obrir botigues arreu de la zona, al lloc on avui encara hi ha magatzems i locals tancats. També s'ha de fer alguna cosa a Balmes, entre la plaça Molina i Mitre: hi ha 72 comerços que malviuen per no tenir les mínimes condicions de vorera. I la mobilitat del barri s'ha de millorar, ressituar. S'ha de replantejar seriosament la mobilitat al carrer Balmes.

Creieu que al barri li falta sentiment de pertinença?

Sí, una de les coses que està costant més, és això. Fa uns anys vam fer una enquesta, i molt poca gent deia sentir-se de Sant Gervasi. Molts deien que eren de Sarrià o de Sarrià - Sant Gervasi. S'han de fer accions que ajudin. La Festa Major està fent una mica de caliu perquè la gent se senti més de Sant Gervasi. Crec que es va pel bon camí. També els llibres que s'han fet sobre el barri, les revistes, tot això ajuda a mantenir aquest caliu.

Us agrada molt la història i ha escrit diversos llibres sobre la ciutat i el barri.

Conèixer la història és preservar el futur. M'agrada la història antiga, però també m'interessa la història del país Catalunya, però entenent per país la meua ciutat, Barcelona, i sobretot on visc, Sant Gervasi.

Un racó de Sant Gervasi que us agradi?

M'agrada molt la zona de l'antiga riera del Frare Blanc que anava paral·lela a l'avinguda del Tibidabo i arribava fins a la Tamarita. És un lloc molt maco. I seure i estar-se una estona als jardins de la Tamarita és magnífic. La casa hagués estat un lloc extraordinari per fer-hi un centre cívic.



PIAGGIO®
LIBERTY 125 ie



59€/mes

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

Serveis taller

- Manteniments • Preparar la ITV
- Reparacions generals
- Recanvis

30€
DESCOMTE PER QUALESVOL
REPARACIÓ A TALLER*

WWW.MOTOSPAZIO.ES

CALVET, 49 - BARCELONA

T. 931 931 022

info@motospazio.es

(*)Oferta vàlida fins al 30 de març del 2015

movento
en moviment des de 1923