

XIFRES A LA BAIXA pàg 3
Barcelona perd pistonada
com una de les capitals
europees dels rodatges

DIRECTOR TÈCNIC pàg 12
Marc Roset, l'eixamplenc
que es va enamorar del
bàsquet a Lestonnac



líniaeixample

cada dimecres

Setmanari · 26/6/2024 · Núm. 294 · liniaeixample.cat

Queixes veïnals pels canvis a la futura ronda de Sant Antoni

El consistori recupera l'asfalt i els vehicles al tram superior, però diu que les modificacions no són substancials pàg 7

Un barri amb història

Una mostra reviu el passat industrial del Fort Pienc pàg 10



Foto: Arxiu Històric Fort Pienc



PASSEIG DE GRÀCIA pàg 8
Lluís Lleó, autor de
l'escultura dels 200 anys
del carrer: "El rosa sorprèn"

L'ESQUERRA pàg 6
El Centre Cívic Urgell
repena els espais urbans

SAGRADA FAMÍLIA pàg 9
El barri torna a ser una de
les seus del Festival Tangent

Homing
BCN
PROMOCIONS & CONSTRUCCIONS

Home Homing
ALUMINI & VIDRES

si pots somiar-ho, nosaltres podem fer-ho



C. Padilla, 243
08013 BARCELONA
T. 938 827 706
admin@home-homing.com
www.home-homing.com
Magatzem: Ptge. Urset, 3

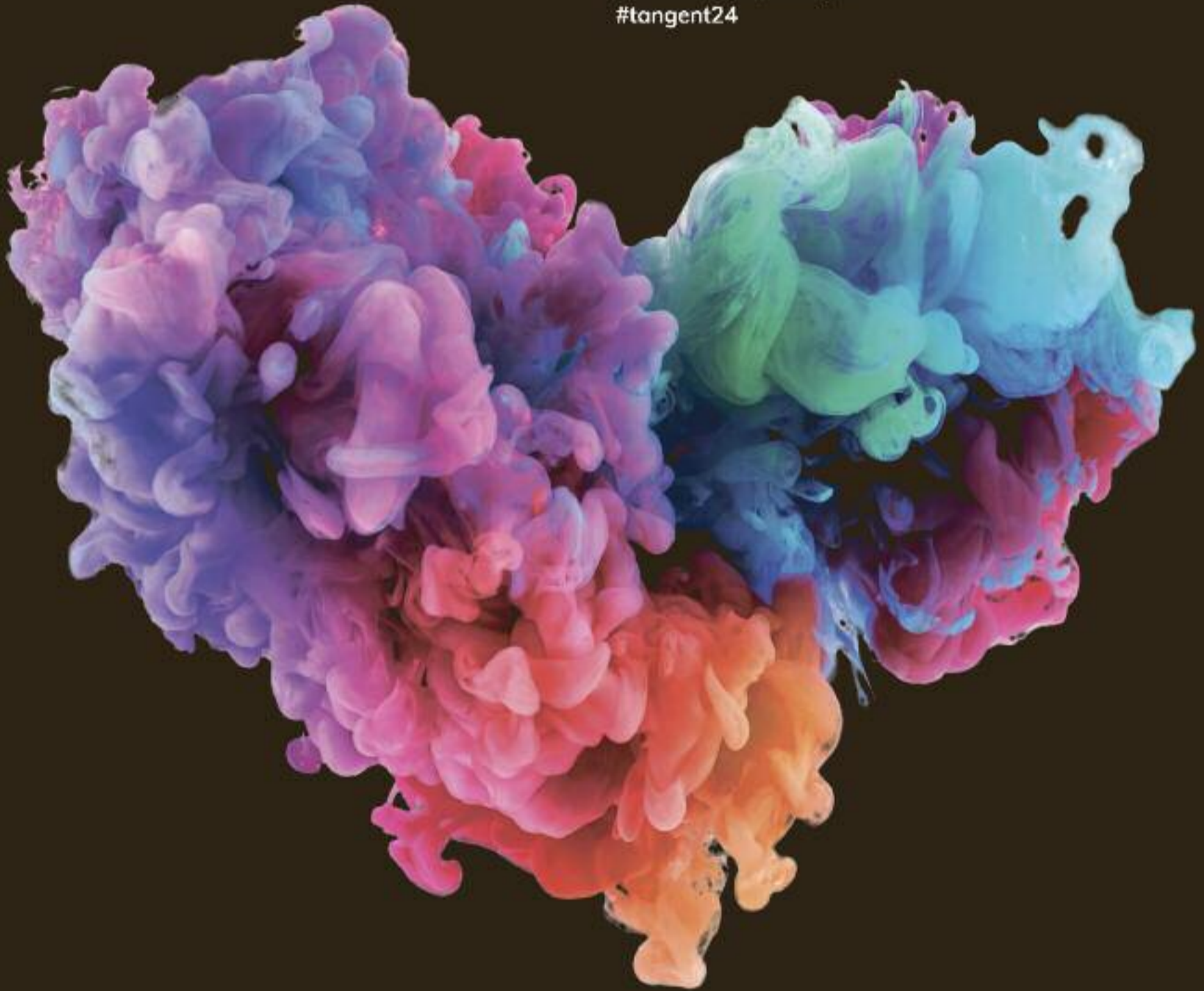


tangent

8è Festival de les
Arts de l'Eixample

De l'1 al 19 de juliol
de 2024

barcelona.cat/eixample
#tangent24



Ajuntament de
Barcelona

Districte de
l'Eixample

Menys càmeres i menys acció

» Barcelona ha perdut pistonada com una de les capitals europees on es fan més rodatges
 » Més enllà de la caiguda que va causar la pandèmia, des de l'any 2017 la xifra ha anat baixant

Albert Alexandre
BARCELONA



Si parlem de cinema i Barcelona, caldrà dir que el 2008 va ser un any important. El prestigiós director Woody Allen va estrenar la pel·lícula Vicky Cristina Barcelona, en la qual convertia la ciutat en un gran escenari. Els protagonistes Javier Bardem, Scarlett Johansson, Rebecca Hall i Penélope Cruz hi apareixien trepitjant indrets tan icònics de la capital catalana com el Park Güell, la plaça Sant Felip Neri o la Sagrada Família. Alguns van objectar que la visió del cineasta estatunidenc era naïf i edulcorada. Malgrat això, el record d'aquella pel·lícula ha quedat gravat a la memòria de la ciutat, i fins i tot als tours que es fan a la capital catalana encara avui dia se cita aquest llargmetratge.

Tres anys després, el director mexicà Alejandro González Iñárritu ofería la cara oposada de la Barcelona sense conflictes de Woody Allen amb Biutiful, una cinta que retrata la vida de l'Uxbal, també interpretat per Bardem, que encarna un home que viu en la marginalitat i que es dedica a explotar laboralment immigrants senegalesos i xinesos.

Es podria dir que aquestes dues cintes són l'exemple més clar de com Barcelona ha esdevingut un plató de rodatges. Tanmateix, la capital catalana és una ciutat amb una gran tradició en el sector de l'audiovisual que va més enllà del cinema. Així ho indiquen les xifres de Barcelona Film Commission (BFC), un organisme on participen l'Ajuntament de Barcelona i la Generalitat que



L'Eixample és un dels districtes de Barcelona on més rodatges es van fer el 2023. Foto: Línia Eixample

s'encarrega de promocionar la ciutat com a lloc on rodar i que gestiona els permisos de produccions que volen treballar als seus carrers. Segons queda indicat al web de BFC, la taxa de tramitació per poder fer un rodatge és de 89,59 euros. La taxa d'ocupació de la via pública per a filmacions és de 600 euros per dia i localització, i la taxa per a sessions fotogràfiques és de 336 euros per dia i localització.

UNA CIUTAT DE RODATGES

El 2023, a Barcelona s'hi van rodar 2.812 produccions de tota mena. Això inclou anuncis, sèries, curtmetratges o pel·lícules de llarga durada. En total, però, es van autoritzar més de 6.800 permisos de rodatge.

"D'aquest total de produccions que han passat per BFC, n'hi ha 24 –entre llargmetratges i sèries de ficció– l'impacte eco-

nòmic a la ciutat de Barcelona de les quals gira al voltant dels 68 milions d'euros a través de la despesa en capítols de localitzacions, lloguer de material tècnic, transports, allotjament, alimentació, logística, contractació de personal artístic i tècnic, postproducció i serveis generals, entre altres", afirmen des de l'organisme.

Sigui com sigui, les xifres analitzades pel diari Línia indiquen que la ciutat ha perdut preeminència en el sector en els darrers anys. Més enllà de la caiguda dels rodatges durant la pandèmia, des del 2017 el nombre ha anat baixant. Aquell any, la ciutat va arribar a la xifra de produccions més alta dels últims vint, és a dir, 3.223. De fet, a la documentació de BFC de l'any 2014 l'organisme assegurava el següent: "Avui, Barcelona és la primera ciutat d'Europa com a plató de rodatges, per davant de

París o Londres". Aquesta menció no ha tornat a aparèixer en posteriors informes.

ON I QUÈS ES RODA?

Majoritàriament, les produccions demanen rodar en exteriors. És per aquest motiu que els principals organismes que tramiten permisos de rodatge són la Guàrdia Urbana, amb 5.661 permisos autoritzats, i el departament de Medi Ambient per gravar en parcs, jardins i platges, amb 455 permisos.

Així mateix, la gran part de les produccions són d'anuncis (424). Seguidament, hi ha els curtmetratges (284), els rodatges en foto per a anuncis (285), els reportatges fotogràfics (216), els continguts comercials per a internet (174), els programes de televisió (173) i els videoclips (169). Les pel·lícules i les sèries, per la seva banda, representen una quantitat de rodatges més

petita, amb 31 i 26 produccions el 2023, respectivament.

Per localitzacions, els districtes que més rodatges acullen són Ciutat Vella (782), Sant Martí (728) i l'Eixample (678). Per contra, Nou Barris (61), Sant Andreu (68) i Gràcia (105) són els indrets amb menys rodatges. No obstant això, segons indiquen des de BFC, "no sempre el barri més sol·licitat està situat al districte amb més rodatges". Pel que fa als barris, la Dreta de l'Eixample ocupa el segon lloc (153 produccions) i la Nova Esquerra el vuitè (82 produccions). El primer és el Parc i la Llacuna del Poblenou (177 produccions).

Finalment, pel que fa a la procedència de les produccions, la gran majoria són catalanes (461) o espanyoles (125). Per darrere hi ha les produccions de països com el Regne Unit (31), els Estats Units (13), França (11), el Japó (9) i Alemanya (9).

Rep l'actualitat
 i les notícies
 d'última hora
 de **líniaeixample**

Estrenem
 canal de
 WhatsApp



Segueix-nos!



La lupa

Psicofàrmacs contra estructures socials?

per Xavier Godàs, sociòleg



En una entrevista recent (*La contra de La Vanguardia*, 5 d'abril del 2024), Joan R. Laporte, catedràtic de Farmacologia i autor de *Crònica d'una societat intoxicada*, diu: "El quintil més pobre de catalans pren set vegades més antidepressius que el més ric; les dones, més del doble que els homes; els majors de seixanta-cinc anys, set vegades més que els menors de 65; els aturats, quatre vegades més que els que treballen; i els que no tenen habitatges en prenen sis vegades més que la resta".

El que ens detalla Laporte és que un seguit de condicions socials expliquen el malestar que ens entestem a medicalitzar. Els sociòlegs, d'aquestes condicions en diem estructures: pautes de relacions socials que ens condicionen la vida. L'exemple més feiaent: l'estructura de la desigualtat social a Catalunya no s'explica a causa de les males o bones decisions que individus particulars hagin pres, sinó pel sistema d'organització econòmica, que predetermina la desigualtat, i per les capacitats predistributives i redistributives de les polítiques públiques. És clar que hi ha un marge d'elecció personal en la sort o dissort de cadascú, però en termes agregats els efectes de les eleccions individuals en aquesta matèria són gairebé espuris. Ens ho mostren les estadístiques. No obstant això, les estructures es poden canviar per la via de l'acció política. Per exemple, impulsant una política pública d'habitatge que, d'entrada, aboqui al mercat immobiliari els 100.000 habitatges de protecció oficial que actualment es requereixen per absorbir la demanda acreditada al respecte a les llistes d'espera. Per tant, la hipòtesi és que a més ca-

pacitat d'intervenir en les condicions que envolten la vida social a fi de procurar prosperitat, menys malestars individuals es produiran i, conseqüentment, haurà de disminuir notablement la prescripció de psicofàrmacs, ja que, per a aquesta mena de situacions, resulta evident que no són cap mena de solució.

D'altra banda, és normal sentir a dir que entre els infants i els adolescents la salut mental ha empitjorat d'ençà de la pandèmia. Segons sembla, la xifra de menors de divuit anys que prenen psicofàrmacs a Catalunya ha passat dels 10.000 el 2019 als 21.000 el 2023. La qüestió és que acostumem a parlar d'un abans i un després de la pandèmia sense saber gaire per què. Ara, el que sabem per experiència és que als nostres nanos els demanem que tinguin èxit a construir-se una vida pròpia i, alhora, mirem de no alterar-los gaire amb l'esforç que això requereix. A més, com insisteix a explicar-nos la sociòloga i educadora Alba Castellví, el procés de socialització dels nostres infants i adolescents es troba fortament intercedit per l'accés il·limitat a les informacions, les desinformacions, les oportunitats i els riscos de l'univers digital. On abans la família, l'escola i el grup d'iguals marcaven la pauta del creixement personal, ara un mar de desorientació irromp disruptivament en el procés de socialització. La disbauxa d'informacions i la debilitat de les normes socials bàsiques estronquen la necessària pauta incremental del creixement personal dels nostres nois i noies. Però en comptes d'enfocar aquestes problemàtiques en un sentit estructural i, per tant, polític, ens hem anat centrant a ofe-

rir tallers de gestió emocional, a expandir les especialitzacions en psicologia (que diagnostiquen més que no pas resolen) i a prescriure psicofàrmacs de la manera més elàstica. Si el nen és belluguet, és que té un TDAH. Si la nena passa per dubtes sobre la seva identitat sexogenèrica, és que té disfòria de gènere.

Les malures associades a l'estat mental són un fet gairebé pandèmic. Això és cert. Una altra cosa és com interpretem i tractem aquest fenomen social, que és un indicador del malestar col·lectiu de la nostra època. En aquest sentit, em sembla molt limitador que ens centrem tant en la persona i no tant en les condicions que ho determinen. Perquè un individu sol és només algú en particular. Com se sent o quina salut té és una dada interessant, sobretot per a ell o ella, però poc explicativa en termes socials. A *La imaginació sociològica*, el sociòleg Charles Wright Mills ens explicava el que hauria de ser una obvietat: que a les biografies personals s'encreuen les condicions estructurals i històriques amb les pròpies decisions individuals; que el coneixement de les primeres ens ha de permetre ajustar amb més precisió les nostres eleccions; i que, qüestió important, el coneixement sociològic de les pautes de relació social constitueix un element cabdal per actuar en política i afavorir els canvis estructurals en pro de la millora de les condicions de vida de tothom. Considerem-ho: la nostra aspiració ha de ser més coneixement, més política normativament orientada, més política pública amb capacitat contrastada de canvi social i, per tant, menys psicologització del malestar i molta menys prescripció de psicofàrmacs.

Les millors perles



Amb el desenvolupament de la tecnologia, cada vegada és més fàcil i ràpid traduir textos, però no sempre surt bé. És el cas de la carta d'un restaurant, on en comptes de posar 'mel i mató' posa 'mel i va matar'. L'error s'ha fet viral a les xarxes.

El preu de l'habitatge està tan disparat que es troben disbarats com aquest: unes golfes de 27 metres quadrats en les quals no es pot estar dret i amb totes les estances juntes per 200.000 euros. La situació és denigrant.

Els estudiants de medicina han d'estar preparats per fer qualsevol cosa en l'àmbit de la salut. A la universitat de Dublín, però, una cesària en directe ha despertat esgarrifances i fins i tot algun desmai. Es replantejaran seguir amb la carrera?

Ledat és només un número i no un límit. Per això, un home de 90 anys s'ha graduat en Belles Arts a la Universitat de Barcelona. Assegura que és un somni fet realitat i una mostra de superació.

Fórmula 1

LA FOTO



Editor-Administrador: David Centol i Lozano
Director General: Marcelo Villanueva
Director Editorial de Línia: Amau Nadeu
Director Editorial dels webs temàtics: Quim Miró
Directora d'art i nous formats: Marga Moreno
Subdirectora de digital: Anna Corbatera

Subdirectors d'edicions Línia: Albert Ribas i Francisco Javier Rodríguez
Edicions Línia: Albert Alexandre, Guillem Francàs i Raül Martínez (BCN), Olga García (Vallès), Rubén Hidalgo (Barcelonès Nord i Baix Maresme), Roger Jiménez (Baix Llobregat i L'H), Toni Delgado (Esports),

Andreu Asensio (suplements) i Laia Coronado (xarxes)
Webs temàtics: Pere Giménez i Maria Cerezuela
Revista Orgull: Mar Sifre
Disseny gràfic: Susana Dicenta
Controller: Mauro Favieri
Distribució: Andrés Meca i Pablo Favieri



Els semàfors

La clau



Ajuntament

L'Ajuntament va anunciar a la darrera Comissió d'Urbanisme que introduirà tres ajustos a les obres de reforma de la ronda de Sant Antoni. La decisió, que afectarà àrees de joc infantil i el permís de circulació de cotxes, no ha agradat a part del veïnat.

pàgina 7



Sant Antoni Comerç

Sant Antoni Comerç celebrarà aquest cap de setmana una nova edició del Firantoni, la fira de comerç al voltant del mercat. L'edició d'enguany, però, es transformarà en el primer Rumba Festival, una mostra de comerç orientada a la rumba.

pàgina 7



Arxiu Fort Pienc

L'Arxiu Històric Fort Pienc ha inaugurat una exposició que rememora el passat industrial del barri. A través de fotografies d'època, il·lustracions i cartells publicitaris, l'arxiu repassa la història, el naixement i la consolidació del Fort Pienc.

pàgina 10

El + llegit

líniaeixample.cat

1

No a la Fórmula Fum

2

El secret del CB Roser és a casa

3

En defensa del Teatre Studium

4

L'Ajuntament planteja un pla de dinamització per a la Diagonal

5

Tallen el carrer Aragó per rebutjar l'exhibició de Fórmula 1 al passeig de Gràcia



Imaginar un país sense turisme

per Marc Cerdà, ambientòleg

Deixem la primavera per entrar, de nou, a l'estiu. A casa nostra, estiu és sinònim de calor, però des de fa unes dècades, també de turisme. Aquests dies, veient l'allau d'esdeveniments que s'organitzen per fomentar una mica més l'arribada de visitants forans, intentava imaginar-me un país sense turisme. No us negaré que vaig pensar que era impossible i vaig rebaixar l'expectativa. És possible reduir a un terç els visitants actuals? Si fos així, quins serien els beneficis ambientals i climàtics que això tindria? Una utopia, pensareu, però és un bon exercici per ser més conscients de tot el que estem hipotecant.

A banda de l'impacte social i econòmic, són molts els estudis científics que han posat xifres a les conseqüències de la indústria turística sobre l'entorn natural i el clima. Per exemple, fa uns anys, un equip de l'Institut de Ciències i Tecnologia Ambiental va estimar el volum de CO₂ que emet un turista durant tota la seva estada a Barcelona incloent-hi transport, hotels o compres. Els resultats obtinguts van ser força concloents. De mitjana, cada turista emet, aproximadament, cinc vegades més de CO₂ que una veïna de la ciutat. El més interessant, però, és que el 96% de les emissions estan associades al transport aeri i, per tant, a l'aeroport del Prat.

El mateix succeeix amb el port de Barcelona i el turisme de creuers. Tot i no disposar de dades publicades d'emissions de CO₂, estudis prospectius van estimar una petjada de carboni molt superior a la calculada per al turisme que arri-

ba a Barcelona en avió. En tot cas, si fem números, veurem ràpidament que les emissions de CO₂ del turisme representen aproximadament un 10-15% de les emissions totals de Catalunya. Una xifra gens menyspreable que continua creixent any rere any, tot i que per llei estem obligades a reduir un 55% les emissions totals per a l'any 2030.

La dificultat d'encaixar turisme i acció climàtica, com veieu, és pràcticament insalvable. Com reduir emissions si continuen arribant milions de turistes cada any? No només són les emissions de CO₂. Si considerem també l'ús de l'aigua, de l'ordre de dues vegades superior el d'un turista que el d'un ciutadà de Catalunya, la generació de residus, l'ocupació massiva de les platges o la contaminació atmosfèrica producte de l'ús del vehicle privat o de llanxes i iots de luxe, ens adonarem ràpidament que el binomi turisme-sostenibilitat, molt emprat en el màrqueting turístic, és un oxímoron.

Ben mirat, darrere de qual-sevol turista hi ha tot un seguit de motxilles ambientals i climàtiques que moltes vegades obviem que hi són. Les passem per alt quan veiem turistes a la nostra ciutat i també quan som nosaltres els turistes. Però aquestes motxilles no desapareixen. Les podem amagar, maquillar o en-

terrar sota terra per afavorir els interessos dels grans consorcis turístics, però continuen existint. La manera com afrontem aquesta realitat determinarà com gestionem aquestes càrregues ambientals i climàtiques.

Aquests dies recordava que ara fa cinc anys, amb dues precioses companyes, vam emprendre el repte de cartografiar l'impacte ambiental i climàtic del turisme al país, del Pirineu a les Terres de l'Ebre passant per Barcelona. Volíem enregistrar com la indústria turística alterava la vida de les nostres comarques per fer un documental que la pandèmia va deixar aparcat. Avui, aquell recull de vivències i experiències enregistrades amb els nostres objectius, malauradament, torna a ser ben vigent.

Al cap i a la fi, la sacsejada de la pandèmia va ser un parèntesi. El silenci dels nostres carrers sense turistes aquell estiu del 2020 és un record que s'esvaeix amb el so dels vehicles d'F1 corrent pel passeig de Gràcia. Com seria la nostra societat si el debat sobre el turisme fugís dels arguments controlats pels interessos privats? Segurament molt més íntegra i conseqüent. Perquè potser no podem imaginar un país sense turistes, però podem debatre sobre què volem ser quan siguem grans, i aquest sempre serà el debat més important.

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



#SantJoan



#JulianAssange



#Espanyol

@perfernemel: Una de les millors nits de l'any als Països Catalans. Nens tirant pedres, sardanes, fogueres, la flama del Canigó... Bon Sant Joan!

@EnricMorera_: La llibertat de Julian Assange és notícia. Va estar pres molts anys per exposar veritats no oficials. Va desmantellar les mentides amb què es justifiquen les guerres.

@_daianamorales: L'Espanyol torna a Primera Divisió. Increïbles imatges post final del partit. Invasió del camp i pura alegria a Cornellà. Felicitats!

Des del 25 de juny hi ha restriccions a la mobilitat pels treballs de perllongament de l'L8 del metro. Per una banda, es talla el trànsit a Consell de Cent amb Comte d'Urgell. Alhora, s'anul·la el carril bici de Comte d'Urgell fins a Aragó i es tanca el de Consell de Cent.

El Centre Cívic Urgell repensa els espais urbans del barri

CULTURA ▶ Els carrers, els parcs i les places del barri formen part del dia a dia dels veïns, però tot sovint es converteixen en llocs de pas i on no s'hi para gaire atenció. El Centre Cívic Urgell proposa fer tot el contrari: redescobrir els espais urbans del barri a través del dibuix i del joc, especialment pels més petits, en l'exposició *Som Aquí*.

Fins al 20 de juliol, les il·lustracions en forma de mapa dissenyades per la dibuixant Sira Lobo conviden els visitants a reconèixer els racons de l'Esquerra de l'Eixample i a reivindicar equipaments públics com l'Hospital Clínic, la Model, el Mercat del Ninot, l'Escola Industrial o el Parc de Joan Miró.

El Centre Cívic ha organitzat diverses activitats que complementen els missatges i reflexions de les il·lustracions. La primera proposta va arribar el 25 de maig de la mà de Sira Lobo, que va ajudar als nens i les nenes del barri a dissenyar les llegendes d'uns mapes de l'Es-



L'enganxada de cartells és una activitat de l'exposició. Foto: CC Urgell

querra que van endur-se a casa. Uns dies més tard, l'1 de juny, joves i petits van sortir al carrer a fer una enganxada de cartells per aprendre a visibilitzar les inquietuds i les lluites socials de la ciutat. Finalment, el passat 15 de juny, experts en botànica van acompanyar Els infants en un passeig per racons amb vegeta-

ció amb l'objectiu de descobrir les diferents espècies vegetals del barri.

L'exposició forma part de les propostes del festival d'il·lustració infantil i juvenil *Il·luLola*, que reivindica les creacions artístiques i les aportacions culturals de les obres destinades al públic més petit.

L'Esquerra té 15 refugis climàtics per evitar la calor

ESTIU ▶ Amb l'arribada de la calor s'activen els equipaments de la ciutat que actuen com a refugis climàtics per fer front a les altes temperatures i trobar confort tèrmic. Dels 353 espais del conjunt de Barcelona, 15 es troben a l'Esquerra de l'Eixample.

El llistat dels refugis del barri el conformen els jardins de les illes Safo, Emma de Barcelona i Paula Montalt, les biblioteques Joan Miró i Agustí Centelles, el Centre Cívic Casa Golferichs, el Mercat del Ninot, les piscines Sant Jordi i Joan Miró, el Cen-

tre Comercial Arenas, els casals de gent gran i dues parròquies.

El 98% dels barcelonins té un refugi climàtic a menys de 10 minuts de casa segons les dades de l'Ajuntament. Entre els equipaments municipals que actuen com a refugis climàtics hi ha interiors com biblioteques, centres cívics o museus, i exteriors com parcs, jardins, patis d'escola o escola bressol i interiors d'illa. Els refugis estan recomanats per a persones vulnerables a la calor, nadons, gent gran o persones amb malalties cròniques.



Els Jardins de l'interior de l'Illa de Safo són un dels refugis. Foto: Ajuntament



Orgull
la publicació de reflexió LGTBI+

El curs del Bicibús escolar de l'Eixample es va acabar el 21 de juny. El de Sant Antoni va viure un comiat especial amb la col·laboració dels Esquerdats de l'Esquerra de l'Eixample, que van posar música.

Polèmica pels canvis en el projecte de reforma de la ronda

URBANISME ▶ L'Ajuntament introduirà ajustos a les obres de reforma de la ronda de Sant Antoni, segons va explicar el consistori a la darrera comissió de seguiment de les obres i a la Comissió d'Urbanisme de juny. En aquestes reunions, el govern municipal va confirmar que hi haurà canvis als dos trams de la ronda, fet que ha provocat queixes de la Plataforma Pro Pacificació de la Ronda de Sant Antoni.

Així, en el primer tram, el que està entre els carrers del Comte d'Urgell i de Villarroel, el carril bus en sentit de baixada estava previst que es fes amb pedra natural, però el regidor del Districte, Jordi Valls, va confirmar a la Comissió d'Urbanisme que finalment es farà amb asfalt. El motiu que ha donat Valls és que tindrà "una millor conservació" perquè evitarà que les pedres naturals es facin malbé "com a la reforma del carrer de Pi i Margall". Per la seva banda, la plataforma veïnal considera que aquest canvi "farà més evi-



Un ciclista i una dona a la ronda de Sant Antoni. Foto: Blanca Blay/ACN

dent que es tracta d'un carril on es permetrà el pas de vehicles".

El segon canvi al mateix tram té a veure amb la càrrega i descàrrega, que estava prevista a la vorera de l'Eixample i finalment serà al costat del Raval. Un fet que, segons l'entitat veïnal, afectarà l'ús veïnal de l'espai i la pèrdua de la zona de jocs infantils.

El tercer canvi és el que l'Ajuntament ha introduït al tram

dos, entre Villarroel i Casanova. I és que allà s'havia de fer una gran plaça amb jocs infantils i totalment restringida al trànsit, però el consistori farà que els veïns puguin entrar amb els seus cotxes "per afavorir una plataforma d'estada amb els mínims vehicles". En aquest cas, la plataforma veïnal també rebutja el canvi perquè "anul·la l'espai pacificat" i afavoreix a "un ús privat de la ronda".

El Firantoni es transformarà en el primer Rumba Festival

ENTITATS ▶ Sant Antoni Comerç organitza cada any el Firantoni, la fira de comerç al voltant del Mercat. Enguany, però, la mostra típica al carrer es transformarà en el primer Rumba Festival que se celebrarà els pròxims 28 i 29 de juny als carrers de Comte Borrell, al de Tamarit i a la plaça Conxa Pérez, davant del Mercat de Sant Antoni.

El president de Sant Antoni Comerç, Jordi Arias, explica com ha sorgit la idea. "Estàvem pensant què podíem fer per fer el Firantoni més atractiu i diferent perquè la gent no només vingui a veure les botigues i bars que hi haurà, sinó que també puguin gaudir d'una experiència més completa", diu. Ha estat en aquest punt quan se'ls va ocórrer fer una jornada relacionada amb la rumba.

"UNA EXPERIÈNCIA IMMERSIVA" La idea de fer el Rumba Festival, com deia el president de Sant Antoni Comerç, és fer un acte que ofereixi més alternatives que la típica mostra de comerç. "Hi haurà concerts, divulgació de

què és la rumba catalana, un taller per ensenyar com es balla i un altre de com es compon una rumba", explica Arias.

Però això no és tot. El representant dels comerciants afegeix que el Rumba Festival no seran "només concerts", sinó

"L'objectiu és que aquell cap de setmana la gent del barri es quedi al barri"

que defineix la iniciativa com una "experiència immersiva en el món de la rumba".

Amb tot, Arias acaba dient que la fira comptarà amb més 80 comerços al carrer i que també hi haurà activitats complementàries com tallers infantils i classes de gimnàs. "L'objectiu és que aquell cap de setmana la gent del barri es quedi al barri a gaudir i que vingui gent de fora del barri a comprar i a veure que es fan iniciatives divertides que dinamitzen Sant Antoni", conclou.



TMB App

L'App Que Et Porta

Compra i recarrega la teva T-mobilitat amb TMB App, no et cal res més per viatjar.

Descarrega-te-la!







Transports Metropolitans de Barcelona

El rosa tenyeix el passeig de Gràcia

» Amb motiu dels 200 anys del carrer, l'artista Lluís Lleó ha exposat una escultura davant el Palau Robert
 » L'historiador Rafa Burgos fa un repàs de la història d'una de les vies més importants de la ciutat

Guillem Francàs
LA DRETA



El passeig de Gràcia és una de les vies més importants de Barcelona. Ho és per la seva ubicació al centre de la ciutat i per l'evolució que ha viscut, que l'ha convertit en l'avinguda del luxe i en un punt de referència del turisme d'alt standing. Fa 200 anys que existeix i ja fa dos anys que es va començar a celebrar el seu bicentenari.

Per retre homenatge a aquest famós carrer, l'Ajuntament hi ha anat celebrant esdeveniments els dos últims anys amb el suport de l'Associació del Passeig de Gràcia i la Fundació Barcelona Promoció. La darrera novetat es va estrenar el 14 de juny a davant del Palau Robert, a la cruïlla amb la Diagonal. Es tracta d'una escultura commemorativa dels 200 anys del passeig de Gràcia que ha fet l'artista barceloní instal·lat a Nova York

Lluís Lleó, titulada *Pink Barcino*. Està feta de pedra, pesa prop de 8 tones i fa tres metres d'alçada. La previsió és que hi sigui fins al gener, però no es descarta que s'hi quedi definitivament.

Lleó explica que, quan li van proposar fer l'escultura, de seguida va pensar a fer una obra que posés en dubte "la verticalitat i horitzontalitat de les escultures actuals" amb la idea del plànol de l'Eixample com a base. "És un disseny únic que tothom identifica i que amb la Diagonal tallant la ciutat queda molt bé", diu. A més, l'escultura ha generat impacte pel color rosa amb què està fet. "He agafat el rosa perquè sorprèn, és el color que a ningú li agrada, però que en secret sí, i també perquè és el color de la moda, dels pastissos, de l'alta costura, del Saló Rosa, del passeig de Gràcia", explica.

LA HISTÒRIA DEL PASSEIG

Tornant a la història del passeig de Gràcia, l'historiador i autor del



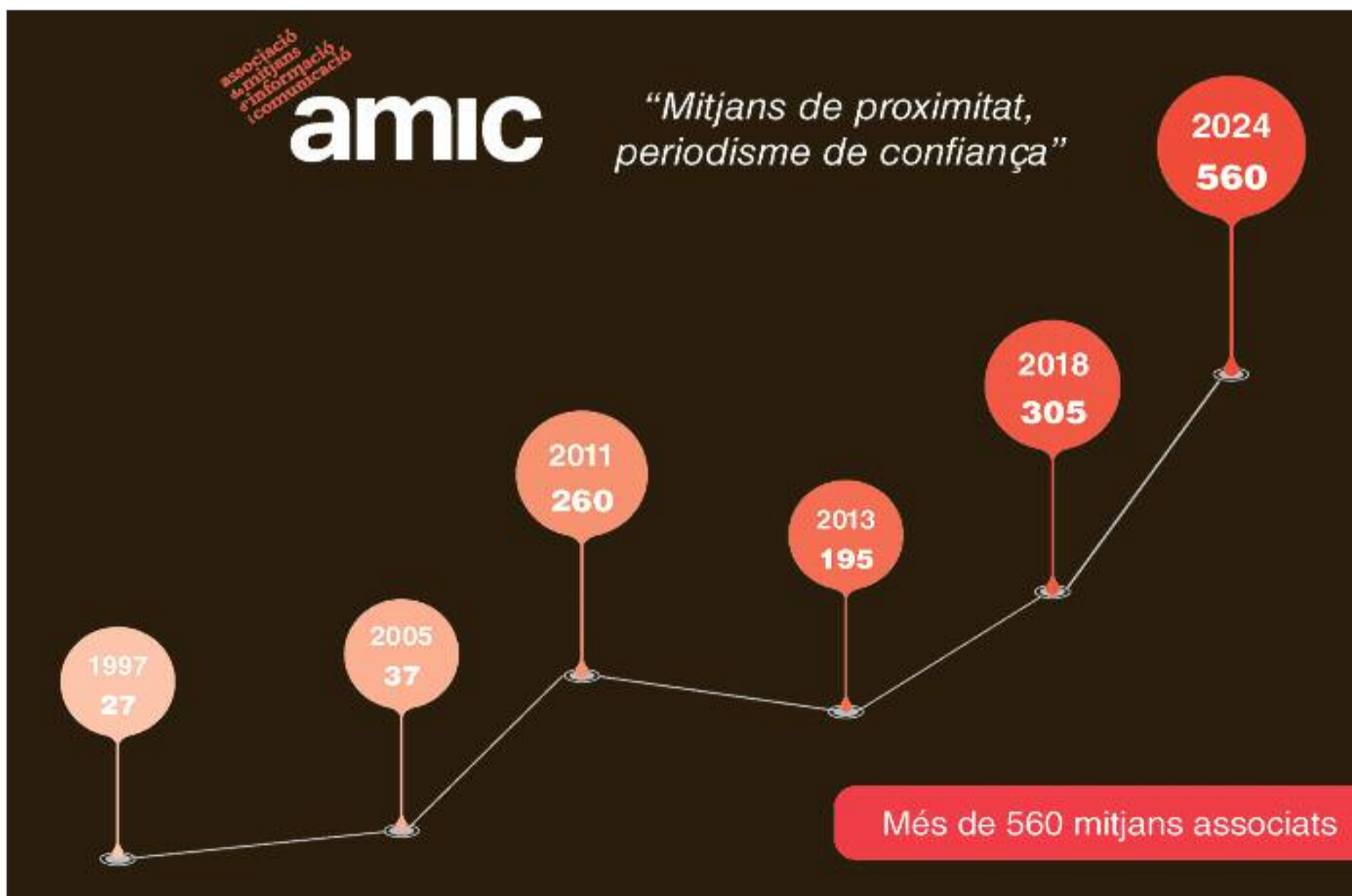
L'escultura commemorativa del 200 aniversari del passeig de Gràcia. Foto: Pol Solà/Arnau Martínez/ACN

llibre *Els amos del passeig de Gràcia*, Rafa Burgos, repassa per aquesta publicació l'evolució de la via. D'entrada, Burgos explica que no va ser fins al Trienni Liberal d'entre el 1820 i el 1823 que es va començar a "embellir" el carrer. "Van començar a posar arbres i a construir els edificis modernistes que avui encara veiem", afirma.

En aquest sentit, l'historiador explica que el passeig ha estat sempre un "espai burgès". "Es construïa per veure qui feia la casa més espectacular, era un carrer per lluir-se i passar amb els carruatges", comenta. Per acabar convertint-se en el carrer del luxe que és ara, els Jocs Olímpics del 1992 hi van influenciar molt. "Va tornar a revifar

el fet de ser el carrer de les botigues de luxe que havia estat abans amb productes locals, però ara ho és amb les marques internacionals", explica Burgos.

L'historiador acaba dient que el passeig de Gràcia és el "quilòmetre zero de la gentrificació" per les característiques de luxe que té i que en el futur ho continuarà sent per l'arribada de més turisme.



Sagrada Família

líniaeixample.cat

26 de juny del 2024

Música | Sons orientals i europeus davant la Basílica

La música japonesa Akiko Sakurai oferirà aquest 27 de juny, davant la Sagrada Família, un concert de biwa, un instrument oriental similar al llaüt. Sakurai estarà acompanyada per Miquel Ayet a la guitarra i Claudia Fernández i Eva Sánchez com a vocalistes.

El Festival de les Arts Tangent torna al barri amb música i circ

CULTURA ▶ Arriba l'estiu i amb la seva calor tornen les nits d'espectacles i cultura als barris i carrers de l'Eixample. La vuitena edició del Festival de les Arts Tangent aterra també a la Sagrada Família amb dues propostes que ajudaran els veïns a començar el mes de juliol amb ritme i riures.

La primera cita amb els veïns la tenen els Sara Fontan i la seva música experimental, amable, suggestiva i ballable. Dimarts 2 de juliol, a les 21 h, el duo format per Sara Fontan i Edi Pou farà sonar el teclat, la bateria, el violí i el sàmler en un concert obert a tothom al carrer Marina, entre les cantonades amb Mallorca i Provença.

Uns dies després, divendres 5 de juliol a les 20 h, els presents a l'interior de l'Illa de les Treballadores de la Numax, al carrer del Rosselló) desfaran un *Em-bolic* gràcies a l'espectacle de circ ideat pel pallasso Pau Palaus. El teatre gestual, l'escenografia, el disseny gràfic i les rialles del



Sara Fontan i Edi Pou actuaran al carrer Marina. Foto: Sara Fontan

show desfaran "pensaments, emocions i nusos".

MÉS PROPOSTES

El calendari i la programació d'activitats s'estén per tots els barris del districte. El tret de sortida del Festival de les Arts Tangent, el pròxim 1 de juliol, el donarà la dansa de *Rel i Grapa* a la

plaça del Fort Pienc. Els seguiran diverses propostes de música, dansa, teatre i circ contemporani a espais com el Centre Cívic Urgell, la Casa Golferichs o la Casa Elizalde. Des del Mercat de Sant Antoni, el pop i el rap de *Las Bajas Pasiones* donarà el punt final a la programació del Tangent el 19 de juliol.

Tall parcial a l'L2 del metro fins al 25 d'agost

MOBILITAT ▶ Les obres a la línia 2 del metro obligaran a tallar la circulació de trens en bona part del recorregut. Entre el 25 de juny i el 25 d'agost, el tram entre Paral·lel i Sagrada Família de la línia lila quedarà sense servei. El metro funcionarà amb normalitat des de Sagrada Família fins a Badalona Pompeu Fabra.

Així, les parades de Monumental, Tetuan i Sant Antoni quedaran tancades durant gairebé tot l'estiu, mentre que les de Paral·lel, Universitat i Passeig de Gràcia només donaran servei

a altres línies. Per la seva banda, l'estació de Sagrada Família, només quedarà oberta en direcció a Badalona Pompeu Fabra.

L'objectiu de les feines, que tenen un cost de 25 milions d'euros, és la millora de la infraestructura. La interrupció de la circulació afectarà a més línies i zones de l'àrea metropolitana: l'L5 no tindrà servei entre Cornellà Centre i Collblanc, l'L4 entre la Pau i Selva de Mar i l'L10 entre Gorg i la Salut. TMB proposa l'ús de busos i altres línies del metro com a alternativa.



La L2 del metro a l'estació de Sagrada Família. Foto: Vcarceler

territori línia

36 municipis
metropolitans

periodisme de proximitat

línia

liniaxarxa.cat grup comunicació21 el diari metropolità

El Fort Pienc torna al segle XIX

» L'Arxiu Històric repassa el passat industrial del barri en una exposició que viatja 175 anys enrere
» Fotos, mapes i cartells publicitaris mostren el naixement i l'expansió d'aquesta zona de l'Eixample

Raül Martínez
EL FORT PIENC



Com la majoria dels barris de l'Eixample, el Fort Pienc és una zona de la ciutat relativament nova. El que ara és una de les àrees més centrals de Barcelona era poc més que camps de cultiu i camins dos segles enrere. Així i tot, el naixement i la consolidació d'aquest barri no van ser protagonitzats per les grans finques modernistes i les avingudes elegants de l'Eixample de la classe mitjana barcelonina.

El Fort Pienc va ser, fins ben entrat el segle XX, una zona plena de fàbriques, tallers, soroll i treballadors humils que, tot sovint, no es recorden. Precisament per això, l'Arxiu Històric Fort Pienc proposa un recorregut pel passat industrial més desconegut a través de fotografies d'època, plànols, gravats i cartells de pro-

paganda de les empreses de la zona. "Les imatges dels anys 20 ensenyen un barri ple de descampats i sense carrers. El Fort Pienc es va poblar tard i en pocs anys ha canviat moltíssim", explica Gisela Boronat, de l'Arxiu Històric del barri.

La mostra també inclou tres grans plànols urbans de diverses parts del barri: la zona entre el carrer Marina i la plaça de les Glòries, la part per sobre de la Gran Via i la part per sota. A cada mapa s'hi mostren les indústries que hi va haver a la zona, des de les fàbriques d'automòbils i carruatges fins a les d'alimentació i recol·lecció de fems per adobar els camps.

TESTIMONIS DE L'OBLIT

La feina de creació de l'exposició no ha estat fàcil. La falta d'informació i de materials precisos sobre gran part dels edificis i activitats que ocupaven els antics carrers del Fort Pienc ha obligat



Una visitant mirant les imatges i els cartells de la mostra. Foto: Arxiu Històric Fort Pienc

l'equip de l'Arxiu a fer una llarga recerca que es plasma en les gairebé 300 fotos, dibuixos i documents exposats.

Fins i tot els veïns del barri han ajudat a fer possible aquest repàs al passat industrial. Els records dels fortpiencencs de tota la

vida i els tresors documentals que alguns guarden han estat fonamentals. "Hem treballat amb molta memòria oral i hem recollit la informació de moltes fonts, però l'exposició no està tancada. La nostra idea és mantenir viu el contingut, rebre noves aporta-

cions i continuar col·laborant amb tothom", detalla Boronat.

L'exposició, inaugurada el passat 13 de juny, es pot visitar al Centre Cívic Ateneu Fort Pienc fins al 17 de juliol i inclou algunes visites comentades sobre els materials exhibits.



CORPUS 2024

ALLÀ ON ENS NECESSITEN, OBRIM CAMÍ A L'ESPERANÇA

Fes un donatiu
www.caritascatalunya.cat
bizum: 38031
ES69 2100 5000 5802 0008 9517


Caritas
Catalunya



cultura^oB
Plataforma de tendències culturals metropolitanas
núm. 1 - estiu 2024

cultura^oB
25 de juny de 2024

Álvaro Esteve
Descobrim el jove talent del piano
de Ciutat Meridiana, que amb només 14 anys
ja ambiciona ser director d'orquestra

culturab.cat
plataforma de tendències
culturals metropolitanas

línia el diari metropolità


 @culturab_cat
  @CulturaB
 
 @culturab.cat
 
 grup comunicació**21**

El passat 9 d'abril Juan Hereza va fer pública la seva marxa del CB Roser, després de 17 temporades al club, gairebé totes com a entrenador i les últimes com a tècnic del sènior A masculí. El 21 de juny es va anunciar quin serà el seu nou repte: dirigirà el primer equip masculí del CB Cornellà a Super Copa.

Marc Roset i les incerteses

» L'eixamplenc, que es va enamorar del bàsquet a Lestonnac, és director tècnic del Draft Gramenet
 » «És vital anar de bracet amb la junta, que et doni suport i sàpiga què vols, i construir a poc a poc», diu

Toni Delgado
SANT ANTONI



“La certesa més gran és que treballar amb incerteses”, enceta Marc Roset (Barcelona, 1992), director tècnic del Draft Gramenet. Ha de tenir la imaginació d'un novel·lista i la intuïció d'un detectiu, en aquest cas per preveure què pot passar durant una temporada i haver pensat possibles solucions als problemes, i també ser resolutiu i trobar noves respostes quan sorgeixin altres entrebancs.

La seva és una tasca força desconeguda des de fora. “És un treball a l'ombra que et permet confeccionar l'estructura d'equips i club sense que ningú et preguntï contínuament. Per això és vital anar de bracet amb la junta, que et doni suport i sàpiga què vols, i construir a poc a poc. Aquest és un projecte a mitjà i llarg termini”, exposa aquest eixamplenc que sempre ha viscut al barri de Sant Antoni.

Des que l'estiu de 2022 es va reunir amb els responsables de l'entitat, va saber que era el lloc i el moment per assumir per primer cop la direcció tècnica d'un club. Un càrrec que feia temps que li cridava l'atenció i per al qual s'havia format, amb un màster en Gestió Econòmica d'Entitats Esportives i un altre en *Sport Management* (Gestió Esportiva). El seu valedor era Toni Sáez, que acabava de ser nomenat tècnic del primer equip i ja havia trucat abans Roset perquè fos el seu ajudant al sènior B de Copa Catalunya del Bàsquet Femení Sant Adrià i dirigís també l'infantil Interterritorial.

Aquell estiu hi va haver una gran revolució al primer equip del Draft Gramenet i només hi van continuar dues jugadores, Merche Carrillo i Clara Hernández. Roset i Dani Vidal van ser els ajudants de Sáez en un equip que va ser cinquè, a tres triomfs de l'AB Premià, el quart i últim classificat per a la Final a Quatre de Copa Catalunya. Al final de curs, Sáez va decidir entrenar a Lliga Femenina 2 i fer-ho a la UE Mataró, on continua.

Una temporada després, aquesta 2023-2024, i amb Víctor Calzado com a timó, el conjunt colomenc ha fet un salt de qualitat i maduresa amb el subcampionat



Les jugadores del Draft Gramenet i Marc Roset celebren la victòria a la Final a Quatre de la Super Copa, al pavelló Virrei Amat. Foto: Antoni Lloret

de Super Copa —competició que se li va escapar amb dues derrotes en els últims tres partits— i la victòria a la Final a Quatre li va permetre disputar la fase d'ascens a Lliga Femenina 2 de Granada, en què va tenir opcions de pujar a la tercera competició estatal fins a l'últim moment.

“En els equips sèniors no pots fitxar ni fer moviments fins que no saps quina competició disputaràs el curs següent, i nosaltres hem estat l'equip

“Les jugadores, que són joves i excel·lents, han rebut força ofertes d'altres clubs”, confessa

que jugarà la Super Copa que més tard ha acabat. A més, després d'un curs tan bo i sense ascens de categoria, les jugadores, que són joves i excel·lents, han rebut força ofertes d'altres clubs”, comparteix Roset.

Van ser dies d'incertesa perquè Calzado no continuaria a la banqueta per incompatibilitat laboral i calia fitxar un altre entrenador. Finalment, l'escollit ha estat Víctor de Arana, que

procedeix de l'SD Espanyol masculí, a qui ha pujat de Copa Catalunya a Super Copa. De Arana també ha dirigit al CB Boet Maresme Mataró o als Lluïsos de Gràcia. “Hem parlat moltes hores sobre la idea que tenim de l'equip i és bastant semblant. Així és molt més fàcil tot”, destaca el director tècnic.

Per a les basquetbolistes era fonamental saber qui seria el nou entrenador i parlar-hi abans de prendre una decisió. “Ja saben que n'espera d'elles el Víctor i, per tant, ja tenen més confiança en el projecte”, descriu Roset. L'equip, que s'entrena dilluns i dimecres, mantindrà el bloc. Hi continuaran, almenys, vuit basquetbolistes i es busca una interior i una base. De manera oficial s'ha anunciat les renovacions de la capitana Merche Carrillo, Andreea Cojocariu, Lara Sánchez i Marta Colàs, i la retirada de Clara Hernández, que passarà a ser la delegada del grup.

CISTELLA PETITA

A més, Andreea Cojocariu, jugadora del primer equip, és la nova coordinadora de cistella petita. Una nova figura que s'afegeix a l'estructura de l'entitat i que respon al creixement de la base i a la vàlua de Cojocariu, que aquest

curs era entrenadora del premi-ni i el pròxim dirigirà el cadet.

Des que va arribar Roset, el club ha passat de 83 a un centenar de fitxes en equips de base i ha creat nous equips de cistella petita. “Necessitava una persona amb qui tingués plena confiança i molt preparada, i vaig veure clar que havia de ser l'Andreea, que és una referent per a les petites”, recorda l'eixamplenc. L'edifici s'ha de construir des dels fonaments. El pri-

“Encara que faci temps que no m'hi passo, Lestonnac forma part de mi”, s'obre Roset

mer equip ha de ser i, de fet, és un mirall per a les més menudes.

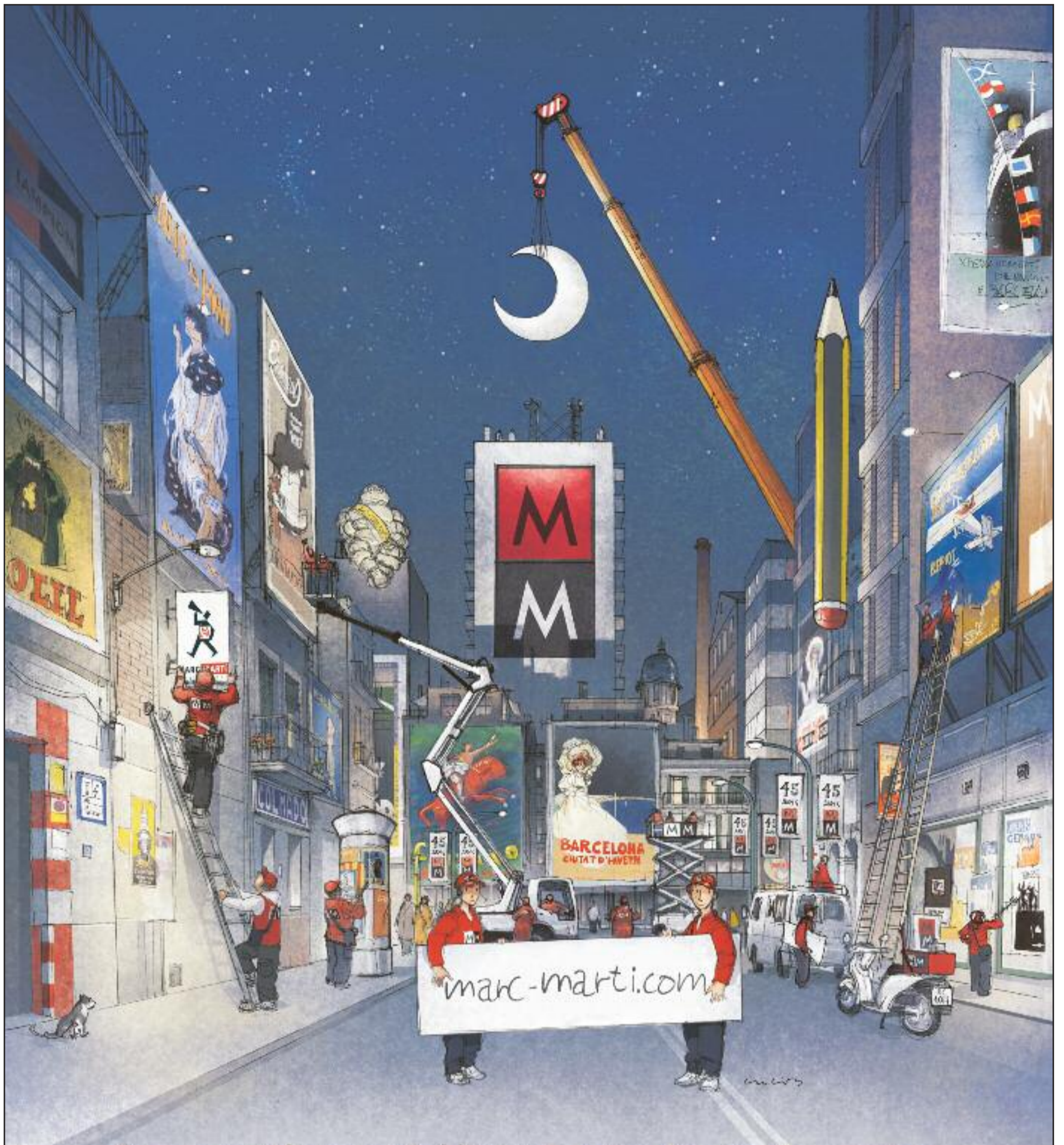
Per a Roset el bàsquet és un company inseparable des de les primeres cistelles al Col·legi Lestonnac, l'escola en què també van estudiar Anna Sanchís, la seva germana, i Rosa Roca, la mare. “Encara que faci temps que no m'hi passo, Lestonnac forma part de mi. Hi ha un professor, Pere Corominas, que fins i tot va assistir a la meua

graduació en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport (CAFE)”, destaca l'entrevistat, que també va jugar al Club Bàsquet Pedagogium, el CB Ciutat Vella i el CB Ramon Llull, on va penjar les botes amb 21 anys, quan tenia més ganes d'entrenar que de vestir de curt. Una passió li va transmetre Patricia Costas a Lestonnac.

JAUME ZAMORANO

Fa molts anys que l'eixamplenc aplica les ensenyances de Jaume Zamorano, a qui considera el seu pare basquetbolístic: “Em va ajudar a gestionar moments dins i fora de la pista. El Jaume és directe i sincer”. Es van conèixer al Joventut les Corts, club en què l'entrevistat va entrenar deu temporades i va créixer molt com a tècnic i persona. Després vindria l'etapa a Sant Adrià i una estada a l'AE Bàsquet Pratenc com a ajudant d'Albert Valldosera al primer equip masculí i on va acabar dirigint el sènior femení.

“El Draft és i ha de continuar sent un club de barri i, sense perdre aquesta essència, no pot posar-se límits. Ha d'intentar aspirar a tot en totes les categories”, assegura Roset.



**Som especialistes en Publicitat Exterior, Imatge Corporativa,
Esdeveniments Esportius i Culturals, Comunicació Visual,
Decoració, Exposicions i Street Marketing.**

MM
MARC MARTÍ

BARCELONA MADRID VALÈNCIA
IMPRESSIONEM LES TEVES IDEES

No t'ho perdís

Foto: Grec



Grec 2024

Del 26 de juny al 4 d'agost, la 48a edició del Grec s'estén per una cinquantena d'espais de Barcelona amb propostes internacionals, el millor talent local i experiències artístiques de tota mena. La programació d'enguany inclou prop d'una cinquantena d'actes com obres de teatre, lectures dramatitzades, monòlegs, concerts i actuacions relacionades amb les arts més alternatives per a tots els públics. El festival es conforma com tot un referent a la ciutat i cada any arriba a un miler de persones. Les entrades ja estan a la venda i el seu preu varia en funció de la proposta.



Famosos

Bruce Springsteen (Nova Jersey, 1949) ha fet dos concerts a Barcelona amb els quals ha omplert l'Estadi Olímpic consecutivament, amb més de 115.000 persones. Amb tres hores de música i una actuació que passarà a la història a la capital catalana, el Boss ha fet vibrar el públic local i internacional, interpretant les seves cançons més conegudes. Cal destacar que Springsteen és considerat un dels artistes més exitosos del rock and roll i que les seves vendes superen els 120 milions d'àlbums arreu del món. Es tracta, doncs, de tota una estrella del gènere, amb una llarga trajectòria a l'esquena de la qual cal destacar les nombroses gires que ha fet, passant per tots els continents, i els nombrosos guardons que s'ha emportat. Té un total de 21 Grammy i dos Globus d'Or, entre altres premis musicals importants.

La fitxa

QUI ÉS? **BRUCE SPRINGSTEEN**

ÉS FAMÓS PER...

Ser un dels cantants més famosos del món

És conegut per ser una gran estrella musical

QUÈ HA FET?

Ha fet dos concerts a Barcelona

Els dos dies ha omplert de gent l'Estadi Olímpic

A LES XARXES...

Elogis per la seva gran actuació

Els seus fan el feliciten per les tres hores de concert

Llibres



Un dia a la vida de l'Abed Salama
Nathan Thrall

El periodista i premi Pulitzer ha presentat aquesta obra que se centra en l'Abed Salama, un pare que busca el seu fill de cinc anys, després de saber que l'autobús escolar en què viatjava ha tingut un accident i les víctimes han estat traslladades a diversos centres mèdics i hospitals de Jerusalem i Cisjordània. El llibre es relaciona amb el conflicte d'Israel i Palestina.

Teatre



La paella dels dijous
Cristina Clemente

La Mercè dina cada dijous amb els seus dos fills, el Guifré i la Lia, i cada dijous els prepara una paella. Un d'aquests dijous, ella els vol comunicar un fet que li ha canviat la vida i ells treuen conclusions precipitades. És una comèdia sobre l'amor en la maduresa i les segones oportunitats que es pot veure a l'Espai Texas de Barcelona fins al 27 de juliol.

Música



L'ai al cor
Obeses

És el sisè disc d'estudi d'Obeses, amb el qual el grup retorna als seus orígens i a la música que sempre ha fet al llarg dels seus gairebé quinze anys de trajectòria. Les cançons, al seu pur estil pop-rock, parlen d'experiències passades amb gran detall en relació amb temes comuns com l'amor, la llengua, la pau, el pas del temps o la mort.

Pelis i sèries



La casa en flames
Dani de la Orden

El film explica la història d'una família que passa plegada el cap de setmana a Cadaqués. La mare, després de molt de temps sense veure tots els seus units, fa tot el possible perquè els problemes familiars quedin a un costat i tot surti rodó. Per fer-ho possible, però, ho haurà de cremar tot. Emma Vilarasau, Clara Segura i Alberto San Juan en són els protagonistes.

ESTILS DE VIDA

Hàbits clau per a una vida saludable

Foto: Freepik



QUALITAT DE VIDA

Es parla sovint d'hàbits bons i dolents, però fins a quin punt condicionen realment la salut? Un estudi de l'Institut Guttman, en col·laboració amb la UB i la Harvard Medical School, ha analitzat per primera vegada de quina manera es combinen hàbits com el tabac, l'alcohol, la socialització o el son per determinar la nostra qualitat de vida.

Segons els resultats, una persona saludable es caracteritza per una bona activitat cognitiva, nutrició, activitat física, qualitat del son, socialització i pla vital, un índex de massa corporal dins de la normalitat i un consum baix de tabac i alcohol. Aquesta combinació presenta un menor risc de desenvolupar malalties cròniques i garanteix una millor salut general i mental.

A partir d'aquí hi ha factors que ens posen en risc. L'augment de l'índex de massa corporal incrementa el risc de càncer, diabetis o malaltia renal. El consum de tabac és responsable de malalties cardiovasculars i neurològiques. El consum d'alcohol és causant de malalties psiquiàtriques. Però hi ha més factors que ens afecten, com la baixa activitat cognitiva, que augmenta el risc de desenvolupar malalties neurològiques.

Les claus.....

NUTRICIÓ

L'activitat física, la qualitat del son i la nutrició són valors clau per a la salut

SOCIALIZACIÓ

La socialització i el fet de tenir un pla vital també tenen efectes molt positius

ALCOHOL

El tabac i el consum elevat d'alcohol són els elements externs més desestabilitzadors

ACTIVITAT

La baixa activitat cognitiva s'associa a un risc més gran de malalties neurològiques

Foto: Freepik



Els infants han de menjar carn vermella?



Tot i que hi ha diferents maneres de classificar les carns, la més popular i que des d'un punt de vista nutricional es fa servir és la de classificar-les en vermelles i blanques. Aquesta classificació es basa en el contingut de mioglobina, una proteïna que conté ferro i que li dona aquest color vermell característic. Així doncs, es considera carn vermella aquella que té un color vermell intens, i inclou la carn de vaca, vedella, be, cabra, cavall i porc. D'altra banda, la carn blanca té un color rosat suau, i inclou les carns d'aus com el pollastre, el gall d'indi i també el conill.

Sovint, però, el consum de carn vermella ha estat subjecte a moltes crítiques relacionades amb la salut, fins al

punt d'afirmar que no n'han de prendre ni els infants ni els adults. Tot i això, has de saber que és un fals mite, ja que es recomana menjar-ne fins a dues vegades a la setmana i, en el cas dels infants, donar-los racions més petites. La ració de consum varia segons l'edat, però se situa al voltant d'uns 50-80 grams dels 3 als 9 anys i de 80 a 125 grams per a la franja de 10 a 17 anys.

La carn vermella és una font de proteïnes d'alt valor, com també ho són els ous, el peix i els llegums. A més, és una font important de minerals com el zinc, el fòsfor i el ferro, i aporta vitamines. En destaquen, pel seu contingut, les del grup B, especialment la tiamina (B), la riboflavina (B), la niacina (B), la piridoxina (B) i la cianocobalamina (B).

En el marc d'una alimentació saludable, l'alimentació d'un infant ha d'incloure, a més de carn, una gran varietat de fruites i hortalisses fresques de temporada, llegums, fruita seca, cereals integrals i oli d'oliva verge, i complementar-se amb carn, peix, ous i làctics sense ensucrar.



 **BRUC**
àccura
SPORT & WELLNESS



+INFO

NOVA SALA FITNESS, EXPERIÈNCIA D'ENTRENAMENT

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