

UN TEMA TABÚ pàg 3
La taxa de suïcidis entre la gent gran és una de les més elevades

ESQUERRA DE L'EIXAMPLE pàg 10
La colla castellera dels Esquerdats, amb Clàudia Baus de presidenta, celebra la seva diada de bateig



liniaeixample

Setmanari • 1/6/2022 • Núm. 205 • liniaeixample.cat

cada dimecres

Un mes de retard per a l'inici de les obres de la superilla

Finalment s'endarrereixen al juliol, mentre Colau defensa la tramitació després de les crítiques del Síndic pàg 10

Foto: Fira Modernista



Torna l'alegria

La Dreta celebra la Festa Major i la Fira Modernista pàg 12



BÀSQUET pàg 20
Carlos Segura: jugador, entrenador i aficionat al servei del CB Roser

SANT ANTONI pàg 10
Una festa demana la pacificació de la ronda

FORT PIENC pàg 16
Torna la subhasta dels Encants oberta i a la plaça

MAQUINAS y MAQUINAS
Alquiler de maquinaria y herramientas profesionales

www.maquinas-maquinas.com



NO TE PIERDAS NUESTRAS OFERTAS DE ALQUILER x1€/DÍA



Captura el QR con tu móvil, y mira todas nuestras herramientas.

TIENDAS EN TODA BARCELONA: CORNELLÀ DE LLOBREGAT EIXAMPLE RONDA DE DALT POBLENOU

precio FLASH 24h Alquila tu herramienta durante 24h

-50% descuento en tu primer alquiler

¡Enseña este cupón en una de nuestras tiendas!



Promoción válida hasta 31 de diciembre de 2022. Oferta no acumulable a otras ofertas ya establecidas. Oferta aplicable máximo 2 días en el primer alquiler.



Entre el tabú i la indiferència

» El suïcidi entre la gent gran és una problemàtica social que queda oculta i molts cops desatesa
 » Tres de cada 10 suïcidis que hi ha a l'Estat els cometent persones que són majors de 65 anys

Albert Alexandre
BARCELONA



Els 65 anys són molt més que una edat. Fins fa poc era el moment en què la majoria de la població espanyola podia jubilar-se. Després d'una vida treballada, era l'instant en què ja no era necessari tornar-se a llevar d'hora.

Semblaria un bon moment per celebrar, però segons dades de l'Institut Nacional d'Estadística (INE), a partir dels 65 anys es produeixen el 32% dels suïcidis a casa nostra. Dit d'una altra manera, tres de cada 10 suïcidis a l'Estat són de persones majors de 65 anys.

Aquesta dada queda petita si explorem el desconegut món dels suïcidis en la gent gran. Tal com indica l'INE, el suïcidi és la primera causa de mort no natural entre les persones que tenen entre 15 i 35 anys, però també ho és en les que superen els 79 anys. De fet, a Catalunya una de cada cinc morts en persones d'entre 80 i 84 anys i una de cada quatre en persones d'entre 90 i 94 anys són per suïcidi.

SILENCI

"Quan se suïcida una persona de 95 anys, molta gent pensa que no passa res perquè era el que ja li tocava", diu Albert Quiles. El director de la Fundació Amics de la Gent Gran lamenta el silenci que hi ha respecte del suïcidi en edats avançades. Si, per una banda, tendim a minimitzar aquesta realitat, la postura més freqüent és obviar-la.

El mateix Quiles afirma que a la seva associació hi ha moltes persones grans que comenten les seves ideacions suïcides, i fins i tot casos de persones que acaben



La soledat no desitjada és un dels motius que poden portar al suïcidi en la gent gran. Foto: Ajuntament de Barcelona

lleuant-se la vida. Alhora, Cecília Borràs, presidenta i fundadora de Después del Suicidio – Asociación de Supervivientes, també veu aquesta manca de reconeixement dels suïcidis en gent gran. "La mort per suïcidi d'una persona gran és menys impactant per a la gent que la pèrdua d'algú més jove, sobretot d'adolescents i d'adults joves", diu en un article a la revista Salut Mental 360. "Per aquest motiu, el suïcidi en la població d'edat avançada és un fenomen que sovint s'ignora o es desaten i que atrau menys atenció", afegeix.

A més, per a Borràs, amb freqüència s'obvien els senyals que indiquen que una persona gran potser voldria suïcidar-se. Es refereix a l'estat d'ànim constantment trist o ansiós, al sen-

timent de buidor durant la major part del temps, a la pèrdua d'interès en els passatemps i les activitats, al pessimisme o a la falta d'esperança, al sentiment de culpa, a la manca d'autoestima, a la pèrdua d'energia o als problemes de son.

L'EDAT QUE HO CANVIA TOT

Per què a partir dels 65 anys augmenten els suïcidis? Estem davant d'una etapa de canvis i a partir de la qual viure és més complex. També és aleshores quan es poden produir situacions de solitud no desitjada que desemboquen en depressió o ansietat. "Comencen les malalties terminals, el dolor constant i les pèrdues de persones estimades com parelles, fills o germans", afirma Quiles. Si

aquesta pèrdua a la qual fa referència el director d'Amics de la Gent Gran és la d'un fill o una filla, el risc de suïcidi és major. "Hi ha gent gran que perd el seu propòsit de vida i es pregunta per què s'ha de viure si el seu fill ha mort", explica.

Més enllà d'això, els mateixos canvis que experimenta el cos en forma de malaltia també tenen impacte en les ideacions suïcides. "Si una persona, per exemple, perd la vista o té dolor constant, pot arribar a plantejar-se treure's la vida", diu Quiles.

Amb tot, darrere de totes aquestes situacions hi ha un clar denominador comú: la manca d'una xarxa de suport. És, doncs, la solitud la que condueix la gent gran a pensar a acabar amb els seus dies.

DEIXAR-SE ANAR

Tot i que no es tracta del que anomenaríem suïcidi, també hi ha persones que a mesura que es van fent grans deixen de preocupar-se pel seu cos. "Mengen menys o potser no es prenen les medicines que els pertocuen", explica el director d'Amics de la Gent Gran.

És el que ha passat, d'alguna manera, durant la pandèmia del coronavirus amb moltes persones d'edat avançada que han hagut d'estar soles molt de temps sense voler-ho. També està passant ara, segons Quiles, des que va començar la guerra d'Ucraïna. "Hi ha persones grans que han rememorat un passat fosc que van viure i això ha fet que la seva existència perdés sentit", sentència.



Segueix-nos

a les xarxes socials

@liniaxarxa


facebook



twitter



instagram


Tribuna

Terçer mandat? Junts ho impedirem

per Neus Munté (Junts)



Foto: Blanca Blay/ACN



Ada Colau ha tornat a desmentir les seves pròpies promeses i ha anunciat que es presentarà a un tercer mandat per tornar a ser alcaldessa de Barcelona. Com és sabut, els estatuts dels comuns estableixen un límit de dos mandats, només ampliable a tres en una "situació excepcional". Per tant, ens trobem davant d'un nou incompliment de les seves pròpies consignes i anuncis grandiloqüents. No és cap sorpresa, malauradament. Els estatuts dels comuns també fixen que qualsevol càrrec electe haurà de dimitir si és imputat per corrupció, i Ada Colau està imputada per cinc delictes relacionats amb la corrupció. Com hem vist, no només no té cap intenció de dimitir, sinó que vol tornar-se a presentar.

No és cap secret que el descrèdit dels comuns és tan gran entre la ciutadania de Barcelona que creuen que només tenen opcions de salvar-se si tornen a presentar Ada Colau. Els més intuïtius ja han abandonat el vaixell. Cal recordar, en aquest sentit, que Joan Subirats va plegar de regidor dient que es volia jubilar i poc després el feien ministre. Caram, quina manera tan estranya de jubilar-se...

Per tant, hem de llegir aquesta aspiració al tercer mandat en clau estrictament interna i partidista, i no pas com un servei a la ciutat. Que Ada Colau torni a ser alcaldessa interessa als comuns i als seus socis del PSC i d'ERC, però a ningú més. L'única "situació excepcional" que justifica aquest tercer mandat és, precisament, que torni a ser alcaldessa.

No es pot permetre quatre anys més de degradació, contaminació, inseguretat, brutícia i congestió

La ciutat de Barcelona no es pot permetre un tercer mandat d'Ada Colau i de Jaume Collboni. No s'ho poden permetre els joves que volen quedar-se a viure a Barcelona, els veïns i les veïnes que volen caminar segurs pels carrers, els comerciants que volen que els clients arribin a les seves botigues, els petits trans-

portistes que han de fer la seva feina o les persones que entren cada dia a la ciutat per estudiar, treballar, comprar o anar al teatre. Barcelona no es pot permetre quatre anys més de degradació, contaminació, inseguretat, brutícia i congestió. Barcelona està pitjor que fa set anys en tots els àmbits. Ho podeu preguntar a qualsevol persona, que us ho confirmarà. Per això no tinc cap dubte que la ciutat de Barcelona dirà no a aquest tercer mandat.

I els ciutadans i ciutadanes no estaran sols en aquest no a Ada Colau. Les persones que formem Junts per Catalunya hem construït l'alternativa al desgovern actual i no li tenim cap por, ni a ella ni a cap altre candidat. Perquè nosaltres, a diferència d'altres, no tenim cap por de les urnes. Al contrari, estem convençuts que junts direm prou a Ada Colau, direm prou al desgavell que patim i direm prou al pitjor equip de govern que ha tingut mai la nostra estimada ciutat. Falta un any just per a les eleccions: és el compte enrere del temps que els queda als comuns i al PSC.

Aquí es piula 

El Twitter en paper



@salwa_elgharbi

Els casaments forçats, i sobretot en noies menors d'edat, són un problema greu que persisteix des de fa molts anys, però no se'ls ha donat la importància que cal i només es comencen a moure les coses quan passa una desgràcia com la de les noies d'origen pakistanès.



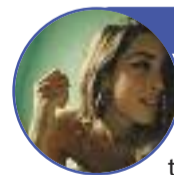
@PunsodaRicart

El castellà té 472 milions de parlants nadius i és oficial en 21 països. El català té 4 milions de parlants nadius en un Estat que l'envesteix. Tingueu consciència històrica i feu-ho tot en català a Catalunya. És que, si la cultura no serveix per veure això, no serveix per a res.



@SoniaAndolz

Els/les mestres de les escoles públiques, quan marxen de colònies amb les criatures, ho fan deixant les seves famílies i sense cap bonificació extra. Es responsabilitzen 24 hores de totes les alumnes i dormen fora. Si no volguessin anar-hi, no hi hauria colònies, així que gràcies!



@iriavt

Casasses diu que «mal amagat és mal que no té cura» i té tota la raó del món, així que sempre que pugueu intenteu parlar sobre el que us trenca; tres-cents vegades si fa falta. I sobretot, quan sigueu a l'altra banda, escolteu fins que el nus afluixi; mil vegades si cal.



Director Editorial: Arnau Nadeu
Subdirector d'edicions: Albert Ribas
Subdirectora de digital: Anna Corbatera
Redacció: Albert Alexandre (diari metropolità), Alba Losada (Barcelona), Anton Rosa (Barcelonès Nord i Baix Maresme), Olga García (Vallès),

Dipòsit Legal: B 43221-2010

Francisco J. Rodríguez (l'Hospitalet i Baix Llobregat), Anna Utiel (Montserrat) i Toni Delgado (Esports)
Dept. de Producció gràfica: Susana Dicenta
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
Webs temàtics: Pere Giménez i Quim Miró

grup comunicació 21 www.liniaxarxa.cat



Els semàfors



Ajuntament

Les obres de la superilla de l'Eixample començaran al juliol, un mes més tard del previst. A més, fa uns dies, el síndic de greuges de Barcelona, David Bondia, va assenyalar presumptes irregularitats en la tramitació del projecte.

pàgina 10



Esquerdats

Els Esquerdats, la colla casteller de l'Esquerra de l'Eixample, va celebrar dissabte la seva diada de bateig, un esdeveniment que la pandèmia ha obligat a ajornar dos anys. El dia va ser rodó: l'entitat va descarregar tots els castells que va fer.

pàgina 10



AV Dreta

La Dreta de l'Eixample va celebrar del 25 al 29 de maig una Festa Major amb normalitat total i amb molta participació. El president de l'Associació de Veïns del barri, Jaume Artigues, considera que l'edició d'enguany ha estat "un èxit".

pàgina 12

El + llegit

líniaeixample.cat

- 1 *Marta Montoliu: "Gràcies, bàsquet!"*
- 2 *Marc Masero, el nou cap de la Bodega Rafel: "Li vaig prometre a en Rafel que no tocaria res"*
- 3 *Quatre ferits lleus en un accident múltiple a Sant Antoni*
- 4 *Una gran festa per demanar la pacificació total de la ronda Sant Antoni*
- 5 *La història d'una lluita veïnal*

Safata d'entrada

Activistes

per Francesc Reina



Foto: Pexels

Ningú sap què és l'activisme, i això pot ser pastura de la censura. És cert, sovint s'associa a un moviment perturbador, provocador, instigador, agitador... negatiu.

Per aquí es colen veus titans entre projectes (és igual, els que sigui) per ocupar-se de l'interès comú, una expressió gairebé artística que troba a faltar la gent i els seus problemes. Un assossec ple de lleres i branques que es contornegen fent tronar els ressons del futur. En aquest alberg habitat, són moltes les coses que cal regar: no sempre es deixa veure l'idealisme que falta, tot el realisme que sobra i deixa al seu pas angouxa i estrès.

Els seus cossos reclamen explicacions: la majoria de les al·lèrgies les provoquen els motors dièsel i això no és culpa de les plantes com de vegades es creu. Moltes ments amb violentades destinacions, milionaris de les

guerres, habitacles impossibles, caresties perverses, mars que no paren de plorar...

Ningú sap què és l'activisme, i això pot ser pastura de la bellesa. També vol dir creatiu, revoltós, rebel, reformador, innovador... positiu.

Obres del temps colpegen les parets ferides emplenant els buits amb el seny d'un cicle. Entre vells moralitzants, falsos profetes i tipus mig adormits, se sobreposen a la perturbació d'allò degradat restaurant espais per continuar creixent. Testaments de tendresa, les fronteres i les seves mides s'obren pas entre el soroll trist. Sembla que triguin un segle a arribar, pujar

i entrar, però la pressa dels dies és urgent per trencar silencis, rentar mentides i defensar dignitats atropellades.

Entremaliadures que sacsegen destins tremendament complicats. Amb els cinc sentits, aquestes aus sonores recuperen el que han perdut trenant d'humanitat totes les fibres.

Això sí, per restaurar entorns danyats, és requisit imprescindible impregnar-se d'un alt índex de valentia (hi ha qui l'anomena inconsciència), preparar-se per a enormes i increïbles faules florides que ens tornin (a tota la natura) les llavors que ens van robar i, així, poder embastar tots els alts del camí.

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



#BlindarElCatalà



#ElDramaDel'Habitatge



#VioladorD'Igualada



@JosepGCambray: Avui [30-5-2022] hem aprovat un Decret Llei que té com a objectiu protegir els centres educatius i les direccions de les ingerències dels tribunals.

@JordiBar3: A Barcelona, una ciutat europea, i en ple segle XXI, una persona es va llevar la vida ahir [30-5-2022] en ser desnonada.

@RebecaCarranco: Los Mossos hallan 12 muestras de sangre de la víctima de la violación de Igualada en la chaqueta del detenido, Brian Raimundo C. [...]



El vici de la bici

per Víctor Porres

Quan encara portava pantalons curts per anar al col·legi, al meu incansable company d'aventures Xavo i a mi ens va parar "El Pequenyet" –un guàrdia urbà del poble que feia quasi dos metres– i, amb la triple autoritat que inspirava l'uniforme, l'alçada i un bigoti prominent, ens va renyar perquè anàvem en bicicleta per un carrer en direcció prohibida. Ens va esbrincar ben fort, però almenys no va treure la porra. Malgrat que no li vam veure mai agafar cap arma, teníem pànic a aquell bastó.

La recent notícia de l'adjudicació a l'empresa concessionària que prestarà el servei de lloguer de bicicletes públiques a l'àrea metropolitana de Barcelona, AMBici –que, malauradament, tindrà una gestió diferent i incompatible amb el consolidat Bicing de la capital–, m'ha fet pensar en la Derbi Panther del Xavo, en les nostres emulacions d'*Els Cinc* per terres ebrenques, en els concursos de salts a l'estil Alain Petit intentant volar sobre els incauts companys estirats a terra i en les curses en les quals ens apostàvem cromos de *La Abeja Maya* o de Migueli i altres herois de la Lliga.

El temps passa, però molts conductors, fins i tot els que s'han tret el carnet de conduir, segueixen confonent-se i no acaben d'assimilar que el senyal de *stop* vol dir "atura't" i que l'intermitent és útil i necessari per avisar els altres conductors quan maniobres cap a l'esquerra o cap a la dreta. I, si vas en bici i no ets manc –ni pretens obligar a jugar al joc de les endevinalles el que tens al darrere–, pots indicar les teves intencions amb el braç, com s'ha fet sempre.

De la mateixa manera, hi ha alguns ciclistes que interpreten el triangle pintat al terra del carril bici com un senyal que els obliga a accelerar encara més quan un vianant pretén creuar la via. Deuen pensar que, en lloc d'un "cedeix el pas", és una fletxa i que és així com han d'actuar, corrent com si estiguessin a l'etapa contrarellotge del Tour.

Per la meua experiència diària torejant bicis, diria que hi ha uns quants tipus diferents de ciclistes: els assenyats, que van ben equipats i circulen amb pre-

caució pel carril bici, respectant els altres vehicles i els vianants; els lliures, que es mouen per dins i per fora del carril, segons el que més els convé –són els mateixos que contribueixen als embolics a les autopistes quan el trànsit és dens i van passant d'un carril a l'altre buscant el més lleuger–; els esbojarrats, que es mouen a una velocitat extrema i són objectors de consciència del fre, sobretot si es dediquen a repartir menjar; els *guiris*, que viatgen en grup i van a l'ample, fent esses i petits *sprints*; i els pares que porten com a paquet els seus fills al darrere, que són cautes com els assenyats, excepte a primera hora del matí, quan fan tard a l'escola i es tornen una mica Tomás Roncero.

Després, més allunyats de la trama urbana hi ha els ciclistes amb mallot i pit descobert. Solen viatjar en bandada, però cal distingir entre dos subgèneres:



Foto: ACN

els corredors professionals, que entrenen a tota velocitat per les carreteres més enrevessades i empinades, i els *patxangueros*, per als quals el pedaleig no és un fi sinó un mitjà per allunyar-se de la rutina domèstica i gaudir d'esmorzars de forquilla que posarien en un destret el mateix Sangonera.

També en l'àmbit rural et pots trobar ciclistes que viatgen en família un darrere l'altre a la vora de carreteres i camins, com si fossin una colla d'ànecs, la majoria endreçadets i ben avinguts, però alguns amb un punt sàdic, deixant enrere l'aneguet més petit perquè se senti motivat, perquè així és la vida, animalets meus. I, a les muntanyes, apel·lant a la màxima llibertat, hi transita el ciclista BTT, sovint també conegut com el "jo baixo per on em rota i, si pel mig hi ha un berenador, mala sort per a l'ensalada russa i les costelles a la brasa".

Arribats a aquest punt, no hauria de pagar just per pecador per molts pecadors que hi hagi sobre dues rodes. No hi ha disponible cap estudi recent del CIS sobre el percentatge d'incívics al manillar, però m'aventuraria a dir que els ciclistes prudents i responsables són majoria, malgrat que els *inbícics* es fan notar molt.

Uns i altres, com a elements intrínsecs de la diversa fauna actual, són depredadors de l'espai natural dels vianants i, alhora, preses fràgils davant dels abusos dels vehicles de motor que, a jutjar per les polítiques de pacificació del trànsit empreses a Barcelona, s'estan convertint en una espècie a extingir o, si més no, que caldria traslladar a altres ecosistemes allunyats de l'asfalt. Perquè el que no es veu no perjudica qui no vol mirar i, lluny de les urbs, tot s'aguanta, especialment al sud.

Des de la perspectiva dels ciclistes, no podem lluir que siguem una ciutat respectuosa amb els usuaris de les bicis. Amb iniciatives com la pedala infantil Kidical Mass es demana la pacificació dels carrers i la millora de les infraestructures per a la bici per poder garantir la seguretat de grans i petits. I els més exigents volen que Barcelona esdevingui la nova Boston, on estan apostant fort per una mobilitat en què la bici agafa cada cop més protagonisme en detriment del cotxe.

Crítics o defensors, tots som o hem sigut ciclistes a temps parcial, ja sigui en alguna etapa de la vida, els caps de setmana o a les vacances. El problema és que tenim una memòria de curt termini i som bastant *jaquetos*: quan anem en bici, maleim els cotxes i els vianants, i quan ens movem a peu o en automòbil, les bicis són un incordi.

L'espècimen que queda per situar en un bàndol o l'altre és l'usuari de la bici elèctrica, que no és més que una bicicleta amb motor i, per tant, sona a un enganyós eufemisme per referir-nos a la versió moderna i menys contaminable del clàssic ciclomotor. I no val a dir que els usuaris de les bicis elèctriques també pedalegen, perquè això ja ho feia el meu iaio quan se li calava el motor de la seva vella Mobylette.

Les millors perles



"Cobardones". Amb aquest adjectiu es referia María Dolores de Cospedal als catalans dies abans de l'1 d'octubre de 2017. L'aleshores ministra de Defensa i secretària general del PP ho va dir a l'excomissari José Manuel Villarejo.

Els Mossos van detenir fa uns dies a la província de Tarragona cinc conductors beguts, dels quals quatre no tenien el carnet en vigor i un es va endur la palma: va donar positiu en totes les drogues i duia una persona al maletger.

Un electricista de l'Índia ha deixat tot un poble sense llum expressament en diverses ocasions per poder veure la seva xicota d'amagat. Els veïns sospitaven alguna cosa i al final els han enxampat *in fraganti*. Les coses que es fan per amor...

Li entren a robar tres cops en una setmana a les dues botigues de bicis que té a Vilafranca del Penedès i Sant Pere de Ribes. Li ha passat a Jaume Llordes, que ha explicat a TV3 que en total li han robat trenta bicicletes.

Twitter (@FCBfemeni)

LA FOTO



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



David
Fernández



Montserrat
Tura



Neus
Munté



Oriol
Lladó



Susana
Pérez



Dolores
Sabater



Jordi
Martí



Lucía
Delgado



Marc
Cerdà



Gala
Pin



Xavier
Godàs



Martí
Casamajó



Joan Ramon
Casals



Elisenda
Alamany



Xavier
Marcé



Oriol
López



Ferran
Falcó



Manuel
Reyes



Núria
Parlon



Amau
Nadeu



Tribuna

De Falcone a Impastato

per David Fernández



«Non li avete uccisi, le loro idee camminano sulle nostre gambe»

Pancartes dels joves de Palerm

Ahir va fer trenta anys de l'assassinat del jutge Giovanni Falcone, símbol universal i referència global de la lluita contra la màfia i totes les seves terminals en tots els angles cecs del poder. A les cinc i quaranta-vuit minuts de la tarda, l'Institut Nacional de Geofísica italià detectava una tremolor sísmica similar a un terratrèmol. Eren els gairebé 500 quilos d'explosius col·locats a l'autopista per ordre de Salvatore Riina. Qui va prémer el botó fou Giovanni Brusca, sicari amb el sobrenom d'*U' Verru (El Porc)*. Algú –des de dins– havia filtrat hora i trajecte. La màfia, sistema de poder, és així i és així. La mort del jutge Falcone –i de la seva dona Francesca Morvillo, també magistrada, i dels tres escortes que els acompanyaven– precediren la mort, només 57 dies després, del jutge i amic Borsellino –«*he d'anar de pressa, ara em toca a mi*», havia anunciat. I va passar. Del segon funeral ha quedat una imatge per a la retina de tota memòria: quan la classe política va voler entrar a l'església, una multitud anònima ho va impedir al crit de *Fora la màfia!*. Els vincles cruels entre màfia i Estat feia temps que eren evidents. Catorze anys abans hi havia hagut un altre maig similar, aquest cop enmig de les eleccions locals del 1978. A Cisini era assassinat Peppino Impastato, impulsor de la ràdio lliure autogestionada *Aut* –«*no poden empresonar l'aire*», havia deixat dit–, militant comunista, altaveu contra la corrupció feta sistema i candidat a les municipals –perquè la màfia es combat des de baix i porta a porta– per Democrazia Proletaria. L'execució fou extremadament cruel, però contra tota omertà la població va anar a les urnes a votar-lo i l'elegí regidor igualment. El seu comiat és considerat la primera gran manifestació contra la màfia. Impastato va morir –engolit entre mentides oficials que l'acusaven de terrorista– el mateix dia que Aldo Moro, sota l'era dels anys de plom italians.

És sabut que a les xarxes socials hi ha de tot i que el que més corre és deixalla tòxica, però encara s'hi pot trobar un reportatge que commou i emmudeix sobre el doble assassinat dels jutges –*Cadàvers excel·lents*, de *Documentos TV*– o la pel·lícula *I cento passi* –en referència a la distància de cent passes que separaven la casa de Pepinno de la casa del cap de la màfia que va ordenar matar-lo. Diran que per què parlo d'això al *Línia*, que sempre ens demana abordar qüestions metropolitanes. L'única resposta disponible és que l'onada expansiva del 1992 va acabar arribant fins a tots els racons dels litorals dels Països Catalans. Les nostres platges, de Salses a Guardamar, van esdevenir refugi de totes les màfies. Fins a vint clans s'hi van instal·lar. Ho va facilitar, aleshores, una justícia gens especialitzada, un règim penitenciari més tou i l'extrema facilitat –del sector immobiliari a l'hostaleria, d'assessories fiscals a clubs d'inversors– amb la qual es podien blanquejar milers de milions. Hi són totes encara –la Cosa Nostra, la 'Ndrangheta, la Camorra i la Sacra Corona Unita. Després, la globalització va anar implicant una globalització criminal d'elevat impacte local. De seguida vingueren noves màfies a colonitzar també els baixos de l'economia catalana –les russes, les ucraïneses i les georgianes, o les tríades xineses. Qui més en sap de tot plegat és el bo d'en Joan Queralt Domènech –autor de *La Gomorra catalana o Màfies, economia i política*.

Hi ha alguns sumaris judicials –*Avispa, Marmol Rojo, Troika, Turandot, Clotilde*– que fa temps que contenen milers de detalls de com s'han instal·lat als nostres municipis i amb quines operatives. Fins i tot en aquells famosos cables de WikiLeaks pels quals se'gueix oberta la persecució salvatge contra Julian Assange hi sortia un document del Departament d'Estat dels EUA on suraven les queixes del fiscal espanyol José Grinda contra un bufet català de togues d'or: «*Per què Cuatrecasas defensa constantment membres de la màfia russa?*». La pregunta encara no ha estat resposta. De com s'han relacionat les màfies amb les esferes catalanes de poder hi ha tres detalls dràstics: l'advocat Piqué Vidal fou condemnat fa no gaire per blanquejar els diners del temible càrtel criminal de Sinaloa; José Mestre, nomenat l'any 2010 empresari de l'any i totpoderós empresari del port de Barcelona, va ser condemnat pels seus vincles directes amb els càrtels colombians, i de sobrenom li deien *Don* –i els seus iots a Menorca es diuen encara *Corsario* i *Cosaco*–; i el tinent coronel de la Guàrdia Civil Máximo Blanco López fou enxampat amb 4.000 quilos d'haixix quan pretenia amarrar a Sant Carles de la Ràpita. Blanco López no era un qualsevol: era el número dos d'Intxaurrondo i havia estat el màxim responsable de la lluita contra la droga en aquella funesta caserna. La màfia és així i ja és això.

Roberto Scarpinato, hereu de la lluita permanent de Falcone i Borsellino, ho avisava l'any 2009 quan va publicar *Il ritorno del principe*: «*Cada cop succeïa amb més freqüència i m'adonava que el món dels assassins comunicava a través de mil portes giratòries amb insospitables salons i algunes alcoves encoixinades del poder. He hagut d'assumir que no sempre tenien rostres miserables i trets populars. Al contrari, els pitjors d'ells havien freqüentat les nostres millors escoles, podíem trobar-los en els millors ambients i de vegades podíem veure'ls a l'església colpejant-se el pit al costat d'aquells que ja havien condemnat a mort*». «*Si l'Estat*» –segueix el jutge Scarpinato– «*neix de la superació dels poders i regles privades mitjançant la constitució d'un ens superior que mitjança entre poders privats en favor de l'interès general, l'Estat mor o comença a morir quan aquests poders privats se n'apropien i el sotmeten a les seves pròpies lògiques. Aleshores l'únic principi regulador de les relacions socials és la força, i aleshores sobre aquells que no formen part de cap tribu social forta –joves precaris, aturats, avis pobres, marginats i milions de ciutadans– es carrega tot el cos social de les transaccions fetes entre les diferents tribus en el seu interès exclusiu*».

Mentrestant, ahir, a primera hora, arrencant la setmana amb la ràdio, s'escolaven dues falques intravenoses. Una, que a la Catalunya on l'exclusió social ja supera el 30%, 500.000 persones requereixen avui el banc d'aliments per omplir la nevera. L'altra, que arreu del món 263 milions de persones més s'han enfilat al penya-segat de la pobresa extrema a conseqüència de la gestió de la covid, mentre s'ha disparat la concentració de la riquesa i hi ha un nou multimilionari cada 30 hores. Algú va teoritzar fa temps: «*El capitalisme ha après de la màfia tot el que la màfia creia que havia après del capitalisme*». Allà seguim i, malauradament, no n'hem sortit. Però fins i tot així no poden empresonar l'aire i el vent que xiula: encara Pepinno, encara Borsellino, encara Falcone.



“

Les nostres platges, de Salses a Guardamar, van esdevenir refugi de totes les màfies

”

Flaixos

@patricioplaja: Parlem en català perquè som catalans. Als qui els molesta que parlem català són els mateixos a qui els molesta que siguem catalans.

@EmmaZafon: “Jo abans no creia en les energies, i ara sí”. Això no demostra que les energies existisquen. Això demostra que t'has fet més idiota del que ja eres.

@aleixcosta7: Ens passem infantil i primària potenciant hàbits i metodologies, i arriben a la secundària i la qüestió és que sàpiguen la quantitat de continguts establerta i au.

L'aigua, clau en la transformació ecològica de les ciutats

Aigües de Barcelona impulsa una estratègia per reduir les emissions i protegir els ecosistemes naturals, mitjançant un compromís climàtic obert

L'efecte conjunt de l'emergència climàtica, el creixement demogràfic i la contaminació per l'activitat humana suposa un risc greu per a la natura tal com la coneixem ara. Actuar davant d'aquesta situació no admet més demores i ha de ser un compromís col·lectiu.

Aigües de Barcelona treballa per ser un motor de transformació social, ecològica i digital.

La conca mediterrània és, precisament, una de les zones més afectades pel canvi climàtic. El Dia Mundial del Medi Ambient, que se celebra el 5 de juny, porta per lema enguany "Una sola Terra" i reclama canvis profunds en les polítiques i les nostres decisions per permetre una vida més ecològica i sostenible.

Cap a la neutralitat climàtica
Aigües de Barcelona treballa per ser un motor de transformació social, ecològica i digital. Amb aquest propòsit, al novembre del 2021 va aprovar la seva Política d'Acció

Climàtica per liderar, de la mà dels seus grups de relació al territori, un canvi de paradigma en totes les actuacions que tenen relació amb l'emergència climàtica i la protecció del medi ambient. Una estratègia que té tres eixos: neutralitat climàtica, adaptació i resiliència, i implicació davant l'emergència climàtica.

La companyia té definit un full de ruta per assolir la neutralitat climàtica (emissions de gasos d'efecte hivernacle netes iguals o inferiors a zero) abans del 2050. Per a això, promou l'eficiència energètica i la implantació de plaques solars i pèrgoles fotovoltaïques a les seves instal·lacions. També aposta per la producció de biogàs a les seves depuradores mitjançant la valorització dels fangs (un residu ric en matèria orgànica). El 2021 va aconseguir produir així 11.673.328 kWh d'energia tèrmica en tres de les seves depuradores, que a més van utilitzar tots els seus processos per generar 21.026.593 kWh d'energia



Naturalització de la planta potabilitzadora de Sant Joan Despi (Aigües de Barcelona)

elèctrica (equivalent al consum elèctric d'aquestes plantes durant 150 dies).

Ciutats més resilents i verdes

El canvi climàtic provocarà, segons l'Agència Catalana de l'Aigua, una reducció del 22% en la disponibilitat de recursos hídrics al litoral català el 2050. Davant d'aquesta situació, regenerar l'aigua (solament l'aigua depurada a un nou tractament perquè es pugui reutilitzar) és la manera més sostenible i resilient d'aprofitar els recursos existents. Aigües de Barcelona va aconseguir re-

generar el 2021 un total de 38 hm³ d'aigua. Fins ara, els usos més demanats de l'aigua regenerada són ambientals, com ara el manteniment del cabal ecològic del riu Llobregat o la injecció als aquífers per evitar la intrusió salina, i els agraris, com el reg del Parc Agrari del Baix Llobregat.

La protecció de la biodiversitat i de l'anomenat 'capital natural' és vital en el nou context. Aigües de Barcelona està naturalitzant les instal·lacions del cycle de l'aigua amb mesures com l'elaboració de diagnòstics

i plans d'acció de biodiversitat, la gestió ecològica de les zones verdes, l'eliminació de l'ús de fitosanitaris o el control d'espècies invasores a través d'un programa i metodologia pròpia.

Implicació climàtica

Per fer front a la nova situació marcada per l'emergència climàtica, també cal reformular com vivim, treballem i ens desplaçem. Un clar exemple d'aquest compromís és la progressiva implantació del teletreball a les oficines de la companyia. Aigües de Barcelona ja va establir abans de la pandèmia un dia de teletreball per estendre una cultura corporativa coherent amb l'emergència climàtica. Aquest any s'ha ampliat a tres dies l'opció de teletreballar, el que equival al 60% de la setmana laboral. Aquesta mesura permetrà reduir en un 39% les emissions de CO₂ anuals derivades dels desplaçaments per treball, fet que suposa una reducció de 430 tones de CO₂ equivalent, o el que és el mateix, reduir el carboni que absorbeixen en un any uns 870 arbres.

UNHCR ACNUR
La Agencia de la ONU para los Refugiados
comité español

EMERGÈNCIA A UCRAÏNA

LES PERSONES QUE ESTAN FUGINT ET NECESSITEN

DONA ARA A

ayudaucrania.com

Bizum – Codi: 01151

ES86 2100 2262 1802 0040 3932

Esquerra de l'Eixample

líniaeixample.cat

1 de juny del 2022

Entitats | Tercer aniversari de l'Hort de la Lola

L'Hort de la Lola va celebrar dijous passat el seu tercer aniversari amb un àpat popular. Els integrants d'aquest espai, situat als jardins de Montserrat, el defineixen com un "hort ecològic, comunitari i assembleari" per fer "un barri verd i viu".

Les obres de la superilla començaran el mes de juliol

URBANISME ▶ Les obres de la superilla de l'Eixample havien de començar aquest mes de juny, però finalment ho faran al juliol, un mes més tard del previst. Ho va anunciar l'Ajuntament dijous passat, després que la Comissió de Govern aprovés definitivament els projectes executius dels primers quatre eixos verds i les primeres quatre places noves que es crearan en el marc del pla Superilla Barcelona.

Concretament, els eixos verds es faran als carrers Consell de Cent, Girona, Rocafort i Comte Borrell, i les noves places, que seran d'uns 2.000 metres quadrats, estaran situades a les cruïlles de Consell de Cent amb Girona, Rocafort, Comte Borrell i Enric Granados. En total, les obres comptaran amb un pressupost de 52,7 milions d'euros i, si no passa res més, està previst que acabin durant el primer trimestre de 2023.



Així es veurà la plaça Enric Granados des del cel en el futur. Foto: Ajuntament

TRAMITACIÓ IRREGULAR?

Precisament, el síndic de greuges de Barcelona, David Bondia, va assenyalar fa uns dies presumptes irregularitats en la tramitació del projecte de la superilla, perquè l'Ajuntament hauria començat la licitació de les obres abans que el projecte estigués aprovat definitivament.

Davant d'aquestes acusacions, l'alcaldeessa Ada Colau va defensar que els tràmits s'havien fet

"d'acord amb la legalitat". Dijous, després de l'aprovació definitiva dels projectes executius de les primeres obres de la superilla, l'Ajuntament va voler remarcar que la tramitació "s'ha fet seguint exactament el mateix procediment dut a terme per a les aprovacions de totes les obres de la ciutat", d'acord amb el "procediment per a l'elaboració i tramitació dels projectes d'obres i l'execució de les obres municipals".



Foto de família de la colla al parc Joan Miró. Foto cedida

Els Esquerdats celebren una diada de bateig rodona

TRADICIÓ ▶ Els Esquerdats, la colla castellera de l'Esquerra de l'Eixample, fa dos anys i mig que es van guanyar la camisa lila i fa una mica menys que la van estrenar durant les festes de Santa Eulàlia de 2020. Però la pandèmia va arribar justament quan ho tenien tot a punt per celebrar la diada de bateig, que en la tradició castellera és un pas necessari per arribar a ser una "colla de ple dret". Dissabte passat, finalment, va arribar el dia.

El parc Joan Miró va acollir la

diada de bateig dels Esquerdats, que van estar acompanyats de les seves colles padrines, els Xicotets de Vilafranca i els Castellars de Castellar del Vallès. La jornada va ser rodona perquè, tal com celebra la presidenta dels Esquerdats, Clàudia Baus, tant ells com les colles padrines van poder descarregar tots els castells. A més, com mana la tradició, van acabar la diada ben xops. Després ho van celebrar amb concerts i sessions de DJ, en el marc de la Festa de la Primavera del barri.

Fires | El SOM Sant Antoni Festival, un èxit

L'avinguda Mistral va acollir el passat cap de setmana el SOM Sant Antoni Festival, la primera fira de comerç i cultura de l'eix comercial. Des de SOM Sant Antoni afirmen que la fira ha estat un èxit. "Els comerciants estan contents", celebren.

Sant Antoni

Celebren la creació del catàleg que vol potenciar el comerç

COMERÇ ▶ Si Barcelona no tingués comerç local, seria una ciutat sense vida, i per això és tan important cuidar-lo. Així ho van fer fa uns dies l'Ajuntament i Barcelona Activa presentant el Catàleg de serveis especialitzats per a la Restauració i el Comerç, que vol potenciar, digitalitzar i afavorir el relleu generacional del comerç.

Aquest catàleg ofereix, entre altres, diferents serveis i programes de suport, com ara assessorament sobre tràmits necessaris per impulsar un negoci, orientació sobre com aconseguir finançament i subvencions per fer el salt cap a la digitalització. Per a la presidenta de l'associació de comerciants SOM Sant Antoni, Línia Núñez, totes les ajudes són "importantíssimes", però destaca el paper clau de fomentar la digitalització. "Estem en un moment de canvi que a molts comerciants ens ha agafat en una edat en la qual costa més actualitzar-se", reconeix. Pel que fa al coneixement sobre ajudes que hi



Foto de família després de la presentació del projecte. Foto: Ajuntament

ha entre els comerciants, assenyala que cal que es donin a conèixer més perquè més persones les puguin aprofitar.

Per la seva banda, el president de l'eix comercial Sant Antoni Comerç, Jordi Arias, indica que de totes les ajudes del catàleg li sembla interessant la que va destinada a finançar canvis de

persianes als establiments. El fet que siguin transparents, diu, té avantatges: "Dona visibilitat a les botigues quan estan tancades i, a més, evita que es facin grafitis". Paral·lelament, però, insisteix que les ajudes haurien de ser més ràpides de tramitar. "Hi ha botiguers que no les demanen perquè no tenen temps", afirma.



La paella popular que va omplir la ronda diumenge. Foto: Fem Sant Antoni

Una gran festa per demanar la pacificació total de la ronda

URBANISME ▶ La ronda Sant Antoni es va omplir diumenge de veïns reclamant la seva pacificació total, una demanda que ha rebut el suport de 43 entitats dels dos barris que aquest espai separa, el Raval i Sant Antoni.

Sota el lema 'Una ronda pacificada, un espai per al veïnat', Fem Sant Antoni i la Xarxa Veïnal del Raval van convocar una jornada tant festiva com reivindicativa, que va començar a les dotze del migdia i es va allargar tota la tarda. L'escenari va ser el tram de

la ronda entre Comte d'Urgell i Vil·larroel, on hi va haver una paella popular, diverses actuacions musicals i un espectacle de circ.

El futur de la ronda continua sent incert i generant opinions enfrontades. Mentre que diumenge es va fer visible la postura dels veïns que volen la pacificació total, també hi ha veïns –agrupats en la Plataforma d'Afectats per la Llosa de Sant Antoni– que aposten pel projecte del 2018, que inclou carrils per al transport públic, la càrrega i descàrrega i les bicis.

Nit Solidària Contra el Càncer

Dijous, 9 de juny a les 20.00h
al Pavelló Italià de Barcelona.

Actuacions:

Love of Lesbian
I més sorpreses...

Presentadors:

Laia Ferrer
I altres convidats especials

Sopar:

Càtering Mercès
Postres Oriol Balaguer
Celler Juvé & Camps

I tu, hi participes?

Reserva i compra de tickets
per a particulars i taules d'empresa.

JO HI PARTICIPO!



Dreta de l'Eixample

líniaeixample.cat

1 de juny del 2022

Cultura | La història sonora de l'Eixample

La Casa Elizalde acull l'exposició 'Desconcert. Ciutat, soroll i màquina 1890-1990', que repassa l'evolució dels sons que han envaït la ciutat i sobretot l'Eixample des de finals del segle XIX i fins a finals del segle XX.

“Hi havia ganes de festa i s'ha notat”

» La Dreta de l'Eixample ha pogut celebrar amb normalitat la Festa Major i la Fira Modernista
 » El president de l'AV del barri, Jaume Artigues, considera que l'edició d'enguany ha estat “un èxit”

TRADICIÓ ▶ La Dreta de l'Eixample ha pogut celebrar aquest any una Festa Major com les d'abans de la pandèmia i “ha estat un èxit”, tal com valora el president de l'Associació de Veïns del barri, Jaume Artigues. Després d'una edició 100% virtual, la del 2020, i d'una encara molt marcada per les restriccions, la de l'any passat, els veïns esperaven amb candeletes la d'aquest 2022. “Hi havia ganes de festa i s'ha notat”, recalca Artigues, satisfet amb la resposta de la gent al centenar d'activitats programades.

La Festa Major, que va començar el dia 25 i va acabar el 29, va incloure concerts, xerrades, exposicions, tallers i mostres de teatre i cultura popular, entre molts altres actes. En paral·lel, del 27 al 29, el Casal de Joves la Dreixa va organitzar la seva pròpia celebració, la Festa Major Jove, que també va tenir molt bona acollida i, de fet, va superar expectatives, segons els in-

tegrants de l'entitat. Des del casal celebren que, tenint en compte que són “força nous”, la festa els va servir per donar-se a conèixer i dilluns mateix ja tenien gent nova interessada a unir-s'hi.

TORNA LA FIRA MODERNISTA

Fa uns anys, la Festa Major de la Dreta de l'Eixample va començar a anar de bracet de la Fira Modernista de Barcelona, però la irrupció del coronavirus ho havia impedit en les dues últimes edicions: feia dos anys que no hi havia Fira Modernista. Per això és especialment rellevant el retorn d'aquesta proposta, que ha arribat per fi a la setzena edició (la xifra que hauria d'haver assolit el 2020 i que ha hagut d'esperar).

Aquesta entrega de la fira, que es va celebrar del 27 al 29 de maig, va anar dedicada al pintor Hermen Anglada Camarasa amb motiu del 150è aniversari del seu naixement. En el marc d'aquesta activitat, el carrer Gi-



La d'enguany ha estat una Festa Major amb molta participació. Foto: AV Dreta de l'Eixample

rona, entre Diagonal i Consell de Cent, es va omplir de parades d'artesanía, productes de proximitat i comerços, restauració i empreses del barri.

PROTAGONISTES DEL DEMÀ

Dins de la Festa Major, a la seu del Districte va tenir lloc la gala

d'entrega de la 10a edició dels premis Protagonistes del Demà, uns guardons que volen ser una empenta per als estudiants de segon de batxillerat de l'Eixample.

El jurat d'aquests premis valora tant el rendiment acadèmic dels estudiants que s'hi presenten com la seva solidaritat i la seva ca-

pacitat de ser un exemple positiu per als companys. En aquesta ocasió, hi va haver set premis ex aequo per a alumnes de diferents centres educatius de l'Eixample, la qual cosa parla molt bé del jovent del districte. El premi són mil euros per a la matrícula dels estudis universitaris.

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



**Tenim cura de
qui tu més estimes
com tu més
t'estimes.**

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.



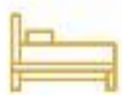
BENEVOLENCIA

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



Carrer Natzarret 16, 08035 Barcelona

93 434 30 95

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

Sagrada Família

líniaeixample.cat

1 de juny del 2022

Cultura | 'Veus invisibles' a l'Ateneu El Poblet

L'Ateneu El Poblet ha posat en marxa el cicle de cinema 'Veus invisibles' i, alhora, exposa per segon any consecutiu l'exposició fotogràfica homònima. Totes dues propostes parlen sobre les mares solteres del Marroc.

El turisme complica la circulació en bici al voltant de la basílica

MOBILITAT ▶ “Per excés de turisme, els agents cívics et fan baixar de la bici en el carril bici de Sagrada Família. O sigui, no s’han d’apartar ells, m’he d’apartar jo”. Aquesta era la queixa que compartia fa uns dies a Twitter un veí del barri de la Sagrada Família, Xavi Buxeda. “Ni un dia sense haver d’esquivar algun *guiiri* amb cara de perca acabada de pescar al carril bici de Sagrada Família”, comentava uns dies més tard un altre veí, David Morán, en la mateixa línia.

La recuperació del turisme a la ciutat es nota amb força al voltant de la basílica, que ja fa setmanes que torna a tenir la imatge que tenia el 2019. Mateixa imatge i mateixos problemes, com ara la difícil convivència entre turistes i ciclistes. “A la zona de la Sagrada Família l’espai viari està sobreocupat per turistes”, comenta Buxeda, que fa referència no només als que van a peu pel carril bici, sinó també als que fan servir els anomenats bicitaxis, que suposen un gran obstacle per als ciclistes. Bu-



Els bicitaxis, un dels obstacles que es troben les bicis. Foto: Carola López/ACN

xeda assegura que fins i tot l’han arribat a increpar grups de turistes mentre pedalava. És ell qui els fa nosa, i no al revés.

“Si la Sagrada Família ha de ser un edifici de Barcelona, ha de poder conviure amb la població pròpia del barri i de la ciutat. Ara mateix [el temple] és aliè a la ciutat, és un element purament decoratiu, cap persona del barri el pot gaudir com a tal”, reflexiona Buxeda. Ell té experiència en això

de patir les conseqüències del model turístic de la ciutat. Fa dos anys va marxar del Born perquè era veí d’un pis turístic il·legal que ocasionava moltes molèsties i, en denunciar la situació, va patir una agressió al replà.

Ara valora viure en un barri que sí que té “més vida local”, però lamenta que aquesta està “limitada” a pocs carrers i es desdibuixa com més t’acostes al temple. “La invasió turística es va enfilant”, diu.

Tot a punt per a la Mostra de Comerç de Gaudí Shopping

FIRES ▶ L’avinguda Gaudí estarà de festa els pròxims 4 i 5 de juny, quan se celebrarà la Fira de comerç al carrer de Gaudí Shopping. Tal com expliquen des de l’Eix Comercial Gaudí Shopping, hi haurà al voltant de 60 parades amb una oferta de productes molt variada, com ara alimentació, artesanía, bijuteria i roba, entre altres. A més, afegeixen, hi haurà un pintacares a la parada de la botiga Dulce Barcelona i la possibilitat de jugar a jocs de taula a la de l’establiment Jugar por Jugar.

Pel que fa a l’assistència, des de l’eix comercial tenen bones expectatives. Tal com diuen, “és una fira que sempre va bé i tot-hom surt molt content”. Tenir bons resultats ara encara és més important que abans, ja que, recorden, aquesta és només la segona fira que fan des que va esclatar la pandèmia i la primera de totes que “serà normal”. “La primera va ser durant l’octubre del 2021, però hi havia moltes restriccions i menys parades. Aquesta vegada el panorama serà molt diferent”, indiquen.



La fira es farà el 4 i el 5 de juny. Foto: Eix Comercial Gaudí Shopping

el valor de la proximitat

100.812

usuaris únics metropolitans
Octubre'21 OJD

166.566

pàgines vistes
Octubre'21 OJD



liniatarxa.cat

grup comunicació21



línia
el diari metropolità



Foto: Alberto Lores / PIN Media

EMERGENCIA EN UCRANIA

Miles de personas huyen de sus hogares buscando refugio para salvar sus vidas. La infancia está especialmente desprotegida.

Dona ahora

Cuenta bancaria:

ES69 2100 5731 7202 0041 1957

 **Ayuda
en Acción**

Fort Pienc

líniaeixample.cat

1 de juny del 2022

Obres | L'àrea de gossos de l'Estació del Nord, al setembre

La futura àrea d'esbarjo de gossos de l'Estació del Nord s'inaugurarà a principis de setembre, si es compleixen les previsions del Districte. Ho va dir la consellera del Fort Pienc, Isabel Pallejà, durant el Consell de Barri que es va celebrar dijous passat.

Torna la subhasta dels Encants de sempre: oberta i a la plaça

COMERÇ ▶ Una de les particularitats que caracteritza el Mercat dels Encants és la seva subhasta oberta al públic ubicada a la plaça central del recinte. Al llarg de més de dos anys, però, aquesta activitat s'ha vist alterada per la pandèmia. Primer, va quedar del tot aturada durant més de cent dies, fins que l'estiu de 2020 es va tornar a posar en marxa, però en unes condicions molt diferents: a la sala polivalent del mercat, a porta tancada, amb aforament limitat i altres restriccions per la covid. Ara, per fi, torna a funcionar com sempre.

“Per a nosaltres canvia moltíssim”, reconeix el president dels Encants, José Nebot, que creu que tornar a la plaça i deixar enrere les normes marcades per la pandèmia suposa “recuperar el caliu de sempre”. Així, des del passat 16 de maig, la subhasta es fa els dilluns, dimecres, divendres i dissabtes de 7.45 a 9.00 hores.

En aquestes primeres dues setmanes de funcionament, ha



La subhasta recupera la normalitat. Foto: Twitter (@EncantsBCN)

quedat demostrat que la proposta continua gaudint de bona salut. “La subhasta té molt de seguiment, aquí nodrim molts comerços”, assegura Nebot, que detalla que els clients sobretot busquen llibres antics i peces d'antiquari.

El president dels Encants admet que els últims dos anys i escaig han estat “complicats” i

que “la cosa es presenta crua” per l'augment del cost de la vida i la consegüent pèrdua de poder adquisitiu de la gent. És conscient que aquest és un “mal general”, que afecta tot el comerç, i es manté optimista malgrat tot: “Potser no n'hi haurà per a tant”, diu, confiant en la capacitat dels Encants de capejar un cop més el temporal.

La plaça Fort Pienc, escenari del Dia Internacional del Joc

INFÀNCIA ▶ L'alegria dels més petits va omplir la plaça Fort Pienc divendres passat amb motiu del Dia Internacional del Joc, que es commemora el 28 de maig arreu del món per recordar que jugar és un dret dels nens i nenes, tal com recull la Convenció sobre els Drets de l'Infant.

Des de l'Eixample es va avançar la celebració d'aquesta diada al 27 de maig i es va viure una tarda de jocs i tallers infantils al cor del Fort Pienc. Així, des de dos quarts de cinc de la tarda fins a les set del vespre, la canalla i les

seves famílies van poder gaudir de jocs “gegants”, jocs de taula, de construcció, d'estratègia i d'estimulació sensorial amb la natura com a protagonista. També hi va haver el taller ‘Circ-uit!’, a càrrec de l'Associació Cultural Kanaya Circ, que convidava els participants a convertir-se en artistes de circ.

Els organitzadors de la jornada van ser el Casal Infantil Fort Pienc, l'Aula Ambiental de la Sagrada Família, Júpiter Juegos, Jugar x Jugar i Soljoc, amb el suport del Districte.



L'acte es va celebrar divendres passat. Foto: Twitter (@marcmartinezn)



Creu Roja

UCRAÏNA ENS NECESSITA

COL·LABORA-HI



 www.cruzroja.es

 **BIZUM** al **33512**

 **900 104 971**

 Envia **SMS** amb la paraula **UCRANIA** al **38088** i dona **3€***

TRANSFORMA LA TEVA APORTACIÓ

 **5€** Manta (individual)

 **33€** Set cuina (5 persones)

 **20€** Tendals plàstics 4 x 6 metres

* L'import íntegre (3€ IVA *inc.) del missatge es destinarà a Creu Roja Espanyola. (Movistar, Vodafone, Orange, Yoigo, Euskaltel). Att. client: 900 104 971 donativos@cruzroja.es. Pol. Prot. dades: www.cruzroja.es Imatge: Maksym Trebukhov / Ukrainian Red Cross Society

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





A PROP

consum sostenible i de proximitat

Fomentant els horts urbans i el verd a la ciutat

Foto: Ajuntament



Sostenibilitat

Els horts urbans i l'impuls del verd a les ciutats estan guanyant cada cop més terreny com a propostes per combatre els efectes del canvi climàtic en unes metròpolis cada vegada més massificades.

És en aquest context que cal emmarcar *Les 48 hores d'agricultura i verd urbà*, un festival que va tenir lloc a Barcelona el cap de setmana del 14 i 15 de maig. Va

ser organitzat per l'Associació Replante, amb el suport de l'Ajuntament. Entre les activitats programades hi havia xerrades, visites guiades, tallers de compostatge, d'horts periurbans i de cobertes verdes, entre altres. Amb tot, una cinquantena de propostes que tenien la finalitat de compartir amb la ciutadania les innovacions d'agricultura verda que estan canviant l'entorn i impulsar-la per avançar en les pràctiques sostenibles.

A més, el cap de setmana sostenible va oferir experiències directes amb els projectes i espais més desconeguts de la ciutat i que estan relacionats amb el món del verd i l'agroecologia. De fet, una de les activitats va tenir a veure amb un tema d'actualitat com és la relació dels éssers humans amb els arbres.

Per la seva banda, l'Ajuntament va aprofitar el festival per presentar el seu programa municipal *Mans al verd*, que

impulsa a través de l'Institut Municipal de Parcs i Jardins per tenir cura de les zones verdes de la ciutat.

Per altra banda, el festival també va oferir la possibilitat de fer visites a horts

La finalitat del projecte és compartir amb la ciutadania les innovacions en agricultura i verd urbà

urbans gestionats per associacions de la ciutat, com ara els de les masies de Can Mestres i Can Cadena.

REPLANTEM

L'entitat organitzadora, Replante, està formada per 24 professionals, empreses, emprenedors i altres entitats que fomenten els projectes sostenibles i de cultura verda a Barcelona.

El seu objectiu és difondre entre la ciutadania de la ciutat la importància de portar a terme pràctiques sostenibles i verdes.

Amb tot, l'esdeveniment de *Les 48 hores* se celebra també en altres ciutats del continent. De fet, es desenvolupa a una vintena de localitats franceses –país on va néixer el concepte–, a més d'altres de Bèlgica o de Suïssa.

Barcelona, candidata a acollir la Capitalitat Europea del Comerç de Proximitat el 2023

Reconeixement

Barcelona opta a convertir-se en la Capital Europea del Comerç de Proximitat l'any vinent. Així ho ha sol·licitat la Fundació Barcelona Comerç, que ha presentat la candidatura de la capital catalana amb el suport de l'Ajuntament, la Generalitat, el govern central, Vitriures d'Europe, Euro-Comerç i Retailcat, entre altres entitats.

L'entitat de comerciants ha rebut també el suport de la presidenta del Comitè de Peticions del Parlament Europeu. De fet, Barcelona Comerç va fer pública la candidatura barcelonina en un acte celebrat el 12 de maig a l'Oficina del Parlament Europeu a Barcelona, amb motiu del

Dia Europeu del Comerç de Proximitat. Amb aquesta iniciativa, la ciutat vol fer valdre la força i els valors del seu comerç, que contribueix a dotar Barcelona d'identitat pròpia. Sense anar més lluny, el comerç és un espai de socialització important, que cohesiona la comunitat i preserva la diversitat i riquesa econòmica dels barris.

La Capitalitat del Comerç de Proximitat proposa que cada any una ciutat del continent aculli un any sencer d'esdeveniments, conferències i activitats informatives i de divulgació que tinguin a veure amb el petit comerç. En aquest sentit, el primer tinent d'alcaldia, Jaume Collboni, considera que aquesta iniciativa té la finalitat de defensar "el model social europeu" davant les grans plataformes de consum.



Foto: Aina Martí/ACN

consum sostenible i de proximitat



El Petit Mercat de Mercats passa per la Marina

Fira

El Mercat de la Marina va ser l'escenari els dies 13 i 14 de maig d'una nova edició del Petit Mercat de Mercats, un esdeveniment que s'inspira en el Mercat de Mercats i que té la intenció de promocionar els productes de qualitat dels comerciants de la ciutat. Aquesta activitat va tenir lloc en el marc de la Festa de la Primavera del barri de la Marina i va aplegar centenars de veïns que s'hi van apropar per gaudir del bon temps i de la proximitat dels paradistes.

En aquest sentit, hi va haver música en directe, tapes, una zona de barbacoa i infantil i diversos tallers, com ara tasts de vins i fins i tot classes de cuina, una de les quals a càrrec de Sofia i Víctor, concursants del programa de televisió *MasterChef*.

I és que els productes de proximitat van ser els protagonistes de la fira. De fet, a l'espai de barbacoa habilitat els assistents van poder cuinar els productes frescos que acabaven de comprar a les parades del mercat, que els botiguers ja havien deixat preparats amb aquest objectiu. Per la seva banda, a la zona de restauració de la fira els restaurants del barri van oferir tapes a tres i cinc euros.

ESPAIS ESPECIALS

A més, els dos dies de festa van comptar amb un programa farcit d'activitats culturals, com ara les actuacions de la companyia d'arts del carrer Zigurat Band, que va animar el migdia i la tarda amb la seva música.

Per la seva banda, la canalla va tenir el seu lloc a la fira, amb tallers de gastronomia i de treballs manuals, a més de ioga i dibuix, entre

altres. A més, els més petits van poder gaudir d'un espai de contes, cuinetes i pissarres per fer dibuixos.

TALLERS I XERRADES

La zona d'activitats per als adults, a banda, va oferir xerrades gastronòmiques, com ara la de Pestos de temporada, amb La Vestale, un tast de vins a càrrec de DO Catalunya, un taller de cuina amb Marina Monsonís i un taller de cerveses que va organitzar Estrella Damm.

Aquesta iniciativa va estar organitzada per l'Ajuntament. Ho va fer a través de l'Institut Municipal de Mercats de Barcelona (IMMB), que va comptar amb la col·laboració de la Federació de Mercats Municipals de Barcelona (FEMM), en el marc de la Festa de la Primavera de la Marina.

EN PRIMERA PERSONA

“Les plataformes no entenen l'essència dels barris”



David Rodríguez

El Caimán Alegre
(Travessera de Gràcia)

David Rodríguez va obrir El Caimán Alegre el 1996. En aquell moment va saber veure un nínxol en la roba esportiva com a proposta de moda urbana. Un quart de segle més tard, ara com a president de la Unió de Botiguers de Travessera de Gràcia-Casc Antic, continua buscant oportunitats per al comerç, tot i que sense perdre l'essència.

Com heu viscut els canvis que ha experimentat el petit comerç des dels anys 90?

En el moment que vam obrir la botiga no hi havia ni xarxes socials ni mòbils, imaginat. Travessera de Gràcia era –i és– un carrer punter al qual tothom anava a comprar.

Com us heu adaptat a la nova realitat digital?

Tenim un web molt ben posicionat –*graciacomerc.com*–. I ara estem fent targetes digitals de fidelització per participar en sortejos i tenir avantatges. Hem d'incentivar els clients, però sense perdre l'essència del comerç de proximitat.

I com es fa això?

Cada barri ha d'invertir en la seva zona i promocionar-la, perquè saben com són els seus clients. Les grans plataformes no entenen l'essència dels barris. Quan vam obrir Gràcia Comerç la intenció era ajudar el barri i digitalitzar amb tranquil·litat. A més, no hem de jugar a les lligues que no ens pertoquen. Hem de saber on som cadascú de nosaltres.

Foto: Ajuntament



La Boqueria i el Mercat Central de Florència enforteixen llaços

Foto: Ajuntament



Aliança

Establir una aliança per compartir experiències. Aquesta és la base de l'acord al qual han arribat les ciutats de Barcelona i Florència, a Itàlia, a través dels seus dos mercats més representatius: la Boqueria i el Mercat Central de Florència.

La signatura del conveni es va fer el passat 6 de maig a la ciutat italiana, on hi havia la regidora de Comerç i Mercats, Montserrat Ballarín, que va estar acompanyada per Eduard Soley, vicepresident de la Boqueria; Federico Gianassi, regidor d'activitats productives de Florència, i Massimo Manetti, president del Consorzio Storico Mercato Centrale de Florència.

Aquesta col·laboració té una durada de quatre anys renovables i busca precisament compartir idees i projectes per millorar el servei al consumidor i, en paral·lel, afavorir les activitats culturals i la promoció de les tradicions dels dos municipis.

En aquest sentit, els dos mercats es comprometen també a organitzar periòdicament esdeveniments per fer balanç de l'aliança.

GUARDIANS DE LES ESSÈNCIES

Amb tot, la voluntat d'aquesta col·laboració és fer valdre l'essència dels mercats, espais de trobada i socialització que conserven les tradicions més ancorades a les societats on s'inscriuen, en un moment d'evolució i canvi pel que fa als hàbits de compra.

Futbol sala | El CFS Eixample es queda sense play-off d'ascens

El conjunt de Tati Torres va caure derrotat per 1-2 el passat 28 de maig contra el líder, el Bisontes Castellón FS, i va perdre la segona plaça del grup 2 de Segona Divisió, l'última que donava accés a disputar el play-off d'ascens a Primera i que és per al CN Caldes. El CFS Eixample ha signat una segona volta gairebé perfecta.

Carlos Segura: l'alè del CB Roser

» Aler i aler pivot, segon tècnic i aficionat del CB Roser, Segura ajuda i anima l'equip en tot moment
 » "El bombo és important per a mi perquè m'ha regalat molt bons instants", diu l'eixamplenc

Toni Delgado
FORT PIENC



"A vegades em sento una mica Superman, sobretot quan, de sobte, l'equip remunta un partit molt difícil. No sé si tindrà alguna cosa a veure amb el bombo o no, però jo continuo tocant-lo sense descans", confessa Carlos Segura (Madrid, 2002), un aficionat singular del CB Roser.

Deu ser increïble començar a aplaudir o cantar i que la resta del públic et segueixi. Contagiar i compartir aquesta energia. A l'entrevista se li posa la pell de gallina especialment si el públic s'anima i anima en moments molt complicats, "quan els jugadors i jugadores necessiten més el nostre suport".

"La grada és el sisè jugador: empeny a fer cistelles o a defensar millor. Quan l'equip s'aixeca o els i les protagonistes ens demanen que cridem més, et sents útil i dins del matx", enraona, agraït, Segura, que també és aler i aler pivot del sots 21 vermell i segon entrenador del júnior masculí especial. Fa de tot pel seu club.

És un madrileny que va arribar a Catalunya amb sis anys i que se sent eixamplenc d'adopció i cor. Segura i el seu grup d'amistats van donar-li una segona vida a un bombo oblidat amb el material de les pistes de sota el Pont de la Marina. Feia anys que ningú el feia servir. Va ser ell qui el va començar a tocar i és qui el va treure i se'n cuida. Qui l'arregla. "El compartim. És de tots i totes. Saps? Potser et sembla estrany tenir-li molta estima a un objecte, però el bombo és important per a mi perquè m'ha regalat molt bons moments amb el grup d'amistats i el CB Roser. Aquest club és, literalment, família", afegeix.

AMB BROMES I RESPECTE

"Animem des del respecte pels i per les esportistes i pel cos arbitral, tot i que està clar que ens podem empipar després d'una decisió arbitral que no veiem encertada", enraona Segura. "Intentem no traspasar ni anar més enllà de la broma. Si amb un comentari podem desconnectar un o una rival i que pensi 'ostres, m'han fet riure i he marxat del partit un moment',



Carlos Segura, amb el bombo. Foto: Toni Ruiz

haurem aconseguit part del nostre propòsit, ajudar l'equip", exposa. Li encanta la rivalitat sana i enginyosa: "Si ens dediquen les cistelles, ja estan entrant en el nostre joc, i potser sí

que els farem algun comentari si fallen la següent acció".

El bàsquet, sigui a la pista, a la grada, al bar o a casa, ocupa un espai privilegiat en la seva vida. El fa desconnectar

dels problemes i és el vincle amb moltes persones del seu entorn. A vegades els caps de setmana de l'eixamplenc són absolutament basquetbolístics. "Ma mare, la Rocío, moltes vegades em diu: 'Però si no has parat per casa ni un moment'", confessa aquest jugador, entrenador i aficionat tan vitalista, apassionat i sociable. Un líder natural que cuida i fa sentir bé la seva gent.

Quan les amistats no estan disponibles, Segura va a veure partits del seu club sol. De seguida s'apropa al grup de familiars o comença a parlar amb altres persones. "Aquí tothom et sona, com a mínim, de vista, i gaudir un matx acompanyat sempre és molt millor", explica.

Queda pendent saber com va descobrir el conjunt eixamplenc. "Doncs va ser quan vaig deixar el futbol perquè no m'havia acabat de fer el pes. A l'Escola Mireia, el meu gran amic Pau Capdevila em va convidar a anar a fer una prova al seu club, el CB Roser, per veure si m'agrada el bàsquet. Diria que m'ha acabat agradant una mica, eh", conclou, divertit.

Copa Catalunya de bàsquet				Lliga EBA				Classificacions				2a de futsal				3a catalana de futbol			
Equip	PG	PF	PC	Equip	PG	PF	PC	Equip	PTS	GF	GC	Equip	PTS	GF	GC	Equip	PTS	GF	GC
1. SESE	5	344	311	4. EM El Olivar	14	1666	1632	1. CFS Castellón	76	113	42	1. Sant Genís-Penitents	75	100	30	2. Peña Anguera	70	99	35
2. CB Roser	4	321	297	5. CB Valls	12	1553	1455	2. CN Caldes	69	88	38	3. Young T. Badalona	55	67	46	3. Young T. Badalona	55	67	46
3. CB La Salle Reus	3	330	314	6. CB Es Castell	11	1636	1641	3. CFS Eixample	66	117	43	4. CE Apa Poble Sec	53	97	53	4. CE Apa Poble Sec	53	97	53
4. CN Terrassa	0	280	353	7. CB Roser	10	1515	1495	4. AE Les Corts-UBAE	63	111	67	5. AD Arrabal Calaf	51	77	57	5. AD Arrabal Calaf	51	77	57
No et perdis res: tot l'esport a liniaeixample.cat				8. FC Martinenc B.	10	1611	1577	5. InterSala Zaragoza	58	86	55	6. FC l'Esquerra	49	56	49	6. FC l'Esquerra	49	56	49
				9. SESE	9	1540	1562	6. FSF César Augusta	57	114	69	7. Fundació P.CE Júpiter	46	48	36	7. Fundació P.CE Júpiter	46	48	36
				10. UE Barberà	7	1542	1702	7. CD La Concòrdia	48	90	67								

L'aplicació que està revolucionant la jubilació

Coneix més visitant la nostra web www.vermutapp.com

Disponible en:

cada dimecres fem barri



... a més de
700 botigues
dels eixos comercials

líniaeixample

L'únic setmanari de l'Eixample

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
3 expositor
(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
- **PSC Barcelona**
Consell de Cent, 416

No t'ho perdís



Foto: Mar Vilari/ACN

Primavera Sound 2022

Tornen els grans festivals tal com els coneixíem i a casa nostra, com no podia ser d'una altra manera, l'encarregat de donar el tret de sortida a la temporada és el Primavera Sound. Aquest any està dividit en dos caps de setmana (del 2 al 4 i del 9 a l'11 de juny), un format que es repetirà l'any vinent però amb un canvi significatiu: el segon cap de setmana serà a Madrid. Sigui com sigui, aquest mes de juny, pel Parc del Fòrum passaran grups i artistes internacionals com The Strokes, Dua Lipa, Gorillaz o Tame Impala, però també d'aquí, com Maria del Mar Bonet o Manel.

Famosos



Finalment no s'ha endut la Palma d'Or del Festival de Canes (malgrat que n'era un dels favorits), però ha estat en boca de tothom. El director de cinema Albert Serra (Banyoles, 1975) va presentar *Pacification-Tourment sur les îles*, un film rodat a la Polinèsia Francesa, a la secció oficial del festival i va entusiasmar el públic. Després de saber que no havia rebut el premi, es va mostrar molt tranquil en una entrevista al FAQs de TV3: "No em preocupava abans i no em preocupa ara", va assegurar, tan convençut com sempre de la qualitat del seu art. En la mateixa línia, també va afirmar: "Jo represento fins a les últimes conseqüències el millor de la tradició europea".

La fitxa

QUI ÉS?

A L B E R T S E R R A

ÉS FAMÓS PER...

Ser un director de cinema reconegut
Ha estat premiat al Festival de Canes i als Premis Gaudí

QUÈ HA FET?

No ha guanyat la Palma d'Or però...
Ha convençut públic i crítica i ha estat en boca de tothom

A LES XARXES...

Hi ha qui l'admira i qui se'n riu
Alguns el consideren un geni i d'altres (cada cop menys) un boig

Llibres



El naufrag felix
Ramon Folch i Camarasa

El protagonista, que havia estat un escriptor d'èxit, té un petit accident de trànsit sense transcendència, però, com que s'ha fet mal al canell, ha de fer repòs. Desvagat per obligació, aprofita la pausa per recordar com va conèixer per casualitat la Maria... quan ell era considerat el nou prodigi de les lletres catalanes, estava força pagat de si mateix i prou perdut a la vida.

Teatre



Una teràpia integral
Cristina Clemente i Marc Angelet

En Toni Roca fa més de deu anys que imparteix un curs intensiu de quatre setmanes per aprendre a fer pa. Hi ha poques places i bufetades per apuntar-s'hi. El mètode parteix d'una premissa: "Per fer un bon pa, no cal tenir la millor farina o el llevat més fresc, per fer un bon pa, cal estar bé amb un mateix." Així de simple.
A la sala Villarroel de Barcelona.

Música



Strange Times Forever
Marta Knight

Marta Knight comença el mes de juny amb bon peu, presentant el seu primer àlbum, *Strange Times Forever*. La cantautora martorellenca va publicar el seu primer EP, *Peterloo Heroes*, el 2017, i des d'aleshores no ha deixat de créixer com a artista, malgrat la pandèmia. Prova d'això és que el 10 de juny actuarà ni més ni menys que al Primavera Sound.

Pelis i sèries



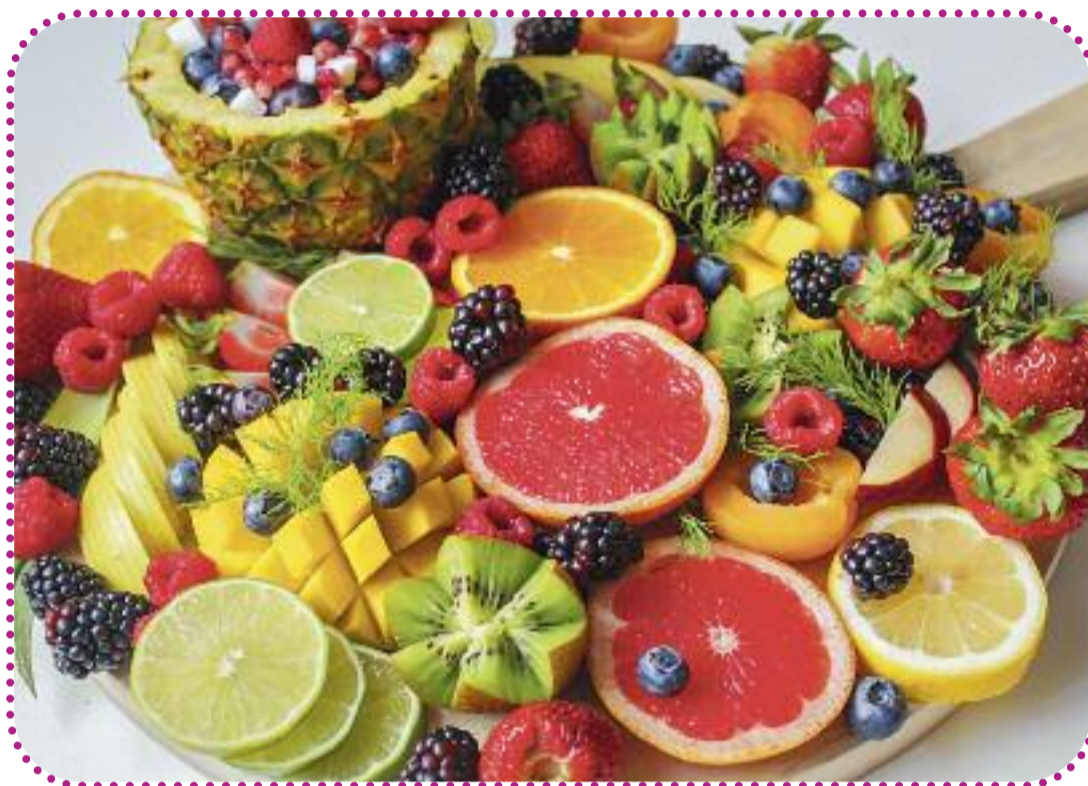
Espejo, espejo
Marc Crehuet

Quatre treballadors d'una oficina es preparen per celebrar el 50è aniversari de l'empresa mentre miren de resoldre alguns problemes. Es tracta d'una empresa de cosmètica i els treballadors, com tothom, s'han d'enfrontar als seus propis reflexos al mirall. Ambició, por, amor i traïció són els elements principals d'aquesta història sobre la identitat.

ESTILS DE VIDA

La dieta per protegir la pell

Foto: Pexels



📌 SALUT

El sol comença a picar i qui més ho nota és la pell, la barrera protectora del nostre cos. Per protegir-la dels rajos solars és imprescindible posar-se cremar (cosa que, per cert, s'ha de fer tot l'any), però hi ha altres hàbits que podem adoptar per contribuir a aquesta protecció i, en general, a la salut de la pell.

En aquest sentit, és molt important seguir una dieta adequada. Concretament, l'experta en nutrició i alimentació Marina Diana Pérez, professora de la UOC, assegura que la clau és una dieta basada principalment en aliments d'origen vegetal, el que es coneix com una dieta *plant-based*. "Les fruites, les verdures, els llegums i la fruita seca són aliments amb vitamines com la C i la E, polifenols i àcids fenòlics que contribueixen a la defensa oxidant de la pell enfront d'agents externs com el dany induït per la radiació ultraviolada (UV)", explica aquesta experta.

Poden ser de gran ajuda fruites com el mango, el meló, la taronja, el tomàquet, la magrana, el maracujà o el raïm, i verdures com el *kale* o col verda, ric en carotenoides i vitamina C. També els llegums, els fruits secs (especialment les ametlles) i el cacau, el te verd o el cafè, entre altres.

Les claus.....

VITAMINES

Les vitamines D, C, E, B3 i A són fonamentals per a la salut de la pell i es poden obtenir de diversos aliments

FRUITES

Sobretot són de gran ajuda fruites com el mango, el meló, la taronja, el tomàquet, la magrana, el maracujà o el raïm

VERDURES

Dins de les verdures destaca, entre altres, el 'kale' o col verda perquè és ric en carotenoides i vitamina C

ALTRES

També contribueixen a la salut de la pell els llegums, els fruits secs (especialment les ametlles) i el cacau, el te verd o el cafè

Foto: Pexels



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



EL TEU CLUB DE SEMPRE AL COR DE L'EIXAMPLE

*Consulta condicions a recepció.

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

UNA QUOTA*
GRATIS