

LLUITES VEÏNALS pàg 3
Les associacions de veïns expliquen a *Línia Eixample* els reptes d'aquest 2022

ESQUERRA DE L'EIXAMPLE pàg 8
Tono Hernández, veí de la Casa Orsola: "Tenim forces per lluitar i quedar-nos a casa nostra"



líniaeixample

Setmanari • 19/1/2022 • Núm. 187 • liniaeixample.cat

cada dimecres

L'avinguda Gaudí pateix amb força la manca de turisme

Els comerços acumulen gairebé dos anys amb pèrdues i la darrera onada ha representat un cop molt dur pàg 14

No aixequen el cap

Els Encants no acaben de recuperar els clients pàg 16



Foto: Línia Eixample



DRETA DE L'EIXAMPLE pàg 12
Cor Eixample reivindica el comerç local apostant per persianes artístiques

SANT ANTONI pàg 10
Les restriccions i l'augment de casos colpegen el comerç

FUTBOL SALA pàg 18
Carlota Cobo (CFS Eixample): "Sempre som una pinya"



ALUMINI - VIDRES
OBRES INTEGRALS

home homing

vidres • miralls
claraboies • alumini

projectes integrals
l'execució d'obra



*Si ho pots somiar,
nosaltres ho podem
fer realitat*

cuinescat

Gremi de reformes
d'interiors, cuines
i banys de Catalunya

Padilla, 243 • 08013 Barcelona
Tel. 93 881 77 06 • admin@home-homing.com
www.home-homing.com
• Magatzem: Ptge. Utset, 3



El matí de Catalunya Ràdio.



El 2022, un any ple de reptes

» Les cinc associacions de veïns del districte es preparen per assolir els seus objectius d'enguany
 » Pal·liar els efectes de la crisi i defensar del dret a l'habitatge, algunes de les lluites veïnals

Alba Losada
EIXAMPLE



Començar un nou any va molt més enllà d'esforçar-se per complir aquells propòsits pels quals es va brindar durant les campanades de Cap d'Any o d'adonar-se que aquests no es faran realitat, no s'anirà més al gimnàs ni tampoc es menjarà verdura cada dia de la setmana per molt saludable que sigui. Començar un nou any també va de plantejar-se què pot fer un grup de persones en 12 mesos perquè l'actual tingui més llum que l'anterior. I això és una realitat que coneixen molt bé les associacions de veïns dels cinc barris del districte. Encaren aquest any proposant-se assolir diversos reptes que, tot i ser força diferents, persegueixen un objectiu comú: millorar les vides dels veïns.

Des de l'Associació de Veïns de Sagrada Família tenen molt clar que el més important que han d'aconseguir és fer realitat un compromís de l'Ajuntament que fa temps que va amb retard: posar en marxa la comissió de treball sobre l'encaix del temple de la Sagrada Família amb els habitatges de l'entorn. "El que no pot ser és que continuïn les obres com si no haguéssim de trobar cap solució consensuada", denuncia el president de l'entitat veïnal, Joan Itxaso. "Nosaltres defensem per sobre de tot el dret a l'habitatge. Si la basílica i l'Ajuntament es comprometen a realotjar-nos, bé, discutim-ho", recalca Itxaso sobre una lluita que vol evitar que cap veí es quedi sense un lloc al qual considerar casa seva.

Al barri del costat de Sagrada Família, el Fort Pienc, persegueixen objectius que no tenen res a veure amb l'habitatge, però que també són importants per ga-



L'ampliació de la Sagrada Família i la possible pèrdua d'una part de l'àrea hospitalària del Clínic preocupen els veïns. Foto: Ajuntament i Joan Garreta/ACN

rantir una vida digna al veïnat. El president de l'Associació de Veïns del Fort Pienc, Joaquim Mallén, diu que un d'ells és fer realitat el tramvia que connectarà les Glòries i Verdguer. No només és necessari, indica, per comunicar millor les zones sud i nord del barri, també perquè la gent gran pugui anar al metge pel seu propi peu, sense dependre que els porti una altra persona. "D'aquesta manera podrien arribar millor al CAP Roger de Flor i al centre de rehabilitació públic del número 408 de l'avinguda Diagonal", assenyala Mallén.

CONTRA LA CRISI

La crisi continua colpejant amb força els barris del districte i, malauradament, els seus efectes poden ser encara pitjors enguany. Tal com subratlla el president de l'Associació de Veïns de Sant An-

toni, Pep Sala, la situació empitjorarà quan s'acabin els ERTO i altres ajudes que ara fan sobreviure moltes persones. És per aquesta raó que des de l'entitat persegueixen el repte, apunta, d'esbrinar com es pot ajudar els veïns a fer front a una major precarització de la feina o a més problemes d'habitatge i pobresa energètica. "A Calàbria 66 estem posant en contacte entitats, recursos d'administracions, escoles, els CAP o farmàcies per fer xarxa", assenyala. Al mateix temps, afegeix que "les dificultats es passen de manera diferent si un està sol o si es tenen recursos i acompanyament". Perquè, al final, amb caliu es pot veure una mica de color en els dies més foscos.

Un dels grans problemes de l'Eixample és la contaminació. De fet, el darrer informe de l'Organització Mundial de la Salut



(OMS) alerta que el districte triplica els límits de contaminació recomanats per aquesta. És per això que no és d'estranyar que un dels objectius d'enguany de l'Associació de Veïns de la Dreta de l'Eixample sigui lluitar contra la contaminació defensant la pacificació de carrers, segons explica el president de l'entitat veïnal, Jaume Artigas. Això no és tot. La falta d'equipaments públics és una altra de les constants del barri i, per tant, un altre motiu pel qual treballar i demanar canvis. "L'empobriment de la població reclama més serveis públics, més escoles o espais com el taller Masriera Ateneu", insisteix.

UNA POSSIBLE PÈRDUA

El passat novembre es va conèixer la gran notícia sobre la futura ampliació de l'Hospital Clínic. Tal com establia un preacord entre ad-

ministracions, l'ampliació es farà a les pistes universitàries de la Universitat de Barcelona (UB), on en principi es traslladaria la part de recerca científica. Aquest anunci incert, però, inquieta ara els veïns.

Tal com indica el president de l'Associació de Veïns de l'Esquerra de l'Eixample, Joan Vell, es desconeix si una part de l'àrea hospitalària marxarà de l'Esquerra de l'Eixample. I, per tant, el repte del veïnat és saber què passarà amb el Clínic. "Ens preocupa que es produeixi una descentralització, ja que el barri tindria molta mancança de gent que va als bars, que hi treballa, que va a comprar...", alerta Vell. Les seves paraules fan evident que no vol que el barri perdi una part important de la seva ànima. Després de més d'un segle a la mateixa ubicació, aquest seria un comiat dels que deixen ferides.



Segueix-nos

a les xarxes socials

@liniaxarxa


facebook



twitter



instagram


La lupa

Repensar el litoral

per Manuel Sánchez-Villanueva Beuter



Quan el 28 d'octubre del 1848 es va inaugurar la línia de ferrocarril Barcelona-Mataró (la primera de tota la península Ibèrica), pocs podien imaginar les incomoditats i els contratemps que implicava aquesta decisió. Ben al contrari, eren temps d'alegria i d'expansió econòmica, les albrors del capitalisme i les acaballes d'una Revolució Industrial que culminava amb aquest formidable invent.

Aviat es van multiplicar les companyies que van implantar ferrocarrils a tota Espanya, rendides a la seva enorme capacitat de transport de viatgers i mercaderies comparada amb la de les formes rudimentàries de tracció animal utilitzades fins aleshores. Per motius tècnics, el rendiment d'aquestes locomotores disminuïa com més vagons hi havia, limitant en conseqüència el pendent màxim d'aquests "camins de ferro", per la qual cosa es buscava sempre, en el disseny del seu traçat, llocs amb poc desnivell.

La Mediterrània i els grans rius han estat sempre els mitjans del comerç per al transport de gran capacitat, així que les primeres línies fèrries van seguir costes i conques fluvials, connectant grans ports i ciutats. En pocs anys es van habilitar milers de quilòmetres de vies, moltes en paral·lel, per doblar la capacitat o la freqüència dels viatges, així com vies mortes per a la reparació i el manteniment dels trens.

Aquest creixement va deixar bona part del territori en situació marginal, literalment "a un marge" de la via del tren. Una de les "qualitats" de les línies fèrries és precisament la de separar territoris, fent difícil la seva connexió posterior.

La invenció de l'automòbil més tard no va fer més que consolidar aquest creixement exponencial. Les carreteres i l'asfalt van complementar la xarxa de transport ferroviari, gairebé sempre al costat del mateix traçat, amb l'ànim de potenciar i connectar ciutats cada cop més polaritzades al territori. Avui observem, atònits, com s'a-

munteguen estructures viàries en altura al pas entre Ciutat Meridiana i Montcada i Reixac, a l'estret espai natural entre Collserola i la Serralada de Marina.

Un territori que aspiri a tenir un futur en equilibri ha de replantejar aquest creixement insostenible. I, tot i semblar difícil, és possible.

Alguns recordem com es va transformar el litoral barceloní, de la mà d'Oriol Bohigas, mort recentment, i com es van canviar platges de vies per platges de sorra. Qui no ha dit o ha sentit alguna vegada que la Barcelona d'abans del 1992 vivia d'esquena al mar? En una de les seves múltiples entrevistes, Bohigas ressaltava la importància d'haver guanyat aquestes platges com a lloc públic de lleure i d'esbarjo. Avui ningú s'imagina Barcelona sense aquest fabulós llegat per als seus habitants.

Aquesta és una assignatura pendent del nostre litoral al Baix Llobregat, el Barcelonès i el Maresme. A l'aparició, fa més de 170 anys, del ferrocarril Barcelona-Mataró se li va sumar una altra via en sentit contrari i la carretera davant del mar. En aquest temps han aparegut diferents propostes per traslladar les vies del tren, així com per pacificar o domesticar l'N-II al Maresme o descarregar la C-31 i desviar el pas del tren a les poblacions del Baix Llobregat. Tanmateix, malgrat l'aparició de rotondes i la desaparició recent d'alguns peatges, la inèrcia d'aquestes infraestructures continua massa consolidada per pensar en la transformació real del litoral. Hem normalitzat la desconexió de les poblacions del Maresme amb la costa, els estrets passos subterranis per accedir a les platges, sovint inundats, i els tràgics accidents a l'hora de travessar les carreteres o les vies del tren.

Potser l'innegable canvi climàtic no ens donarà més treves. Hem d'actuar i no tenim gaire temps, atesa la magnitud de la transformació a emprendre. Episodis com la tempesta Glòria o el temporal Filomena comencen a estar perillosament assumits per la població, que no acabem de comprendre que són l'avantsala d'un

veritable repte per a la humanitat. Hem sentit sovint la necessitat d'adaptar-nos al canvi climàtic i la resposta ve, gairebé sempre, en forma de plaques fotovoltaïques o de consum "responsable", però hi ha pocs estudis seriosos sobre relocalització de ciutats i assentaments humans a conseqüència de la pujada del nivell del mar a causa de l'escalfament global i la fosa del gel polar.

Després dels tímids suports al COP26 dels països més contaminants, els nostres litorals han de començar a repensar-se amb urgència. Potser serem capaços d'evitar una pujada dràstica i irreparable del nivell del mar, però ja és del tot evident que els estralls dels continus temporals inutilitzen vies i carreteres.

Hi ha nombrosos estudis sobre el trasllat del tren i les carreteres cap a l'interior, alguns de tan curiosos com el de tunelar les vies sota la C-32 o passar-les sobre el mar en un viaducte damunt de pilones. Tot i això, el creixement longitudinal de les poblacions del Maresme al llarg de la carretera i les vies del tren permet crear noves centralitats a la part posterior dels municipis, a prop del seu centre gravitatori, amb l'aparició de noves estacions i concentració d'activitat econòmica i urbana, compensant el possible benefici (o gentrificació) que produirà la desaparició del tren i la carretera als barris de davant del mar.

Podem acostumar-nos a conviure durant anys amb el tren i els cotxes passant per davant de les nostres platges, però no serà possible enfrontar-nos a la magnitud d'aquests canvis de la naturalesa sense una relocalització de les infraestructures de les nostres costes. Aquesta vegada no hi haurà unes Olimpíades que ens obliguin a transformar el territori. Potser, després de tot, el canvi climàtic ens forçarà a ser sostenibles a l'hora de repensar el litoral.

Manuel Sánchez-Villanueva Beuter
és arquitecte fundador de *haz arquitectura*
i professor de projectes arquitectònics a la UPC

Les millors perles



Acomiaden dos policies de Los Angeles per caçar pokémons mentre s'estava produint un robatori en uns grans magatzems. Els agents van ignorar l'avís perquè estaven jugant a *Pokémon Go*. És que és clar, havien trobat un Snorlax!

Descomptes i ofertes en cirurgia estètica i implants capil·lars: és un dels beneficis que ofereix CCOO als seus afiliats, tal com ha publicat *NacióDigital*. Perquè el sindicalisme no està renyit amb la bellesa.

Lla lletra de la nova cançó de Rosalía, Hentai, ha rebut moltes crítiques i fins i tot els més fans han fet arribar el seu desconcert a la cantant. Però una seguidora ha descobert el misteri de tot plegat: "Creo que es catalán", ha resolt.

Una passatgera d'un vol de Qatar a Uganda es va posar de part a més de 10.000 metres d'altitud. La doctora Aisha Khatib compartia avió amb ella i la va atendre. En veure la nena, la mare va tenir clar el nom: Miracle Aisha.

Albert Segura Llorio / ACN

LA FOTO



Director Editorial: Arnau Nadeu
Subdirector d'edicions: Albert Ribas
Redacció: Albert Alexandre (diari metropolità), Anton Rosa (Barcelonès Nord i Baix Maresme), Olga García (Vallès), Francisco Javier Rodríguez (l'Hospitalet i Baix Llobregat), Alba Losada

Dipòsit Legal: B 43221-2010

(Districtes de Barcelona), Anna Utiel (Montserrat) i Toni Delgado (Esports)
Dept. de Producció gràfica: Susana Dicenta
Dept. Comercial: Lola Gutiérrez
Distribució: Andrés Meca i Pablo Favieri
Controller: Mauro Favieri

Premi Tassis Torrent de Comunicació 2011

Editor-Administrador: David Centol i Lozano
Director Editorial: Arnau Nadeu
Director General: Marcelo Villanueva
Coordinadora de Producció gràfica: Marga Moreno
Estratègia digital: Anna Corbatera
Webs temàtics: Pere Giménez i Quim Miró

grup comunicació 21 www.liniaxarxa.cat



línia vol ser un espai per a la conversa metropolitana serena i responsable



David
Fernández



Montserrat
Tura



Elsa
Artadi



Oriol
Lladó



Susana
Pérez



Dolors
Sabater



Jordi
Martí



Lucía
Delgado



Marc
Cerdà



Gala
Pin



Xavier
Godàs



Martí
Casamajó



Joan Ramon
Casals



Elisenda
Alamany



Xavier
Marcé



Víctor
Porres



Ferran
Falcó



Manuel
Reyes



Núria
Parlon



Amau
Nadeu



Els semàfors



La Casa Orsola

Els veïns de la Casa Orsola han proposat una reunió al nou propietari de les finques, Lioness Inversiones. Tot i que encara no han tingut resposta, tenen forces per continuar lluitant. "Volem la renovació dels contractes", diuen.

pàgina 8



Revolta Escolar

Fa pocs dies les AFA que formen part de la Revolta Escolar van tallar novament 15 carrers d'escoles i instituts. Un acte que va servir per tornar a reivindicar que hi hagi més entorns escolars pacífics i amb menys contaminació i soroll.

pàgina 8



Cor Eixample

Cor Eixample ha aconseguit finançament per a un projecte de l'estudi A la calle, que consisteix a transmetre la història, els valors o els orígens de comerços de la Dreta de l'Eixample plasmant en les seves persianes il·lustracions artístiques.

pàgina 12

El + llegit

líniaeixample.cat

1

Compte enrere per a deu dies de Festa Major a Sant Antoni

2

"Sembren barraques enganxades"

3

Jaume Collboni: "La pacificació de carrers és una iniciativa dels governs socialistes"

4

Les terrasses que ja no marxaran

5

"La policia va entrar al meu bar sense autorització i a la força"

Safata d'entrada

Desprotegits davant el capital

per Antoni Moliné



Foto: Marta Casado Pla/ACN

Aquest any 2021 que ens acaba de deixar, a banda de la inacabable pandèmia, hem hagut de patir, una vegada més, el que sembla ser una dictadura de les entitats financeres, que s'estan evidenciant a ulls de la ciutadania com un sòlid grup de pressió que passa per damunt del Govern o, dit amb paraules més planeres, menja a part.

Han estat artífexs, a molta distància de les empreses, de la destrucció de llocs de treball, amb milers i milers d'empleats acomiadats, sense resposta per part de l'administració. I, per acabar-ho d'adobar, mantenint una gran quantitat d'habitatges que romanen tancats i barrats, sense posar-los a disposició del mercat de lloguer.

Últimament, tant a les ciutats com als pobles, han abaixat la

persiana nombroses sucursals bancàries, deixant els seus clients orfes de caixers automàtics on poder treure l'efectiu necessari per al dia a dia. I qui en resulta perjudicat? Com sempre, la gent gran, que està suportant llargs desplaçaments per manca d'un servei que, no oblidem, està catalogat com a "servei públic". Conec un cas d'una persona que té la seva residència davant del Mercat de Sant Antoni de Barcelona i, sense avisar-la, li han traslladat el compte, ni més ni menys, que a escassos cent metres de la Catedral. Amb aquest exemple està tot dit.

I ens preguntem, davant d'aquest immens problema, què podem fer? Tot, menys quedar-nos de braços plegats. Em permeto suggerir a les associacions de veïns la presentació d'una queixa formal, tant a la Generalitat com a la delegació del govern espanyol a Catalunya, en justa defensa dels nostres drets reflectits a la Constitució. Això com a primer pas abans de fer el pas definitiu, demanant empara al Tribunal Constitucional en cas de no rebre suport dels governs esmentats. Si us plau, no defallim: ens hi juguem molt.

Línia Eixample no comparteix necessàriament les opinions que els signants expressen en aquesta secció ni se'n fa responsable.

Les cartes d'opinió es poden enviar a: opinio@comunicacio21.com

A les xarxes



#ProuCobrarSenseTreballar



#AdeuTocDeQueda



#250€AJovesLlogaters



@Catinformacio: La mesa del Parlament ha decidit per unanimitat eliminar el règim que permetia als funcionaris del Parlament cobrar sense treballar al final de la vida laboral.

@govern: @patriciaplaja: "El confinament nocturn és vigent fins a la matinada del 21 de gener. [...] Les mesures que segueixen vigents passaran a revisar-se setmanalment".

@SindicatLloguer: [...] El jovent no pot pagar el lloguer perquè en els darrers anys ha pujat un 50%. Si s'aprova la Ley Vivienda amb la regulació, no caldran ajudes.

COMERÇ DE PROXIMITAT, UN VEI DE CONFIANÇA!

- T'ofereix el millor producte amb la cara més humana
- Cuida de la comunitat on vius
- Paga impostos i dona vida a la ciutat
- Contribueix a un entorn més sostenible
- Sempre és a prop teu!

*El Pau,
llevant-se cada dia a
les 4 del matí per poder
oferir-nos el millor pa
del barri.*

 **amic** associació
de mitjans
d'informació
i comunicació

Mitjans Km 0

líniaeixample



El Centre Cívic Casa Golferichs acollirà entre el 31 de gener i el 28 de febrer el taller 'Cinc grans directors de cinema contemporani', on s'analitzaran les obres d'alguns dels directors actuals més importants.

Continua la lluita veïnal de la Casa Orsola: "Ens quedarem"

HABITATGE ▶ El llogaters de les finques situades al xamfrà del número 137 del carrer Calàbria i al 122 del carrer Consell de Cent van denunciar el passat 21 de desembre, sota el nom Casa Orsola, que el nou propietari dels blocs, el fons d'inversió Lioness Inversiones SL, havia decidit no renovar-los els contractes de lloguer. Arran de la roda de premsa, la propietat va dir en un comunicat que volia parlar amb el veïnat per trobar solucions consensuades. La postura va suposar un canvi d'actitud dràstic. Tal com diu un dels veïns afectats, Tono Hernández, abans de fer pública la seva situació havia estat impossible intercanviar ni una sola paraula. "No havíem tingut resposta ni per burofax, correu o telèfon i, de sobte, la roda de premsa va fer màgia", assegura Hernández.

Davant l'actitud de Lioness Inversiones, els veïns van proposar-li celebrar una reunió el passat 13 de gener, però, afegeix, encara no n'han sabut res. "Està molt bé que



El veïnat vol que es renovin tots els contractes. Foto: Twitter (@XHabitatgeEE)

vulguin negociar, però hauríem d'anar de les paraules als fets", recorda Hernández sobre unes converses amb les quals, diu, vol aconseguir conservar casa seva. "Volem la renovació dels contractes. No demanem millores, simplement quedar-nos", afirma. "Tenim forces per continuar lluitant i aconseguir-ho", afegeix.

Per la seva banda, des del Sindicat d'Habitatge de Llogaters

recorden que aquesta mena de situacions es podrien evitar aprovant al Parlament una llei que obligués els propietaris a renovar els contractes de manera automàtica. Les condicions serien que els llogaters complissin amb les seves responsabilitats i que la propietat no necessités l'habitatge per viure-hi o per a un familiar. "Així no farien fora ningú de pisos de grans tenidors", afirmen.

La Revolta Escolar arranca l'any amb 15 talls de trànsit

CONTAMINACIÓ ▶ La Revolta Escolar ha començat l'any amb força. Divendres passat diverses Associacions de Famílies d'Alumnes (AFA) que formen part de la iniciativa van tallar 15 carrers d'escoles o instituts. Al barri hi van participar les escoles Auró, Xirinacs, Els Llorers, Entença o Joan Miró i, juntament amb altres d'arreu de la ciutat, van tornar a reivindicar que hi hagi més entorns escolars pacífics i menys contaminació i soroll.

En els darrers dies els clams de la Revolta Escolar no només s'han

materialitzat en talls de trànsit, també en un estudi sobre entorns escolars de Barcelona que fet amb la col·laboració de la Universitat de Barcelona (UB) i la Universitat Autònoma de Barcelona (UAB) i en el qual han participat 83 AFA i més de 4.500 famílies de 180 escoles. Algunes de les dades més importants extretes són que només una de cada tres escoles té carril bici per arribar-hi i que el 85% de les AFA creuen que hi ha problemes d'accés als centres, com per exemple per falta d'elements protectors del trànsit.



Un dels talls de trànsit de divendres passat. Twitter: (@AFI_Entenca)

**NECESSITEM ALIMENTS
BÀSICS PER CONTRIBUIR
A L'ALIMENTACIÓ DE MÉS DE
163 MIL PERSONES**

Col·labora



BANC DELS ALIMENTS

líniaeixample

bancdelsaliments.org





ELS NOSTRES VALORS



CONFIANÇA

Creiem en els altres.

Volem estar oberts i compartir de manera espontània.



ACTITUD POSITIVA

Valorem cada individu.

Sabem relativitzar, somriure i prendre'n la vida positivament.



MILLORA CONTÍNUA

Procurem constantment avançar, innovar i aprendre de l'experiència.



BENEVOLENCIA

Acompanyem als nostres residents, els escoltem i els donem suport en qualsevol circumstància.



SATISFACCIÓ DELS RESIDENTS

El nostre objectiu sempre serà el benestar dels nostres residents en el dia a dia.



109 llits



Jardins exteriors



Pàrquing



Cuina interna



Perruqueria



Rehabilitació



Sala Snoezelen



10 places de centre de dia



Servel sanitari continuat



Sala d'estar

emera
ESPAÑA
SANT GENÍS

Carrer Natzarret 16, 08035 Barcelona

93 434 30 95

tsocial@santgenis.emera-group.es
www.emera-group.es

L'Aula Ambiental Sagrada Família i el projecte Camí Amic han organitzat el pròxim 23 de gener al barri diferents tallers per tal de promoure l'ús de la bicicleta, com de manteniment i mecànica o d'informació de projectes.

Les restriccions i l'augment de casos colpegen el comerç

CORONAVIRUS ▶ Fa unes setmanes era difícil d'imaginar que el virus faria que Barcelona i barris com Sant Antoni tornessin enrere. Però ha passat i es pot evidenciar en la situació dels comerciants del barri. Tal com explica el president de l'associació de comerciants Sant Antoni Comerç, Jordi Arias, les limitacions d'aforaments als establiments o de persones que es poden reunir, juntament amb l'augment de casos de la variant òmicron, estan perjudicant el comerç. "Les rebaixes estan sent bastant fluixes. La gent està més a casa i surt per fer les coses essencials", lamenta Arias fent referència a una realitat que també es trasllada a bars i restaurants. "Només hi ha reserves de petits grups o parelles", afegeix.

Per part seva, la presidenta de l'associació de comerciants Som Sant Antoni, Lidia Núñez, també ha notat en les darreres setmanes aquesta baixada de clients i facturació. "Els restau-



L'ambient al carrer ha caigut amb l'òmicron. Foto: Twitter (@SomSantAntoni)

radors estan tocats", assegura. Per si aquesta situació no fos ja prou complicada, diversos comerços associats a Som Sant Antoni, afegeix, han hagut d'abaixar la persiana perquè treballadors o el mateix propietari han estat positius en covid. En aquests casos, la facturació ha estat zero durant uns dies.

El pas enrere que ha fet el comerç en alguns sentits ha estat per a Arias "un cop molt dur". Abans de l'arribada de l'òmicron, recorda, "semblava" que les coses anaven a millor. "Estem bastant desmoralitzats, ja que fa molt de temps que estem en pandèmia. Això es nota en l'ambient de la ciutat", alerta.

Bicibús, diables o vermut musicals a la Festa Major

TRADICIÓ ▶ Sant Antoni està de Festa Major, la qual cosa s'ha fet evident amb iniciatives i actes que s'han fet als seus carrers i places des del passat 14 de gener, tot i que la pandèmia ha obligat a anul·lar-ne diversos. Alguns dels que ja s'han fet són la ruta del Bicibús Sant Antoni-La Model; el pregó, a càrrec del grup teatral El Triangle i el projecte REIS (Reforç Escolar i Integració Social); la '43a Cursa Mortiz Sant Antoni' o altres de ball i música que han omplert d'alegria el barri en aquestes festes agredolces.

Una bona notícia a dir sobre aquestes festes és que encara no han acabat. Fins al 23 de gener es podrà gaudir de desenes d'activitats que són un fidel reflex de l'esperit i la història de Sant Antoni. 'Comerç al carrer', el correfoc, l'actuació de les Orquestres de l'Escola de Músics o el 'Vermut musical i diabòlic' són algunes d'elles. També són aquelles que podran omplir de força i esperança als qui l'any que ve volen celebrar unes festes més animades, sense angoixes per l'augment de casos ni actes anul·lats per la pandèmia.



Un moment de la Festa Major de Sant Antoni. Foto: Twitter (@paugv87)

el valor de la proximitat

100.812

usuaris únics metropolitans

Octubre'21 OJD

166.566

pàgines vistes

Octubre'21 OJD



línia

el diari metropolità

liniatarxa.cat

grup comunicació21



dermitek
by Grupostop

DEPILACIÓ LÀSER I ESTÈTICA AVANÇADA

ESCOLTEM LA TEVA PELL, I TU?

Més de 20 anys cuidant de tu
i de la teva pell perquè s'expressi
de forma natural.

Vine a conèixer els nostres descomptes
i facilitats de finançament
a 24 mesos sense interessos.

Dermitek. Qüestió de pell.



DEPILACIÓ LÀSER D'ALTA EFICÀCIA

- Prova el mètode més definitiu per l'eliminació del pèl.
- Més de 15 packs per combinar diferents zones per fer-les en una sola sessió.

ESTÈTICA AVANÇADA FACIAL I CORPORAL

- Innovació en aparatologia d'última generació.
- Millora l'aspecte de la pell, redueix la flacciditat i elimina el greix localitzat.



Pg. de Gràcia, 125-127 (Junt a Jardinets de Gràcia)
Tel. 933 681 756 · dermitekbarcelona.com



Persianes que expliquen històries

» L'estudi A la calle crea un projecte que retrata amb il·lustracions els orígens o valors dels comerços
 » Segons Cor Eixample, és una manera de transmetre què saben fer i qui són els comerciants

Alba Losada

DRETA DE L'EIXAMPLE

Els veïns Maria Molosa i Gustavo Germain, propietaris de l'estudi A la calle, creuen que la Dreta de l'Eixample està perdent personalitat. Recorden que l'envaeixen missatges comercials convencionals i de grans marques que poc tenen a veure amb l'essència del barri i, per a ells, és el petit comerç i les històries que hi ha al darrere allò que poden ajudar a recuperar aquesta identitat. És per aquesta raó que consideren que han de fer amb tot el cor 'Persianes amb Història', el projecte que han impulsat amb la col·laboració de l'eix comercial Cor Eixample, qui ha aconseguit el finançament necessari.

No fa falta materialitzar idees molt complexes per emocionar. Si aquestes surten d'experiències

personals importants, són més que suficients. Aquest projecte n'és un exemple. Tal com explica Molosa, consisteix a transmetre la història, valors o orígens de comerços de Cor Eixample plasmant a les seves persianes il·lustracions i missatges que els defineixen. "Nosaltres no venem el producte, expliquem històries", recalca. Per part seva, el president de Cor Eixample, Xavier Llobet, insisteix en el gran poder transformador de la iniciativa. "És una manera de convertir una persiana en una expressió del que un sap fer, del que és i de la seva personalitat", assenyala.

ÒPTIQUES LLOBET

Els integrants d'A la calle, recorda Molosa, van començar a pintar les primeres persianes fa un mes. Ja n'hi ha, apunta, cinc d'acabades i unes altres deu en procés. Una d'elles és la del comerç del president de Cor Eixample, Òptiques Llobet. Tal com detalla



Llobet Òptics i Numismàtica Peiró són dos dels negocis que formen part del projecte. Fotos cedides

Llobet, en el seu cas es recorda que fa 75 anys que el negoci és al barri i que ell i la resta de l'equip són autèntics artesans d'ulleres. "Apareixem la Concep Pujol, la meva germana Montse i jo a dins d'unes lents d'unes ulleres recordant el procés que implica muntar-les. I també hi acabarà sortint la Lourdes, l'altra germana", explica Llobet.

Afegeix que a la persiana també hi ha plasmat el gran valor que tenen els seus clients. "No són números, són persones amb històries. Cada venda és una experiència, una convivència amb ells", subratlla.

EL DETONANT DEL PROJECTE

Qualsevol que llegeixi aquest article coneix de sobres l'espurna

que, tal com indica Molosa, va fer néixer la iniciativa: l'esclat de la pandèmia. Segons afegeix, "des del confinament l'espai públic és, massa vegades, un punt de pas i volem que torni a ser un punt de trobada. Volem reconquistar-lo fent-lo més humà i personal". Perquè, al final, els carrers també han definit sempre tot el veïnat.

Podòleg

Des de 1957



Horari: de dilluns a divendres de 16.30 a 19.30h

Miguel Ángel Cuesta Alonso

Dos de Maig, 223, 1er 2a
(edifici Encants Nous)

Telf. 93 245 48 29

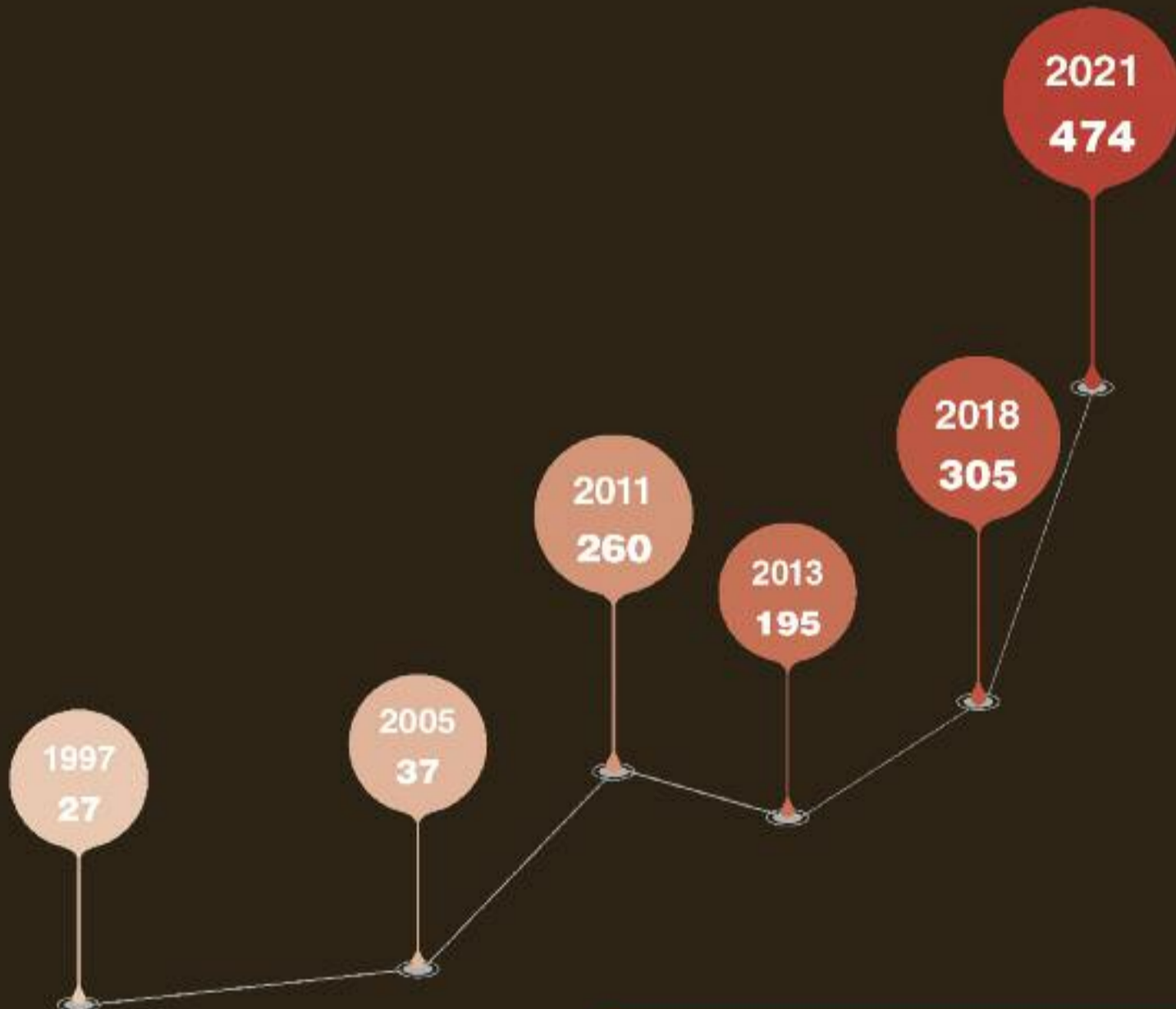


DESCOMPTES AMB LA TARGETA ROSA

associació
de mitjans
d'informació
i comunicació

amic

*“Mitjans de proximitat,
periodisme de confiança”*



Més de 470 mitjans associats

El col·lectiu de dones LGTBI La Cicatriz oferirà el pròxim 20 de gener al Centre Cívic Sagrada Família l'espectacle 'Una llum tímida'. Amb la combinació de text i música reivindicarà les vides de les dones lesbianes.

L'avinguda Gaudí, una artèria turística que està patint

Alba Losada
SAGRADA FAMÍLIA

La baixa activitat comercial que acostuma a caracteritzar els mesos de febrer i gener, juntament amb l'actual falta de turisme, han fet que l'avinguda Gaudí no tingui res a veure amb el que era abans de la pandèmia, quan el turisme trucava cada minut a la seva porta. A banda de les poques persones que es veuen al carrer, els testimonis dels treballadors d'aquesta zona deixen clar el mal moment que estan passant.

"La cosa està fotuda. Ve gent del barri, però no n'hi ha prou perquè aquí hi ha molts establiments. Això està muntat pel turisme", afirma el propietari del bar Ardèvol, José Luis Rodríguez, qui també assegura que ara el seu bar està facturant només un 30% dels beneficis que feia abans de la pandèmia. Abans de la sisena onada no estava en el seu millor moment, però, diu, almenys facturava el



El poc moviment que hi ha un dia laboral a la zona. Foto: Línia Eixample

60%. Per part seva, l'encarregada de la botiga de roba Kuky, Àngela Magdalena, va encara més lluny dient que en els 10 anys que fa que treballa a la botiga mai l'ha vist tan malament. "L'ambient està mort. Si faig 10 vendes al dia, és un bon dia", lamenta.

Una mica més amunt de la botiga Kuky hi ha la cafeteria Creps Barcelona. La seva encarregada, Erica Areiza, també alerta de la falta de turisme. Però, per sort, el suport del veïnat la fan ser més op-

timista. "La gent d'aquí ha respost. Si no fos per ells, ens hauríem quedat sense res", indica Areiza sobre una situació de la qual és impossible sortir-ne sense tenir empenya. El que no l'ajuda a tenir-la sempre és que hi ha clients, assegura, que l'han arribat a insultar quan els hi ha demanat el DNI per comprovar que duen el seu passaport covid. "No som policies, però hem de fer que aquest lloc sigui segur", afirma esperant que aquest malson acabi el més aviat millor.

Dues torres dels evangelistes s'acabaran aquest 2022

TEMPLE ▶ Les quatre torres dels evangelistes que es preveu que tingui la Sagrada Família estan dedicades als quatre evangelis i, cada una, estarà coronada amb els símbols que representen a cada un. Una àguila per a en Joan, un àngel per a en Mateu, un bou en el cas d'en Lluc i un lleó en el d'en Marc. Aquestes dues últimes faran un total de 135 metres i, tal com va anunciar la setmana passada la Junta Constructora del Temple de la Sagrada Família, s'acabaran a finals d'aquest any.

Aquesta notícia vol dir que la basílica farà un altre gran pas endavant que la farà estar més a prop d'acabar les llargues obres. Enllestir aquestes dues torres és molt important per al projecte d'ampliació del temple, ja que seran les terceres torres més altes del temple i, amb elles, ja estaran acabades tres de les cinc torres de la nau central. La primera va ser la torre de la Verge, inaugurada el passat desembre amb l'encesa d'un gran estel que ara il·lumina al barri i a Barcelona.



Les quatre torres dels evangelistes. Foto: Twitter (@sagradafamilia)


Vicente Ferrer

ES BUSQUEN

3.000

AMICS INVISIBLES

AQUEST ANY, REGALA

APADRINAMENT

Descubreix-ho a:

www.sebuscanamigosinvisibles.org

900 111 300



VULL COL·LABORAR

Nuevafrontera
Marcant diferencies

A j u d a a p e r s o n e s e n e x c l u s i ó s o c i a l



ELS NOSTRES CENTRES:

Barcelona Lleida Alicante
Cordoba Málaga Sevilla

Telèfon d'admissions: 93 711 80 99

www.nuevafrontera.org

nuevafrontera.org@gmail.com

EMERGÈNCIA INDIA

Milers de famílies sense recursos estan patint una segona onada de la COVID-19 encara més letal que la de fa un any.

La teva aportació pot salvar vides
IBAN: ES75 1491 0001 2320 3004 8025

 **SONRISAS
DE BOMBAY**
TRANSFORMANDO FUTUROS

Temps difícils per als Encants

» La manca de clients i beneficis desmotiven els paradistes del mercat: "No hi ha alegria per treballar"
 » Des de les instal·lacions, diuen que de moment s'estan "salvant", però que costa tirar endavant

Alba Losada
EL FORT PIENC

El Mercat dels Encants ha viscut en una muntanya russa de bons i mals moments des que va esclatar la pandèmia. El seu president, José Nebot, recorda que fa un any hi havia cues per entrar al mercat. "Suposo que era perquè hi havia més necessitat d'estar al carrer i perquè hi havia confinament perimetral", recorda Nebot sobre una situació que, malauradament, ara ha canviat força. Des de l'estiu, assegura, "no hi ha alegria" entre les parades. Tal com afegeix, "la limitació de l'aforament és ara del 70%, però estem molt lluny d'arribar a aquest". Un exemple, subratlla, és que aquest dilluns a la tarda el mercat estava només al 35% de l'aforament.

Els mals temps que travessen aquestes mítiques instal·lacions

també s'evidencien en les parades que han desaparegut durant la pandèmia. Tal com diu, arran del confinament en van tancar un 20% i no han tornat a obrir. Un altre fet que descriu aquest capítol negre és la falta de motivació que es respira entre els treballadors.

"Alguns venen uns dies i altres venen uns altres. No existeix una continuïtat ni alegria per venir a treballar", recalca Nebot, qui assegura que quan plega a les vuit del vespre ja no hi ha ningú. La raó, afegeix, és que hi ha persones que recullen abans d'hora perquè no tenen prou ànims per acabar la jornada.

TIRAR ENDAVANT

Les dificultats que comparteix Nebot també s'evidencien parlant amb alguns dels paradistes del mercat. Adbul Chekror, que té una parada de diferents articles de segona mà, recorda que l'augment de casos ha fet baixar força el nombre de clients. I el pit-



Un dia laboral al Mercat dels Encants. Foto: Línia Eixample

jor és que aquesta tendència es tradueix amb no guanyar gairebé res. "El que guanyo em serveix per cobrir despeses, però no tinc beneficis", lamenta.

Per part seva, l'Oriol Fuster, que té una parada de bijuteria, assegura que ha perdut el 30% de les vendes. "Nosaltres ens estem sal-

vant, però costa tirar endavant", reconeix sobre una situació que ha fet que a la seva parada també hagi desaparegut la motivació. Tal com admet la seva mare, la Julia, no saber mai com aniran les coses, els fa "passar de tot". "Si ve gent, doncs bé i si no, també", lamenta amb pessimisme, però,

per sorprenent que sembli, sense perdre del tot l'esperança. La raó? El mercat, recorda, va passar per una situació econòmica pitjor quan es va traslladar el 2013 i, amb el temps, va tirar endavant. "Si en aquells moments vam poder amb allò, també podem remuntar ara", conclou.

espai.mèdia

El primer diari de la indústria espacial de Catalunya

cada dimecres fem barri



EXPOSITORS:

- **Encants Nous**
Carrer de València, 548
1 expositor
- **Mercat Sagrada Família**
Carrer de Padilla, 255
3 expositors (Porta 1, 2 i al bar)
- **Mercat de la Concepció**
Carrer d'Aragó, 311
4 expositors
(entrada per Aragó)
(entrada Floristeria)
- **Mercat del Ninot**
Carrer de Mallorca, 133
2 expositors
- **Mercat Sant Antoni**
Carrer Comte d'Urgell, 1
6 expositors
(Porta 1, 2, 3, 4, 5 i 6)
- **Supermercat Condis**
Carrer de Mallorca, 542
1 expositor
- **Mercat Fort Pienc**
Carrer d'Alf Bel, 105
1 expositor
- **Home Homing**
Carrer de Padilla, 243
1 expositor
- **Biblioteca Arús**
Ps. St Joan 26
1 expositor
- **Vital-Ilit**
Galeries d'Encants Nous
Carrer de València, 548
1 expositor
- **ACURA**
Carrer del Bruc, 122
1 expositor
- **Esportiu Rocafort**
Carrer de Floridablanca, 41
1 expositor
- **Seu Districte de l'Eixample**
Carrer d'Aragó, 311
1 expositor
- **Darthy**
Carrer de Floridablanca, 114
1 expositor

... a més de
700 botigues
dels eixos comercials

líniaeixample

L'únic setmanari de l'Eixample

Bàsquet | El CB Roser rep el CB Igualada en un duel decisiu

El conjunt de Jordi Garcia es jugarà dissabte, a casa i a partir de les 19.30 hores, les seves aspiracions a jugar la Final a Quatre de la Copa Catalunya. El millor guió per al CB Roser seria guanyar el CB Igualada per cinc o més punts (va perdre 49-45 a la primera volta).

Carlota Cobo va ser genet

» La capitana del CFS Eixampe va competir en concursos de salts amb el seu cavall, Chocolate
 » "Hem de ser més fortes mentalment; un gol en contra no ens pot colpejar tant", destaca

Toni Delgado
EIXAMPLE



El seu cavall es deia Chocolate, xocolata en anglès. "Compartíem molts moments i érem amics. El nostre vincle anava més enllà dels concursos de salts on competíem. El rentava i el cuidava, i ell m'ajudava a desconnectar de tot", recorda, emocionada, Carlota Cobo (Barcelona, 1989), capitana del CFS Eixample.

Quan Chocolate va morir, Cobo va deixar l'hípica. "Em va afectar molt. El trobava i el trobo a faltar. Sense ell no tenia les ganes ni la motivació per continuar", reconeix. Amb 16 anys va començar la seva carrera al futbol sala, que sempre li havia encantat.

Autocrítica, inesgotable i líder, la barcelonina sempre ha necessitat preguntar molt i fer-se mil preguntes, i li encanta formar. Per això és professora. "El

gran responsable de l'èxit del CFS Eixample és el Cinto Garcia, un autèntic llibre obert en tots els sentits. La nostra entrenadora, Tati Torres, té una gran lectura dels partits i els planifica molt bé, igual que els entrenaments", destaca l'entrevistada, que potser va néixer capitana. Un paper per al qual, segons Cobo, cal tenir "empatia i caràcter" dins i fora de la pista.

CONVIVÈNCIA I IDENTITAT

Se sent "molt afortunada" perquè l'equip creu en els seus missatges. Es deixa l'ànima perquè el grup estigui bé i sobretot ajuda les més joves. Totes saben que la tindran per al que els faci falta. Amb vuit fitxatges i un cos tècnic nou, el CFS Eixample necessita temps de convivència i competició per "construir la seva identitat". El grup és molt generós i té "un potencial increïble". "Hem crescut molt des que va començar la temporada", assegura després de la victòria contra el quart



Carlota Cobo, capitana del CFS Eixample. Foto: Daniela Salvat

classificat, el FSF César Augusta (4-2), i la derrota per 5-3 contra el CN Caldes, el segon.

"Les més joves han de pensar que aquest és un projecte de present i, sobretot, de futur, i

que, amb el temps, tindran més minuts i importància", exposa Cobo. "Sempre som una pinya. No hi ha grupets", celebra.

"Hem de ser més fortes mentalment. Un gol en contra no ens

pot colpejar tant", afegeix. Un dèficit que hauran de corregir el pròxim diumenge 23 de gener, quan rebran el FS Sabadell, un equip "força intens que ens pot fer patir molt si no estem concentrades i ens guanyen l'esquena". "Intentarem desenvolupar el nostre joc i tenir la pilota. Aquest any, però, no hi ha cap partit senzill i a pretemporada ho vam passar malament contra elles", completa.

Malgrat que se senti plena al primer equip i entrenant el juvenil masculí, "en principi" la pròxima temporada es retirarà. Nota que necessita tenir temps lliure i caps de setmana per viatjar i compartir més moments amb la família i les amistats. "Si pugem a Primera Divisió, potser jugaria un any més. O potser no. Crec que he de gaudir d'altres coses com amb el futbol sala i fer un pas enrere. El relleu està assegurat amb les joves de la casa, també les del sènior B. Són molt bones", tanca, orgullosa.

Copa Catalunya de bàsquet

Equip	PG	PF	PC
1. CB Grup Barna	9	576	442
2. CB Igualada	8	577	506
3. CB Roser	7	580	495
4. TGN Bàsquet	6	544	505
5. Draft Gramenet	4	497	484
6. Joventut Les Corts	3	506	514
7. CB La Salle Reus	2	504	554
8. CB Cornellà	1	515	656
9. CB Valls	1	380	523

No et perdis res: tot l'esport a liniaeixample.cat

Lliga EBA

Equip	PG	PF	PC
1. EM El Olivar	9	916	862
2. CB Castelldefels	9	943	838
3. CB Tarragona	9	876	803
4. CB Salou	8	917	830
5. CB Valls	8	880	776
6. CB Roser	7	863	782
7. FC Martinenc B.	5	868	860
8. UE Sant Cugat	4	836	962
9. CB Es Castell	4	698	782
10. SESE	4	783	847
11. UE Horta	2	763	856
12. UE Barberà	2	796	941

Classificacions

Equip	PTS	GF	GC
1. CFS Castellón	33	39	18
2. CN Caldes	31	43	18
3. Penya Esplugues B	26	53	32
4. FSF César Augusta	26	50	31
5. CFS Eixample	24	49	31
6. InterSala Promesas	24	40	24
7. AE Les Corts-UBAE	22	39	27
8. AECS l'Hospitalet	21	41	40
9. Futbol E. Zaragoza	20	35	36
10. CD La Concòrdia	18	41	27
11. FS Castelldefels	13	36	40
12. CE Futsal Mataró	9	35	52

2a de futsal

3a catalana de futbol

Equip	PTS	GF	GC
1. Sant Genís-Penitents	33	34	12
2. CD Arrabal Calaf	32	39	22
3. Penya Anguera	31	36	15
4. CE Apa Poble Sec	30	45	17
5. Young T. Badalona	28	33	19
6. FC l'Esquerra	23	19	15
7. Fundació P.CE Júpiter	21	19	17
8. CF EE Guineueta	18	24	35
9. CD Pomar	17	27	28
10. UD Montbau	16	29	23
11. UD Montsant	16	39	43
12. AE La Salut Pere Gol	15	27	31



Atenció psicològica via telemàtica

Psicoterapeuta Col·laboratiu i Dialògic

Psicòleg



Depressió, Ansietat, Estrès
 Dificultats de relació

Visites concertades dimarts i divendres

www.javiercentol.com

📞 625 522 561

Numància, 52-54 Entresòl 4t

PREU GORRA **8** €
NOU DISSENY natura

20 ANYS POSA'T LA GORRA

PELS INFANTS I ADOLESCENTS AMB CÀNCER

TALLA ADULT

INFANTIL

NOVA!
TALLA

CONNECTA'T AMB LA NATURA!

WWW.POSATLAGORRA.ORG - 93.237.79.79

@POSATLAGORRA    

No t'ho perdís

Foto: Centre de Documentació de l'Orfeó Català



Replantejant Gaudí

"Antoni Gaudí (1852-1926) és, sense cap mena de dubte, l'arquitecte català més popular i reconegut en l'àmbit internacional. Podem replantejar-nos avui la imatge que tenim d'ell?". Aquesta és la pregunta que es fa l'exposició *Gaudí*, instal·lada al Museu Nacional d'Art de Catalunya (MNAC), a Barcelona, des del novembre passat i fins al 6 de març. La mostra, comissariada per Juan José Lahuerta, proposa una nova mirada sobre la figura de l'arquitecte: una desconstrucció del mite i de la seva obra perquè el públic s'acosti al personatge complex que en realitat era.

QUI ÉS?

M A R T A T O R N É

ÉS FAMOSA PER...

Ser actriu i presentadora de televisió
Ara condueix 'Persona infiltrada' i col·labora a 'Zapeando'

QUÈ HA FET?

Ser escollida per presentar 'Eufòria'
Es tracta del nou 'talent show' musical de TV3

A LES XARXES...

Suport i reconeixement
Sobretot després que un mitjà l'hagi invisibilitzat

Famosos

Com a actriu, molts la recordareu pel seu paper de Maria a la sèrie *El Internado*, d'Antena 3, i com a presentadora, la seva feina més recent ha estat al capdavant del programa *Persona infiltrada*, de TV3. També va presentar *Cámbiame* a Telecinco i actualment és col·laboradora habitual de *Zapeando*, a La Sexta. Ara, Marta Torné (Barcelona, 1978) ha estat escollida per presentar, juntament amb el cantant Miki Núñez, el nou *talent show* musical de TV3, *Eufòria*. Diversos portals digitals s'han fet ressò de la notícia i hi ha hagut un titular que ha despertat la indignació d'algunes usuàries de Twitter. Es tracta del titular d'*En Blau*, el portal de premsa rosa d'*ElNacional.cat*, que diu així: "TV3 fitxa Miki Núñez i una presentadora de La Sexta per al seu nou programa estrella". Més enllà del *clickbait*, les veus crítiques es queixen que el nom d'ell sí que hi aparegui i el d'ella no, malgrat tenir una trajectòria molt més llarga que el seu company. Ho atribueixen al masclisme.

La fitxa

Llibres



El carrer de baix
Vicent Flor

Una història d'amor i d'amistat, de mort i de desamor que transcorre a València ciutat i a la Vall de Gallinera. Allà hi viuen el Joan, un professor d'institut, i la Sara, una psicòloga que conrea bancals. També hi va a parar en Carles, un editor de llibres que pretén escapar del dolor que li genera un fill d'acollida amb problemes de drogues i de delinqüència.

Teatre



Nyotaimori, espines del sistema
Sarah Berthiaume

Drama còmic de crítica social, que parteix del realisme quotidià per convertir-se en un viatge en què els protagonistes creen continents a través de portes grogues, pantalles d'ordinador i maleters de cotxe. Una posada en escena simbolista i minimalista permet acompanyar els set personatges en la recerca de la seva llibertat. Al teatre Tantarantana de Barcelona.

Música



Present
El Diluvi

Viure i gaudir aquí i ara: aquesta és la filosofia del quart àlbum del grup El Diluvi. Sota el títol *Present* (Halley Supernova), la banda de la comarca valenciana de l'Alcoià presenta una quinzena de cançons que demostren les seves ganes d'aprofitar, justament, el present. El disc inclou col·laboracions amb artistes com Guillem Solé, el cantant de Buhos.

Pelis i sèries



El callejón de las almas perdidas
Guillermo del Toro

Guillermo del Toro presenta aquest *re-make* de la pel·lícula de 1947 *El callejón de las almas perdidas*, en què Bradley Cooper es posa a la pell d'un home ambició, amb talent per a la manipulació i l'engany. El protagonista coneix una pitonissa tan perillosa com ell, interpretada per Cate Blanchett, que es convertirà en la seva aliada per estafar milionaris.



CONSELLS PER VIURE MILLOR

ESTILS DE VIDA

Fes-ho ja: deixa de procrastinar

Foto: Pexels



ORGANITZACIÓ

“No deixis per a demà el que puguis fer avui”. Segur que has sentit molts cops aquesta frase, i pot ser que n’hagis fet cas, però també és probable que t’hagis preguntat: “Si ho puc fer demà, per què fer-ho avui?”. Si ets dels segons, has de saber que ets un expert en procrastinar. Procrastinar, una paraula no recollida al DIEC però cada cop més estesa, és deixar per a més endavant qualsevol tasca que hagis de fer i no et vingui de gust: estudiar, rentar els plats o respondre aquell correu que tens pendent de fa dies. Si aquest 2022 vols aconseguir deixar aquest mal hàbit, que pot acabar-te provocant estrès i ansietat, aquí tens alguns consells.

En primer lloc, pensa quant trigaràs realment a fer allò que et fa tanta mandra: potser n’estàs fent un gra massa, tenint en compte que trigaràs deu minuts. Un cop t’adonis que serà una cosa ràpida, fes-la ja. Si tens diverses tasques pendents, és recomanable començar per la més difícil: quan te l’hagis tret de sobre, la resta et semblarà bufar i fer ampolles. Un altre bon consell és anar a pams: no vulguis fer-ho tot de cop. Per últim, pots pensar en petits premis per motivar-te.

Les claus.....

SI ÉS RÀPID

Para’t a pensar quant trigaràs realment a fer aquella tasca que et fa tanta mandra: si és poca estona, fes-la ja

EL MÉS DIFÍCIL

Si tens diverses tasques pendents, comença per la més difícil: quan l’hagis fet, la resta serà bufar i fer ampolles

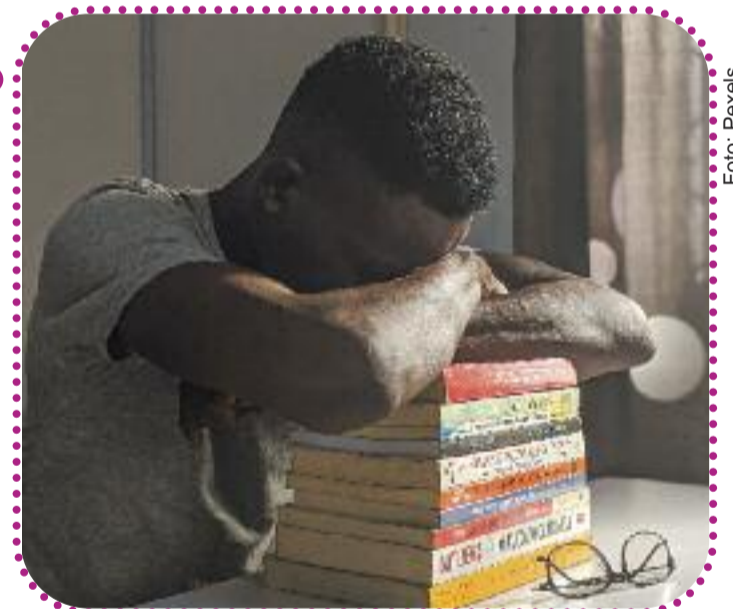
ANAR A PAMS

És important que t’organitzis i vagis a pams: no vulguis fer-ho tot de cop perquè al final acabaràs trigant més

RECOMPENSA

Pots pensar en petits premis o recompenses per motivar-te: “Si acabo avui, miro un capítol d’una sèrie”

Foto: Pexels



Lliga per a la protecció d'animals i plantes de Barcelona

Els Nostres Horaris:

De dilluns a divendres:

Zona Gats - De 10:00h a 15:30h

Zona Gossos - De 10:00h a 17:30h

Caps de setmana i festius:

De 10:00h a 13:00h



C/ Guarda Antón, 10 08035 - Barcelona
Tel.: 934 170 124



www.protectorabcn.es
info@protectorabcn.es



Fes que sigui *la teva*

A Catalunya hi ha molts infants que, per diferents circumstàncies i de forma temporal, no poden créixer amb la seva família.

L'Acolliment Familiar brinda l'oportunitat a un infant de conviure amb unes noves referències familiars saludables i estables que li permetin desenvolupar-se de manera emocional, personal i social.

La solidaritat i la generositat de les famílies acollidores permeten a l'infant viure en un ambient familiar i compartir un entorn afectiu i comunitari.

L'Associació d'Ajuda Social CEL OBERT és una entitat acreditada per la Generalitat de Catalunya que treballa al servei dels infants i de les famílies acollidores.

Tu pots ser la família acollidora

Contacta amb nosaltres:



Associació d'Ajuda Social
CEL OBERT

Avinguda Meridiana, 354, 11^a

93 311 69 05

08027 BARCELONA

celobert@cel-obert.org



AQUEST ANY

Àccura Si o Si!

1ª QUOTA 0€*

PISCINA INTERIOR · ACTIVITATS DIRIGIDES · AFORAMENTS REDUÏTS
 ENTRENAMENT PERSONAL · **PILATES REFORMER** · FISIOTERÀPIA

ÀCCURA BRUC
 Bruc, 122 Barcelona
 T 93 208 22 00 · info.bruc@accura.es
www.clubsaccura.es

*Promoció vàlida fins 31 de gener 2022. Sense permanència.