

p. 6

Tramvia Blau

Es desencalla l'inici de l'esperat retorn

p. 32

Oriol Pla

L'actor sarrianenc fa història als Premis Emmy

p. 8

Medalla d'Honor

L'AV Bonanova i José Luis Lorente, guardonats

p. 15

Mor Lluís Reverter

Sarrià acomiada l'activista veïnal i polític socialista



motosturó
concessionari oficial del Vallès

VOGE

AVD. CAN DOPERA 3
PARK VALLÈS
TERRASSA
937 801 355

CARRER ROSSELLÓ 16
SANT CUGAT
DEL VALLÈS
935 893 211

9.192 €
reserva la teva prova

WWW.MOTOSTURO.COM

VIDRES I TANCAMENTS D'ALUMINI I PVC A SARRIÀ

30 ANYS D'EXPERIÈNCIA

ALUSPAI
PROJECTES I SOLUCIONS D'ESP AIS

C. Ivorra, 18 - 08034 Barcelona
T. 932 051 021 - 932 803 288
aluspai@aluspai.com / www.aluspai.com
www.cristaleriaaluspai.com

Vols fer una festa i no saps on?

Estàs a casa teva! (netegem nosaltres)

Festes Privades i Graduacions

Nota79 • C/ Vallirana 79
(Entre Plaça Molina i Plaça Lesseps)
Tel. 669 893 140

Nota79

Oralita ODONTOLOGIA I MEDICINA ORAL

COMBENEM INNOVACIÓ I EXPERIÈNCIA PER OFERIR-TE ELS MILLORS RESULTATS

El Dr. Ricucci i el seu equip de professionals et cuidem a tu i la teva salut bucodental amb compromís i un tracte proper, assegurant que cada visita sigui el més agradable possible. Vine i descobreix una atenció pensada per a tu

EXPERIÈNCIA TRANSPARÈNCIA TECNOLOGIA

Vallirana, 28 08006 BCN

T. 937 978 493
682 583 148

www.oralita.com
info@oralita.com

AUTOPAMU
UTOESCOLA

CURSOS DE TEÒRICA INTENSIVS
DISPONIBILITAT DE PRÀCTIQUES

ARTESA SEGRE, 12 - 08022 - BARCELONA

ANÀLISI DE COMPOSICIÓ CORPORAL A CLÍNICA SERVIDIGEST

El nostre pes corporal és la suma de tots els teixits del cos i és considerat una mesura antropomètrica tradicional juntament amb la talla.

Per a una adequada anàlisi de la composició corporal és fonamental delimitar els diferents components del cos.

Els percentatges en la composició de cada element varien segons el sexe, edat, nivell d'activitat física, tipus de dieta i en certes malalties.

Amb l'Anàlisi de la Composició Corporal de Clínica ServiDigest valorem i mesurem:

- PES-IMC
- MASSA DE GREIX TOTAL I SEGMENTAL
- MASSA LLIURE DE GREIX
- MASSA MUSCULAR TOTAL I SEGMENTAL
- AIGUA CORPORAL TOTAL I SEGMENTAL
- MINERAL OSSI
- MASSA CEL·LULAR
- QUALITAT MUSCULAR
- ÍNDEX SARCOPÈNIA
- MASSA MUSCULAR ESQUELÈTICA APENDICULAR

TIPOLOGIA FISIOLÒGICA 9 NIVELLS:

ANGLE FASE
NIVELL DE GREIX VISCERAL
EDAT METABÒLICA
AIGUA EXTRA INTRACEL·LULAR
METABOLISME BASAL
VALOR DE REACTÀNCIA
VALOR DE RESISTÈNCIA
PROTEÏNES

Anàlisi de la composició corporal, incloent-hi visita i informe de l'equip de nutricionistes de Clínica ServiDigest, per 60 €.
Informa't en el 625 334 334



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



PREMSA LOCAL EL JARDÍ SCCL
Coordinació de continguts
CARME ROCAMORA
redaccio@diarieljardi.cat
Redactors
JESÚS MESTRE CAMPI, ANA RUBIÓ,
Correcció
MÒ BERTRAN
Maquetació
LAIA ARISA (eleidisseny.com)
Comercial
JOSEP M. FARRÀS
josepm@diarieljardi.cat

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

Tirada: 11.500 exemplars
Dipòsit legal: B 25204-2014
Il·lustració de portada
Un Nadal reivindicatiu als carrers:
Pau, feminisme i sostenibilitat en
clau local i global. @eleidisseny

Publicitat: 606 083 371

Administració:
633 076 551 (via WhatsApp)

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, està 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 terceres persones en la publicació.

amic associació de mitjans d'informació i comunicació
(E) ACPC
Associació Catalana de la Premsa Comarcal

Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència

Editorial

Arriba l'últim mes de l'any, i amb ell, unes festes per compartir amb la gent que estimem. Ha estat un any amb molts colors, amb bones notícies i d'altres més tristes, però sobretot amb un veïnat fort i compromès. Al districte, una de les fites més importants quan va començar el 2025 va ser la posada en marxa, després de més de 20 anys de lluita, de la Biblioteca de Sarrià, que avui funciona a ple rendiment. I tanquem l'any amb una altra fita molt esperada, l'inici del retorn del Tramvia Blau. Són dues notícies que demostren que tenim un Sarrià - Sant Gervasi mobilitzat, i que l'organització del veïnat pot aconseguir victòries imparables. Enhorabona a tots els implicats, el teixit dels barris ens enorgulleix a tots.

En aquest número de desembre, precisament parlant d'organització veïnal, recollim com s'ha concedit la Medalla d'Honor de Barcelona a l'Associació Veïnal de Sant Gervasi - la Bonanova, que aquest any ha celebrat 50 anys. I també a José Luis Lorente, sindicalista i president de l'Associació de Veïns del Rectorat des del 1998. En aquestes pàgines podreu llegir, així mateix, la presentació del nou llibre *Records de Vallvidrera* que recull més de cinquanta articles publicats a la revista *La Vall de Vidre* els darrers deu anys.

També recollim un fet inèdit: el sarrianenc Oriol Pla ha estat el primer català a aconseguir un Emmy. I seguint per Sarrià, repassem la trajectòria de l'activista veïnal i polític socialista Lluís Reverter, que ens ha deixat als 82 anys. El seu comiat va omplir la parròquia Sant Vicenç d'amics, coneguts i primeres autoritats.

Tanquem l'any amb un desig de pau. Per Palestina, per Ucraïna. També amb el desig que el feminisme continuï fort i sigui exemple davant dels moviments reaccionaris. I que l'habitatge deixi d'expulsar constantment el nostre veïnat. Volem també que la cultura popular, que tant ens aporta, tingui l'acompanyament que mereix. I que es desencallin d'una vegada reivindicacions justes i necessàries, com és la de Can Raventós o la de la Casa Buenos Aires. Que tinguem molt bones festes i un bon inici d'any! ■

Sumari

- 4

AGENDA
- 5

VIST AL TWITTER
- 6

ACTUALITAT

El retorn del Tramvia Blau C.ROCAMORA
- 8

L'AV Bonanova i José Luis Lorente reben la Medalla d'Honor C.ROCAMORA

Èxit al concert del Rotary Sarrià EL JARDÍ
- 10

Abaixa la persiana Mota Descans A.RUBIÓ

El Flash Flash, reconegut per l'excel·lència en el servei C.ROCAMORA
- 12

Sobreviure a les agressions i a les pors E.COROMINAS

Galvany camina per la pau E.LLORENS
- 14

La proposta de Junts per a Sarrià-Sant Gervasi EL JARDÍ
- 15

Mor Lluís Reverter J.MESTRE
- 16

Pressupostos per al districte i bateria d'obres per al 2026 C.ROCAMORA
- 18

OPINIÓ

M.BASCOMPTE, A.ROMERO, G.VILALTA
- 22

ENTREVISTA

Lourdes Fañanás C.JUNYENT
- 24

CULTURA

Maria del Mar Bonet i Lucrecia al Teatre de Sarrià C.ROCAMORA
- 26

El cementiri de Sant Gervasi R.DÍAZ

Coco Comin rep el Premi Carme Mechó EL JARDÍ
- 27

LA DRECERA
- 28

CULTURA

El carrer Saragossa a través de les seves botigues als anys 30 R.ALAMANY

Arquitectura: La Biblioteca J.V. Foix J.D.OLEZA
- 29

Les ressenyes de la Casa Usher
- 30

El relat: Quan Nadal em torna a trobar M.VILADOT
- 31

Records de Vallvidrera J.MESTRE
- 32

El sarrianenc Oriol Pla, primer català guanyador d'un Emmy A.RUBIÓ
- 34

La mostra Reacciona 3 planta cara a la desinformació F.GONZÁLEZ
- 36

ESPORTS

Pablo Espinós, 50 gols d'història C.TICÓ
- 38

ELS JARDINS INSÒLITS

Flor d'ocell I.VILADEVALL
- 39

BIOLOGIA

Estils de vida: cacera i recol·lecció C.JUNYENT
- 40

EXPLORAR EL JARDÍ

Enterrats els jardins de Villa Maria P.TORT
- 41

L'ocell: El duc E.CAPDEVILA
- 45

REMEIS I CUINA DE CONVENT

La soja F.VALENTÍ SERRA DE MANRESA
- 45

SALUT

Nadal, un temps per cuidar i empatitzar A.MARCOS
- 47

GUIA DE COMERÇOS I EMPRESES

BCN: BARCELONA CENTRE NEGOCIS

DESPACHOS DE 1 A 4 PERSONAS

Alquiler de despachos Salas de reuniones Oficina virtual

www.bcncentronegocios.com

Más información:
(+34) 931 810 250
info@bcncentronegocios.com

Dirección:
Benet Mateu 40
08034 Barcelona

Fins al 12 de gener de 2026

DESEMBRE

FINS AL 30 DE DESEMBRE

Exposició: **Amb gust d'art**, amb l'alumnat de l'Escola Estímia **Centre Cívic Vil·la Florida** c/ Muntaner, 544

FINS AL 31 DE DESEMBRE

Exposició: **ArtAutista Centre Cívic Sarrià** c/ d'Eduardo Conde, 22

3 DIMECRES

► 17.30 h

Primeres passes: **El tren de les emocions**, amb Elena Andrés **Biblioteca Collserola** c/ d'Elisa Moragas i Badia, 34

► 18 h
Sessió de contes: **La llebre i la tortuga**, amb El Botó Màgic **Centre Cívic Vil·la Urània** c/ Saragossa, 29

► 18 h
Visita guiada: **Arxiu Maragall** **Centre Cívic Vil·la Urània**

► 19 h
Cafè literari: **L'estiu que la mare va tenir els ulls verds**, de **Tatiana Lubeck**, amb Marilena de Chiara.

Casa Orlandai c/ Jaume Piquet, 23

Entrades: 3,20 €

► 19 h
Conferència: **Francesc Pigui-lllem: 225 anys de vacunació a Catalunya**, amb Àngela Domínguez i García. **Societat Catalana d'Història de la Medicina** c/ Major de Can Caralleu, 1-7

4 DIJOUS

► 18 h

Cibernàrium. **Utilitza Biblio Digital per llibres i cinema en préstec**, amb Barcelona Activa. **Biblioteca Sarrià** – J.V. Foix **Plaça de Sarrià**, 1

► 20 h
Dijous Clàssica: **Michael Andreas Haringer** **Teatre de Sarrià** **Major de Sarrià**, 117

5 DIVENDRES

► 12 h

Tour de teixits, amb Nadia

Mediavilla.

Centre Cívic Vil·la Urània

Preu: 6,90 €

► 18 h

Taller per a joves: **Juguem a rol**, amb l'Espai Digital. + 10 anys. També divendres 19. **Centre Cívic Vallvidrera** c/ d'Elisa Moragas i Badia, 34

► 20 h

Elton Song Tribute. També dissabte 6, 19 h, i diumenge 7, a 18 h **Teatre de Sarrià**

9 DIMARTS

► 17 h

Conferència: **Luciano Pavarotti, el tenor que va fer cantar al món**, amb Rubén Fausto Murillo.

Casal Sant Ildefons

c/ de Marià Cubí, 111

► 17 a 20 h

Monogràfic: **Guariments de Nadal amb ceràmica** **Centre Cívic Sarrià**

preu: 16,77 € + 15 € suplement

► 18 h

Taller de Nadal: **Corones de Nadal**, amb Inés Moreno de 'The Boj'

Centre Cívic Pere Pruna

c/ Ganduxer, 130

► 19 h

Ecodiàleg: **El món, el nostre jardí? Natura, ús i propietat**, amb Samuele Andreoni i Clara Montaner.

Casa Orlandai

Preu: 3,20 €

► 20 h

Concert de Nadal, amb Cor Gòspel 4 cors. **Teatre de Sarrià** Organitza: Òmnium Taquilla inversa

10 DIMECRES

► 7 a 19 h

Festa Radars: **Bingo musical i berenar**. Organitza: Radars Sarrià, TresTorres, Tibidabo, Vallvidrera i Les Planes **Casa Orlandai**

► 17.15 h

Activitats de Nadal: **Recerca del tió i Caga Tió**. Entre 2 i 6 anys. També el dimecres 17. **Centre Cívic Sarrià**

► 17.30 h

Tarda de cinema: **Big**, amb Tom Hanks.

Espai Bigai

c/ Bigai, 12

► 17.30 h

Sac de rondalles, amb Mon Mas **Biblioteca Collserola**

► 10 18 h

Regalar videojocs: recomanacions i acompanyament per famílies **Biblioteca Sarrià**

► 19 h

Pantalla BDC: **Pride**. Direcció: Matthew Warchus **Centre Cívic Vil·la Florida**

► 19 h

Trobada de lectures per Nadal.

Libreria Casa Usher

c/ Santaló 79

► 20 h

Dimecres Jazz i més: **Sweet Marta & The Blues Shakers**. **Teatre de Sarrià**

11 DIJOUS

► 11 a 13.30 h

Galette des rois, amb Cristina Calvo. Suplement d'ingredients: 3,50€

Centre Cívic Vil·la Urània

► 17.30 h a 19.30 h

Monogràfic: **Allibera espai al mòbil per les fotos d'aquest Nadal**, amb Jaime Rodríguez. **Centre Cívic Sarrià**

► 18 h

Inauguració de l'exposició **Camins de color**, amb la gent gran dels casals del Districte. **Centre Cívic Pere Pruna** 18 h

Nadal sostenible: **Fem la decoració per l'arbre de Nadal amb materials reciclats**, amb Ector sin hache. Suplement: 3€

Centre Cívic Vil·la Urània

► 18.30 h

Espectacle infantil: **Seguint les empremtes de Carvalho** **Centre Cívic Vallvidrera**

► 19 h

Qui és el Nobel d'enguany? Convidem a l'editora d'Acan-tilado, Sandra Ollo, en una trobada per parlar de Lázsló Krasznahorkai. **Libreria Casa Usher**

► 20h

Dijous Clàssica: **Emma Stratton & piano**. **Teatre de Sarrià**

DEL 12 DE DESEMBRE FINS 5 DE FEBRER 2026

Exposició: **150è aniversari de naixement d'Isabel Llorach**.

La burgesia de Barcelona que va enlluernar el món, amb Javier Baladía i Fundació Rocamora. Visites: dijous i divendres 10-14 h 17-19 h. Dissabtes visites guiades 10 h anglès, 11 h castellà, 12 h català **Fundació Rocamora** **Carrer de Ballester 12**

Visita lliure 6 €/visita guiada 15€

12 DIVENDRES

► 16.30 a 19.30 h

Joieria tèxtil, amb Marcela Palmisano, d'Ewe Upcycling. Suplement de material: 5 € **Centre Cívic Vil·la Urània**

► 18 a 20 h

Bicillums. Bicicletada familiar. **Sortida pl. del Consell de la Vila**

► 18.30 h

El jazz més en enllà del swing, amb Giovanni Ghizzani **Centre Cívic Can Castelló** c/ Can Castelló, 1 - 7

► 19 i 20 h

Observacions astronòmiques de tardor, amb Alex d'Astro **Centre Cívic Vil·la Urània**

► 19.30h

Concert: **Álvaro Mur**, piano. **Jardí dels Tarongers** c/ de la Ràbida, 5 Aportació 12€

► 20 h

Aires poètics especial Nadal: **Greta Sibling & Xevi GaTa**. Dues veus i només dues veus. **Casa Orlandai**

13 DISSABTE

► 10 a 20 h

Fira de Nadal de Sarrià. Artesania i art del barri. Concert de la Big Band de L'Antàrtida. 1 diumenge 14 de 10 a 15 h **Plaça de Sarrià** Associació Veïnal de Sarrià

► 10 a 20 h

14a Mostra Solidària del Barri del Farró.

L'agenda recull les informacions que arriben a la redacció.

Hi ha notícies i informació més completa de les activitats i enllaços a internet, a l'agenda del web diarieljardi.cat



Plaça Sant Joaquim i carrer Septimània

Organitza: Veïns Farró

► 11.30 h

La Petita Proposta: **Música**, amb Yamila Castells. Infants d'entre 2 i 6 anys.

Centre Cívic Sarrià

► 12 h

Matinal Infantil: **Pipa, el titella meravella**. + 3 anys

Casa Orlandai

Entrada: 3,20 €

► 16.30 h

Decoració de Nadal, amb Lady Crochet

Centre Cívic Vil·la Urània

► 17.30 h i 20.30 h

Els Pastorets de Vallvidrera

Altres funcions: diumenge 14, 18 h. Dimecres 17, divendres 19, 20.30 h. Dissabte 20, 17.30 h i 20.30 h. Diumenge 21, 18 h **Mercat Cultural de Vallvidrera**

► 17.30 h

Cinexic: **L'incident alienígena del petit Alan**. + 5 anys.

Casa Orlandai

Preu: 3,20 €

► 18 h

Escena BDC - teatre: **Com cantar "Sobreviviré" sense que m'exploti un pulmó**.

Centre Cívic Vil·la Urània

► 19 h

Diumenge 14 18h

Teatre: **Toni Albà & Fermí Fernández**. Humor irreverent. **Teatre de Sarrià**

► 19 h

Concert: **Tribute a The Beatles**. **Academia Concertante** c/ Rosari, 50 Taquilla inversa

14 DIUMENGE

► 7.15 a 18.30 h

Excursió: **55è Pessebre Itinerant**, a Navès. Punt de trobada: **Plaça de Sarrià**

Preu: de 35 a 50 €

Centre Excursionista Els Blaus

► 10 a 14 h

Fira de Nadal de Vallvidrera

Plaça de Pep Ventura

Organitza: Associació Mont d'Orsà de Veïns de Vallvidrera

► 11 h

Cinema matinal: **Casablanca**. **Teatre de Sarrià**

15 DILLUNS

► 17 h

Mini-elèctric: **Fem una garlanda de Nadal**, amb Fundació Vella Terra – Mas Sauró.

Centre Cívic L'Elèctric

ctra. de Sant Cugat, km 6,5

► 17.15 h

Espectacle familiar: **L'armari de l'Oliver**, amb Trama Educativa. Infants de 4 a 10 anys.

Centre Cívic Vil·la Urània

► 19 h

Justícia global: **Pa, treball i llibertat**, amb Malalai Joya.

Casa Orlandai

► 19 h

16 DIMARTS

► 10.30 h

Taller digital per a gent gran:

Escolta música al mòbil.

Centre Cívic Vallvidrera

► 20 h

Concert: **Cors de Can Ponsic**, amb el cor Mixte, cor de Dones i cor Jove de l'EMM Can Ponsic

Centre Cívic Pere Pruna

► 17.30 h

17 DIMECRES

► 11 a 13 h

Itinerari: **El boom llatinoamericà a Barcelona**, amb Marga Arnedo, de ConèixerBCN

Centre Cívic Vil·la Florida

Preu: 9,20 €

► 17.30 h

Trobada de cors

Centre Cívic Vil·la Florida



DUET CORTINES

Serveis

- Cortines
- Tradicionals
- Paquetos
- Enrotllables screen/tèxtils
- Tendals
- Coixins
- Plaids
- Cobrellits
- Entapissats

Servei d'instal·lació i reparació



Tel: 93 768 72 86
Via Augusta, 166
08006 Barcelona
duet@duetcortines.com
www.duetcortines.com

► 17.30 h
Caga Tió!
Biblioteca Collserola
► 18 h
Un Nadal per a tothom:
So This Is Christmas.
Centre Cívic Can Castelló
► 19 h
Argumenta BDC: **Futur Immediat**
Casa Orlandai
► 20 h
Dimecres Jazz i més: **Inma Gomes & Pop electronic**
Teatre de Sarrià

18 DIJOUS
► 16 h
Cibernàrium. **IA: experimenta amb la intel·ligència artificial**, amb Barcelona Activa.
Biblioteca Sarrià
► 17 h
Caga Tió! amb Sara Granés.
Centre Cívic L'Elèctric
► 17.30 h
Lletra petitar: **"És quan Foix que hi veig clar"**, amb Rafa Castañer i Chus Portela. + 8 anys.
Biblioteca Sarrià
► 17.30 h
Festa de Nadal: **Actuació de la Coral del centre.**
Espai Bigai
► 18 h
Taller digital: **Dona efectes a les teves imatges.**
Centre Cívic Vallvidrera
► 19 h
Concert de les corals.
Casa Orlandai
► 19 h
La veu a escena: **Òpera i cançons de Nadal**, amb l'escola de cant Montserrat Aparici.
Centre Cívic Pere Pruna
► 20 h
Dijous Clàssica: **Yurii Kartuzov**
Teatre de Sarrià

19 DIVENDRES
► 18.30 h
Marian Barahona & Marc Ferrer Trio... **Christmas Songbook.**
Nadales en Clau de Jazz
Centre Cívic Vil·la Florida
► 19 h
Rockin' around the Christmas Tree. Coorganitza CRS
Centre Cívic Sarrià
Entrada 5 € amb consumició

► 19.30h
Concert de Nadal, amb Kor Ítsia. Director, Jaume Sala
Jardí dels Tarongers
► 19.30 h
Concert de Nadal amb l'OCC:
Elegia i danses per Nadal, amb Joan Pàmies, director
Centre Cívic Pere Pruna
► 20 h
Dansa: **El Trencanous.** I dis-sabte 20 19 h
Teatre de Sarrià

20 DISSABTE
► 11.30 a 13.30 h
Espectacle de Màgia i jocs infantils.
plaça Frederic Soler
Organitza: Barnavasi

21 DIUMENGE
► 18 h
Soiree & Concert de Nadal.
Teatre de Sarrià

22 DILLUNS
► 11 h
Espectacle familiar: **Tu-tuut!**
Centre Cívic Vil·la Urània
► 17.30 h
Videojocs en família, amb Good Game Generation.
Biblioteca Sarrià
► 19 h
Esgarrapant la nit & una nit diferent de Nadal, amb Eduard Iniesta i David Alegret.
Teatre de Sarrià

23 DIMARTS
10.30 a 11.30 h i 11.45 a 12.45 h
Matí de dansa en família, amb Aina de Gispert
Centre Cívic Vil·la Urània
► 11 h
Petit pantalla: **Guillot i Llebre salven el bosc.** + 7 anys.
Centre Cívic Vil·la Urània
► 17 a 20 h
Tió de Nadal i xocolatada.
plaça Bonanova
Organitza: Barnavasi
► 19 h
A Christmas Broadway Night.
Teatre de Sarrià

25 DIMECRES
► 20 h
Maria del Mar Bonet & Con-

cert de Nadal. I dijous 26, 19 h
Teatre de Sarrià

27 DISSABTE
► 18 a 20 h
Hip Horns Brass Collective.
jardins de Vil·la Florida
Organitza: Barnavasi

28 DIUMENGE
► 17 h
L'Estel de Natzaret. Altres funcions: 3, 4 i 11 gener, 17 h
Teatre de Sarrià

29 DILLUNS
► 17.30 h
Teatre familiar: **El Petit Príncep**, amb 'La maleta de musicals'.
Centre Cívic Pere Pruna
► 20 h
Lucrecia & Concert de Cap d'Any. També dimarts 30 20 h
Teatre de Sarrià

30 DIMARTS
► 17.30 h
Taller familiar: **Mons imaginari de Nadal.**
Centre Cívic Pere Pruna

GENER

5 DILLUNS
► 11 a 19 h
Recollida de Joguines — noves; de 12 a 13 h: **Estada del Carter Reial**
Plaça Mañé i Flaquer
► 18.30 a 19.30 h
Cavalcada de Reis de Sarrià
Organitza: Eix Sarrià
► 20 a 21.30 h
Cavalcada de Reis de Sant Gervasi. De 10 a 14 h, i de 16 a 19.30 h: Recollida de cartes a la plaça Bonanova
Organitza: Barnavasi

10 DISSABTE
► 17.30 a 19 h
1a trobada de jugadores i jugadors d'escacs
Centre Cívic Sarrià

12 DILLUNS
► 20 h
Maragall a casa.
Arxiu Joan Maragall
c/ Alfons XIII, 79

VIST AL TWITTER



Javier Giner
(@j_giner)

He dormit 3 hores. He deixat l'Oriol [Pla] ballant. Tinc el telèfon que m'explota de missatges d'estimació i d'amor. Estic segur que el d'ell deu ser encara més heavy. És tan irreal que és com viure en un núvol d'amor. Que increïble tot. GRÀCIES, GRÀCIES, GRÀCIES.



Assumpció Lailla
(@titonlailla)

Moltes felicitats i gràcies per fer la feina tan bé i portar-la arreu, Oriol Pla. I més en un tema tan complicat i dolorós com és una addicció en la persona.



Salvador Illa Roca
(@salvadorilla)

Ens ha deixat l'històric polític i activista cultural Lluís Reverter, que va ser exregidor de l'Ajuntament de Barcelona i mà dreta de Narcís Serra. Un gran servidor públic i un ferm defensor dels valors socialistes. El meu sentit condol i escalf als seus familiars i amistats.

diarieljardi.cat

El més vist l'últim mes

1

Mor Lluís Reverter, sarrianenc, polític socialista i amb un ferm compromís amb l'activisme cívic

2

Pablo Espinós, 50 gols d'història a Sarrià i al Sant Ignasi

3

Així serà el nou carrer de Cister: ampliació de voreres i més verd



BONES FESTES!

scOts
ESPECIALISTES EN CORSETERIA I MODA BANY

c/Arimón,6
08022 Barcelona
☎ 93 667 83 90
📞 698 254 271

Rosa Fàia **Anita**

SUJETADOR
MATERNAL
DEPORTE

L'esperat retorn del Tramvia Blau ja té projecte i data



Postal de 1904 de la col·lecció de Carles Macià.

CARME ROCAMORA I SEGUÍ

El 28 de gener del 2018 el Tramvia Blau va fer el seu últim viatge. Des de llavors han estat moltes les veus que han reclamat el seu retorn, tant des de l'esfera política, veïnal com cultural. Públicament, els diversos governs municipals que han conduït la ciutat des d'aleshores, han reconegut que no hi havia data per al seu retorn. Però després d'anys de lluita veïnal -principalment de l'Associació de Veïns de l'Avinguda del Tibidabo- i feina discreta, aquesta situació ha canviat totalment. El projecte executiu està enllestit. Ara començarà un procés de participació ciutadana i, si tot va bé, l'inici de la recuperació d'aquest emblema de la ciutat s'iniciarà el 2027.

Així ho va anunciar el 20 de novembre l'alcalde de Barcelona, Jaume Collboni, que acompanyat de les tinentes Laia Bonet i Maria Eugènia Gay -regidora presidenta de Sarrià - Sant Gervasi- va fer una atenció als mitjans després d'haver-se reunit amb l'associació veïnal i haver-li entregat formalment el projecte executiu de la transformació de l'avinguda Tibidabo -entre plaça Kennedy i Doctor Andreu- i la recuperació del Tramvia Blau. "Aquesta



és una tarda feliç per a l'Ajuntament", va declarar Collboni en l'inici de la seva intervenció. També va posar en valor la lluita veïnal que hi ha hagut al darrere: "Us vull reconèixer la persistència, la intel·ligència i la determinació".

Calendari

El calendari previst contempla diferents fases. El projecte executiu està enllestit, i durant tot el 2026 es farà un procés participatiu que recollirà les aportacions veïnals per incloure-ho. Encara no estan definits els detalls d'aquest procediment, però l'alcalde espera que l'Associació de Veïns tingui un paper protagonista. Un cop acabat aquest procés, s'espera iniciar la tramitació de l'expedient urbanístic a finals del 2026, i que el projecte -estimat en més de



© Cristina García Bladé



© Cristina García Bladé

40 milions d'euros- s'inclouï als pressupostos del 2027. Serà només si s'aproven, que l'Ajuntament podrà iniciar la licitació de les obres.

Collboni va recordar que es tracta d'una obra d'una "envergadura molt important", no només pel pes simbòlic, sinó per la seva magnitud. En primer lloc, es farà una avinguda nova, remodelada integralment. També es recuperarà el dipòsit pluvial que hi ha a l'avinguda, seguint la voluntat del Govern d'avançar en la resiliència climàtica. Així mateix, hi haurà un pes important de reforma del sistema del tramvia perquè contribueixi a la mobilitat sostenible. I, en quart lloc, recuperar les cotxeres, els trens, la mobilitat i l'operabilitat de manera segura. De fet, un dels motius pels quals va deixar de circular va ser per la inseguretat.

L'anunci arriba després que en els últims mesos s'hagin intensificat, per



© Cristina García Bladé

part de l'Associació de Veïns de l'Avinguda Tibidabo, els reclams per aquesta qüestió. S'han recollit firmes, i fins i tot difós vídeos de persones mediàtiques reclamant aquest retorn, entre els quals el periodista Víctor Amela, l'exvicepresident del FCB Joan Gaspart, o l'humorista Carlos Latre. Tota aquesta lluita, finalment avui, ha cobrat el seu sentit. Ara bé, Collboni ha volgut ser prudent i ha optat per no donar una data de quan es tornarà a veure circular aquest emblema de la ciutat. ■

Gremi de Carnissers, Cansaladers i Xarcuters de Barcelona.
10è Concurs Botifarra d'Ou de Catalunya, 2025:
1r Premi a la millor Botifarra d'ou artesanal tradicional
2n premi a la botifarra d'ou singular



xarcuteria

Tel. 93 200 39 48

WhatsApp. 620 362 420

Balmes 296 | 08006 BCN

ramon@hernandoxarcuter.cat

www.hernandoxarcuter.cat

- ▶ VEDELLA DEL PIRINEU
- ▶ POLLASTRE ECOLÒGIC
- ▶ CONILL DE FARIGOLA I ROMANÍ (Ull negre català)
- ▶ PORC FRESC DE LA VALL DE GES (Qualiporc)
- ▶ ELABORACIÓ ARTESANA D'EMBOTITS
- ▶ HAMBURGUESES FARCIDES
- ▶ BOTIFARRES FARCIDES
- ▶ PRODUCTES DE PROXIMITAT, km 0
- ▶ PÀRQUING GRATUÏT (Benzinera de Balmes)

Horari d'atenció de la botiga

Dilluns a divendres de 8.30 a 14 h, i de 17 a 20.30 h
Dissabte de 8.30 a 14 h

HERNANDO XARCUTER

SARRIÀ - SANT GERVASI
C. ARIMON 29 - BONANOVA
C. LAFORJA 77 - GALVANY

ADESORO
COMPRA-VENDA

COMPREM
PLATA



**INVERSIÓ AMB
CONFIANÇA**

**COMPREM
OR**

Al preu més alt!



ELS VOSTRES DINERS A L'INSTANT · HERÈNCIES · TAXACIÓ A DOMICILI

VENEM
LINGOTS

DISSABTES I FESTIUS
DEMANEU CITA
931 290 480



Residencial Augusta Park

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



Residencial Bellesguard Park

C/ Veleta d'Arquer, 30-34
08017 Barcelona
93 254 05 70
reservas@bellesguardpark.com

**Un servei
residencial
de luxe ★★★★★**

- Servei sanitari
- Piscina d'hidromassatge
- Animació sociocultural
- Perruqueria
- Restaurant amb cuina pròpia
- Servei religiós




**Garantia de
seguretat
Covid-19** 

- Test antigens ràpid
- Sistemes d'higiene
- Programes de vacunació
- Controls de nous residents
- Programes de visites familiars



L'AV Bonanova i José Luis Lorente reben la Medalla d'Honor de Barcelona



CARME ROCAMORA I SEGUÍ

L'Associació Veïnal de Sant Gervasi - la Bonanova -que enguany fa 50 anys- i José Luis Lorente -activista veïnal del Rectorat- van rebre el 10 de novembre la Medalla d'Honor Barcelona. Va ser l'alcalde, Jaume Collboni, l'encarregat de lliurar les distincions a una vintena de guardonats proposats pels 10 districtes de Barcelona, destacant la seva "militància" a favor de la ciutat. "Sou referents de com ser un bon barceloní, ara el vostre exemple pren més força que mai. Enhorabona per ser un exemple", va declarar.

En el cas de Sarrià - Sant Gervasi, la distinció ha estat per l'Associació Veïnal

de Sant Gervasi - la Bonanova, per la seva tasca en favor de la millora de les condicions dels veïns, el foment de la convivència, el respecte i la sostenibilitat. "Reconeixem 50 anys d'organització i compromís amb la millora del barri", va declarar Collboni.

En el cas de Lorente, sindicalista i president de l'Associació de Veïns del Rectorat des del 1998, Collboni va destacar que "no s'ha cansat mai de recordar que Barcelona és una ciutat orgullosament de muntanya". Ha estat reconegut per la seva trajectòria dedicada a la lluita veïnal en favor del desenvolupament d'equipaments i recursos dels barris de muntanya. ■

Finalitzen les obres d'urbanització de la part superior de la Via Augusta



EL JARDÍ

Aquest novembre han finalitzat les obres d'urbanització de la part superior de la Via Augusta, a tocar dels carrers General Vives i Isaac Albéniz, a Sarrià - Sant Gervasi. Les actuacions han permès millorar la mobilitat del carrer, dotar al barri de més zona verda i implantar un nou mobiliari.

Els treballs han intervingut en una superfície de 596 m², distribuïda al llarg del tram superior lateral de la Via Augusta (banda Llobregat), passant per General Vives i fins als primers metres del carrer d'Isaac Albéniz a tocar de la plaça de Borràs. Les principals actuacions s'han centrat en l'ampliació i pavimentació de

les voreres de la banda Llobregat, adaptant-les a les noves alineacions dels futurs edificis, la creació de parterres amb vegetació arbustiva i la construcció d'una escala per a salvar el desnivell al costat de la futura edificació d'habitatges.

Pel que fa a la pavimentació, s'ha utilitzat paviment per a vorera amb peces de panot de quatre pastilles. La intervenció ha millorat l'enllumenat amb noves lluminàries amb làmpades 'led'.

El projecte de les 'Vores de la Via Augusta', impulsat des de l'Ajuntament i executat des de l'IMU, ha comptat amb una inversió (en aquesta segona fase) que ascendeix a la quantitat de 152.748,96 euros, IVA inclòs. ■

Èxit al concert solidari del Rotary: Sant Vicenç balla al ritme del Free Choir



EL JARDÍ

Un any més, Sarrià ha omplert l'església de Sant Vicenç amb motiu del Concert de Gòspel Solidari organitzat pel Rotary Club de Barcelona Sarrià. Aquesta és la 7a edició, que ha acollit un any més l'actuació de la coral Free Choir, sota la direcció de Vicen Alfonso.

El concert d'enguany ha portat per lema "Cultivant Noves Oportunitats", a favor del programa Assís Verd. El centre, que treballa amb persones sense llar, ha estat el benefactor enguany dels diners recaptats en el concert solidari.

I l'èxit d'aquesta 7a edició ha estat tan

evident, que ja hi ha data fins i tot per a la de l'any vinent: serà el 19 de novembre de 2026 a favor d'un projecte de Sant Joan de Déu - Serveis Socials. Així ho va anunciar el president del Rotary Club Barcelona Sarrià, Antonio Picornell.

Des del Rotary agraeixen la col·laboració de les empreses i entitats que els han ajudat a aconseguir un any més els objectius solidaris, així com la presència de les autoritats municipals que de nou els van acompanyar, en especial Jordi Martí Galbis, president de Junts a Barcelona, i Titon Lailla, regidora presidenta del districte. ■

Torna la Rua Bicillums a Sarrià



EL JARDÍ

El divendres 12 de desembre tindrà lloc la quarta edició de la Rua Bicillums, una bicicletada familiar on les bicicletes es decoren amb llums per crear un espectacle lluminós i festiu durant el seu recorregut pels carrers de Barcelona.

Enguany, la bicicletada és organitzada per Bicibús Sarrià, Bicibús Guinardó i l'AFA de l'escola Dolors Monserdà Santa Pau. A més, compta amb la col·laboració d'organitzacions vinculades al món de la bicicleta, entitats veïnals (La Dreuera) i comerços compromesos amb la mobilitat sostenible (Superservis, Aneto i CSA Dental).

La gran novetat d'aquest any és que hi haurà dos punts de trobada simultanis: un a la plaça del Consell de la Vila (Sarrià) i l'altre a la Plaça Eivissa (Horta-Guinardó), tots dos a les 18 h. El recorregut serà de 4 km a Sarrià-Sant Gervasi i de 3 km a Horta-Guinardó.

Abans d'iniciar la ruta, els participants podran gaudir d'un berenar i participar en sorteigs d'objectes relacionats amb la bicicleta. L'organització confia que aquest Bicillums serà el més lluminós i participatiu de totes de les edicions. ■

Vendre un habitatge a Barcelona: els costos invisibles i el valor d'una bona agència



Vendre un habitatge és una decisió que sovint arriba amb entusiasme i plans de futur. Així i tot, molts propietaris descobreixen que el procés és molt més complex del que imaginaven. El preu pactat és només una part de la fotografia: impostos, tràmits, documentació i possibles càrregues poden reduir el benefici final si no es planifica adequadament. Avui, vendre un immoble no és només publicar un anunci, sinó gestionar una operació amb implicacions legals, fiscals i administratives que requereixen coneixement i experiència.

Un dels aspectes més desconeguts és la fiscalitat. L'IRPF és, probablement, l'impost amb més impacte. Si es ven per un import superior al de compra (o al valor d'herència), es genera un guany patrimonial que tributarà a la declaració de la renda. La xifra final depèn de deduccions importants, com

despeses de notaria, impostos d'adquisició o obres de millora. Tot i això, existeixen excepcions que poden evitar el pagament: si és l'habitatge habitual i reinverteixes el total en una nova residència habitual, o si el venedor té més de 65 anys i ven la seva llar habitual.

La plusvàlua municipal és un altre impost que cal tenir present. Grava l'increment del valor del sòl i permet escollir el mètode de càlcul més beneficiós entre dos sistemes. En alguns casos, quan no hi ha guany real, es pot quedar exempt.

També s'han de tenir en compte les càrregues existents. Encara és habitual trobar hipoteques ja pagades però que continuen inscrites al Registre; la seva cancel·lació pot trigar setmanes i, si no es fa amb prou antelació, s'acaba descomptant del preu de venda. Les derrames aprovades per la comunitat

també poden tenir un impacte directe: si ja s'han aprovat abans de la venda, el cost correspon al propietari en aquell moment.

Tot plegat conforma un procés amb múltiples fronts oberts que poden generar incerteses i pèrdues econòmiques si no es gestionen correctament. Aquí és on la figura d'una agència immobiliària professional marca la diferència. Una bona agència no es limita a buscar comprador: planifica l'estratègia òptima, revisa documentació, anticipa possibles incidències, calcula impostos, prepara l'immoble perquè brilli al mercat i gestiona la negociació amb rigor.

A **Comfi Homes** treballem amb aquesta visió global i personalitzada. Estudiem cada cas amb profunditat,

analitzem quina és la millor decisió en funció del moment vital —perquè, a vegades, no és el moment de vendre, sinó de llogar o d'esperar per optimitzar fiscalment— i acompanyem el propietari en cada pas amb transparència i professionalitat. El nostre objectiu és garantir que la venda no només es tanqui, sinó que ho faci amb el millor resultat possible.

Vendre un habitatge és molt més que posar un preu. És prendre decisions estratègiques que poden marcar una gran diferència en el futur econòmic del propietari. I és per això que comptar amb una bona agència no és un luxe, sinó la millor garantia d'un procés segur, eficient i realment beneficiós. ■

Clients satisfets, la millor garantia

 **4.9/5**
Google
Reviews

+20 ANYS D'EXPERIÈNCIA

- ☒ Valoració i estratègia personalitzada de venda o lloguer
- ☒ Màrqueting i posicionament
- ☒ Negociació i gestió de la venda
- ☒ Gestió de patrimoni i administració de lloguers

esade **api** registre d'agents immobiliaris de Catalunya

CONSULTORIA GRATUÏTA

  **699 21 67 48**

Carrer Provença, 325
08037 Barcelona
hola@comfihomes.es

 **comfi.**

Abaixa la persiana Mota Descans, la matalasseria centenària de Sarrià

Des de 1848, la botiga familiar ha estat sinònim de qualitat i tradició dins del sector



© Ana Rubió

ANA RUBIÓ JIMÉNEZ

Després de 177 anys d'història, l'emblemàtica matalasseria de Major de Sarrià abaixa la persiana. L'Ernest Mota, actual propietari i cinquena generació de Mota Descans, s'ha vist obligat a tancar l'establiment per motius personals i s'acomoda dels clients amb un agraïment tenyit de recança.

Fundada el 1848, la botiga va néixer com a Matalasseria Mota, dedicada a l'elaboració de guarniments per a animals de tir -com les selles dels cavalls-, i a la confecció de matalassos de llana. Amb productes de gamma alta i elaboració artesanal, els Mota es van fer un lloc especial entre els comerços de la vila, una estima que encara avui perdura entre el veïnat de Sarrià.

L'Ernest, que hi va començar a treballar a principis dels anys vuitanta, es mostra orgullós amb els 40 anys de feina dedicats a la botiga: "He intentat atendre la gent el millor possible, espero que sempre s'hagin sentit ben acompanyats". I es lamenta que, per circumstàncies de la vida, no s'hi pugui jubilar.

L'actual propietari explica que, malgrat un canvi en els hàbits de consum que ha afectat també la compra de matalassos, la botiga no tanca per manca de clients. "La nostra clientela ha estat sempre molt fidel", i relata que, en posar el cartell de tancament, "hi va haver gent que, fins i tot, em va fer petons d'agraïment".

Matalassos i tradició

La història de Mota Descans és, alhora, la d'un ofici que avui gairebé ha desaparegut: el del treball de la llana per a la confecció de matalassos. El pare de l'Ernest va ser el darrer a utilitzar bastons com a instrument per desfilar aquesta matèria, una tècnica que va ser substituïda per una màquina especialitzada.

L'avantatge dels bastons era que els matalassos es podien confeccionar



directament a casa: "Primer desfèiem el matalàs, fèiem una pila i, amb els bastons, el pare apilava la llana per crear el lliit". En cas d'elaborar-lo a la botiga, els clients portaven la seva pròpia llana o la compraven a l'establiment, provinent de Navarra. Amb la desaparició dels somiers metàl·lics, però, aquest tipus de producte va perdre popularitat, donant pas a nous materials com el làtex o les molles.

Avui dia, la importància de tenir un bon matalàs, capaç d'assegurar un descans de qualitat, sovint passa a segon pla. "Primer et compres una televisió, una rentadora o una nevera i, després, amb el que et queda, busques un lliit", explica l'Ernest. Aquest canvi en les prioritats, sumat a l'augment del cost de la vida, fa que molta gent no pugui invertir prou en un matalàs i que sovint el mantingui més temps del recomanat -entre 10 i 15 anys- abans de substituir-lo.

Sarrianenc fins al final

"Me'n vaig del negoci, però no de Sarrià. Vull viure aquí fins al final", assegura l'Ernest, que es declara profundament sarrianenc. Malgrat no treballar a la botiga, continua compromès amb la vila i, com a secretari de l'Associació de Comerciants de Sarrià, expressa la seva preocupació pel tancament progressiu dels comerços locals "de tota la vida".

El local de Mota Descans està actualment en venda, però l'Ernest planeja continuar oferint els seus serveis en línia, cosa que permetrà que la clientela habitual continuï gaudint de matalassos d'alta qualitat. Així, es tanca una etapa i en comença una de nova per a la família Mota, que espera que la placa que reconeix la botiga com a centenària continuï present a terra en record seu. ■

El Flash Flash, reconegut per l'excel·lència en el servei de sala per l'Ajuntament de Barcelona



© Cristina García Bladé



© Cristina García Bladé

CARME ROCAMORA I SEGUÍ

El restaurant Flash Flash, situat des del 1970 al barri de Galvany, ha estat reconegut pel seu servei de sala pels Premis Barcelona Restauració, que s'han lliurat aquest novembre en la seva sisena edició en un acte presidit per l'alcalde Jaume Collboni.

El Flash Flash ha estat premiat per oferir, durant més de 55 anys, un servei de sala de luxe "on cada client se sent com a casa". "Una excel·lència que cuida cada detall i manté viu l'esperit d'un dels restaurants més emblemàtics de la ciutat", ha apuntat l'Ajuntament de Barcelona en un comunicat.

El restaurant situat al carrer de la Granada del Penedès és un referent indiscutible en l'elaboració de truites de tota la ciutat, oferint-ne més de 50, a més d'hamburgueses, amanides i cuina mediterrània. El local, de disseny únic, va ser creat per dos matrimonis a finals dels anys 60, formats per Karin Leiz i Leopoldo Pomés, i Cecília Santo Domingo i Alfonso Milà.

Els arquitectes Alfonso Milà i Federico Correa van ser els autors de l'interiorisme, mentre que Santo Domingo i Leiz es van encarregar de l'elaboració i l'execució de la carta. El fotògraf Pomés, per la seva banda, va realitzar les imatges de mida quasi natural que encara avui guarneixen les parets. La protagonista

d'aquestes imatges és Leiz.

Aquests guardons premien els establiments de restauració de la ciutat, amb l'objectiu de reconèixer i promocionar les iniciatives dels restaurants de barri i establiments de proximitat que té la ciutat, i alhora donar valor i ajudar a difondre l'oferta gastronòmica de qualitat i sostenible de Barcelona. Els premis atorguen distincions en cinc categories: premi a la qualitat gastronòmica; premi a la integració al barri; premi a la sostenibilitat; premi al servei de sala, i premi a la restauració dels mercats de Barcelona.

De fet, en la categoria de sostenibilitat, també ha quedat finalista un altre restaurant del barri de Galvany, l'Avenir, per les bones pràctiques vinculades als principis de sostenibilitat i economia circular. Finalment, però, s'ha endut el reconeixement el Restaurant Xavier Pellicer, situat a l'Eixample. En la categoria de la qualitat gastronòmica, que reconeix el tractament de productes de proximitat i de temporada, ha quedat finalista UMO Alex Vall, situat a la Bonanova.

I també al districte, el Restaurant El Canalla, situat a Major de Sarrià, i La Royale, a la Bonanova, han quedat finalistes del premi a la integració en el barri, en un reconeixement que valora el foment de la convivència i el reconeixement per part del veïnat d'aquest restaurant com a nucli social de referència. ■



DUPLO CAPITAL

Gestoria financiera e hipotecaria

Del “no” dels bancs al “sí” que canvia vides: així treballa Duplo Capital per aconseguir la teva hipoteca

Com i quan va ser l'inici de Duplo Capital? Què els va motivar a començar el projecte?

Duplo Capital va néixer de manera molt humil: dues persones compartint un despatx de 20 metres quadrats, amb una idea clara i molts reptes al davant. Tot va començar quan vam veure que moltes persones necessitaven ajuda real i honesta a l'hora de buscar finançament per comprar un habitatge, i que sovint se sentien soles o confoses davant del llenguatge dels bancs i les condicions ocultes. Els dos fundadors, amb trajectòria en el món financer i immobiliari, vam decidir crear un espai on la confiança, la transparència i el tracte humà fossin centrals. Avui, som un equip consolidat, però no hem oblidat d'on venim ni perquè vam començar.

Què vol dir exactament ser una gestoria financera i hipotecària? Quin és el seu servei?

Ajudem persones a aconseguir la seva hipoteca en les millors condicions possibles. Ens encarreguem de parlar amb els bancs, revisar la documentació, explicar cada pas i fer que tot sigui comprensible i senzill. No som un banc ni venem productes financers: som un intermediari que treballa per al client, no per al banc. Podem aconseguir percentatges superiors a allò que dona el banc habitualment al client final, i una millora de condicions molt avantatjoses. No oblidem que cada oficina de cada banc té el seu propi objectiu, i nosaltres coneixem en quin punt d'aquest compliment es troben, de forma que obren o tanquem més l'aixeta d'acord amb els seus números.

Per què val la pena apostar pel seu acompanyament, si demanar una hipoteca ja és prou costós?

Perquè prendre una mala decisió hipotecària pot costar molt més a la llarga. Nosaltres coneixem quin tipus de client busca cada banc i sabem com posar un llacet ben maco a cada una de les operacions que presentem en funció de les necessitats del banc en cada moment.

Nosaltres mirem per tu: t'evitem sorpreses, t'estalviem temps i sovint aconseguim millors condicions que si anessis sol. A més, només cobrem si aconseguim el teu objectiu: no tens res a perdre, però sí molt a guanyar.

Nosaltres mirem per tu: t'evitem sorpreses, t'estalviem temps i sovint aconseguim millors condicions que si anessis sol. A més, només cobrem si aconseguim el teu objectiu: no tens res a perdre, però sí molt a guanyar.

Cada vegada els bancs estan agafant un caire més impersonal i és més difícil parlar amb ells de tu a tu. Estem arribant a nivells europeus pel que fa a la gestió bancària, en què és el banc directament qui et demana que la sol·licitud de la teva hipoteca sigui a través d'una empresa com la nostra.

Només cobren si el client aconsegueix la hipoteca. Quin missatge dona això? Que ens impliquem al 100 %. Si tu no guanyes, nosaltres tampoc. Aquesta manera de treballar transmet compromís i confiança. No venem fum. Ens deixem la pell per aconseguir l'objectiu amb cada un dels nostres clients. Quin sentiment té cobrar per una feina no aconseguida? Tant de bo molts més negocis treballessin així!

Treballen en un món on hi ha hagut abusos. La transparència és el seu tret diferencial?

Totalment. El sector hipotecari ha patit per males pràctiques d'uns quants, però per sort, a Duplo Capital vam tenir molt clar fa nou anys, quan vam començar i no érem ningú, que la nostra base de negoci seria sempre treballar de forma molt professional, i la típica frase de: “pan para hoy hambre para mañana”, la tenim molt present per evitar caure en els abusos que s'han comès durant els últims anys. Ho expliquem tot des del minut zero, sense lletra petita ni promeses buides. Transparència, honestat i resultats són els nostres valors clau.



Si el client no té clar quin tipus d'hipoteca li convé, com l'assessoren?

Ens prenem temps per conèixer el seu cas: la seva feina, els seus ingressos, el que vol pagar cada mes, si vol estabilitat o pot assumir més risc... I amb això, li expliquem de manera clara les opcions: fixa, variable, mixta, 100 %... Fem fàcil el que sembla difícil. Nosaltres li expliquem fins a on pot arribar, i a partir d'aquí, amb tota la informació necessària, és el mateix client qui decideix. Al final, la informació és poder i amb un sol assessorament totalment gratuït, el client marxa amb uns coneixements molts més amplis que abans de seure amb nosaltres.

Quin perfil de client acostuma a venir a Duplo Capital?

Absolutament tots. Per exemple, parelles que volen comprar la seva primera llar, sigui perquè busquen un percentatge del 100 % per falta d'estalvis, o una millora de condicions respecte al que els ha ofert el seu banc. Treballadors autònoms que els bancs rebutgen per falta de coneixement. No residents. Persones amb falta de temps i ganes per posar-se a discutir amb tots els bancs, inversors, autoconstruïdors... Ens agraden els reptes. Allà on un banc diu “no”, nosaltres busquem el “sí”. Com que coneixem totes les entitats molt

a fons i som prescriptors de totes elles, trobem la solució adient per a cada client.

Com seria una primera trobada a Duplo Capital? Té cost?

No. La primera trobada (presencial o en línia) és totalment gratuïta. Serveix per conèixer el cas, resoldre dubtes i valorar si hi ha viabilitat. No cobrem res fins que el client no té assegurada la concessió de la seva hipoteca per l'entitat a la qual l'hàgim derivat. En més d'un cas ens trobem que el mateix client pot aconseguir la hipoteca que necessita amb el seu propi banc, i som nosaltres mateixos que li diem que no té sentit contractar-nos. No oblidem que el nostre objectiu principal és que el client quedi content, firmi o no l'hipoteca amb nosaltres. Sempre tindrà a un conegut que sí que necessitarà més que ell els nostres serveis i ens podrà recomanar.

Poden compartir un cas d'èxit real?

Sí. Un cas recent: una parella d'autònoms amb tres fills petits. Havien anat a tres bancs i els van rebutjar per no tenir nòmina estable. Van venir desanimats. Vam revisar el seu cas, vam demostrar ingressos reals, i en quatre setmanes tenien la hipoteca aprovada. El dia de la signatura van plorar de felicitat. ■

Sobreviure a les agressions i a les pors



Xerrada "Com sobreviure a les agressions i als abusos de poder".

ELSA COROMINAS

Aquest novembre a la Casa Orlandai es van fer dues sessions amb la finalitat de col·lectivitzar els patiments, de posar en comú vivències personals que, viscudes individualment, poden implicar moltes dificultats, però que en ser compartides ajuden a sortir-se'n o conviure millor amb la dificultat, la complicació, el patiment o el dolor que impliquen.

Dimarts 4 de novembre, el "Poc se'n parla", el pòdcast de salut mental i dissidència amb públic i en viu de la Maria Bascompte Sacrest, va comptar amb Laura Duran Vallès, referent de benestar emocional i salut comunitària del CAP Sarrià; Martin Correa-Urquiza, de Ràdio Nikosia; i també un missatge sorpresa de l'escriptora Rosa Montero, per tancar el programa. Va ser una trobada important per reivindicar que el patiment mental també és polític i que els espais comunitaris han de ser col·lectius per socialitzar el que ens passa i poder pensar en comú.

Va ser una trobada important per reivindicar que el patiment mental també és polític i que els espais comunitaris han de ser col·lectius per socialitzar el que ens passa i poder pensar en comú.

L'endemà, dimecres 5 de novembre, al cicle de debat i reflexió "Les Veus de la República" (coordinat per Marta Masats i Elsa Corominas) s'abordava un tema complex: Com sobreviure a les agressions i als abusos de poder? Assetjaments, violències socialment normalitzades pel sol fet de ser dones o infants, abusos diversos, agressions sexuals.

Escotar o llegir dones explicant una vivència d'abús sexual terrible que van patir quan eren nenes neguiteja qualsevol

persona, escoltar-les parlant de com les agressions han estat sempre presents a les seves vides genera ràbia, però també coratge, perquè veure dones valentes i fortes amb capacitat d'assenyalar aquests individus indesitjables, i fins i tot de fer-ho amb art, amb cinema, teatre, titelles, escriptura, literatura o poesia, reforça i empodera.

Vam comptar amb tres dones valentes i amb un discurs clar i potent respecte a les agressions. Una d'elles, Iolanda Batallé i Prats, escriptora, editora i directora de l'espai cultural i Llibreria Ona, i autora del llibre *Valenta com tu* (ed. Destino, 2025), un relat autobiogràfic colpidor on repassa les diverses agressions que ha patit al llarg de la vida i que la fan arribar a la conclusió que la nostra vida sencera és un #Metoo i on clama per perdre la por i recuperar la llibertat.

També Laura Calvet, actriu, creadora, professora d'arts escèniques, i productora de l'obra de teatre *Pruna*, sobre els abusos infantils, on n'és coprotagonista.

Calvet va commoure explicant una vivència personal d'agressió infantil i va compartir dades sobre aquesta qüestió que deixen clar que no és un tema individual sinó que ens interpel·la totes i tots, i que cal millorar molts aspectes sobre com s'aborda socialment i judicialment.

Per últim, la història de denúncia i superació col·lectiva de la Violeta Porta, actriu, guionista, ajudant de direcció i una de les denunciants dels abusos a l'Aula de Teatre de Lleida recollits a la pel·lícula *El sostre groc* (Isabel Coixet, 2022), després que en sortís un reportatge de denúncia al diari *Ara*, elaborat per Albert Llimós i Núria Juanico. El documental explica els abusos sexuals que es van produir per part de dos professors entre els anys 2001 i 2008 a l'Aula de Teatre de Lleida quan les alumnes eren adolescents.

La sessió va ser una reflexió col·lectiva i necessària sobre les violències quotidianes, els límits i la resistència.

La sessió va ser una reflexió col·lectiva i necessària sobre les violències quotidianes, els límits i la resistència. Com ens en podem sortir? Quines estratègies tenim per sobreviure i per confrontar les agressions?

Es va parlar també de la negació de les persones properes quan saben que una agressió ha succeït. Les ferides, la por, el coratge. S'ha de callar? S'ha de viure amb por? Com recuperar l'alegria, les ganes de viure i la llibertat després de ser agredides?

Què cal fer per evitar la culpa que en molts casos agafa forma de silenci: si no se sap, no existeix. Si t'ha passat, ho deus merèixer, hauràs fet alguna cosa. També es van comentar les dificultats per assumir-ho i la culpa de les mares de nens o nenes abusats.

En l'abordatge emocional de fets traumàtics és important trobar mecanismes per a compartir el dolor i les estratègies per fer col·lectives les vivències i exigir resposta a les institucions. Posar en comú el que ens passa. Trobar maneres de conviure-hi, de sobreviure, d'estar bé. ■



Pòdcast de salut mental "Poc se'n parla", de Maria Bascompte.

Galvany camina per la pau

EDUARD LLORENS

El 15 de novembre el barri de Galvany es va posar en moviment. Sota el lema "Caminem junts per la pau", la parròquia de Sant Ildefons va organitzar una caminada pels carrers de Sant Gervasi fins al santuari de Sant Josep de la Muntanya, a Gràcia, que va reunir unes 125 persones de totes les edats. L'activitat s'emmarca dins del primer trimestre del curs 2025-2026, dedicat a reflexionar i treballar per la pau.

La jornada s'inicià les 9.30 h, a la capella de la parròquia amb un espai de pregària. Tot seguit, el grup es va posar en camí des del carrer Madrazo sota un sol esplèndid i amb una temperatura molt agradable. "Ha estat una organització coral", comentava una feligresa amb satisfacció, destacant el bon ambient i la implicació de tothom.

La gran majoria va fer el camí a peu, tot xerrant i compartint el trajecte, mentre que alguns altres es van desplaçar directament fins al santuari. "L'ambient ha estat distès i molt agradable", deia un altre participant. En arribar, els caminants van entrar per la Porta del Jubileu, aprofitant l'Any Jubilar de l'Esperança convocat pel papa Francesc, i van participar en una missa plena de cants, guitarres i pregàries. Els escoltes van posar el toc jovial amb la lectura d'uns textos al començament. "Se'ls ha vist contents i molt compromesos", explicava un membre del Consell Pastoral.

Abans de la celebració, una de les religioses del santuari va fer una interessant explicació sobre la història del lloc i sobre la tasca que es duu a terme amb infants i joves en situació de vulnerabilitat. "Ens han acollit amb calidesa, i ens han transmès la seva passió pel que fan", comentava una de les participants.

Per tancar el matí, el grup compartí un pica-pica en un ampli menjador, on es va poder conversar amb tranquil·litat. "Tot ha sortit rodó. Molta gent, un clima immillorable i un gran esperit de comunitat. Si haguéssim de posar nota, seria un excel·lent!", deia una altra assistent amb entusiasme.

La peregrinació forma part d'un conjunt d'activitats que la parròquia impulsa aquest trimestre sobre la pau. Ja s'han fet la conferència del doctor Xavier Garí i el mural col·lectiu amb desitjos de pau, i el dilluns 15 de desembre se celebrarà una pregària a l'estil de Taizé.

La jornada confirma la vitalitat de Sant Ildefons i el seu arrelament al barri de Galvany, on la parròquia continua promovent valors de convivència i treball compartit per la pau. ■

Si l'edat no em limita, per què ho has de fer tu?



L'edatisme és discriminació

Tractar-me
com si fos
una criatura,
és edatisme.

Pensar que
ja no puc
aportar res,
és edatisme.

Negar-me
oportunitats
per ser gran,
és edatisme.

www.diba.cat/edatisme



**Diputació
Barcelona**

POLÍTICA

Un projecte ambiciós, arrelat i basat en el talent: la proposta de Junts per a Sarrià - Sant Gervasi



© Cristina García Bladé



© Cristina García Bladé

EL JARDÍ

Junts va impulsar el passat 6 de novembre una primera sessió de debat i diàleg amb veïns, entitats i persones referents del districte. Aquesta trobada, celebrada a Vil·la Florida, és la primera d'un cicle de converses que volen recollir idees, analitzar problemàtiques i compartir propostes per fer realitat el lema "Un districte per viure'l, un districte per viure-hi!". Tot

plegat, pensat de cara a la cursa per les eleccions municipals del 2027.

Celebrat davant d'una sala plena amb una vuitantena de convidats, va comptar amb les intervencions de la regidora presidenta de Sarrià - Sant Gervasi, Titon Lailla, i l'exalcalde Xavier Trias, que van abordar temes clau com la governança, els plans de districte, la gestió de pressupostos i ordenances, i els reptes locals en àmbits com l'educació, la salut o l'activitat econòmica.

Lailla va destacar la necessitat de fer valdre la força del districte, que és referent en coneixement, recerca, docència i empresa, i va lamentar la manca d'atenció per part del govern del PSC, que —va afirmar— "no dona resposta a les iniciatives aprovades pel Consell de Districte en els darrers dos anys".

"Mentre d'altres manquen de visió per al nostre districte, nosaltres tenim un projecte que mira endavant: un projecte ambiciós, arrelat i basat en el talent. Volem que Sarrià - Sant Gervasi lideri el futur de Barcelona, com a punta de llança de la innovació, el coneixement i la qualitat de vida. "Creiem en les persones que fan Sarrià - Sant Gervasi; en les famílies, les empreses i les entitats que el fan créixer cada dia. No s'entén que el govern treballi d'esquena a aquesta realitat i als veïns que hi participen activament", ha remarcat Lailla.

Per la seva banda, Trias va destacar la importància d'unir esforços entre institucions i ciutadania per avançar cap a un model de districte que combini qualitat de vida, oportunitats per a la cohesió social i fórmules que permetin mantenir el teixit de suport familiar.

El cap de llista, abans d'acabar l'any

És previst que abans d'acabar l'any Junts anunciï qui serà el cap de llista a les eleccions del 2027. Dos noms que tenen força són, precisament, de Sarrià - Sant Gervasi. Un d'ells és el de Lailla, que, procedent de Demòcrates, es va incorporar a la direcció de Junts a final del 2024. L'altra és de Jordi Martí Galbis, exregidor president de Sarrià - Sant Gervasi i actual president del grup de Junts a l'Ajuntament de Barcelona. De fet, en múltiples declaracions, Trias ha situat Martí Galbis com el seu successor. ■

Antonio Verdera, nou regidor del PP a l'Ajuntament de Barcelona



© Ajuntament de Barcelona

EL JARDÍ

L'exconseller del PP al Consell Plenari de Sarrià-Sant Gervasi Antonio Verdera ha pres possessió com a regidor dels populars a l'Ajuntament de Barcelona. Un moviment que es produeix arran de la marxa al Senat de Juan Milián, regidor fins aleshores. Verdera, que és veí de Sarrià, va ser el portaveu del PP al districte entre 2021 i 2023, després que Josep Bou fulminés a Isaac-Ivan Martín. En les últimes eleccions municipals, va ocupar el número sis de la llista de Dani Sirera, i ara finalment entra com a regidor. Durant aquest mig mandat, ha sigut conseller al districte de Sant Martí. ■



La nostra passió és fer que les joies manifestin sentiments i que els sentiments es recordin amb joies.
Des del nostre establiment ens és molt gratificant poder ser participants i acompanyar als nostres clients en aquest procés d'il·lusió i emocions.

C/ Salvador Mundi, Núm.2
Tel. 93 205 09 60
www.joyeriamarsansmaluquer.com

Mor Lluís Reverter, sarrianenc, polític socialista i amb un ferm compromís amb l'activisme cívic



© AV Sarrià

Lluís Reverter, l'any 1981, a la Fira de Nadal.

JESÚS MESTRE

La matinada del 17 de novembre ens va deixar un veí carismàtic i molt popular, Lluís Reverter, a 82 anys. Coneixia tothom de Sarrià, i tothom el coneixia. Era fàcil trobar-lo a la plaça o al carrer Major, sempre a punt de compartir una salutació, un somriure, un acudit o xerrar una estona sobre qualsevol qüestió. El trobarem a faltar.

Segurament aquest do per tractar les persones el va adquirir de jove, quan treballava a la drogueria familiar del passeig de la Bonanova, a tocar de la plaça Sarrià. Allà feia de tot, des de portar encàrrecs a les "señoritas" Godó, que vivien al passeig de la Reina Elisenda de Montcada, l'actual edifici del consolat dels Estats Units, fins a explicar a uns marrecs del barri quins components químics necessitaven per fer un petard casolà. A la rerebotiga de la drogueria, durant els darrers anys del franquisme, s'hi feien reunions polítiques de militants de Convergència Socialista i, posteriorment, del Partit Socialista de Catalunya, partit on va militar al llarg de la seva vida.

Va ser fa 50 anys quan va començar a agafar notorietat pública. El novembre de 1974, quan tenia poc més de 30 anys, va entrar a l'Associació de Veïns de Sarrià, on va tenir un paper molt actiu com a vicepresident fins a la primavera de 1979. En aquests anys, Reverter va implicar-se a fons en els afers veïnals i, com explicava ell mateix, la bona relació amb l'alcalde Josep Maria Socías Humbert li va obrir camins en algunes campanyes ciutadanes, com la recuperació pública del parc del Castell de l'Oreneta, que van esdevenir victòries ciutadanes. Però calia ser-hi i implicar-s'hi. El seu activisme cívic, conjuntament amb

els companys de l'Associació, van aconseguir que l'Ajuntament adquirís la finca de la Vil·la Cecília i el parc de Santa Amèlia, can Ponsic o les casetes del carrer Canet, entre altres accions per protegir el patrimoni històric i arquitectònic del barri. Entre 1976 i 1979 també va ser vicepresident de la Federació d'Associacions de Veïns de Barcelona (FAVB).

L'abril de 1979, arran de les primeres eleccions municipals democràtiques, se'l va elegir com a regidor, amb la responsabilitat de portar la regidoria de Relacions Ciutadanes, en el govern de Narcís Serra i Serra. Va destacar en l'organització del Dia de les Forces Armades que el 1981 es van fer a Barcelona, per afavorir la bona sintonia entre militars i polítics socialistes, i per un tracte exquisit amb les senyores dels militars, cosa que va ser ben recordada. La bona relació amb l'alcalde li va permetre que el 1982 -quan Serra va ser nomenat ministre de Defensa del Govern de Felipe González- l'acompanyés a Madrid amb l'encàrrec de cuidar el protocol, del qual ben aviat en va ser un mestre. Va ser decisiu en les relacions del Govern amb els militars, la majoria d'ells de procedència franquista.

Després del Ministeri de Defensa, Reverter va passar a la Moncloa, i el 1992 va ser nomenat cap de protocol a les Olimpíades de Barcelona. Poc després, el 1993, se'l va reclamar a la secretaria general de la Fundació La Caixa, càrrec a què va estar lligat durant la resta de l'activitat professional.

Però sempre va voler ser un sarrianenc d'anar a peu, molt sovint acompanyat per la seva esposa, la Montserrat

Baquer, i més ocasionalment amb el fill, el periodista Xesco Reverter. Li prenem la paraula en una resposta a l'entrevista que Sarrià, la revista de l'Associació Veïnal de Sarrià, li va fer l'octubre de 1979, que el caracteritza: "Entre el Lluís de la drogueria i el Lluís Reverter regidor de l'Ajuntament de Barcelona, la diferència que hi ha, per mi, és única i exclusivament la funció que faig. Avui mateix torneu a trobar-me a la botiga, amb la bata i treballant tranquil·lament. Em sembla que

el fet més important és que sigui capaç de ser el mateix i crec que no he deixat de ser-ho." En Lluís, un personatge de Sarrià que, amb la diplomàcia, va conquerir Barcelona i Espanya.

La missa exequial pel seu repòs es va celebrar el 19 de novembre a les 11 h a l'església parroquial de Sant Vicenç de Sarrià. Hi van assistir polítics de diversos partits polítics i màximes autoritats, començant pel president de la Generalitat, Salvador Illa. ■



El president de la Generalitat, Salvador Illa, a la missa per la mort de Lluís Reverter.

Restaurante Pizzeria Italiana Bella Ma'



Te invitamos a disfrutar la pasión napolitana en cada plato

Donde cada plato refleja tradición, pasión y calidad. En un ambiente cálido y familiar pensado para compartir momentos inolvidables.

C/ Marc Aureli, 27 Barcelona
☎ 600 55 29 13
@bellamabarcelona

Pressupostos per al districte i bateria d'obres per al 2026



© Cristina García Bladé



© Cristina García Bladé



© Cristina García Bladé



Imatge de com serà el nou carrer Cister.

CARME ROCAMORA I SEGUÍ

El mes de novembre ha estat marcat, en l'esfera política i de participació ciutadana de Sarrià - Sant Gervasi, per la celebració dels consells de barri, l'audiència pública i el consell extraordinari sobre els pressupostos.

Pel que fa al consell extraordinari, s'hi va presentar la proposta inicial de pressupostos per a la ciutat de Barcelona, rebutjada per la majoria del Plenari amb els vots en contra de Junts, PP i Vox; l'abstenció dels comuns, i els vots a favor del PSC i ERC. Setmanes després, el Ple de l'Ajuntament de Barcelona va tornar a tombar els pressupostos —amb el mateix sentit del vot que al districte—, i l'alcalde, Jaume Collboni, va anunciar que se sotmetria a una qüestió de confiança, el mecanisme legal que li permet aprovar els comptes municipals en solitari.

En aquest mateix consell extraordinari de Sarrià - Sant Gervasi també es va presentar el pressupost per al districte. És de 27,6 milions d'euros, cosa que representa un increment del 2,35 % respecte a la despesa corrent del 2025. Els programes que rebran més dotació són la neteja, amb 5.571.313 euros; el manteniment i la renovació del paviment i la gestió de l'enllumenat públic, amb 1.372.277 euros; la promoció i atenció a la ciutadania, amb 3.172.256 euros, i la gestió d'equipaments, amb 5.825.699 euros.

Quant a les inversions, es preveuen 27.526.988,64 euros, destinats a diferents projectes cabdals del districte. Aquest anunci, però, va aixecar controvèrsia entre els partits de l'oposició, que van recordar que el Programa d'Inversions Municipals per al districte en preveu només 19 milions. Llavors, la diferència de 8 milions, rau en diners amb què compten operadors com BIMSA, que no estan territorialitzats per districtes, però que des de Sarrià - Sant Gervasi han calculat que tindran efecte directe sobre el districte.

Més enllà de les xifres i la confusió que va generar aquest desgavell de dades, les crítiques més contundents van venir del grup de Junts, el grup majoritari del Plenari, que va retreure que Sarrià - Sant Gervasi continuï un any més a la cua de Barcelona. "És l'últim districte en pressupost per habitant", va etzibar el portaveu Pol Lloró, que va lamentar que el veïnat continuï pagant impostos "com tothom" i rebi menys pressupost i menys serveis que ningú. "Es consuma el càstig de l'Ajuntament de Barcelona", va reblar.

Davant d'això, la regidora, Maria Eugènia Gay, va defensar que el PSC posa per sobre de tot la "igualtat d'oportunitats" i "el principi de solidaritat entre tota la ciutadania". "La ciutat ha de progressar de manera igualitària. Hem d'atendre la necessitat de les persones més vulnerables", va afegir, tot recordant que hi ha districtes, com Ciutat Vella i Nou Barris, amb una renda per càpita que no arriba als 17.000 euros de mitjana, mentre que a Sarrià - Sant Gervasi supera els 35.000 euros.

Obres als consells de barri

Més enllà del consell extraordinari, als consells de barri s'han anunciat diversos projectes que acceleren el seu calendari. Al de la Bonanova es van presentar les obres de reurbanització dels carrers del Cister i d'Escipió, previstes per al 2026. D'altra banda, es va informar que s'està redactant el projecte per instal·lar el bar de Vil·la Florida, ja que l'antic es va desmantellar perquè no complia la normativa. El calendari preveu que el pla estigui enllestit abans d'acabar el 2025 i que les obres es facin el primer semestre del 2026, en paral·lel al procés d'adjudicació de la concessió.

Pel que fa a altres actuacions, es va explicar que hi ha un lleu endarreriment en l'adequació com a espai verd del solar alliberat després de l'enderroc de l'edifici ocupat conegut com El

Kubo. Tot i que estava previst que estigués enllestit abans d'acabar l'any, ara la previsió és que es faci el primer trimestre del 2026. S'hi plantaran arbres i s'hi col·locarà mobiliari urbà.

Al Consell de Barri de Sarrià, on es va tractar la vigilància i el control de plagues, es va informar que avança el projecte per construir una zona verda entre la Via Augusta i els edificis dels Ferrocarrils: els Jardins d'Oriol Martotell. El projecte executiu és en fase de validació tècnica, i la previsió d'inici d'obra continua sent el juliol del 2026. També es va explicar que avancen les obres de reurbanització del carrer Riu de l'Or, la millora dels Jardins de Vil·la Amèlia i la reforma del Casal de Gent Gran de Can Fabregas.

En la sessió del Consell de Barri de Galvany es va presentar una actualització de les obres de la plaça Adrià —on s'han introduït canvis, com eliminar

franges de parterres per millorar-ne l'accessibilitat— i de la situació de Can Ferrer, on ja s'ha finalitzat l'estudi històric de l'immoble, que ha de facilitar la presa de decisions. Actualment és obert el concurs d'arquitectura per rehabilitar l'edifici. Quant al carrer Santaló, s'ampliaran les voreres entre Travessera de Gràcia i Laforja, amb nou mobiliari urbà, dins del 2026. El punt que va aixecar més polèmica, però, és el de les obres del carrer Muntaner. Els veïns del carrer estan molt frustrats perquè les obres de l'L8 (per fer una sortida d'emergència) s'allarguen i avancen molt lentament: fa dos mesos que els treballadors estan en vaga i no es veu moviment, en una actuació que es preveu que s'allargarà més d'un any. Així, van acusar el districte de ser "ineficaç", ja que no han rebut informació clara ni dates reals, i van demanar compensacions per als comerços afectats. ■



Viu el NADAL al Comerç de Sant Gervasi



ACTIVITATS NADAL AL DESEMBRE

Plaça Frederic Soler

Espectacle de MÀGIA i jocs infantils
Dissabte 20 - d' 11.30 a 13.30 h



Joc participatiu EL MINI-GOLF
Dimarts 23 - d' 11 a 13.30 h.



Plaça Bonanova

Tió de Nadal + Xocolatada
Dimarts 23 - de 17 a 20 h



Taller creatiu ESPURNES DE NADAL
Dimecres 24 - d' 11 a 13.30 h



Plaça Joaquim Folguera

Taller de Manualitats
Dimarts 30 - d' 11.30 a 13.30 h



Espectacles Itinerants

ESTÀS COM UN LLUM

Dilluns 22 - de 18 a 20 h
Inici al c/Muntaner -Via Augusta,
finalització c/Madrado - Muntaner.



HIP HORNS BRASS COLLECTIVE

Dissabte 27 - de 18 a 20 h
Inici al c/Reus amb Sant Gervasi de Cassoles,
finalització jardins Vil·laflorida.



COMPRA AL COMERÇ DE SANT GERVASI!
AMB TU
FEM BARRI, FEM CIUTAT



dilluns 5 de gener
Plaça Bonanova

Recollida de cartes
de 10 a 14 h i de 16 a 19.30 h

**Cavalcada
de Reis
Sant Gervasi**

de 20 a 21.30 h

Itinerari: pl.Bonanova -
Muntaner - Madrazo



www.barnavasi.com / [@eixsantgervasi](#)



Totes les activitats de la ciutat: barcelona.cat/nadal



SALUT MENTAL

Jo també vaig ser-hi



MARIA BASCOMPTE

Fa temps, jo també vaig ser-hi. Ben bé, no sé des de quan, potser des de sempre. Però aquell lloc inhabitable ja existia abans que hi anés jo.

Tot just devia tenir uns tres anys i ja recordo establir, aleshores, una relació estreta amb el patiment psíquic. Com si es tractés d'un virus maligne, tremendament resistent i virulent, es va anar aferrant a mi, va impregnar tot el meu ADN. Em va continuar acompanyant, en forma de recaigudes, i molt al meu pesar, durant l'adolescència, després als 25 anys, més tard als 31 anys, i per última vegada ara fa cinc anys, en plena pandèmia.

Després d'experimentar tant patiment he decidit donar-li un sentit, traslladar-lo a l'esfera política. Perquè aquest patiment tan terrorífic i desgastant m'obliga a viure molt sovint als marges del seny, tenint de veïna, porta amb porta, la bogeria. Aquest patiment no solament em pertany a mi. Ens pot tocar a totes en algun moment del recorregut vital de les nostres vides.

El model mèdic hegemònic s'ha imposat amb tanta força i certesa que no dona oportunitat, ni lloc, a l'existència d'altres narratives. Sobretot a les que tenen a veure amb l'escolta de l'aflicció de la pacient en primera persona, com una narrativa més. M'agradaria establir jo, només alguna vegada, si la visita ha de ser abans de tres mesos, o si la sessió pot durar cinc minuts més. Vull que s'erradiqui el tracte paternalista que embolcalla la psiquiatria. També vull que es cancel·lin totes aquelles pràctiques i protocols obsolets.

Per què les psiquiatres i psicòlogues han de portar una bata blanca per passar consulta? No estan operant, ni curant una ferida, no corren el risc de tacar-se de sang. Aquesta bata marca una subtil, però contundent, diferència entre elles i jo: la raó envers la no raó. Tampoc podem obviar la vestimenta indecent, en forma de pijama, que ens obliguen a portar a la sala de psiquiatria. A part de ser d'un teixit força incòmode, no compten amb talles inclusives. Un element patologitzador de manual, el d'aquests "pijames", que estableix una relació de poder entre elles, i nosaltres, les pobres boges. Cremem els pijames ja, si us plau.

La Salut Mental Col·lectiva parla d'establir relacions de reciprocitat. Relacions d'igual a igual, creant així un espai on participar, i poder ser algú. També apunta a tenir més en compte el context. Si no tenim en compte el context, per exemple, una amenaça de desnonament, estem reduint i desatenent les casuístiques que ens acompanyen i que, òbviament, influeixen en el nostre malestar psíquic. Menystenir o obviar el context, amb el gran ventall de casuístiques que ens acompanyen, és col·lisionar constantment amb una paret de ciment hermètica, fossilitzada, i lletja, cari, cal dir-ho. Perquè moltes vegades el que necessitem és que qui ens acompanyi en el procés sigui més vincle que certesa.⁽¹⁾

He fantasiejat moltes vegades, i també m'he quedat encaçada, amb la falta de vincle amb les professionals que m'han atès, i m'atenen avui dia. Metaforitzo aquest concepte amb una abraçada. És a dir, considero que el que mereixem, per sobre de tot, és ser tractades com si se'ns donés una abraçada. Amb la intenció, l'efecte, i afecte, d'una abraçada. El curiós és que no fa falta que sigui una abraçada física per se.

Resistim, mentre lluitem perquè aquesta abraçada arribi algun dia, i si és de forma col·lectiva, molt millor.

Jo resisteixo, fins que de nou, inevitablement, torni a ser-hi. ■

MARIA BASCOMPTE ÉS HUMANISTA I POSTGRADUADA EN SALUT MENTAL COL·LECTIVA.

1. Martínez-Hernández, Angel, and Martín Correa-Urquiza. "Un saber menos dado: nuevos posicionamientos en el campo de la salud mental colectiva." *Salud colectiva* 13 (2017): 267-278.

SARRIÀ BLUES

Elsa Corominas a Mèxic i altres aparicions



AITOR ROMERO

Ara farà un any. Va a ser a la ciutat de Guadalajara (Jalisco, Mèxic), on vaig tenir l'oportunitat d'anar com a part de la delegació espanyola a la Fira Internacional del Llibre (FIL), la segona més gran després de Frankfurt. Espanya va ser precisament el país convidat de la passada edició. Aquest any ho és la ciutat de Barcelona. Així que els del ministeri van muntar una d'aquelles delegacions desmesurades (com la de Xina als JJOO de Pequín, més o menys) formada per escriptors, editors, dibuixants de còmic, periodistes, llibreters i fins i tot cantants, en qualsevol de les llengües de l'estat. Suposo que va ser això el que va permetre que autèntics desconeguts com jo (per no dir «autèntics pringats com jo») es colessin a la festa per la porta del darrere.

Entre el jet-lag, l'emoció de posar els peus a Mèxic, i la trobada (aquesta més emocionant encara) amb el tequila i el mescal, vaig tardar menys de 24 hores en perdre completament la noció del temps, i començar a caminar per la inestable frontera entre el deliri i la realitat. Afortunadament, uns mesos abans havia conegut a Barcelona, gràcies a la meua editora, l'Elsa Corominas (col·laboradora d'aquest diari), que també viatjava a la FIL i tenia una llarga experiència al país, on fins i tot hi havia viscut de jove uns quants anys. Així que va ser ella, una sarrianenca, la que va rescatar a un altre sarrianenc una mica desorientat, per introduir-lo en els ambients del món editorial.

A la festa d'Anagrama l'Elsa va aparèixer amb un paio, un vell amic seu, amb qui de seguida vaig connectar. Es deia Lalo, era xilè exiliat a Mèxic des de feia no sé quantes dècades, i tenia una petita editorial de poesia en llengües indígenes especialitzada en dones. Empenyia una maleta amb rodes on transportava els llibres que venia a la fira, com si fos un venedor ambulat. Enmig de tot aquell ambient *chic*, pretesament literari, amb el seu estil tirant a lumpen, em va semblar un dels païos més autèntics d'aquell sarau. Ja deia Gombrowicz sobre l'Argentina, que es tractava d'un país on els nanos que venien una revista pel carrer eren sovint més interessants que els seus redactors. I això mateix vaig pensar jo aquella nit.

A les dues o a les tres de la matinada, volent tornar, vaig viure un moment d'angoixa. No disposava d'efectiu ni aconseguia connectar-me a la xarxa de l'hotel, de manera que no podia reservar un Uber. Durant uns quants minuts vaig imaginar-me tirotejat enmig del carrer o segrestat per un taxi fals. Just a temps, un paio va cridar si hi havia algú que anava a l'hotel Victoria Ejecutivo, perquè l'estava esperant un Uber a fora. M'hi vaig afegir, pensant que se m'havia aparegut la verge de Montserrat. Mentre baixàvem corrents per les escales de l'hotel, com si fugíssim de no sé ben bé què vaig notar que aquell tio era català. Vaig oferir-li canviar de llengua. Va respirar alleugerit. Anava vestit amb roba de Quechua o per l'estil, com si acabés de tornar d'una passejada per Vallvidrera. Ja al cotxe vaig donar-li les gràcies per salvar-me la vida. O sigui, va dir ell, aquesta és l'alternativa: ¿o Uber o segrest? ¿Directament, sense passar per la típica estafa al guiri? Em va treure un somriure. Quan ja quedava poc per arribar a l'hotel vaig adonar-me que era l'Albert Pijuan, un dels millors prosistes del nostre país. ■

AITOR ROMERO ÉS ESCRIPTOR.

SALUT I BENESTAR

Celebrar: arriba l'hivern i Nadal



GLÒRIA VILALTA

L'hivern és una època que demana recolliment. Recollir-nos per sortir amb més llum.

I la llum la trobem per Nadal, i la celebrem.

Hi ha persones que gaudeixen i celebren molt Nadal, però no es pot generalitzar, n'hi ha que no gaudeixen aquestes

festes, per diferents motius.

A mi Nadal sempre m'ha agradat molt, pel que representa i perquè m'agrada celebrar, sigui el que sigui. Penso que és una manera d'agrar, de recordar que estem vius, de gaudir de la vida. Cert que, a vegades, les celebracions poden portar tristor, sovint per la pena de les persones que voldríem que en formessin part. Les absències no són fàcils de sentir.

Però ens podem centrar en allò que hem compartit en el passat i en tots els bons records i les estones d'alegria i felicitat viscudes. Nosaltres ho tenim en la memòria, i la nostra llar, també.

A casa

La nostra llar va desant totes les emocions i pensaments de les persones que l'habitam. Tot, absolutament tot. Siguí agradable o no.

Quan és dolorós, no és una situació que haguem buscat conscientment. Però sí que podem, conscientment, buscar motius per celebrar i fer-ho. Celebrar, portar alegria a la llar, posar-hi rialles, amor, cura -també amb les decoracions-, fa que l'energia de l'espai augmenti. I això ens ajudarà a que augmenti també la nostra. És un circuit de retroalimentació. La nostra alegria es contagia al nostre espai, i la del nostre espai, a la nostra. Per tant, aprofitem aquests dies de festa per guarnir de llum i de bellesa la nostra llar i per omplir-la de família i/o amics.

La nostra llar ens ho agrairà i ens ho retornarà durant molt temps.

Per tant, celebrem!!!! ■

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



la magnòlia

CENTRE DE DIA

**CENTRE DE DIA | TALLERS DE MEMÒRIA
FISIOTERÀPIA
ASSESSORAMENT A LES FAMÍLIES**



Saps què és un centre de dia?

Segons el Departament de Drets Socials i Inclusió, el centre de dia és un servei d'acolliment diürn que complementa l'atenció pròpia de l'entorn familiar. L'objectiu és afavorir la recuperació i el manteniment de l'autonomia personal i social, mantenir la persona en el seu entorn personal i familiar en les millors condicions i proporcionar suport a les famílies en l'atenció a les persones grans dependents.

Quines persones van a un centre de dia?

En principi està pensat per a persones que tenen dificultats d'autonomia o deteriorament cognitiu. Al centre de dia La Magnòlia venen persones grans amb deteriorament cognitiu ocasionat per alguna demència o problemes funcionals com dificultats per caminar i, cada vegada més, venen persones grans sense cap malaltia o necessitat especial, que volen estar acompanyades i actives. La gran tasca que fem els centres de dia en general i a La Magnòlia en particular, és oferir una atenció personalitzada a les diferents necessitats de les persones i un acompanyament emocional.

I què fem en un centre de dia?

Moltes coses. Oferim un espai segur i confortable, activitats pensades per mantenir al màxim l'autonomia funcional realitzant cada dia activitats de psicomotricitat i fisioteràpia. Realitzem

diàriament tallers per treballar les diferents capacitats cognitives, com la memòria, l'atenció, el llenguatge, el raonament, etc., activitats inspirades en les aficions o interessos de les persones usuàries, com pot ser la música, el cinema, l'arquitectura, etc.

I no ens oblidem de la part lúdica. Les persones, al llarg de la vida, busquem moments on l'activitat que fem tingui com a finalitat la diversió i socialització; al centre de dia no ens oblidem d'aquesta part i la potenciem, especialment per la tarda, com pot ser fer una partida de dominó o escacs.

Al centres treballem amb el model de l'atenció centrada en la persona, les activitats es proposen, no s'imposen, i es fan de manera personalitzada i les adaptem permanentment.

Quin és el personal que treballa en un centre de dia?

Diferents persones i perfils professionals garanteixen una bona atenció a les persones usuàries d'un centre de dia. A La Magnòlia hi treballem dos psicòlegs, una fisioterapeuta, una infermera, una art-terapeuta, una persona que neteja i les més imprescindibles, cinc persones cuidadores.

El 2014, l'Assemblea General de les Nacions Unides (ONU) va declarar el 5 de novembre "Dia internacional de les persones cuidadores", dia que es commemora la tasca que fan totes les persones cuidadores, tant

Som especialistes en l'atenció a persones grans amb problemes de memòria.

Activitats d'estimulació cognitiva, ocupacionals i lúdiques.

Agraïm a totes les famílies que ens fan confiança, a les persones usuàries per la seva complicitat i la implicació i treball de tot l'equip de professionals de La Magnòlia.

familiars com professionals de persones malaltes o que tinguin qualsevol malaltia que impliqui una discapacitat o dependència.

La voluntat de l'ONU és sensibilitzar i visibilitzar la feina constant i diària que fan les persones cuidadores, moltes vegades silenciada o no valorada.

Tothom (si tot va bé) hem rebut cures des del primer dia de vida i tothom d'alguna manera cuida o es cuida. Algunes persones tenim l'oportunitat de cuidar fent la nostra feina. Podem cuidar de diferents maneres i en diferent intensitat. Cuidem, per exemple, quan:

- posem un coixí a la cadira per evitar nafres o millorar l'autonomia perquè la persona s'aixequi millor d'una cadira o per oferir confort.

- estem pendents de servir aigua per garantir la ingesta de líquids, hidratar bé, prevenir les infeccions d'orina o satisfer una necessitat expressada.

- oferim tota l'assistència o supervisió durant els desplaçaments de les persones per evitar caigudes.

- canviem de butaca, sofà, cadira, etc., buscant la comoditat o fent els canvis posturals que garanteixen una bona cura de la pell.

- observem la resposta de cada persona davant les activitats que fem al centre de dia i en garantim la participació i el confort.

- fem centenars d'intervencions diàries que tenen com a prioritat l'atenció centrada en la persona.

Per tant, les cures necessiten d'observació, coneixement, anticipació i actuació, cosa que fa que sigui una tasca constant i canviant. Això genera una atenció i tensió que poden generar estrès a les persones cuidadores, i per això els que cuidem ens hem de cuidar.

Molts familiars tenen càrrec de consciència quan porten les persones grans al centre de dia i hem d'ajudar a canviar el patró de pensament de les famílies i

la societat en general. Quan portem a una persona al centre de dia, ens estem cuidant. Estem compartint la cura del nostre familiar amb persones expertes, en un espai segur i acompanyat d'altres persones, garantint així la socialització. La socialització ens acompanya al llarg de la vida i normalment la fem de manera autònoma. Quan tenim dependència necessitem suport també per socialitzar-nos.

En resum

En un centre de dia acompanyem i adaptem l'entorn, les activitats i les relacions per mantenir una bona qualitat de vida, alhora que cuidem els que cuiden a casa, garantint un suport a la cura al domicili, endarrerint l'ingrés residencial o la claudicació familiar davant l'esgotament que suposa la cura d'algunes persones amb dependència. I no hem d'oblidar que el perfil de les persones cuidadores és també una persona gran, la parella o els fills, que tenen més de 60 anys cuidant persones de més de 80, una realitat cada vegada més freqüent.

Testimonis

El centre de dia pot ser una segona família, així ho descriuen algunes de les nostres "grans persones", perquè diuen que passen moltes hores amb nosaltres, tenen coses per explicar als seus familiars i els agrada tenir un envelliment saludable i participatiu dins d'una comunitat.

La família d'una de les persones que ha vingut al centre durant quasi tres anys, ens deia: "L'assistència de la P.B. al centre ens ha dificultat veure les notícies a l'hora de sopar perquè sempre tenia coses a explicar del dia a dia al centre i a molts dels professionals us coneixem a través de la seva mirada" o "No hem pogut fer les vacances seguides aquests anys perquè la P.B. no volia estar tants dies sense venir al centre". ■

Informa't dels nostres serveis: 931 275 813 | Amigó 19 baixos, 08021 Barcelona
info@centredediabcn.org • www.centredediabcn.org



Claudio Farré
REGALS



ARTICLES
DE VIATGE
BOSES
COMPLEMENTES



CALAF, 29 08021 Barcelona
Tel. 932 018 714
677 148 860

FARMÀCIA - ORTOPÈDIA

Farmàcia Marco Consentino

Llic. José A. Marco Consentino

c/ Puig Reig 10, 08006 Barcelona
935 28 61 46

☎ Encàrrecs: 722 28 65 95
marco.consentino@cofb.net

Nova
Titularitat



Bufete Vall-Lamora

Bufet Vall-Lamora és un despatx jurídic ubicat al barri de Sant Gervasi de Barcelona, al costat de la plaça Lesseps, amb més de 25 anys d'exercici.

**Treballem especialment temes de segona oportunitat,
accidents de trànsit, família, penal i molt més.**

**Si té un problema legal, no dubti a consultar-nos.
La seva satisfacció és el nostre principal objectiu.**



c/ La Torre nº 28, Local 1, 08006 Barcelona
Tel. 93.435.32.77 // Fax 93.543.73.81
vall-lamora@icab.cat // www.valllamora.com



ars
viva

CASAL Musical

22, 23, 24 / 29, 30, 31 de Desembre

Jocs
Amics
Teatre
Cançons
Manualitats



Via Augusta 108 (amb Lincoln) 93 015 17 18
info@arsvivabcn.com 665 629 967




albi

CARNISSERIA
DELICATESSEN
GOURMET
· DESDE 1989 ·

c/ Pàdua, 95
Telèfon: 93 434 08 42
Horaris:
de dilluns a divendres,
de 8.30 a 14.30 h, i de 17 a 20.30 h
dissabtes, de 9 a 14 h

nou espai Bistrot
Brunch i Berenars
Crepes núvol japoneses



MOLT BONES FESTES !!!
(sense gluten)

Al Farró: carrer Saragossa 89
[krapuscrepes](https://www.instagram.com/krapuscrepes)



**BODEGA
& EL
CANALLA**
SARRIÀ — 2011

BRINDA, DISFRUTA Y CELEBRA
LA NAVIDAD EN NUESTRA MESA.

932 058 806 reservas@gruposantelmo.com [@elcanalla](#)

**FERRETERIA
SONSOLES**

- Herramientas
- Pintura
- Cerraduras
- Grifería
- Jardinería
- Menaje
- Material eléctrico
- Duplicado de llaves
- Pequeños electrodomésticos

C/Riu de l'Or 36, Sarrià 93 205 02 69
[ferreteriasonsoles](#)

**RB
RAMON BALLESCÀ
JOIER**

Joier Artesà

Major de Sarrià, 42
Tel. 93 280 08 24
[@rballesca](#)

Bon nadal els desitja

HOGESER
serveis integrals de neteja

Reservà ja
628.171.086

Visita'ns a hogeser.es

etrim

**ETRIM FINQUES US DESITJA
UNES BONES FESTES!!**

AQUEST NADAL TROBA LA LLAR
DELS TEUS SOMNIS A ETRIM FINQUES

[i](#) [f](#) [i](#)

www.etrimfinques.com

etrim Carrer Manuel de falla, 35, 08034 Barcelona | 93 280 54 44 | 607 257 950 | www.etrimfinques.com

**Bon
Nadal
i feliç
any nou**

El Jardí
PREMSA LOCAL · SCCL

LOURDES FAÑANÁS

“Tenim salut mental quan som capaços de percebre la realitat d’una manera ajustada al nostre entorn cultural i de regular les emocions de forma coherent amb les situacions que vivim”

© Cristina García Bladé



Lourdes Fañanás és catedràtica a la Facultat de Biologia de la Universitat de Barcelona; i investigadora principal de l’Institut de Biomedicina de la UB (IBUB) i del grup CIBERSAM (Centro de Investigación Biomédica en Red de Salud Mental, de l’ISCIII). Estudia com els factors genètics, epigenètics i ambientals intervenen en els trastorns mentals greus i com la vulnerabilitat biològica interactua amb les experiències vitals en el seu origen. Amb una trajectòria reconeguda i nombroses col·laboracions internacionals, aquesta veïna de Sarrià és una veu de referència per reflexionar sobre el present i el futur de la salut mental.

CRISTINA JUNYENT

Per parlar de la teva recerca, primer cal definir què és la salut mental. Com ho faries?

Descriure la salut mental és difícil. La vida és una successió de circumstàncies més o menys difícils o agressives, a molts nivells. Tenim salut mental quan som capaços de percebre la realitat d’una manera ajustada al nostre entorn cultural i de regular les emocions de forma coherent amb les situacions que vivim. Si podem sostenir-nos i funcionar sense grans dificultats, podem dir que tenim salut mental. En resum, és un estat d’equilibri inestable que s’adapta a les circumstàncies.

Quines respostes pot tenir el cervell davant situacions adverses?

En circumstàncies adverses, el cervell pot reaccionar intentant protegir-se dels factors que el pertorben. És un òrgan extraordinàriament sensible, capaç d’anticipar-se al que el pot danyar, i per això pot desplaçar l’equilibri —aquest equilibri inestable que és la vida. Quan no pot adaptar-se, pot desconnectar-se o dissociar-se de la realitat, bloquejar o inhibir les emocions, o fins i tot alterar la percepció sensorial. Aquestes reaccions poden aparèixer davant circumstàncies extremes o no tan extremes, especialment en persones vulnerables per factors genètics o neurobiològics.

Si la pèrdua d’equilibri es manté i el cervell no pot recuperar l’estat



anterior, pot aparèixer un trastorn que es cronifiqui. En aquests casos cal recórrer al metge de capçalera o a un especialista en psiquiatria per valorar l’actuació necessària.

Quin paper pot jugar un canvi en les circumstàncies personals?

Un canvi en les circumstàncies personals, com el lloc on vivim, l’entorn cultural, les relacions afectives o la feina, pot afectar l’equilibri i la salut mental. No tots els trastorns tenen el mateix origen ni la mateixa intensitat.

Les situacions traumàtiques —accidents, guerres o desastres naturals— poden deixar empremta tant en adults com en infants, fins i tot si aquests últims han estat protegits. Durant la pandèmia, per exemple, molts nens van desenvolupar ansietat, depressió o fòbies, i després de la dana, alguns mantenen records i desenvolupen reaccions condicionades a determinats estímuls, com el so de l’aigua, que els evoca por.

Aquests mecanismes defensius,

que ens han permès sobreviure anticipant-nos al perill, fugint, per exemple, també ens ajuden a entendre la vulnerabilitat i la resiliència. La recerca científica estudia com aquests esdeveniments vitals afecten la salut mental i quins mecanismes neurobiològics hi ha darrere, amb l’objectiu d’aplicar aquest coneixement per millorar els tractaments i comprendre millor per què algunes persones són més resilents que d’altres.

Quin impacte té l’entorn familiar i social que envolta una persona?

Per raons evolutives, els humans tenim una infantesa molt llarga, i això fa que els estils d’aferrament, el maltractament, l’abús o la desatenció deixin empremta en la salut mental i física dels infants, amb efectes que poden aparèixer a l’edat adulta: problemes cardiovasculars o metabòlics, addiccions o més risc de suïcidi.

L’estil d’aferrament i la mirada dels pares i altres figures de referència són fonamentals: amb elles, els infants construeixen la seva identitat, aprenen a regular les emocions, tolerar la por i mantenir l’atenció. Alhora, la base genètica de cada nen influeix en el temperament, la personalitat i la manera de respondre a l’entorn. Tot i el pes de l’ambient, les diferències individuals expliquen la diversitat de

“Els traumes i l’estrès més profund solen produir-se en els primers anys de vida, sovint dins del nucli familiar, que és la primera línia de cura i desenvolupament.”

“Els factors ambientals prenats —com infeccions víriques, déficit de vitamina D o estrès matern— poden augmentar la vulnerabilitat a trastorns de l’espectre esquizofrènic.”

respostes davant les mateixes circumstàncies —una característica essencial de l’evolució.

Per què l’evolució ha seleccionat diversitat en el comportament i en la personalitat?

Cada infant desenvolupa les seves pròpies estratègies, amb formes i ritmes diferents. Aquesta variabilitat és beneficiosa per a l’espècie: reaccions diverses davant estímuls semblants han garantit la supervivència del grup humà. En definitiva, la diversitat de respostes és essencial per sobreviure, sobretot perquè som animals socials.

En quin moment passem a trobar un trastorn afectiu o una psicosis?

La psicologia i la psiquiatria fan servir criteris diagnòstics com el DSM-5, establerts per consens d’experts, per determinar quan un conjunt de trets o símptomes es consideren patològics, segons la seva intensitat, durada i combinació.

Quan els símptomes afecten greument la vida de la persona —com la pèrdua del desig de viure—, cal atenció clínica, que pot incloure l’ingrés hospitalari, tractament farmacològic i intervencions psicoterapèutiques.

En trastorns greus com els episodis depressius majors o algunes formes de psicosis, es pot alterar la percepció sensorial, la construcció de la realitat i fins i tot el reconeixement d’un mateix. En aquests casos, hi ha una vulnerabilitat genètica important que incideix en aspectes clau del neurodesenvolupament. Es calcula que fins a un 45

% dels nostres gens s’expressen al cervell, de manera que la interacció amb l’ambient prenatal, postnatal i les primeres experiències pot influir en el desenvolupament cerebral i, en conseqüència, en algunes de les seves funcions futures.



© Cristina García Bladé



© Cristina García Bladé



© Cristina García Bladé

Quins factors poden afectar abans del naixement i en els primers anys de vida?

Durant el segon trimestre de l'embaràs i després del part, les neurones es diferencien i migren cap a l'escorça cerebral, inicien una sinaptogènesi massiva que s'estén fins a l'adolescència. En aquesta etapa, moltes connexions es perden en el procés conegut com a "poda sinàptica", que elimina les que ja no són necessàries. De fet, sabem que la poda

sinàptica no és del tot eficient en els cervells de persones afectades per aquests trastorns.

Pel que fa als trastorns d'ansietat o de l'estat d'ànim, les experiències primerenques, com l'aferrament, influeixen en la regulació de l'eix hipotalàmic-adrenal, que connecta el cervell amb la producció de cortisol i modula la resposta a l'estrès. Aquesta resposta fisiològica, per tant, pot educar-se durant la infantesa. Els infants que han patit negligència o

maltractament mostren alteracions en la regulació del cortisol, fet que condiciona la seva manera d'afrontar l'estrès i incrementa el risc de depressió o d'addiccions en l'edat adulta.

Lourdes, com vas tenir la idea de fer recerca sobre la malaltia mental?

El meu interès per la recerca va néixer de l'observació de com els adults reaccionaven de manera diferent davant situacions semblants. A la meua tesi doctoral, dirigida per Jaume Bertranpetit a la Universitat de Barcelona, vaig estudiar com l'entorn familiar influeix en el desenvolupament dels trastorns mentals greus. Per fer-ho, vaig treballar directament amb pacients i amb un grup de control, recollint tant mostres biològiques com dades clíniques. Aquesta experiència em va permetre conèixer persones excepcionals, moltes d'elles entre els familiars dels pacients.

Quina idea voldries que els nostres lectors s'enduguin a casa?

Que la cura del pacient psiquiàtric és essencial, sobretot en situacions de risc greu o de simptomatologia intensa. La protecció, l'acompanyament i l'accés a tractaments adequats són fonamentals perquè la persona pugui superar

“**Sempre que es pugui, cal evitar la solitud: l'acompanyament és clau tant en la recuperació com en la prevenció de recaigudes.**”

aquests estats i reconstruir la seva vida. Sempre que es pugui, cal evitar la solitud: l'acompanyament és clau tant en la recuperació com en la prevenció de recaigudes.

Regala'ns una reflexió final sobre la humanitat i la societat.

La societat ha estat, històricament, poc compassiva amb les persones que mostren conductes allunyades de la norma. Tanmateix, és essencial preservar la humanitat, la compassió i els valors ètics en les relacions humanes, especialment en l'acompanyament de persones amb malalties mentals. L'experiència demostra que els entorns socials petits o rurals sovint afavoreixen una millor evolució en persones amb vulnerabilitats cerebrals, gràcies a l'acceptació i al suport de la comunitat.

Podeu trobar l'entrevista completa a <https://www.fenomensnaturals.net/comprender-la-enfermedad-mental-con-lourdes-fananas/> ■



TEATRE DE SARRIÀ



Maria del Mar Bonet

CARME ROCAMORA I SEGUÍ

El Teatre de Sarrià ha programat concerts de primer nivell per acomiadar l'any. El 25 i 26 serà la icònica veu de Maria del Mar Bonet que omplirà l'escenari acompanyada de Borja Penalba. L'artista mallorquina oferirà un concert de Nadal íntim i emotiu que combina clàssics del seu repertori amb nades com "El noi de la mare", "El cant dels ocells" i "Sant Josep s'aixeca a l'aua". En aquesta entrevista, repassem la seva trajectòria, parlem del simbolisme d'aquest concert de Nadal, i descobrim què significa per a ella celebrar la seva música en un moment tan evocador.

Com se sent una artista amb gairebé seixanta anys de trajectòria quan puja novament a un escenari amb un repertori nadalenc tan simbòlic?

Aquests seixanta anys de trajectòria artística m'han passat molt de pressa i mirant sempre endavant. No soc gaire de recrear-me en el passat. La gran majoria de cançons de Nadal tenen un origen i un vessant popular. A mi la música popular m'ha acompanyat des dels inicis de la meua trajectòria. El meu primer disc ja era un senzill de quatre cançons populars de Menorca. Algunes de les cançons de bressol que he gravat en discs meus també es canten a Mallorca per Nadal.

En el concert interpretarà nades com "El noi de la mare", "El cant dels ocells", i "Sant Josep s'aixeca a l'aua". Per què ha decidit incloure aquests temes tradicionals en aquest concert i quin significat tenen per a la seva pròpia història artística?

Són cançons que sempre m'han acompanyat. Que venen de la tradició i de la clàssica. M'agrada cantar-les perquè són un poc de tothom. Jo ja vaig enregistrar "El Cant de la Sibila", als anys setanta, i l'he cantada durant més de 25 anys a l'Església de la Bonanova, la Nit de Nadal, a benefici del Casal dels Infants del Raval. A Mallorca es canta a totes les esglésies de l'illa la vigília de Nadal. Ara la canten moltes veus de les noves i emergents. És bonic que sigui així. També la vaig gravar el 2004 a un disc, *Amic, Amat* (Picap, 2004), amb la Coral Cantiga, perquè malgrat ser un disc molt oriental, tot ell té un component molt espiritual.

En aquest concert estarà acompanyada de Borja Penalba. Fa anys que col·laboren

junts. Com ha creat aquesta complicitat musical i quina nova dimensió aporta ell al vostre diàleg en directe, especialment en cançons tan íntimes i tradicionals?

Amb el Borja no deixarem mai de trobar-nos, quan les nostres agendes ho permetin, a l'escenari. Tenim una comunió musical que ha anat creixent amb els anys, des que a Sueca em va acompanyar l'any 2013 al Festival de MIM de la ciutat, una mica per casualitat. Vàrem enregistrar un disc en directe durant deu nits al Teatre El Musical de la ciutat de València durant deu nits consecutives, mentre desescalàvem la pandèmia.

Després de tant temps dalt de l'escenari, com decideix quines noves cançons incorporar al repertori i quines peces revisitar? Hi ha alguna cançó que abans descartava, però que ara troba essencial interpretar de nou?

Amb tants anys als escenaris, els cicles de músics canvien per èpoques, segons els discs que enregistres, i això fa que algunes cançons siguin més adients que altres. Jo sempre he conviscut amb tot el meu repertori a l'escenari. Quan feia cinquanta anys que cantava, vàrem celebrar-ho recuperant, a diferents teatres i ciutats, alguns dels diferents discs que he publicat. A Grècia, per exemple, el juny del 2017, al Teatre Herodes Àtticus d'Atenes, a la falda del Partenó, hi vàrem cantar tot el disc *El·las*, amb música de Theodorakis. El concert el varen fer en directe per la televisió nacional grega.

Quin missatge li agradaria transmetre al públic d'aquest Concert de Nadal?

Pau al món. Pau per a cada un dels éssers que habitem aquest planeta nostre, i unes bones festes a tothom, en el sentit més íntim i profund, del que tingui més sentit per a cadascú.

Quins somnis o objectius té per als anys vinents? Hi ha algun projecte (musical, social, cultural) que li faci especial il·lusió en aquest tram tan madur de la seva carrera?

Ara enregistro a Mallorca el que serà el meu nou disc, *L'aigua no cansa*, que sortirà aquest hivern. Estic molt il·lusionada. Gaudeixo molt a l'estudi quan enregistro un disc. És el que em té motivada. No soc massa de mirar més enllà d'uns mesos. M'agrada viure el present. ■

Lucrecia

Ja a finals d'any, el 29 i 30 de desembre, serà l'artista cubana Lucrecia, coneguda internacionalment, la que pujarà dalt de l'escenari. Celebrarà els 30 anys de carrera amb un viatge musical carregat d'alegria, energia i molt sentiment. Amb la seva inconfusible veu, omplirà el teatre sarrianenc amb sons càlids de salsa, el ritme elegant del son cubà, i l'emoció dels boleros de sempre.

Què significa per a vostè celebrar 30 anys de carrera amb aquesta nova gira "Boleros y Salsa"?

És molt important celebrar la vida i la meua trajectòria artística en la música com a cantant, pianista i compositora. També el meu pas pel teatre, el cinema i la televisió. I haver rebut premis tan importants. Tot, estretament unit a Barcelona.

Com ha evolucionat la seva relació amb la música llatina —els boleros, la salsa i el son— al llarg d'aquestes tres dècades?

La meua evolució l'ha marcat el temps i experiència professional. Tot en el seu conjunt m'ha portat a una obertura musical enriquidora. I soc molt feliç perquè incideix en la meua interpretació i fusió d'estils musicals.

Quines sorpreses o novetats trobarà el públic en aquesta nova gira respecte a altres concerts anteriors?

Interpretaré cançons que han marcat la meua trajectòria com a artista i que han calat en els cors del meu públic. Serà una bonica remembrança musical i d'anècdotes inoblidables.

Hi ha alguna cançó del repertori que tingui un valor emocional especial per a vostè en aquest aniversari? Per què?

"Me debes un beso". La va compondre la meua mare, Caridad Sáez, a Cuba, i me la va enviar per missatge de contestador. Dona nom al meu primer disc.

Com creu que viurà el públic aquest inici de gira? Què li agradaria que s'emportessin a casa?

Emoció! És un retrobament al Teatre de Sarrià. En les distàncies curtes el cor s'obre totalment. Després d'anys de concerts per tot Espanya i en l'àmbit internacional, torno a casa, a la meua estimada Barcelona, en aquestes dates significatives i familiars al voltant de Cap d'Any. Pura felicitat. ■



DESEMBRE

ABONA'T A LA NOVA TEMPORADA DEL TEATRE DE SARRIÀ

20% DESCOMPTE per cada entrada al web amb el codi: **ELJARDI20**
o bé ensenyant aquest anunci a les taquilles del teatre



www.teatredesarria.cat



The Sulfur Trio
dimecres 3



Michael Andreas Häringer
dijous 4



Elton Songs Tribut
del divendres 5
al diumenge 7



Sweet Marta
dimecres 10



Emma Stratton
dijous 11



Toni Albà i Fermí Fernàndez
dissabte 13 i diumenge 14



Inma Gomes
dimecres 17



Yurii Kartuzov
dijous 18



El Trencanous
divendres 19 i dissabte 20



Soirée
diumenge 21



Eduard Iniesta i David Alegret
dilluns 22



Christmas Broadway Night
dimarts 23



Maria del Mar Bonet
dijous 25 i divendres 26



L'Estel de Natzaret
diumenge 28 de desembre,
3, 4 i 11 de gener



Lucrecia
dilluns 29 i dimarts 30

Aules i tallers de Divulgació de les Arts Escèniques

Grans Compositors de Música Clàssica >> De la Música Africana al Jazz >> Tallers de Teatre >> Com Escenificar una obra de Teatre >> Tallers de lectura Teatral >> Taller d'Espectura >> Aules de Ciència i Política >> Corals de la Clàssica al Rock >> Taller d'Instruments i de Combo >> Parlem d'obres de Teatre en anglès, francès o italià >> Conferències >> Xerrades >> Presentacions Literàries >> Extraescolars de Dansa i Teatre.



www.centredesarria.cat

El cementiri de Sant Gervasi, el somni etern de la burgesia



Per arribar-hi, s'obriria un camí als terrenys del Bellesguard, necessitaria una amplada de 320 pams perquè s'hi poguessin creuar dos carruatges mortuoris.

Antoni Gaudí

Hi havia un problema, el cabalós torrent del Bellesguard. Per solucionar-ho, un jove Antoni Gaudí va dissenyar un aqüeducte amb columnes com potes d'elefant. La Comunitat de Sant Just i Pastor, resident a la Torre del Bellesguard, no van posar-hi cap inconvenient. El camí es faria a canvi de delimitar-lo amb una estacada de fusta i d'aixecar una caseta perquè la sortida de les mines quedés a recer. També s'hauria de fer de franc el trasllat dels difunts de la Comunitat que estaven enterrats a la sagrera de la Bonanova.

A la zona del nord-oest hi havia un petit terreny on s'enterraven aquells difunts que no podien descansar en sòl sagrat. En el cas que això no es respectés es multava la família i l'enterrament amb 25 pessetes del moment.

Entre 1880 i 1885, diversos concursos públics van acabar en construcció de nous nínxols. El 1882, el mestre d'obres Gabriel Fàbregas en va construir 100; el 1884, Eduardo Bertran va rebre l'adjudicació de 260 nous nínxols a 18,95 pessetes cada un; l'any 1885, s'enderrocà la torrassa central plena de nínxols i es van traslladar als nous aixecats, amb un preu a la venda de 90 pessetes per nínxol. Es van cercar més terrenys. Van optar, una altra vegada, pels terrenys de Marc Olives, amb una petita part dels de la Sra. Núria Vives. El cementiri es va ampliar cap a l'oest amb el que coneixem com la zona elevada o l'altiplà, antigues terres de vinyes.

Va començar llavors una altra història, on Pere Falqués, arquitecte municipal, va signar els planells de la nova església, construïda pel mestre d'obres Gabriel Marimó (1901-1902), petita, circular, com un Martyria (testimoni) semblant



ROSER DÍAZ MARTÍN

Era l'any 1836 quan 150 prohoms de Sant Gervasi van enviar una carta al president accidental de la Diputació de Barcelona, el Marqués de Castellsosius. La signava el vicari general de la Diòcesi de Sant Gervasi i li demanava la possibilitat de cercar un altre indret per a l'enterrament dels veïns.

Per llei, des de 1778, no es podia enterrar a la sagrera, i en aquest cas, la de la parròquia de la Bonanova, cercada per una tanca de fàcil accés, estava plena i havia estat objecte de moltes profanacions; l'any 1845, fins i tot van desaparèixer quatre cadàvers. Així doncs, van començar a buscar un nou terreny.

Els nous terrenys havien de complir els següents requisits: primer, estar situats a més de 1.000 metres de la darrera casa i disposar d'un sòl compost per un coixí sorrenc d'un mínim d'un metre de profunditat, que descansés damunt d'un terreny de roca filtrant. No podien encabir cap

mina d'aigua ni estar més a prop de 500 metres d'una canonada d'abastiment a la població, i també havien d'estar situats en zona elevada i darrere del poble, de manera que el vent de marinada, tan comú, no portés olors ni malalties.

Es van escollir els terrenys de vinya de Marcos Olives i Olives, un menorquí representat a Sant Gervasi pel seu administrador Antoni Fargas. Els terrenys es van valorar en 6.400 rals, avançats pels prohoms del barri.

Era una superfície de 9.800 metres, quadrada. A la part est, en acabar l'escala, hi havia els edificis d'autòpsies, la vetlla i l'administració. Al centre del quadrat, les làpides a terra, i al centre de les làpides, dues edificacions, una església molt senzilla i la torre (una construcció esfèrica amb nínxols a les parets). Entre les làpides i els murs perimetral hi havia el lloc pels pan-teons, i a les parets de tancament, els nínxols de lloguer o reservats a epidèmies.

al temple de Bramante d'Urbino. Es va fer una altra distribució del recinte, destacant l'eix central, el carrer de Sant Gervasi i Sant Protasi. Una preciosa escala modernista amb la representació numèrica del Via Crucis completa l'actual planificació.

Reposen en aquest cementiri Domènech i Montaner, Juan Coma, els Fradera-Bes, els Craywinckel, la família Cros, els Rosés Ibboston o els Rosés Pedrós, els Bosch i Figueroa, els Bertran i Musitu, Joan Bosch, Joan Caballé, la família Ramos, els sastres Pantaleoni... Una infinitat de famílies, 4.700 tombes en un recinte final de 12.229 metres quadrats, on podem retrobar-nos amb molts personatges que han escrit la història d'aquesta ciutat.

Cada segon diumenge de febrer, l'ametller dona la benvinguda a la primavera damunt la tomba de Joan Maragall; llavors, el cementiri s'omple de poesia i música. ■

Coco Comin rep el Premi Carme Mechó a l'excel·lència pedagògica de la dansa

EL JARDÍ

La coreògrafa i mestra de dansa Coco Comin, que té la seva escola al carrer Benet i Mateu, a Sarrià, serà reconeguda amb el Premi Carme Mechó a l'excel·lència pedagògica de la dansa. Així ho ha decidit l'Associació d'Escoles de Dansa Autoritzades de Catalunya (AEDA), com a reconeixement per la seva aportació com a directora i professora de l'Escola Coco Comin.

"Rebre aquest reconeixement a l'Excel·lència Pedagògica de la Dansa és el premi a un treball silenciós, constant i

apassionat que tants i tants mestres de dansa realitzem dia a dia sense esperar res a canvi. Agraïxo als meus col·legues, col·laboradors, companys de professió i a tota la comunitat d'Escoles de Dansa Autoritzades per la Generalitat de Catalunya que ha fet possible aquest premi, la seva generositat. Tots junts construïm espais on la dansa floreix. Darrere de cada projecte pedagògic hi ha un mestre que hi dedica tota una vida, no només transmetent tècnica sinó també sensibilitat i identitat. Que aquest premi serveixi per valorar encara més la labor pedagògica

en les arts", ha declarat Comin.

La trajectòria de Coco Comin, que va fundar l'Escola amb només 19 anys, és avui el fonament d'un projecte pedagògic únic, que ha marcat generacions d'artistes. Amb prop de 1.000 alumnes cada any, el centre continua essent un referent en la formació integral en dansa, teatre, cant i comèdia musical. Fruit de l'experiència de més de cinc dècades, el Mètode Coco Comin és un estil genuí que combina rigor tècnic, creativitat i una profunda comprensió del procés d'aprenentatge de l'alumne. ■



PARLEM DES DE L'EIX... d'Ecologia

Pasturant Collserola. Primeres passes

Can Domènech, amb el suport de La Drecera, engega un nou projecte cridat a contribuir al manteniment del sotabosc i la reducció de la biomassa amb la pastura de rucs, com a estratègia de gestió forestal per facilitar l'extinció d'incendis.

Pasturant Collserola vol recuperar el mosaic agroforestal per aconseguir una major resiliència del territori, que pateix el canvi climàtic de forma intensa. Un valor reconegut pels bombers del GRAF (Grup de Recolzament d'Actuacions Forestals), que veuen en el projecte una important contribució per a la protecció de la Serra.

Com a prova pilot, un ramat de 7 rucs de raça catalana pasturen actualment a la finca de Can Domènech, a Vallldoreix. El projecte compta ja amb un grup de 50 voluntaris que s'encarreguen de les tasques de cura dels rucs. Ara, l'objectiu és fer créixer l'experiència i acollir cada cop més rucs que donin una cobertura més extensa al territori.

Amb això no es descarta l'ús de motoserres i desbrossadores, però el

fet que no calgui un pastor, i de tenir menys necessitats que altres tipus d'animals, en redueix el cost.

Les següents passes que es planteja el projecte ara són, per una banda, la creació i formalització de l'**Associació Pasturant Collserola**, que pugui treballar per la consolidació i expansió del projecte, i desenvolupar el programa d'apadrinatge de rucs per garantir la seva sostenibilitat.

Si vols formar part de Pasturant Collserola pots apadrinar un ruc:



Més informació a la web: pasturantcollserola.wordpress.com

Agenda

LA DRECERA ET CONVIDA:

BICILLUMS
Bicicletada familiar
12 de desembre, de 18 a 20h.
Sortida des de la plaça del Consell de la Vila



FIRA DE NADAL A SARRIÀ
13 i 14 de desembre
Plaça de Sarrià



FIRA DE NADAL DE VALLVIDRERA
14 de desembre.



ELS PASTORETS DE VALLVIDRERA
13, 14, 17, 19, 20 i 21 de desembre
Mercat Cultural a Vallvidrera



PER NADAL TOTES LES OVELLES A LA CASA ORLANDAI
10 de desembre, de 17 a 19h,
Bingo musical RADARS
18 de desembre, 19h,
Concert de les corals de la Casa
19 de desembre, 20h,
Quinto de Nadal

L'ESTEL DE NATZARET
28 de desembre. 3, 4 i 11 de gener
Teatre de Sarrià



Pots consultar el detall de les activitats a: ladrecera-sv.cat/agenda/

La Drecera
COMUNALITAT SARRIÀ I VALLVIDRERA

Web: ladrecera-sv.cat Mail: ladrecera@ladrecera-sv.cat

Telèfon: 633 045 322

Atenció al públic:

Casa Orlandai: els dimarts de 16 a 20h i els dijous de 10 a 14h

Mercat de Vallvidrera: els dilluns i els dijous de 10 a 13h

[@LaDreceraSv](#) [@ladrecerasv](#)

Promou i finança:



Generalitat de Catalunya
Departament d'Empresa
i Treball

Amb la col·laboració:



El carrer Saragossa a través de les seves botigues als anys 30



Coberta del manuscrit *El meu carrer. Vivències 1932-1940* (1978).

RAIMON ALAMANY I SESÉ

Cada vegada ens adonem més que el comerç de barri és un "tresor": un tresor de servei, relacions i suport. Però, com eren les botigues del carrer de Saragossa, a cavall del Farró i el Putxet, als anys trenta del segle passat?

Rosa Sesé i Rovira (1925-2016) ens ho explica en el manuscrit *El meu carrer. Vivències 1932-1940*, recentment incorporat a l'Arxiu Municipal del Districte. En un text breu de 24 pàgines, escrit el 1978, amb lletra pulcra i un estil directe i amè, fa un recorregut per les botigues de la part alta del carrer de Saragossa, entre Santjoanistes i la finca dels Bertran i Musitu, amb alguna anotació més sobre la Guerra Civil o la nit de Sant Joan.



Els sis germans Sesé Rovira al jardí del c. de Saragossa 118. L'autora del manuscrit és la segona per la dreta. S'observa com, en temps de guerra, han convertit els parterres en un hort. (1938).

L'autora va viure-hi en una torreta de lloguer, al número 118, dels 7 als 15 anys, i hi torna el 1977 en saber que l'enderroquen. Entre els canvis urbanístics i els seus records de nena, desfilen en el relat "el clàssic colmado petit i atapeït"; la farmàcia amb els bolados, el sucre candi i els remeis casolans; la lleteria, amb els matons i les merengues, la bravada de vaca, el munt d'estris per servir la llet i la imatge de la quitxalla fent giravoltar la lletera plena pel carrer. I hi afegeix: "En aquell temps, no hi havia nena que en la diada de Reis no els demanés una lletera de joguina".

Comerç, però també suport i ajuda

Al forn, l'olor és ara de pa cruixent. Del forner, el senyor Raurell, ens explica com, en temps de guerra, una nit se la va jugar i se'ls presentà d'amagat amb una "faldada de pa", conscient de la gana que passava una família amb sis fills. Allò que dèiem: comerç però també suport i ajuda.

Continuem baixant pel carrer de Saragossa i passem per la carnisseria del senyor Pepet, la perruqueria ("Com haig de dir que em tallin els cabells?", pregunta a la seva mare i la resposta és ràpida i curta: "A la garçon"), l'estanc-bodega on l'envien a comprar 10 cèntims de gel i la botiga de llegums cuits. Allà, la nena que era, n'admirava la netedat: "La noia que despatxava excel·lia en netedat. Sempre netejava net sobre net. Es deia Lurdes, de galtes fresques com una rosa, cabells rossos i ulls clars. Els marbres on descansaven els gibrells plens de llegum fumejant eren blanquíssims, només solcats per les vetes de la pedra. Els vidres, les lleixes, el terra: tot es podia llepar".

I arribem al xamfrà amb Septimània, on descriu els dos últims comerços: la merceria "plena de coses boniques" i on els aparadors "eren com un calendari, segons com els veies guarnits ja endevinaves quina festivitat s'apropava. Per la festa dels Rams, esdevienien un esclat de cintes

virolades i ornaments platejats"; i el *Plats i olles*, "on tens feina a mirar i remirar tot l'estol de terrissa que t'envolta del trespòl fins al sostre, on n'hi ha de penjades".

Acaba aquí el seu recorregut per les botigues. Tornem amunt, doncs, a la corba entre els carrers de Saragossa i Jules Verne, un lloc que li porta bons records: "Somric, ara, en recordar aquesta corba. Com fèiem enutjar els tramviàries la revetlla de Sant Joan! Omplíem un bon tram de la via amb *mistos garibaldi* disposats a una distància d'un pam l'un de l'altre; en passar el tramvia ja podeu afigurar-vos l'espectacle tan escandalós que s'originava, ja que el conductor, per enllestir com més aviat millor el mal pas, premia l'accelerador i rabent lliscava per la via amb gran estrèpit, cosa que augmentava la nostra gatzara". Res, petites vivències en un carrer enyorat! ■



Carnet de racionament familiar, on consten diverses botigues del barri (1938).

La Biblioteca J.V. Foix



JAUME DE OLEZA

La nova biblioteca de Sarrià, que porta el nom de J.V. Foix en honor al poeta català, està ubicada a la plaça de Sarrià, davant de l'església de Sant Vicenç. Va ser inaugurada aquest any 2025. La construcció d'aquest equipament ha estat reclamada durant anys pels veïns, i deu el seu nom a un procés participatiu que va decidir dedicar-la a aquest il·lustre poeta i escriptor del noucentisme, considerat un dels mestres de l'avantguarda literària catalana. Josep Vicenç Foix i Mas (1893-1987), nascut a Sarrià, va obtenir multitud de premis, com el Premi d'Honor de les Lletres Catalanes l'any 1980 i la Medalla d'Or de l'Ajuntament de Barcelona i de la Generalitat.

L'edifici té una planta gairebé quadrada, amb una superfície de 5.397,20 m², i acull a la planta baixa i primera la biblioteca, amb una superfície de 1.450 m². Disposa d'una aula digital i diversos espais polivalents, quatre sales de treball per a grups reduïts i un espai infantil. L'edifici està compartit amb els Serveis del Districte de Sarrià - Sant Gervasi, a les plantes superiors. La construcció s'estructura

en tres crugies i un atri central entre la planta baixa i la primera. A la planta soterrània -1 hi ha l'auditori, mentre que a la planta soterrània -2 s'hi troba l'arxiu de la biblioteca. Les façanes estan acabades en alumini i vidre: d'una banda, amb un parament opac en forma de xapa grecada, i de l'altra, amb unes xapes perforades situades davant de la pell de vidre. La façana principal, que dona a la plaça i on s'ubica l'accés a l'edifici, es caracteritza per una composició a base de pilastres de diferents altures, segons la planta on es troben, disposades a diferents distàncies i ritmes. La planta baixa envidrada interpreta el volum com un cos suspès sobre la seva base. L'edifici defineix un gran volum compacte que es posiciona de manera molt contundent en un espai que representa, i ha representat des de sempre, el centre de la vida veïnal i el cor de la identitat dels seus habitants. El projecte és obra de l'equip d'arquitectura OP Team Arquitectura, format per Xavier Farré, Santi Orteu i Glòria Pifarré. ■

JAUME DE OLEZA, CWORK

LES RESSENYES DE LA CASA USHER

Recomanacions literàries de la Casa Usher per Nadal

S'acosten els dies de Nadal i tots hem de començar a pensar en quin llibre voldrem regalar. Us hem fet una petita tria de novetats que just acaben d'arribar i que ens han encantat!

- Per a aquells que enyoreu la Barcelona de l'explosió cultural dels setanta: **Una noia de ciutat** de Mecè Ibarz (editorial Anagrama). El llibre narra la ciutat de Barcelona com un lloc de memòria, amor i descobriment personal, a través de la història d'una jove que arriba el 1971 per estudiar. Amb una prosa poètica, revela els moments claus de la seva vida, des de la joventut fins a la maduresa, enmig de contextos polítics i culturals turbulents. És un retrat generacional que combina crònica, assaig i memòria afectiva de la ciutat i dels seus habitants.
- Per a aquells que voleu conèixer com viuen les dones a l'altra banda del Mediterrani: **La primera mujer** de Jennifer Nansubuga Makumbi (editorial Deleste). A l'adolescència, Kirabo, inquieta i persistent, es proposa descobrir la veritat sobre la mare que mai va conèixer i les raons de la seva absència. La seva recerca la porta a abandonar la seva còmoda vida familiar a Uganda per endinsar-se en un món ple de màgia, tradicions i misteris. Així, afronta un camí cap a la seva pròpia identitat i allò desconegut.
- Per als entusiastes de Jane Austen que ja s'han (re)llegit les seves novel·les centenars de vegades: **La vida novelesca de Jane Austen** de

Janine Barchas i il·lustrat per Isabel Greenberg (editorial Impedimenta). Una biografia gràfica que retrata la seva trajectòria com a escriptora en tres etapes, reflectint les dificultats econòmiques i les injustícies que afrontava com a dona a l'Anglaterra de la Regència. Amb un rigor històric i detalls cuidats, combina la seva vida personal amb la creació literària, amb referències als seus personatges i adaptacions cinematogràfiques.

- Per a aquells que creguin que hi ha alguna cosa més enllà de la vida material i per a la legió de fans de la deessa del punk: **Pa d'àngel** de Patti Smith (Club editor). Inspirada per Rimbaud i Dylan, va formar una banda a Nova York, i va crear discos llegendaris com *Horses* i *Because the Night*. La seva vida ha estat marcada per l'amor, la pèrdua, la recuperació i la passió per l'escriptura, utilitzant la creativitat per transformar el dolor en esperança.

Per a aquells que encara volen creure en els contes de fades i la màgia que



Llibreria Casa Usher, al c/ Santaló entre Calaf i Rector Ubach, molt a prop del mercat.

s'amaga rere cada fulla del bosc: **Los duendecillos** de Camille Romanetto (editorial Errata Naturae). A Madenn, una nena trapella a qui no li agrada compartir; una nit un follet del bosc entra a la seva habitació per explorar les seves joies, i ella s'enfada. Decideix seguir-lo sense saber que està a punt de viure l'aventura més meravellosa. És una història bonica, il·lustrada amb tendresa, que convida nens i avis a gaudir de la mà. ■

BOMBONERIA

CONFITTERIA



GELATERIA

PASTISSERIA

Major de Sarrià, 57
Tels. 93 203 07 14
93 203 00 04

Plaça de Sarrià, 12-13
Tel. 93 203 04 73
08017 Barcelona

E-mail: info@foixdesarria.com
<http://foixdesarria.com>

EL RELAT

Quan Nadal em torna a trobar



© Ariadna Alcaraz

MARIA ÀNGELS VILADOT

Aquest any no he fet pessebre. No em veig amb cor de donar forma a un naixement, quan dins meu tot s'esllangueix. Ara que ell ha mort, i jo soc aquí: viva. Sola. És el primer Nadal sense ell. Encara no sé com passaré el dia.

Però l'arbre hi és. El de mida mitjana de sempre. Agafar-lo de l'altell m'ha costat qui sap què. L'escala trontollava sota els peus, i m'he imaginat la bronca d'ell, dient-me què em pensava que feia enfilada allà dalt. Al final, l'he fet lliscar cap a mi i l'he baixat com he pogut. Li he desdoblejat les branques, hi he penjat quatre boles daurades. Volia embolicar-lo de bombetes blaves des de la base, però m'he hagut d'agenollar, i el dolor a les articulacions se'm feia insuportable. Així que m'he assegut a terra, amb lentitud. I allà, gairebé abraçada al tronc sintètic, he anat passant el fil de llum, com si cada volta pogués retenir una mica de l'escalfor perdut.

Avanço pel carrer Amigó, vacil·lant. Fa un fred que pela i m'alço el coll de l'abric. Hi ha dies en què sortir és una proesa. Arribo al mercat de Galvany, que llueix esplèndid: garlandes enroscades als arcs de ferro, cintes violades que s'entrellacen amb neules i torrons. I el Fum, fum, fum surt d'un altaveu a la façana, a tocar de la floristeria. Hi ha grèvol, galzeran, vescu... i ponsèties. Em semblen flames vermelles sorgides d'un decorat verd profund. Me'n recordo d'ell. Cada any creuava el llindar de casa amb una ponsètia als braços, gran, esplendorosa. Ara la compro jo. Petita, però amb un significat immens.

M'aturo davant la fruiteria de sempre, davant les mandarines apilades. El veig a ell, com les pelava per a mi, traient-ne cada fil amb una paciència que m'esbalaia. Al costat, magranes obertes com cors, amb grans que semblen llàgrimes

de robí. Raïm, dàtils, figues... tresors d'un banquet que ara em sembla incomplet.

Busco més que fruita. Encara no sé què.

Un nen em sosté l'esguard. Com si endevinés, en silenci, quelcom que jo mateixa he oblidat. Els cabells platejats? El rostre d'àvia, naufragada en pensaments? Duu una bufanda amb flocs de neu estampats i, per un instant, em recorda el meu net gran: cabells castanys, llisos, espigat, amb aquell somriure mig burleta, tan viu. Com el d'aquest nen, que ara me'l fa, i jo li'l torno sense pensar-m'hi. Com si el somriure fos un pont entre el seu candor d'infant i la meua vellesa.

Un instant breu, tendre, que em comou. Feia massa temps que no somreia a ningú. I aquest nen m'ha fet sentir que encara hi soc.

Em sembla que compraré bacallà. Però, vet aquí, els meus peus van sols: se salten la bacallaneria i se'n van cap a la peixateria. Era allà on ell sempre volia anar primer, quan m'acompanyava al mercat per distreure's. Sense adonar-me'n, el continuo seguint.

M'atanso al taulell de marbre. Al meu voltant, veus de dones, guants negres de goma que brillen sota la llum blanca, el xerric dels ganivets, el cop sec quan el peix cau a la balança.

L'olor salobre m'envaeix i, de sobte, em transporta al vaivé de les onades del mar mediterrani. Amb ell. Sempre amb ell. Més de mitja vida amb ell. Els records s'entrellacen amb la visió dels peixos que descansen damunt el gel, que cruix sota les mans de les peixateres. Ulls oberts, opacs; boques mudes; escates com miralls trencats. Carn fresca que, fa no res, era viva. I ara, quieta, exposada, com si esperés ser triada.

Tinc la sensació que aquests peixos em miren a mi i no pas al revés. Com si

sabessin alguna cosa. Com si fossin testimonis d'un dolor que no es pot dir. Un calfred em recorre l'espinada. Una de les peixateres em somriu (en soc clienta de fa molts anys). És gran, com jo. Mirada franca. Pestanyes denses de rímel que semblen permanents.

—Vols res, reina? —em diu, amb aire confident—. Aquest llobarro de Nadal t'està esperant. És de mar brau, pescat en el silenci... de la nit.

Per un moment penso que no parla només del llobarro. Potser em parla a mi. Em reconeix com una d'aquelles dones que no s'han rendit del tot: m'úria, amb el cor viu, i brava, com un mar que no s'atura. Em sento lligada d'una manera que m'omple de joia.

El compro.

Camino de tornada a casa, arrupida dins l'abric, com qui no hi torna exactament, sinó a un lloc que encara no sap posar en paraules. A una mà, la ponsètia. A l'altra, la bossa amb el llobarro. No és només peix: és una ofrena. Una reconciliació, potser. Amb Nadal. Amb la vida. Els carrers estan encesos amb una obstinació que em sembla gairebé excessiva. Les llums parpellegen com si volguessin convèncer-me que tot va bé. Però jo camino entre aquesta resplendor com qui travessa un somni que no li pertany. Dins meu, la claror és una altra: més suau, més fràgil. No il·lumina, sinó que abraça.

A la cuina, obro la bossa i el torno a mirar abans de posar-lo a la nevera. Els ulls continuen mirant-me. Sento una sensació estranya: una tristesa tan neta que frega l'alegria. Perquè aquest llobarro, mort i d'escates de nacre, em fa sentir que puc tornar a cuinar, parar taula, allargar una copa de cava a algú. Encara que aquest algú ja no hi sigui. Encara que sigui per mi.

Miro l'arbre de Nadal amb tendresa, com un vell amic que ha resistit massa hiverns. Li poso una estrella feta amb paper de plata. Per dignitat. Perquè quan la il·lusió se'n va, la bellesa roman. I potser la bellesa és això també: continuar, malgrat tot, amb el cor obert. No pas fer veure que no passa res, sinó fer lloc al que sí que passa.

Cuino el llobarro al forn, amb llimona i llorer. No poso plats extres, ni espelmes. Menjo en silenci. Està boníssim. El frec

dels coberts al plat, la copa de cava escumejant, les bombolles escapant-se com esperits a l'univers. Just abans de recollir la taula, un plint! talla l'aire com un fil invisible. És el so que em porta la veu de la meua filla abans fins i tot d'escoltar-la:

—Bona nit, mamà. T'estic trucant però no em contestes. Tot bé, oi? Els nens tenen ganes de veure't i d'abraçar-te. I jo també. Demà et vindré a buscar cap a quarts d'una... Posa't ben guapa! T'estimem!

Faig un sospir. És clar. Tinc el mòbil en silenci. Aquest any, per primer cop, el dinar de Nadal el farem a casa la meua filla. Quan ell vivia, sempre es feia aquí, a casa nostra. Amb ella, amb el meu fill, amb les parelles. Amb tots els nets. Ara tot ha canviat. Penso en trucar-la, però m'hi repenso. No vull molestar.

—Jo també us estimo! Fins demà! —li escric, amb moltes emoticones: cors, molts cors, un trineu, un avet de Nadal...

Tremolo una mica, però tremolo de ganes —de viure aquest demà. I, de sobte, m'adono que no estic del tot sola. Hi ha una espurna nova que m'acompanya. No és tan sols la meua filla, ni el meu fill, ni els meus nets. Tampoc no és ell. Ni Déu. És una presència íntima, subtil, com si dins meu algú m'hagués estat esperant tot aquest temps.

Algú que soc jo.

Potser Nadal és això. No només el record nostàlgic, ni la festa, ni les nades, ni el recolliment en família —que també. És clar que també. Però, sobretot, és aquest instant en què una dona sola, solitària, en soledat, torna a creure. No només en els altres, sinó en el propi anhel de viure.

I llavors em torno a enfilar a l'escala.

«Quina temeritat!», em renyaria ell.

Obro la porteta de l'altell i, entre les caixes —una amb fotos antigues en blanc i negre—, en trec la capsa de cartró on guardo les figures: el bou i l'ase, el suro, el riu de paper de plata, el nen petitó... Les acarono amb els ulls.

Penso que sí.

Que ja puc. ■



© Ariadna Alcaraz

Records de Vallvidrera, la identitat d'un poble



JESÚS MESTRE

La Biblioteca de Collserola - Josep Miró va ser l'oportú marc per una reunió de gent de Vallvidrera on es va presentar el llibre *Records de Vallvidrera* que recull més de cinquanta articles publicats a la revista *La Vall de Vidre* els darrers deu anys. És una iniciativa editorial de l'Associació Mont d'Orsà de Veïns de

Vallvidrera, publicada per Mirador Llibres. Fa uns anys, la mateixa editorial, havia publicat el llibre *Records del meu Vallvidrera*, de Cisco Tomàs, i el llibre que es va presentar el dissabte 22 de novembre es pot considerar una continuació.

La presentació va ser amena i àgil. La va conduir Juanjo Arranz que va anar donant la paraula a les tres principals

creadores del llibre: Shilpa Baliga, Maria Antònia Juan i Roser Argemí, que ha estat l'ànima del projecte. La biblioteca estava plena de llebrencs que van festejar la publicació del llibre, i molts d'ells van intervenir a la part final de la presentació.

El projecte ha estat fruit de la col·laboració entre l'Associació de Veïns i *La Vall de Vidre*, i no és la primera. Un dels assistents va prendre la paraula per informar que segurament l'Associació Mont d'Orsà, amb 75 anys d'existència, és la més antiga de Barcelona i probablement la que ha publicat més llibres. És molt significatiu i explica el fort arrelament d'un veïnat amb el seu barri, el seu "poble", tal com va voler apuntar Cisco Tomàs, i un sentiment d'identitat que els empeny a conèixer la seva història, cultura i personatges singulars.

Els articles, la majoria procedents de la secció "Vitralls" de *La Vall de Vidre*, s'organitzen a partir de sis capítols: Natura i entorn; Història; Camins i mitjans de transport; Edificis i altres construccions; Persones i entitats; i Cultura i esports. Són articles d'una vintena d'autors, especialment de Xavier González Sanz i Cisco Tomàs, i els textos s'han corregit i revisat a fons, alguns s'han completat i en altres

casos s'han unit dos articles que eren complementaris. També s'han cercat fotografies, la majoria d'època i moltes inèdites, cosa que dona caràcter i unitat al llibre. Al final del llibre s'agraeix que hi hagi un índex d'autors i un índex de les il·lustracions.

A part de les intervencions de Roser, Maria Antònia i Shilpa, molts veïns van respondre a la invitació de Juanjo per donar informacions i opinions, com ara en Joan Pujol, que va confirmar que la gent de l'associació i la revista s'havien renovat i que hi havia futur; també van intervenir Xavier González, Cisco Tomàs, Pere Saumell i Salva Ferran, entre altres. Igualment, es va anunciar que el dissabte 13 de desembre s'inaugurarà l'exposició dels 75 Anys de l'Associació Mont d'Orsà de Veïns de Vallvidrera. I la Roser Argemí, després de 32 anys vinculada a l'associació i sent la principal promotora de *La Vall de Vidre*, comunicava que deixava aquestes tasques. Enhorabona a la Roser i, sobretot, alegrar-nos que s'hagi consolidat la continuïtat de l'associació i de la revista en mans joves com les de la Shilpa, en Joan Pujol, en Joan Ferran o en Lucas. És una qüestió d'identitat d'un poble. ■

Restaurante Hidalgo



Horari 13 a 16h | 20 a 23h de dilluns a diumenge (diumenge nit i dilluns nit tancats)

MENÚ DIARI 16,50€ | Plats de temporada | Paella per endur

Carrer Balmes, 396 | Reserves 93 417 11 96

(Mercat de Sant Gervasi | Metro: Putxet)

El sarrianenc Oriol Pla, primer català guanyador d'un Emmy

En recollir el premi, l'actor va dirigir-se a la família: "Els Travys es perden per Manhattan. Diana, ara et truco. Mama, no m'esperis desperta. Papa, bon dia".



ANA RUBIÓ JIMÉNEZ

Tots els pobles tenen un fill o filla predilecta que els fa inflar el pit d'orgull: un personatge que, sense voler-ho, representa un tros de món que els és proper. El senten parlar, el veuen a la televisió i es fan partícip de les bones notícies; una victòria seva és una victòria compartida. De sarrianencs i sarrianenques predilectes n'hi ha un bon grapat i, en cap cas, la quantitat en condiona la qualitat. El llistat és extens i sorprenent, però aquest mes cal fer una aturada especial en el cognom Pla.

Cal parar-hi atenció perquè Oriol Pla ha fet història. L'actor sarrianenc s'ha convertit en el primer català a rebre un premi Emmy internacional, un reconeixement que fa valdre els projectes televisius produïts fora dels Estats Units. Així ho vam saber la matinada del 25 de novembre, mentre se celebrava la gala de premis a Nova York: Pla s'ha endut el guardó a millor actor per la seva interpretació a la sèrie *Yo, adicto*.

"Els Travys es perden per Manhattan. Diana, ara et truco. Mama, no m'esperis desperta. Papa, bon dia". Pla va recollir el premi amb distinció i alegria; va tenir paraules per al director de la sèrie, Javier Giner, i especialment per la família, que significa molt per a ell. La dedicació als Pla-Solina va ser en català, una llengua escoltada de manera excepcional dalt l'escenari novaïorquès. I per una família que ha estat clau en la seva trajectòria com a actor i amb qui ha recorregut Catalunya, fent bolos i compartint teatre, des de ben petit.

Els orígens d'Oriol Pla

Pla és fill de Quimet Pla i Núria Solina. Els pares van fundar, respectivament, el grup Comediants i la companyia Pica-trons, dues formacions pioneres del teatre de carrer a Catalunya. El 1996, la



parella va fundar conjuntament la companyia Teatre Tot Terreny, amb seu a la plaça Sant Vicenç de Sarrià, on Oriol i la seva germana Diana van participar des de petits, fent les primeres passes en la seva carrera interpretativa.

A la família Pla-Solina, l'àmbit personal i el professional han coexistit sempre de manera natural. Per a Quimet Pla, "és com aquella persona que té un taller de fusteria i els seus fills el continuen". Hores després de rebre el premi, pare i fill van protagonitzar un moment carregat d'emoció en una entrevista al programa *La Selva*, que fins i tot va commoure el presentador, Xavier Graset.

En parlar d'Oriol, Quimet va recórrer a la metàfora de la fusteria: "Els fills fan el mateix que el pare i, a més, el superen", i va mostrar-se molt orgullós del seu fill: "Aquí hi ha la gran satisfacció: adonar-me que no només m'han superat, sinó que ho gaudeixen i ho fan amb passió. I això és fantàstic". A la qual cosa el fill va respondre seriosament: "El Quimet Pla és insuperable".



Guanyar un Emmy reflecteix una feina excel·lent i això requereix no només de talent sinó de compromís i esforç. Un veí d'Oriol, a qui coneix des de petit, assenyala que aquest és un dels seus trets més destacats: "S'implica en els papers d'una manera molt especial, molt compromesa. És una mostra que les rodes sempre roden si les empenys".

I, en aquesta línia, afegeix: "És una persona molt familiar, de veïnat, de la plaça; en definitiva, del poble de Sarrià". Fa deu anys el podies trobar els divendres, fent improvisació al cafè de la Casa Orlandai, juntament amb l'actor Blai Juanet. I, actualment, sol ser un dels protagonistes de l'espectacle de balcons per la Festa Major de Sarrià.

Oriol Pla en el paper principal

Yo, adicto és una obra de Javier Giner, que relata l'ingrés voluntari d'un home -basat en la seva pròpia experiència- en un centre de desintoxicació per superar l'addicció al sexe, l'alcohol i les drogues. Amb la seva interpretació, Pla és també

el primer actor de l'estat espanyol en guanyar un Emmy Internacional, una fita històrica que ha estat àmpliament reconeguda i elogiada.

De fet, Pla va rebre el reconeixement a les xarxes del president del govern espanyol, Pedro Sánchez, i del president de la Generalitat, Salvador Illa: "Històrics Emmys Internacionals amb segell català!". Una dedicació que també feia referència a l'altre Emmy guanyat per una catalana durant la gala, la rapitana Joanna Pardo.

La sèrie, disponible a Disney+, ofereix una versió ficcionada de Giner, encarnat per Pla, que al llarg de sis episodis acompanya l'espectador en un recorregut dolorós però terapèutic, i que alhora transmet esperança a qui es troba en una situació similar. En el seu discurs, l'actor sarrianenc va dedicar també unes paraules al director, agraint-li profundament l'oportunitat i el repte: "No podré agrair-t'ho mai prou. Mereixes viure en veu alta, amb orgull i meravellosament." ■

CONCERT DE NADAL

COR GÒSPEL 4 CORS

**TAQUILLA
INVERSA**

9 de desembre a les 20 h
Teatre de Sarrià

reserves a: <https://tuit.cat/Va4fx> o dues hores abans el
mateix dia de l'espectacle

Els donatius recaptats es destinaran a famílies necessitades del barri
del Camp de l'Arpa Grup de Projectió - CCSant Pere Claver



ÒMNIUM
BARCELONA
Sarrià-Sant Gervasi



La mostra *Reacciona 3* planta cara a la desinformació i manipulació digital

FELIP GONZÁLEZ

Arriba de nou al barri de La Bonanova, la tercera edició de la mostra *Reacciona*, conformada per un conjunt de vídeooperformances creades per l'alumnat de l'Escola Superior de Disseny i Arts Plàstiques de Catalunya (ESDAPC), tant del campus Llotja (carrer Ciutat Balaguer 17, la Bonanova) com del campus Dejà (Carrer Ignasi Agustí 2-4, Canyelles). Més d'una dotzena de peces creades per l'alumnat dels campus Dejà i Llotja exploren, amb recursos d'accessibilitat per persones cegues i sordes, els efectes nocius d'una era digital sobreinformada i distorsionada. A més, interpel·len sobre la fragmentació i erosió de la realitat i la uniformització d'identitats i situacions prefabricades.

Les peces presentades a la mostra par- teixen del pensament de Jean Baudrillard i Guy Debord per evidenciar una cultura digital que fragmenta l'autenticitat de les nostres experiències afectives, perceptives i projectuals. En aquesta línia, a l'obra *Promeses falses*, d'Amy Villacres i Mireia Martí, es denuncia l'estafa de moltes mar- ques i botigues de moda en línia. Igual- ment, a la peça *Sims*, de Rosa Vilarnau i

Sasha González, s'exemplifica la idea bau- drilliana d'una hiperrealitat codificada de signes ficticis que dilueixen la realitat en una existència alienada i teledirigida.

Altrament, la dictadura de les ombres ha colonitzat el nostre imaginari subjectiu i social, sotmetent les nostres voluntats a foscos interessos econòmics i polítics, com molt bé es veu a *El miratge de la facilitat aparent* de l'Alexandra Bianchi i Salima El Bakhti. Des d'aquest con- text, *Verdades en venta*, de Mar Rigual i Rodrigo San Pedro, s'escenifica la comer- cialització d'una pluja de notícies falses, evocant la venda de la premsa del segle XIX i primeries del segle XX. Finalment, La secta presenta una trama psicodèlica i diatòpica en què, a través de dos mini capítols, es narra l'arribada d'una miste- riosa secta al campus Llotja, liderada per una figura femenina enigmàtica, que des- perta la fascinació de l'alumnat i aconse- gueix sotmetre a tothom.

Sense sortir de l'àmbit de la Llotja, s'ha de ressaltar, *Un robatori*, de Claudia Már- quez i Alba Polo, en què una entrevista- dora investiga la misteriosa desaparició d'una corona, que possiblement, sigui



producte d'una notícia sensacionalista. Finalment, el vídeo *Se acerca una catás- trofe*, de Valentina Pérez, Daniel Rodríguez i Ana Solís, es parafraseja a Guy Debord en mostrar com una simple notícia climato- lògica pot esdevenir espectacle, gràcies al poder fàctic de les influencers en els nous formats de mitjans de comunicació.

Finalment, en el conjunt de les obres es posa en relleu la consagració maquia- vèlica d'un món controlat, homogeni i

simulat. Un escenari que s'ha anat confi- gurant mitjançant estratègies de desin- formació, engany sistemàtic i saturació informativa, tal com s'ha materialitzat a *Intoxicación informativa*, de Lorena Aranda i Paula Mur. Tot plegat, apunta a la colo- nització de les nostres ments fins a instau- rar un règim de postveritat i hiperrealitat excèntrica, clarament distòpic. ■

FELIP GONZÁLEZ ÉS DOCENT DE L'ESDAPC, CRÍTIC I CURADOR D'ART.

BARNAVASI

L'EIX COMERCIAL DE SANT GERVASI

Us desitja
Bon Nadal
i un millor
any 2026

COMPRA AL COMERÇ DE SANT GERVASI I

AMB TU

FEM BARRI, FEM CIUTAT

**BARCELONA
COMERÇ**

Barcelona

FARMÀCIA Bonaplata
Ortopèdia

Especialitzada en
Medicina natural
i Ortopèdia

Professionals en qui confiar
les seves necessitats
i oberts als seus dubtes

Bonaplata, 32
932 030 243

Encàrrecs i consultes: [674 623 070](https://www.whatsapp.com/channel/002991234567890123)
o farmaciamontseros@gmail.com

felices fiestas desde

MY CUP OF TEA
CAMPANA D'INICI • MARÇ 2026

Clases de castellano, catalan, francés, inglés e italiano

Unete en cualquier momento

El nuevo trimestre empieza el 08/01/26

Usa el código TERM26 para 20% descuento!

Calle Rector Ubach 13 686 78 28 98

Emmarcats
al barri de Sarrià

Cornet i Mas 37
08017 Barcelona

LA GALERIA
taller de marcs

www.lagaleriamarcs.cat

HORARI
De dimarts a divendres
de 10 a 13,30h / 17 a 20h
Dissabtes de 10 a 13h

DALMALUM ALUMINIS

FUSTERIA EN ALUMINI

Mare de Déu de Núria, 7
(Sarrià)

936 798 658 / 722 768 356
sarria@dalmalum.com

www.dalmalum.com **Pressupostos sense compromís**

Bon
Nadal
i felicitat
any
nou

El Jardí
PREMSA LOCAL • SCCL

Pablo Espinós, 50 gols d'història de Sarrià i del Sant Ignasi

El jove futbolista del barri repassa la seva carrera construïda al costat dels seus amics i amb els valors que ha après des de petit



© CEDIDA



© CEDIDA



@havokgava

CARLOS TICÓ

Hi ha històries que, tot i ser petites i desconegudes, valen molt la pena d'explicar. Fill de Sarrià, Barcelona, Pablo Espinós té 24 anys i aquest desembre en farà 25. Porta una vida sencera al barri: és on ha viscut durant molts anys, on ha estudiat, i també avui juga encara a futbol, concretament al Sant Ignasi Club Esportiu. Ara, ha arribat a la xifra dels 50 gols amb la samarreta del primer equip.

Això va passar el cap de setmana del 15 de novembre contra el Prat. En Pablo va fer el gol de penal i la pilota va entrar amb potència per l'escaire. El partit va acabar en victòria del Sant Ignasi (2-3). A més, ho va fer en un context il·lusionant i molt motivador, ja que a la següent jornada el seu equip rebia el CP de Sarrià en el derbi, que va acabar guanyant per 2-0.

Una vida arrelat al barri

Ara ha fet història, però això ve de molt enrere. "Porto tota la vida jugant al Sant Ignasi, des de la categoria de benjamí, quan tenia vuit anys. Ara en fa 17 i aquí continuo", afirma en Pablo. "He viscut sempre al costat de l'escola, hi ha un sentiment de pertinença al barri i al centre molt important". A més, recorda una etapa molt especial dels seus inicis: "En el meu

segon any vaig fer una escapadeta a l'Escola Barça, però vaig tornar i des d'aleshores hi he jugat tota la vida".

L'equip d'en Pablo competeix a Segona Catalana, una categoria força exigent que requereix un compromís important i, tot i que permet compaginar l'esport amb la feina, el temps lliure per a altres activitats és limitat. Però, més enllà de l'aspecte esportiu, el que realment fa que valgui la pena és la relació d'amistat entre els membres de l'equip. "Jugar a futbol amb els teus amics ho és tot; els entrenaments i els partits són també una oportunitat per estar amb ells", explica. En Pablo treballa en un banc, és la seva prioritat, però la seva afició compromesa és jugar a futbol i vol fer-ho durant molts anys.

El Sant Ignasi, més que un equip i una escola

"Jugar al Sant Ignasi és fascinant. En aquesta categoria, molts futbolistes ja cobren per jugar-hi, i nosaltres paguem al centre per posar-hi el nostre gra de sorra. És el tret diferencial de jugar a aquest equip, que al cap i a la fi és una escola", detalla en Pablo. És una escola, però l'equip és federat en diverses seccions i és un dels clubs amb més història de la ciutat. El Sant Ignasi ofereix fins a dotze

modalitats esportives diferents, on participen uns 1.750 infants, adolescents i joves.

A més de jugar-hi, ha estudiat des de la primària fins al batxillerat als Jesuïtes de Sarrià - Sant Ignasi. Un centre tradicional, centenari i que pertany a la companyia de Jesús. Té la responsabilitat de transmetre valors molt importants als nanos, com el treball en equip, l'esperit de grup, la col·laboració i la disciplina. I, com deia Sant Ignasi de Loiola, 'en tot servir i estimar', un lema que fa referència més al col·lectiu que a l'individu. En Pablo ho ha viscut en primera persona: "Crec que aquests valors s'ensenyen també en l'esport. Ens ensenyen a ajudar el company, a no deixar ningú enrere, a ser un equip". I afegeix: "Crec, a més, que són valors que pots aplicar a qualsevol aspecte de la vida, això és maco".

"No sé ben bé com funcionen els altres equips de la divisió, però està clar que nosaltres fem les coses d'una manera diferent", afirma. Altres equips donen als seus jugadors un incentiu, com un pagament o una prima. Els esportistes del Sant Ignasi, en canvi, no reben res. "Nosaltres ens exigim i ens posem pressió perquè volem i perquè és el que hem après", comenta Espinós.

En Pablo no s'oblida dels seus companys i altres jugadors històrics: "Jo ara he fet 50 gols amb el primer equip, on hi jugo des de fa cinc anys, però hi ha molts altres golejadors que estan per sobre, com Carlos

Rodrigo, que amb quasi 40 anys encara juga, o el Marc Collado, entre altres". Entre riures, en Pablo reconeix que això li va 'pillar' per sorpresa: "No tenia ni idea que havia arribat a aquesta xifra, em vaig assabentar per una publicació d'Instagram. Em fa molta il·lusió seure a la mateixa taula que ells".

La intenció d'en Pablo és seguir-hi molt temps: "Vull doblar aquesta xifra". La vida dona moltes voltes i això ell ho sap. "Jo m'ho he de compaginar amb la meua vida laboral, si em surgeix una oportunitat fora... no sé què faria". No hauria de ser-ho, però reconeix que "sentimentalment" el futbol és la seva prioritat. Són disset anys competint cada cap de setmana, i la seva idea és no aturar-se aquí. ■

ESCANEJA'M

BCN SURF SHOP

OUTLET BCN SURF

C/ BALMES 310

(≡) **Prensa Comarcal**

EL NOSTRE
PAPER

ÉS:

el contingut de qualitat

la llengua

el rigor

la confiança

i el territori

Amb el suport de:



Generalitat de Catalunya
**Departament
de la Presidència**

Flor d'ocell

IGNASI VILADEVALL

Van existir els Reis Mags? Els jardins inflamen l'aire de respostes. Admetem la perfecció de la natura com a prova d'una intel·ligència superior. Existeix una planta d'una morfologia que fa cèlebre la perfecció: la *Strelitzia reginae*. Al final de la tija brolla una espata en forma de barqueta, i, des d'ella, s'obren vistoses inflorescències, cadascuna amb la corol·la llarga i protuberant; els pètals formant una llengua de color blau, i els sèpals ataronjats, tipus ala d'ocell. Tota ella resplendeix. Tota ella dona llum! Els elements florals, no molt comuns, però magistralment hipnotitzadors, fugen a mons més subtils. Esvelta i pintoresca, afegeix infinitud a la infinitud mateixa. Les fulles, verd blavoses, són molt ornamentals, i el fullatge jove té un matís rosat. Contra tota previsió, s'inventa un món secret i misteriós. A causa de la seva durabilitat, s'utilitza en la preparació d'arranjaments florals. Potser deroga el temps.

Jo crec veure en la *Strelitzia* cert segell sagrat. Com una mena de niu que emula una llar prodigiosa. Admirables els fins de la natura: una flor, una llar. Res és impremeditat ni fortuït. Cada niu sembla una estada moguda pel desig de fer el bé; insòlit el partit que treu d'uns modestos coneixements d'arquitectura. (Tota creació autèntica es troba en possessió de la veritat.) En sentir les flors elevar-se als aires, es pot dir que

participen del cel a què s'acosten, s'obren amb un encanteri que ve de molt endins. Tot és organitzat per una raó divina, com una foscor visible. Per a qui té imaginació, tota estrella que es mou de nit pot ser anunci dels Mags d'Orient. Millor la il·lusió, el miratge. Fos com fos, tot estable té un pessebre que es pot convertir en bressol quan s'omple de palla neta. Els jardins amb *strelitzies* eixamplen l'esfera del sorprenent, commouen. En un estable també es va viure un moment màgic. Al cap i a la fi, hi ha plantes perfectes, vestides amb més luxes que els palaus dels reis. Hi ha en la mesura del possible aquesta temptativa de resposta? Encara que tot traspua incertesa, és una prova de l'existència del bé.

Vivim tots com sense ales. On hi ha l'ànima? D'acord, no tenim la certesa que l'estrella miraculosa existís. Però és impossible trobar la perfecció per casualitat, per una combinació de circumstàncies. Mai la perfecció és producte de la casualitat. Vet aquí una planta que commou: dona flors perfectes, d'un color que enamora, amb nius que copien llars oportunes, providencials. De nen em van explicar la història del Messies que neix en un estable amb aus més contentes que un gínjol. Cal procurar que no caigui en l'oblit el fet que els Reis, guiats per un astre miraculós, van anar a retre-li homenatge; és una història de l'alçada d'un campanar. Davant una flor, no sabem res de res. ■

Una flor, una llar



FLOR D'OCELL

Castellà: Estrelícia, flor de pájaro

Nom científic: *Strelitzia reginae*

Origen: Sud-àfrica. Introduïda a Europa el 1773

Utilització: parterres mixtes i com a flor tallada

Floració: gener-maig. Forçada en hivernacles dona flor en altres períodes

Descripció: planta herbàcia amb fulles llargues, persistents, de color verd grisenc, molt peciolades, de forma oval i oblonga, i flors d'estranya morfologia, amb corol·la blava púrpura i calze taronja, envoltades d'una espata que durant la floració es col·loca en posició horitzontal

Exposició i terreny: a ple sol, en terra substanciosa i lleugerament sorrenca

Rec: copiós. De maig a novembre, un parell de cops a la setmana. Escàs durant el repós

Aclariments: en anglès, es diu Bird of Paradise; per això també se l'anomena au del paradís.

GARDEN **JARCLOS** CENTER

[c/Collserola, 22-24](#) 93 418 32 06

Horari

de dilluns a dissabte

10-14.30 / 15.30-19 h

diumenges i festius: 10-14.30 h

[c/Escoles Pies, 67](#) 93 212 45 96

Horari

de dilluns a divendres

9.30-14 / 16.30-20 h

dissabtes 9.30-14.30 h

diumenges i festius: 10-14.30 h

Estils de vida: cacera i recol·lecció

CRISTINA JUNYENT

El període més llarg de l'existència humana és l'anomenada edat de pedra o paleolític, que s'estén des de fa uns 2,5 milions d'anys fins fa uns 12.000 d'anys. Al paleolític més antic, l'inferior, van viure *Homo habilis*, primer en fer eines de pedra rutinàriament, i el grup *erectus*, primer en domesticar el foc. Al paleolític mitjà van viure els neandertals, i al superior, els humans moderns.

Durant aquest 90 % de la història humana, l'alimentació depenia de la cacera i la recol·lecció. Els *habilis*, a més de collir vegetals (tubercles, arrels, escorces, brots tendres, fruites i llavors) i capturar petits animals (insectes, rèptils, rosegadors, pollets, ous...), eren carronyaires, aprofitaven cadàvers trobats o robats a altres depredadors. Els *erectus* més moderns, els neandertals i els *sapiens* van convertir-se en caçadors, tot i que mai no van abandonar les pràctiques anteriors. De neandertals, s'han trobat llances de fusta a Alemanya, i tant neandertals com *sapiens* van aprendre a pescar amb arpons, xarxes i hams. A aquests dos grups, també se'ls han atribuït restes de cabanes fetes amb branques i pells. Atès que feia un milió d'anys, els *erectus* ja havien domesticat el foc, des d'aleshores els nostres avantpassats menjaven aliments cuits —millorant la dieta— i s'escalfaven per protegir-se del fred i de les feres.

Els caçadors i recol·lectors coneixien bé l'entorn. Identificaven plantes comestibles i remeieres, rastrejaven animals i interpretaven els signes meteorològics. La vida quotidiana incloïa fabricar eines, construir aixoplucs, preparar aliments, cosir peces de vestir amb agulles d'os i cuidar dels infants. El coneixement es transmetia oralment; mites i relats explicats entorn el foc complien una funció educativa, espiritual i de cohesió. El joc i la imitació eren claus per aprendre a sobreviure.

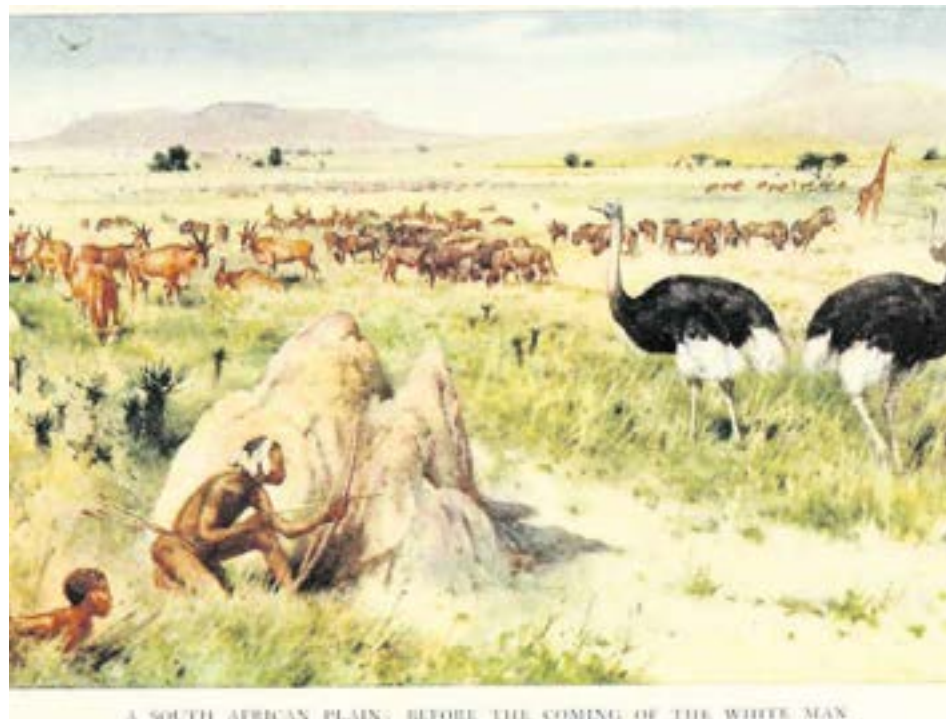
L'organització social solia ser igualitària, sense grans diferències de poder o

riquesa. Homes i dones participaven en la subsistència: la recol·lecció femenina aportava tant o més que la caça, en la qual també hi participaven dones. Sense propietat privada ni acumulació de béns, la mobilitat estacional obligava a portar només allò essencial. La cooperació dins del grup era vital, i les decisions es prenen de manera col·lectiva.

Els humans del paleolític mitjà i superior també elaboraven collarets amb petxines o dents d'animal, figures humanes en miniatura i pintures corporals. Als enterraments neandertals s'hi ha trobat pedres i o objectes, indicis d'un pensament simbòlic i espiritual. Les formes d'expressió artística que van desenvolupar seran tractades en l'article del gener.

Al final del paleolític, la fi de les glaciacions va fondre grans masses de gel i va formar grans llacs i mars interiors, com el Bàltic. Gran part de la megafauna —mamuts, tigres dents de sabre, perosos terrestres i cérvols gegants— s'havia extingit. El clima esdevenia més amable; s'albirava una nova era. Durant el mesolític —època de transició entre el màxim glacial, fa 18.000 anys, i l'inici de l'agricultura al Pròxim Orient, cap al 10.000 ane— els humans van perfeccionar les eines i les armes, esmolant-les fins a convertir-les en puntes mortals. A mesura que els glaços reculaven, els caçadors i recol·lectors abandonaven les coves, i, en grups d'una cinquantena, podien viure com a nòmades, establint campaments estacionals a zones riques de recursos. Rius i llacs proporcionaven aigua, peixos i animals que baixaven a beure; quan els recursos s'esgotaven o els ramats migraven, també ho feien ells.

L'impacte ambiental era baix, els desplaçaments limitats i la densitat mitjana de 0,5 habitants/km². La natalitat era reduïda; en una vida seminòmada només es podia criar un fill cada cinc anys. La mortalitat era elevada i l'esperança



Caçadors i recol·lectors a Sudàfrica (1914). Wikimedia commons.

de vida, de 25 a 30 anys, estava rebaixada per l'elevada mortalitat infantil; qui superava la infantesa podia viure fins als 50 ó 60 anys. Malgrat els riscos —accidents de caça, atacs de feres, infeccions o complicacions en el part—, la vida no era dolenta. Els petits grups nòmades patien dolors articulars, però, com que no convivien amb animals domesticats ni formaven grans poblacions, quedaven al marge de moltes malalties infeccioses i de les epidèmies humanes clàssiques; eren massa pocs per mantenir malalties de transmissió directa com el xarampió. I, en moure's constantment, evitaven la contaminació de l'aigua i els residus. Tot i això, podien patir infeccions ocasionals transmises per la mosca tse-tse, pel tripanosoma, causant de la malaltia del son, quan s'acostaven a les preses. Fa uns 15.000 anys, la domesticació del gos els va aportar vigilància i protecció. Encara avui, alguns grups depenen de la cacera i la recol·lecció, com els pigmeus d'Àfrica central, els boiximans del sud-oest d'Àfrica o els aetes a les Filipines.

A mesura que s'enretiraven els glaços, el clima més càlid va provocar un

canvi ecològic que va obrir nous territoris a plantes i animals abans escassos: blat, arròs i blat de moro. Les tres espècies de cereals es van expandir fins a convertir-se en la base de la dieta humana; la farina que se n'obté encara acompanya la meitat dels plats que es mengen arreu del món. També van començar a guardar animals propers: ovelles, cabres, porcs i gallines. Molt més còmode que haver-los d'anar a caçar. L'agricultura i la ramaderia bàsiques van donar lloc als primers assentaments permanents, situats prop de l'aigua i de sòls fèrtils. Els pagesos emmagatzemaven la collita, que calia gestionar la resta de l'any. I, arrelats als camps, van canviar completament d'estil de vida.

Van construir cases de fusta, pedra o fang, segons els materials disponibles. Tot i continuar caçant i recol·lectant, ja no eren nòmades: havien esdevingut sedentaris. Van sorgir els primers poblats. L'agricultura i la ramaderia van transformar l'estil de vida de fa uns 10.000 anys i van donar principi al neolític, una autèntica revolució que, segons els científics, és la que més ha marcat la nostra història. ■



ARA TAMBÉ AL MIGDIA!!
Obrim tots els dies de la setmana.
de 13:00 a 15:30 i de 19:00 a 0:00



Jaume Piquet, 18
Barcelona 08017 (Sarrià - Sant Gervasi)

Enterrats els jardins històrics de can Viñas (Villa Maria) a Vallvidrera



© Pepa Tort



PEPA TORT

En el número 84 d'El Jardí (maig 2022), vam publicar un article sobre els Jardins de la torre de Villa Maria a Vallvidrera, anomenada també can Viñas. Un jardí històric no catalogat, de caràcter romàntic, que acollia un conjunt d'elements modernistes i racons sorprenents d'un gran valor patrimonial. Greument amenaçat per un projecte urbanístic, algunes veus crítiques s'oposaren frontalment als interessos especulatius, però no va ser suficient. Els jardins romàntics de can Viñas van ser destruïts sense pietat amb l'objectiu de construir-hi habitatges de luxe.

Recordem la història

La Torre Villa Maria, construïda l'any 1907, està situada al carrer Queralt número 18 entre la parada superior del funicular de Vallvidrera i el carrer de l'actriu Tubau, davant de la plaça de Pep Ventura. La va fer construir Mariano Viñas Dordal per homenatjar el seu germà, el famós tenor wagnerià Francesc Viñas (1863-1933), que va ser especialment reconegut arreu d'Europa i també als EUA.

Recordem el jardí

Amb una extensió aproximada de 2.800 m², la finca de can Viñas està situada en un terreny en pendent amb vistes sobre Barcelona. Des del punt més alt, s'albirava un espai boscós assilvestrat amb una munió d'espècies autòctones com els pins, els llores, les alzines, els xiprers, el marfull, l'arboç, etc. Alguns arbres destacables per la seva alçària i corpulència s'enlairaven per sobre del dosser arbori. Una extensa xarxa de camins i rampes esgraonades davallaven pel pendent i es connectaven amb un conjunt de terrasses, places i parterres enjardinats que contenien diversos elements decoratius i



© Pepa Tort

funcionals que embellien el jardí: bancs, basses, brolladors, jardineres i ornaments, tots revestits amb mosaics i trencadís de color blau i blanc.

Les rampes i els camins, limitats per murets de rocalla, encerclaven un conjunt de parterres amb formacions vegetals força esponeroses. Malgrat el visible deteriorament de molts elements arquitectònics i decoratius, a causa del pas del temps i l'escàs manteniment, el jardí traspuava un especial i atractiu encanteri.

Espais destacables del jardí

La plaça acústica del tenor Viñas. Un espai d'assaig a cel obert, on el tenor podia modular, embellir i millorar la veu en rebotar-la sobre un frontis semicircular.

La plaça circular de la Magnòlia. Encerclada per bancs revestits amb trencadís i al bell mig una bonica magnòlia. Darrere el respatller, unes jardineres amb un conjunt d'esvelts xiprers i, al voltant, un bosquet de teixos, l'arbre sagrat de moltes cultures ancestrals.

Els espais d'aigua eren freqüents. Basses, fonts ornamentals i cascades en



© Pepa Tort



© Pepa Tort

desús, ens permetien imaginar com l'aigua constituïa l'element primordial, el fil conductor que jugava pels pendents i regava els diferents enjardinaments. Una cascada mig soterrada constituïa una petita joia decorativa.

La majestuosa escalinata d'accés a la casa senyorial, flanquejada per dos cedres centenaris imponents. Al voltant, conjunts de jardineres amb flors primerenques acolorien l'indret.

L'extermi dels jardins i la restauració i mutilació de l'edifici històric

El meu cor encongí i la indignació profunda. Quan vaig veure la destrucció del jardí històric de Villa Maria a Vallvidrera em van caure les llàgrimes. No estava

catalogat i, per tant, els promotors tenien via lliure. Tots els elements decoratius de caràcter modernista destruïts i, també, alguns arbres centenaris com els dos cedres majestuosos que flanquejaven l'escalinata d'accés a la casa senyorial. Les excavadores no havien de filar prim, l'extermi estava servit en safata.

Els promotors també volien enderrocar íntegrament la casa senyorial. Unes negociacions prèvies amb l'Ajuntament van concloure en un enderrocament parcial. L'escalinata d'accés a la casa i la glorieta, que constituïa la joia de la corona de l'edifici, van desaparèixer del mapa.

Ja ho deia el poeta espanyol Francisco Gómez de Quevedo (1584-1645), "Poderoso Caballero es Don Dinero". ■

CONEIXEM ELS OCELLS

El duc



ENRIC CAPDEVILA

El duc (*Bubo bubo*) és la més grossa de les nostres rapinyaires nocturnes, resident i ben distribuïda arreu del territori, sobretot en ambients mediterranis de baixa i mitja muntanya. És un ocell solitari i sedentari, que fa vida prop de cingles i desnivells. El duc forma part de la família dels estrígids, com la resta de rapinyaires nocturnes (xot, mussol, gamarús) llevat de l'òliba, que és de la família dels titònids.

És un rapinyaire gros, mesura entre 29 i 73 cm, del bec a la cua, i la seva envergadura pot arribar a 1,7 m (una mica més petit que una àliga daurada). El plomatge és molt críptic, difícil de distingir fins i tot a plena llum del dia, tot i la seva grossària. Té el pit de color lleonat esquitxat de taques fosques, el dors jaspiat i fosc amb taques clares. Té el cap voluminós i arrodonit. Hi destaquen els ulls grans ataronjats, disposats frontalment, i hi sobresurten uns plomalls llargs, que no són les orelles (que estan amagades sota les plomes) sinó plomalls que indiquen el seu estat d'ànim. La femella és una mica més gran que el mascle.

Durant els mesos freds de l'any deixa sentir el seu inconfusible reclam, un bu-huuu profund i planyívol que repeteix de manera cadenciosa i s'escolta a llarga distància (fins a quatre quilòmetres), i que utilitza per marcar el seu territori. Cada individu té un udol específic que el permet identificar individualment. Contràriament al que es pensa, el gran duc pot romandre actiu també durant el dia i és relativament habitual començar a sentir-lo entre febrer i març al capvespre, molt abans que es faci fosc.

El duc és una espècie seminidífuga. Quan neixen, els polls no són capaços d'abandonar el niu (com farien els d'una espècie nidífuga), ni tampoc s'esperen fins a ser capaços de volar (com farien els d'una espècie nidícola), el seu estat de desenvolupament no ho permet i romanen prop del niu. La posta del duc és molt primerenca, aquests polls ja poden formar parella i preparar la reproducció el següent hivern d'haver nascut.

Quan vola mostra unes ales exageradament amples i arrodonides, que desplega com dues mantes silencioses per fer llargs planatges per les seves àrees d'espai vital, sense que les preses l'arribin a sentir fins que ja és massa tard.

El seu aliment principal són el conill, els rosegadors i tota classe d'aus; en aquest sentit són aliats de la natura i totes les rapinyaires nocturnes estan estrictament protegides per la llei. Després de digerir les preses, regurgiten per la boca una pastada amb les restes indigeribles (majoritàriament pèls, ossos, dents i les parts dures dels insectes), que s'anomenen egagròpiles, que permeten estudiar la seva alimentació i les espècies de la zona, i l'acumulació de les quals permet localitzar-ne els nius.

És una de les poques espècies amb capacitat de caçar eriçons, que malgrat que es cargolen sobre ells mateixos i es converteixen en una bola, no poden escapar de les grans urpes del duc, que es menja tot el cos i deixa la pell buida amb les punxes. ■

Dita: Per la Mare de Déu, el duc petit ja fa mèu-mèu.

Mil Fulls

Antonio Bernal Orta

TASTI LA NOSTRA PASTA DE FULL

ELABORACIÓ PRÒPIA



Calaf, 33 baixos • 08021 Barcelona
936 762 807 • 699 478 569 • milfulls@hotmail.com

[@milfulls_calaf](#) • www.milfulls.com

amic CULTURA

Descobreix el nou canal amb la informació cultural dels barris de Barcelona i més

Pròximament amiccultura.cat

Finançat per:



Nova col·lecció!

El Jardí
NARRATIVA



Mò Bertran

Compte amb el que desitges

El diseg mou els personatges dels relats de Mò Bertran, amb un llenguatge concís. Estan vius, molt vius, avancen amb ritme per carrers i places i la majoria havien passejat pel diari *El Jardí*, amb preguntes sense resposta, silencis que ho diuen tot i malentesos que ho compliquen. Hi ha tensió, mala llet, humor, intimitat desarmant, punts de gir inesperat i molta veritat.

PVP: 18 | 200 pàgines | Format: 14 x 21 cm

On podeu trobar el llibre

LA BONANOVA: Llibreria OASI de lletres c. Muntaner, 511
EL PUTXET I EL FARRÓ: Llibreria Albatros Av. República Argentina, 45
GALVANY: Casa Usher c. Santaló, 79 Pleyade c. Johann Sebastian Bach, 10
SARRIÀ: Numa c. Santa Amèlia, 31 A Peu de Pàgina c. Major de Sarrià, 50
Llibreria de la Plaça Passeig de la Reina Elisenda, 2

PAPELES & COLECCIONISMO

COMPRO TODO TIPO DE DOCUMENTOS ANTIGUOS Y OBJETOS DE COLECCIÓN

Álbumes y cromos antiguos. Cromos y álbumes de bollería y chicles: Cropan, Panrico, Bimbo, Dunkin, Phoskitos, Matutano, Bollycao. Fútbol: álbumes, cromos, fotos, publicidad, documentos... Cine: folletos, fotos y pósters. Postales en blanco y negro. Calendarios de bolsillo. Todo tipo de fotografía antigua. Cámaras de fotos. Tebeos y comics. Revistas. Juguetes: Madelman, Masters Universo, muñecos de goma y PVC... Discos de vinilo. Botellas, envases y cajas: Cerveza, perfume, refrescos, alimentación. Hojas de afeitar antiguas. Star Wars, Mazinger Z, James Bond. Posters y carteles antiguos. Monedas, billetes y fichas comerciales. Dibujos y originales. Billetes de transporte. Guerra Civil: cartas, postales, objetos, medallas etc. Papel antiguo en general.



Teléfono o Whatsapp / 626 00 39 22



Superservis
SUPERMERCATS DES DE 1945

Major de Sarrià 108
Salvador Mundi 5

GRÀCIES
PER ESCOLLIR-NOS

NOU!

L'ESPAI SARRIÀ



**HORARI de 9h. a 21h.
DILLUNS A DISSABTE**



**SERVEI A DOMICILI
RÀPID I GRATUÏT**
truca'ns al 931 790 304 t'ajudarem
a fer la compra *



PARKING GRATUIT *



TARGETA SUPERSERVIS
millors preus, descomptes
i promocions

* consulta'ns les condicions del servei

per a les vacances de tot l'any a la Cerdanya

**LOGUER
à
VENDA**



Estem situats al centre de la Cerdanya francesa i del Parc Natural Regional dels Pirineus Catalans. A prop de Puigcerdà, Llívia, FontRomeu, Puigmal, Eyna, Les Angles, Porte, La Molina i Masella. Un refugi privilegiat per passar-hi les vacances de tot l'any. La tranquil·litat i un paisatge autèntic encomanen el respecte per l'entorn. A l'estiu es poden fer magnífiques passejades per la Vall del Segre i del Puigmal, a prop de la Vall d'aigua calenta de Llo i molt a prop del Parc Aquàtic d'Err, també Centre de nombroses activitats esportives i culturals per als més actius. S'hi poden llogar xalets confortables i equipats per 4, 6 i 8 persones ja sigui per una estada de cap de setmana o per a setmanes senceres. Hi ha parcel·les individuals de 250m² en uns 300m²300m² amb pàrquing individual per a 2 cotxes, sala de jocs i jocs per a nens. La qualitat en el servei, la seguretat, la responsabilitat i el respecte per l'entorn són els nostres principis bàsics. El Sr. i la Sra. Pouget juntament amb tot el seu personal us hi garanteixen una estada excel·lent.

TARIFES 2025-2026. 2 Establiments: "LE VEDRIGNANS"**** a Saillagouse i "EL PASTURAL"**** a Err
(Preu sense despesa d'electricitat) ALTA MITJA BAIXA

Tarifes vàlides del 22/11/2025 al 21/11/2026	21-12-2025 / 03-01-2026		22-11-2025 / 27-12-2025		05-05-2026 / 13-06-2026					
	21-02-2026 / 07-03-2026		05-01-2026 / 21-02-2026		05-09-2026 / 21-11-2026					
Vacances escolars només per setmanes	11-07-2026 / 23-08-2026		07-03-2026 / 03-05-2026		13-06-2026 / 11-07-2026					
			22-08-2026 / 03-09-2026							
Per menys dies, consultar	Preu per setmana	Preu per nit 2 nits mínim	Preu per setmana	Preu per nit 2 nits mínim	Preu per setmana	Preu per nit 2 nits mínim				
							WE	Excepte WE	WE	Excepte WE
Temporada baixa: -10% per 3 setmanes										
Genit: 2 ad. + 1 nen*	Sallagouse	610€	140€	95€	480€	110€	70€	300€	80€	60€
Lupin: 2 ad. + 2 nens*	Sallagouse	730€	145€	110€	560€	120€	80€	470€	90€	65€
Jamari: 2 ad. + 3 nens*	Er	770€	160€	120€	590€	125€	90€	505€	120€	75€
Lupin Special: 4 ad. + 2 n**	Sallagouse	865€	185€	130€	745€	165€	120€	590€	120€	90€
Anglicole: 4 ad. + 3 nens**	Er	975€	210€	155€	815€	180€	120€	700€	150€	105€
Gentiane: 6 ad. + 2 nens**	Sallagouse/Er	1.020€	225€	160€	950€	200€	150€	735€	160€	110€
Edelweiss: 8 ad.**	Sallagouse/Er	1.090€	240€	160€	1.030€	230€	155€	820€	175€	120€

APARCAMENT: al xalot per 1 o 2 cotxes
PAGAMENT: Targeta de crèdit o efectiu
 Fiança de 200 € per targeta de crèdit
SUPLEMENTS: Electricitat 0,28 €/kwh
ANIMALS: 5 €/nit vacunats
 Acceptats: 1 gos gros o 2 de petits
 Taxa turística: + de 18 anys: 0,65 €/dia (2025)

SERVEIS: Neteja 50" / 60" €
WIFI GRATIS

Fitxa rentadora o secadora: 5 €
Lloguer llençols/lit: 10 €
Lloguer tovallola: 5 €
Vedriçonans. Restaurant a 300 m

SNACK al Vedrignans, Restaurant a 300 m

COMPLEXE NOU A ERR

**A 2 km de Saillagouse al
peu del Puigmal
"EL PASTURAL"**

- Parcel·les individuals

de 270 a 300m²

- Venda de xalets de fusta

habitacions, 2 banys, ter

places de parking

- Pren dels xalets

Totalment equipats claus en mà:

95.000€ - 110.000€ -

150.000€ - 175.000€

(IVA inclòs sense despeses de notari)

PARC RESIDENTIEL "LE VEDRIGNANS" - 9 Chemin de Védignans - 66600 SAILLAGOUSE
PARC RESIDENTIEL "EL PASTURAL" - 32 Route du Puigmal - 66800 ERR
Tél: 00.33(0)4.68.04.04.79 - Fax: 00.33(0)4.68.04.06.89 / Email: contact@levedrignans.com
www.facebook.com/location.Vacances.Vedrignans / www.levedrignans.com

NOU LLIBRE DEL JARDÍ: Viure l'espai públic. Activisme veïnal i recuperació de la festa al carrer (Sarrià 1975-1980)

El Jardí
PREMSA LOCAL - ECEL

El 1975, fa cinquanta anys, en una Barcelona grisa i assetjada per l'especulació, va sorgir una resistència ciutadana que lluitava contra la dictadura i a favor de la democràcia. A Sarrià aquesta lluita es va fer sota el guiatge de l'Associació de Veïns i va comptar amb l'impuls i la força de diversos grups de joves del barri que van fer pinya amb els veïns. Un llibre de Jesús Mestre, Joan Rosés i Pepa Tort

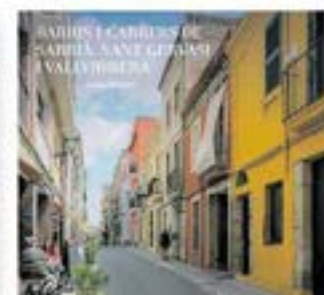
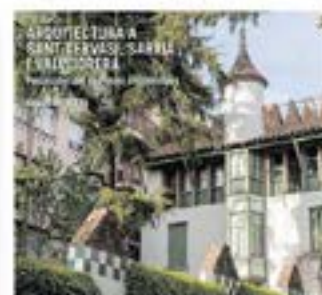
VIURE L'ESPACI PÚBLIC

ACTIVISME VEÏNAL I RECUPERACIÓ
DE LA FESTA AL CARRER (SARRIÀ 1975-1980)

Jesús Mestre, Joan Rosés, Pepa Tort



PVP: 20,80 € | 120 pàg. | format: 24 x 22 cm | 250 fotografies inèdites



On podeu trobar els llibres d'El Jardí

LA BONANOVA: **PICTUM**, ps. de Sant Gervasi, 40 | **Llibreria OASI de lletres**, c/ Muntaner 511 | **Papereria Bonanova**, ps. de la Bonanova, 5 | EL PUTXET I EL FARRÓ: **Llibreria Albatros**, av. República Argentina, 45 | **Things & Like**, c/ Saragossa, 78 | GALVANY: **Quiosc Blau**, Plaça Molina | **Casa Usher**, c/ Santaló, 79 | **Libreria Pleyade**, c/ Johann Sebastian Bach, 10 | SARRIÀ: **Quiosc Cristina Conde**, c/ Capità Arenas, 40 (cantonada ps. Manuel Girona) | **Numa**, c/ Santa Amèlia, 31 | **PICTUM Sarrià**, Major de Sarrià, 6 | **Papereria Spot**, Major de Sarrià, 24 | **A Peu de Pàgina**, Major de Sarrià, 50 | **Llibreria de la Plaça**, ps de la Reina Elisenda, 2 | BARCELONA: **La Capell**, Plaça Nova, 5, i Baixada de la Llibreteria, 7 | **Claret**, c/ Sicília, 410

El Comerç de **Sant Gervasi** et vol fer un regal de REIS



Més de
4.000€
en lots
de productes
i serveis



COMPRA AL COMERÇ DE SANT GERVASI

AMB TU
FEM BARRI, FEM CIUTAT

Omple la butlleta que trobaràs als establiments de l'Eix Comercial de Sant Gervasi a partir del 15 de desembre i fins al 5 de gener.

més informació: www.barnavasi.com / [@eixsantgervasi](https://www.instagram.com/eixsantgervasi)



REMEIS I CUINA DE CONVENT

La soja o soja

FRA VALENTÍ SERRA
DE MANRESA

El conreu de la soja o soja (llat., *Glycine max*; cast., soja o soya) en els camps dels territoris del sud-est asiàtic és

antiquíssim: almenys des de fa cinc mil anys! Aquesta planta fa unes flors verdoses violades i unes tavelles amb un fruit lleguminós, molt oliós, força semblant al pèsol i, per aquesta raó, alguns, de la soja en diuen "pèsol xino". La soja se sol sembrar en rengleres i no tolera el fred i, per aquest motiu, no es pot conrear a moltes comarques de casa nostra on, durant la tardor i hivern, hom només hi pot plantar aquelles hortalisses que aguantin bé les temperatures baixes com ara les cols, bròquils, faves, pèsols, espinacs, porros, lletugues i escarola; unes hortalisses que els pagesos solen situar en els racons arrecerats dels camps i les hortes on, en temps hivernal, hi arriba una mica el sol.

La soja és un llegum dotat d'un elevat valor biològic --comparable a la proteïna animal-- car la soja conté uns greixos olivosos molt bons per a la salut similars als aportats pel peix blau i, darrerament, els científics han descobert que la soja també activa la circulació car té uns efectes antioxidants molt beneficiosos a la salut.

La soja és, a més, una planta farratgera molt apreciada per a la fabricació de pinsos per al bestiar i, tradicionalment, a la Xina, Índia i Japó se sol preparar, amb la sement, una beguda fermentada molt nutritiva i, sobretot, una volta extret l'oli d'aquesta sement amb la massa de la



farina pastosa resultant es prepara, a força indrets d'Àsia, una mena de coques que couen al forn i que són gustoses i de molt bon nodriment. Actualment, hom troba la presència de la soja en força begudes i en alguns germinats, particularment en productes dietètics, com ara la lecitina de soja, que és molt adient per ajudar a reduir els nivells de colesterol i per accelerar el metabolisme dels greixos; aquesta lecitina vegetal de soja s'extreu de la sement de la soja polvoritzada.

Tot i que el cultiu i el consum de la soja no està encara massa estès a Europa, cal posar en relleu que una tercera part de l'oli consumit arreu del món és extret de la sement de soja i, conseqüentment, és l'oli mundialment més emprat a la cuina i a la indústria. A Europa començà a introduir-se el conreu de la soja l'any 1908, quan es descobrí que la seva farina és la més rica en proteïnes i que la llet de soja és especialment saludable i nutritiva per a l'organisme. Poc abans de la Segona Guerra Mundial, entorn de 1940, als Estats Units i al Brasil s'intensificà i s'estengué el conreu d'aquest llegum, però és encara la immensa regió de la Manxúria xinesa la principal productora mundial. A l'article vinent us vull parlar, si Déu vol, sobre el mill i la camamilla. ■

FRA VALENTÍ SERRA DE MANRESA, ARXIVER DELS CAPUTXINS

Nadal, un temps per cuidar i empatitzar

ANA MARCOS

En aquestes dates, Nadal és sinònim de retrobaments i de vells records que desporten emocions i donen lloc a l'esperança, la reflexió i l'amor. Tot aquest cúmul d'experiències pot resultar especialment complex de gestionar, tant per a les persones que pateixen malalties neurodegeneratives com per al seu entorn i els seus cuidadors.

Des del centre acompanyem aquests usuaris al llarg de tot l'any, però en aquestes dates assenyalades s'hi suma un repte addicional que arriba amb els dies festius, els quals alteren les rutines i poden desestabilitzar-los. Mantenir, en la mesura del possible, els mateixos patrons horaris, activitats i espais de descans actua com a factor protector. Així i tot, durant les festivitats és habitual que aquest ordre es vegi alterat, fet que pot dificultar la seva percepció temporal i augmentar la confusió.

Al mateix temps, la família adquireix un paper fonamental. En aquestes setmanes es converteix en símbol i representació de Nadal, però també en un agent essencial de contenció emocional. La seva presència ofereix un entorn segur,



tranquil i de confiança, que actua com a suport indispensable per a la persona, especialment en moments de desorientació o vulnerabilitat. A vegades, un gest senzill, com una mà que acompanya, una mirada amable o simplement una veu coneguda, pot proporcionar més calma que qualsevol

rutina formal.

Nadal, més enllà del seu simbolisme festiu, ens convida a practicar una presència conscient. Per exemple, regalar un somriure càlid davant els dies de fred, validar les seves emocions, adaptar-nos al seu ritme i sostenir la seva identitat, fins i tot quan la memòria es difumina. Acompanyar, en aquest context, no és només fer; és, sobretot, estar.

Aquestes festes ens brinden una oportunitat per mirar-los amb paciència, amor i dignitat. Perquè, encara que a vegades oblidin qui som, nosaltres no hem d'oblidar mai qui són ells. I perquè, tot i que el seu món canviï, la nostra mirada comprensiva pot continuar essent el seu lloc de referència: un espai on se sentin vistos, respectats i profundament estimats. ■

ANA MARCOS ÉS EDUCADORA SOCIAL.



■ 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

AQUEST NADAL REGALA

PROJECTES DE PROXIMITAT



40€

**Subscripció anual
digital (PDF + Digital)**



40€

**Subscripció anual
(PDF + Paper)**



60€

"Barris i carrers de Sarrià,
Sant Gervasi i Vallvidrera"
+ "Viure l'espai públic"

Subscripció anual digital
(PDF + Digital) + llibre
"Compte amb el que
desitges"

Subscripció anual
(PDF + Paper) + llibre
"Viure l'espai públic"

El Jardí
PREMSA LOCAL · SCCL



Guia de comerços i empreses dels barris de Sarrià i Sant Gervasi

FARMÀCIA

FARMÀCIA - ORTOPÈDIA
Farmàcia
Marco Consentino
Llic. José A. Marco Consentino
c/ Puig Reig 10, 08006 Barcelona
935 28 61 46
☎ Encarrecs: 722 28 65 95
marco.consentino@cofb.net

FARMÀCIA


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

FARMÀCIA

 **FARMÀCIA
PALLARÉS**
DES DE 1989
Via Augusta, 189, 08021 BCN
Tel. 93 209 27 63
Mòbil 646 59 28 50
info@farmaciapallares.es
  Segueix-nos!
De dilluns a dissabte de 9 a 22 h

RESTAURACIÓ



Menjars casolans
També per emportar
 c/ Maria Auxiliadora, 21
 08017 Barcelona
 Tel. 93 204 75 01

JOVENTUT

COM ENFOCAR
LA TEVA VIDA



www.enfocar.cat

AL-ANON A SARRIÀ



Si el alcoholismo te envuelve
No le sigas el hilo

93 201 21 24

XARCUTERIA



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

ALIMENTACIÓ

■ **lluís bragulat** ■
can lluis des de 1971
xarcuteria - formatges
embotits d'elaboració pròpia
"50 anys junts"
c/ Pàdua, 105
08006 Barcelona
Tel. 93 212 54 48
canlluís@xarcuteriabragulat.es

ASSEGURANCES

**ASSEGURANCES
MATMEU**

 **Dte. 15%** 

C/ MANDRI 62 BCN
687 54 14 50
www.matmeu.es

PUBLICITAT:

josepm@diarieljardi.cat
606 083 371
Sarrià-Sant Gervasi
carne@diarieljardi.cat
639 663 278
Digital

PASTISSERIA

Mil Fulls
Antonio Bernal Orta

www.milfulls.org
segueix-nos! @milfulls_calaf
Calaf, 33 baixos
08021 Barcelona
Tel. 936 762 807
Tel mòbil 699 47 85 69
milfulls@hotmail.com

OUIROMASSATGE

 **Centre d'Osteopatia
i Quiromassatge**
Susanna Costa

- Osteopatia
- Drenatge limfàtic
- Quiromassatge i Reflexologia
- Reiki Usui
- Access Bars

**PREUS ESPECIALS
PER ABONAMENTS**

XECS REGAL

Horari de dilluns a divendres de 10h a 20h
És necessari reservar cita

www.quiromassatgesusannacosta.com

 **629 775 549 / c/Artesa de Segre, 4**

ART I ANTIGUITATS

 **AnnaRosich**
Art i antiguitats

Comprem i venem

ANTIGUITATS
JOIERIA - BIJUTERIA ANTIGA
RELLOTGES - PLOMES
BINOCLES ANTICS
PLATA
CÀMERES - FOTOGRAFIA
DECORACIÓ VINTAGE
DISCS DE VINIL
IMATGES RELIGIOSES
CRISTALL - PORCELLANA
JOGUINES

Tel. 609 388 557

MIRADES OBERTES MENTS DESPERTES



JESUÏTES Sarrià
Sant Ignasi

Ciutadania, compromís i servei



Portes Obertes
Inscriu-t'hi!

93 602 30 00

www.santignasi.fje.edu

