

**DISCRIMINACIÓ** pàg 18  
La diversitat sexual  
continua sent tabú a  
les institucions religioses

**CERDANYOLA** pàg 10  
Quim Masferrer passarà per  
la Festa Major de Tardor amb  
el seu espectacle 'Bona Gent'



# líniavallès <sup>9 anys</sup>

cerdanyola · barberà · ripollet Octubre 2022 · Núm. 108 · liniavalles.cat

## Ripollet aposta per fer entrar les dones al sector del metall

Un projecte de l'Ajuntament busca feminitzar un sector important a la comarca i que té bones perspectives pàg 16

Foto: Ajuntament de Cerdanyola

**INSTANTS AL MARGE**

**“Era infrahumà”**

L'assentament del riu Sec va ser desallotjat fa 30 anys pàg 3



**BARBERÀ** pàg 14  
La primera edició del Barberà Insòlita Festival es viu amb intensitat

**A FONTS** pàgs 12 i 13  
Crisi climàtica: així la patirà l'àrea metropolitana

**RIPOLLET** pàg 16  
Creix el reciclatge amb el nou sistema per recollir els residus

**KRAVMAGA**  
DEFENSA PERSONAL  
MIXTO FEMENINO EXTRAESCOLARES

**DINAMIS SPORT**

CLASES Y ENTRENAMIENTOS PRIVADOS  
GRATIS 2 DIAS DE PRUEBA MÁS CAMISETA

618 557 197

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

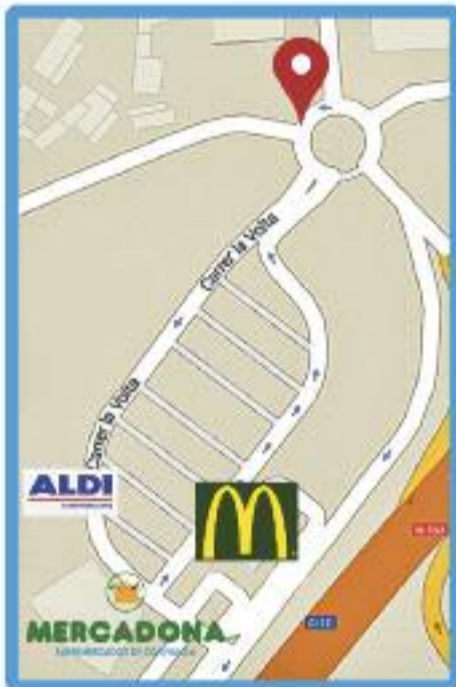
KRAVMAGA-DEFENSAPERSONAL.COM | INFO@KRAVMAGA-DEFENSAPERSONAL.COM



# h hipervallès

moda - eines - papereria - llar - jardineria - cuina - etc...

## ON SOM?



AQUEST SERVEI NOMÉS ESTÀ DISPONIBLE PER ENCÀRRECS ENVIANT UN MISSATGE AI NOSTRE WHATSAPP O TRUCANT AI NÚMERO DE TELÈFON MOSTRAT A BAIX



**640 109 468**

## ENVIAMENT 24 HORES

UNA VEGADA FETA LA COMANDA I HAGI ESTAT ENVIADA, REBRÀ EL PAQUET EN 24 HORES

TÉ UN COST DE 3,95€  
I GRATIS PER A COMANDES SUPERIORS A 50€  
només a Espanya (península)



C/ Ramon i Cajal, 1 a l'11 · Parets del Vallès

Horari: de 9:15h a 21:00h **P** Pàrquing gratuït **🚚** Sortida Pol. Ind. C-17



# Del barraquisme a la ciutat

» Recordem la història de l'assentament del riu Sec de Ripollet 30 anys després del seu desallotjament  
 » Durant dècades, unes 900 persones van viure en barraques fins que se les va reallotjar arreu del Vallès

Olga García  
**RIPOLLET**



Durant la dècada dels 80 i principis dels 90, la llera que quedava als voltants del riu Sec i del riu Ripoll, a Ripollet tocant amb Cerdanyola, era la casa d'uns 900 gitanos. La majoria d'ells d'origen portuguès, però també hi havia extremenys i hongaresos. Un poble que vivia "en condicions infrahumanes", en un campament de barraques sense llum, ni aigua ni lavabos, tal com explica Manuel Heredia, fundador de la Federació d'Associacions Gitanes.

Es dedicaven a demanar almoïna a Barcelona, ja que era gent "molt humil i vulnerable que no sabia llegir ni escriure". De fet, es van instal·lar en aquest espai "perquè no podien pagar-se un pis". Però si ja de per si la seva situació no era fàcil, perquè "vivien en unes condicions higièniques pèssimes, envoltats de rates i passant mil calamitats", "l'antigitanisme" i la pressió de l'Ajuntament de Ripollet perquè marxessin d'aquest espai els ho complicava tot encara més. I és que, en diverses ocasions, "els havien tirat a terra unes quantes barraques buides per intentar-los fer fora". Una actuació que "no servia de res", ja que les tornaven a construir, continua relatant Heredia.

En aquest sentit, el consistori ripolletenc va estar negociant amb la Generalitat i l'Associació Gitana de Sabadell durant anys per posar fi a la situació. Però no va ser fins poc abans dels Jocs Olímpics de Barcelona del 1992 quan el Govern va decidir tirar endavant un Programa de Reallotjament de la població barraquista del riu Sec. Un pla en el qual el paper d'Heredia va ser



L'exposició 'Instants al marge', de Cerdanyola, recollia imatges fetes per Santi Llorens del campament gitano dels anys 80. Foto: Aj. de Cerdanyola

clau. Ell mateix explica a *Línia Vallès* la cronologia de tots aquests fets, ja que els recorda perfectament perquè es va convertir en el mediador entre les administracions i els barraquistes, en ser el president de l'Associació Gitana de Sabadell i el fundador de la Federació d'Associacions Gitanes de Catalunya.

## EL REALLOTJAMENT

"Barcelona estava a punt de convertir-se en l'epicentre del món, i tenir aquest campament tan a prop de la capital projectava una imatge tercermundista", explica Heredia. Per això, la Generalitat, que en aquell moment tenia Jordi Pujol al capdavant, va comprar 90 pisos per reallotjar-los. "Encara que també se'ls van oferir diners per pagar-se el viatge de tornada al seu país o lloc d'origen", comenta el president. Una opció que "molt pocs" van triar, ja que la majoria van preferir reallotjar-se, pagant un lloguer de 50 euros al mes.

Un cop pactat el futur d'aquesta part de la població, la Ge-

neralitat va començar a tirar a terra les barraques. Ara bé, a l'espera que totes les famílies poguessin entrar al seu respectiu pis, el Govern "va comprar unes *rulottes*" per evitar que es quedessin al carrer. Mentre que, a la vegada, per començar a introduir-los en la societat i ensenyar-los coneixements bàsics "van enviar-los professors", comenta Heredia.

En aquest sentit, recorda que des de l'associació també van estar fent diversos cursos amb la població barraquista. "No sabien coses tan bàsiques com què era una comunitat de veïns o com havien de comportar-se", explica Heredia. Encara que un cop se'ls va reallotjar, l'ajuda va haver de continuar. "En aquest cas, en altres aspectes com la matriculació dels nens a l'escola o la recerca de feina", afegeix.

## "UN PAS DE GEGANT"

Així va ser com la població barraquista es va establir en ciutats com Sabadell, Cerdanyola, Cas-

tellar del Vallès, Montcada i Reixac, Sant Quirze, Terrassa o fins i tot Granollers, entre altres. Ara bé, en alguns d'aquests municipis el reallotjament no va ser del tot fàcil perquè "alguns veïns es negaven a conviure amb gitanos al mateix bloc", explica Heredia. Un prejudici amb el qual l'associació va haver de lluitar fins a demostrar-los que "eren com un veí més", afegeix. "De fet, tenien un comportament exemplar que fins i tot ens va sorprendre a nosaltres mateixos", confessa.

Així doncs, la població barraquista va anar integrant-se en la societat i a la ciutat. "La gent en edat de treballar va anar trobant feina, encara que molts es van dedicar a la fira, i els fills d'aquestes famílies fins i tot van acabar anant a la universitat", recorda Heredia. I és que, gràcies al reallotjament i a tot el que va comportar, des de llavors "el poble gitano ha fet un pas de gegant", afegeix el president.

En aquesta línia, Heredia reconeix que "aquests 30 anys

han servit per demostrar" que els gitanos poden "tenir càrrecs importants a les administracions" i que també poden ser "advocats, metges o empresaris". De fet, actualment hi ha uns 100.000 gitanos a Catalunya. Ara bé, tot i aquests avenços, "encara queda molta feina a fer", perquè els continua costant "més que a la resta aconseguir participar en la vida pública i política", reivindica el president.

Un fet "injust" que, segons el president, "el causa l'antigitanisme, que continua molt estès", i el fet que "gran part de la ciutadania" els continua "sense reconèixer com un poble per no tenir terra", diu. Encara que "la pèrdua de la memòria històrica" també hi juga un paper rellevant, considera Heredia. I és que la comarca mira amb llunyania el seu passat barraquista, "quan fa només 30 anys era una realitat molt arrelada", diu. Una història que precisament es recordava fa uns mesos a Cerdanyola amb l'exposició fotogràfica *Instants al marge*.



## 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.

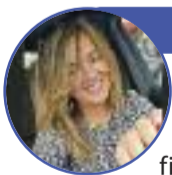
Malgrat tot, a Barcelona encara tenim importants reptes per millorar la nostra realitat turística. Resoldre les distorsions que genera la mobilitat urbana és urgent, perquè amb independència dels visitants que dormen a la ciutat, cada any reben una ingent quantitat d'excursionistes que ens visiten un 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.

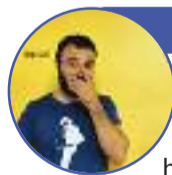
Aquí es piula 

El Twitter en paper



@majosevn

Els pares/mares que no accepten els seus fills tal com són, i els comparen contínuament amb els altres, donen amor condicional. I l'amor condicional genera inseguretats, baixa autoestima i fa que les decisions futures dels fills necessitin ser aprovades contínuament pels altres.



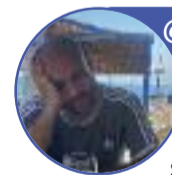
@albertbotran

Com de més senzill hauria estat si Borràs hagués admès l'error i les responsabilitats d'atorgar un contracte a un amic. La solidaritat seria inequívoca perquè en cap cas això mereix presó. Va preferir dir que "tot és mentida" i "amb mi o contra mi". I en aquest fangar estem.



@aguilar\_anna

A cada guàrdia que faig, més convençuda: les guàrdies de 24 hores són el més contraproduent per a la sanitat pública que existeix. Per a la salut dels metges, però sobretot per a la salut dels pacients. I qui ho negui i defensi el model està clar que pensa en tot menys en el benestar dels malalts.



@massanagranaire

Arriba un moment de la vida en què ja no s'han de fer certes coses hedonistes pròpies de gent jove com ara sortir, posar-se com La Grecas o passar-s'ho bé en general, i si les fas amb certa edat, fas una mica el ridícul; passa que aquesta edat sempre és l'edat que tinc jo +1 any.



**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 12316-2013

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.liniarxa.cat





## Els semàfors



## Festival de Blues

El Festival de Blues de Cerdanyola ha tancat la seva 31a edició amb valoracions molt positives tant per part de l'organització com del públic, que per fi ha tornat a gaudir amb normalitat dels millors artistes de blues nacionals i internacionals.

pàgina 10



## Barberà Insòlita

Aquest octubre s'ha estrenat el Barberà Insòlita, un festival que promou la cultura i l'art itinerant i que durant una jornada va omplir els carrers i les places de la ciutat d'espectacles, teatre, música i dansa per a tots els públics.

pàgina 14



## Aj. de Ripollet

L'Ajuntament de Ripollet ha tirat endavant un nou programa per atraure dones que vulguin treballar al sector del metall a la ciutat, ja que aquest sempre ha estat un sector masculinitzat que ara mateix ofereix moltes oportunitats laborals.

pàgina 16

## El + llegalit

líniavallès.cat

- 1 **Condemnat a 17 anys i dos mesos l'home que va atropellar mortalment un amic seu**
- 2 **Crispació**
- 3 **Pere Pubill, presentat oficialment com a alcaldable d'ERC per Barberà**
- 4 **Quan ser un jove vulnerable no significa no tenir lleure**
- 5 **Cerdanyola demana la gestió directa de les escoles bressol**

## Safata d'entrada

## Crispació

per Roger Bayó (ERC Ripollet)



Foto: Twitter (@NoAIrpoAporta)

Com s'arriba a una situació de crispació i com s'hauria de poder resoldre?

Molts cops aquesta crispació resulta ser molt més entre polítics que no pas una crispació real que es visqui entre els ciutadans. En els casos que la crispació passa dels partits polítics a la societat, en general resulta de molt més fàcil solució, ja que al final es demostra que és més una qüestió d'ideologia que no pas de la realitat del dia a dia dels ciutadans.

En canvi, quan la situació és a l'inrevés, o sigui que la crispació dels nostres veïns i veïnes és resultat d'una mesura no prou explicada pel govern de la ciutat, és quan es fa de més difícil resolució i quan més tensions i desavinences sorgeixen.

A Ripollet ens trobem en una situació que, malauradament, hi encaixa perfectament. Fa uns mesos es va instaurar el sistema de recollida d'escombraries Porta a Porta a tota la ciutat. El fet que no s'escoltés, abans de la seva instauració, els avisos i crítiques que demanaven un procés d'informació previ molt més ex-

tens i que un cop realitzada la seva implantació sorgissin múltiples incidències, va provocar un greu enfrontament (molts cops incentivat per partits de l'oposició) entre veïns i veïnes amb l'Ajuntament, fins al punt d'haver-hi *escraches* a casa de l'alcalde i a altres regidors del govern.

Les manifestacions continuen setmanalment i a les xarxes socials és diària la seva denúncia i mostra de desacord amb el sistema. Pot ser que aquests siguin una minoria molt sorollosa, o potser no, però és innegable que no s'ha rebaixat la crispació, passant fins i tot a una polarització entre veïns i veïnes.

Normalment, aquesta crispació es va rebaixant amb el temps, ja que resulta molt difícil mantenir aquest nivell de tensió, i sembla que aquesta sigui l'estratègia del govern.

Però la clau seria que la resta d'actors no en participessin i busquessin trobar solucions d'una manera raonada amb propostes concretes. Les formes importen i molt, tant d'una banda com de l'altra, si es vol arribar a una solució.

Tots volem una ciutat cohesionada que tiri endavant i, per tant, és responsabilitat de tots reconduir aquesta situació. Ignorar o tapar-se els ulls per no veure-ho no fa que desapareguin els problemes, sinó que hem d'entendre que la nostra ciutat i la societat en general es construeix amb l'esforç de molta gent diferent i, per tant, hem d'acceptar diferents visions i opinions per poder intentar arribar a un punt de trobada on tots estiguin còmodes. S'ha de deixar de ser polítics i fer política, o sigui, estar al costat de la gent i treballar-hi frec a frec.

Línia Vallès 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](mailto:opinio@comunicacio21.com)

## A les xarxes



#ElDifícilGovernEnSolitari



#BicingMetropolità



#DalmasesDimiteix



@opalaujust: Junts anuncia que no donarà suport al projecte de llei del Pla Estadístic de Catalunya, que havia elaborat el Departament d'Economia de Jaume Giró.

@JRibalaygue: El bicing metropolità arrenca amb 2.600 bicis, sense fusió amb Barcelona i amb set estacions als afores per intercanviar bicis d'un servei i l'altre.

@adrisantaa: Francesc de Dalmases dimiteix com a vicepresident de Junts per Catalunya. Continua com a diputat però renuncia a formar part de la comissió de la CCMA.





# Cornucopiae finem

per Manuel Sánchez-Villanueva Beuter

**L**a 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.

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**

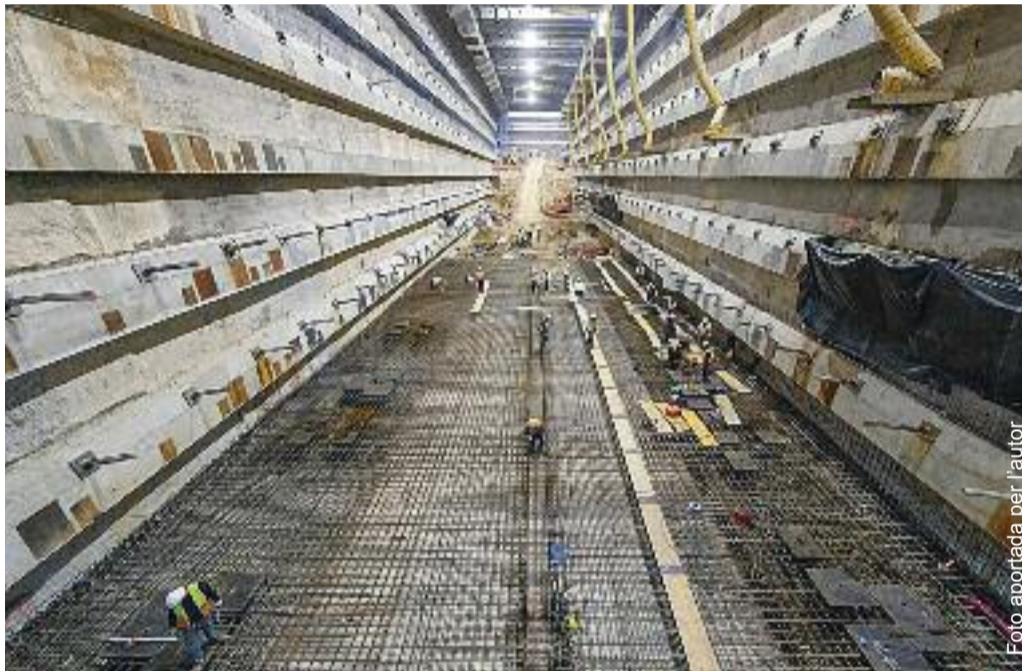


Foto aportada per l'autor

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



**E**l poble valencià de Banyeres de Mariola ha dedicat una estàtua a Jaume I en què el pergamí que duu a la mà sembla una altra cosa. Veïns i usuaris de la xarxa l'han batejat amb el nom de Jaume I *El Pajas*. Es troba a la plaça dels Plàtans.

**E**n els últims dies del mandat de Liz Truss, el mitjà britànic *The Daily Star* es va plantejar si duraria més un enciam o la primera ministra. L'hortalissa, amb una perruca rossa, va vèncer sense pietat l'efímera conservadora.

**A**tenció, amants del bon cinema: el 5 d'abril de 2023 s'estrena *Cocaine Bear*, una pel·lícula basada en fets reals sobre un os que va consumir 30 kg de cocaïna el 1985. A Espanya s'ha traduït amb el títol d'*Oso viciós*. Preparin les crispetes.

**U**na dona gran de Texas aconsegueix fer riure la família en el seu propi funeral. La senyora va demanar que es repartís una mena de postal en què sortia una foto seva, una ouija i un missatge: "Mantinguem-nos en contacte".

Twitter (@RoyalFamily)

LA FOTO





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



David  
Fernández



Montserrat  
Tura



Neus  
Munté



Oriol  
Lladó



Susana  
Pérez



Dolors  
Sabater



Jordi  
Martí



Lucía  
Delgado



Marc  
Cerdà



Gala  
Pin



Xavier  
Godàs



Martí  
Casamajó



Joan Ramon  
Casals



Elisenda  
Alamany



Xavier  
Marcé



Oriol  
López



Ferran  
Falcó



Manuel  
Reyes



Núria  
Parlon



Arnau  
Nadeu





## Tribuna

# Contra la problematització de l'espai públic

per Oriol Lladó



Foto: Arxiu ACN

**E**n 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 capdavant 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**

**@xoxoson:** Bastant *heavy* que a 24 d'octubre a les set del vespre no puguis sortir de casa en màniga llarga sense començar a suar al cap de 2 minuts.

**@MarcLesan:** Les categories del *Joc de Cartes be like*: busquem el millor xef pèl-roig amb escoliosis del Pallars Jussà nascut el mes de novembre en lluna minvant.

**@iriavt:** Dia 5 a Austràlia, primera prova de foc: panerola dins el llit. També avui, primer pensament seriós d'agafar un vol de tornada.



# ‘Assaborint Records’: remenant en el rebost de la memòria



S'han recopilat receptes de tota la vida de les persones usuàries del centre per tal d'agrupar-les en un llibre. Fotos cedides

► El simple record que va evocar una magdalena sucada en un te al protagonista de *Por el camino de Swann* va permetre a Marcel Proust escriure prop de 3.000 pàgines. I és que el gust, l'olfacte i també el tacte esperonen la memòria i, fins i tot, poden ajudar a alliberar records que pràcticament havíem enviat a l'oblit. En certa manera, aquest és l'esperit de *Assaborint Records*, una iniciativa que va posar en marxa la residència de gent gran CleceVitam Ceritania, a Cerdanyola del Vallès, amb motiu del Dia Internacional de les Persones Grans.

“El projecte de CleceVitam vol fomentar la participació i les activitats comunes, i vam pensar que la cuina hi podia ajudar”, explica la Laura Collado, delegada de CleceVitam a Catalunya. De fet, la gastronomia va ser l'element central de *Assaborint Records*, un projecte a partir del qual s'han recopilat receptes de tota la vida de les persones usuàries del centre per tal d'agrupar-les en un llibre.

L'activitat i la presentació dels plats que nodreixen el receptor i va tenir lloc el dia 6 d'octubre a la mateixa residència.

## FER MEMÒRIA I PRESERVAR CONEIXEMENT

L'esperit del projecte era, per una banda, que les persones usuàries de la residència fessin memòria i recuperessin les receptes que fe-

### Es creen més nexes d'unió entre les persones usuàries

ien a casa i, per l'altra, publicar les millors en un llibre. “Vaig quedar molt sorpresa. No hauria pensat mai que sortís seleccionada la meua”, afirma la Pilar Vilasaló, que va aportar la recepta d'uns macarrons que cuinava per als seus nets i el seu marit. Ara, els infants ja han crescut, però el record

d'aquells macarrons continua viu en la memòria de la Pilar. “Els nets, quan venien a casa, demanaven els meus macarrons especials”, rememora. De fet, *Assaborint Records* també vol fer valdre les tradicions i la manera de fer de les nostres persones grans, és a dir, “el que hi ha més enllà de la recepta”, com diu la Laura. D'aquesta manera, a l'estimulació cognitiva dels residents s'afegeix una voluntat recuperadora d'un temps i d'uns usos passats. “La cuina era un àmbit molt important a les cases. Abans era molta l'estona que es passaven cuinant”, recorda la Laura, que explica que l'activitat es va portar a terme amb la col·laboració de les famílies dels residents, cosa que va afegir un plus d'emotivitat a tot plegat.

Sense anar més lluny, la Montserrat Muñoz és una resident que, conjuntament amb el seu marit Àngel, també usuari de CleceVitam Ceritania, va presentar una recepta de potatge de bacallà que també forma part del

llibre *Assaborint Records*. “Coses així t'animen la vida i les guardes amb molt d'afecte”, reconeix la Montserrat en referència al llibre editat. Preguntada per la recepta, accedeix a dir que el secret del seu plat és tenir un bon bacallà. A banda, hi posa bledes i ou dur, el que descriu com “la cireta del pastís”. “És gustós i calentó”, resumeix.

### És una forma de fer que el coneixement del passat perduri

## RECEPTES AMB CÀRREGA SENTIMENTAL

Per la seva banda, la Pilar s'anima i també detalla els secrets de la seva recepta de macarrons. Hi posa salsitxes i pollastre que ros-teix primer. Després hi tira ceba i tomàquet i, un cop bullen els macarrons, ho combina tot. Per

arrodonir-ho, la Pilar diu que tallava fuet i oferia patates i formatge ratllat “perquè se'n poses-sin el que volguessin”. Al cap i a la fi, una recepta senzilla, de les de tota la vida, que ha servit perquè la Pilar recordi aquell temps amb els seus nets petits. “El reforç de la memòria és un dels pilars del projecte”, subratlla la Laura, en aquest sentit.

A més, a través d'aquesta iniciativa també s'enforteix la cohesió del grup i es creen més nexes d'unió entre les persones usuàries. “Aprens moltes receptes”, corrobora la Montserrat. Amb tot, també és una forma de fer que el coneixement perduri i que passi de generació en generació. “Els records són el més important que ens queda”, diu la Montserrat en un moment de la conversa. Els records, però també els sentiments i els lligams que han nascut a través de les memòries que ara han quedat plasmades en paper i que, com el nom del llibre indica, altres persones podran continuar assaborint.



L'escriptor Sebastià Portell presentava el 26 d'octubre al Museu d'Art de Cerdanyola el seu darrer llibre *Les altures*, que analitza els conceptes de l'èxit i el fracàs a partir de la figura de l'artista Ismael Smith.

## Comença el compte enrere per a la Festa Major de Tardor

**CELEBRACIÓ** ▶ Cerdanyola ja està fent el compte enrere per celebrar la Festa Major de Sant Martí, popularment coneguda com a Festa Major de Tardor, que començarà el 5 de novembre i s'allargarà fins al dia 13 amb dos caps de setmana en els quals es concentraran una cinquantena d'activitats adreçades a tots els públics.

En aquest sentit, Quim Masferrer, d'El Foraster de TV3, serà l'estrella convidada d'aquesta edició i el dia 6 portarà el seu espectacle 'Bona Gent' a l'envelat de la plaça de Sant Ramon. Un *show* que anirà precedit del concurs de paelles, que es farà el mateix dia, encara que l'inici de la festa serà dissabte 5, amb el dinar popular de penyes i la seva cercavila, i amb diverses actuacions musicals. Tot plegat per escalfar motors per al següent cap de setmana.

El pregó es farà dijous 10, a càrrec dels Castellers de Cerdanyola pel seu 25è aniversari, i donarà el tret de sortida al gran grux de propostes que tant la Comissió com l'Ajuntament han



Imatge d'arxiu d'una edició anterior de la Festa Major. Foto: Ajuntament

organitzat. D'una banda, actes tradicionals com el correfoc, la ballada de sardanes, el mercat medieval o la matinal de cultura popular, però també iniciatives noves i sobretot molt enfocades en el jovent. I és que, tal com deien Eros Juan i Hugo Carpena, de la Comissió, en la presentació del cartell, l'objectiu és aconseguir "que les noves fornades de cer-

danyolenques i cerdanyolencs participin en la festa".

Per aquest motiu, no hi faltaran les nits de DJs, els concerts i la tradicional Nit Jove. Encara que també hi haurà espectacles infantils, una xocolatada, activitats esportives i també un ball per a la gent gran. Tot plegat per fer d'aquesta Festa Major de Tardor una edició rodona.

## El Blues Cerdanyola tanca una nova edició amb èxit

**MÚSICA** ▶ Aquest octubre, Cerdanyola ha tornat a convertir-se en l'epicentre mundial del blues. I és que el Festival Internacional de Blues de Cerdanyola ha portat els millors artistes nacionals i internacionals a la ciutat, fent que tant l'organització com el públic hagin categoritzat aquesta edició com "tot un èxit". No només perquè després de dos anys de pandèmia per fi s'ha fet amb normalitat, sinó per la varietat d'espectacles que hi ha hagut, pel nivell del cartell i per la participació.

En aquest sentit, tot i que els Bosc Tancat ha estat l'escenari

central, els bars i els locals han tornat a acollir concerts de luxe i als carrers i als diferents equipaments del municipi s'hi han fet activitats obertes a tothom. Una aposta que ha aconseguit que durant els deu dies que s'ha allargat el festival, que acabava el 9 d'octubre, Cerdanyola hagi estat plena de gent, de caliu i sobretot de bon ambient. Per això, l'organització s'ha acomiadat fins a l'any que ve donant les "gràcies als assistents, al personal, als locals, als tècnics i als músics que han ajudat en aquest festival un any més", diuen.



Imatge d'un concert d'aquesta edició. Foto: Núria Puentes/Blues Cerdanyola

## 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



The advertisement features a vibrant, colorful background with various shapes and characters. In the top left, a white robot with a single large eye and a furry brown character wearing a white shirt with a green lightning bolt are shown. A small blue bee is flying in the top center. On the right, a brown monkey-like character is peeking over a yellow ledge. In the bottom right, a man in a pink shirt and a green hat with ears has a surprised expression with his hands raised. In the bottom left, there is a QR code and a stylized illustration of a trumpet.

# SX3

**El nou SX3 Ja és aquí!**  
Tot un món a les teves mans





L'augment del nivell del mar farà que les tempestes produeixin més destrosses a les costes metropolitanas. Foto: Jordi Pujolar/ACN

**E**l futur ja és aquí. El futur que altres indrets del planeta fa temps van començar a viure en forma d'inundacions, incendis, temperatures extremes, sequeres o episodis de fam ja és a casa nostra. I si fins fa poc no érem capaços d'intuir-lo o fins i tot hi havia qui s'entestava a negar-lo, sembla que ara s'ha fet evident. El darrer ha estat l'estiu d'allò que l'ambientòleg i doctor en Ciències del Mar Marc Cerdà anomena "despertar de la consciència climàtica".

Europa no és immune a la crisi provocada per l'escalfament global i la població ho ha pogut comprovar en la seva pròpia pell després d'uns mesos de calor extrema. Malgrat això, encara ens costa imaginar com la nova etapa climàtica ens afectarà en l'àmbit local. Com es viurà en el dia a dia de l'àrea metropolitana de Barcelona? S'inundaran ciutats? L'aire serà irrespirable? Passarà com en altres indrets del món en els quals la situació és del tot insostenible i suposa morts i inestabilitat social?

#### INUNDACIONS

Al Pacífic, el mar ja ha engolit quilòmetres i quilòmetres de terra en països com Indonèsia o les Illes Salomó. La lenta desaparició del gel dels casquets polars i de Groenlàndia fa que el nivell del mar augmenti i posi en perill les costes de tot el món. La pregunta és òbvia: com es traduirà això a l'àrea metropolitana? Les investigacions del Grup Intergovernamental sobre el Canvi Climàtic (IPCC) apunten que el més probable, d'ara fins a finals de segle, és que el nivell del mar Mediterrani creixi entre 70 i 80 centímetres.

José Antonio Jiménez Quintana és catedràtic a la Universitat Politècnica de Barcelona (UPC) i ha estudiat l'efecte que l'augment del nivell del mar tindrà sobre tota la costa catalana. "Ara mateix, les platges ja estan retrocedint un metre per any", explica el docent.

Es podria pensar que els efectes de l'escalfament global faran desaparèixer pobles o barris sencers de la costa, però no és així. "En el cas metropolità, i a diferència del Delta de l'Ebre, la pujada del nivell del mar, en realitat, només farà retrocedir les platges", diu Jiménez. Això que d'entrada podria semblar un alleugeriment, però, en realitat és preocupant. "El mar actua de barrera de protecció de l'entramat urbà i, per tant, en cas de tempestes en llocs on hi ha poca platja, com el Masnou o la Barceloneta, els danys poden ser molt grans", afirma Jiménez per afegir que "qualsevol tempesta menor que el Glòria ens semblarà que és similar perquè les destrosses seran de la mateixa magnitud".

Tal com explica Cerdà en línies similars, en les pròximes dècades "el fenomen de les precipitacions puntuals molt intenses anirà augmentant i la pujada del nivell del mar farà créixer el risc de destrosses en edificis o transports per llevantades i pluges".



# Una crisi climàtica a la metropolitana

El canvi climàtic és una realitat ineludible. Parlem amb experts de diferents camps i ens preguntem com es viurà a la metròpoli aquesta situació que afecta tot el món. Tindrem més inundacions per la pujada del nivell del mar? Quants graus augmentarà la temperatura? Hi haurà més morts per contaminació?

Malgrat això, no tota la responsabilitat és de l'augment del nivell del mar. "Soc molt reticent a parlar de canvi climàtic, perquè em sembla una forma de responsabilitzar el clima de coses que tenen a veure amb l'acció humana", considera Jiménez. De fet, segons el seu parer, el que passa a la costa metropolitana té més relació amb totes les intervencions urbanístiques que s'han fet durant dècades al litoral que no pas amb el nivell del mar.

"Per una banda, els rius s'han modificat i ja no porten sediments per regenerar les platges i, per l'altra, a l'àrea metropolitana hem construït a primera línia de mar i hem eliminat les platges que ens protegien", explica el catedràtic de la UPC. Així, l'augment del nivell del mar només aprofundeix en una situació que pot fer que, si no hi ha accions concretes per evitar-ho, la vida humana a davant de la costa sigui molt difícil.

Però encara podria ser pitjor, ja que la predicció de l'IPCC ens parla de l'escenari més probable, no del més extrem. En el cas que el mar creixi dos metres com diuen els models matemàtics més catastròfics, es podria inundar el Delta del Llobregat i l'aeroport estaria en risc. "No podem saber com serà, perquè parlem d'una previsió", diu Jiménez. De fet, les recents fugues dels gasoductes Nord Stream al mar Bàltic han suposat l'emissió de milers de tones

de metà a l'atmosfera, que han accelerat l'escalfament global.

#### ALTES TEMPERATURES

El passat mes de juliol, 180 persones van morir a Catalunya a conseqüència de l'onada de calor. A tot l'Estat van ser quasi 2.200. Tots els registres apunten que, tant a Barcelona com a la seva rodalia, el nombre d'onades de calor, és a dir quan les temperatures superen durant tres dies consecutius els 33 graus, augmentaran. En aquest





## Anirà per classes

● L'Albert fa poc temps que ha pres la determinació de marxar de Barcelona amb la seva parella. Feia temps que la idea li rondava pel cap i, finalment, ha trobat una casa a la Garrotxa. Són molts els motius que l'han fet decidir a deixar la ciutat on ha viscut tota la seva vida, i entre aquests hi ha la situació d'emergència climàtica de la capital catalana. "Aposto per un lloc on, si el món se'n va cap al col·lapse, pugui tenir algunes eines de supervivència", explica aquest jove arquitecte i també escultor. "No vull haver de dependre de si hi ha menjar al

de gènere. Així ho apunta Blanca Valdivia, del col·lectiu d'investigació urbanística Punt 6, quan assenyala que "la crisi climàtica té un impacte més fort sobre la gent gran, la infància i les dones, perquè són qui més temps passa a l'espai públic" i, per tant, qui més patirà les altes temperatures o l'efecte de la contaminació.

D'altra banda, tal com afirma l'ambientòleg Marc Cerdà, les classes populars patiran més el canvi climàtic. "Serà, sobretot, en les onades de calor, ja que els barris amb rendes més baixes tenen menys capacitat d'adaptar

*Els edificis en un estat més deficient els trobem als municipis més vulnerables de la metròpoli, i són els que pitjor poden combatre la crisi climàtica*

supermercat o de passar fred en funció de quan em tallaran el gas", afegeix. Afirma que no és un hippie i que no es vol "desenganxar del món", però assenyala que vol tenir "sobirania". Tenir llenya o tenir un hort. "En una ciutat és impossible, per molts horts urbans que hi hagi", sentència.

Com ell, cada vegada hi ha més gent que marxa de la ciutat per estar en contacte amb la natura. De fet, des de la pandèmia, Barcelona ha perdut habitants. Malgrat això, encara és una minoria la que pot permetre's el canvi per esquivar els inconvenients de viure en una ciutat. De fet, la crisi climàtica, com en tants altres temes, té un fort biaix de classe i

tar els edificis", diu. Segons l'AMB, mentre que a Sant Adrià o a Badia els immobles en un estat deficient són més del 17%, a Tiana, Sant Cugat o Sant Just ronden el 5%. Així, per combatre el fred o la calor extrema, les famílies de rendes baixes hauran d'utilitzar sistemes que gasten molta energia. "En un context en què augmenta el preu dels subministraments, les classes populars encara es veuran més empobrides", considera Cerdà.

Fet i fet, podria acabar-se creant una classe benestant fora de les ciutats i una de vulnerable que hi visqui. Com si fos una pel·lícula distòpica on els rics s'aïllen en ciutats residencials i els pobres viuen en presons de formigó.

sentit, la pitjor part se l'endurà la capital, ja que és la ciutat que pateix més l'anomenat efecte illa de calor. Ens referim a l'acumulació de calor per la gran quantitat de formigó que hi ha. Així, ara es produeix una onada de calor cada quatre anys a Barcelona, però el 2100, en el pitjor dels escenaris podrien ser entre quatre i cinc anuals i en el millor, dues.

Des de l'Agència de Salut Pública de Barcelona (ASPB) apunten que aquesta situació no es produirà a tots els indrets de la ciutat de la mateixa manera. Si actualment als districtes de Sant Martí o de Ciutat Vella les temperatures màximes en tot un any se situen lleugerament per sobre dels 38 graus, el 2100 podrien arribar a superar els 43 (escenari benevolent) o els 47,5 graus (escenari crític). Això no vol dir que tots els barris es vegin afectats de la mateixa manera pel que fa a les morts per temperatures elevades. En el cas més extrem, la Dreta de l'Eixample, per cada grau que augmenta la temperatura a l'estiu, el risc de mortalitat creix un 11%, cosa que suposa al voltant de 21 morts l'any a causa de temperatures elevades. A la Vila de Gràcia seran 19 persones, a Vallvidrera cap i a la Barceloneta, tot i ser de les zones amb un augment de les

temperatures més gran, per l'efecte del mar les morts no seran tantes. Segons l'ASPB, les defuncions per onades de calor tenen a veure amb diversos factors, com "el percentatge d'habitatges antics i que, per tant, no aïllen bé de la calor, el percentatge de treballadors manuals, és a dir la població amb menys renda, i el nombre d'espais verds que hi ha en un indret".

Les males notícies no acaben aquí pel que fa a l'augment de les temperatures. "Les onades de calor, cada vegada més freqüents i llargues, faran créixer les necessitats futures d'aigua a l'espai públic", afirmen des de l'Àrea Metropolitana de Barcelona (AMB). De fet, les pluges a la capital catalana podrien minvar entre un 14 i un 26% el 2100. "Consumim molta aigua del Ter Llobregat i poques ciutats metropolitanas tenen un pla per canviar aquesta dinàmica", afirma Cerdà. "En un context en què augmenta la sequera, hauríem de ser molt més proactius en la recaptació, reutilització i depuració d'aigües", afegeix.

Encara més contundent es mostra Pep Puig, exdiputat de Junts per Catalunya i cofundador d'Ecotècnia i d'Ecoserveis. "Estem abocats a una crisi de subministraments tant d'aigua com d'ali-

**"A finals de segle, la manca de platges farà que un temporal amb menor intensitat afecti les ciutats amb el mateix grau de destrosses que el Glòria"**

**El 2100, en el pitjor dels escenaris, les temperatures màximes a l'estiu podrien enfilarse per sobre dels 47,5 graus en alguns barris de Barcelona**

ments", afirma. L'àrea metropolitana és molt dependent dels territoris no urbans de Catalunya, i en un context d'emergència generalitzada es podria quedar aïllada de la resta del territori.

Per acabar, les altes temperatures també podrien derivar cap a un augment del risc d'incendis. Des de fa anys els experts alerten d'un nou fenomen que té els Bombers catalans atemorits. Són els anomenats megaincendis, que es produeixen quan hi ha temperatures de més de 30 graus, vents superiors als 30 quilòmetres per hora i humitat per sota del 30%. Tal com ha explicat en reiterades ocasions el cap de l'Àrea del Grup de Recolzament d'Actuacions Forestals (GRAF) dels Bombers de la Generalitat, Marc Castellnou, aquests focs podrien fer que Collserola sencera cremés en menys de vuit hores. Actualment, l'AMB treballa en un pla per minimitzar el risc d'incendis al pulmó verd de la metròpoli.

### CONTAMINACIÓ

L'última de les derivades metropolitanas pel que fa al canvi climàtic és el nombre de morts relacionades amb la contaminació.

Els estudis de l'ASPB calculen que entre el 2018 i el 2019 es van

produir al voltant de 1.000 morts a Barcelona relacionades amb la contaminació. Aquesta xifra representa el 7% de les morts anuals a la ciutat. Des de l'Institut de Salut Global de Barcelona (ISGlobal) afirmen que, en el marc metropolità, la contaminació provoca més de 3.700 morts anuals que podrien arribar a les 4.000 si no es compleixen les recomanacions de l'OMS pel que fa a la contaminació produïda, sobretot, pels vehicles privats.

Amb tot, val a dir que des de les administracions s'estan duent a terme plans per evitar totes les situacions de les quals hem parlat. L'Ajuntament de Barcelona, per exemple, treballa en el Pla Clima, que contempla la creació d'espais verds, la reducció del trànsit privat, la millora de l'eficiència dels edificis o la generació d'energia als terrats amb plaques solars.

Tanmateix, són plans per pal·liar els efectes del canvi climàtic. Com diu Jiménez, "ara ja es tracta d'adaptar-se a una realitat més que de combatre-la". Perquè el futur ja és aquí.

Un reportatge  
d'Albert  
Alexandre





La Biblioteca Esteve Paluzie acollia el 28 d'octubre el taller 'Transformem la nostra masculinitat amb l'ètica de la cura', que estava dirigit només a homes amb l'objectiu prevenir les violències de gènere a la ciutat.

## L'Escola de Salut, un espai on envellir activament

**GENT GRAN** ▶ Després de la pandèmia, es parla més que mai de salut, sobretot de la física, però també de la mental. De fet, s'ha tornat una de les preocupacions principals de la població. Ara bé, hi ha un sector de la ciutadania que sempre ha estat especialment preocupat per aquest tema: la gent gran. Un col·lectiu que té la necessitat de saber com prevenir caigudes, com ha de tractar segons quines malalties o com ha de millorar la memòria, entre moltes altres coses, per envellir de la millor manera possible.

Precisament per cobrir totes aquestes qüestions, l'any 2018 naixia l'Escola de Salut de Barberà, de la mà de Mònica Castán, treballadora social i referent de Salut Comunitària de l'Equip d'Atenció Primària de Barberà. Un projecte per fomentar l'envelliment actiu i saludable que el 6 d'octubre començava la seva tercera edició, que s'allargarà fins a finals de gener amb un total de 13 sessions gratuïtes adreçades a major de 65 anys.



Imatge de la sessió del 13 d'octubre. Foto cedida

En aquest sentit, l'escola facilita a una quarantena d'usuaris coneixements bàsics sobre temes com els riscos existents a les llars, la gestió de l'ansietat, la prevenció d'estafes o l'estalvi energètic. "Tot d'una manera molt dinàmica, adaptant les activitats a les necessitats de cadascú i amb temes nous a cada edició que neixen de les suggerències dels usuaris, com ara la classe de ioga programada per al gener", explica Castán.

Una manera de funcionar que, segons la treballadora social, "agrada molt a la gent, fa que repetixin i animin als seus coneguts a venir i que ens valorin amb un 4,8 sobre 5". I és que a banda de ser un espai on aprendre, també és un lloc on socialitzar i conèixer gent. Un fet que fa que cada edició compti amb més participants i que els professionals sentin que fan una feina "molt gratificant", conclou Castán.

## Gaudint de l'art i la cultura amb el Barberà Insòlita

**CULTURA** ▶ Les places de Barberà transformades en l'escenari d'obres de teatre, concerts al mig del carrer i tota una mostra d'arts escèniques itinerants al llarg de tota una jornada. Així és com es va viure la primera edició del Barberà Insòlita Festival, que se celebrava el 22 d'octubre "per a sorprendre i fer gaudir de l'art i la cultura als barberencs", diuen des d'Actua Produccions, impulsors del projecte.

En total, vuit companyies de teatre de carrer nacionals i internacionals es van apropar al

municipi per fer espectacles gratuïts, pròxims, participatius i creatius per a totes les edats. Una iniciativa que "va aplegar moltíssima ciutadania, que passejava d'un escenari a un altre per no perdre's cap representació", diuen des de l'Ajuntament.

En aquest sentit, el festival va permetre recuperar el caràcter festiu que la ciutat havia perdut amb la pandèmia. Un fet pel qual el consistori i els veïns han valorat la jornada com tot un èxit, que l'organització té la voluntat de repetir i consolidar.



Durant tot el dia es van fer espectacles itinerants. Foto: Ajuntament



**Hotels que són autèntiques joies**  
 Coneix l'Especialització Monument

**B<sup>HH</sup>**  
 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





The advertisement features a vibrant green and blue geometric background with large white 'SX3' text. It includes photos of two young people at the top, two young women at the bottom, and anime characters from 'Haikyuu!!' and 'Demon Slayer' in diamond-shaped cutouts. A QR code is located in the bottom left corner.

# SX3

**EL NOU SX3 CREIX!**  
TOT UN MÓN A LES TEVES MANS





La Nit de Bruixes, que se celebrarà 5 de novembre, donarà el tret de sortida a un programa d'actes que s'allargarà fins al 15 de desembre per lluitar contra les violències masclistes i saber com abordar-les.

## Ripollet vol que les dones entrin al sector del metall

**MERCAT LABORAL** ▶ Quan preguntem a un infant què vol ser de gran, les respostes solen ser sempre les mateixes: bomber, policia o astronauta si és nen i perruquera, infermera, professora o veterinària si és nena. Però en pocs casos trobarem un noi que vulgui treballar netejant cases o una noia que vulgui ser camionera o lampista. Tot perquè, inconscientment, fruit dels estereotips de gènere, hem feminitzat o masculinitzat una sèrie de feines i oficis.

En aquest sentit, el sector del metall i les instal·lacions sempre ha estat relacionat amb els homes. De fet, es veuen poques dones amb casc i ulleres de protecció serrant un tros de ferro o anant a les cases a instal·lar una caldera o una placa solar. Unes feines que a Ripollet tenen una alta demanda i que l'Ajuntament vol obrir al públic femení.

“Pretenem qualificar i professionalitzar dones per feminitzar aquest sector clarament masculinitzat i que sovint les dones no troben atractiu”, diu Txell



El dia 6 es feia una xerrada informativa sobre el projecte. Foto: Ajuntament

Caler, regidora d'Ocupació. Per això, el 6 d'octubre es feia la primera xerrada informativa del projecte 'Dona i Metall: Reinventem l'Ocupació a Ripollet', dirigit a dones interessades a reinventar-se i reorientar-se laboralment cap a aquest sector, que cada any dona feina a unes 250 persones a la ciutat. I és que, segons José Manuel Tejada, president del Gremi d'Instal·ladors i PIMES del metall de Cerdanyola, Ripollet i Montcada, entre

els tres municipis es concentren unes 140 empreses del sector.

El mateix Tejada assegura que “aquesta professió, amb els temes d'eficiència energètica, és el futur”. D'aquí la importància d'obrir-la a les dones. Un procés del qual s'encarregarà el consistori, que treballarà, d'una banda, amb les empreses perquè acullin aquesta nova mà d'obra, i de l'altra amb les dones per acompanyar-les i empoderar-les fins que aconseguixin la feina.

## Creix el reciclatge, però la nova recollida encara crea polèmica

**MEDI AMBIENT** ▶ Ja fa gairebé tres mesos des que Ripollet va implantar el nou sistema de residus, que combina el porta a porta d'algunes fraccions amb contenidors intel·ligents tancats i d'altres oberts. Un sistema que ha permès complir amb els objectius europeus de recollida selectiva i reciclatge, però que continua despertant les queixes veïnals.

D'una banda, les darreres dades de l'Àrea Metropolitana de Barcelona (AMB) mostren que el reciclatge de la brossa orgànica ha augmentat un 71%, la dels envasos lleugers un 65%, la del vidre un 41% i la del cartró un 11%. Això tenint en compte que “el sistema

només s'ha implantat a dues de les quatre zones i no al 100%”, diuen des de l'Ajuntament. Per això, la regidora de Serveis Municipals, Pilar Castillejo, diu que “estem anant cap a on volíem”.

En aquest sentit, la regidora destaca que “en general, la resposta ciutadana està sent molt positiva”. Ara bé, hi continua havent una part de la població que està en contra del nou sistema i que es continua manifestant. De fet, aquests veïns s'han organitzat i han creat Ripollet Limpio y Digno. Una plataforma des d'on lamenten que el nou sistema sigui “més car i més brut” i des d'on demanen alternatives.



Escombraries acumulades al carrer. Foto: Ripollet Limpio y Digno

# Centre Residencial Gent Gran

**BALLESOL**  
Centres Residencials 3<sup>a</sup> Edat  
★★★★★

- ☆ Atenció mèdica i infermeria
- ☆ Control dietètic i alimentari
- ☆ Habitacions individuals i dobles
- ☆ Apartaments per a persones vàlides
- ☆ Recuperacions postoperatòries
- ☆ Estades temporals i permanents

## Ballesol BARBERÀ DEL VALLÈS

C/. Abat Oliva, 24 - Barberà del Vallès

VISITI'NS, prèvia cita, i l'informarem

Servei integral i personalitzat amb la millor qualitat

INFO I RESERVES:

# 93 747 90 49

www.ballesol.es



# 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](http://www.amicficcions.cat)

Participa i guanya!



PlayStations



iPhones



iPads  
Llibre electrònic



Auriculars  
sense fils

Organitza:



Amb el suport de:



Amb la col·laboració de:



FUNDACIÓ CARULLA



G CONSELLERIA  
O FONS EUROPEUS,  
I UNIVERSITAT I CULTURA  
B DIRECCIÓ GENERAL  
POLÍTICA LINGÜÍSTICA



GENERALITAT  
VALENCIANA | TOTS  
A UNA  
VEU  
Conselleria d'Educació,  
Cultura i Esport



# El cel hauria de ser per a tots

» La diversitat d'orientació sexual segueix sent un tema tabú a les institucions religioses majoritàries  
 » "El que diguin uns bisbes carcamals amb cucurutxo al cap me la bufa", afirma Jordi Valls, catòlic i gai

Albert Alexandre  
**CERDANYOLA**

Les institucions religioses majoritàries no han estat mai gaire amigues de la diversitat d'orientació sexual. Quan no era un bisbe com el de Màlaga dient que el matrimoni entre persones del mateix sexe és semblant a la unió entre un home i un gos era el de Solsona dient que l'homosexualitat tenia a veure amb l'absència de la figura paterna durant la infància. Quan no era un pastor evangèlic fent apologia de les anomenades teràpies de reconversió era un imam utilitzant la medicina islàmica per treure el dimoni de l'homosexualitat a un fidel.

Per sort, cada cop són més els exemples d'obertura i els creients que reconeixen sense complexos la seva condició sexual no heterosexual. És el cas de Jordi Valls, consiliari de l'Associació Cristiana de Gais i Lesbianes de Catalunya (ACGIL), que assegura que no hi hauria d'haver problemes entre fe i sexualitat. "Els meus 65 anys m'han ajudat a veure-ho amb perspectiva, perquè a l'adolescència ho passava molt malament per ser gai i cristià", explica. "Després vaig aprofundir en el món de la fe i vaig veure que no hi ha contradicció entre la meua religió i la meua orientació sexual", afegeix.

Com ell, també hi ha casos en les altres religions majoritàries. Persones que creuen que no hi ha incongruència entre creure en Al·là, Jahvè o Crist i ser lesbiana, gai, transsexual, bisexual o intersexual.

## LA POSTURA OFICIAL

Malgrat els aires d'obertura, l'actitud de les institucions religioses no deixa gaires dubtes. "Hi ha casos de monitors que han estat



El col·lectiu LGTBI no és ben vist, en línies generals, per les institucions religioses. Foto: Gemma Sánchez/ACN

apartats de colònies religioses quan han dit que eren homosexuals o mestres d'escoles que eren lesbianes que quan s'han casat no els han deixat agafar els 15 dies de vacances", declara Valls. Ell mateix ha viscut aquesta discriminació en la seva pròpia pell quan algú li va dir que no podia adoptar sent gai perquè era una aberració.

A això cal sumar la posició de les instàncies més altes de l'Església catòlica, que mai han fet un pas definitiu en aquest tema, ni en el d'incloure les dones als serveis eclesiàstics. "El que diuen alguns bisbes és duríssim, però no són els meus bisbes... Aquests senyors carcamals amb cucurutxos al cap me la bufen", assevera Valls.

Així mateix, la jerarquia vaticana, tot i certes obertures amb el Papa Francesc, sempre s'ha mostrat molt contrària a les persones LGTBI. "Venim de dos papes dictatorials i tancats, i els capellans viuen amb por", explica Valls. És per tots aquests motius que des del seu

punt de vista s'entén a la perfecció que moltes persones creients del col·lectiu LGTBI acabin abandonant l'Església.

## QUÈ DIU LA BÍBLIA

"No jegis amb un altre home com es fa amb una dona: és una cosa abominable". "Si un home jeu amb un altre home com es fa amb una dona, tots dos cometen una acció abominable. Seran condemnats a mort". Aquestes dues sentències aparegudes al Levític són emprades pels creients més conservadors quan volen atacar qualsevol forma d'orientació sexual que se surti de l'heterosexualitat.

Malgrat això, segons apunta Valls, "la Comissió Bíblica diu que les citacions contra els col·lectius LGTBI que apareixen als textos del cristianisme no són suficients per condemnar-nos". "Al mateix Levític també hi ha passatges on es diu que si menges gambes o et talles els cabells t'apredregaran", afegeix el d'ACGIL.

## A L'ALTRA BANDA

És freqüent veure que diuen les institucions religioses sobre els col·lectius LGTBI. De totes maneres, malgrat excepcions com la de l'ACGIL, no sempre comptem amb l'altra veu. Com incorporen les entitats feministes o LGTBI la qüestió religiosa? Aquest és el marc de l'estudi elaborat pel centre d'Investigacions en Sociologia de la Religió (ISOR) de la UAB.

Finançat amb fons de la Direcció General d'Assumptes Religiosos, l'equip de treball s'ha preguntat com les entitats feministes, LGTBI i d'acollida a la migració de Santa Coloma de Gramenet, Vic i Lleida tracten el fet religiós. "Pel que hem vist, no hi ha un abordatge de la qüestió religiosa, i fins i tot hi ha una negació del fet religiós", afirma Víctor Albert Blanco, un dels investigadors.

En aquest sentit, la manera més freqüent de gestionar la tensió entre aquests dos àmbits és el

silenci. En el context actual, en què moltes persones han migrat cap a Catalunya i, a més de pertànyer al col·lectiu LGTBI, tenen una fe molt marcada pel seu país d'origen, es fa necessari buscar punts de contacte entre fe i sexualitat. "Hem vist que les entitats han d'integrar la perspectiva religiosa a la seva feina i també hem vist que moltes d'elles estan formades només per persones blanques", afegeixen des de l'estudi.

A les entitats els costa integrar el fet religiós, en gran part, pels segles de persecució que gais, lesbianes o transsexuals han viscut per part de les religions majoritàries. Per això, no costa d'entendre el que explica Valls de la primera vegada que l'associació a la qual pertany va entrar en contacte amb altres entitats LGTBI. "Al principi, ens miraven amb reticència i ens deien les *marieristis*, però un cop ens van conèixer la seva forma de veure'ns va canviar", afirma.



Atenció psicològica via telemàtica

Psicoterapeuta Col·laboratiu i Dialògic

Psicòleg



Depressió, Ansietat, Estrès  
 Dificultats de relació

Visites concertades dimarts i divendres

[www.javiercentol.com](http://www.javiercentol.com)

625 522 561

Numància, 52-54 Entresòl 4t





Foto: Alberto Lores / PIN Media

# EMERGENCIA EN UCRANIA

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

Dona ahora

Cuenta bancaria:  
ES69 2100 5731 7202 0041 1957

 **Ayuda  
en Acción**



El conjunt d'Oliver Ballabriga visitarà el pròxim diumenge 6 de novembre la UD Montijo, en partit corresponent a la 10a jornada del grup 5 de la 2a RFEF. El Cerdanyola FC s'està adaptant al canvi d'entrenador: el passat 18 d'octubre Toni Carrillo va ser destituït després de 14 cursos com a tècnic.

## Vero Sánchez s'escolta molt

» L'exjugadora del CBF Cerdanyola visibilitza la cara oculta de l'esport, en aquest cas del bàsquet  
 » "He lluitat i continuo lluitant contra els meus monstres i complexos per sentir-me el millor", confessa

Toni Delgado  
**CERDANYOLA**



"He lluitat i continuo lluitant contra els meus monstres i complexos per sentir-me el millor. És una batalla molt dura. No et pots ni imaginar què he hagut d'aguantar amb el pes. M'han arribat a multar si m'engreixava una mica o a pesar-me cada setmana malgrat que estava rendint a la pista i que l'únic que tenia i tinc és un problema de tiroides", confessa Vero Sánchez (Girona, 1985), alera pivot del CB Vilablareix, de la Segona Catalana.

El seu testimoni colpeix. És la cara invisible de l'esport, en aquest cas del bàsquet, que li ha regalat moltes amistats, sobretot les de Georgina Bahí i Andrea Vilaró, moltes experiències bones i altres obscures. "Les coses dolentes també m'han ajudat a ser com soc. Ara necessito calma i pau interior, i he après a escoltar-me i a dedicar-me temps. Hi ha coses, però, que no entendre mai...", amplia.

Parla de com una jugadora es pot sentir "una mercaderia", com li va passar a ella: "Amb el temps, veus que els clubs tenen el control sobre el teu destí. Pots fer una bona temporada i sent una peça clau en un equip i no continuar el curs següent. Són detalls que et deceben molt".

Va arribar un punt en què l'entrevistada va descobrir que el bàsquet ja no la divertia i que anar a entrenar-se havia deixat de ser un moment agraït del dia per convertir-se en una càrrega.

"Em va costar molt prendre la decisió d'allunyar-me de l'esport que tant estimo. No volia saber res d'una pilota ni de veure partits. Necessitava altres experiències i gaudir més de la família...", recorda.

A poc a poc, i gràcies a un bon treball interior, va començar a trobar a faltar la cistella. O, com a mínim, a plantejar-se tornar, però tampoc volia forçar res. "Tenia por a equivocar-me i entrenar-me amb el CB Prat va ser la primera presa de contacte per veure com em sentia. La meva prioritat era passar-m'ho bé. Per feina no podia anar als partits. El tracte va ser excel·lent", confessa.

### SERGIO MANZANO

Fins que un dia va rebre la trucada de Sergio Manzano perquè s'incorporés al Joventut Les Corts, en aquell moment a Lliga Femenina 2: "Em va motivar la seva proposta. És un tècnic molt competitiu i els seus equips transmeten el seu caràcter: pressionen, roben pilotes i no es rendeixen mai".

A Sánchez li va encantar l'equip, "molt maco i format per bones companyes". "Em va sorprendre que el grup fos i fes tanta pinya. Es notava que feia anys que algunes jugaven juntes. Aquells mesos al Joventut Les Corts m'ho vaig passar molt bé i vaig aprendre molt", reconeix.

Observadora i sempre autoexigent, Sánchez va adonar-se, després de tornar a les pistes i d'exposar-se "davant de tanta gent", que tenia "pors i inseguretats" que havia de treballar.



Vero Sánchez, jugadora del CB Vilablareix. Foto: Paula Codony

Així que va centrar-se en el seu treball interior i va fer un parentesi amb el bàsquet de gairebé dos anys.

Va tornar a Girona i es va instal·lar a Vilablareix, i va acabar fixant pel CE Onyar. "El primer curs va ser el millor, sens dubte. Les companyes van aconseguir que em tornés a il·lusionar amb aquest esport, i continuo sentint el mateix. En cap moment em van jutjar ni em van comparar amb ningú. Més aviat valoraven cada petit detall. Són unes persones molt boniques!", descriu, agraïda, Sánchez, que aquest curs juga al CB Vilablareix. Una entitat on també es troba com a

cas a que feia molts anys que la volia fixar: "A més, em queda a prop de la feina".

Somriu recordant el seu debut a Lliga Femenina, al Pabellón Polideportivo La Paterna contra el CB Islas Canarias i amb el CB Al-Qázeres. "Després de tants anys de fases d'ascens, jugar a l'elit era un premi i vaig sortir a la pista amb el propòsit de gaudir, sense cap expectativa ni pressió. Centrada a fer el que sabia fer per ajudar l'equip", exposa Sánchez, que aquella tarda del 15 d'octubre de 2014 va jugar gairebé 29 minuts, va anotar 10 punts i va capturar quatre rebots en el triomf per 56-67.

Formada al GEiEG gironí, Sánchez sempre ha admirat a qui diu el que pensa, i va connectar amb Anna Caula, secretària general de l'Esport i de l'Activitat Física, que la va dirigir als entrenaments del primer equip de l'Uni Girona. La vilablaretenca jugava al segon. "Era impossible no aprendre al costat de la Laura Antoja o la Sonia Reis, i Anna Caula et contagiava la seva energia i entusiasme, i sabia arribar a tu sent transparent i exposant-te el que pensava", valora.

Tot i que estava a gust a Girona, abans de Nadal va decidir acceptar la proposta del CBF Cerdanyola, aleshores a Copa Catalunya. "Era un projecte molt ambiciós que volia arribar a les fases d'ascens. El grup era molt sa i unit. Em va sorprendre que fos una entitat tan professional. Tenien present qualsevol detall", recorda.

El bàsquet l'ha fet una supervivent. Amb 15 anys va marxar de casa, de Vilablareix, per aterrar a l'Universitari de Barcelona. A vegades s'entrenava amb el primer equip amb jugadores que ja són mites com Laia Palau i Razija Mujanovic. Aquella Vero Sánchez i la d'uns quants anys posteriors era molt reservada i sempre generosa i empàtica. "Recordo que si tenia problemes no trucava als pares per no preocupar-los. T'ho acabes menjant tu sola i, amb el temps, si no ho treballes, la bola es va fent més gran i es transforma en pors i dubtes. Has de treure forces d'on sigui per enfrontar-te als teus monstres", conclou, valenta.

Identificar-los  
 amb **XIP i XAPA**  
 és la teva obligació



i en cas de pèrdua,  
 pot ser la seva  
 salvació!



# 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:





## No t'ho perdís



### L'exposició de 'Crims'

Un dels fenòmens audiovisuals dels últims anys a casa nostra s'ha convertit en una exposició. El Palau Robert de Barcelona acull del 26 d'octubre al 10 d'abril *Crims l'exposició*, una experiència immersiva que s'endinsa en els casos narrats a l'exitós programa de TV3 i *Catalunya Ràdio*. Carles Porta, presentador i creador del format, assegura que "en aquesta exposició es parla de víctimes d'assassins i d'investigadors". Precisament, la reconeixible veu de Porta es podrà sentir al llarg de l'exposició, així com la d'alguns protagonistes de les històries reals que han farcit el programa.



## Famosos

És d'aquelles persones que difícilment poden passar desapercebudes, però ha aconseguit fer una visita llampoc secreta a Barcelona. Leonardo DiCaprio (Los Angeles, 1974) va ser a la capital catalana la setmana del 17 d'octubre, tot i que la notícia no va transcendir fins al dia 24. En la seva estada sorpresa a Barcelona, va visitar, com no podia ser d'una altra manera, la Sagrada Família, però també altres llocs més inesperats. Per exemple, la parada que ha provocat més comentaris a les xarxes socials ha estat la de la botiga El Rei de la Màgia. Aquest històric establiment és al número 11 del carrer Princesa i, segons els propietaris, és "la botiga de màgia més antiga del món". En aquest espai, DiCaprio va gaudir d'un espectacle privat de l'il·lusionista Pere Rafart. El propietari del local, Pau Martínez, ha explicat a *betevé* que els van avisar de la visita de l'estrella només mitja hora abans que arribés.

## La fitxa

**QUI ÉS?** **LEONARDO DICAPRIO**

**ÉS FAMÓS PER...**

**Ser un dels grans actors de Hollywood**

Va guanyar l'Oscar al millor actor l'any 2016

**QUÈ HA FET?**

**Visitar Barcelona**

Va gaudir d'un xou privat en una històrica botiga de màgia

**A LES XARXES...**

**Rebombori**

La visita ha causat sorpresa i ha generat molts comentaris

## Llibres



**L'aigua del llac no és mai dolça**  
Giulia Caminito

La Gaia neix en una família pobra ofegada de problemes: la mare, l'Antònia, lluitadora i orgullosa, de caràcter fort i intransigent, té cura tota sola del marit discapacitat i dels quatre fills, el primer dels quals va tenir d'adolescent. La Gaia, pèl·roja i rabiüda com la mare, desconfiada i cruel, creix enfrontant-se a un món que no té res per oferir-li ni l'acceptarà mai.

## Teatre



**Paraíso Perdido**  
Helena Tornero i Andrés Lima

Reivindicat pels romàntics com l'heroi vertader, Satanàs de Milton simbolitza el rebel insurgent davant la tirania. Una rebel·lió fracassada que condicionarà el destí de l'home i la dona. A més d'un homenatge a la bellesa de les paraules de Milton, aquest *Paraíso Perdido* és també un homenatge a l'ofici del comediant. Al Teatre Romea de Barcelona.

## Música



**Tot el que no sé de nosaltres**  
Navet

*Tot el que no sé de nosaltres* (Kasba Music, 2022) és el títol del primer disc de Navet, el nou grup format pels components de The Pinker Tones. L'àlbum inclou vuit cançons, totes elles en català, i barreja tres estils: pop, rock i folk. Segons la discogràfica, la nova formació "és delicadesa, dedicació, emoció i moltes coses més, però per sobre de tot Navet és música".

## Pelis i sèries



**El agua**  
Elena López Riera

És estiu en un petit poble del sud-est d'Espanya. Una tempesta amenaça de tornar a desbordar el riu que el travessa. Una antiga creença popular afirma que algunes dones estan predestinades a desaparèixer amb cada nova inundació perquè tenen "l'aigua a dins". L'Ana viu amb la mare i l'àvia en una casa que la resta del poble es mira amb suspicàcia.



# ESTILS DE VIDA

## La tardor provoca insomni

Foto: Freepik



### ❗ TRASTORNS DEL SON

**S**i aquests dies no dormiu gaire bé potser és per culpa de la tardor. Només potser. La disminució de les hores solars, la tornada a la rutina i els canvis en el ritme de vida provoquen alteracions transitòries en el son. Tingueu en compte que amb el canvi horari hem passat de dotze hores de sol a l'estiu a un màxim de nou. Aquest fet per si mateix ja pot alterar el ritme biològic i provocar-nos insomni.

Més enllà dels problemes neurològics que podria causar dormir menys hores de les necessàries, l'insomni té moltes altres conseqüències. El cansament, la disminució del rendiment intel·lectual o el mal de cap són símptomes habituals de falta de son i ens provoquen irritabilitat, problemes de concentració i fins i tot augmenten el risc de patir malalties cardiovasculars.

Tot i que les dificultats per agafar el son i mantenir-lo poden ser transitòries, o estacionals, és important esbrinar si hi ha algun factor causant. En aquest cas, cal demanar ajuda especialitzada. Però, en la majoria d'ocasions, l'insomni és conseqüència d'una manca d'higiene del son, i per corregir-ho hem d'establir unes pautes que ens permetin descansar correctament.

## Les claus .....

### REGULARITAT

Per a una bona higiene del son és vital anar-se'n al llit i llevar-se sempre a la mateixa hora

### DIETA

A banda d'evitar substàncies excitants com el cafè, l'alcohol o el tabac, és recomanable un sopar lleuger

### XARXES

Les xarxes socials ens sobreexciten: cal que aparquem el telèfon mòbil una hora abans d'anar a dormir

### ESCENOGRAFIA

Un bon descans demana un ambient propici: silenci, colors relaxants i una temperatura adequada

Foto: Pixabay



**Amb amor  
i responsabilitat**



**... ADOPTA  
als que han estat abandonats**





Creu Roja

# UCRAÏNA

## ENS NECESSITA

COL-LABORA-HI



[www.cruzroja.es](http://www.cruzroja.es)



**BIZUM** al **33512**



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



**900 104 971**

### TRANSFORMA LA TEVA APORTACIÓ



**5€** Manta  
(individual)



**33€** Set cuina  
(5 persones)



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

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

