

p. 14-15

Jaume Clotet

“El pitjor de Sarrià és el tòpic.
El millor, que no és cert”

p. 18

Associacions de Veïns

Com han viscut el confinament?

p. 5

Sensellarisme

54 persones dormen als carrers
del districte

p. 16

Fotoreportatge

Mobilitzacions de signe contrari
tornen a Sarrià – Sant Gervasi

Escalada cap a la normalitat



FINCAS  PUTXET

Administració de Finques

“Ara més que mai, a Fincas Putxet
volem cuidar de la teva llar.”

Plaça de Lesseps, 6-7, Desp. 1 - 08023 Barcelona T. 934 154 398 - M. 630 255 559 - www.fincasputxet.com

TRÉMOLO CASALS ESTIU 2020

STAGE
TEATRE
MUSICAL
Juny i Juliol

MUSICAL
“Vis a Vis”
Tréflix productions!

Júnior (10-12 anys)
Jove (13-16 anys)



TRÉMOLO
FACTORIA
Juny i Juliol
Setembre

ESPECTACLES
D'ESTIU!

Infantil (3-6 anys)
Júnior (7-10 anys)



OPERACIÓ
TRÉMOLO!
Setembre

Júnior (10-12 anys)
Jove (13-16 anys)



trémoLO
Som el contacte i d'actuació

Reserva la teva plaça!
932 371 379
www.tremolo.cat




Agencia Jubive
EL COMÚN DE SU VIDA

Consiga nuevos ingresos
y disfrute de la vida

Renta vitalicia
Renta temporal
Venta con alquiler



Llámenos y le haremos un estudio personalizado
gratuito de su vivienda

+34 93 515 05 70

Avenida Diagonal, 626. 4º · 08021 BCN / www.agenciajubive.com

CLÍNICA SERVIDIGEST MANTÉ L'ATENCIÓ SANITÀRIA A TOTS ELS SEUS PACIENTS MITJANÇANT LA TELEMEDICINA

Per tal de continuar oferint el millor servei, Clínica ServiDigest compta amb el Servei de Telemedicina, un suport clau per evitar que el pacient hagi de sortir de casa, fent alhora prevenció i contenció del coronavirus.

Les visites mèdiques als especialistes d'Aparell Digestiu, Endocrinologia, Nutrició i Cirurgia General i Digestiva de Clínica ServiDigest, es poden fer per telèfon, videoconsulta, o d'altres mecanismes de telemedicina.

Disminuir la corba de contagis i descongestionar el sistema sanitari és responsabilitat de tots. Per això, a Clínica ServiDigest compta amb aquest servei de consulta mèdica per seguir atenent els pacients, donar continuïtat a la seva assistència mèdica i resoldre els seus dubtes.



Clínica ServiDigest
CENTRE MEDICOQUIRÚRGIC
APARELL DIGESTIU, METABOLISME, NUTRICIÓ I OBESITAT

Truca'ns **93 545 09 90 - 93 415 34 64**

Clínica ServiDigest, Centre medicoquirúrgic de malalties digestives i metabòliques, segueix al vostre costat



PREMSA LOCAL EL JARDÍ SCCL

Coordinació general
JESÚS MESTRE CAMPÍ
jesus@diarieljardi.cat

Cap de redacció
CARME ROCAMORA
carme@diarieljardi.cat

Redacció
SERGI ALEMANY, ELENA BULET,
JUANJO COMPAIRÉ, MARIA ANTÒNIA
FONT, MARTA TRIUS

Correcció
HÈCTOR LLULL

Disseny de maquetació i maquetació
GRÀCIA FARRÀS

Comercials
JOSEP M. FARRÀS
josepm@diarieljardi.cat
ENRIC MÓRA
enric@diarieljardi.cat

© Textos: els autors

© Fotografies i il·lustracions:
se n'esmenta l'autoria o
la procedència

Tirada: 12.000 exemplars
Dipòsit legal: B 25204-2014

Il·lustració de portada
Escalada cap a la normalitat
© Elena Bulet

Publicitat: 654 044 410

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.



Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència

Editorial

Arribem als darrers dies d'aquesta primavera excepcional que hem gaudit, en aquests temps de confinament, fent passeigs pels parcs i jardins de Sarrià i Sant Gervasi. En alguns d'aquests parcs podem trobar notables herbassars. El temps càlid i plujós ha ajudat que les plantes creïessin més del comú i els equips de manteniment dels parcs amb prou feines l'han pogut tallar, com acostumen a fer. Per les falades de Collserola, els herbassars són encara més esponerosos. I, evidentment, també hi ha moltes flors: la florida de la ginesta d'enguany és excepcional.

Aquestes primeres setmanes de desescalada del confinament també han permès que el comerç de proximitat comenci a pujar persianes. Encara ho fa timidament, amb por, ja que hi ha moltes incerteses. Tothom ho tindrà difícil per sortir del pou que ens ha deixat la pandèmia, però amb les botigues i els serveis de proximitat ens hi juguem molt. Són part del nostre paisatge quotidià, en molts casos la gent que els porten són amics i coneguts, són part dels nostres barris. Per tant, en aquests moments de dificultats per a tots, hem d'intentar donar-los un cop de mà. Entre tots plegats, farem més planera la sortida de la crisi.

El diari d'aquest mes recull notícies i comentaris sobre aquests moments tan delicats que estem passant. Hem demanat a associacions de veïns i de comerciants les seves experiències; ens fem ressò dels esforços al districte per defensar les inversions previstes, o donem la paraula a Jaume Clotet que ha estat el gestor de la comunicació del Govern del país en aquests mesos de crisi. També recollim un fotoreportatge sobre les manifestacions que s'han fet als barris, sovint amb mesures insuficients de seguretat. Cal seguir alerta: tot i que s'obren nous horitzons, la covid-19 continua assetjant. ■

Sumari

4-5 DISTRICTE

Batlle assegura que "no caurà cap inversió"
S. ALEMANY

Els serveis socials atenen 950 persones
S. ALEMANY

54 persones dormen al carrer S. PUVILL
Nomenclàtor: Passeig de Sant Joan Bosco
J. MESTRE

6 SANT GERVASI

Un telefèric en miniatura E. BULET
L'Ateneu Divers es muda a Gràcia C. ROCAMORA

6-8 SARRIÀ

Protestes per l'assassinat de George Floyd
C. ROCAMORA, E. BULET

Construïm La Sarrianenca s'imposa
a les propostes del PAM S. ALEMANY

Perilla la continuïtat de l'Escola Italiana
S. ALEMANY

10-12 ARTICLES D'OPINIÓ

XAVIER BONED, GLÒRIA VILALTA, JAUME DE OLEZA,
MARTA ROYO, NEUS MESTRE I MARC TALLÓ,
LA BUENOS AIRES

14-15 GENT DEL BARRI

Jaume Clotet: "El pitjor de Sarrià és el tòpic,
el millor que no és cert" C. ROCAMORA

18 FOTOREPORTATGE

Sarrià - Sant Gervasi, el Salamanca
barceloní E. BULET, C. ROCAMORA

18-19 REPORTATGE

Les Associacions de Veïns expliquen com
han viscut la crisi C. ROCAMORA

19 HISTÒRIA

Jesús Mestre Campí: *Sarrià desaparegut*
F. VALENTÍ

20-21 EXPLORAR EL JARDÍ

Jardins al carrer Plantada. La canya comuna
M. J. TORT
Bitxac comú E. CAPDEVILA

22-25 CULTURA

Novetats discogràfiques km0 EDUARD SANT
I CHALOIS

La Festa Major de Sant Gervasi J. MESTRE
L'Associació de Pintors Canet 22 M. TRIUS
Maria Dolors Solanas Oliveras M. CASTELLET
Fra Valentí publica un tractat sobre
la cuina pairal J. MESTRE

26-27 LA MIRADA JOVE

Mireia Vilanova: "Em fa molta il·lusió fer
el salt com a productora a projectes grans"
S. ALEMANY
Adiència Pública de nois i noies C. ROCAMORA

28 PER ALS PETITS DE CASA G. FARRÀS

29 CUINA I NUTRICIÓ

Arrop de Saüc F. VALENTÍ
Alimentació i menopausa A. VILARRASA

30 GENT GRAN

Mantenir-se actiu socialment A. ESCOBAR
18a pinzellada: Família confinada M. CORNET
Des del confinament M. PIPÓ

31 GUIA DE COMERÇOS I EMPRESES



INSTITUT AUDITIU

salesa

**Reobrim el centre
auditiv Mitre**

**Dilluns i dimecres de 10 h a 14 h i de 16 h a 20 h
Divendres de 10 h a 18 h**

Amb les garanties de seguretat i mesures d'higiene recomanades

Pau Claris, 98
Telf. 93 3173570

www.salesa.es



Mitre, 134
Telf. 93 5507920

Batlle assegura que “no caurà cap inversió” al districte malgrat la nova situació pel coronavirus

SERGI ALEMANY

El regidor de Sarrià – Sant Gervasi, Albert Batlle, assegurava el passat 26 de maig en una compareixença telemàtica per donar resposta a preguntes dels veïns, que “no caurà cap inversió prevista” al districte tot i la nova situació derivada de la crisi de la covid-19. Això sí, Batlle alertava que caldrà fer un nou calendari de “moltes” de les inversions i avisava que algunes d’elles no podran ser executades dins d’aquest mandat.

Caldrà veure, per exemple, si una de les obres més importants del pressupost com és la biblioteca de Sarrià, es comença a construir abans del 2021, tal com Districte va anunciar el mes de febrer.

Sense detalls sobre quines actuacions quedaran ajornades, segons Batlle la voluntat del Govern del Districte és que tot el que estava aprovat al Pla d’Inversions continuï endavant malgrat algunes actuacions no es podran fer “ni aquest any ni al llarg del mandat” però totes seran plenament vigents, assegurava el regidor.

A més de fer front a l’emergència sanitària derivada de la pandèmia de la covid-19, un altre focus que també haurà d’entrar “dins dels sac d’inversions” són les diverses reparacions d’importants desperfectes als barris de muntanya causats pels aiguats de la segona quinzena

d’abril. Unes necessitats “no previstes” segons Batlle, que recordava que existeix una manca d’inversió històrica des de l’Ajuntament als barris demuntanya que “cal mirar de corregir”.

Albert Batlle respon als veïns

Precisament en la compareixença telemàtica del regidor, algunes de les 34 preguntes enviades pels veïns feien referència a inversions aprovades de projectes d’obra com ara la instal·lació d’un carril bici a la Via Augusta, la reforma de la plaça Adrià o les obres de remodelació del carrer Balmes entre la plaça Molina i la plaça de Joaquim Folguera.

Segons Batlle, el carril bici a la Via Augusta és “una prioritat municipal” i deia que s’estan encarregant els projectes per perllongar el tram inicial (Diagonal-Plaça Molina) ja aprovat, tot i que no executat. Batlle assegurava que hi ha una voluntat clara del Districte de fer augmentar la xarxa de carrils bici d’una “forma segura” pel ciclista i el vianant.

Sobre la renovació de la plaça Adrià, el regidor assegurava que cal una reforma integral perquè es troba “molt deixada” i amb un monument “desconegut per la ciutadania”, el de Manuel Carrasco i Formiguera. Segons Batlle “un dels grans màrtirs nacionals mereix un espai més digne” del que té ara a la plaça Adrià.



© Núria Torrents

Finalment, sobre la remodelació del carrer Balmes reconeixia que no hi ha un calendari en aquests moments. En tot cas, segons el regidor és una obra en què no s’ha de “negligir” i s’ha d’abordar “aquest any o el que ve.”

Pacificar els carrers del Putxet, una prioritat

Un altre tema destacat de la compareixença va ser la pacificació del carrer Ballester i d’altres carrers del Putxet com “una prioritat.” El dijous 14 de maig Batlle es va reunir amb la plataforma Pacifiquem Ballester i es va acordar l’aplicació “imminent” d’una de les solucions estudiades, la que passa per un canvi de sentit del trànsit al carrer de Ballester, entre Ferran Puig i República Argentina. Batlle afegia que es farà un “abordatge” de la resta de la mobilitat interna dels barris del Putxet sota la norma de carrers a 30 km/h pels vehicles.

Precisament al Putxet, concretament al carrer d’Elisa 5, la zona d’aparcament de motos en calçada ha estat substituïda per una estació del Bicing. Davant la recent voluntat municipal de treure les motos de les voreres, Batlle es comprometia a estudiar una reubicació d’aquest aparcament de motos, tot i que recomanava als motoristes que facin ús dels aparcaments subterranis. ■

Els serveis socials atenen més de 950 persones al districte durant l’estat d’alarma



SERGI ALEMANY

Durant els dos primers mesos d’estat d’alarma arran de l’aparició de la covid-19 els Serveis Socials de Barcelona han atès 34.385 persones, 953 d’elles al districte de Sarrià-Sant Gervasi, que es queda a la cua de les atencions, liderades als districtes de Ciutat Vella (6.090) i Nou Barris (5.740). Del total de persones ateses a la ciutat, un 17 % no havien demanat abans atenció o bé feia més d’un any que no ho feien. En aquest mateix sentit, entitats que treballen a Sarrià – Sant Gervasi com el Centre Assís o Sant Joan de Déu també han vist incrementat el seu volum d’atencions, com mostrava un reportatge d’El Jardí publicat el mes passat.

De les 34.385 persones vulnerables ateses a la ciutat, un 72 % han estat dones i el 28 % restant homes, mentre que en els casos nous un 60 % han estat dones i un 40 % homes.

Des de l’inici de l’estat d’alarma, els Centres de Serveis Socials municipals han continuat treballant de manera telemàtica i nou centres —un per districte, menys a Sarrià – Sant Gervasi— es van mantenir oberts per fer atenció presencial. El 25 de maig, amb l’entrada de Barcelona a la fase 1 de la desescalada, onze centres més, entre ells el Centre de Serveis Socials de Sarrià, van tornar a funcionar presencialment per fer atenció de cites concertades i atendre urgències dels veïns del districte. Fins aleshores, el veïns del districte tenien assignat el Centre de Serveis Socials de les Corts. ■

DECORACIÓN

CARPINTERÍA
EBANISTERÍA
CORTINAS
ILUMINACIÓN
OBJETOS DECORACIÓN

PROYECTOS

ARQUITECTURA
DE INTERIORISMO
DISEÑO DE INTERIORES
ESTILISMO
PATENTES PROPIAS

REFORMAS

BAÑOS
COCINAS
CARPINTERIA ALUMINIO
CALEFACCIÓN
AIRE ACONDICIONADO
ALBAÑILERIA
LAMPISTERIA
ELECTRICIDAD
PLADUR / YESERIA
INSTALACIONES DE SEGURIDAD
HERRERIA
PINTURA
VIDRIERIA

BLAUDECOR
Reformas84s.l.

DECORACIÓN

REFORMAS

PROYECTOS

© CyberBCN, 2004



© Fundació Arrels

Més de 50 persones dormen cada nit als carrers de Sarrià – Sant Gervasi

SOFIA PUVILL BALCELLS

El passat vespre del 14 de maig, voluntaris organitzats per la Fundació Arrels van fer un recompte de les persones que dormen al carrer en els diferents districtes de Barcelona. Del total de 1.239 persones comptabilitzades, 54 pernecten al districte de Sarrià – Sant Gervasi.

Més de 600 persones van participar en l'operatiu, que va registrar 286 persones dormint al carrer al districte de Ciutat Vella, 243 a Sants-Montjuïc, 221 a l'Eixample, 218 a Sant Martí, 73 a Nou Barris i 54 a Sarrià i Sant Gervasi, tot

convertint-se en el sisè districte amb més persones dormint al ras.

Arrels explica que el nombre de persones que dormen actualment al carrer a Sarrià i Sant Gervasi és molt semblant a la dada de l'any passat, quan es van registrar 51 persones. Tot i així, no s'ha d'oblidar que, en l'actual marc d'estat d'alarma, moltes altres persones han estat vivint en espais habilitats per l'Ajuntament en els darrers tres mesos. Si no fos per aquestes 620 places d'emergència, el nombre de persones sense llar seria més elevat. ■

El districte registra 12 casos de queixa per discriminació l'últim any

EL JARDÍ

Segons l'últim Informe de l'Observatori de les Discriminacions de Barcelona, fet entre l'Oficina per la No Discriminació (OND) i 18 entitats de defensa de drets, Sarrià – Sant Gervasi es converteix en el sisè districte on més han crescut

els casos per discriminació l'últim any, passant dels 10 comptabilitzats el 2018 a 12 el 2019. On més han augmentat les queixes per casos de discriminació ha estat a Ciutat Vella (de 51 casos a 78), Sants – Montjuïc (de 23 a 45) i l'Eixample (de 35 a 47). ■

— N O M E N C L À T O R —

Passeig de Sant Joan Bosco

JESÚS MESTRE CAMPI

Vial que uneix la plaça d'Artós amb la de Prat de la Riba, i que delimita els actuals barris de Sarrià, a ponent, i les Tres Torres, a llevant. Aquí, a principis del segle XIX, hi havia un camí de carro, l'antic camí de Barcelona a Sarrià, que serpentejava entremig d'antics masos i cases pairals. Arribant a Sarrià, passava per la Torre Gironella, que, juntament amb el mas de la Nena Casas, eren les dues principals finques de la part sud de les Tres Torres. Ildefons Cerdà va dissenyar, el 1845, una carretera moderna entre Barcelona i Sarrià que s'iniciava a la plaça d'Artós i, després de passar la Torre Gironella, girava cap a Barcelona; aquest tram avui és l'avinguda de Sarrià.

A la part de Sarrià de la nova carretera de Barcelona, com es coneixia, s'hi van anar construint grans torres, com la de René Aulignac a Artós, la del marquès de San Ramon (coneguda també per la Boscosa, amb una gran finca i un jardí dissenyat pel paisatgista francès Jean Claude Nicolas Forestier), un parell de cases bessones i, finalment, els tallers i cotxeres de Tramvies de Barcelona. A la part de les Tres Torres, hi havia tocant a Artós una masia on Giovanni Melchior Bosco Occhiena va residir-hi en la seva visita a Barcelona, l'any 1886. Dorotea de Chopitea va condicionar i ampliar aquesta casa perquè Dom Bosco i la seva comitiva s'hi trobessin còmodes. La mateixa Chopitea va ser la promotora de l'escola professional dels Salesians, a finals del segle XIX, i del col·legi de les salesianes, el Santa Dorotea, nom que recorda la mecenes.

A principis del segle XX es va canviar el nom del carrer per *passeig de Dom Bosco* i, després de ser santificat, el 1934, l'actual de Sant Joan Bosco. Després de la Guerra Civil, les antigues torres es van anar enderrocant i s'hi van construir grans edificis de veïns. Molts d'aquests habitatges els van ocupar famílies de funcionaris, policies nacionals i membres de l'exèrcit, que van traslladar-se a Barcelona durant els anys de la postguerra. Actualment, el passeig té molta vida comercial i social, amb la presència de les escoles salesianes. ■

La fotografia, d'autor desconegut i procedent de l'Arxiu Municipal del Districte de Sarrià – Sant Gervasi, és del 1929 i s'hi veu el passeig per sobre del carrer de Maria Auxiliadora, amb una de les cases familiars a l'esquerra i el recinte dels Salesians, on sobresurt el campanar de l'església.



scÖts
CORSETERIA • MODA ÍNTIMA • BANY

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

Disponibles en totes les talles i copes.

Anita SINCE 1988 Ara botiga online!

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

LA BONANOVA**Un telefèric en miniatura****ELENA BULET**

Durant el confinament, Sant Gervasi ha incorporat una nova atracció turística. Es tracta d'un telefèric en miniatura construït entre dos balcons, a la cruïlla entre el carrer Josep Roura i el carrer Valeta d'Arquer. El projecte és fruit de dos amics, el Miguel Martínez, que va tenir la idea i que va dissenyar les figures que hi pengen, i el Jordi Orpinell, que s'ha encarregat de la part tècnica perquè el telefèric funcioni. Feia temps que volien construir-lo i durant el confinament han trobat l'oportunitat de portar-lo a la pràctica. El petit telefèric està fet amb materials que conservaven a casa, com ara rodes d'un carro de cuina o bé un motor de rentadora. Si s'observen de prop, les figuretes també incorporen materials casolans, com ara pals de gelat. Ara bé, el



telefèric no és el primer projecte que els dos amics duen a terme. Des del 2002, que organitzen un sopar al barri. D'aquesta manera, es coneixen entre els veïns i veïnes i també recorden

la iniciativa del programa de festes que des del 1956 es feia cada any en aquesta cruïlla, on se celebraven balls, cercaviles, xocolatades, concursos i sopars de germanor al carrer. ■

**SARRIÀ****Mig miler de persones protesten a Sarrià per la mort de George Floyd****CARME ROCAMORA**

Centenars de persones van protestar el passat 1 de juny davant del Consolat dels Estats Units, al passeig Reina Elisenda, per condemnar la mort a mans d'un policia de l'afroamericà George Floyd a Minneapolis.

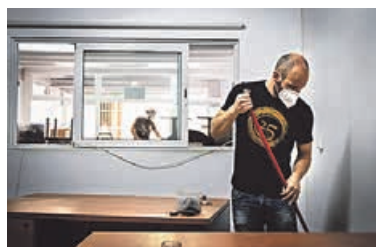
La protesta es va allargar una hora i mitja i va aplegar ciutadans americans, veïns de Barcelona i també col·lectius antifeixistes del barri, que van entonar proclames com 'Fora Trump', 'La policia tortura i assassina', 'Vergonya em faria ser policia' i 'Fora racistes dels nostres barris'. ■

L'Ateneu Divers es trasllada al districte de Gràcia: "Tornarem!"**EL JARDÍ**

L'Ateneu Divers, amb un arrelament de 24 anys a Sarrià - Sant Gervasi, ha fet les maletes aquest mes de juny per posar camí cap a Gràcia, on han firmat un lloguer per 10 anys en un local del carrer Mossèn Batlle. "El primer

que volem que quedi clar és que no marxem, ens fan fora, i que tornarem", assegurava el Rubén Sánchez a El Jardí a principis d'aquest any. Després de molt temps reclamant una seu definitiva de cessió municipal, aquesta entitat sense ànim de

lucre dedicada a treballar per l'oci i la cultura inclusives, ha hagut de buidar el seu local del carrer Pàdua davant la impossibilitat d'assumir una pujada del preu del lloguer. Amb la mudança se'n van mil-i-una anècdotes i un ateneu de barri. ■



© Elena Bulet

© Elena Bulet

SARRIÀ

El projecte de Construïm La Sarrianenca s'imposa entre les propostes per incloure al PAM

SERGI ALEMANY

Un cop tancat el procés participatiu perquè els ciutadans de Barcelona poguessin fer propostes per elaborar el Programa d'Actuació Municipal (PAM) de cara als propers tres anys, del total de 5.227 propostes ciutadanes registrades, la petició d'un espai per a les colles de cultura popular de Sarrià ha estat la que més adhesions ha rebut: 409.

Aquesta petició va néixer en una de les últimes trobades veïnals abans de l'estat d'alarma, impulsada per la Plataforma Construïm



© Àngel Fradera

La Sarrianenca, que reivindica un espai social i d'assaig comú, ara inexistent, per a les colles de cultura popular, les entitats d'educació en el lleure i les d'oci inclusiu, en què participen persones amb discapacitat intel·lectual. A Sarrià, les entitats de cultura popular, lleure i oci

inclusiu fa anys que viuen manques d'un espai on poder fer la seva activitat, fins al punt que hi ha entitats que han canviat d'espai d'assaig sis cops en quatre anys. La voluntat de la plataforma, que conformen 14 entitats, entre les quals hi ha els gegants, la colla bastonera,

La Sarrianenca a la cercavila de Sant Vicenç, al gener, va reivindicar les entitats de cultura popular, lleure i oci inclusiu

els castellers, els tabalers, els diables, el drac, un agrupament escolta i un esplai, és "impulsar i reforçar el teixit comunitari entre el veïnat de l'antiga vila de Sarrià".

Proposta d'inversió orientativa i d'ubicació de l'espai

En paral·lel al procés participatiu del PAM, aquest maig també s'ha tancat a l'Ajuntament la fase de recepció de propostes dels primers pressupostos amb intervenció directa de la ciutadania, en què s'han reservat 75 milions d'euros del pressupost municipal perquè els veïns i les veïnes decideixin com volen invertir-los. Construïm La Sarrianenca ha presentat una proposta d'inversió xifrada en uns 750.000 euros orientatius per aconseguir l'equipament comunitari per la cultura popular, lleure i oci inclusiu de Sarrià. La nau industrial del carrer Sagrat Cor 16 o l'aparcament de Cardenal de Santmenat podrien ser bons emplaçaments segons la plataforma, que veu el primer espai al carrer Sagrat Cor més favorable, ja que "només caldria rehabilitar-lo, en lloc de fer obra nova". ■

Residencial Augusta Park
Amb la Gent Gran

C/Copèrnic, 30-32-08021 Barcelona-T 93 362 49 10
informacio@residencialaugustapark.com
www.residencialaugustapark.com



Residencial Bellesguard Park
Amb la Gent Gran

C/Valetta d'Arquer, 30-34-08017 Barcelona-T 93 254 05 70
informacio@bellesguardpark.com
www.bellesguardpark.com



Residències i Centres de dia

En el cor del barri de Sarrià-Sant Gervasi, dos centres acollidors i tranquils en un entorn privilegiat, amb atenció personalitzada i professional.

Un model assistencial amb experiència i serveis hotelers especialitzats des de 1985.

SARRIÀ

Perilla la continuïtat de l'Escola Italiana a Sarrià

SERGI ALEMANY

A tres mesos de l'inici d'un nou curs escolar la permanència de l'Escola Italiana als edificis que ocupa actualment no està garantida, tal com va avançar *La Vanguardia*. El problema és la falta d'acord a l'hora de renovar el contracte de lloguer entre la propietat, la Casa dels Italians, i el Consolat d'Itàlia, gestor dels centres de Sarrià (Infantil i Primària) i l'Eixample (Secundària i Batxillerat), on estudien en total 650 alumnes. A l'edifici de Sarrià, al carrer de Setantí 10, hi estudien 500 alumnes; al de l'Eixample —el mateix espai que acull a la planta baixa l'associació Casa dels Italians— 150.

El juny del 2018 va caducar el contracte de lloguer de les escoles que portava 14 anys en actiu "sense cap actualització del seu cost" segons la Casa dels Italians, i des d'aleshores aquesta associació reclama actualitzar el valor del contracte amb un augment per al Consolat al voltant d'un 20-25%, sumant el lloguer dels dos edificis. Segons el president de la Casa dels Italians, Mirko Scaletti, des del març del 2018 —tres mesos abans de finalitzar el contracte dels edificis amb l'escola—, l'actualització del cost de lloguer que reclama l'associació és "mínima." Scaletti, que no vol donar xifres concretes, assegura que el lloguer de l'edifici de Sarrià es mantindria un 60% per sota del cost de mercat d'un local en aquesta zona.

"No volem guanyar diners"

El president de la Casa dels Italians assegura sentir-se dolgut per la situació i



© Elena Bulet

diu que la seva voluntat és que l'escola, almenys la de Sarrià, puntualitza, continuï estant als seus locals. Alhora, critica "falta de voluntat" del Consolat Italià per arribar a un acord i espera que s'acabi imposant el "sentit comú". En cas contrari, es posaria en dubte la continuïtat de la Casa dels Italians, segons Scaletti, que assegura que ara mateix el cost del manteniment dels edificis és superior al dels lloguers: "No volem guanyar diners."

El mes de gener el Consolat Italià, amb qui El Jardí ha mirat de contactar sense èxit, va aturar ordenar les classes a l'Institut Italià al·legant que a l'edifici del passatge Méndez de Vigo, a l'Eixample, hi faltaven els permisos d'ús municipal per acollir una escola, atribuint les culpes a la propietat. La Casa dels Italians ho titlla d'autodenúncia i treu ferro a aquesta qüestió, equiparant-la a la de "moltes altres escoles de Barcelona".

Mentre continua el contacte entre advocats de les dues parts, la Casa dels Italians no veu irreconciliable la situació, però opina que en cada conversa de la negociació es fa "un pas endavant i tres enrere". La propietat ha comunicat a l'Associació de Mares i Pares d'Alumnes (AMPA) de l'escola i al seu director, Carlo Prandini, la reclamació dels seus edificis al Consolat Italià. El Jardí ha mirat de posar-se en contacte amb l'Escola Italiana sense èxit.

La Casa dels Italians —una associació sense ànim de lucre encarregada de difondre la cultura i llengua italiana a l'estranger— és qui va fundar l'Escola Italiana ara fa gairebé 100 anys. Es tracta de l'associació d'italians a l'estranger més antiga del món i compta actualment amb 400 socis. ■

EL RACÓ DEL VEÏNAT

La comunitat confinada

MARIA BASCOMPTE

Amb el pare ens agradava recordar una antiga anècdota amb un matrimoni francès de la comunitat de veïnes de l'Escala. Eren *madame et monsieur P.* Ella, em tenia fascinada. El seu caminar estilós mentre transportava una "tumbona" amb rodes pel jardí, els banyadors de flors, i les flors al cabell. Flors, moltes flors. Com a bons francesos tenien uns horaris no massa compatibles amb els nostres. Quan *madame P.* feia la migdiada nosaltres tot just tornàvem de la platja. I com era costum, mentre s'acabava de fer el dinar a Can Bascompte, la M. i jo dilatàvem una estona més la "boja" felicitat capbussant-nos (una, i una altra, una més i més vegades) a la piscina. Èrem petites però considerablement apoderades. De manera despreocupada fèiem el que ens agradava: jugar i cridar. Lo de cridar sempre se m'ha donat bé.

Un dia *madame et monsieur P.*, que tenien una relació molt afectuosa amb els pares, els hi van fer saber que es despertaven amb els meus crits. I d'aquí una de les cèlebres cites de casa: "*En España hay dos grandes voces: Montserrat Caballé y «Magi Bascom».*"

Aquest, és un clar exemple que em serveix per reflexionar sobre comunitat i apoderament: Ja que *madame P.* va seguir gaudint de les migdiades acarada amb la dolça marinada, i jo vaig aprendre a abaixar algun grau el volum, però sense perdre l'essència.

I ha sigut avui, en ple confinament, quan he rescatat aquesta anècdota i l'hi he trobat un gran paral·lelisme amb el que hem viscut aquests dies. Gràcies al confinament m'he reconnectat amb la comunitat, hi formo part, i m'hi reconec a dins.

Tot va començar la primera setmana de confinament, quan un grup de veïnes i veïns vam connectar. D'aquest primer contacte va sorgir un grup de WhatsApp d'unes vuit persones, que

ha anat augmentant fins a 65 el dia d'avui. Un grup divers i intergeneracional que s'ha gestat de manera espontània amb un objectiu, el de retornar als orígens, i posar les cures al centre de la comunitat.

Hem creat una xarxa de veïnes i veïns filada amb materials com l'amor, la solidaritat i, sobretot, amb i per a les cures. Es tracta de cuidar-nos les unes a les altres i és això el que hem estat fent: com fer exercici una hora al dia per salut, treure el cap al balcó, cafè amb mà, i xerrar i compartir preocupacions. També riem i ens deixem llevant per fer pastissos. I com no, cuidem dels més grans, ja que algun d'ells viu sol. És indiscutible l'efecte positiu que ha generat a la comunitat.

Personalment m'he apoderat i he trobat el meu lloc: El de 'follonera'. He estat feliç, perquè la meua essència és de 'follonera', amb seny i educació, però 'follonera'.

Malauradament l'hora de gimnàs (que feia cada u al balcó de casa seva) s'ha acabat. Sempre amb il·lusió, quan ens han fet arribar una molèstia hem fet ús del terme mitjà aristotèlic, tan necessari per mediar. Hem abaixat el volum de la música, fins i tot l'hem escoltat amb cascos. Però s'ha acabat.

Com diu l'A. les coses boniques generades amb amor no poden acabar malament. Així que hem decidit aturar-ho, abans que ens aturin.

Però no oblidem que els drets de la comunitat haurien d'estar per sobre les voluntats individuals. Cal que les institucions garanteixin, fomentin i tinguin cura de les activitats comunitàries que demostrin ser beneficioses pel col·lectiu.

Hem d'exigir els nostres drets com a comunitat i posar-hi les cures al centre. Si *madame P.* i jo vam aconseguir-ho, no ha de ser tan difícil! ■

Estem compromesos amb la independència, i tu?

A l'assemblea ho volem tot.

Fes-te'n soci!

assemblea
SARRIÀ - SANT GERVAZI

www.ssgxi.cat

Guardians de la biodiversitat

Per cuidar-nos, primer hem de cuidar la natura i preservar-ne la rica diversitat

El Jardí

Protegir la biodiversitat i lluitar contra l'escalfament global formen part del mateix esforç per garantir el futur de la planeta. La rica varietat de formes de vida del nostre planeta ens proporciona aigua, aire i aliments, és font de coneixement científic i de medicaments, i contribueix a mitigar els efectes del canvi climàtic. Cuidar tots això és la nostra obligació, i a més, és la millor inversió per aconseguir un món més segur, sa i habitable.

El Dia Mundial del Medi Ambient, que s'ha celebrat el 5 de juny, enguany posa l'accent en la relació entre biodiversitat, canvi climàtic i salut. Els episodis de sequera seguits de pluges torrencials, com la recent tempesta Gloria, i sobretot, l'actual pandèmia constitueixen una poderosa crida d'atenció perquè reflexionem sobre els efectes d'un creixement desmesurat que degrada els ecosistemes i ens deixa desprotegits davant de noves amenaces.

L'aigua, element indispensable per a la vida, és fonamental en aquesta batalla. Aigües de

Barcelona, fidel al seu compromís amb el medi ambient, incorpora solucions basades en la natura i transforma les infraestructures del cicle integral de l'aigua en infraestructures verdes, potenciant les zones enjardinades i la repoblació d'espècies autòctones de flora i fauna. Així mateix, desenvolupa solucions tècniques per a la protecció del litoral i les aigües costaneres, i protegeix els aqüífers mitjançant la seva recàrrega artificial.

La lluita contra el canvi climàtic

Per combatre el canvi climàtic i l'escalfament global, Aigües de Barcelona compra energia verda i produeix energia renovable (21.228.583 kWh generats el 2019), contribueix a la mobilitat no contaminant amb una flota de 131 vehicles sostenibles i avança cap a la neutralitat de carboni amb una reducció del 41,20% en les seves emissions respecte al 2015.

En la seva aposta per l'economia circular i la innovació tecnològica, la companyia és pionera al món en la transformació de les depuradores en

Ecofactories, un model que dona valor a tots els residus i garanteix l'autonomia energètica de les plantes. Així mateix, defensa la utilització d'aigua regenerada, cosa que augmenta la capacitat de reutilització per a diferents usos, incloses les cisternes dels sanitaris.

Mantenir l'equilibri al planeta requereix l'esforç i la col·laboració d'administracions, empreses i persones. És per aquesta raó que Aigües de Barcelona impulsa aliances amb altres companyies i iniciatives públiques i privades per promoure les ciutats intel·ligents i resilents a Catalunya, preparades per fer front a les noves condicions derivades del canvi climàtic. En aquest context, es fa més necessari que mai la inversió en infraestructures verdes.

Protegir la riquesa dels nostres ecosistemes i lluitar contra el canvi climàtic és avançar cap a un món millor, més sostenible i on la solidaritat preval per sobre dels interessos particulars. Perquè tots els éssers que poblem la Terra formem part d'aquest miracle compartit que és la vida.



Aigües de Barcelona, fidel al seu compromís amb el medi ambient, incorpora solucions basades en la natura i transforma les infraestructures del cicle integral de l'aigua en infraestructures verdes.

MOSSOS D'ESQUADRA

Desescalada de mesures contra la covid-19 al mes de juny



XAVIER BONED

L'inici de la desescalada de les mesures de protecció del Pla d'Actuació contra el coronavirus afecta tota la ciutadania. Cal recordar l'obligatorietat de les

mesures de protecció que es vagin indicant segons la fase en què ens trobem. Seguir els consells que ens donen el govern i els professionals és bàsic per poder contenir la covid-19 i aconseguir les màximes cotes de normalitat possible. Malgrat el desescalament progressiu, no ens podem relaxar en la prevenció sanitària. Poc a poc, tothom s'anirà reincorporant a les seves activitats diàries, ja siguin laborals, de l'àmbit de l'educació, esportives o d'esbarjo.

En aquest sentit, caldrà tenir una especial atenció a la distribució d'espais: necessitat de redistribuir els espais de treball d'oficina de manera que hi hagi una distància mínima de dos metres entre cadascun d'ells. Si no és viable: ús alternatiu d'espais.

Gestions en grup: necessitat de respectar la distància de dos metres a les reunions de treball, a l'entrada o sortida del lloc de treball, durant les pauses al llarg de la jornada de treball, quan s'agrupin persones als menjadors o zones habilitades com a menjadors o espais de descans.

Ús de la mascareta: obligatorietat de dur-la en espais públics (edificis, comerços, transport, etc.), quan es camini pel carrer (excepte quan es fa esport), quan es vagi al bany dels locals de pública concurrència, pels passadissos, a les escales, a l'ascensor, a la zona de màquines de venda automàtica i en qualsevol altre espai en el qual sigui impossible respectar la distància de dos metres amb les altres persones. No hi estan obligats els menors de sis anys ni les persones amb problemes respiratoris.

Vestidors i activitats d'entrenament: necessitat de complir les normes de prevenció en l'ús dels vestidors i en les activitats d'entrenament, d'acord amb les pautes donades repetidament, sobretot pel que fa al manteniment de la distància mínima de dos metres entre persones.

Hidrogel: més enllà de l'ús habitual i necessari per a la neteja de mans, cal tenir en compte els riscos associats degut a l'elevada concentració d'alcohol d'aquest producte i els vapors que desprèn. Cal parar atenció quan manipulem amb les mans acabades de netejar amb hidrogel encenedors, llumins, fogons, etc., ja que la flama podria arribar a cremar les mans. El lloc d'emmagatzematge d'aquest producte ha de ser un lloc ventilat, fresc i fora de qualsevol font de calor. En cas que portem pots d'hidrogel al vehicle, cal vetllar perquè estiguin en un lloc apartat de qualsevol font de calor, i si hi ha molta temperatura dins del vehicle, un cop és aturat o estacionat, cal deixar-lo ben protegit per evitar que s'escalfi.

Sales de reunions i aules: la sala ha d'estar ventilada en tot moment, i la durada màxima ha de ser d'una hora. És important no tocar elements comuns ni compartir material d'oficina, higienitzar bé els ordinadors i sistemes audiovisuals a l'inici i l'acabament. En acabar la reunió o classe cal fer una bona higiene de mans.

Quan torneu a casa, apliqueu tot allò explicat anteriorment i poseu èmfasi en la higiene corporal, la de les sabates, la de la roba i la dels objectes personals. ■

DESENVOLUPAMENT, TECNOLOGIA, SOSTENIBILITAT I SALUT

Què té a veure la teva llar amb tu?



GLÒRIA VILALTA

Es diu que la llar és la teva segona pell (la tercera si comptes la roba). La llar és una part molt important de la teva vida: és on descansas, on t'alimentes, on convius amb els que estimes.

Aquests dies hem pogut evidenciar la importància que té. És important estar bé a casa, igual que és important estar bé amb un mateix. Si hem estat observant com ens sentim a la nostra llar, és possible que haguem pogut fer balanç també de com ens sentim amb nosaltres mateixos.

Després de visitar i estudiar moltes llars i de parlar amb les persones que les ocupen, he evidenciat el lligam i paral·lisme que hi ha entre la llar i la persona. Ja només en termes de Feng Shui, se sap que cada zona de la casa representa una àrea de la vida: amics, fills, parella, objectius, abundància, salut, meditació i professió. Tal com tinguem aquella zona, tindrem probablement aquella àrea de la nostra vida.



Però a més a més del Feng Shui, hi ha altres coses que ens poden donar pistes. Em sorgeixen per exemple les següents preguntes:

- Has escollit la teva llar?
- Hi tens molt acumulat?
- Hi tens ordre?
- Hi tens un espai propi, només per a tu?
- Canviaries alguna cosa? Per què no ho fas?
- T'hi sents a gust? T'agrada ser-hi?
- Què hi trobes a faltar?
- Hi tens color?
- Com la tens decorada? Què predomina?
- Com està distribuïda?
- Hi dorms bé?
- Hi tens humitats, geopaties o electrocontaminació?

A priori, semblaria que són preguntes només per a la casa, però si te les fas també a tu, segur que hi trobes paral·lismes. Està ben demostrat, per exemple, que l'ordre extern endreça la nostra ment. De la mateixa manera, les imatges o objectes que tens interaccionen amb tu, et donen la seva informació o energia.

I podem anar més enllà. Si no hi estàs a gust, pot ser que tampoc estiguis a gust amb tu. Si no tens un espai propi a la teva llar (en el cas, evidentment, d'una llar ocupada per més persones), potser és que et falta un espai propi també a la teva vida. Et convido a reflexionar-ho i a aplicar els canvis que creguis que necessites tu o el teu habitatge.

La teva llar és part de tu. ■

GLÒRIA VILALTA I GRAU ÉS ENGINYERA ESPECIALISTA EN MEDICINA DE L'HÀBITAT, FENG SHUI I BENESTAR PERSONAL

ARQUITECTURA

La Rotonda, una història complicada



JAUME DE OLEZA

L'edifici popularment anomenat La Rotonda està situat a la cantonada de l'avinguda Tibidabo amb el passeig de Sant Gervasi i deu el seu nom al temple rodó que presideix la cantonada. És un edifici que en la seva història ha sofert diverses remodelacions i ampliacions. Cap al

1900 l'arquitecte Adolf Ruiz Casamitjana, arquitecte adjunt de Badalona, va projectar per al conegut empresari doctor Andreu, promotor de la urbanització de la muntanya del Tibidabo, la que hauria de ser la seva residència. Però anys més tard el 1908 va patir la primera remodelació, afegint-hi dues plantes més i adaptant la construcció existent per reconvertir-la en el que seria l'Hotel Metropolità, un dels hotels dels més luxosos de la nostra ciutat amb capacitat per a més de 350 persones i 70 habitacions. Fou un projecte que va anar a càrrec del cèlebre arquitecte Enric Sagnier, un arquitecte de prestigi molt conegut a la nostra ciutat. El 1951 l'edifici va tornar a ser reformat, aquest cop sota el projecte de l'arquitecte José M. Sagnier, fill de l'anterior, que, conjuntament amb l'interiorisme de Jordi Galí, transformà l'edifici en l'anomenada Clínica Rabassa per a malalts terminals. Posteriorment, el 1999 va ser adquirit per la immobiliària Nuñez i Navarro, que va escometre'n l'última remodelació de la mà de l'arquitecte Alfred Arribas, un projecte que va augmentar-ne el volum existent i va enderrocar l'edificació realitzada per Sagnier.

L'edifici es caracteritza pel temple que presideix la cantonada i està decorat amb motius florals i ceràmics, obra del conegut ceramista Luis Bru i Salellas. Les façanes a banda i banda del cos cilíndric del xamfrà són llises, destacant-ne les balconades de ferro i les motllures treballades de les llindes de les finestres, així com l'acabat del remat de l'última planta amb formes ondulades, que, conjuntament amb el sòcol de l'edifici en pedra, donen lleugeresa al volum. L'edifici avui dia no roman sense certa problemàtica, a conseqüència que el Tribunal Superior de Justícia de Catalunya, fa més d'un any, va declarar nul·les les últimes reformes efectuades en la construcció en el que fa referència a la sisena planta. La sentència donava la raó a la plataforma veïnal Salvem La Rotonda, pendent de recurs de cassació. Una història complexa de reformes i canvis d'ús que ha conformat la memòria i biografia d'aquest edifici. ■



JAUME DE OLEZA ÉS ARQUITECTE. www.cwork.cat





INSPIRADA EN MUJERES REALES

¡LLEGÓ EL VERANO! Y EL SOL TE ESPERA

Brilla en esta temporada con nuestra colección de bañadores y bikinis. También encuentra nuestras líneas de corsetería y lencería en tendencia. Todo en marcas exclusivas

Visítanos en la calle Calvet 11,
08021 Barcelona

 
 @RasCorseteria
www.rascorseteria.com

LISE CHARMEL
antigel
PRIMA DONNA swim
ANDRES SARDA
Designed in Barcelona

[[Wolford]]
Philippe Matignon
Chantelle
SPANX
iORA
LISANZA

Reidal
Tessy
MARIE JO
KUNY
BARCELONA
Φ
INTRΦ

filodoro
Anita
SINCE 1981
ROSA FAIA
BEAUTIFUL
COSABELLA


MARIGALL
LINGERIE

NOVA OBERTURA

VISTA OPTICA

ulleres graduades muntura + lents

49€

Consulta condicions de la promoció



ulleres progressives free form

muntura +
lents ANTIREFLECTORES

abans ~~297€~~

149€

segones
ulleres progressives

50€

TRANSPARENTS o DE SOL
mateixa graduació

ADAPTACIÓ GARANTIDA

Disposes de 30 dies de garantia d'adaptació a les teves ulleres progressives

CIL #4 ESF #6

Carrer de Santa Amèlia, 31-35 · Barcelona · Tel. 931 482 818 · sarria@vistaoptica.com www.vistaoptica.com

(MICRO)CONSULTORI

La Rita necessita una web



MARTA ROYO ESPINET

La Rita era psicòloga i terapeuta de gestalt. La Rita tenia un neguit: tenia clar que per comunicar el seu nou projecte de *coaching* i psicoteràpia necessitava una pàgina web, però no sabia ni per on començar. Havia trucat al seu cosí informàtic sense saber què havia

de tenir la web. El cosí li va dir que la hi faria durant les seves estones lliures, però que no patís que la hi faria de franc.

Van passar uns mesos i la Rita no tenia web. El cosí en qüestió no havia tingut temps. La Rita ens llegia cada mes al #Microconsultori del Diari El Jardí i va tenir la bona pensada de trucar-nos. Estava una mica trasbalsada, ja que el més calent era a l'aigüera. Tenia el gabinet ja en marxa des de feia un parell de setmanes, però li faltava una part essencial per tot negoci de proximitat: la web. La web és l'aparador de tot projecte, de tot negoci. Tot i ser un negoci en què la difusió sovint és el boca orella, quan et recomanen una marca, sempre vas a buscar-la a "sant Google".



Què li proposaríem des de Mosaiking Comunicació? Li diríem que agafés paper i bolígraf i hi escrivís, primer de tot, qui era i què oferia. Per què ella i no la seva competència? Li aconsellaríem que relatés el seu argumentari i nosaltres l'ajudaríem a comunicar-ho de forma notòria i diferencial.

A Mosaiking Comunicació l'ajudaríem a posar-ho tot en solfa: definint l'esquelet de la web, els apartats i el contingut gràfic, així com el format, el concepte creatiu i el disseny gràfic.

Ja en són moltes, les "Rites" que han contactat amb nosaltres. Han agafat paper i bolígraf, han seguit les nostres indicacions i han obtingut una web amb tots els ets i uts.

A Mosaiking Comunicació les històries acaben bé.

Explica'ns el teu projecte i t'ajudarem a relatar la teva història.

Més info: www.mosaiking.com

Mosaiking Comunicació, entre tu i la teva història. ■

MARTA ROYO ESPINET ÉS LA CEO DE MOSAIKING COMUNICACIÓ

NATURALMENT CURIOSOS

Els tests (II part): com saber si hem passat el SARS-CoV-2?



NEUS MESTRE I MARC TALLÓ

El mes passat vam parlar-vos de les proves diagnòstic per saber si tenim el SARS-CoV-2 mitjançant dos testos que detecten la informació genètica dels virus o les seves proteïnes. Avui us presentem el tercer test disponible, un test que ens parla del passat, de si ja hem passat el virus o no.

El nostre cos té moltes barreres per defensar-se de les amenaces externes (com virus o bacteris). Les primeres barreres que trobem poden ser físiques (com la pell) o químiques (el pH àcid del nostre estómac, per exemple, impedeix la propagació de molts microorganismes). Si aquestes barreres són insuficients i el virus aconsegueix arribar a la sang, és el torn del sistema de defensa del nostre cos, el sistema immune. Aquest el podem dividir en dos components, el sistema immune innat, per protegir-nos dels patògens de forma inespecífica, sense diferenciar-los; i el sistema immune adaptatiu, que desenvolupa una resposta especialitzada per fer front a un tipus d'infecció concreta. Podem fer el símil amb coladors: la defensa innata seria un colador genèric, que exclou en funció de la mida; mentre que el sistema adaptatiu seria un colador dissenyat amb una forma concreta per excloure un tipus de material (patògens en el cas del sistema immunitari). Durant la resposta adaptativa, trobem els glòbuls blancs, cèl·lules de defensa, que un cop entren en contacte amb el virus, generen anticossos (altrament coneguts com a *immunoglobulines* o *Ig*) per combatre'l. Els anticossos són proteïnes que reconeixen de forma específica parts d'un patògen determinat, s'hi uneixen i l'eliminen. Hi ha diferents tipus d'anticossos al llarg de la infecció. Dos d'aquests anticossos són les IgG i les IgM. En una infecció viral, els primers anticossos que produïm són els IgM. Un cop la infecció avança, aquests aniran disminuint a l'hora que augmenten els nivells d'IgGs. Les proves diagnòstiques per detectar la presència d'anticossos contra el coronavirus tenen un funcionament molt semblant a la prova d'antígens. En aquest cas, cal una gota de sang que s'aplica en el detector i al cap d'uns quinze minuts, podem saber si el nostre sistema immunitari ha generat anticossos contra el SARS-CoV-2 o no. Aquest test compta amb un control per saber si la detecció funciona. Si no veiem la banda del control, tot i veure altres bandes no podem concloure res. Si la veiem, ens podem trobar en diferents escenaris: que no hi hagi cap més banda (resultat negatiu, no hem passat la infecció); que només hi hagi una banda a les IgM (resultat positiu, ens trobem en un estadi inicial de la infecció); que només hi hagi una banda a les IgG (resultat positiu, hem passat la infecció i el nostre cos ha generat defenses); que trobem una banda a la IgG i a la IgM (resultat positiu, estem en un estadi tardà de la infecció). Gràcies a la utilització d'aquests testos, sabem que a escala estatal un 5,2% de la població presenta IgGs contra el coronavirus i, per tant, s'estima que almenys durant un temps no s'infectarà de nou. Ara bé, fins quan i si aquest és l'únic mecanisme que té el nostre cos per evitar el contagi del virus, no ho sabem del cert. ■

NEUS MESTRE FARRÀS I MARC TALLÓ PARRA SÓN BIÒLEGS HUMANS

El suport mutu és la vacuna

LA BUENOS AIRES

Érem a les acaballes de l'hivern, el cant de la cadenera temperava el ritme a la Casa Buenos Aires, frenètic. Ens acostàvem a l'any de vida d'ençà que vam okupar l'edifici per salvar-lo de l'enderroc i de la construcció d'un hotel de luxe, un projecte que no hagués fet més que profunditzar en la crisi permanent en què vivim.

Estàvem preparant una gran festa per a totes les veïnes de Vallvidrera i en general per tothom qui s'hi volgués acostar. El desallotjament amb data oberta planava sobre el nostre cap, i només la determinació demostrada i les mostres de solidaritat van activar l'acció de l'Ajuntament, que fins a dia d'avui, encara no s'ha materialitzat en res.

Va arribar la covid-19. Nosaltres vam haver de suspendre la celebració del primer aniversari de la Casa. La propietat sembla que va haver de posposar l'execució del desallotjament. Qui sap si l'Ajuntament està aprofitant el moment per rentar-se les mans i tornar a la inacció tan característica seva al llarg de tot aquest conflicte.

Durant tots aquests mesos hem convertit les emocions en pensament i pràctica, hem tingut temps per a reflexionar i fer-nos fortes, per cuidar-nos a nosaltres i al nostre entorn, projectes com el de la Xarxa de Suport Mutu de Vallvidrera, una xarxa de veïnes que es coordina de forma autònoma per ajudar-se en cas de necessitat en aquests temps difícils, són un exemple d'això que diem.

No hi ha cap dubte que aquest virus ens ha sacsejat a totes. Però al nostre ADN tenim escrit que juntes som més fortes, i des d'aquesta convicció i amb aquesta naturalitat afrontem la vida i els temps que vénen. Amb el convenciment que l'enfortiment de la comunitat i dels seus vincles és allò que ens pot fer viure vides més plenes, hem apostat per posar en comú les nostres alegries i les nostres angoixes. Parlem i ens acostem a les nostres veïnes quan necessiten un cop de mà. Ens hem cuidat entre nosaltres, a familiars quan hem emmalaltit. Ens donem suport econòmic davant dels acomiadaments tot compartint la ràbia, per no haver d'enfrontar-nos mai més soles a aquestes situacions, cada vegada més habituals. Potenciem les cooperatives de consum i els productors locals. Sabem que el suport mutu és la vacuna, de la qual la comunitat n'és l'instrument més afilat.

També sabem que el capitalisme és el virus. Davant situacions d'emergència el sistema col·lapsa una vegada i una altra. Després de tants col·lapses i crisis, no podem més que pensar que aquest sistema, o bé és altament ineficient per trobar el benestar per a una majoria social, o bé és pervers en essència, ja que està pensat per aprofitar els moments de crisi com a teràpia de shock contra la població. S'aprofita el moment d'emergència per normalitzar situacions que en altres moments no serien acceptades pel conjunt de la població com l'aprofundiment en mesures de control social, la normalització de la impunitat policial, la encara major precarització dels llocs de feina, l'expulsió de famílies que no poden pagar el lloguer, l'auge del feixisme als carrers del districte, etc.

Ja sabem que la vida és complicada, governs i elits s'esforcen cada dia a recordar-nos-ho fent que ho visquem a la nostra pròpia pell. A ningú se li escapa que vénen temps encara més difícils. Però això no pot servir d'excusa per al derrotisme i per a creure que no hi ha res a fer. Ara més que mai hem de posar en valor el suport mutu, ara més que mai ens hem de cuidar entre companyes, amigues, familiars, veïnes. Ara més que mai no podem permetre que la pandèmia de la covid-19 sigui l'excusa perfecte per deixar a una part de la societat, la més precària, a l'estacada. Ara més que mai toca lluitar per posar la vida abans que el capital, per posar la comunitat i el suport mutu al centre, i poder construir a partir d'aquí vides que mereixin la pena ser viscudes.

A la Casa Buenos Aires ho tenim clar, seguim i seguirem fent comunitat, solidaritat i suport mutu. ■

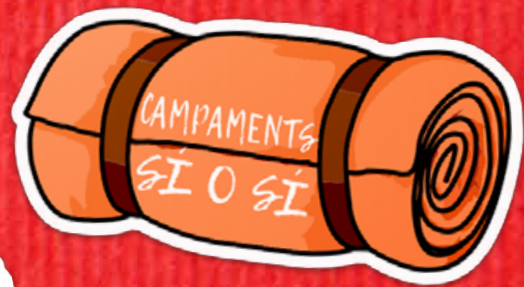
EL NOSTRE ESTIU, ELS NOSTRES DRETS.



Després de tot el que hem passat durant mesos, els i les joves reclamem el nostre dret a gaudir, aquest estiu també, de la natura, a aprendre coses i a fer noves amigues i amics a les colònies, els casals i els campaments de tot Catalunya.
Sempre de forma divertida, neta i segura.



Informa't de tot a estiuamblleure.cat



LES COLÒNIES SERAN LLEURE O NO SERAN



Born to colònies

#DretAlLeure

@joventutcat



Generalitat de Catalunya

7,5 Milions de futurs

JAUME CLOTET: “El pitjor de Sarrià és el tòpic que hi ha. El millor, que no és cert”



© Elena Bulet

— Què feu?

— Res la Jana fen una video comfarensia i jo res

Aquest és l'SMS que m'ensenya el Jaume Clotet intercanviat amb la seva filla Núria per il·lustrar-me el seu confinament. Al missatge hi apareix una foto de la Jana, davant l'ordinador, simulant fer aquests zooms que el pare realitza intermitentment durant els dies de confinament. Fent malifetes per conciliar la funció de pare amb la de Director General de Comunicació de la Generalitat. Parlem amb ell el dilluns que Barcelona ha entrat a la fase 1 de la desescalada. De la vida, del Sarrià com a municipi independent que reivindica i de la feina a Palau.

CARME ROCAMORA

Què has fet avui quan t'has despertat?

He donat l'esmorzar a les meves filles, he comprovat que les dues fessin les tutories telemàtiques i mentrestant jo he fet les meves tres videoconferències consecutives del matí. El teletreball amb nens és una ficció. És molt difícil.

Com us ho repartiu a casa?

Fatal. La meva dona és metgessa i per tant va a l'hospital. Jo he anat al Palau de la Generalitat gairebé cada dia d'aquests últims dos o tres mesos. I no poden venir els avis perquè no es poden contaminar. Per tant, com podem.

Teniu ganes que obrin les escoles?

Sí, infinites. Tot i que jo crec que elles es quedarien així un any més. En el fons estan a casa amb els pares.

Les teves filles han celebrat el seu aniversari confinades

Hem tingut quatre aniversaris a casa, tots quatre la mar de bé. Sort del Jitsi i sort que la Foix estava oberta, perquè sí no ja hauria sigut el súmmum, però vaja... Una mica trist, tot.

T'ha agradat poder viure aquest temps amb elles?

La resposta políticament correcta és que sí. Però sí i no. És a dir, moltes vegades sí, però altres vegades quan tens feina i estàs en una videoconferència

fas el que pots, i t'asseguro que penses: prou ja.

Estàs content d'haver passat el confinament a Sarrià?

Sí, és clar. Estic content de viure a Sarrià. Com aquí no es viu enlloc. No és fer el confinament a un poble, però és bastant més semblant que no pas com es viu en altres llocs de Barcelona.

Com interpretes que sigui un dels districtes amb menys casos de coronavirus?

Hi ha un tema de densitat de població, segurament: hi ha molta més gent a Sarrià – Sant Gervasi que viu en casetes o cases més petites que no en grans blocs, i crec que segurament també té a veure amb la capacitat de la gent de Sarrià de poder teletreballar. També els sarrianencs agafen menys transport públic, i per tant aquí entren en joc una sèrie de factors ambientals, residencials i també socials, crec.

Sempre remarques que Sarrià no és un barri

Ningú li qüestiona a Gràcia o Sants que no és un barri, i en canvi a Sarrià sí. Sarrià és una vila, i per cert l'última en ser il·legalment annexionada a Barcelona.

L'annexió va ser un error?

L'annexió no només no es va consultar a la gent de Sarrià, sinó que no es va consultar a les autoritats de Sarrià. Va ser un decret de Madrid

amb el vist-i-plau de l'Ajuntament de Barcelona. Va ser una annexió irrespectuosa, no consultada i no volguda pels sarrianencs.

Com t'imagines la Vila de Sarrià si no s'hagués annexionat?

Estaríem enganxats a Barcelona, i potser ens hauria anat millor del que som.

Quina és la teva relació amb Sarrià?

En la meva vida he viscut només 15 anys a Sarrià, però la veritat és que ets del lloc on vivies quan eres petit, que és el meu cas. He viscut a Madrid, a Bilbao, a Gràcia, a Barcelona... però sabia que un dia o altre tornaria perquè sento que és casa meva.

Què recordes dels teus anys com alumne al Tècnic Eulàlia?

Jo era molt feliç. Un món perfecte. Vivia al carrer Carme Karr, anava a escola a peu, tenia els amics allà... Era una vida molt idíl·lica. Jo no tenia la sensació de viure a Barcelona, agafava el tren per anar a Barcelona i era com agafar el Tanssiberià. I és la infància que vull per a les meves filles.

Què és el millor i el pitjor de Sarrià?

El pitjor és el tòpic que hi ha. Quan jo li dic a la gent que soc de Sarrià, tothom ja es pensa que som uns *pijos*, que som espanyols i de Ciutadans. I no és així. Sarrià és molt diferent de Tres Torres, de Sant Gervasi i de Pedralbes. I el millor és que no és com el tòpic diu.

“**Sarrià és una vila, l'última en ser il·legalment annexionada a Barcelona**”

“**Quan jo li dic a la gent soc de Sarrià, tothom ja es pensa que som uns *pijos*, que som espanyols i de Ciutadans. I no és així**”

“**M'he enganxat amb més periodistes en dos mesos de confinament que en set anys**”

I com és Sarrià?

Vius en un lloc que té molt de poble. Aquí és impossible anar a un lloc o altre sense dir 'hola' o 'adeu' a algú. Ara mateix estem a un carrer que podria semblar que estem a Tona. I som una comunitat amb molta vida associativa, hi ha moltes coses per fer. Sarrià, igual que Vallvidrera, és molt reivindicativa. Aquí hi falta la biblioteca i allà dalt l'antic mercat ha generat un bon enrenou. En canvi, altres zones del districte no ho són tant, de reivindicatives.

De periodista a Director General de Comunicació a la Generalitat.

És un pal moltes vegades i penses: que s'hi posi un altre. Després entens que has viscut moltes coses que suposo que molta gent voldria viure com l'1 d'octubre, el 9N... Ets un escriptor privilegiat. Em queixo però no em puc queixar. I a més no estic obligat a ser-hi, això no és un convent.

Quan eres periodista també et tocava collar les persones que ocupaven ara el teu càrrec per treure informacions?

Era diferent. No hi havia una cosa tan elemental com el WhatsApp... ni mòbil! Jo, si volia parlar amb un polític trucava al partit o a la Conselleria i deien "sí, ja et trucarem". I allà s'acabava. I ara de sobte tens els mòbils de molts polítics, envies whatsapps... Abans costava molt, no sé com ens ho fèiem.

Un món analògic.

No hi havia e-mails, rebies les *convos* per fax, teníem una sala per revelar fotos a dins la redacció... penso que com coi fotíem un diari! És increïble. No hi havia digitals, ni per tant la pressió de dir "mira què publica aquell o aquell altre"... La veritat és que vivíem bastant tranquils. També era un món molt rar, veies periodistes fumant amb un whisky a sobre la taula.

Com és ara un dia de la teva vida laboral? Ha canviat molt en confinament?

Ha anat a pitjor. Tinc la percepció en general que la gent confon treballar amb fer videoconferències. Jo n'he arribat a fer de fins a dues hores i penso: "Si a Palau la reunió durava 20 minuts o una hora com molt!" No és productiu. Tinc la sensació que treballlem tots més que mai però produïm menys que mai. Jo reso per tornar al Palau. I crec que els periodistes també.

Per què?

Ara el malentès amb els periodistes surt molt fàcil. Jo m'he enganxat amb més periodistes en dos mesos de confinament que en set anys. He tingut bronques còsmiques.

Pots estar fent una broma i que l'altre s'ho prengui malament... I després posa't a desfer-ho. El periodisme no és només què diu aquest i l'altre. És vida, tacte i contacte.

Com valors la comunicació que heu fet des de Govern amb videoconferències i zooms amb periodistes?

He arribat a la conclusió que els periodistes, fem el que fem des de Govern, sempre se'ns queixaran. Teníem un sistema al principi que era complicat perquè era l'única roda de premsa que es feia des de tres llocs diferents. T'asseguro que tècnicament això és una bogeria i que fèiem el que podíem. Crec que vam fer el que havíem de fer i ho tornàrem a fer.

Esteu comunicant millor que Pedro Sánchez?

Sí. Perquè no traïem militars i perquè vam decidir una cosa que a mi, un fracturat digital, m'ha portat molts problemes tècnics, com és fer una roda de premsa des de tres departaments diferents perquè els



Els periodistes, fem el que fem des de Govern, sempre se'ns queixaran"



M'hauria agradat posar més tècnics i menys polítics"



El president no viu a la Casa dels Canonges, i a mi això em treu de polleguera"



Si el president fa un viatge llarg en avió, que voli en business... En fem un gra massa de la despesa dels polítics"

compareixents no es contaminessin. I va ser un encert, perquè nosaltres no ens hem contaminat i a Moncloa s'han contaminat tots. Si estem dient a la gent que guardin distàncies i no estiguin junts, jo no puc fer una roda de premsa plena de gent perquè acabarà malament. Havíem de donar exemple.

Quin consell els dones a Moncloa?

Allò dels militars era un disbarat. Cap país del món ha fotut un militar, ni el Kremlin. Per això penso que nosaltres ho hem fet com a mínim tan bé com ells. Ara, el doctor Simón ho ha fet bé, sí. A mi m'agrada aquest perfil. Si alguna cosa no hem fet bé nosaltres és que m'hauria agradat posar més tècnics i menys polítics.

Per què no ho heu fet?

Perquè no els tinc. Ho he pogut fer amb Mossos, Protecció Civil i Bombers quan hem pogut.. però jo no tinc aquí un doctor Simón.

Els polítics han de demostrar emocions?

A mi no m'agrada.

Per què?

Perquè pot generar inseguretat. Emocions, sí. Però no cal passar-se. Estem pagant a una gent perquè ens portin el vaixell? Doncs han de ser persones que sàpiguen estar a les bones i a les madures. Si surt un polític amb una situació molt negativa i se't posa a plorar penses que no ho té tot controlat. Un excés no m'agrada, com tampoc m'agrada un excés de fredor. No és creïble.

I si et surt plorar?

No s'acaba el món. Hi ha una consellera (Alba Vergés) que es va posar a plorar quan va parlar dels seus fills. Em sembla bé i no ho criticaré. És més, critico els que s'hi van acarnissar. M'hauria

preocupat que fos forçat i fingit. Que es demostrin emocions, sí, però també que es demostrí que poden controlar-les.

Llavors?

No m'agrada la impostura. No la suport. Les fotos buscades o calculades. M'agraden les coses naturals, no forçades. Per exemple, m'agradava molt el fotògraf de la Casa Blanca perquè era un senyor que Obama li va dir "tu fes el que vulguis", *full access*, fes totes les fotos que vulguis durant el dia i després triarem.

Creus que això aquí falta?

Collons! És la meua guerra amb cada president.

No volen?

No.

Un fotògraf de confiança.

Ja en tenen, però aquí no hi ha l'hàbit. Estem un pèl encarcerats. Per exemple, el president tampoc no viu a la Casa dels Canonges, i a mi això em treu de polleguera. Tots els presidents han de viure a la seva residència oficial.

Per què?

Primer, per seguretat. Dos, és més barat. Tres, està en un lloc de comandament si hi ha una emergència. Tot són avantatges i no ho fem perquè és allò tan català de "ui, què dira la gent que m'aprofito del càrrec". És més, la Casa dels Canonges està pagada des de fa 80 anys. No és una despesa addicional per a la població catalana.

És per no mostrar privilegis

Si el president fa un viatge llarg en avió, que voli en *business*... En fem un gra massa, de la despesa del polític. Ens molesta que un president, conseller o ministre es gastí 300 euros més en un bitllet i en canvi no mireu la despesa que hi ha en submarins, que és molta més.

Tornant a les fotos i parlant de com a Obama el retrataven en condicions informals. No és el que va fer Ada Colau publicant una selfie al seu llit?

Jo crec que era buscada. I un excés d'informalitat. I em sembla que tampoc és el moment de fer-se aquesta foto. S'està morint una gentada a Barcelona, em sembla frívola. Fora de lloc. Però aquesta foto al mes d'agost no m'importa.

Quins han estat els millors comunicadors polítics catalans al llarg de la història?

Jordi Pujol era un gran comunicador en el seu temps. No era imposat. Deia el que pensava, baixava dels cotxes a esbrincar els veïns... M'agrada la gent que diu el que pensa. Maragall també era un bon comunicador polític, igual que Junqueras i el president Puigdemont. Montilla, en canvi, no. I Ada Colau comunica molt bé, moltes coses que diu les pensa i de vegades no calcula el que és políticament correcte, i això està bé.

Has publicat molts llibres. Estàs escrivint alguna cosa?

No. Tinc la meua editora que em pressiona tot el dia perquè faci llibres sobre el procés, cosa que no faré mai. Em cansa. És la feina que faig i la visc amb molta il·lusió i convenciment i amb els problemes legals que em pugui comportar, però és la feina. Vull fer altres coses. Novel·les històriques, un assaig sobre els jueus a Mallorca.

Com està Puigdemont?

Tornarà algun dia. Està bé. Fa un any de les eleccions europees en què ens van dir que no seria mai eurodiputat i allà està ell i els altres dos, Toni Comín i Clara Ponsatí. ■

13 de juny:

Sant Antoni
(patró dels paletes)

Tortells



Revetlles
Sant Joan
Sant Pere

Assortiment de coques

Major de Sarrià, 57 e-mail: info@foixdesarria.com Plaça de Sarrià, 12-13

Telèfon 93 203 07 14 / 93 203 00 04 www.foixdesarria.com Telèfon 93 203 04 73

SARRIÀ – SANT GERVASI, el Salamanca barceloní

TEXT: CARMÉ ROCAMORA
FOTOS: ELENA BULET

Sarrià – Sant Gervasi ha estat l'escenari barceloní escollit per copiar el madrileny barri de Salamanca. Després de veure les protestes madrilenyes, l'espanyolisme barceloní també va voler a sortir al carrer. La primera convocatòria va ser a la recurrent plaça d'Artós, el 15 de maig: banderes espanyoles i algunes identifications quan Barcelona encara estava a la fase 0 de la desescalada. Molts veïns passaven per allà i es preguntaven "¿Són Los de Artós?" Però aquest cop, no. Aquest grup de joves es va desvincular de la protesta amb un comunicat que deixava clar que s'esperaran que la situació sanitària estigui més controlada per sortir a protestar.



Dies més tard van arribar les concentracions al passeig de la Bonanova amb Ganduxer. 'Festa grossa' amb més de 200 persones el 20 de maig demanant la dimissió de Pedro Sánchez. L'endemà, en l'intent de repetir al mateix punt, només 15 assistents. I es deixa estar. Dos dies després, el 23 de maig, la concentració de banderes espanyoles es va traslladar a Francesc Macià amb una manifestació de cotxes convocada per Vox.

En paral·lel, col·lectius anticapitalistes s'han mobilitzat escollint la Bonanova com a escenari de protesta de les concentracions que es fan arreu del país conegudes com 'La vida abans que el capital'. La primera va ser com a resposta a la manifestació espanyolista a la Bonanova i va acabar amb uns quants menors identificats. La resta, cada dimarts a les vuit del vespre. ■



TORNEM AMB MÉS FORÇA QUE MAI US TROBÀVEM A FALTAR SENSE COMERÇ DE PROXIMITAT NO HI HA VIDA AL BARRI FEM COMERÇ FEM SANT GERVASI

BARNAVASI

Ajuntament de Barcelona

Associació de Comerciants de Sant Gervasi

CCAM
Consorci de Comerç,
Artesania i Moda
de Catalunya

Generalitat de Catalunya



RACUTERM

**SERVICIOS DE DESINFECCION
CONTRA VIRUS Y BACTERIAS**

DESINFECCIÓN AMBIENTAL: PROTEGEMOS LA SALUD Y MINIMIZAMOS LOS RIESGOS FRENTE A VIRUS E INFECCIONES DE TODO TIPO, COMO EL COVID-19 (CORONAVIRUS). LA DESINFECCIÓN AMBIENTAL ES UNA TÉCNICA DE SANEAMIENTO QUE TIENE COMO FINALIDAD LA DESTRUCCIÓN DE MICROORGANISMOS PATÓGENOS (BACTERIAS, VIRUS Y HONGOS) EN TODOS LOS AMBIENTES EN QUE PUEDAN RESULTAR NOCIVOS (ESCUELAS, GIMNASIOS, SUPERFICIES, GUARDERIAS, VESTUARIOS, ZONAS EXPUESTAS COMO BARANDILLAS, MECANISMOS, ETC...), MEDIANTE LA UTILIZACIÓN DE AGENTES, FUNDAMENTALMENTE QUÍMICOS.

**LLÁMANOS
932 119 334**

LES ASSOCIACIONS DE VEÏNS EXPLIQUEN COM HAN VISCUT LA CRISI DE LA COVID-19

CARME ROCAMORA

Si algú sap com han estat aquests dies de crisi als barris i com es preveu el futur són les persones que s'organitzen a través de les associacions de veïns. El Jardí ha fet a totes elles una sèrie de preguntes, i aquí estan les respostes de les que han contestat:

Com heu viscut aquests dies?

BARNAVASI

Des de la segona setmana hem mantingut una activitat continuada amb comunicacions freqüents, quasi diàries, oferint informació sobre la situació que estàvem travessant i resolent les qüestions que ens plantejaven els comerços. Més endavant, hem ofert informació de com i quan es podien obrir els comerços i ofertes sobre el material de seguretat necessari per obrir els comerços i facilitant models dels cartells per a les botigues, així com informant sobre les ajudes i subvencions provinents de les administracions.

AV SARRIÀ

Hem mantingut la seu tancada i la junta s'ha reunit diverses vegades per videoconferència. La primera setmana de juny esperem treure un nou butlletí. Hem atès les peticions per WhatsApp i correu electrònic.

AV FARRÓ

Des de primers d'abril que els membres de la junta ens hem anat trobant telemàticament. Hem estat al cas de les afectacions que la pandèmia han pogut afectar tant a veïns com a comerços del barri, majoritàriament mitjançant les xarxes socials i el correu electrònic. També hem intentat mantenir l'activitat, tot i que no com estava programada. Hem hagut d'anul·lar reunions, trobades i activitats diverses, i també hem participat en reunions telemàtiques que han estat programades durant aquests darrers dos mesos.

AV LAFORJA

L'AV ha seguit les recomanacions i mesures del Govern català d'acord amb els informes mèdics. Es va enviar una circular a tots els socis i simpatitzants posant al seu abast la comunicació telemàtica. S'han rebut moltes queixes de l'incompliment per part de les persones en l'àmbit del manteniment de les distàncies físiques i l'incompliment de les franges horàries al barri de Laforja, així com la brutícia (mascaretes i guants tirats a terra) i el desmesurat ús dels Jardins de Can Ferrer (únic obert fins el 20-5-2020).

Quina anàlisi feu dels vostres barris durant la pandèmia?

Com a veïnat en general, el comportament ha estat molt assenyat, la gent majoritàriament no ha sortit de casa, els comerços no de primera necessitat han tancat tots. Ara és quan, pot ser hi ha més incompliment de les normatives: la gent està al carrer a tota hora, però, hem de dir al respecte, que aquesta circumstància ha beneficiat al comerç generalista de proximitat, ja que permet l'accés als establiments a tota hora.

Podríem dir que el comportament veïnal ha sigut bàsicament correcte, i que els sectors que més han patit han sigut tots, degut al tancament.

Han estat molts els actes de suport veïnal i solidaritat, i els balcons han estat plens d'activitats diverses. La gent gran ha patit més la malaltia a nivell salut i anímic però el programa Radars ha intentat pal·liar l'estat anímic dels que en són beneficiaris.

El comerç d'aliment del barri i el mercat han vist més afluència de públic i els lliuraments a domicili han estat clau.

La resta de comerç no podran recuperar els ingressos perduts i s'haurà de pensar com ajudar-los perquè no tanquin.

El veïnat IMPECABLE. Ha estat emocionant veure el compromís de la gent a l'hora de complir amb les normes establertes, especialment els dies del confinament. La resposta des dels balcons a l'hora dels aplaudiments, les coneixences que s'han fet entre veïns, un exemple molt bonic el grup de veïns de Mitre-Pàdua-Berna que malgrat tenir el tall de la Ronda al mig el veïnat es podia parlar de la vorera Putxet a la vorera Farró. O el civisme al fer les cues davant de les botigues, respectant distàncies i sense aldarulls destacables. La problemàtica ha començat a aparèixer quan s'ha començat a canviar de fase, especialment pel garbuix d'informacions.

El sector que més ha patit? El comercial. Excepte les botigues d'alimentació, que han sigut les úniques que hem tingut obertes, la resta han estat les més perjudicades. Sobretot la restauració: al Farró hi ha molts pocs bars o restaurants que puguin tenir terrassa i la gran majoria encara no han pogut obrir.

En el barri de Laforja s'ha copsat molta irresponsabilitat: gossos sense lligar, veïns sense respectar cap protecció, gent gran patint la intrusió de les bicicletes i patins de criatures i gent adulta.

Com ha estat l'acompanyament de l'administració?

La veritat és que hem mantingut reunions freqüents amb l'Ajuntament, sobretot amb el Districte i també, encara que menys freqüents, amb la Direcció General de Comerç de la Generalitat de Catalunya.

La tècnica de barri estava en contacte amb nosaltres per telèfon per informar-nos del que succeïa al barri i hem fet algunes reunions telemàtiques.

Entenem que la prioritat ha estat la salut i les necessitats socials. De fet ens vam oferir al Districte per fer difusió de la informació que ens volguessin fer arribar.

Fins a 2 d'abril rebem: 4 correus des de Serveis Socials amb diverses informacions, cartells i campanyes; 4 des de Districte/Decidim.Barcelona: Carta Regidor, projecte Radars, anul·lació Diada Sant Jordi. Durant abril/maig un parell o tres de correus amb cartells per fer difusió.

A finals d'abril hi ha la trobada d'entitats regidor i consellers i arran d'aquesta reunió les entitats del Farró proposem trobar-nos amb la directora de serveis i la tècnica de barri, cosa que finalment fem el dia 13 de maig.

S'han enviat escrits de queixes. Les respostes han estat burocràtiques, però sense eficàcia en el sentit de la vigilància. Molt poca presència de les autoritats de seguretat.

Quina petició feu a la gent del barri?

Només que entengui que sense comerç de proximitat no hi ha vida al barri i que us trobàvem a faltar.

Que compleixin la normativa sanitària, i que continuï la solidaritat i acompanyament als que ho necessitin

Paciència. Seguir com fins ara i que no es perdi el que hem après d'aquesta situació que ens està tocant viure: a estar pendents del benestar dels qui ens envolten, a cuidar-nos entre tots i totes, a alegrar-nos de les fites aconseguides. I fer barri. Amb les veïnes i els comerços del nostre petit territori.

Menys irresponsabilitat i més sentit de col·lectivitat

I a les administracions?

Que compleixin amb rapidesa, que els ajuts que prometen arribin de veritat. Només amb la col·laboració i complicitat entre el comerç i les administracions podrem refer l'excel·lent comerç de proximitat barceloní.

Que compleixin amb el seu deure i que tinguin una mica de mà esquerra amb les sancions. Que defensin les inversions pactades al barri

Que mirin de donar suport al petit comerç, que és el sector que ha sortit més perjudicat per tot plegat.

A l'Ajuntament menys despeses inútils i no prioritàries en la situació de pandèmia. Menys fotos mediàtiques i personalistes dels polítics que manen.

Quines propostes feu de cara al futur?

Només una: treballar conjuntament per tornar a reeixir.

Valen les dues respostes anteriors. Trobem positiu haver fet les trobades amb l'administració via telemàtica i creiem que sense obviar les presencials poden continuar sent un complement per la gent que no pot venir in situ.

Estem començant a treballar el Pla de futur de Sarrià 2020-2030 i ben aviat tindreu notícies.

Una de les coses que ens ha ensenyat aquesta pandèmia és que els nostres carrers estan fets per als veïns: era un gust baixar al carrer i veure les plataformes invertides ocupades principalment per vianants, ciclistes i algun patí. I els pocs cotxes que circulaven, respectaven l'ocupació de la via pels vianants: no se sentien clàxons i tots compartíem l'espai sense nervis ni crits. Hauríem de trobar la manera de fer que això continués.

Una altra seria donar espais a les bicicletes. Per dins del Farró ho tenim fàcil: els nostres carrers són o plataformes o zona 30. Però un cop en surts, no tens com circular amb la bici, el nostre perímetre hauria de tenir carril bici: la Riera de Cassoles, Balmes, Mitre... i Via Augusta. Seria una gran cosa tenir un carril bici que anés de la Diagonal a Sarrià, i poder pujar cap a la muntanya, o baixar cap a mar. I ja posats, mirar de fer accessibles tots els locals comercials del nostre barri.

Solucions d'equipaments, de neteja i convivència.

Jesús Mestre Campi: Sarrià desaparegut

Editorial Efadós, Col·lecció Catalunya Desapareguda, 80, Barcelona 2020, 184 pàgines

FRA VALENTÍ SERRA DE MANRESA

Res millor per conservar el que avui anomenem la memòria històrica que la fotografia, ja que, tal com afirma una vella dita: "la imatge val més que mil paraules". L'autor, l'historiador Jesús Mestre Campi, expert en l'edició de reculls gràfics, ens ofereix a través d'aquesta excel·lent selecció de fotografies —les tradicionals i clàssiques en blanc i negre— una suggeridora guia que ens condueix, pas a pas, per indrets perduts —o avui massa desfigurats— de la vila de Sarrià i els seus entorns com ara Pedralbes, les Tres Torres o Vallvidrera.

A través de les imatges editades percebem com la mil·lenària vila de Sarrià va néixer i evolucionà a partir del carrer Major —talment com una gran espinada vertebradora—, que contribuï a estructurar-ne el teixit urbà entorn de la part central, amb la plaça Major o de Sarrià, on hi ha la parròquia de Sant Vicenç —documentada l'any

987— i, també, la Casa de la Vila; una mica més avall, les botigues i a l'entorn les fèrtils hortes.

Tenen un gran interès per als folkloristes i els estudiosos de les tradicions populars algunes fotografies com, per exemple, aquella de l'any 1898 amb la castanyera del carrer Major de Sarrià (p. 26), la de la Colla de Sant Medir de 1915 (p. 166), la de la matança del porc a Can Batllera l'any 1894 (pp. 148-149) i, particularment, aquelles expressives imatges de les tasques rurals efectuades a la masia de Can Canet de la Riera (anys 1895 i 1932 a les pp. 122-123), prestigiós mas sarrianenc que, una volta remodelat l'any 1947, el Reial Club de Tennis de Barcelona hi situà la seva seu social.

Són molt expressives les imatges de la vida conventual dels caputxins de Sarrià reproduïdes en el llibre (àdhuc amb l'enterrament del P. Miquel d'Esplugues l'any 1934, a la p. 125), així com també les curioses fotografies



La font d'Artós i els burots de Sarrià, on conflueixen el carrer de Bonaplata (abans camí de Barcelona), el carrer Major i el carrer Cornet i Mas

© Autor desconegut - Arxiu Fotogràfic de Barcelona (AFB)

de l'antiga finca rural de Santa Caterina —a Sant Pere Màrtir—, ubicada a sobre mateix de Pedralbes, i que fou propietat dels dominics o frares predicadors (vegeu les pp. 112-113).

Mereixen una atenció especial les fotografies del Monestir de Pedralbes, famós convent de monges clarisses de renom mundial que té, alhora, un origen pairal i reial, ja que l'any 1326 la reina Elisenda de Montcada adquiria el mas dit de "Pedres Albes" i tot el domini a un cavaller de Sarrià per tal d'edificar-hi un monestir, on, ben aviat, ja durant el maig de 1327 catorze monges clarisses ocuparen la part acabada del cenobi. És magnífica i irrepetible l'anomenada fotografia robada

(a les pàgines 108-109), que l'any 1905 féu un expert retratista que immortalitzà un grup de monges fent la lectura i meditació entorn del pou que hi ha en el claustre.

Molt encertadament, el prologuista del llibre —el conegut periodista i activista cultural de Sarrià, Jordi Bigues i Balcells— ha volgut posar en relleu que "la fotografia és una font per reviuire el passat", car les imatges captades pels fotògrafs evocuen allò de "més substancial del que ens envoltava i ens havia succeït". Sí, les fotografies ens ajuden a perviure fets passats, però no pas pretèrits. ■

FRA VALENTÍ SERRA DE MANRESA
ÉS ARXIVER DELS CAPUTXINS

SEMPRE AL
COSTAT DEL
COMERÇ
AMIC!

Ara el teu mitjà de comunicació t'ofereix **XECS REGAL** de publicitat a partir de 100 € per ajudar-te a la reobertura.

Aprofita'l

Per més informació: info@diarieljardi.cat



El Jardí de Sant Gervasi i Sarrià

Jardins al carrer Plantada

La canya comuna

M. JOSEP TORT

En aquesta etapa de desconfinament de la covid-19, un munt de gent ha sortit al carrer desitjosa per viure la natura, fer esport i explorar nous indrets. Ha estat una oportunitat única per a conèixer racons insòlits del nostre barri, com els jardins del carrer Plantada, un dels quals sense nom aparent, se situa al torrent d'en Margenat que baixa de Collserola fins al capdamunt del carrer Anglí. Aquest espai verd aplega un conjunt de singularitats que el fan especialment atractiu com el seu aspecte assilvestrat, la seva situació geogràfica al bell mig de la torrentera i l'evidència del seu passat agrícola.

El jardí del torrent d'en Margenat

Aquest espai verd, totalment assilvestrat pel confinament, dibuixa un conjunt radial de terrasses esgraonades, solcades per camins, que davallen fins a la llera del torrent. En la urbanització del jardí es van emprar materials reutilitzats, com les travesses i els blocs de ciment que sustenten els raïls de tren. Es va preservar el conjunt de la vegetació arbòria existent i es van plantar alguns pins pinyoners.

El torrent segueix l'alineació del carrer Anglí, que queda tallat per la via del tren i s'enfila cap a Collserola en direcció a la torre de telecomunicacions que s'eleva imponent davant nostre. La llera del torrent, totalment assilvestrada, conté un esponerós canyar que ens transporta a l'entorn rural, al paisatge dels horts i de les canyes. Una munió de flors silvestres envaeixen el vessant del torrent i despleguen els seus aromes i colors. Les mates de ginesta florida i de fonoll sovintegen i també alguns arbres aïllats com les alzines, els llorens, els àlbers, els pitòspors o les troanes. Si ens endinsem al fons de la vall, al límit amb la via del tren se'ns descobreix un conjunt d'arbres fruiters, testimonis vius del passat agrícola d'aquest indret que creixen ufanosos al marge de la cridòria urbana. Identificarem carxofes assilvestrades, ametllers, nespres, pruneres, un noguer i un conjunt espectacular d'esponeroses figueres, una de les quals mig tombada a causa d'algun aiguat o temporal de vent.

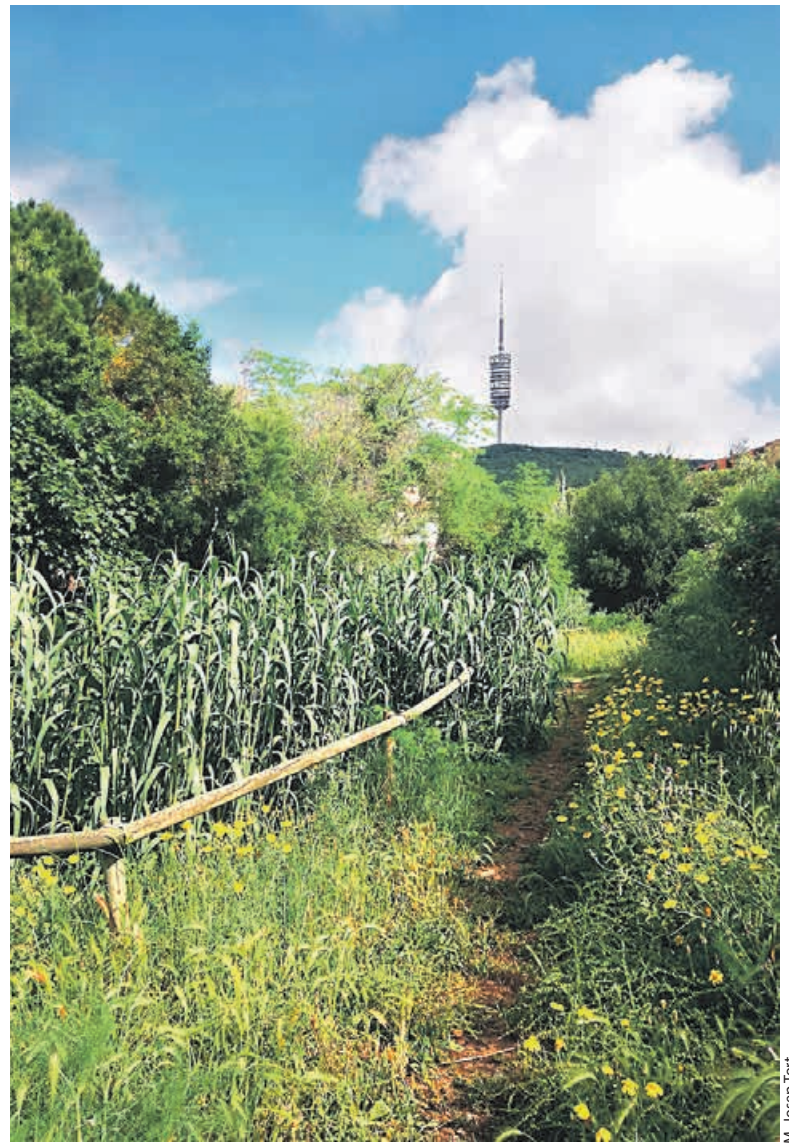
Els jardins de Sarrià Vell i de Carme Serrallonga

A la cruïlla entre els carrers de Plantada i Martorell i Peña, trobem dos petits jardins molt bonics, que semblen dissenyats i construïts al mateix temps. Un d'ells està dedicat a la il·lustre pedagoga i traductora catalana, Carme Serrallonga (1909-1997) i l'altre s'anomena Sarrià vell. Els jardins dibuixen un conjunt de terrasses separades per talussos i trams d'escalas, al voltant de les quals se situen diferents parterres enjardinats amb heures, baladres florits, margallons i alguns arbres remarcables com un antic xiprer, dues grans i ufanoses palmeres washingtonies, iuques i alguns llongs pins blancs que devien formar part de la flora autòctona de Collserola.

>>



1) Jardí del torrent d'en Margenat, 2) Jardí de Carme Serrallonga, 3) Jardí de Sarrià Vell



M. Josep Tort

CONEIXEM ELS OCELLS

Bitxac comú

ENRIC CAPDEVILA

El bitxac comú (*Saxicola torquatus*) és un ocell petit de la família dels muscicàpids. És un ocell resident, que en hiverns freds pot fer migracions altitudinals per cercar zones costaneres més càlides. És un ocell típic d'ambients amb poca cobertura vegetal, i prefereix camps oberts amb matolls i herbes. És present a Collserola, sobretot a Torre Baró, Can Masdeu, Sant Genís dels Agudells, Vallvidrera i Sant Pere Màrtir.

És un ocell d'uns 13 cm de llarg i d'aspecte arrodonit. El mascle té el cap, l'esquena i la cua negra, amb un mig collar blanc (que ajuda a identificar-lo fàcilment) i el pit rogenc. La femella és menys robusta i de color marró, amb una fina línia ocular. Menja insectes, aranyes, cucs i algunes llavors. Acostuma a parar-se en la part alta dels arbustos, sempre en llocs oberts, i captura els insectes amb un vol ràpid i directe,



i se'ls menja en el lloc on s'atura. Fa el niu a terra, que folra amb pèl i plomes. En moltes comarques se'l coneix com a gagamànecs pel seu costum de deturar-se sobre el mànec de les aixades o forques, i deixar-hi les deposicions. El seu reclam és característic i consisteix en un espetec curt, repetit insistentment: txac-txac. No se l'ha de confondre amb el bitxac rogenc (*Saxicola rubetra*) que és més marronós i amb una marcada cella blanca; cria a més altura, però a l'hivern poden compartir hàbitat. ■
Dita: *El bitxac per Sant Jordi és nat.*

La canya comuna (*Arundo donax*)

Encara que sembli sorprenent, la coneguda canya comuna (*Arundo donax*) és oriünda d'Àsia però està àmpliament naturalitzada a la conca Mediterrània i altres zones temperades del planeta. És una de les espècies de graminia més grans del món; pot atènyer 6 m d'alçària i un diàmetre a la base de 6 cm. Són buides per dins i segmentades, amb nusos cada 20 o 30 cm que formen un anell que els hi confereix una gran estabilitat mecànica. Les fulles són verdes tot l'any i abracen la canya en un gran tram. Les flors germinen a finals d'estiu i s'agrupen en un gran plomall que creix a l'extrem de la tija. Al nostre país, la canya es reproduïx vegetativament mitjançant les seves tiges subterrànies anomenades rizomes que són responsables del rebrot de noves canyes. Els vistosos plomalls de flors són estèrils, per tant el creixement vegetatiu és el principal responsable de l'expansió del canyar i el que determina l'hàbit invasiu d'aquesta espècie.

Ecologia

La canya comuna viu a la vora dels horts, camps de regadiu, camins, séquies i canals de rec de la terra baixa. El canyar constitueix la comunitat de la canya comuna (*Arundo donax*) que no necessita aportacions constants d'aigua. El canyissar és més depenent de l'aigua. El canyar es mostra indiferent a la naturalesa del substrat, pot créixer en sols pedregosos, sorrencs i inclús semi salins. El foc contribueix a consolidar el caràcter invasiu de la canya en les ribes fluvials, ja que rebrot façilment gràcies a les reserves acumulades en els rizomes. Els canyars vigilats poden contribuir a l'estabilització de les ribes dels rius, però el seu creixement descontrolat pot tenir conseqüències devastadores. Les grans riuades poden provocar l'excavació i desmunt de les vores dels rius amb la consegüent acumulació de canyes i rizomes que poden formar represes, taponar ponts i impedir el control de les inundacions. Els trossos de rizomes dispersats donaran lloc a l'expansió de nous canyars si les condicions són òptimes.

Usos

Històricament la canya ha tingut un munt d'utilitats per l'home. Es fan servir per delimitar propietats i com a paravent en àrees molt ventades. Seca i pelada és un puntal molt resistent, lleuger i recte com cap altre i tallat a tires té una flexibilitat apte per fer un munt de coses. La canya està estretament vinculada al sector agrícola per emparar tomaqueres, mongeteres i altres hortalisses. Les canyes, si no es cullen un cop seques, li creixen tiges secundàries i deixen de ser útils; per assegurar que durin diversos anys, s'han de collir a la lluna nova dels mesos d'hivern. En el sector de la construcció el seu ús ha estat cabdal gràcies a la seva resistència al podriment i a les excepcionals propietats mecàniques. S'han utilitzat molt per fer sostres, cels rasos, tanques, envans i armadures mitjançant l'anomenada "canyissada", estructures de canyes teixides entre elles o trenades amb filferro.

També s'han emprat en la fabricació de juguines i instruments musicals. Les llengüetes d'alguns instruments de vent, com el tiple, la tenora o el flabiol són de canya. Es diu que "les millors embocadures del món surten de les canyes de l'Empordà tocades per la Tramuntana". El canyís trenat o teixit s'ha utilitzat com a safata per assecat tota mena de fruits. S'han fet mànecs d'escombra, canyes de pescar, coves, cistells i altres utensilis necessaris a pagès.

La utilització de la canya comuna en l'arquitectura ha patit un retrocés amb l'arribada dels nous materials de l'arquitectura industrial, però la crisi econòmica iniciada el 2007 va donar un impuls a aquest material sostenible. Joves arquitectes la reivindiquen com a material protagonista en el disseny de construccions més singulars, econòmiques i resistents. ■



Teletreball? Cansada!
Confinament? Contracturada i rígida!

Ara per fi et toca a tu!
Relaxa't i recupera el teu cos

INCANTO

ESTÈTICA
 AVANÇADA

*Reclama el regal
 de benvinguda!*

C. Calvet, 16 (Trav. de Gràcia) | 08021 Barcelona | Tel. 656 456 000
 C. Muntaner, 477 (Ronda Mitre) | 08021 Barcelona | Tel. 93 434 27 95
www.incantoestetica.es | [f](#) [@incanto_barcelona](#)

EL FARISTOL

Novetats discogràfiques Km 0 en ple confinament

EDUARD SANT I CHALOIS (@Eduard_Sant)

En la plana cultural, en aquests darrers dos mesos, s'està parlant molt de com la pandèmia de la covid-19 està afectant seriosament el sector musical. Arreu del món, s'ha cancel·lat o posposat la majoria de les programacions d'aquest segon trimestre del 2020 i els principals festivals d'aquesta primavera-estiu han decidit tirar la tovallola i centrar-se ja en l'edició del 2021. Les sales de concerts estan lluitant per poder fer front a les noves normatives que ha provocat la covid-19 i miren de negociar una solució beneficiosa per a totes les parts.



**VETUSTA MORLA:
MSDL- CANCIONES DENTRO
DE CANCIONES
(Sony Music Spain)**

Vetusta Morla és segurament un dels grans noms del panorama musical actual en llengua castellana. El passat 22 de maig va veure la llum el seu cinquè treball per títol *MSDL-Canciones Dentro de Canciones*. Darrere aquest misteriós títol, la banda de Tres Cantos proposa un joc musical de transformació: agafant de model el seu anterior treball *Mismo Sitio, Mismo Lugar*, han decidit recrear un per un els seus respectius temes i pel mateix ordre.

Aquest projecte els va sorgir després que el passat estiu actuessin per sorpresa i en format íntim en un parc de Madrid dins el marc del festival Veranos de la Villa. El resultat d'aquesta actuació els va convèncer i per aquest motiu van decidir tirar endavant aquest projecte. A més, per a ells, les cançons són organismes vius en constant canvi, muten i es transformen. I aquí vers la peculiaritat i a la vegada encant d'aquesta proposta. De la proposta colorista, intensa, del disc original han decidit oferir-nos una proposta més íntima, introspectiva i sòbria.

El resultat de tot plegat és un producte difícil de catalogar, curiós, i més tenint molt fresc encara la proposta anterior. Això sí, cal valorar-ne la valentia per apostar a arriscar-se quan el més fàcil hauria estat publicar un disc en directe de l'anterior gira o, directament, prendre's un temps de descans.



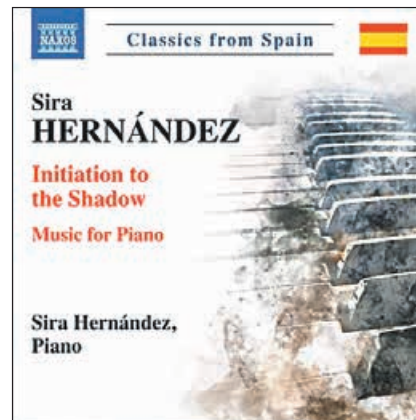
**SANJOSEX:
DOS SOMNIS
(Bankrobber,2020)**

Sis anys més de tard de la publicació del seu darrer disc *Festival* i tres de *Cantut*, conjuntament amb Carles Belda, el cantautor bisbalenc Sanjosex va trencar el silenci el passat 24 d'abril amb la publicació de *Dos Somnis*.

Al llarg dels sis temes que conformen *Dos Somnis*, a partir d'un fil temàtic que els uneix —la paternitat—, Sanjosex fa un particular repàs de l'actualitat política i social a casa nostra i mundial. Així mateix, també tenen cabuda en aquest treball un món imaginari quasi mític ("Les Estrelles") i la tradició catalana ("Els Gegants"), aquest últim perfectament podria ser extret del disc *Cantut*.

Tot i la curta durada, poc més de 20 minuts, el cantautor bisbalenc ha elaborat un disc rodó, d'una simplicitat però amb una sensibilitat marca de la casa, que farà les delícies dels seus seguidors i una excel·lent carta de presentació per a qui no el conegui.

Com a tall de curiositat, *Dos Somnis* només es pot adquirir en format digital a través de la seva discogràfica: Bankrobber.



**SIRA HERNÁNDEZ:
INITIATION TO THE SHADOW
(Naxos, 2020)**

També el 24 d'abril, la pianista barcelonina Sira Hernández va publicar via xarxes socials *Initiation To The Shadow*, el seu vuitè treball discogràfic i el primer amb obra composta per ella mateixa. Al llarg dels 72 minuts de duració, Sira Hernández (no cal repetir el nom) repassa temes personals que l'han inspirat especialment aquests darrers anys. El tema homònim parteix d'un motiu conductor: l'ombra. Així mateix, també és un homenatge al poeta i amic manxec Ángel Crespo.

"Fantasía Para Piano", el tercer tema, és fruit de la col·laboració de la pianista barcelonina amb l'artista *performance*, Sara Conforti, en un espectacle que es va presentar a Torí el passat 2019. Amb "Terra Santa, Ci Sono Angeli nel cielo", Sira Hernández ret homenatge a la poetessa italiana Alda Merini. A continuació, en ocasió del centenari del naixement del gran escriptor italià, Primo Levi, Sira Hernández li dedica "Don't Forget About That", el tema que tanca el disc.

L'estil personal i sensible que destil·len els dits de la pianista fa que aquesta obra de caràcter minimalista vagi penetrant en el sentiment de l'oient.

Per últim, des de la seva publicació, *Initiation To The Shadow* s'ha situat en la sisena posició dels 20 supervendes del grup Naxos a escala mundial el mes de maig.



**ALBA VENTURA:
MOZART PIANO SONATAS VOL.1
(Aglae Musica,2020)**

Alba Ventura és una de les nostres pianistes més internacionals amb actuacions als principals auditoris europeus i una de les pianistes que recull la influència d'Àlicia De Larrocha. El passat 20 de març va veure la llum el primer dels tres volums de *Sonates de Mozart*. Enregistrat en el mateix Palau de la Música el juliol del 2019, som davant d'un programa que Alba Ventura ha tocat en diverses ocasions en les sales de concerts al llarg de la seva carrera. Això sí, la intenció de la pianista barcelonina ha estat de voler deixar-hi la seva petjada personal i fer-ne la seva interpretació del geni de Salzburg.

El resultat de tot plegat és un doble àlbum on Alba Ventura, amb el seu estil elegant, clar i precís, aconsegueix fer una versió pròpia d'aquestes cèlebres sonates. Estem davant una proposta que tant pot seduir els melòmans i seguidors de la pianista barcelonina com el públic més general. ■

Bernat Padrosa reivindica la guitarra catalana amb la figura de Mompou



EL JARDÍ

El guitarrista Bernat Padrosa ha publicat el seu primer CD, *Impressions íntimes (La mà de guido)*, reivindicant l'univers musical de la guitarra catalana a partir d'un monogràfic dedicat a la figura de Frederic Mompou (1893-1987). Bernat Padrosa és el director de l'Escola de música Trémolo i de la sala Nota 79, al carrer de Vallirana del Farró. Precisament al Nota 79, Padrosa havia fet concerts presentant aquestes interpretacions de la música de Mompou.

En paraules del mateix intèrpret, la gravació d'aquest CD ha estat un gran repte: "No només perquè m'ha suposat posar-me davant del mirall, com mai fins ara ho havia fet, sinó també pel fet de deixar escrita i enregistrada la meua pròpia transcripció de les *Impressions íntimes*, obra de joventut de Mompou que troba en la guitarra una nova dimensió". L'enregistrament es va fer els dies 24, 25 i 26 de maig de 2019 a l'ermita de Sant Joan de Sanata, a Llinars del Vallès, amb una guitarra Antonio Martin Montero de l'any 1999. ■

© Joan Miquel i Quintilla - Barcelona Foto Antic



La Festa Major de Sant Gervasi

JESÚS MESTRE

Aquest any, com a altres barris del districte, no hi ha Festa Major a Sant Gervasi. La covid-19, per ara, no ho

permet. Potser al setembre les condicions seran més apropiades per sortir al carrer i fer celebracions col·lectives, però encara sense acumulacions de gent. Sembla un contrasentit: les festes populars propicien la trobada, la relació entre la gent. Com han de ser, ara, les festes?

A la fotografia, de Joan Miquel i Quintilla, es veu una instantània de la Festa Major de Sant Gervasi l'any 1956, segurament al carrer de Marià Cubí cantonada amb Sagués (el fotògraf vivia aleshores molt a prop). La gent s'ha fet seu el carrer: l'ha guarnit amb una enramada d'on pengen fanals i serpentines, es reuneixen per grups d'edat, d'amistat o familiars i xerren i es toquen. Tot era molt normal, si més no fins fa tres mesos. Ara ja no ens ho sembla tant.

La Comissió de Festes de Sant Gervasi ha hagut d'anul·lar una Festa Major que estaven preparant amb molta il·lusió. A les festes populars sempre els cal molta il·lusió. Esperem que, si no poden fer-la per setembre, l'any vinent puguin preparar-la de nou. ■

Espai Natural de l'Alta Garrotxa



Tradició, confort i modernitat



Connecta amb la natura

A Mas Soler, entre prats, boscos i muntanyes, gaudireu de la tranquil·litat de Rocabrúna (Camprodon). Tindreu espaiosos interiors, llar de foc, tv, butaques, wifi. Habitacions dobles, la majoria poden ser triples i algunes fins i tot quàdruples. Totes les habitacions disposen de bany. L'entorn amb taules, barbacoa, cabanya convertida en sala polivalent (taules, jocs, ping-pong...), zona de jocs infantils, una "Era" de 200 m², que

moltes vegades es transforma en pista de bàsquet, aparcament.

La Masia consta de 3 habitacions, tots amb la seva pròpia salamenjador, cuina, habitacions i un espai exterior exclusiu. La distribució de la casa principal, permet a la Casa Pairal incorporar habitacions sostrant-les a les altres masoveries i comunicant-les amb la sala principal. Podem oferir des d'una casa amb 1 habitació, fins a una amb 9 habitacions.



Can Soler (Casa Pairal)	3 hab.	8 places
Cal Masover 2H	2 hab.	6 places
Ca la Padrina	2 hab.	4 places
Cal Masover 1H	1 hab.	3 places
Tot el "MAS SOLER"	9 hab.	18 places



Tranquil·litat, sol, llum i espai

RoureVell
Turisme rural
Mas Soler de Rocabrúna
rourevell@gmail.com
3e 646 487 966
<https://rourevell.com>



CAMPRODON
Mas Soler de Rocabrúna

L'Associació de Pintors Canet 22: Separats per la pandèmia, units per la pintura

MARTA TRIUS

Tot i que el confinament s'ha viscut en tots i cadascun dels negocis i llars dels nostres barris de maneres molt diferents, hi ha un denominador comú, que és la falta de llibertat a la qual hem estat sotmesos. Per a tots aquells que plasmen la seva creativitat amb la pintura, els moments de tancament han passat per diferents etapes que van des del bloqueig provocat per l'angoixa a la cerca de nous camins per a deixar lliure a l'artista que porten dins.



© Marta Trius

Els integrants de l'Associació de Pintors Canet 22, que agrupa vuit pintors de tècniques diverses que des de fa anys es reuneixen setmanalment en el seu taller del carrer Pare Miquel 10 (darrere del mercat de Sarrià), ens expliquen que han tingut alts i baixos. Tot i això, s'han mantingut en contacte gràcies al mòbil, sobretot quan una d'elles va ser ingressada i es va sentir totalment abrigallada pels seus companys, que no deixaven d'animar-la i ensenyar-li les seves creacions a través de la pantalla.

Entre tots es mostraven les proves que anaven fent aprofitant els recursos de què disposaven, ja sigui utilitzant tècniques que mai havien usat com l'aquarel·la o recorrent a l'ordinador estrenant-se en l'art digital.

L'Associació va néixer arran de la necessitat de tenir un espai en el qual poder pintar i compartir amb altres pintors. Cadascú té la seva pròpia especialitat, ja sigui retrats, art conceptual o abstracte, paisatges, natures mortes o a base de textures, i estan encantats de posar a l'abast de tothom el seu *savoir faire*. Ja sigui com a afició o com a professió, se senten molt feliços quan tenen algun encàrrec o venen alguna de les seves obres perquè, tal com diu una dels seus integrants, "és una gran satisfacció saber que algú gaudirà d'una part tan important de tu a algun raconet de casa seva".

Si bé la crisi de la covid-19 ha estat com una maçada (paraules textuais) per a l'Associació, tots estan exultants de tornar a reunir-se i compartir moments "amb precaucions i tota la higiene personal i

del local que sigui necessària", recalquen. Veuen amb esperança el futur i esperen amb ànsies que es repregui, quan es pugui (previsiblement a l'octubre), la Jornada de Portes Obertes que s'organitza anualment el mes de maig i que es va haver d'anul·lar a conseqüència de la pandèmia. Estan segurs que tornaran a omplir el barri amb els colors que, ni tan sols tancats, han deixat de combinar.

Per a ells és important continuar treballant i tirar endavant els seus projectes: "ja sigui fent alguna exposició col·lectiva o buscant noves maneres de donar-nos a conèixer", especifiquen; el que és clar és que el confinament els ha donat forces i ara més que mai volen mostrar els seus valors individuals i col·lectius, i atreure tots aquells que estiguin interessats a vibrar amb la pintura i la bellesa artística. Perquè, si hi ha una cosa de la qual estan convençuts, és que l'art els va unir per a crear l'Associació igual que l'art els ha mantingut units durant el confinament. ■

Maria Dolors Solanas Oliveras

MANUEL CASTELLET

La Lolita, com li van dir durant molts anys, va néixer el 1er de maig de 1912 a la casa que dos anys abans havia fet construir el seu pare al carrer del Rector Ubach (ara és el número 32) a Galvany, al barri de Sant Gervasi de Cassoles, que tot just s'estava urbanitzant. El mercat, en construcció des de feia anys, no es va inaugurar fins que ella en tenia 15.

Si quan ella era ja gran algú li ho hagués proposat, hauria pogut escriure la història quotidiana de Galvany —que encara ens falta—, ja que va néixer, va viure sempre i va morir al mateix pis de la mateixa casa. 97 anys i 3 mesos vivint, comprant menjar i roba, portant els fills a l'escola, venent paper al drapaire, fent esmolar els ganivets, baixant les escombraries, rondinant pels talls de l'electricitat, anant a buscar aigua a la font de la cantonada amb el carrer de Muntaner quan no funcionava el

subministrament, mirant des del balcó les processons dels frares (els franciscans de Sant Antoni de Pàdua). Però, sobretot: tenint cura de la família amb el pare, la mare amb problemes de salut, una germana discapacitada, el marit —que durant la Guerra va estar al front d'Aragó i a l'Ebre i després durant anys va treballar de viatjant—, dues filles (la primera nascuda en plena època de bombardejos), i un nen, el més petit, força trapella, l'únic dels fills que va poder estudiar a la universitat. Quan ja no havia de tenir cura dels pares i el fill petit tenia deu anys, encara va tenir prou empena i generositat per adoptar una nena de nou mesos, a través del programa de Pau Pi a Ràdio Barcelona, tan estimada i tant filla com els altres tres.

Va ser fidel al Mercat de Galvany —quan no anava al de la Llibertat, a Gràcia, perquè era més barat— (i de joveneta al cinema Galvany), al colmado Franch, al forn



de can Roura, a la llibreria i papereria Capmany o a la granja Corba —ca la Lola—, on feien una nata deliciosa. És a dir, va ser fidel al barri. Hi va viure totes les transformacions: quan es construïa la Villa Montmartre (1920) davant del mercat —un espai lúdic enjardinat, amb ball

a l'aire lliure i restaurant— i cinc anys després es convertia en el cinema Galvany (1925); quan s'asfaltaven els carrers; quan desapareixia el carrer de Lanuza i Aribau arribava fins a la Via Augusta; quan es cobria la vella estació de Muntaner del tren de Sarrià i ja no calia pujar aquell tram llarg d'escales (1952); quan es tancava la darrera vaqueria del barri, al carrer Amigó (1955); o quan el carrer del Pàrroco Ubach va recuperar tardanament el nom de Rector Ubach (1980) —en memòria de Fèlix Ubach i Claris, rector de la parròquia de la Bonanova, la construcció que ell va promoure— cosa que va provocar que

carteris i transportistes no el reconeguessin per aquest nom.

Va viure aquell moment del barri en què els veïns no eren anònims entre ells, com ara. Fins ben avançats els anys 50, era habitual, a les tardes dels dies de bon temps, treure una cadira baixa al carrer per prendre-hi la fresca i socialitzar amb els veïns que feien el mateix. En aquestes converses es parlava del millor i del pitjor del barri però sobretot s'establien unes complicitats que facilitaven que, quan calgués, els veïns i veïnes s'ajudessin els uns als altres.

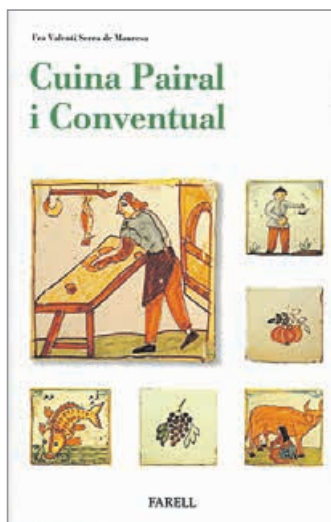
Per què cal recordar avui la Lolita, que no va excel·lir ni en les lletres, ni en l'art, ni en la política, ni en les ciències, ni en cap negoci? Perquè, recordant-la a ella recordem totes les dones que van haver de passar la Guerra, sense els marits i, sovint passant gana, i una postguerra durant la qual només el seu amor podia compensar les mancances de tota mena d'aquells nens i nenes, que ara ja som avis i àvies.

La història d'aquestes dones és la veritable història de Galvany perquè ningú com elles va viure el barri amb tanta intensitat. ■



El teu llibre a casa en 48 hores

Fra Valentí publica un tractat sobre la cuina pairal catalana i de les comunitats caputxines



JESÚS MESTRE

Fra Valentí Serra, caputxí del convent de Sarrià, ens regala un nou llibre, en aquesta ocasió dedicat a la cuina (*Cuina Pairal i Conventual*, Farrell Editors, col·lecció Rebost i cuina, 20, novembre de 2019). Però no és un llibre de receptes, tot i que n'hi ha un munt, sinó un assaig històric i antropològic sobre la tradició de la cuina rural tradicional (la pairal) i la seva estreta vinculació amb la dels convents caputxins catalans, des del segle XVI al XX. És una cuina que ha influenciat molt la tradició gastronòmica catalana.

El llibre s'organitza al llarg de vint capítols temàtics que tracten qüestions com l'austeritat dels àpats caputxins, les pitances o menges especials, l'ús d'herbes aromàtiques i espècies, la vinculació dels ingredients a la temporada o el concepte tradicional de la cuina d'aprofitament. És fàcil veure que és una gastronomia amb una forta base vegetariana, on la carn entra de manera ocasional en les receptes. Tot seguit, ens introdueix en les diferents parts i els ingredients dels àpats: les sopes, els guisats de naps, carabassa, cols, el sofregit de ceba com a element diferencial, els

llegums, l'arròs, els bolets, el peix i el bacallà, la carn d'olla... per acabar amb la galantina, la fruita, la xocolata, el vi, el vermut i la ratafia. Com és habitual en els llibres de Fra Valentí, ens posa a la nostra disposició un glossari i un índex analític on poder aclarir dubtes o ampliar informació. I podem copsar l'erudició de l'obra a partir de les fonts i l'extensa bibliografia que ha utilitzat.

Els lectors d'El Jardí fa molts anys que gaudim dels coneixements erudits i la fàcil lectura dels textos del caputxí, ordenats en la secció "Cuina de convent" (vegeu la p. 29). A qui no ho ha hagut fet alguna vegada, l'ànimo a guisar alguna de les receptes que ens ha estat proposant, en alguns casos un poc arcaiques però amb algunes variants senzilles es poden fer sense dificultat amb ingredients actuals. I si provenen de l'hort, de proximitat, molt millor! Així, la lectura de *Cuina pairal i conventual* ens permet trobar una nova dimensió a totes aquelles receptes i escrits. S'ordenen i es renoven a partir d'una nova mirada. I podem gaudir tot tafanejant en els orígens de la tradició gastronòmica del país. ■

Col·labora amb nosaltres

Subscriu-t'hi!

~~50€~~ 40€ l'any

diarieljardi.cat/subscripcio2020

El Jardí



T'agraden els productes francesos?

ORANGINA
col·lecció pairal

Ma PETITE EPICERIE
BARCELONA

C / CORNET I MAS 59
www.mapetiteepicerie.com

Per a massa gent,
amb la COVID-19
plou sobre mullat

IMPLICA'T-HI

projectelliures.cat

93 131 1771



Superservis

Supermercats des de 1945

!! Nou servei a domicili amb furgoneta!!

Les nostres botigues:

- Vallirana 21 93.368.45.71
- Major de Sarrià 85 93.203.04.94
- Avinyó 11 93.317.53.91
- Aribau 156 Fruiteca 93.218.10.58

i també estem al Vallés Oriental (Parets)
Obert de dilluns a dissabte: 09:00 - 21:00h

Arribem a tot arreu: Bonanova, Monterols, Galvany, Turo Park, Farró, Putget, Sarrià....

Tenim de tot! xarcuteria, carnisseria, fruiteria, totes les seccions i departaments...

VISITI'NS

gràcies per escollir-nos

Entrevista

MIREIA VILANOVA: "Em fa molta il·lusió fer el salt com a productora a projectes grans"

Mireia Vilanova Broto, 24 anys, és una jove nascuda al barri de la Bonanova que va estudiar al Liceu Francès i després la carrera de Comunicació Audiovisual a la Universitat Pompeu Fabra (UPF), on es va graduar el 2017. Acte seguit, i gràcies a una beca de La Caixa, va aconseguir accedir al Màster en Producció de Cinema a la Universitat del Sud de Califòrnia (USC), la millor escola del setè art dels Estats Units. "Productora catalana i fanàtica de Meryl Streep", així és com es descriu al seu perfil al compte de Twitter.



SERGI ALEMANY

Productora de cinema a Los Angeles

No deixa de ser el meu somni. Ser directora de producció de rodatges. Estar a Los Angeles és sentir que estàs al centre d'aquest món. Ara mateix depenc d'un visat així que no sé quant temps podré quedar-me als Estats Units.

Cinema americà Vs. Cinema europeu

És clar que m'agradaria viure i treballar a Los Angeles però si sortís una bona feina a Europa l'hauria d'avaluar. Una bona oportunitat és una bona oportunitat i vivim en un món molt globalitzat.

D'on et surt la passió pel cinema?

El meu avi era molt fan del cinema clàssic i als 13 anys decideixo que m'hi vull dedicar. Em semblava una idea bastant poc realista, però per sort els meus pares sempre em van ajudar molt.

Què et passa a aquella edat?

És quan descobreixo a la Meryl Streep i es converteix en la meva idola. Amb ella vaig descobrir tot el cinema dels anys 70 i 80. Ara la idolatrat d'una manera més sana i adulta. [Riu]

A la universitat ja treballaves?

Sí, compaginava estudis i feina. Vaig començar fent d'ajudant de producció a Barça TV amb el Lluçà Ferrer, i al

tercer curs marxo als Estats Units amb un conveni a la Universitat de Califòrnia a Los Angeles.

A Los Angeles tot comença a prendre sentit?

Em quedo fent pràctiques d'ajudant de producció pel documental *The Beatles: Eight Days a Week*, del Ron Howard, i després encara torno a Barcelona per graduar-me com m'exigia la universitat. Tenia clar però que en algun moment de la meua vida volia tornar als Estats Units.

I es fa realitat.

Sempre m'he volgut dedicar al cinema i aleshores Barcelona no estava tan oberta a l'audiovisual com ho pot estar ara. L'agost del 2018 torno a fer les maletes amb una beca de La Caixa i treballa en diferents productores, entre elles a Lions Gate, l'estudi que va fer *La La Land*.

Dona i jove. Com ho vius?

És cert que és un sector que sempre ha estat més dominat pels homes però ara s'estan movent coses per posar-hi remei i arribar a un cert grau d'igualtat. Òbviament, encara queda bastant i les dones de fet formem part de les minories excloses.

És un repte marxar lluny de casa quan ets jove?

Al final és una qüestió que depèn d'un cert privilegi que un pugui tenir o no, i jo ho vaig poder fer gràcies a la beca. No per això cal restar valor a la gent que no pot marxar de la seva ciutat.

Ara ja tens una feina estable.

Des del gener sóc coordinadora de distribució de continguts per a l'Amèrica Llatina a l'estudi Entertainment One (eOne). Amb el panorama econòmic que se'ns presenta, tenir una feina estable dins del món de l'audiovisual, en la posició que sigui, sempre és benvingut.

Què més demanes als 25 anys?

En paral·lel a la meua feina, on hi dedico nou hores diàries, he estat produïnt projectes pel meu compte, tant aquí com a Barcelona. Aquest és un món molt competitiu i ara treballa per desenvolupar 'Two Sisters', que serà el meu primer llargmetratge: una pel·lícula.

Ja tens el guió?

Sí, escrit pel David Moragas, un director català que acaba d'estrenar 'A Stormy Night', la seva òpera prima, al Festival D'A. La intenció és seguir movent l'obra fins a obtenir els fons necessaris per rodar als Estats Units o bé a Europa. Em fa molta il·lusió fer el salt com a productora a projectes més grans.

A Barcelona treballas per un documental, 'Els 14 del Portal', que parla sobre els fets de Can Vies.

El vam iniciar fa tres anys amb l'Albert Raga, un director de Mollet, i ara sortint del confinament intentarem acabar-lo. També han estat uns anys una mica moguts. 'Els 14 del Portal' tracta sobre les irregularitats del cas Can Vies.

Faries un documental sobre el teu barri?

Seria maco crear un record col·lectiu de Sarrià-Sant Gervasi per veure com han canviat les costums i la gent del barri. Al final són records que sinó s'acaben perdent i és una pena. I tota la meua família ha viscut aquí tota la vida, començant pels meus avis que eren d'Hort de la Vila.

Què ha de tenir una bona productora?

Paciència i perseverança, però també conèixer els propis defectes per rodejar-se d'un equip humà que ajudi a compensar-ho. I molt important, saber identificar quines persones a nivell personal, més enllà del professional, val la pena que formin part d'un equip.

Tornar seria un fracàs?

Si cal tornar a Barcelona o Europa no serà la fi del món. No tindria la mateixa xarxa que he creat a Los Angeles però tot és començar de nou i buscar algú que et connecti a la roda del cinema. I demostrar que vals per això.

Un consell pels joves que vulguin fer cinema?

Que s'esforcin al màxim i sobretot no es rendeixen. Jo he arribat on estic ara després d'un procés de deu anys apostant per aquest món, i moltes vegades les coses no han sortit com a mi m'agradarien. Hi ha molts camins per poder-se dedicar a l'audiovisual i el més important és trobar-ne un que et doni sentit. ■

Bonadolça

Hem tornat més dolços que mai

Llaminadures, festes d'aniversari, xocolates i confiteria

BONADOLÇA
 carrer de Sant Màrius, 42, 08022 BARCELONA
 bonadolca@gmail.com / 689 71 98 64

Segueix-nos a  

Districte: Videoconferència

Nois i noies traslladen a Batlle propostes per educar en la igualtat

El regidor del Districte aplaudeix l'educació en valors de Sarrià - Sant Gervasi i l'equilibri del sistema públic i concertat

CARME ROCAMORA

El passat 27 de març el regidor del Districte, Albert Batlle, també amb la consellera d'Educació i Feminismes de Sarrià - Sant Gervasi, Cèlia Martínez, i un conjunt de persones tècniques, van fer l'Audiència Pública de nois i noies per videoconferència amb alumnes dels centres educatius Projecte, l'Institut Menéndez y Pelayo, l'Escola Fàsia i l'Escola Frederic Mistral, on aquests els van traslladar propostes per avançar cap a una educació basada en la igualtat de dones i homes.

Aquestes propostes han estat treballades per un total de 235 nois i noies d'aquestes escoles de Sarrià i Sant Gervasi en el marc d'un programa més ampli de tota la ciutat. Els alumnes van traslladar als responsables polítics del districte peticions com promoure lavabos per a persones no binàries als espais públics, promoure roba unisex i no diferenciar seccions entre noies i nois a les botigues, que hi hagi més pel·lícules i sèries amb protagonistes que no compleixin l'heteronormativitat, no permetre anuncis i publicitat sexista, utilitzar el llenguatge inclusiu en els documents i promoure una contractació paritària dels empleats de l'Ajuntament.

Tant Batlle com Martínez van escoltar les propostes i van prometre que les estudiarien. En aquest sentit, van

precisar que algunes de les qüestions no es poden abordar des l'àmbit públic, com és el cas de la roba de marques privades o distincions a les botigues, o de la publicitat que no és de l'Ajuntament. Però sí que van animar a una feina conjunta per anar conscienciant cap aquestes qüestions i ser-ne conscients, treballant-les en fòrums i espais d'opinió.

Responent en concret a algunes propostes, Martínez va explicar que s'està treballant amb Vil·la Urània per fer lavabos unisex —que no binaris— perquè són l'opció més inclusiva per a pares, mares fills i filles i persones LGTBI. Així mateix, va explicar que des l'Ajuntament es fa servir una guia de llenguatge inclusiu i no sexista que marca el vocabulari de totes les comunicacions municipals. La consellera del grup PSC-Units també va demanar als alumnes que estiguin a sobre de l'administració alertant de mancances o ajudant a detectar aspectes com publicitat sexista per poder, dins les competències que té l'administració per actuar.

Batlle defensa abordar-ho "sense prejudicis ni tabús"

Batlle va defensar que la igualtat ha de ser l'eix conductor de les polítiques que es realitzen en matèria feminista i d'igualtat, i va assegurar que queda molt camí per



recórrer. En aquest sentit, es va referir a les enquestes que demostren que s'està "molt lluny" de la igualtat de gènere. Va destacar com a preocupant qüestions relacionades amb la gelosia i en el control de nois sobre noies en franges joves d'edat, però en aquest sentit també va apel·lar al sistema educatiu per treballar-ho: "Estem orgullosos del sistema educatiu de Sarrià - Sant Gervasi, on hi ha un equilibri entre la pública i la concertada. Estem molt satisfets de les feines de les escoles i educació en valors", i va apostar per abordar aquests temes des l'àmbit comunitari i familiar sense "prejudicis ni tabús".

Amb tot, la consellera Martínez va dir que és imprescindible que la ciutat tingui joves com els que han participat en aquesta iniciativa, que s'impliquin: "Us animo que ens ajudeu en aquesta tasca, que és molt important". Va recordar que la seva generació no ha tingut una educació tan basada en l'igualtat com la dels joves d'ara, i per això els va traslladar la responsabilitat de traslladar aquests valors tant als nous joves que venen com als més grans. ■



[@outlet_bcn_surf](https://www.instagram.com/outlet_bcn_surf)

LES MILLORS MARQUES A MEITAT DE PREU

TÈXTIL, CALÇAT, COMPLEMENTS,
ROBA DE BANY

50% DE DESCOMPTA EN TOTS ELS ARTICLES





















PRIMAVERA & ESTIU

XANCLES I SAMARRETES DES DE 9.90€ BANYADORS DES DE 19.90€





Dita

**Al juny,
l'estiu no és lluny**



Saps quin dia comença l'estiu?

I les altres estacions: la tardor, l'hivern i la primavera?

Prova de cantar la cançó utilitzant una sola vocal:
"ANA MASCA
VALAVA PAR LA
LLAM, LLAM,
LLAM..."

"ENE MESQUE..."
"INI MISQUI..."
"ONO MOSCO..."
"UNU MUSCU..."

I la sabries cantar canviant cada vegada de vocal?
"ANE MISCO
VULAVE PIR LO
LLUM, LLAM,
LLEM..."

CANÇÓ DE LA MOSCA

UNA MOSCA VOLAVA PER LA LLUM, LLUM, LLUM,
I LA LLUM ES VA APAGAR, GA, GA,
I LA POBRA MOSCA
ES VA QUEDAR A LES FOSQUES,
I LA POBRA MOSCA
NO VA PODER VOLAR, LA, LA.



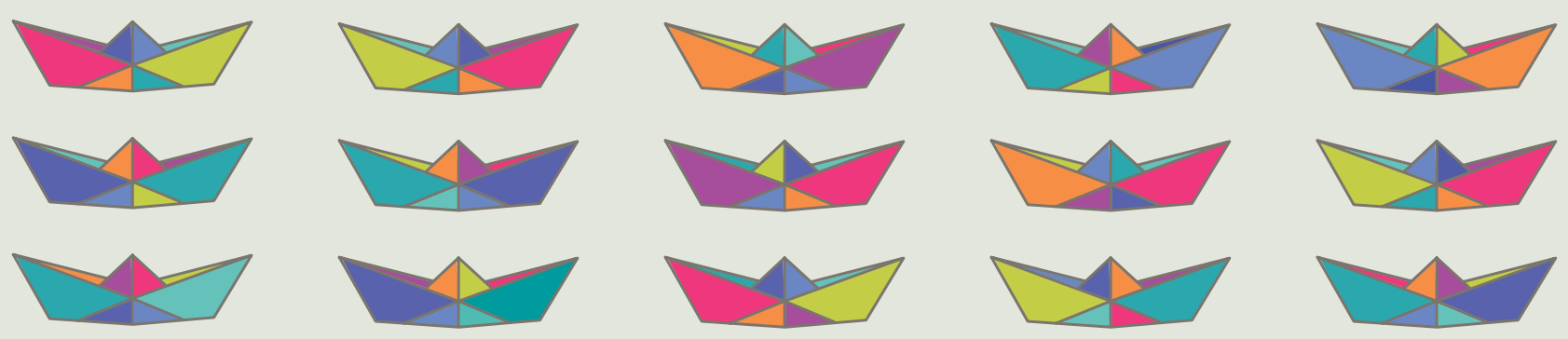
Tenen 6 potes, antenes i, sovint, ales: els insectes

Ordena les lletres de cada paraula i completa la graella

- SETABRACA E _ _ _ _ _ T
- LLIRG G _ _ _ L
- GATLLOSA L _ _ _ _ _ A
- BALLEA A _ _ _ _ A
- VAPES V _ _ _ A
- CASMO M _ _ _ A
- QUIMOST M _ _ _ _ _ T
- NAPALLAPO P _ _ _ _ _ A
- GIFAMOR F _ _ _ _ A
- PAUÇ P _ _ A



Observa. Hi ha alguna barqueta repetida?



CUINA DE CONVENT

Arrop de saüc



FRA VALENTÍ SERRA

Saüc (llat., *Sambucus nigra*) és un mot que prové del llatí *Sambucus*, derivat d'un terme grec molt arcaic —*Sambuke*— que era el nom d'un instrument musical fet amb les branques buides d'aquest arbre que a casa nostra és conegut, popularment, com *el Bon arbre*. La flor del saüc és un excel·lent depuratiu i un eficaç anti-gripal i, sobretot, un poderós febrífug de llarga i reconeguda tradició que ha estat utilitzat per la medicina popular des de l'Edat de Pedra. Les fulles seves són laxants i cicatritzants, i la flor regularitza la tensió i, també, és molt bona per curar la bronquitis i per calmar la tos; mentre que l'escorça del saüquer és antireumàtica i les baies s'usen per a fer una mena de xampany molt refrescant i digestiu. La flor de saüc amb draps calents se solia posar després de cada untura feta amb l'ungüent pairal per a fondre golls.

Sobretot, la flor del saüc, que és molt apta per a fer col·liris oculars, se solia collir i beneir per la festa del naixement de Sant Joan Baptista. En temps d'estiu, l'aigua de la flor de saüc refresca els budells i l'estómac. En la tradició remeiera dels caputxins, un antic receptari assenyalava que "les fulles fresques del

saüc en infusió de tres grams per porró d'aigua fan suar y calmen la tos. Els perfums de les flors curen les erisipelas" (APCC, Terapèutica Antiga, s. f.).

Els antics frares, a propòsit de les virtuts del saüc, assenyalaren que "una cucharada de bayas hervidas en azúcar, agitadas en un vaso de agua, limpia el estómago y la orina. Las flores y hojas son un excelente depurativo y sudorífico y calman la tos. Los vapores de sus flores son un excelente remedio contra las erisipelas. Las bayas secas, tomadas en infusión, prestan muy buen servicio en las diarreas" (BHC, Pócimas de capuchino, 69-70). Poc temps abans de la supressió de la vida religiosa decretada el juliol de 1835, s'escribí aquesta recepta que us transcriu per elaborar un arrop de saüc amb "una libra de jugo maduro y dos libras de miel. Se cuece en una olla nueva de barro hasta que el líquido toma consistencia de jarabe y después se cuele. Y es éste arropo muy útil para hidrópicos e ictericos, dado que promueve poderosamente el sudor" (APCC, Recetario, s. f.). A l'article vinent us parlareu, si Déu vol, sobre la verdolaga i les seves nombroses propietats gastronòmiques i remeieres.

FRA VALENTÍ SERRA DE MANRESA
ÉS ARXIVER DELS CAPUTXINS



© Karduelis Kara_mürver

Alimentació i menopausa

ANNA VILARRASA

La menopausa és una etapa que es caracteritza per una caiguda de la segregació d'estrògens normal. Aquest fet pot provocar una sèrie de desajustos a curt termini. Els més habituals solen ser fogots, insomni i sequedat de la pell i altres teixits, tot i que no totes les dones en pateixen els mateixos ni amb la mateixa intensitat.

A llarg termini, aquesta caiguda de la producció hormonal comporta un augment del risc de patir problemes cardiovasculars i osteoporosi. Una dieta adequada ens pot ajudar a minimitzar-ne els símptomes, a reduir el risc de possibles problemes de salut posteriors i a sentir-nos amb energia i amb benestar emocional. Ha de tenir les següents característiques:

- Que sigui rica en minerals i vitamines. Les trobem sobretot en verdures, fruites, fruita seca i llavors. El sèsam i la xia són dos aliments especialment interessants per la seva riquesa en calci.
- Que tingui abundants àcids grassos essencials per hidratar els teixits i millorar la salut cardiovascular. L'oli d'oliva segueix essent el millor per al nostre dia a dia, tant per cuinar com per amanir els plats. A més, diàriament podem menjar llavors i fruita seca (nous i llavors de lli) i peix blau petit dos cops per setmana.
- Hem de triar els hidrats de carboni d'absorció lenta, sobretot provinents dels cereals integrals (arròs, pa integral, quinoa, fajol, flocs de civada, mill, etc.). A més, juntament amb llegums, fruites i verdures ens aportaran una bona quantitat de fibra.
- Que compti amb proteïnes de qualitat que ens ajudin a mantenir els teixits corporals en bon estat i la musculatura i els ossos forts. Les fonts més adequades en són els ous, el peix, la carn magra i els llegums. Tant els

iogurts naturals com la fruita seca n'aporten una mica menys, per això són bones opcions per esmorzar o a mig matí.

Pel que fa a la hidratació, l'aigua és la millor beguda per saciar la set i per hidratar-nos. És important beure suficient durant aquest període. Els brous i les infusions també són bones opcions.

Per altra banda, si es pateixen fogots les infusions de sàlvia poden ser una bona ajuda per atenuar-los. En canvi no convé prendre begudes estimulants com ara el cafè i l'alcohol.



Altres hàbits necessaris

Millorar el benestar durant la menopausa també requereix d'altres hàbits, no n'hi ha prou només amb la dieta. L'exercici físic és necessari en totes les etapes de la vida. En aquest cas, a més, ens ajuda a mantenir en bon estat els ossos i la musculatura i a cuidar el sistema cardiovascular. Juntament amb l'activitat física, és bo dormir i descansar les hores suficients i mantenir a ratlla l'estrès.

I, finalment, cal remarcar la importància de prendre el sol per aconseguir els nivells necessaris de vitamina D, ja que en contacte amb la pell podem segregar aquest nutrient tant necessari. Segons els experts, n'hi hauria prou amb 10 o 15 minuts al dia i sense protecció, sense necessitat d'estar-hi més estona, atès que no aporta més benefici i podria ser perjudicial. ■

ANNA VILARRASA NUBIOLA ÉS DIETISTA
www.annavilarrasa.com



■ **lluís bragulat** ■
can lluis des de 1971

xarcuteria – formatges
embotits d'elaboració pròpia

C/ Pàdua, 105 | canlluis@movistar.es | tel. 93 212 54 48

Segueix-nos a:   www.facebook.com/canlluis.bragulat



© Fundació Uszheimer

Mantenir-se actiu socialment

ANDREA ESCOBAR

L'home, com a ésser social, té la necessitat d'establir relacions interpersonals i mantenir el contacte social per a desenvolupar-se i incloure's en la societat on viu. Quan el diagnòstic d'una malaltia neurodegenerativa es presenta a les nostres vides i ho canvia tot, aquesta necessitat continua present i no podem obviar-la. Malgrat que pugui observar-se soledat, introversió o aïllament social en la persona malalta (aspectes que poden aparèixer pels sentiments de por, inseguretat, o dificultats en el pla cognitiu), vol mantenir-se socialment activa perquè li genera benestar emocional i molts altres beneficis.

La persona cuidadora serà clau per facilitar aquest manteniment de les relacions socials en la persona malalta. El seu paper serà fonamental, ja que probablement no només evitarà que la persona se senti sola, sinó que serà aquella figura que acompanya, permet una interacció social sana i benestant, i que és la còmplice que comprèn, està present i cuida. En aquest sentit, és important mantenir les trobades amb amics, reunions familiars, activitats d'oci en família, etc., adaptant-se a la persona a qui s'acompanya i al seu estat. Tanmateix, serà convenient buscar altres maneres de socialitzar, com per exemple acudir a un centre de dia, on, en fer activitats de tota mena, se li obrirà un ampli ventall d'oportunitats de relació entre un grup d'iguals.

Els beneficis de mantenir-se socialment actius i que, per tant, caldrà fomentar en la persona malalta (i en general en persones grans) són, d'una banda, la millora de la salut

mental, ja que socialitzant revertim la soledat i aïllament, que poden generar sentiments de inutilitat i desesperació i que són la principal causa de depressió. La millora de l'autoestima també és conseqüència, entre d'altres, d'aquesta socialització: estar en companyia augmenta la seguretat i disminueix l'ansietat. A més, compartir espais amb persones que tenen interessos o situacions similars pot ajudar a enfortir el sentiment de pertinença a un grup (necessitat que s'intensifica quan es viuen pèrdues). D'altra banda, tenir una xarxa social i familiar fa aflorar el sentiment de responsabilitat, el qual crea raons per mantenir-se bé i ajuda a fomentar un estat mental positiu. Un altre dels beneficis és la millora de la salut física: quan mantenim converses i fem activitats amb altres persones, hi ha una resposta positiva del cos (millor ingesta nutricional i son més reparador). D'altra banda, la socialització és clau per mantenir la plasticitat i agilitat cerebral, ja que la conversa i l'activitat mantenen la ment activa i requereixen l'ús de recursos i l'estimulació de les capacitats cognitives. En definitiva i conclouent, el manteniment de les relacions socials en qualsevol forma ajuda a sentir que les nostres vides tenen un propòsit. Cultivant relacions sòlides i passant estones amb les persones que estimem, obtenim una sensació de plenitud i recordem perquè la vida val la pena. ■

ANDREA ESCOBAR ÉS EDUCADORA SOCIAL

FUNDACIÓ USZHEIMER

Centre de Dia i Unitat de Memòria
Passatge Forasté, 11 • 934 18 65 65
www.fundaciουςzheimer.org

Des del confinament

MAITE PIPÓ

He sentit una frase que m'ha fet pensar, diu: «Havíem oblidat que érem vulnerables...»

Sí, havíem oblidat que érem vulnerables, tan vulnerables que un simple virus, petit i invisible, ha fet canviar tot i tothom.

No s'hi val per res que siguem rics, pobres, intel·ligents, beneïts, bones persones o dolents, blancs, negres o d'altres colors: el virus ens ha igualat en la por i la desgràcia.

També m'hi fa pensar la semblança amb les plagues bíbliques d'Egipte. I les modernes plagues? Què se'n pot dir, si no, de tants conflictes repartits per tot el món, de l'armament

nuclear que ens pot arrasar només prémer el botó vermell, de la diàspora de milers de persones que fugen d'aquests conflictes, de la seva agonia per trobar un lloc on començar una nova vida, dels camps de refugiats, de les advertències per activa i per passiva del futur que se'ns presenta amb el canvi climàtic si no passem d'una vegada de portar-nos malament amb el que ens envolta.

De l'augment de la delinqüència, de les drogues, de la pèrdua de valors i responsabilitat i de la violència.

Podríem parlar-ne més, encara, per exemple, del radicalisme, de l'abús de poder, de les potències que dominen aquest món

globalitzat, del capitalisme salvatge del calvari dels més desfavorits per la manca de treball, la fam i la misèria... i més... i més.

Tot això avui es troba en el nostre dia a dia. Com a càstig van ser enviades les plagues a Egipte. Ens toca a nosaltres, ara? La humanitat necessita un record així cada X temps perquè és incapaç d'aprendre de les lliçons que se n'extreu dels fets i de la història i oblida amb facilitat les catàstrofes i adversitats?

Per acabar, una altra frase: «De nosaltres depèn deixar un món millor als nostres fills». Sí, no tan sols per deixar-lo millor, sinó per salvar-lo per a les futures generacions. ■

18a pinzellada Família confinada

Suposo que, com tothom, continuo confinada. I com que soc gran, puc sortir de 10 a 12 del matí i de 7 a 8 del vespre. I, màxim, a un quilòmetre de casa.

I com que soc obedient de mena, sempre he sortit amb la mascareta posada i he intentat respectar la distància entre els altres.

He de reconèixer, però, que aquest estat de coses, s'està allargant massa. I la paciència té un límit.

A primers de març la meua filla amb marit, fills i nets se'n van anar, com de costum, a Sant Pol de Mar... i no van poder tornar. Per als quatre nets (besnets meus) han estat unes meravelloses vacances. Per als grans, no tant.

Tots són ja a Barcelona menys la filla i el gendre. «Mare, ves mirant, per al teu barri, un bar on puguem veure'ns».

Quan els obrin, buscaré un bar, a prop de casa, demanaré número per reservar taula, per poder veure (no tocar) a la meua filla. Petons prohibits.

La qüestió dels nets i besnets, tot i que viuen a Barcelona, haurà d'esperar.

Ho respecto però em costa molt d'entendre.

MONTSERRAT CORNET

Bombons Blasi
XOCOLATERS 1877 ARTESANS

Fabricació ARTESANA i FAMILIAR

BOMBONS BLASI
C/ Alfons XII, 26, 08006 Barcelona - Tel. 93 415 52 79
www.bombonsblasi.cat

**XARXES
SOCIALS**

BLAUDECOR
Reformas&As.L

**DECORACIÓN
REFORMAS
PROYECTOS**

c/ Francesc Pérez-Cabrero, 7
08021 Barcelona
93 209 78 74
www.blaudecor.com

**RESTAURACIÓ
I ALIMENTACIÓ**

SALUT

PUBLICITAT:
josepm@diarieljardi.cat
654 04 44 10
Monterols, el Putxet,
el Farró, Galvany,
Turó Park

¿Cómo puedo mejorar los resultados de mi negocio?



Brilla en las RRSS y venderás más.



WWW.PLUMADEALQUILER.COM
hello@plumadealquiler.com

MANTENIMENT

restaurant
bisibisau
c/ Lluçanés, 2
"al costat pl. Bonanova"
932 12 78 51
@bisi_bisau

Horari: de 13 a 16 h
Nits i caps de setmana
celebracions i sopars a mida



**FARMÀCIA
CABANAS**
muntaner 476 - Bcn
www.facebook.com/FarmaciaCabanas
93 201 03 89

**IDIOMES
I OCI**

**COMPLEMENTES,
DECORACIÓ
I REFORMES**



RACUTERM
CONTROL INTEGRAL DE PLAQUES
932 119 334
www.racuterm.com

Cuina d'avui, cuina de sempre

**LA FONDA
DE SANT GERVASI**
BAR-RESTAURANT



Obert de dilluns a
dissabte, de 9 a 19 h.

Sant Màrius, 22 - 08022 Barcelona
T. 93 211 52 40 - fondasantgervasi.cat

INSTITUT AUDITIU

salesa

El meu centre auditiu
de Confiança

Ronda de Mitre, 134
Tel. 935 507 920

www.salesa.es 



**american
school**
OF BARCELONA

English Language Center

English Classes for children, teens
and adults with experienced native
teachers. Cambridge test prep courses

Tel: 93 371 40 16
<http://elc.asbarcelona.com>

MILIV

bijuteria
complementes - decoració
Galeria Centre
av. Rep. Argentina 238-240 loc. 3
08023 Barcelona
685 121 321
botiga@milivjoies.barcelona

IMMOBILIÀRIES

■ lluís bragulat ■
can lluis des de 1971

xarcuteria - formatges
embotits d'elaboració pròpia
c/ Pàdua, 105 / canlluismovistar.es
Tel. 93 212 54 48

Segueix-nos a:  

www.facebook.com/canlluismovistar.es



**CLÍNICA
SAGRADA
FAMÍLIA**

www.clinicasagradafamilia.com
c/ Torras i Pujalt, 1
08022 Barcelona
Tel: (+34) 93 212 23 00
URGENCIAS 24h

**Club
Billares ARS**

- 12 taules de billar americà
- 1 taula de caramboles
- 2 futbolins, Jocs de taula



ARS c/ Atenes, 27
08006 Barcelona
Tel. 934 184 396

Lourdes Balletbò
interiorisme & feng shui



669.493.333
Lbbo@balletbo.net
www.Lbinteriorista.com



**FINCAS
PUTXET**

Administració de Finques

Plaça de Lesseps, 6-7,
Desp. 1 - 08023 Barcelona
T. 934 154 398 - M. 630 255 559
www.fincasputxet.com



xarcuteria
Tel.93 200 39 48
Balmes 296 | 08006 BCN
ramon@hernandoxarcuter.cat
www.hernandoxarcuter.cat

HERNANDO

**Unidad del Dolor
Clínica Sagrada Familia**

C/ Torras i Pujalt, 11-29
Consultorios CSF, Planta 2,
Despacho 2
Tel. 935661257

unidaddeldolor@consultoriscsf.com
www.unidaddolor-csf.com
www.clinicasagradafamilia.com

PUBLICITAT:
enric@diarieljardi.cat
654 04 44 10
la Bonanova, Sarrià,
les Tres Torres, Pedralbes,
Vallvidrera

Anuncia't al directori per menys d'1€ al dia!

Directori de comerç
del districte Sarrià-Sant Gervasi

www.diarieljardi.cat/directori-empreses





RESPECTEM COLLSEROLA

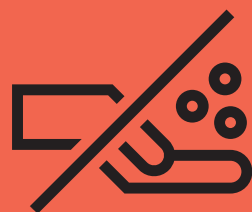
ZONA D'ALT RISC D'INCENDIS

Tinguem cura del bosc.
En cas de qualsevol incidència truca al 112.



PROHIBIT ALIMENTAR ELS ANIMALS

Els animals en llibertat poden arribar
a ser violents. No els molestis!



Gràcies per la teva col·laboració

