

FALTEN RECURSOS pàg 3
Viure amb sordceguesa:
un repte diari que necessita
acompanyament constant

HOSTAFRANCS pàg 10
Mercè Velilla reivindica
la importància de l'educació
durant el pregó de Festa Major



líniasants

19 anys

Núm. 476 · 5/10/2022 · liniasants.cat

Ràbia i frustració

► Botigues de Creu Coberta tornen a patir destrosses a causa dels aldarulls de la Mercè

► L'eix comercial mostra el seu malestar perquè havia avisat i xifra en 95.000 euros els danys pàg 16



Fotos: Blanca Blay/ACN



DEFENSA PERSONAL

MIXTO
FEMENINO
EXTRAESCOLARES

KRAVMAGA

DINAMIS SPORT

CLASES Y ENTRENAMIENTOS PRIVADOS GRATIS 2 DIAS DE PRUEBA MÁS CAMISETA

 **618 557 197**

DEFENSA PERSONAL [**SALA FITNESS INCLUIDA**
1H PARKING GRATUITA]



KRAVMAGA-DEFENSAPERSONAL.COM | INFO@KRAVMAGA-DEFENSAPERSONAL.COM

Aquest octubre

Mercat de Sants

VIATGEM A L'ESPAI EN FAMÍLIA!

Divendres 14 (3 sessions)
a les 17:30, 18:15 i 19:00

Dissabte 15 (3 sessions)
a les 11:00, 11:45 i 12:30

Amb el suport de:

 **Generalitat de Catalunya** *t'hi esperem!*

 **Mercats de Barcelona**

Ajuntament de Barcelona 

Viure amb tres sentits

» La sordceguesa és una discapacitat que combina la pèrdua del sentit de l'oïda i el de la vista
 » L'APSOCECAT considera que els serveis que reben són de qualitat, però que falten en quantitat

Guillem Francàs
BARCELONA



T'imagines viure sense veure ni sentir res? Com et comunicaries? Com et mouries? Com aniries a comprar? I com menjaries? Tothom qui tingui tots els sentits a ple funcionament no és capaç d'imaginar-se la seva vida amb aquestes condicions. Doncs a Catalunya hi ha unes 40.000 persones que pateixen de sordceguesa, una discapacitat que consisteix en la pèrdua combinada del sentit de la vista i de l'oïda en diferents graus.

La disfunció pot ser congènita o adquirida, segons la persona, i en tots dos casos els graus poden ser molt diferents fent que les circumstàncies de la vida quotidiana siguin més o menys complicades. L'exemple més clar és la manera de comunicar-se. En molts casos, els especialistes ensenyen a parlar als afectats amb llenguatge de signes recolzat amb les mans. És a dir, que s'agafen de les mans mentre gesticulen per entendre's. En canvi, una persona que conserva uns mínims d'oïda podrà comunicar-se via oral i una que té rastres de vista podrà veure el llenguatge de signes.

Per posar tota aquesta realitat al mapa, el 8 d'octubre es farà al districte de Sants-Montjuïc la quarta edició de la Caminada Solidària per la Sordceguesa que organitza l'Associació Catalana pro Persones amb Sordceguesa (APSOCECAT). Aquesta associació s'encarrega d'atendre i acompanyar a persones que pateixen la discapacitat, així com a les seves famílies, i organitza la caminada per donar-los suport i alhora col·laborar i visibilitzar que aquest problema existeix, tot i no ser gaire conegut. El president



L'APSOCECAT celebrant el Dia Internacional de la Sordceguesa el passat juliol. Foto: APSOCECAT

d'APSOCECAT, Ricard López, explica que tota ajuda serà ben rebuda i anirà destinada a finançar els mediadors que treballen amb els discapacitats, que és la part més cara i alhora necessària per a les persones amb sordceguesa, ja que els acompanyen cada dia.

EL DIA A DIA

L'Ahmed és un home marroquí que fa molts anys que viu a Barcelona i que pateix de sordceguesa. Forma part de l'associació i, de fet, són ells qui en tenen la seva tutela perquè no té família a Catalunya. L'Ahmed pateix de sordceguesa adquirida, ja que va néixer sord i l'any 2007 es va quedar cec per culpa d'una síndrome. Des de llavors que necessita el suport de dues persones que l'ajudin en el seu dia a dia. En Víctor, un dels dos mediadors comunicatius que treballa amb ell, defi-

neix la seva funció com un pont comunicatiu entre el món que no pot arribar a percebre i l'Ahmed. Explica que ell és l'amo del seu temps i que els mediadors es dediquen a endreçar tot el que els demana, com per exemple quan anar a comprar, on anar a prendre alguna cosa o on passar la tarda. Tenir rutines definides li facilita molt més el dia a dia.

Però com pot saber quan toca fer què? En Víctor explica que per saber a quin dia i hora està vivint sense preguntar, utilitza un telèfon mòbil amb alarmes programades a les hores que ell hagi decidit per ubicar-se en el temps. Per exemple, cada matí a les 8 l'aparell vibra i a més de fer de despertador, ja sap l'hora. Per tant, la vida quotidiana queda definida per la intervenció vital dels mediadors i els suports tecnològics que pugui fer servir.

QUÈ FALTA PER FER?

És evident que la vida d'una persona sordcega no pot ser independent al 100%, però es pot aconseguir certa autonomia. És en aquest sentit que Ricard López, president de l'APSOCECAT, afirma que a Barcelona "tenim una gran sort", tot i que afegeix el següent: "Trobem a faltar quantitat de serveis, però no qualitat". Com bé explicava en Víctor, mediador de l'Ahmed, no necessiten equipaments molt concrets al carrer perquè van sempre acompanyats. On es necessiten major quantitat de serveis és a les llars de les persones amb la discapacitat, que és el que demanda el president de l'associació.

El problema més gran és presupostar perquè ni l'associació disposa de grans recursos per dotar d'ajudes als pacients, ni l'Ajuntament ni la Generalitat des-

tinien els diners que des d'APSOCECAT consideren que serien necessaris, ja que els diners públics que reben són en qualitat de discapacitat intel·lectual, quan no hauria de ser així.

Tot i això, en Víctor ho matisa dient que, sense la Llei de Dependència de la Generalitat i els reforços de l'Ajuntament, persones com l'Ahmed no podrien tenir l'ajuda dels mediadors. Però tenen una petició clara: "Necessiten teleassistència perquè no podem estar les 24 hores amb ells i només dues persones que tenim controlades estan gaudint de l'ajuda". La teleassistència és clau per evitar desgràcies com el cas d'un foc a casa, ja que no valen alertes visuals ni sonores, sinó que necessiten un avís automàtic als bombers. També demanen més donacions i la caminada és una bona oportunitat per fer-ne.



Segueix-nos

a les xarxes socials

@liniaxarxa

facebook

twitter

instagram

La lupa

Estem davant d'un turisme diferent?

per Xavier Marcé, regidor de Turisme i Indústries Creatives de l'Ajuntament de Barcelona i regidor de Nou Barris



Foto: ACN



La reducció generalitzada de les restriccions associades a la covid que es va iniciar el passat mes de març ha suposat la normalització del viatge i, per tant, la represa del turisme. De fet, a Barcelona hem arribat al setembre amb un 80% dels visitants de l'any 2019 i un nivell d'ocupació de l'allotjament turístic del 93%. Cal dir que aquests percentatges, certament elevats, corresponen a uns visitants de més proximitat, amb una despesa superior a l'anterior i amb una utilització més diversificada del transport. Creuers i avions encara estan en percentatges una mica inferiors als anteriors.

Potser encara és aviat per respondre una de les preguntes que tots tenim al cap: canviaran els hàbits i les tendències turístiques després de la pandèmia? Ara bé, ja comencem a veure alguns elements que apunten hipòtesis de futur.

El viatge *low cost* trigarà a remuntar, afortunadament. De fet, l'encariment dels preus motivat per la pujada dels combustibles i per les tensions laborals en companyies de baix preu ve acompanyat d'una presa generalitzada de consciència envers els perjudicis d'un turisme indiscriminat, de menys qualitat, amb treballs precaris i de poc rendiment social. A Barcelona hi ha hagut un ampli consens per evitar remuntar la crisi del sector oferint preus baixos per atraure el màxim de visitants, de tal manera que els preus dels hotels fins i tot s'han situat una mica per sobre de l'any 2019.

Fugir de la temptació de cercar un turisme fàcil,

de baix pressupost i sense interessos socioculturals ha estat molt important per reiniciar la vida turística de la ciutat amb criteris de més qualitat.

També observem una tendència clara a allargar l'estada a Barcelona. Abans de la pandèmia, l'estada mitjana no arribava als tres dies, i ara sobrepasa els quatre. És una bona notícia, atès que permet reduir les temptacions incrementalistes d'una part del sector i millora les possibilitats de descentralitzar els fluxos turístics que massifiquen el centre de la ciutat.

Una part de Barcelona s'entesta a convertir el turisme en un enemic prioritari

Els creuers també mantenen una clara línia de contenció. Les previsions per a l'any 2022 són força inferiors a les de l'any 2019, amb una tendència inequívoca a prioritzar el creuer d'entrada i sortida per sobre del de trànsit. Aquest aspecte és molt rellevant per a la qualitat del turisme local i té grans repercussions mediambientals, atès que a molt curt termini totes les terminals tindran connexió amb energies netes.

Consolidar aquestes tendències és molt important, perquè configuren una base sòlida per transformar el turisme local, convertint-lo en un vector

de progrés més extensiu per a la nostra economia. Permetrà millorar la qualitat de les feines associades al turisme, apujar salaris i reduir les pressions per incrementar el nombre de visitants.

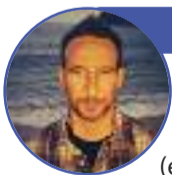
Malgrat tot, a Barcelona encara tenim importants reptes per millorar la nostra realitat turística. Resoldre les distorsions que genera la mobilitat urbana és urgent, perquè amb independència dels visitants que dormen a la ciutat, cada any reben una ingent quantitat d'excursionistes que ens visiten un dia des de les principals zones turístiques catalanes. Cercar solucions racionals per a aquestes visites s'ha de fer de comú acord amb la modernització del model de mobilitat urbana que Barcelona està fent, i això no és fàcil ni genera els consensos necessaris.

També és imprescindible posar en valor alternatives patrimonials, culturals, esportives o gastronòmiques a les icones tradicionals de la ciutat, no només per descentralitzar i desmassificar el turisme, sinó per construir una imatge-marca de Barcelona més adient al seu projecte de futur.

Tot plegat, però, esdevé un objectiu doblement complex si una part de la ciutat s'entesta a convertir el turisme en un enemic prioritari. Viatjar és un acte de llibertat i la mobilitat un dret irrenunciable per a tota societat oberta i democràtica. Per això els problemes i les contradiccions inherents al turisme s'han d'afrontar amb solucions tècniques i consensos polítics que fugin de la turismofòbia i abracin un pragmatisme més racional.

Aquí es piula 

El Twitter en paper



@ManelAlias

[Des del Donbass] El TERROR de la guerra (en 1a persona). 5 de la matinada, bum! L'estrèpit em desperta. El 2n cau més a prop. M'estic vestint, i el 3r! Al passadís, abans de les escales d'emergència, m'aturo per encendre la llanterna del mòbil i... això em salva? El 4t hauria pogut ser per a mi.



@Marta_catalonia

Poc es parla de la importància que va tenir la incorporació massiva de les dones a les colles castelleres. Com que pesen menys que els homes, l'alleugeriment de pes a l'estructura ha permès tirar endavant castells més alts, i això no es diu mai. #CastellsEnXarxa #ConcursTGN22



@jotaemi

Ahir [2-10-2022] Lula va quedar cinc punts per davant de Bolsonaro. Caldrà lluitar la segona volta, però parteix amb força avantatge. El que va ser dramàtic ahir, però, van ser la resta dels resultats de les eleccions: el bolsonarisme és fort i s'ha imposat al congrés, al senat i als estats.



@Anelrazabal

El 3 de octubre de 2013, 368 personas murieron ahogadas en uno de los mayores naufragios ocurridos en Lampedusa. Fue una tragedia que sacudió a Italia, pero no evitó centenares de naufragios más. Casi una década después, Meloni amenaza con cerrar los puertos italianos.



Director Editorial: Arnau Nadeu
Subdirector d'edicions: Albert Ribas
Subdirectora de digital: Anna Corbatera
Redacció: Albert Alexandre (diari metropolità), Anna Utiel i Guillem Francàs (Barcelona), Olga García (Vallès), Gerardo Santos (Barcelonès Nord)

Dipòsit Legal: B 10856-2003

i Baix Maresme), Francisco J. Rodríguez (l'Hospitalet i Baix Llobregat), Mar Sifre (Montserrat), Toni Delgado (Esports), Andreu Asensio (suplements i *branded content*) i Júlia Estivill (xarxes)
Dept. de Producció gràfica: Susana Dicenta
Distribució: Andrés Meca i Pablo 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
Controller: Mauro Favieri
Webs temàtics: Pere Giménez i Quim Miró

grup comunicació 21 www.liniaxarxa.cat



Els semàfors



FM d'Hostafrancs

Ja fa gairebé una setmana que Hostafrancs viu amb intensitat la seva Festa Major. El veïnat està gaudint d'un programa ple d'activitats per a tots els gustos i fins dissabte encara queden actes destacats, com el concert de Miquel del Roig.

pàgina 10



Govern

Hostafrancs va viure el 29 de setembre un desnonament polèmic per la manera com es va fer. Des de la PAH denunciem que no es va tenir en compte la situació de la família, mentre que la regidora Lucia Martín va criticar l'actuació dels Mossos.

pàgina 10



Ajuntament

La Mercè ha tornat a deixar destrosses als comerços de Creu Coberta, cosa que ha provocat la indignació dels afectats. Des de l'eix comercial han recordat que es va demanar a la Guàrdia Urbana que es reforçés el dispositiu de seguretat.

pàgina 16

El + llegalit

líneasants.cat

- 1 **Lluís Llanas, de Creu Coberta, sobre els aldarulls: "Tenim sensació de frustració"**
- 2 **Junts acusa Colau de "manca de cultura democràtica" per les seves crítiques als mitjans**
- 3 **Creu Coberta torna a l'edat mitjana amb la fira medieval**
- 4 **Hostafrancs escalfa motors per a una Festa Major plena d'actes**
- 5 **El nou cafè de la Lleialtat Santsenca lluita contra el malbaratament**

No hi ha una bona teoria que no es manifesti amb la tècnica, per això cal manipular menys i acariciar més, deia el professor Sacristán Luzón. La paradoxa és que la tècnica d'acariciar coincideix, tanmateix, amb la teoria de la destrucció. Adonar-nos que gairebé tot es presenta vestit de bondat, cosa que s'ha d'interpretar com un avís que ens convida a dubtar de la propaganda. Caldria entomar el treball teoricopràctic amb certa crítica i prevenir-nos dels seus miratges. La veritat mai no se'ns mostrarà directament, la transparència és gairebé impossible.

Treballar pel benestar de tothom exigeix certa coherència: no sembla raonable viure en una societat competitiva mentre s'exalta l'educació en la cooperació i la solidaritat. Quantes vegades no ens sorprèn la distància entre paraules i fets? En alguns casos, només caldria fer ús de l'autoobservació, la millor fórmula per prendre consciència i domini del jo, afrontar amb justícia els interessos que s'amaguen entre les necessitats dels altres.

Allò que ens desagrada de l'altre és, en principi, el que no ens agrada de nosaltres mateixos (i viceversa); d'aquesta manera el màrqueting empresarial va utilitzar la teoria de Lacan per vendre els seus productes i captar clients potencials. "Pensa d'una altra manera" va ser l'eslògan americà que ens va introduir al consumisme i, paral·lelament, al model assistencialista, centrat en l'atenció a una part de subjectes aïllats, davant del sentit comunitari que

apostava per un "tractament" global de la persona, valorant el context sociocultural com un factor identitari i estimulador que facilitaria canvis. La política es va adaptar, com sempre, a bona part d'aquelles recomanacions, i va posar fi a la grandesa que s'havia gestat anys abans col·locant les persones al centre de les aportacions industrials i tecnològiques, i així seguim.

Sembla que aquesta és una estratègia recurrent, sobretot en els àmbits de l'ajuda. Posem com a exemple l'empowerment, una praxi orientada a l'autonomia i responsabilitat (que reemplaça la jerarquia piramidal existent) sota la base d'una gestió compartida, una estratègia de motivació i promoció que consistiria en la delegació o transmissió de majors capacitats de decisió als empleats. Però moltes realitats deixen entreveure que aquest tipus de gestió no existeix. És oportú parlar de les anomenades "habilitats socials", com la tan socorreguda empatia, l'assertivitat, etc., que es mouen en els cercles intel·lectuals, formatius i empresarials, i que poden arribar a ser un instrument fred i artificial, distant, classista, i que impedeixi cercar la necessària solidaritat dels uns amb els altres.

Qui va darrere d'aquestes fórmules, en què la bretxa entre

gestors, comandaments intermedis, caps d'això i allò, enfronta els professionals i els atesos per manca de confiança i relació sincera? Tot això genera més necessitat de control, sobretot a les organitzacions primitives (sovint les administratives), on el zel excessiu i paternalista manté un flux burocràtic i centralitzat. Qui vigila els vigilants? Les seves praxis orientades al control jeràrquic van en detriment dels resultats (quan no del sentit comú o la professionalitat), cosa que limita la participació i el compromís.

Cal una estructura organitzativa menys jeràrquica, plana i horitzontal. Un nou sistema de valors com l'altruisme, rendició de comptes, dignitat, compromís de servei, honor, integritat, honestat, compassió, capacitat d'ensenyar i aprendre, garantia de qualitat, excel·lència, capacitat de treball en equip, equitat, iniciativa, flexibilitat... Sobretot amb el cor, amb autocontrol.

Construir polítiques decents és garantir comunitats i espais sense por al futur, permetre reduir la distància en les relacions, seguir estàndards reals de bona praxi. És apostar per un discurs modest, a favor de la fraternitat i amb habilitats molt més properes a la població que resisteix, més creatives, potenciadores, motivadores i seductores.

Línia Sants 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

Safata d'entrada

Paraules

per Francesc Reina

A les xarxes



#CrisiDeGovern



#XiuladaAForcadell



#LaRamblaEsTransforma



@damesonpareras: Estabilitat mental nivell estabilitat Govern de la Generalitat de Catalunya. Autoestima baixeta nivell Junts.

@yeyaboya: Quina tristesa sentir com Carme Forcadell és xiulada a l'acte de l'1-O. Quina pena. Així no ho aconseguirem, companys. Més dones com ella ens calen [...]

@aleixsalvans: La reforma de la Rambla no servirà perquè els barcelonins tornin a ramblajar sinó perquè hi hagi menys atropellaments de guiris borratxos de matinada.



Cornucopiae finem

per Manuel Sánchez-Villanueva Beuter

La banya d'Amaltea, la cabra que, segons la llegenda de la mitologia grega, va alletar Zeus i de la qual brollaven sense parar fruites i flors, s'ha buidat.

Després de gairebé 3.000 anys des que Hèrcules la guanyés en batalla al déu Aqueloo, la humanitat desperta atònita del somni luxuriós de la depredació.

"Estem vivint la fi de l'abundància", afirmava l'agost passat Emmanuel Macron a la sortida del consell de ministres del país veí. Més enllà del rebuig que ens puguin provocar les paraules d'un polític que segurament no es priva de res, la frase resumeix la constatació de la fi d'un sistema. Un sistema capitalista basat en l'espoliació de recursos naturals i la generació de borses de pobresa amb cada cop més vençuts que vencedors, fins que al final no quedi cap guanyador. Les conclusions del Fòrum de Davos l'any 2009 eren que només l'1% de la població mundial ostentava el 44% de la riquesa mundial. El 2019 aquest 1% ja dominava el 99%. Una autèntica reedició de l'Elisi.

Les receptes que intenten pal·liar aquest desastre topen amb una realitat i una inèrcia basada en el creixement difícil de frenar. Al mateix temps que rebem els ajuts més grans de la Unió Europea, en forma de fons *Next Generation*, assistim impertèrrits a projectes com el de la remodelació de l'estadi Santiago Bernabéu, on, a més del cobriment de la pista, es construeixen

sis nivells de soterrani de 30 metres de profunditat per guardar la gespa en safates. Imaginin els recursos utilitzats per excavar i construir allò, sota un estadi ja construït. Imaginin les explicacions que ho justifiquen.

"Recursos finits" ha estat precisament el títol del *workshop* que l'Escola d'Arquitectura del Vallès (ETSAV) ha celebrat aquest mes de setembre al Centre de Cultura Contemporània de Barcelona (CCCB) com a inici de curs. Ponents de luxe com les arquitectes Mar Santamaría i Blanca Pujals van fer inspiradores xerrades, oferint eines per mirar i diagnosticar situacions

urbanes i per assenyalar la creixent artificialització del nostre món. Pujals explicava que a l'estructura clàssica de configuració del nostre planeta –exosfera, estratosfera, troposfera– es detecta, i actualment és mesurable, una capa d'origen exclusivament humà, la tecnosfera, que a diferència de les altres esferes no treballa en equilibri amb la resta, sinó que les depreda. La utilització indiscriminada i sense sentit de recursos naturals ha alterat l'equilibri del nostre planeta, alentint els corrents marins o fonent el gel emmagatzemat als pols i en altres regions.

El taller de l'ETSAV prenia com a escenari Ciutat

Pirineu", feien veure als transeünts el fabulós sistema de conducció i tractament d'aigua que la humanitat ha dissenyat i que inconscientment menyspreem, consumint plàstic i combustibles fòssils per al seu transport.

Un altre grup denunciava les deixalles que genera la nostra frenètica activitat consumidora. Va demanar a la gent que passejava pel carrer que li donés els seus tiquets de compra recents, amb els quals va empaperar una façana sencera de Ciutat Vella. La simple observació de la dimensió de l'empaperat que, a més, és registre fidel de totes les compres fetes, produïa veritable vergonya. Quantes d'aquelles coses són prescindibles? Quant trigaran a omplir els nostres cubells d'escombraries?

Alguns estudiants es van dedicar a mesurar la ciutat, armats amb simples molinets d'aire com a sensors eòlics, relacionant la velocitat de l'aire amb els canvis a la geometria urbana. Descobrien així mètodes senzills per dissenyar espais agradables i frescos a l'estiu, combinats amb la vegetació. Una autèntica lliçó que ens ensenya que sovint no calen eines gaire sofisticades per generar coneixement i tenir criteri.

Potser la més xocant de les propostes va ser la que suggeria utilitzar com un autèntic recurs alimentari una cosa que tots identificaríem com una plaga, i no només a Ciutat Vella, sinó a pràcticament qualsevol ciutat: les paneroles. És sabut que els insectes són una important font de proteïnes, considerada per l'OMS com

a alternativa seriosa per a l'alimentació d'una creixent població mundial. Són consumits de diverses maneres en altres cultures com l'asiàtica i els tenim en abundància. Només és una qüestió cultural. Un canvi de punt de vista que noves generacions d'estudiants d'arquitectura ens proposen adoptar. Una nova manera de comportar-se i de mirar que potser ens permetrà veure la banya de Cornucòpia mig plena.

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

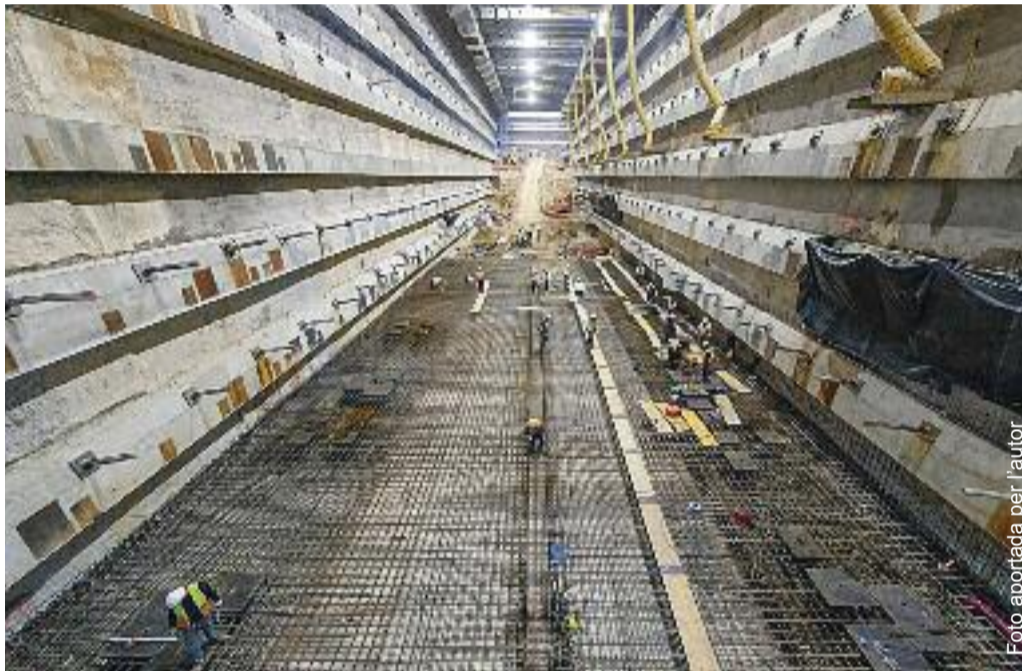


Foto aportada per l'autor

Vella, seu del CCCB i origen de la ciutat de Barcelona, treballant amb els recursos més bàsics del nostre entorn: aire, aigua, vegetació i fauna, però també amb altres que no solem identificar com a font d'aprovisionament, com les escombraries i tot allò que ens sobra.

Les propostes dels alumnes de l'ETSAV denunciaven de manera imaginativa coses conegudes, com ara el consum absurd d'aigua embotellada. Plantats al mig de les Rambles i vestits com cambriers, oferien gots d'aigua de les fonts del barri com un autèntic producte de luxe. Sota el lema "més fresca que la neu, ve directa del

Les millors perles



En els moments més durs, la música sempre ens fa costat. En el cas de l'executiva de Junts, qui els va acompanyar va ser un grup de *mariachis* que es va presentar a la seu del partit després d'una trucada anònima per cantar *La Cucaracha*. Tot un clàssic.

Conduir begut, contra direcció, amb el capó aixecat i traient el cap per la finestra. I a sobre, intentar escapar quan els Mossos d'Esquadra t'aturen. Són els consells d'un detingut a Vilamalla (Alt Empordà) per acabar emmanillat.

Les festes *gender reveal* (on es dona a conèixer el sexe d'una criatura que no ha nascut) solen provocar vergonya aliena, però al Brasil una parella ha superat tots els límits i ha contaminat un riu tenyint-lo de blau. Enhorabona per la denúncia.

Lactriu María León ha estat detinguda per haver agredit, presumptament, una agent de la policia local de Sevilla. L'artista nega els fets: diu que ha estat víctima d'un abús policial i l'Associació Pro Drets Humans li dona suport.

Jordi Borràs/ACN

LA FOTO



Sants Tradicat



3ra Jornada de Tradicions Catalanes

22 d'octubre de 2022
al Carrer de Sants
de Joanot Martorell
a Arizala

Comerç i Artesania
Tradicions Catalanes

Més info:

934090622 - 616254305
info@carrerdesants.cat
www.carrerdesants.cat

Sants
"ESTABLIMENTS UNITS"

Segueix-nos
a les nostres xarxes socials



Tribuna

Contra la problematització de l'espai públic

per Oriol Lladó



Foto: Arxiu ACN

En el primer mandat del govern del PP a Badalona es va practicar una estratègia urbana de problematització de l'espai públic. Tota una paradoxa, perquè allò que es propagava arreu i amb una certa complicitat veïnal era precisament el contrari. A Badalona es van convertir en sospitosos tots els espais que tinguessin un component comunitari. Un càlcul ben cínic per afavorir una resposta política que, més enllà de l'epidermis de l'aparent ràpida solució, va servir (i serveix) de ben poc. Eliminar els bancs on seure d'una plaça era la manera d'acabar amb el soroll d'aquell grup de joves que havien convertit l'espai en lloc de trobada en els llargs vespres d'estiu. Tancar l'aixeta de les fonts era la manera d'allunyar les persones amb dificultats per accedir a l'aigua corrent. Solució o trasllat del problema?

Badalona, en això també, feia punt de nou com a pionera de l'urbanisme hostil que, poc temps després, es practicaria contra les persones sense llar –per cert, avui ben vigent en ciutats de tot pelatge polític.

Cap d'aquestes preteses solucions serveix per a gaire res més que per traslladar o agreujar el problema. Un mal diagnòstic mai és un bon presagi. El problema no és el banc ni la font en si mateixos, ni el portal on aquella persona sense llar planta el seu precari refugi, sinó la falta d'alternatives de lleure, la pobresa i la marginació. El problema és una societat cada vegada més desigual i un espai públic amenaçat per la privatització d'usos, i que és víctima, alhora, d'una societat cada vegada més polaritzada i individualista.

L'estigmatització de col·lectius pot semblar un dany col·lateral, però en el fons és l'objectiu d'una agenda política que situa l'espai públic com el lloc a domesticar i securitzar. Un espai ple de perills i riscos que cal fer asèptic a costa de qui sigui (normalment a costa dels que menys es poden defensar). Un espai que no ha de molestar. On tot ha d'estar sota control.

L'experiència del PP a Badalona no és un cas ni tan extrem ni tan superat com voldríem pensar. Ni és, de fet, una experiència amb patent d'exclusivitat. Alerta, per tant: al costat de bones idees (activitats de lleure dirigides, programació cultural, zones de jocs, disseny accessible...) veiem una creixent ten-

dència restrictiva en el disseny i gestió de l'espai públic... Per si de cas.

Hi ha problemes? És clar: vandalisme, inseguretat, problemes de convivència, incompatibilitat d'usos... Però si de veritat els volem abordar, cal anar a les raons estructurals i no tenir por de bancs i fonts, que al capdavall poden esdevenir també oportunitats; eines per a una estratègia de fer (i cosir) una ciutat més inclusiva i justa.

Ara bé, hem de voler i saber sortir de la temptació de fiar-ho tot al que ja ve de fàbrica i que és el més fàcil: la zona d'exercicis per a la gent gran, el parc per a infants de 0-6 anys o el picicà de torn. Tres elements que responen a les necessitats dels col·lectius més fàcilment integrables. Es tracta d'obrir una mica el focus, de ser valent i de posar-hi voluntat. Perquè és possible sumar usos i opcions.

Cal, això sí, anar més enllà de la idea d'un urbanisme que ho dona tot per descomptat i que funciona d'esma. La plaça es dibuixa al despatx de l'arquitecte, però només en part, perquè allà on es fa viva no és al render, sinó que és a peu de carrer. I aquí és on cal comptar amb tots els actors i donar-los joc; incorporar-los amb complicitat en el disseny i la discussió prèvia.

Tan important com assegurar una zona de jocs infantils adequada i de qualitat hauria de ser el fet de preveure activitats regulars amb els espais i els grups de joves de la zona perquè hi allarguin la presència (o fins i tot perquè en gestionin algun sector). Tan necessari com escollir bé les espècies vegetals per plantar hauria de ser pensar en recorreguts segurs i amigables per a tots els col·lectius i escoltar-ne les necessitats i vivències. Tan convenient com pensar en materials resistents i segurs hauria de ser connectar amb la història i el patrimoni immaterial d'aquell barri on s'intervé. Tan important com tallar la cinta per donar per inaugurada la nova plaça hauria de ser preveure el seu manteniment futur, que ha d'anar més enllà de la reposició de les peces trencades i incloure també la dinamització o, si convé, la mediació. Perquè no només cal regar les plantes, sinó aquelles activitats que enxarxen i fan trama cívica.

Omplir d'activitat places i parcs no pot ser mai un problema. És, ben al contrari, una oportunitat de fer comunitat. I això és, sobretot, fer ciutat.

“

Cal anar més enllà de la idea d'un urbanisme que ho dona tot per descomptat i que funciona d'esma. La plaça es dibuixa al despatx de l'arquitecte, però només en part, perquè allà on es fa viva no és al 'render', sinó que és a peu de carrer. I aquí és on cal comptar amb tots els actors i donar-los joc

”

Flaixos

@EnricGoma: Aquests que van dient que no els interessa gens les crisis del Govern, ja saben que el pressupost de la Generalitat és de 35.000 milions anuals?

@pgarciamirasol: No sé per què tant enrenou amb la destitució de Puigneró. Que hi posin el Damià Calvet, que ja els confo-
niem abans i ningú notarà el canvi.

@jaume_diadoc: En grec clàssic *tele-* significa 'de lluny' i *thele-*, 'mugró', però en català queden confosos i per això quan algú et diu d'encendre la tele no saps mai què fer.

**SANTS
TEATRE**



Centre Catòlic de Sants
C/Antoni de Capmany, 72
(Al costat Plaça de Sants)
Tel. 933325037
www.ccsants.cat

DIUMENGE 9 OCTUBRE 18 h

MENTIDERS

Una divertida comèdia
d'Anthony Nielson

Grup Artístic Teatral de Cerdanyola

Venda de localitats a secretaria de
dimarts a divendres de 17 a 20 h i a taquilla



DIUMENGE 16 OCTUBRE 19 h

Ja us he reconegut

Un concert teatralitzat amb cançons de la
NÚRIA FELIU

Venda de localitats a secretaria de
dimarts a divendres de 17 a 20 h i a taquilla



Federació d'Ateneus
de Catalunya

Generalitat de Catalunya
Departament de Cultura



Venda de localitats

entràpolis!
venda d'entrades online



El Viu Montjuïc celebra la seva segona edició aquest cap de setmana amb una seixantena d'activitats programades i amb la implicació d'una trentena d'equipaments, entre els quals s'inclouen també entitats de barris veïns.

La Festa Major d'Hostafrancs enceta amb ganes la recta final

» La celebració va començar el dia 30 i acabarà aquest dissabte
» La música serà la gran protagonista d'aquests últims dies de festa

TRADICIÓ ▶ Fa gairebé una setmana que Hostafrancs està de Festa Major, però el barri encara té ganes de més i fins al dissabte continuarà desplegant un programa que ja ha deixat grans moments aquests dies.

Entre les activitats pendents, hi ha el quart aniversari de l'espai d'adolescents La Clau, que comptarà amb dos tallers; el matinal de bàsquet formatiu, a càrrec de Bàsquet Ateneu Montserrat (BAM); el Mercat de la Nosa i el Col·leccionisme o la visita comentada al parc de l'Espanya Industrial. Però, sobretot, la clara protagonista d'aquests últims dies de festa serà la música.

MANOLOS I MIQUEL DEL ROIG Demà mateix hi haurà el concert de rumba de Joan Herrero, un dels membres del mític grup los Manolos, que van formar part de la banda sonora dels Jocs Olímpics de Barcelona ara fa trenta anys. Di-



Mercè Velilla va fer el pregó de la festa. Foto: Twitter (@CreuCobertaShop)

vendres, l'actuació més destacada serà la de Miquel del Roig, tot i que també oferiran concerts Maria Esteban Trio, Joan Pelegrí Music Band i Open Mouth. Per acomiadar la festa, dissabte hi haurà un vermut musical, música al carrer amb Elia Riudavets, Alba Vilanova i Gonçal Perales, així com una sessió amb el DJ Sants3Ràdio i un concert de l'Orquestra di-Versions com a colofó.

UN PREGÓ REIVINDICATIU

Però, sens dubte, un dels moments que més es recordarà d'aquesta Festa Major serà el pregó que va oferir Mercè Velilla, professora i exdirectora de l'Escola Joan Pelegrí, que va reivindicar la importància de l'educació, l'ampli teixit associatiu d'Hostafrancs i el jovent del barri, alhora que va alertar del perill de "blanquejar el feixisme".

Mor el santsenc Àngel Casas, pioner del 'talk show' català

CONDOL ▶ L'homenatge que fa pocs mesos van dedicar TV3 i l'Ateneu Barcelonès a Àngel Casas va arribar a temps, aquest cop. Els problemes de salut que arrossegava el periodista, presentador i showman se l'han emportat a 76 anys. Ara és moment de recordar, i potser de tornar a veure fins i tot, els seus programes mítics, Àngel Casas Show o *Un dia es un dia*, que el van consolidar com a pioner dels talk shows a Catalunya.

Nascut el 1946 al barri de Sants, va començar la seva trajectòria a *Ràdio Joventut*, i després va passar per *Ràdio Bar-*

celona i *Ràdio 4*. L'any 1977 va debutar a *Televisió Espanyola* i va començar a treballar a TV3 poc després del naixement del canal. Va ser allà on es va revelar com a showman en un format que li anava com anell al dit, el talk show. Molts dels millors moments de la televisió catalana dels anys 80 evocuen les seves entrevistes a estrelles de Hollywood, o moments picants com els primers striptease que es van emetre a la cadena pública. *L'Àngel Casas Show* va rebre els premis Antena de Oro (1984) i Ondas (1986).



Àngel Casas, en una fotografia de principis d'any. Foto: Pau Cortina/ACN



Un moment del desnonament del 29 de setembre. Foto: Twitter (@PAH_BCN)

Polèmica per un desnonament

HOSTAFRANCS ▶ El barri d'Hostafrancs va viure el 29 de setembre un desnonament que ha aixecat polèmica per com es va dur a terme. El fet és que els Mossos d'Esquadra van desnonar una família en situació de vulnerabilitat extrema tot i l'intent d'evitar-ho de la Plataforma d'Afectats per la Hipoteca (PAH). Els activistes defensen que el forense no ha tingut en compte la situació extrema de la família, que és deu al fet que la

parella té un informe mèdic que adverteix que el marit ja hauria intentat suïcidar-se dues vegades. Quedar-se sense casa podria provocar un tercer intent.

La PAH afegeix a les queixes del desnonament que el propietari del pis és un gran tenidor amb més de 100 habitatges i que, com dicta la llei, està obligat a oferir un lloguer social a la família. Denúncien que no hagi complert això i que decidís tirar endavant l'ordre judicial.

La regidora d'Habitatge, Lucía Martín, també ha qualificat d'inacceptable que els jutjats deneguin la suspensió del desnonament a una família amb extrema vulnerabilitat que viu en pis d'un gran tenidor. També va demanar als Mossos que aturessin l'actuació, que va considerar "de nou desproporcionada".

La PAH demana a l'Ajuntament que apliqui les seves competències i no permeti que se segueixi "desnonant impunement".


Farmàcia del Mercat
 Hostafrancs

TANCAT PER DESCANS PERSONAL:

24 DE SETEMBRE, 13 D'OCTUBRE,
1 DE NOVEMBRE, 25 I 26 DE DESEMBRE

 C/ Creu Coberta 95
 08014 Barcelona
 93 431 91 70
 646 69 03 21

 Dilluns a Divendres 8:00 a 21:00
 Dissabtes: 9:00 a 21:00
 Diumenges: 9:00 a 21:00
 Estem a prop teu


CLÍNICA DENTAL

Béjar, 18
 08014 Barcelona - Tel. 93 325 55 43

ODONTOLOGIA GENERAL
 ORTODÒNCIA
 IMPLANTS
 PRÒTESIS DENTALS

- Pressupostos sense compromís
- Finançament per mesos
- Preus especials a la tercera edat




**CONFIA EN LES PERSONES
 CONFIA EN NOSALTRES**

**15% DTE. PRESENTANT
 AQUEST ANUNCI**

Estimar Sants-Montjuïc és cuidar-lo



Cuidem Barcelona

Ajuda'ns a mantenir neta la ciutat,
comunica les incidències al web
cuidem.barcelona o al 010



Ajuntament de
Barcelona



Associació de Comerciants

Creu

Milers de visitants omplen **la Fira Medieval de Creu Coberta**



Aquest cap de setmana, la **Fira Medieval de Creu Coberta** va arribar a la setzena edició amb un èxit de concurrència al barri. Milers de persones varen visitar l'eix per gaudir, comprar, passejar i degustar els nostres restaurants.

Segons Lluís Llanas, president de l'eix, "la Fira Medieval és un dels moments més importants de l'any per a nosaltres, perquè ve molta gent a gaudir i passejar, i així coneixen les botigues del nostre carrer". La fira medieval té per objectiu dur públic al barri per conèixer el comerç de proximitat, tot incloent incentius com són els artesans, la restauració, els productes de la terra i les activitats de dinamització, que en aquest cas varen consistir en teatre familiar i medieval, dansa, música i atraccions manuals per a la canalla.

Dissabte al matí va tenir lloc la inauguració de la fira, amb la presència de la tinent d'alcalde Laura Pérez, la regidora de comerç de Barcelona Montserrat Ballarín, la presidenta del Districte Neus Munté, i els regidors Jordi Martí Galbis, Jordi Castellana i Luz Guilarte. A la tarda, també ens acompanyà el tinent d'alcalde Jaume Collboni, que va estar acompanyant la junta en un passeig per l'eix.

La lectura d'un manifest "No eren bruixes, eren dones sàvies", durant la presentació volia recordar el paper d'aquestes dones que durant segles varen ser menyspreades, jutjades i fins i tot executades, simplement per haver après de la natura i de salut. Això es complementa amb una exposició que es pot veure als aparadors de 30 botigues, on es recullen 30 casos de bruixes jutjades a la ciutat de Barcelona entre els segles XVI i XVIII. També s'inclogué un gran manifest imprès, amb el nom de centenars de dones jutjades al país.

Després, s'inaugurà una imatge de l'Àngel Custodi al mercat d'Hostafrancs, mentre a l'escenari continuaven les activitats, medievals i amb entitats del barri. Cal agrair a les entitats que hi han col·laborat: Atlas Esports, El Maestro, La Companyia, la Banda de Música de l'AMT, Nataraja Dance i el grup de country de Magòria, a més del Col·lectiu d'Artistes de Sants. A la carpa literària del Col·lectiu tingué lloc la presentació de llibres de poetes del barri com Júlia Badal, Natàlia Carrasco, Esther Arpa, escriptors premiats i Jordi Folck, que presentà "La maledicció de les bruixes".





Creu Coberta



Mercat d'Hostafrancs



Fruit de l'acord de l'eix Creu Coberta amb el Mercat d'Hostafrancs, s'inaugurà aquest dissabte al mercat una imatge del Sant Àngel Custodi, patró d'Hostafrancs. Una ofrena floral de les dues entitats, i la inauguració d'aquesta peça, un gravat del segle XVIII, que s'exposarà en ocasions importants, van ser el primer d'un conjunt d'accions i activitats de dinamització que emprendran les dues entitats de forma coordinada.

A l'acte hi varen parlar el president del Mercat, Joaquim Mariné, i el de Creu Coberta, Lluís Llanas, tot brindant per l'acord i per la Festa Major. A l'acte hi assistiren també la tinent d'alcalde Laura Pérez, i els regidors Neus Munté, Jordi

Martí, Montserrat Ballarín, Luz Guilarte i Jordi Castellana, a més de la presidenta del Secretariat d'Entitats, Lluïsa Erill, i el president de la FAECH, Josep Espin.



Hostafrancs
PLATS CUINATS
des de 1979

**Obert de dijous a diumenge
de 10.30 a 15:30h**

CONSELL DE CENT, 17 - 93 424 38 17 - www.platscuinatshostafrancs.com



Poble Espanyol
Barcelona

Arriba el primer festival dedicat a les patates braves a Barcelona

El 8 i 9 d'octubre el Poble Espanyol celebra la 1a edició del Mahou Bravas FestBarcelona, el primer festival *street food* dedicat a les patates braves.

10 dels millors restaurants de tapes de Barcelona oferiran les seves patates braves en un esdeveniment en el qual també hi haurà música en directe, tallers, sortejos i altres activitats.

El festival culminarà amb la selecció de les millors braves de Barcelona, premi atorgat pel vot dels assistents i un jurat format per professionals de gran reconeixement de l'àmbit gastronòmic.



L'entrada al Mahou Bravas Fest és gratuïta per a residents a Catalunya, amb aforament limitat que es completarà per ordre d'arribada.

TOTA LA INFORMACIÓ
ES POT TROBAR AL WEB

poble-espanyol.com
i a
www.bravasfest.com

"La Muntanya"

Xarcuteria des de 1966

OFERTA FANTÀSTICA!!
ESPATLLA IBÈRICA DE JABUGO
Sencera, desossada i llescada al buit
98,95€ / la peça

Els oferim una àmplia gamma de
Pernils de Jabugo - Salamanca
Trevez i embotits
de primera qualitat totalment garantida

CREU COBERTA, 45 - TEL.93 423 48 11 - 08014 BARCELONA

PORTONOVO SILVESTRE

CERVESERIA-RESTAURANT

ESPECIALITATS DE LA CASA:

Carns a la brasa
Pernil de Guijuelo.

MENÚ DEL DIA

11€

C/ Creu Coberta, 37 (tocant Plaça Espanya) Tel./Fax 932925395
salamanca@grupossilvestre.com
www.grupossilvestre.com



#CreaFeinaPlus

Contractes contra

- » Barcelona Activa ofereix ajudes de fins a 8.000 euros per contractar
- » Hi ha temps fins al 25 de novembre per accedir a aquestes ajudes dir

► Barcelona és una ciutat capaç d'aglutinar i atraure talent. Les empreses cerquen aquesta mà d'obra i aquest talent i estan disposades a ampliar les seves plantilles i enriquir-les amb nous perfils. Per fer-ho, ara compten amb el programa Crea Feina Plus Barcelona, impulsat per l'Ajuntament de Barcelona a través de Barcelona Activa, que ofereix ajudes a les empreses i als autònoms que contractin persones en situació de vulnerabilitat, especialment si es tracta de joves, dones o majors de 45 anys.

L'edició del 2022 del programa compta amb un pressupost de 2 milions d'euros i en convocatòries anteriors ha permès la creació de

El pressupost per a ajudes directes és de 2 milions d'euros

1.000 llocs de feina a Barcelona i a l'àrea metropolitana. El termini és obert fins al 25 de novembre.

La convocatòria ofereix a empreses i a autònoms 5.000 euros per cada nou contracte formalitzat, i 1.000 euros més si la persona contractada pertany a un dels col·lectius amb major taxa d'atur: dones, joves (menors de 30 anys) i majors de 45 anys. A més, hi ha un altre plus de fins a 3.000 euros per contracte si el treballador pertany a un col·lectiu en situació de risc o vulnerable.

AJUDES DIRECTES

Les ajudes estan pensades per a persones en situació d'atur de llarga durada (més de 12 mesos dels últims 18) i, especialment, joves, dones, persones majors de 45 anys o bé que pertanyin a algun col·lectiu que estigui en risc d'exclusió. Les noves contractacions han de tenir una durada mínima de sis mesos o bé ser indefinides, per tal que els contractats puguin tenir un mínim d'estabilitat.

En funció de les circumstàncies, hi ha previstes diverses dotacions. 5.000 euros per contractar homes entre 30 i 44 anys que estiguin a l'atur de llarga durada. 6.000 euros per



Foto: Pexels

donar feina a dones, a homes menors de 30 i a majors de 45 anys. En el cas de les persones en risc d'exclusió social, la quantitat de l'aportació oscil·la entre 2.000 i 6.000 euros si es tracta d'una contractació a temps parcial, i fins a 8.000 euros si és una jornada completa.

REQUISITS

Les empreses que vulguin demanar les ajudes han de complir una sèrie de requisits. Comptar, com a mínim, amb un centre de treball a l'àrea metropolitana de Barcelona, han de portar més de sis mesos en funcionament i no han d'estar afectades per cap procés de regulació d'ocupació.

També han d'estar al corrent de pagament de les seves obligacions amb l'Ajuntament de Barcelona, l'Agència Tributària i la Seguretat So-



Foto: Pexels

#CreaFeinaPlus



l'atur

r persones en situació d'atur
rectes a empreses i autònoms



Foto cedida

“He trobat un perfil molt bo i hem fet ‘matching’”

► Les ajudes del programa Crea Feina Plus Barcelona tenen una incidència directa i immediata, tant en les persones que busquen feina com en les empreses que cerquen mà d'obra. Barcelona Activa fa de pont i contribueix, d'una banda, a la viabilitat i al projecte de les organitzacions i, de l'altra, a alleugerir les despeses a l'hora de fer noves contractacions. Tot plegat serveix per fomentar l'ocupació de qualitat.

Després de diverses edicions del programa, nombrosos testimonis han fet evident que el mètode funciona i que serveix per facilitar l'accés a la feina a persones amb dificultats. I, alhora, que ofereix un servei molt àgil als empresaris o autònoms que necessiten personal immediatament.

PROCÉS ÀGIL I FÀCIL

La Vanesa Díaz té un parell de forns de pa de la cadena Granier, un a Sants i l'altre a l'Hospitalet, i ha aprofitat el programa per contractar una persona. Es tracta d'una dona en situació d'atur de llarga durada, que no treballava des del 2020. Al forn sempre hi falta gent i és per això que la Vanesa ja té algú més en llista d'espera. “Cal tenir una mica de sort amb els treballadors, però normalment els mantenim”, detalla. Anava buscant per internet subvencions i va trobar les del programa Crea Feina Plus. “Sol·licitar l'ajuda és fàcil i la concessió és molt ràpida”, afirma.

Un cas diferent és el de la Livia Paretto, gerent d'Inmedia Solutions, empresa que ofereix serveis de màrqueting, comunicació i publicitat per a tercers. Ella és una usuària habitual de les ajudes: “Estava buscant dos perfils, i el que faig quan busco personal és contactar amb Barcelona Activa per veure de quina manera em poden acompanyar”. I li ha sortit bé: “He trobat un perfil molt bo que coincidia amb un programa obert de finançament i hem fet el *matching*”.

El cas de la Livia és un bon exemple del servei que proporciona Barcelona Activa, més enllà de programes concrets de foment de l'ocupació o de formació. “Per a una microempresa com la nostra, te-

nir un assessorament que ens indica com s'han de fer les coses i que, a més, ens permet una petita injecció econòmica sempre és or”, il·lustra. Encara més si és un servei àgil i respon prou ràpidament les necessitats de la companyia.

INSERCIÓ LABORAL EFECTIVA

Un altre testimoni és el de la Vicky Martínez, que té una empresa de restauració, Tapas Tapazia, especialitzada en truites de patates, i compta amb un local a Gràcia i, ben aviat, un altre a Consell de Cent. Ella ha sol·licitat ajuda per a dues contractacions indefinides d'ajudants de cuina a jornada parcial del 50%, totes dues pertanyents a col·lectius de risc i que pateixen algun tipus de discapacitat. “Nosaltres portem treballant des del 2019 i teníem molt clar des del principi que volíem fer una restauració amb in-

cial. I han de formalitzar un contracte laboral com a mínim de sis mesos a jornada completa, o també a jornada parcial en casos de contractació de persones en risc

treballadores amb subvenció no pot superar la plantilla que l'empresa tenia prèviament.

ELS TRÀMITS

Per sol·licitar la subvenció cal omplir les dades del formulari que trobareu a la pàgina web de Barcelona Activa i adjuntar la documentació necessària. A continuació, l'aplicatiu generarà una instància de sol·licitud que s'haurà d'annexar i registrar en línia a l'Oficina Virtual de Tràmits de l'Ajuntament de Barcelona. Un procés àgil i senzill. La data límit per presentar les sol·licituds és el 25 de novembre.

En la passada convocatòria es van atorgar un total de 642 ajuts destinats a 443 empreses, i en la d'enguany està previst que unes 200 empreses s'acullin al programa de foment de l'ocupació. ■

El programa ha permès la creació de 1.000 llocs de feina

d'exclusió. La normativa del programa admet els contractes signats des de l'1 de gener de 2022 i que continuïn en vigor en el moment de presentar la sol·licitud.

El màxim de contractacions acceptades per organització és de 10 i el nombre total de persones

“Només necessitàvem alguna ajuda a la contractació per llançar-nos-hi de cap”

serció social i laboral”, explica. Per això treballen amb fundacions que cerquen i filtren el personal i s'encarreguen de tot el procés.

Per últim, l'Adriana Gutiérrez té un obrador de pastisseria al Baix Guinardó, Sugar Corner. Abans de la pandèmia treballava per a restaurants, però ara també ofereix *delivery* i venda al detall als veïns. El programa de Barcelona Activa li ha permès contractar la persona perfecta per al seu negoci: “És una noia que ha estudiat hostaleria, amb moltes habilitats i moltes ganes de treballar. Estava a l'atur, o sigui que podíem rescatar-la. Només necessitàvem alguna ajuda a la contractació per llançar-nos-hi de cap”. ■

“Tenim sensació de frustració”

» L'Associació de Comerciants Creu Coberta lamenta un any més els aldarulls patits durant la Mercè
 » L'entitat xifra en 95.000 euros les destrosses i el seu president lamenta que “era una cosa anunciada”

INCIVISME ▶ La Festa Major de la Mercè ha deixat, un any més, un rastre de danys i perjudicis als comerciants de Creu Coberta. I és que la matinada del divendres 23 al dissabte 24 de setembre un grup de desconeguts van causar destrosses al mobiliari urbà i van assaltar comerços emblemàtics de Creu Coberta com ara la Xarcuteria Muntanya o la Camiseria Ros. De fet, l'Associació de Comerciants de Creu Coberta xifra en 95.000 euros les destrosses que van patir.

Els fets es van produir al voltant de les quatre de la matinada quan ja havien acabat els concerts de la Mercè, que se celebraven a l'avinguda Maria Cristina. Quan els Mossos d'Esquadra i la Guàrdia Urbana van començar a desallotjar la zona, diverses persones es van resistir i van començar els aldarulls. Els assaltants van saquejar comerços i altres establiments del voltant i fins i tot es van arribar a

cremar motocicletes que hi havia aparcades. Alguns dels comerços afectats ja van patir robatoris i desperfectes ara fa un any, també per la festa major quan es van acabar els concerts.

Lluís Llanas, president de l'Eix Comercial Creu Coberta, va voler fer notar la indignació dels comerciants en diversos mitjans: “Tenim sensació de frustració perquè era una cosa anunciada. L'any passat ja ens va passar i el divendres vam demanar a la Guàrdia Urbana que es reforçés el dispositiu a Creu Coberta perquè quan fan el desallotjament de Maria Cristina normalment venen cap aquí en comptes de cap a la Gran Via”.

En un nou comunicat i en la línia de les declaracions del president, l'entitat dona la xifra dels 95.000 euros en destrosses i afegeixen que el total no inclou el mobiliari urbà afectat, així com tampoc els danys en motocicletes i desperfectes privats.



L'Associació de Comerciants Creu Coberta rep visites institucionals. Foto: Twitter (@CreuCobertaShop)

El comunicat continua dient que consideren “intolerable” que no es prenguessin les mesures pertinents per evitar que aquests fets es produïssin després que ells mateixos alertessin del perill que es repetís la situació de l'any anterior. És per això que critiquen la “manca de

previsió” per part de l'Ajuntament i reclamen més Mossos d'Esquadra a Barcelona.

Des de l'Ajuntament, a través del tinent d'alcalde, Jaume Collboni, i de la regidora de Comerç, Montserrat Ballarín, ja van mostrar suport als veïns i comerciants condemnant els al-

darulls i la violència en una visita a Creu Coberta. L'entitat també ha rebut la visita del tinent d'alcalde de seguretat, Albert Batlle, i de l'intendent major de la Guàrdia Urbana, Pedro Velázquez, els quals els han mostrat el seu suport i han analitzat conjuntament els incidents.

Hotels que són autèntiques joies
Concèix l'Especialització Monument

B^{HH}
 Gremi d'Hotels de Barcelona

Ajuntament de Barcelona

La Casa dels Barris

espai línia

Girona, 52
Dreta de l'Eixample

Entrada lliure
 9:00h a 20:00h de dilluns a dijous
 9:00h a 14:00h els divendres

amicdirectes

Creadors de continguts en català

1a Edició

LLUMS, CÀMERA EN DIRECTE I...

ACCIO!

Inscriu-t'hi fins al 2 de desembre
de 2022 a:

amicdirectes.cat

Si ets alumne/a de 3r o 4t d'ESO,
Batxillerat o CFGM participa i
guanya el teu premi!

Organitza:



Amb el suport de:





A PROP

consum sostenible i de proximitat

El Mercat de Sant Andreu torna a la plaça Mercadal



Foto: Ajuntament

un disseny que potencia l'entrada de llum natural per les façanes transparents i les lluernes de la coberta i prioritza la ventilació natural amb finestres motoritzades. D'aquesta manera, s'estalvia molt en elec-

El nou mercat compta amb quinze parades d'aliments frescos i set de no alimentàries

tricitat, tant per il·luminar l'espai com per mantenir-lo climatitzat.

A més, l'edifici també aprofita les energies renovables per escalfar aigua amb col·lectors solars a la coberta o sistemes alternatius de recuperació de calor de les cambres de refrigeració i d'escombraries. En definitiva, utilitza sistemes intel·ligents de control per optimitzar l'energia segons la demanda del moment. I aquesta energia és la més neta possible.

La intervenció ha suposat una inversió total de 9,5 milions d'euros, inclosa la reurbanització de l'entorn de la plaça que ara és una plataforma única amb un paviment que té continuïtat a l'interior del mercat. Tot per facilitar l'accés als veïns, per adaptar el mercat als nous hàbits de consum dels veïns i l'espai a les exigències de la lluita contra el canvi climàtic.

Equipaments

Des del 15 de setembre, els paradistes del Mercat de Sant Andreu han tornat al Mercadal, un cop enllestida la reforma de l'edifici. El nou mercat ha ampliat l'oferta comercial i disposa d'un total de quinze parades d'aliments i productes frescos. També compta amb un bar a l'edifici central i set parades no alimentàries ubicades a l'edifici annex.

El nou recinte del mercat està dividit en una planta baixa i un soterrani. A la baixa hi trobareu 1.240 metres quadrats dedicats a productes frescos, mentre que al soterrani hi ha les bambolines de l'espectacle, 1.218 metres quadrats destinats a la logística: magatzems, cambres frigorífiques, un habitatge d'escombraries i altres instal·lacions. L'altre edifici està situat sota els porxos de la plaça del Mercadal i allotja la galeria comercial i l'administra-

ció del mercat. A la planta baixa s'han instal·lat set comerços de productes no alimentaris. A dalt hi ha les oficines i una sala d'actes polivalent.

ESTALVI ENERGÈTIC

Una de les novetats, i també una de les raons de la reforma de l'espai, és l'estalvi energètic que suposen les noves instal·lacions. Ara el mercat és un equipament energèticament eficient i sostenible, amb

Un programa formatiu gratuït i en línia ajuda els comerços a modernitzar-se

Digitalització

La pandèmia ha accelerat la digitalització de l'economia i la competència creix cada dia. Per aquesta raó, el Consorci de Comerç, Artesania i Moda de Catalunya ha impulsat un nou programa formatiu per a petites empreses i fins i tot per a micro negocis. La finalitat és incrementar el nivell de digitalització d'aquest segment de l'economia catalana. El programa és gratuït i s'imparteix 100% en línia, o sigui que no hi ha excusa per no posar-se al dia.

El curs consta de sis mòduls que aborden els diferents reptes per als comerciants: eCommerce, màrqueting estratègic o gestió de la digitalització, per exemple.

Tres d'aquests mòduls ja s'han realitzat i es poden consultar a la pàgina web del Consorci. De fet, aquesta és la gràcia del programa. No està pensat com un curs tancat i sincronitzat, sinó que les empreses participants poden triar els mòduls als quals volen assistir sense necessitat d'haver participat en els anteriors o de participar en els posteriors. Fins i tot, un cop passat el curs, es pot accedir als materials per poder-los estudiar amb calma. Aquesta flexibilitat permet decidir als comerços i negocis quins continguts són els més rellevants per a la seva realitat i participar-hi més o menys activament. El programa estarà actiu fins al 19 de desembre i les pròximes cites estan dedicades al màrqueting estratègic, als espais de proximitat i a la gestió.



Foto: Pexels

consum sostenible i de proximitat



Cursos d'alimentació als Mercats de Barcelona

Educació

L'escola és l'espai més adequat per a l'educació dels infants, però no és pas l'únic. Els mercats també són un bon lloc on aprendre sobre alimentació. Amb aquest objectiu, ara que el curs escolar ja ha començat, l'Institut Municipal de Mercats de Barcelona obre les inscripcions a un conjunt d'iniciatives educatives que han de complementar el treball que ja es fa als centres d'ensenyament.

D'una banda, *Mengem sa, mengem de mercat*, una activitat educativa en què, mitjançant les visites als mercats de la ciutat, es transmet a l'alumnat el valor de comprar sa, fresc i de qualitat. I, alhora, els estudiants, tant d'Infantil com de Primària i d'ESO, descobreixen una forma de comerç propera i sostenible, la pròpia de la cultura mediter-

rània a la qual pertanyen. L'activitat facilita als infants una experiència directa i els anima a compartir-la amb els altres mitjançant fotografies o vídeos que poden exposar-se tant al seu centre d'ensenyament com a la pàgina web www.menjodemercat.cat.

Per participar en el programa cal accedir a la mateixa pàgina web, a l'apartat d'inscripcions. Podreu triar un mercat i una data per a la visita. Un cop omplert el formulari, rebreu una confirmació.

CONSUM RESPONSABLE

L'Institut Municipal també promou modalitats d'aprenentatge i servei pensades per a estudiants que ja tenen inquietuds sobre el seu futur: l'alumnat de 2n cicle d'ESO i primer de Batxillerat. *El Mercat per la Porta Gran* gira al voltant de l'acompanyament

de les persones grans als mercats. I la iniciativa *Menja't el món* planteja els mercats com un espai d'inclusió social on les persones novingudes tenen un paper clau. Consisteix en l'acompanyament d'aquestes persones al mercat i la difusió de l'alimentació saludable, el reaprofitament alimentari i la cuina de tot el món.

Finalment, el programa *Un mercat sostenible* vol acostar els infants de Primària als mercats perquè reflexionin sobre conceptes com la sostenibilitat o el consum responsable. Per motivar-los, se'ls proposa dissenyar i crear un producte final que presentaran a uns clients hipotètics, un grup d'alumnes d'Infantil. D'aquesta manera, uns i altres comparteixen els aprenentatges. Les inscripcions es poden fer a la mateixa pàgina web.

EN PRIMERA PERSONA

“Està bé que la ciutat tingui un dia de descans”



Joan Capdevila
Botigues D'Irrio
(Comerciants Verdi Baix)

Joan Capdevila està al capdavant de les botigues D'Irrio, una a Travessera de Gràcia, 133 i l'altra a Verdi, 11. Allà hi venen joies i bijuteria amb una particularitat per sobre de totes: són productes fets a Barcelona. No és estrany, doncs, que reivindicui el comerç de proximitat.

Com es presenta la tardor?

Tot el que està passant no ajuda, però les perspectives no són dolentes. Estem per damunt de l'any passat, però ja se sap que cada cop que els comerciants obrim la boca passa alguna cosa.

Aquí teniu molts clients locals.

Sí, la zona de Gràcia és bona, perquè no hi ha massificació turística. Això ens ha permès continuar amb normalitat, cosa que no ha passat en altres barris.

Què podríem millorar?

Estaria bé que hi hagués una mica més d'ordre. Alguns restauradors posen cartells o taules fora de lloc. Això treu qualitat. També estic molt en desacord que els centres comercials puguin obrir els diumenges. Està bé que la ciutat tingui un dia de descans.

Cal tenir una mica més de cura amb el petit comerç, oi?

La veritat és que trobo a faltar més publicitat al respecte. Es va fer durant la pandèmia i la gent va respondre bé. Ens deien: “Vinc a comprar aquí perquè és un comerç de proximitat”. Estaria molt bé donar més suport al comerç.

Foto: Ajuntament



Lava comestible solidària per ajudar els afectats de La Palma

Foto: Ajuntament



Gastronomia

Els volcans estan de moda, tot i que sigui per culpa de l'erupció del volcà de La Palma, a les Illes Canàries. Ara tot just fa un any, d'això. Per commemorar els fets i alhora ajudar els afectats, el pastisser Christian Escribà ha llançat a la venda un producte molt volcànic: lava comestible amb gust de plàtan. És un producte solidari creat a partir de carbó de sucre que ja es pot adquirir als mercats de la Boqueria, de la Marina i de Sants.

Els beneficis que s'obtinguin de la lava comestible es donaran íntegrament als afectats per l'erupció del volcà Cumbre Vieja, que va començar el 19 de setembre de l'any

passat al paratge de la Cabeza de Vaca, proper a la localitat d'El Paraíso. Després d'unes quantes setmanes de tensió per l'avenç de la lava i l'amenaça que l'erupció s'allargués durant mesos, finalment el 13 de desembre es va apagar, vuitanta-cinc dies després.

EL SUCRE SEMPRE AJUDA

La història s'ha convertit en una bona anècdota per explicar: la d'haver vist en acció una de les erupcions més llargues vistes mai a les Canàries. Però per als residents la cosa no ha sigut pas èpica, sinó dramàtica. Han perdut cases, negocis, granges i encara s'han de barallar per rebre les ajudes promeses. Per això Escribà ha pensat que seria una bona idea fer una lliminadura que ajudi directament els afectats i que ens faci la vida més dolça.

El conjunt de Borja López rebrà el pròxim diumenge 9 d'octubre la UE Sant Andreu, en partit corresponent a la cinquena jornada del grup cinquè de la Tercera RFEF. La UE Sants hi arribarà després de l'empat (2-2) contra el CF Badalona de diumenge passat.

Marc Subirón, esperit de novell

» El jugador del BUC de rugbi té la síndrome de Kniest, que afecta totes les articulacions del cos
 » "Intento gaudir al màxim perquè mai sé quan serà l'última competició ni l'última pràctica", confessa

Toni Delgado
EL POBLE-SEC



"Sempre dic que vaig a entrenar-me i m'entreno amb la mentalitat d'un novell. Intento gaudir al màxim perquè mai sé quan serà l'última competició ni l'última pràctica", confessa Marc Subirón (Barcelona, 1992), jugador del Barcelona Universitari Club (BUC), en una conversa amb Marta Escubós per al diari *L'Esportiu*.

L'esport, sobretot el bàsquet, sempre ha estat el fil conductor del barceloní, que ara practica el rugbi en cadira de rodes i gairebé sempre aplica la seva frase de capçalera: "Treballa fort i frueix de la vida sense límits".

Subirón es pren la vida com una oportunitat per créixer, passar-ho bé i aprendre a cada moment. Pateix la síndrome de Kniest, una "discapacitat mino-

ritària" que afecta totes les articulacions del cos i limita el moviment, i també l'afecta a l'oïda o la visió: "Amb el material adequat [cadira de rodes, audíofons, ulleres...] es pot portar una vida quotidiana".

FIL CONDUCTOR

En la seva infància i gairebé tota l'adolescència l'oferta esportiva no encaixava amb la seva realitat. No va ser fins que va complir els 18 anys que no va trobar equips de bàsquet en cadira de rodes. "Per l'afectació òssia i articular vaig començar a patir les conseqüències de tants anys amb el bàsquet", recorda Subirón, que va descobrir el rugbi en cadira de rodes gràcies al preparador físic que tenia en aquell moment. Va veure que era un esport que "s'ajustava molt bé" a ell perquè "està pensat per a discapacitats força severes amb, com a mínim, tres de quatre extremitats afectades" i li permetia



Marc Subirón, jugador del BUC i advocat. Foto: CEDDD

"tenir un ritme competitiu alt i poder continuar gaudint" i entrenant-se "fort".

Camaleònic, persistent i enèrgic, el barceloní parla amb passió d'un esport que li va encantar des del primer moment i

exposa amb orgull que el BUC ha aixecat les cinc primeres edicions de la Lliga espanyola. Una hegemonia que veu fruit del treball i de l'aposta dels primers jugadors, que "van anar a França a aprendre, i després van com-

partir els seus coneixements amb els nous jugadors que arribàvem". "És sacrifici col·lectiu, no només econòmic, i també personal pel que fa a temps i feina", afegeix. El BUC també juga a la Segona Divisió francesa.

El barceloní defensa que l'esport beneficia físicament i emocionalment les persones amb discapacitat: "Amb el bàsquet i després amb el rugbi, se'm van anar obrint reptes i vaig agafar una mica més d'embranchada".

És advocat i assessor jurídic d'empreses i del Consejo Español para la Defensa de la Discapacidad y Dependencia (CEDDD). Subirón lamenta que en l'esport adaptat la majoria d'esportistes no puguin ser professionals, tot i que "moltes vegades ens entrenem i juguem a uns nivells que sembla que ho siguem". Se sent "un equilibrista" perquè compagina feina i passió: "Mentre hi hagi ganes i il·lusió es podrà fer". Té un esperit de novell.

EMERGENCIA EN UCRANIA

Milions de persones huyen de sus hogares buscando refugio para salvar sus vidas. La infancia está especialmente desprotegida.

Dona ahora

Cuenta bancaria:
 ES69 2100 5731 7202 0241 1957

Ayuda en Acción

amic ficcions
 L'AVENTURA DE CREAR HISTÒRIES

15a EDICIÓ

FEM DE L'ESCRITURA UN JOC...

Si ets alumne de 3r o 4t d'ESO, Batx. o CFGM, inscriu-te fins al 31 de gener de 2023 a:
www.amicficcions.cat

Participa i guanya!

- PlayStations
- Phones
- Kindle
- Auriculars sense fil

Organitzat per: **amic** (Associació d'Alumnes de l'Institut de Cultura de Catalunya)

Col·laboradors: **Generalitat de Catalunya** (Departament de Cultura), **Conselleria de Política Lingüística** (Govern de les Illes Balears), **Generalitat de València** (Departament de Cultura), **Conselleria de Política Lingüística** (Govern de les Illes Balears).

la Barcelona desconeguda



La Casa
dels Barris

espai línia

Girona, 52
Dreta de l'Eixample

Entrada lliure

9:00h a 20:00h de dilluns a dijous
9:00h a 14:00h els divendres



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 ínc.) del missatge es destinarà a Creu Roja Espanyola. (Movistar, Vodafone, Orange, Yoigo, Euskaltel). Att. client 900 104 971 donatius@cruzroja.es. Pol. Prot. dades www.cruzroja.es Imatge: Maksym Trebukhov / Ukrainian Red Cross Society



No t'ho perdís

Foto: Oriol Darnés/ACN



Barthélémy Toguo

El Museu Picasso de Barcelona va inaugurar el passat 22 de setembre una exposició dedicada al reputat artista camerunès Barthélémy Toguo, que es podrà visitar fins al pròxim 26 de febrer. Es tracta de la primera vegada que aquest museu dedica un monogràfic tan extens a un artista contemporani viu. En la roda de premsa de presentació de la mostra, tal com recull l'ACN, Toguo va explicar que la seva relació amb Pablo Picasso va començar quan va voler crear una obra semblant al *Guernica* per retre homenatge a les víctimes del genocidi de Ruanda.



Famosos

Després de la golejada del Barça al Madrid amb un contundent 7-0, alguns periodistes van voler parlar amb la jugadora culer Ana Crnogorčević (Steffisburg, Suïssa, 1990), autora de dos gols. Se li van adreçar en castellà i, tot i que la suïssa comprèn i parla perfectament aquesta llengua, va assegurar que no entenia el que li deien, tot somrient. Ho va fer perquè està aprenent català i vol practicar-lo, però les crítiques de qui veuen la llengua catalana amb mals ulls no es van fer esperar, fins al punt que la jugadora hi va haver de respondre. Així, va fer un tuit explicant que parla romanx (una de les llengües de Suïssa), croat, alemany, francès, anglès i castellà, i que ara li agradaria "aprendre i entendre el català". "Tan dramàtic?", es va preguntar. Per sort, també va rebre una allau d'elogis.

La fitxa

QUI ÉS?

A N A C R N O G O R C E V I C

ÉS FAMOSA PER...

Ser una de les estrelles del Barça
S'hi va unir el 2019 i ha viscut el moment d'or de l'equip

QUÈ HA FET?

Defensar l'ús del català
Demanant als periodistes que li fessin les preguntes en català

A LES XARXES...

Allau d'elogis... i de crítiques
Hi ha qui ho ha entès i, com sempre, hi ha qui s'ha ofès

Llibres



Les altures
Sebastià Portell

Promesa fulgurant de l'art català de principis del segle XX i creador bandejat poc temps després per la burgesia que l'havia enaltit, el pintor, escultor i gravador Ismael Smith és una de les figures més queer, genuïnes i excepcionals del nostre patrimoni artístic. *Les altures* interpreta la seva trajectòria, de la Barcelona de 1886 a la Nova York de 1972.

Teatre



Viaje d'hivern
Elfriede Jelinek

Magda Puyo dirigeix aquesta obra d'Elfriede Jelinek, Premi Nobel de Literatura, en què l'autora ens proposa un viatge per les seves experiències artístiques i íntimes: la sexualitat mediatitzada per internet, la perversió de l'opinió pública, el culte a la joventut o la presència del feixisme latent, entre altres. A la Sala Beckett de Barcelona.

Música



La emperatriz
Rigoberta Bandini

Rigoberta Bandini (el nom artístic de Paula Ribó) ja és tot un fenomen. Després de publicar molts *hits*, d'actuar en grans festivals, de quedar-se a les portes d'Eurovisió i d'anunciar que es retirarà temporalment quan acabi la gira, només li faltava una cosa: estrenar el seu primer disc. *La emperatriz* inclou dotze cançons, de les quals quatre són inèdites.

Pelis i sèries



Los renglones torcidos de Dios
Oriol Paulo

En aquesta adaptació de la novel·la homònima de Torcuato Luca de Tena, l'Alice, una investigadora privada, ingressa a un psiquiàtric simulant una paranoia. El seu objectiu és trobar proves del cas que l'ocupa: la mort d'un intern en circumstàncies poc clares. Però la realitat que descobrirà superarà les seves expectatives i posarà en dubte el seu seny.

ESTILS DE VIDA

Trucs per conservar els aliments

Foto: Pexels



ALIMENTACIÓ

És habitual pensar que els aliments es conserven millor a la nevera, però no sempre és el millor mètode per allargar la seva vida, ni tan sols en les èpoques més caloroses. Com a norma general, cal continuar mantenint-los a la mateixa ubicació que els hem trobat a la botiga.

En el cas de les patates, el midó que contenen es converteix ràpidament en sucre a la nevera i les fa malbé abans, per la qual cosa el millor és deixar-les en un lloc fresc i sec. Les cebes, com les patates, desprenen etilè, una substància que espatlla tot el que té al voltant. Per tant, ajuntar aquests dos aliments duplica aquest efecte. El millor per emmagatzemar les cebes és ficar-les en bosses de reixeta o en caixes de fusta. Quant als alls, el fred fa que els surtin els brots, així que també els guardarem fora de la nevera. Si ja s'han pelat i cal conservar-los freds, els hem d'embolicar en paper absorbent i introduir en un tupper o en una bossa hermètica. També es poden submergir en oli dins d'un pot de vidre perquè durin més. Finalment, pel que fa a pebrots i tomàquets, és millor evitar la nevera perquè els fa perdre olor i gust.

Eva Remolina, AMIC

Les claus.....

PATATES

En un lloc fresc i sec perquè el midó que contenen es converteix ràpidament en sucre a la nevera i les fa malbé abans

CEBES

En bosses de reixeta o caixes de fusta perquè desprenen etilè, una substància que espatlla tot el que hi ha al seu voltant

ALLS

Fora de la nevera excepte si ja s'han pelat, que aniran a dins embolicats en paper absorbent i ficats en un 'tupper' o bossa hermètica

PEBROTS I TOMÀQUETS

Millor fora de la nevera perquè aquesta els fa perdre tant l'olor com el gust

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

Tu, al mòbil.

Les teves targetes,
sempre amb tu.



Descarrega-la
aquí 