



LA CULTURA PUJA ALS TERRATS DE BARCELONA

Els barcelonins sempre han mantingut un idili especial amb els terrats de la ciutat com a punt de trobada i veïnatge. Darrerament estan sorgint iniciatives culturals per recuperar aquest esperit a través de l'organització d'espectacles. 2 i 3





CULTURA D'ALTURA ALS TERRATS DE LA CIUTAT

CULTURA ALS TERRATS

Diverses iniciatives ciutadanes estan tornant a posar en valor els terrats de Barcelona com a espais oberts, on poder gaudir d'un concert, d'un recital de poesia, d'una obra de teatre o d'un espectacle de dansa.

JOSEP MASFERRER
ocicat@20minutos.es/twitter:@20m
20minutos

«L'arquitectura catalana, traient la teulada i deixant el que en diem la solera, perquè hi bat el sol, va fer el terrat, que sense dir cap mentida és l'orgull de Barcelona». En un article a *La Publicidad*, publicat el 18 de juny del 1920, l'escriptor i filòsof barceloní Francesc Pujols va deixar constància de la importància dels terrats en la vida social de la ciutat: «Els barcelonins i els que venen a Barcelona, pujant al terrat s'hi poden estar i passejar amunt i avall contemplant i admirant aquell seguit de terrats l'un al costat de l'altre».

Però, què se n'ha fet d'aquella activa vida als terrats? A l'actualitat, estan sorgint iniciatives ciutadanes que volen recuperar aquests espais com a punt de trobada i com a escenaris culturals. Els rumbers de La Pegatina, per exemple, van oferir una actuació en un petit terrat de Ciutat Vella per presentar el seu disc *Xapomelón*. Però, potser, la revetlla de Sant Joan és la festivitat i esdeveniment col·lectiu que manté més viu aquest esperit barceloní obert a donar vida a aquestes talaies urbanes.

Els antropòlegs Manuel Delgado i Anna Juan, al seu llibre *Terrats de Barcelona. Entre el cel i la terra*, afirmen que «el terrat adquireix al llarg del dia una gran quantitat de significats (...) Però, a més d'espai de tasques quotidianes, el terrat és el lloc on sortir a prendre la fresca, on amagar-se per pensar, on refugiar-se amb els amics, on desfogar-se, on celebrar, on enamorar-se, on fer-se confessions, on retrobar-se. També espai per a la festa dels joves o la de tots els veïns de l'escala arribada la revetlla de Sant Joan. Des del terrat, la ciutat queda entre llunyana i pròxima. Els esdeveniments, transcorren en aquell espai autònom, obert al cel, a través del qual, la família es comunica entre ella, amb els veïns i amb el carrer. I aquesta autonomia, configurada a través de l'espai, mostra també una certa despreocupació pels grans problemes socials del moment».

L'arquitectura també ha impulsat els darrers temps iniciatives culturals i de reflexió entorn dels terrats de Barcelona, com Azoteas Colectivas (<http://encajesurbanos.com/category/azoteas-colectivas-2>) o els tallers, visites guiades, debats i iti-



neraris urbans promoguts pel col·lectiu El Globus Vermell (<http://elglobusvermell.wordpress.com>). En aquest cas, no només els terrats han cridat la seva atenció, sinó també espais com els aparcaments. El *Park(ing) Day* és un esdeveniment anual on diverses persones i entitats transformen, de forma temporal, places públiques d'aparcament en petits espais verds, lúdics o de descans. Una altra iniciativa a Barcelona són les «rutes d'exploració» pels terrats, inscrites en el projecte *Alt-terrats* (<http://www.rotorr.org/terrats/index.html>).

● UN ESTIU ALS TERRATS

Què és un TeC? Una de les iniciatives més actives a Barcelona és Terrats en Cultura (TeC), un «festival d'altura» i «amb vistes», que, al llarg de l'any, programa espectacles de qualitat a la part més alta dels edificis i als patis públics i privats. Està promogut per Coincidències, una associació cultural nascuda la primavera del 2013 amb la vocació de «crear noves experiències culturals». D'acord amb els nous temps, l'entitat incideix en «l'intercanvi entre creadors/artistes i espectadors/in-

Diversos espectacles i artistes del cicle Terrats en Cultura, que organitza l'associació cultural Coincidències a la part més alta de diversos edificis de diferents barris de la ciutat de Barcelona, com Terrats de Tango, un muntatge de Juan Carlos Lérída, un passi de Microdansa o Que vaya bonito.

FOTOS: ISAIAS FANLO/ COINCIDÈNCIES

quiets». «Ens agrada veure, tocar, escoltar, participar», confessen, acostant-se a la «cultura 3.0». Davant els «grans temples» (teatres, museus, auditoris...), aquest moviment cultural que allibera els terrats considera que «la cultura pot esdevenir-se en qualsevol espai urbà, i que qualsevol espai pot ser idoni per a les iniciatives culturals». En aquest sentit, «mantenir la cultura tancada en espais, per grans que siguin, és engabiar-la, engavanyar-la, limitar-ne el consum a una part petita de la ciutadania». Segons els promotors dels TeC, obren els terrats, «espais arquitectònics amb caràcter mediterrani, per omplir-los de vida i de significat a través de la cultura». Aquestes activitats es caracteritzen també perquè tenen un aforament limitat i mai es repeteixen. «Mai no fem dos Terrats iguals, perquè volem que assistir-hi sigui un esdeveniment excepcional», expliquen des de Coincidències. La programació és molt variada (es pot consultar al web <http://coincidencies.com>). El 22 de juny hi ha previst teatre amb Mireia Gubianas en un terrat de Gràcia (12.30 h); el 27 de juny, cabaret-teatre amb Oriol Genís a l'Eixample (21 h); el 29 de juny,



El tresor del pirata, un espectacle de títols (21 h) a Ciutat Vella; el 4 de juliol, poesia-teatre a Gràcia (21 h); i l'11 de juliol, tango i candombe a Ciutat Vella (21 h).

Museus a l'aire lliure. Els museus també s'apunten a obrir els seus terrats al públic, com és el cas del Museu Nacional d'Art de Catalunya, que permet gaudir d'una vista de 360 graus de la ciutat. Des de les seves dues terrasses-mirador es poden observar els principals edificis i monuments de l'*skyline* de Barcelona. Es poden visitar amb l'entrada a l'MNAC (<http://museunacional.cat>). Un altre exemple és el Museu d'Història de Catalunya, que converteix la seva terrassa en l'escenari de les Nits Golfes al Museu, que comença al juliol (<http://www.mhcat.cat>).

La Pedrera. Un dels terrats més emblemàtics de Barcelona és, sens dubte, el de la Pedrera, que enguany repeteix les seves Nits d'Estiu amb música de jazz en directe amb una copa a la mà i la ciutat als peus. L'activitat inclou també una visita a l'Espai Gaudí. Els concerts són els dijous, divendres i dissabte fins el 6 de setembre. Es pot consultar la programació al lloc web www.lapedrera.com.

Animació als hotels. Els hotels també obren les seves terrasses durant les nits d'estiu. Acostumen a oferir concerts, sessions de dj's en directe o de música *chill-out*, a més de copes, com els mojitos i els gintonics, que són els més demanats. La llista de propostes és força llarga, alguns dels més populars són l'Hotel Ca-

3 euros

és el preu mínim de l'entrada de les festes pirates que Girona Pirata (www.avivaveu.com) ha organitzat als terrats de Girona, amb artistes com Sanjosex

sa Fuster, que destaca pels seus còctels sofisticats (<http://www.hotelescenter.es>), l'Hotel Ohla, amb jazz en directe el diumenge (<http://www.ohlahotel.com>) o el Barceló Raval, que ofereix unes vistes de 360 graus d'aquesta part de la ciutat (<http://www.barcelo.com>). Una mostra de la vitalitat d'aquesta oferta és la Setmana de les Terrasses als hotels, que es va ce-

lebar fa pocs dies i inaugura oficialment la temporada als terrats d'aquests establiments. Podeu consultar el llistat dels més actius al web www.avistadhotel.cat.

Cinema a la fresca. Una altra opció és gaudir del cinema de terrats. *Terrados* és el títol de la pel·lícula que Demian Sabini va filmar a Barcelona amb només 12.000 euros i que mostra els terrats com a espais socials. En plena època del 15M i dels indignats, aquest film (<http://terradoslapelicula.com>), estrenat l'any 2011, narra la història d'uns joves a l'atur que, confosos i desmotivats per la situació laboral, passen per la ciutat entrant als terrats a l'atzar, on passen les hores sense encarar les seves preocupacions. El cinema és, així, una altra forma de descobrir els terrats de la ciutat. Un altre exemple és *Cerca de las estrellas*, de César Fernández Ardavín (1962), una pel·lícula que reflecteix el paper dels terrats com a espais de sociabilitat tot mostrant la quotidianitat d'un diumenge qualsevol d'una família obrera. Per la seva part, el Barcelona Plató Film Commission ofereix assessorament per a localitzar terrats on poder filmar (www.barcelonafilm.com).



OCIpèdia



ELS TERRATS DE PICASSO

El Museu Picasso mostra *Terrats de Barcelona*, que Pablo Picasso va pintar el 1903. En la seva segona estada a l'estudi del carrer de la riera de Sant Joan, l'artista va reprendre un tema molt freqüent des de la seva arribada a la ciutat: el paisatge de les teulades urbanes.



REDETEJAS

Existeix un projecte sense ànim de lucre, anomenat Redetejas (redetejas.org), que és una xarxa ciutadana de microespais culturals als terrats de les ciutats. Tot el projecte s'estructura a partir de trobades en els terrats amb activitats culturals.



CHRISTOPHER ALEXANDER

Aquest arquitecte austríac va crear el «lenguatge de patró». Assegura que «l'instint d'escalar als llocs alts des dels quals pots mirar cap avall i estudiar el teu món sembla ser un dels instints humans fonamentals» i que les ciutats tenen centenars de talaies: els terrats.



TRES GRANS PROTAGONISTES

Per poder organitzar un esdeveniment cultural en un terrat hi ha tres grans actors que es posen en contacte, sobretot, a través de les xarxes socials: l'amfitrió o propietari de l'espai, el públic assistent i l'artista convidat. En el cas dels espectacles organitzats per entitats com *Coincidències* hauríem d'afegir-hi, també, el propi promotor de l'activitat, que és qui capta els espectadors, l'artista i localitza el terrat.

L'AMFITRIÓ ▶ Obre la porta de casa seva a la cultura. El propietari del terrat està disposat a compartir una activitat cultural amb altre gent, que sovint no coneix de res. En aquest sentit, es crea una xarxa de ciutadania, al mateix temps que es promocionen valors culturals. Les actuacions s'organitzen dins els horaris permesos per evitar-se problemes.

L'ESPECTADOR ▶ Cultura a preus més assequibles. Les experiències culturals als terrats acostumen a ser molt més barates i, fins i tot, n'hi ha de gratuïtes. El públic gaudeix d'una perspectiva de la ciutat diferent i pot triar entre una àmplia varietat de gèneres, des del teatre a la poesia, passant per la dansa, la música o el cant.

L'ARTISTA ▶ L'opció de treure els artistes dels escenaris clàssics està en auge. Hi ha grups musicals que han optat per pujar a un terrat per organitzar concerts en petit comitè per presentar els seus darrers treballs. Sovint, sortir d'un teatre o d'una sala de concerts permet a l'artista connectar amb un públic nou. A més, la proximitat de l'espectador fa que pugui interactuar molt més amb l'artista en un terrat que en un escenari més gran.

100 QUILÒMETRES DE LITORAL I DIVERSIÓ A COSTA BARCELONA

Les platges de Costa Barcelona ofereixen un munt de serveis i activitats per disfrutar aquest estiu. També són l'escenari de celebracions tradicionals d'arrel popular, com la revetlla de Sant Joan o les cantades d'havaneres.



XAVIER CUEVA
ocicat@20minutos.es/twiter:@20m
20minutos

Ara que arriba l'estiu, les platges es converteixen en una de les principals destinacions turístiques i el principal lloc d'esbarjo de l'àmbit Costa Barcelona (inclou les comarques de l'Alt Penedès, Garraf, Baix Llobregat, Maresme, Vallès Oriental i Vallès Occidental), inscrit en la marca turística *Barcelona és molt més*, de la Diputació de Barcelona. Abasta més de 100 quilòmetres de litoral i un total de 25 municipis, on s'hi pot trobar una gran varietat de platges, adequades per a tot tipus de turisme. Per una banda, n'hi ha d'urbanes i amb una gran afluència de visitants, com les de Calella, Santa Susanna i Castelldefels. Aquests destins compten amb un comerç tradicio-

nal, amb mercats i fires, que se celebren periòdicament, així com nombroses zones comercials al centre de la vila. Per una altra banda, si un vol prioritzar la tranquil·litat i estar envoltat de la natura, també es pot gaudir d'altres platges o cales més petites i recòndites, com la de la Vinyeta, a Calella, o les del Garraf. En general, es caracteritzen per la seva excel·lència fins al punt que n'hi ha 10 que disposen de la Q de qualitat turística, mentre que 26 estan distingides pel Sistema Integral de Qualitat Turística en Destinació.

Així mateix, la majoria de les platges de la Costa Barcelona ofereixen diversos serveis per fer-hi l'estada més agradable. És el cas de les *biblioplatges*, unes biblioteques a l'aire lliure que formen part de la Xarxa de Biblioteques Municipals de la Di-

putació de Barcelona i que posen a l'abast dels banyistes contes, còmics, revistes, però també l'organització de jocs i tallers. D'altres també estan equipades per poder-hi practicar diferents esports, ja sigui a la sorra o a l'interior de l'aigua. Així, aquell que ho desitgi pot jugar a futbol platja, voleibol o amb paletes, tres de les disciplines més exitoses. Per últim, també n'hi ha que destaquen per oferir un servei gastronòmic de qualitat, on es pot menjar i beure contemplant el mar.

Però les platges de Costa Barcelona no només són un lloc per prendre el sol, banyar-se o jugar, sinó que també s'hi duen a terme altres tipus d'activitats relacionades amb les festes populars. Per exemple, molts pobles hi encenen les tradicionals fogueres de Sant Joan, on molts

veïns hi celebren la revetlla amb cava i coca, a més de tirar petards fins la matinada. Les platges també són sovint l'escenari escollit per a la cantada d'havaneres, un fet lògic si es té en compte que l'havanera va ser introduïda a Catalunya pels mariners que arribaven procedents de Cuba.

● ESTACIONS NÀUTIQUES

El litoral barceloní disposa de dues estacions nàutiques, a Santa Susanna i a Vilanova i la Geltrú. Les estacions nàutiques són un lloc ideal per practicar esport i fer diverses activitats relacionades amb el mar. Aquí, per exemple, es pot aprendre a practicar totes les modalitats de surf, un esport que sembla que ha tornat amb força en els darrers temps. A més, existeix la possibilitat de contractar paquets turís-

Castell de focs a la festa major de Premià de Mar (a dalt) i, a la pàgina 5, d'esquerre a dreta, es poden veure imatges de la Roca Groossa, a Calella; la platja de la Ribera de Sitges, el Port de Mataró, la base nàutica de Pinera i, a sota, les catifes de flors de Sitges.

FOTOS: GONZALO SANGUINETI / JOSEP CANO / DIPUTACIÓ DE BARCELONA



a Cubelles. En el cas del tram entre Sitges a Castelldefels, degut al terreny més abrupte, aquests camins de ronda es troben més al interior, però ofereixen igualment unes vistes i uns paisatges espectaculars.

● DESTINACIÓ DE TURISME ESPORTIU

La Destinació de Turisme Esportiu (DTE) és una marca que atorga la Generalitat de Catalunya a aquells municipis que ofereixen recursos i serveis d'alta qualitat per a esportistes d'elit, professionals, amateurs i a tothom que vulgui dur a terme activitats esportives. A la costa de Barcelona n'hi ha tres DTE, concretament, a Ca-

21 platges

de la costa de les comarques de Barcelona **tenen bandera blava**, un distintiu que certifica la seva qualitat ambiental i de les instal·lacions.

lella, Santa Susanna i Castelldefels. Així mateix, al llarg de la costa hi ha nou ports esportius on es poden fer activitats nàutiques, a banda de nombrosos clubs nàutics. Es pot ampliar la informació de la Destinació de Turisme Esportiu al web www.act.cat/programes/dte.

● ALLOTJAMENT

Costa Barcelona disposa d'una àmplia oferta d'establiments i serveis turístics, ja sigui a primera línia de mar o bé en un entorn més tranquil a l'interior, però sempre ben comunicat. Els visitants es poden allotjar en hotels davant mateix de la platja, en apartaments o en càmpings. Però això no és tot, també tenen l'opció de triar entre la diversa oferta de turisme rural.

+ Propostes a:

www.barcelonaesmoltmes.cat

[Twitter](#) [Instagram](#) [Pinterest](#) [@bcnmoltmes](#)

[Facebook](#) [BarcelonaEsMoltMes](#)

tics que inclouen activitats, allotjament i altres serveis. A Pineda de Mar també hi ha una base nàutica molt completa per a petits i grans. D'altra banda, si es vol pescar, es poden llogar a diversos establiments llaüts o embarcacions per fer-ho a mar obert. Es pot trobar més informació sobre les activitats a les estacions nàutiques al seu web www.encatalunya.cat.

● CAMINS ARRAN DE MAR

Els antics camins agraris que envolten les platges s'han convertit en els darrers anys en vies de costa per on caminar, passejar o anar en bicicleta. Se'n poden trobar fonamentalment a les platges des de Malgrat de Mar fins a Castelldefels. Al Garraf, on el terreny és més rocós i escarpat, hi ha camins de ronda arran de mar, de Sitges fins

FESTES POPULARS DURANT L'ESTIU



Durant el període estival, molts pobles de la costa barcelonina celebren diverses festes de caràcter tradicional. Es tracta d'unes celebracions que formen part de la cultura del país i que permeten als ciutadans que hi participen trencar amb la quotidianitat del dia a dia. La majoria responen a una tradició immemorial, però també n'hi ha que s'han establert més recentment.

REVETLLES. Les revetlles de Sant Joan marquen l'inici de l'estiu amb les fogueres, els petards, la coca i la música. Tenen lloc la nit del 23 de juny, moment en què es produeix el solstici d'estiu. La nit de Sant Joan és la més curta de l'any, però també la més sorollosa i màgica. Molts pobles de les comarques de Barcelona, sobretot els costaners, organitzen grans celebracions, que molts cops coincideixen amb la seva Festa Major. És el cas dels municipis de Vilassar de Mar, Teià, Montgat, Sant Pol de Mar o la Pineda de Mar.

CATIFES DE FLORS. Coincidint amb la festivitat de Corpus, molts pobles i ciutats adornen els carrers i places amb catifes de flors donant com a resultat espectaculars dibuixos. Les de Sitges i La Garriga són molt famoses, però també se'n poden trobar a d'altres poblacions, com Arenys de Munt, Sant Andreu de Llavaneres i Sant Pol de Mar. A Canet de Mar, les parelles casades durant el darrer any, organitzen la festa de les Enramades o de les Bredes.

LA FESTA DELS PIRATES. El temut pirata Omar arriba cada juliol a Premià de Mar per conquerir la vila i dominar-la sota els efectes de la festa i la disbauxa. Els premianencs, però, amb l'ajuda de Sant Cristòfol, recuperaran el control del poble i n'expulsaran el pirates. També s'organitzen festes semblants en d'altres indrets, com per exemple Castelldefels o Badalona.



OCIPèdia

SARDANES
Dansa popular considerada el ball nacional de Catalunya. Hi ballen homes i dones agafats de les mans formant una rotllana i puntejant amb els peus els compassos de la cobla. Es va

popularitzar a finals del segle XIX amb les innovacions introduïdes per Pep Ventura.



SOLSTICI D'ESTIU
Indica l'inici de l'estació de l'any corresponent a

l'estiu. Físicament, correspon al moment en què l'eix de rotació de la Terra es troba més pròxim a la direcció Terra-Sol.



CORPUS DE FLORS
Molts pobles i

ciutats encatifen amb flors els carrers per on ha de passar la processó de Corpus i el seu seguici festiu. D'aquesta manera, es vol imitar el que succeeix en aquesta època a la natura, que s'omple de flors.

El Bosc Vertical de Can Mateu, a Vilanova de Sau, inclou túnels, tirolines i passos bellugadissos.
FOTOS: FUNDESPLAI



CASES DE COLÒNIES EN FAMÍLIA

Anar a cases de colònies ja no és només cosa de nens, sinó que atreu a famílies senceres a l'estiu ● Un dels avantatges és el preu, amb pensió completa, però també els equipaments, com la piscina, i les activitats guiades

ÀNGELS MENA
ocicat@20minutos.es/twitter:@20m
20minutos

El boom de les cases de colònies per a vacances d'estiu familiars ha coincidit amb l'esclat de la crisi econòmica. Una de les raons és la política de beques de les entitats promotores, de caràcter social i educatiu, i una altra són els preus més assequibles (una setmana amb tot inclòs pot sortir per menys de 130 euros per persona) lligats a l'àmplia oferta d'equipaments de lleure.

Un exemple és Fundesplai (www.fundesplai.org), que organitza aquest tipus de



vacances en família per tercer any consecutiu al mes d'agost. Per 516 euros, dos adults i dos menors de fins a 16 anys poden gaudir d'una estada d'una setmana, amb pensió completa, piscina, activitats diàries guiades per educadors i ús exclusiu d'habitacions per cada grup.

Entre les cases on es pot fer una estada hi ha Can Mateu, Els Porxos, la Cinglera i El Company (totes quatre a Vilanova de Sau, Osona); Mas Cabàlies i Roques Blanques (Pirineu); Can Massaguer i la Traïna (Montseny); El Molí (Vallès Occidental); Cal Ganxo (Garraf) i Can Santoi (Collserola). També en els albergs de la Rectoria de la Selva (Solsonès); Viladoms de Baix (Bages) o Cal Pons, a Puig Reig (Berguedà). La majoria disposen de piscina i estan totalment adaptades per a persones amb problemes de mobi-

litat. De cara a acollir famílies, bona part de les habitacions compten amb bany propi, a diferència de les cases més pensades per a les colònies escolars.

● COM ÉS UNA ESTADA EN FAMÍLIA?

Objectiu: descansar. Passar uns dies en família en una casa de colònies proporciona l'oportunitat de fer unes vacances on desconectar de la rutina, conivir pares i fills d'una forma més distesa i no preocupar-se de cuinar, netejar, ni de



cap altra tasca domèstica quotidiana. A més, la família pot compartir activitats divertides amb altres famílies, gaudir de la natura i descobrir tots els seus secrets gràcies als equips d'educadors ambientals i conèixer el país a través de les excursions a peu o visitant els pobles.

Els horaris. Durant les colònies en família ningú s'avorreix. L'únic que cal recordar són els horaris dels àpats: esmorzar a les 9 h; dinar, a les 13.30 h; berenar, a les 16.00 h, i sopar, a les 20.30 h. A partir d'aquí, cada família decideix què vol fer. Les estades són a pensió completa. Per tant, l'únic del que s'han de preocupar pares i fills és de seure a taula i gaudir dels àpats en bona companyia.



Els tallers. A les cases de colònies, les famílies poden gaudir de tot un programa d'activitats conduïdes per monitors, com ara aprendre a fer pa. També són escoles de natura en les que, de la mà dels educadors ambientals, es pot fer la descoberta de l'entorn.

Activitats lúdiques. Un dels equipaments més apreciats per a les vacances són les piscines. A l'agost, amb tanta calor, ve molt de gust una bona remullada en família. Per això, la majoria de cases de colònies en tenen, igual que ofereixen d'altres espais de joc i per fer esport, com



un partidet de futbol. Sovint, també hi ha rius propers on capbussar-s'hi.

Aventures. Les cases de colònies estan en espais d'especial interès ambiental amb un munt de rutes i passejades per descobrir-los. Els monitors organitzen itineraris guiats i activitats d'aventura, com ara un passeig amb piragua.

Fer amics. Com que hi ha espais comuns i més famílies, aquestes vacances són una bona oportunitat per fer amics.

FEM UN SELFIE?



«EL DESCANS ÉS EL QUE MÉS ES VALORA»

ESTHER ARMENGOL
RESPONSABLE COMERCIAL

«El preu és molt ajustat, però el que més valoren les famílies és que es tracta d'un model de vacances que els permet descansar i, alhora, fer un munt d'activitats amb altres famílies que també tenen fills i filles».



«ENS PODEM FER CÀRREC DELS FILLS»

CRISTIAN RUIZ
EDUCADOR

«Cada matí i cada tarda organitzem activitats per a tota la família: des de tallers de descoberta dels ocells, aprendre a fer pa o una gimcana per un bosc vertical. Però, si els pares volen descansar, nosaltres ens fem càrrec dels fills».



«HI HA ACTIVITATS PER A CADA EDAT»

VANESSA GONZÁLEZ
MONITORA FÍSICO-ESPORTIVA

«Piragües, bicicletes, excursions, tir amb arc... Es poden fer tot tipus d'activitats. La nostra tasca és acompanyar cada família i oferir-los l'activitat més adequada segons les edats i les preferències de cada grup».



«FEM CUINA MEDITERRÀNIA»

GLÒRIA GARCIA
CUINERA

«Fem cuina mediterrània, amb menús elaborats per dietistes i tenint molt en compte les necessitats o possibles intoleràncies de cada persona. Però allò que es valora més és passar una setmana sense comprar, cuinar o rentar plats!»



OCIpèdia

CAMPANYA DE BEQUES

Fundesplai calcula que la demanda de beques per anar de colònies serà enguany un 25% superior i també preveu un augment en la demanda de centres socials durant el mes d'agost amb la finalitat de garantir l'atenció i l'alimentació de nens que es troben en situació de risc. El lema és *Un estiu per a tothom*.

RESERVAR UNA ESTADA

La manera de reservar una estada en família a alguna de les cases de colònies de Fundesplai és ben senzilla. Es pot fer trucant al número de telèfon 902 10 40 30 o a través del web de la Fundació, (fundesplai.org), on hi ha tota la informació.

Parada i fonda  A la carta

INTENZ
DIAGONAL

Festival de gastronomia, oci i moda

Proposta: Festival de moda, gastronomia, cultura i oci i espectacle artístic.

Quan? El 19 de juny, de les 20.00 hores a les 02.00 hores.

On? Avinguda Diagonal, entre els carrers Joan Güell i Entença.

Informació a: www.intenzdiagonal.com.



Cultura i gastronomia amb espectacles. La nit del 19 de juny el circ es marida amb altres expressions culturals, el comerç, la gastronomia i la moda a la Diagonal en la segona edició d'Intenz Diagonal by The Shopping Night Barcelona. Els promotors de la iniciativa prometen «l'espectacle més *intenz* del món», amb un programa d'activitats que s'aniran repartint per l'avinguda Diagonal, entre els carrers Joan Güell i Entença. Aquest circ nocturn i noctàmbul portarà fins allà a faquirs, equilibristes,

Més de 200 establiments obren la nit del dia 19 i ofereixen sortejos, workshops, photocalls, música, compres i copes

quest eix comercial de la part alta de la capital catalana. Hi tenen una participació especial els centres comercials L'Illa Diagonal i Pedralbes Centre, així com de l'eix de Comerç de Proximitat de Les Corts i Roca Barcelona Gallery. L'epicentre de la festa a L'Illa serà l'escenari central de la Plaça Anglesola, on hi haurà actuacions de Dj's de les 20.00 a les 02.00 hores. També cantarà Halldor Mar (22.00 h), un islandès afincat a Catalunya que al seu nou àlbum *Winds* fa versions molt personals de temes del moviment de la Nova Cançó catalana.



Tastets

Le Cirque Intenz és un xou de més de cinc hores en viu protagonitzat per desenes d'artistes professionals del circ repartits per

cinc escenaris diferents de la Diagonal.

El cartell oficial de la cita és obra de Robert Llimós,

pintor del moviment artístic de la Nova Figuració (1965-1968). Ha introduït extraterrestres amb elements típicament circenses.

El restaurant a casa

ROSCOS DE L'ÀVIA



INGREDIENTS

- 700 g de farina ● 5 ous ● 9 cullerades d'oli (fregiu una escorça de pa) ● 200 g de sucre ● 1 o 2 llimones ● 12 cullerades de llet ● 1 sobre de llevat Royal



ANA MALDONADO

Envia'ns a ocicat@20minutos.es la teva recepta preferida, amb la fitxa dels ingredients i l'explicació de com l'elabores a casa teva. No t'oblidis d'incloure-hi la teva fotografia a la cuina i una imatge del plat un cop ja el tens enllestit.

PREPARACIÓ:

Aquesta proposta de rebosteria és un exemple de com podem mantenir vives les tradicions familiars de generació en generació. En aquest cas, us presento una recepta que ha passat d'una mà a l'altra: els *roscos de l'àvia*. Es tracta d'un dolç que va molt bé per acompanyar amb una tassa de café o de te, ja sigui després de dinar, per esmorzar o, a mitja tarda, per berenar. Us explico com podeu elaborar-los. Primer de tot, es preparen les clares a punt de neu. Se li tiren els rovells, es baten i es posa l'oli (sense el pa). Hi afegim el sucre i la llimona. A continuació, hi posem també l'escorça ratllada, la llet i el llevat (tot ben batut) i, per últim, la farina tamisada. Tot el procés el fem a poc a poc, fins que es faci una massa. Els *roscos* es fan amb les mans, és a dir, agafem la pasta que hem creat i els hi donem forma arrodonida amb els dits. És preferible que no ens surtin gaire grossos ni gaire gruixuts, més aviat com si fossin cigarrets que s'uneixen per les puntes. Un cop els anem tenint ja amb la seva forma de rosquilla, els anem fregint en abundant oli a una temperatura mitjana. Després, els passem pel sucre per tal que s'hi quedi adherit en la superfície i els deixem refredar. Una vegada veiem que ha passat un temps prudencial, ja ens els podem menjar. Desitjo que us aprofiti, ja que puc donar fe que aquests *roscos de l'àvia* són molt bons.

HARD ROCK
CAFÉ

Hamburguesa amb molt de ritme

Hard Rock Café ofereix hamburgueses acompanyades de música en directe i l'exposició d'objectes per als melòmans.

Recomanem la Legendary Burger.

On? Plaça Catalunya, 21. www.hardrock.com/cafes/barcelona.



Hard Rock Café Barcelona celebra el 43è aniversari de la cadena de restaurants d'hamburgueses. Entre els seus plats hi ha l'hamburguesa HRC, les costelles Roadhouse o el BLT Original. Amb el pas dels anys, Hard Rock s'ha fet un lloc com a un dels locals més emblemàtics del centre de la ciutat. Entre les seves propostes culinàries hi ha des d'amanides fins a sandvitxos, sense oblidar el seu *barbecue combo* o les seves variades hamburgueses, com la Fiesta, la Classic o la Tango.

LES MOLES

Alta cuina entorn el Delta de l'Ebre

Creacions gastronòmiques molt lligades al territori.

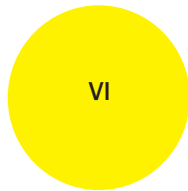
Recomanem el llobarro salvatge amb angules fetes de calamar i caviar fet de la tinta del calamar.

Ctra. La Sénia, Km. 2. Ulldecona. www.lesmoles.com

Preu mitjà: 40 euros.

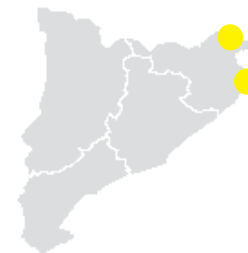


El xef Jeroni Castell va començar a la cuina tard, tenia 30 anys, i, com aquell que diu, per casualitat. Ara, gaudeix del reconeixement d'una estrella Michelin en el restaurant Les Moles, on la seva esposa, Carmen, porta la sala i el celler. La seva aventura es va iniciar el 5 de desembre del 1992 i, avui, són un punt de referència de la cuina a la zona del Delta de l'Ebre. De fet, la seva carta està plena de referències als productes de la terra i del mar més propers, com la Llanda d'Ulldecona feta amb popets.



DO EMPORDÀ

La gamma de vins de l'Alt i Baix Empordà és molt àmplia. Hi trobem negres de qualitat elevada amb cos, ben constituïts i harmònics; blancs frescos i saborosos; rosats de color cirera amb personalitat i aromes delicades, i vins dolços: la Garnatxa i el Moscatell de l'Empordà. El tret climàtic és el fort vent del nord, la Tramuntana, que bufa a més de 120 km/h i d'efectes beneficiosos per a la vinya. El vinyar és sobretot antic, amb vinyes de més de 30 anys, fet que afavoreix la producció d'un vi de gran qualitat (www.doemporda.cat). La Federació de Cooperatives Agràries de Catalunya n'ha fet aquesta selecció.



CLOS DE LES DÒMINES

Vi d'alta concentració i de complexitat aromàtica amb records de torrats i vainilles sobre un fons de fruita madura confitada molt elegant. Ideal per a carns vermelles, estofats, aus de corral i formatges. **Celler Cooperatiu d'Espolla.** www.cellerespolla.com



GARNATXA ESPOLLA

Color àmbar. Aroma de fruita confitada i records de mel i herbes mediterrànies. Bon equilibri entre dolçor i acidesa i un postgust llarg que convoca a repetir. Per a postres, gelat de vainilla, rebosteria... **Celler Cooperatiu d'Espolla.** www.cellerespolla.com



DOLÇ DE GERISENA 2005

Color profund que recorda a la xocolata amb matisos vermells. Boquet intens i amb molta complexitat. La seva persistència és extraordinària. Ideal per a xocolates, fruits secs, formatges... **Cooperativa de Garriguella.** www.cooperativagarriguella.com



GERISENA SELECCIO 2012

Color cirera picota amb reflexos violacis. Aromes a fruites vermelles de bosc amb notes balsàmiques, regalèssia i pebre. En boca, rodó i equilibrat. Ideal per a formatges, embotits i carns vermelles. **Cooperativa de Garriguella.** www.cooperativagarriguella.com



SINOLS GARNATXA

Vermell teula amb tons daurats. Amb aromes amb fruites fresques, confitades i cuites al forn, amb caramel i confitura. Sabor final intens, persistent. Bon vi dolç, natural, combinat amb diferents postres i fruits secs. **Empordàlia.** www.empordalia.com



SINOLS NEGRE 2013

Denota la fermesa de la vinya. Vermell intens amb tons moradencs. Aromes potents de fruites i espècies: móra, pruna, coco, vainilla, regalèsia. Ideal per a carn, guisats, *platillos*, peix blau, garotes i formatges semicurats. **Empordàlia.** www.empordalia.com

Ohtels!

CARA RENOVADA PER A UNA ALTRA JOIA MODERNISTA

HOTEL SIXTYTWO

Una inversió de 80.000 euros ha permès la rehabilitació de la façana modernista de l'edifici que acull aquest hotel, una obra protegida entre La Pedrera i la Casa Batlló. Es tracta d'un establiment hotelier de 4 estrelles situat en un elegant immoble que data de l'any 1897 en ple Passeig de Gràcia.

45 habitacions ● Cocktail Lounge d'ambient tranquil i cosmopolita ● Business Center ● Pg de Gràcia, 62, Barcelona ● Telf. 93 272 41 80 ● www.sixtytwohotel.com

«**Vam tenir una curta estada a Barcelona i no vam poder haver triat millor hotel. Excel·lent ubicació, a pocs passos d'una estació del metro i molt a prop de les icones gaudinianes de la Casa Batlló i La Pedrera. El personal és molt amable.**» Normys123 (Puerto Montt, Xile) ● «**Lloc cèntric, especial, diferent, amb ambient casual-familiar-autèntic-professional.**» Maria B. (Reus) ● «**Molt bon esmorzar, les habitacions, la ubicació, el corner free, les amenitats.**» Vicentetxea (Bilbao).



Shopping per...

+Barcelona

'OUTLET GARAGE'

Desigual ha inaugurat al centre comercial Barnasud el primer *outlet garage* de Catalunya. L'espai està ubicat al passadís central del centre i s'inspira en el taller d'un artista que acumula objectes per ser reconvertits en objectes d'art. Progrés, 69, Gavà. www.barnasud.com



Comarques

AROMES DE COSTA

La xarxa de perfumeries *low cost* Son Tus Aromas, amb franquícies a Barcelona, s'expandeix a la Costa Brava amb l'obertura de la seva primera botiga a Lloret de Mar. Darrere hi ha la jove emprenedora Laura Fernández. Lloret de Mar. Compte Ramon Borrel, 7-9 local 4. www.sontusaromas.com

BarcelonaDC

'ALTER EGOS' EN 3D

Acaba d'obrir la primera i única botiga de Barcelona que fa miniatures de persones en

tres dimensions amb figures idèntiques al destinatari. La iniciativa parteix de l'emprenedor Jorge Montoya, i permet miniaturitzar a persones, animals o objectes. Per obtenir la reproducció mini es fa servir un escanejat de la persona, postproducció digital i impressió 3D. Hi ha 5 mides de reproducció tridimensional, de mini (99 euros) a maxi (270 euros). La botiga també ofereix el servei de retoc: variacions en les figures per canviar postures o afegir accessoris o mascotes. Labs 3D. Ample, 12. Barcelona. www.labs3d.com

Fet a mà  Oci creatiu

PAS A PAS

La Lúdia de Conesa (carrer Petritxol, número 10, Barcelona) ens ha preparat aquest tutorial amb papers de la col·lecció One Way d'Studio Tekturek, amb dissenys amb motius molt viatgers, però cadascú pot triar els papers que més li agradin. L'important és que personalitzeu la vostra llibreta. MENTA VENTURA



1 **Preparem el material que necessitem.** En aquest cas, per fer la nostra llibreta de viatge ens calen tres papers d'*scrap*, deu fulls de paper i una cartolina blanca DIN A-4, el plegador, una eina de tall (guillotina o cúter), cola, fil i agulla.



2 **Tallem el paper.** Hem de fer els talls en el paper que hem triat per tal de decorar la tapa a 24x16,5 cm i, la cartolina, la tallem a 24,5x17 cm. Tot seguit, amb el plegador, marquem un lloc de 2 cm. Encolem el paper a la cartolina.



3 **Els papers blancs.** A continuació, tallem els papers blancs de DIN A-4 i la resta de papers d'*scrap* a 22x16,5 cm. Llavors, els pleguem per la meitat amb el plegador i els agrupem per tal de poder formar dos quadernets.



4 **Tracem dues línies verticals a l'interior del lloc.** Tot seguit, a cada línia, hem de fer un forat a dalt i un altre a baix. D'aquesta forma, amb aquesta operació ens quedaran dos forats a la part superior del lloc i dos, a l'inferior.



5 **Fem dos forats als quadernets (un a dalt i un a baix).** Hem de tenir en compte que hem de fer els dos forats de manera que coincideixin amb els que hem fet a les línies. Després, cosim un quadern en una de les línies, i l'altre, en l'altre.

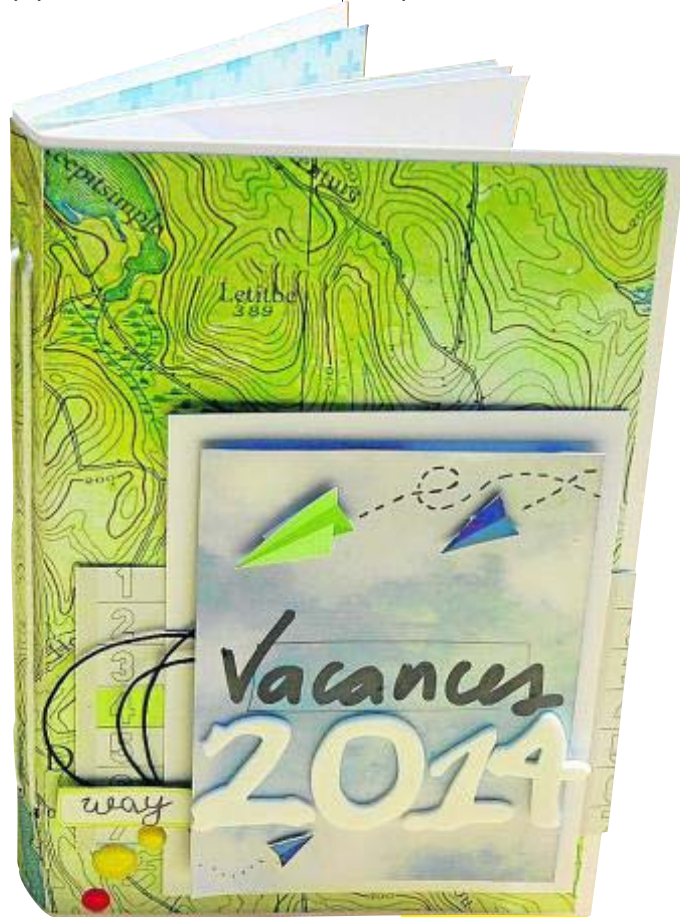


6 **Ara arriba el moment més creatiu.** En aquest punt, cadascú pot decorar la llibreta de viatge segons els seus gustos. La Lúdia, per exemple, ha optat per posar-hi unes etiquetes molt vistoses, on s'hi pot llegir *Vacances 2014*.

PAS A PAS

LLIBRETA DE VIATGE

Què és una bossa de viatge sense una llibreta on poder anotar tot allò que anem vivint i descobrint? I què millor que portar-ne una de personalitzada feta per un mateix? Avui, us expliquem com fer la vostra llibreteta.



UN MATERIAL

Papers amb sentiments. Desde el corazón és el nom de la darrera col·lecció creada per Alcía, de Collage de Memòries. S'ha inspirat en l'amor per dissenyar sis papers que transmeten, cadascun d'ells, diferents sentiments, com emoció, dolçor o tendresa. Ha utilitzat



colors molt versàtils, com el blau, el marró o el beix, que serveixen tant per elaborar projectes femenins com masculins. Entre els motius impresos, hi ha cors, estrelles,

tops, quadrícules... i també paraules en castellà. Es tracta d'uns papers molt pràctics que combinen entre ells i que tant poden servir com a bàsics com per lluir en un projecte.



OCIpèdia

BRADS
L'anglès és l'idioma de l'*scrapbooking* i és habitual el seu ús, com amb els brads. Són les rebladures de tota la vida (*remaches*, en castellà). Això sí, les marques n'ofereixen de tots els colors i formes, i són detalls clau per decorar projectes o fixar-hi elements.

LA PROPOSTA

Mercat de segona mà. Scraphouse ha importat un fenomen que està triomfant als Estats Units, els mercats d'*scrap* amb materials de segona mà. El proper se celebra del 25 de juny al 3 de juliol a la botiga. Es tracta de vendre i

comprar eines, segells, papers, cintes... tot allò que un ja no utilitza, però que algú altre pot aprofitar. Els participants marquen els preus dels seus productes i Scraphouse gestiona el cobrament. Els diners que cadascú obtingui es bescanvien per productes nous de la botiga. Scraphouse (Notariat, 9, Barcelona) <http://scraphousebarcelona.blogspot.com.es/>

Agenda de tallers

● DÉCOUPAGE

CROMATISMES

Aurea Stelle ensenya les tècniques bàsiques del *découpage* perquè els assistents puguin atrevir-se, després, a folrar qualsevol objecte o moble. En el taller es decorarà un cèrvol i una caseta d'ocells. On? Cromatismes (Travessera de Gràcia, 144, Barcelona); Quan? 21 de juny, a les 11 h. <http://www.cromatismes.com/>

● BRODAT ELECTRÒNIC

MOB

Cristina, d'Oh!Villo, mostra com introduir LEDs a les labors tèxtils, en aquest cas, un brodat de feltre amb un bastidor. On? MOB (Makers of Barcelona) (Bailén, 11, Barcelona); Quan? 22 de juny, a les 16 hores. <http://www.mob-barcelona.com/>

● MÀQUINA DE COSIR

LIANA TALLERS

No tens ni idea de com utilitzar una màquina de cosir? Aquest taller parteix des de zero i t'acaba ensenyant a decorar una bossa. On? Liana Tallers (C/ Perpetuo Socorro 10, baixos (Poble Sec) Sitges) Quan? 20 de juny, a les 17 hores. <http://www.lianatalers.com>

● TRANSFERÈNCIES

BLOKUM

Esther Segura-Illa ensenya com traspasar una imatge a una superfície. On? Blokum (Mallorca, 144, Barcelona) Quan? 20 de juny, a les 16 hores. www.blokum.es/

● CAIXA PARÍS

CREAT

La Torre Eiffel és la protagonista d'aquest projecte molt *vintage* que va a càrrec de les dissenyadores d'Scrapgourmand. On? Crea't (carrer del Carme, 45, Girona) Quan? 21 de juny a les 10.30 h i 16 hores. <http://creatgirona.blogspot.com.es/>

● ESTAMPACIÓ-PLASTIDECORS

COSTURETAS SOCIAL CLUB

Pots reciclar una peça de roba tacada o antiquada en aquest taller, que ensenya una tècnica molt fàcil i resistent d'estampació. On? Costuretas Social Club (Verdi, 81, Barcelona); Quan? 20 de juny, a les 18.30 h. <http://www.costuretas.com>

● ÀLBUM SWEATHEART

EL DESVÁN DE CARLOTA

Aquest taller, molt *vintage*, ensenya moltes tècniques de l'*scrapbooking* per elaborar un àlbum en forma de cor essencialment romàntic. On? El Desván de Carlota (Calaf, 10, Barcelona); Quan? 20 de juny, a les 16.30 h i 21 de juny, a les 10.30 h. <http://eldesvandecarlota.blogspot.com.es/>

● MIXED MEDIA

CHATÊLET DU MEMORIES

Què és el *mixed media*? Aquest taller t'introdueix en aquesta tendència sobre tela. On? Chatêlet du memories (Dos de maig 229, Passadís B Botiga 34 dels Encants Nous, Barcelona) Quan? 21 de juny, a les 10.30 h. <http://www.chatelet-du-memories.es/>



NO TAN
PETITS

FALLES D'ISIL

Proposta: Les Falles d'Isil, una tradició del Pallars Sobirà de la nit de Sant Joan. És una Festa Patrimonial d'Interès Nacional.

Quan? El 23 de juny.

On? Isil (Pallars Sobirà). Petit poble del nord del municipi de l'Alt Àneu, a 1.161 metres d'altitud, quasi a tocar de França. www.fallesdisil.cat.



La cerimònia més ancestral del foc enlluerna els boscos del Pirineu la nit de Sant Joan

La tradició pirinenca està lligada a les flames. La població d'Isil, al Pallars Sobirà, celebra la nit de Sant Joan amb Les Falles, una celebració autòctona declarada Festa Patrimonial d'Interès Nacional des del 2010. Aquesta cerimònia de foc d'origen ancestral se celebra coincidint amb el solstici d'estiu des de temps immemorials. Aquest culte pagà al foc consisteix en la baixada per la muntanya de troncs encesos, que es passegen fins al centre del poble en un ritual bell i sorprenent. Aquesta tradició atreu fins al poble pirinenc

d'Isil a milers de persones. Els preparatius comencen a principis del mes de maig quan els fallaires pugen al bosc i escullen els pins que tallaran. Els troncs, d'un metre i mig, s'asclen. I s'omplen les esquerdes de la fusta amb cunys també de fusta. Els fallaires fan posteriorment la plantada. Reunits en grups de 20 o 25 troncs, els posen en posició vertical al voltant d'una falla central. La Falla Major es talla el mateix dia 23 de juny. Acostuma a ser un pi sencer de gran alçada que, un cop pelat i asclat es planta a la Plaça Major d'Isil.

Tingues en compte

▶ SENYAL DE LA CREU AMB LA FALLA ENCESA.

La primera parada de la comitiva és al cementiri d'Isil, on es fa un senyal en forma de creu amb la punta de la falla encesa. Un possible significat és el culte als morts i a tots els que en el passat van participar en la festa. De camí a la Plaça Major, es van saltant les fogueres que es troben pel camí.

www.fallesdisil.cat.

▶ LA GRAN FOGUERA.

Quan els fallaires arriben a la Plaça Major llencen totes les falles creant una gran foguera al voltant de la qual ballen el Ball de Bastons, el Ball Pla i la Bolangera.

www.patrimonifestiu.gencat.cat.

Al voltant de les set de la tarda, els fallaires van a buscar les falles i les porten a l'esquena fins al Faro. Allà s'ubica la foguera que més tard es fa servir per encendre les falles. La primera que s'encén en fer-se de nit és la Falla Major i serveix de senyal perquè els fallaires baixin els troncs enmig de la muntanya, ja encesos. Una hora després d'aquesta processó ritual arriben fins a una clariana que es troba a la part més elevada del poble. Petits i grans fallaires, presents i futurs, són rebuts per les fadrines amb un got de vi, un tros de coca i un pomot de flors. Aquí comença el recorregut pel poble amb la Marxa dels Fallaires com a melodia de fons.

Què passa si...



XAVIER GARCIA

Director del servei
terapèutic de l'Associació
Cel Obert (933116905)

«...EL MEU FILL NO RESPON ALS CÀSTIGS»

De vegades, quan el nostre fill o filla fa alguna cosa que no tolerem, ens surt un automàtic que ens demana un càstig, «perquè n'apregui», i, si això ens passa sovint, vol dir que el nostre fill així no aprèn. I continuem aplicant una estratègia que serveix només per descarregar la impotència davant el que no controlem i deixem més tranquil·la aquella veu que ens diu: «que no et prengui el pèl, un bon pare ha de dominar al seu fill». Si una mateixa escena es repeteix, hem de revisar com afrontar-la. A la consulta escolto frases

QUANS ENS ENFRONTEM AL NOSTRE FILL, LI DETERIOREM L'AUTOESTIMA I, A MÉS, NO LI REPORTA CAP APRENENTATGE

com «li he dit quaranta vegades i no fa cas». I jo penso que li hauré de dir una altra cosa o bé d'una altra manera. Podem mirar d'aplicar noves estratègies: no és el mateix un «recull l'habitatge o no veuràs la tele» que «quan acabis de recollir, posarem la tele». En el primer cas amenacem amb un càstig una acció que encara no s'ha produït. En el segon, confiem en què el nostre fill pot aconseguir-ho, no ens posem en front d'ell, ens sentim del seu equip, compartint l'objectiu que vegi la tele i, si cal, li oferim ajuda. Si no ho aconseguim, veurà que ens sap greu i podrem pactar com ho podem fer el proper dia. És possible que necessiti el nostre suport. Quan ens situem al costat d'ell, fem que se senti acompanyat i l'ajudem a afrontar l'èxit i el fracàs. Passem d'un «ets un desordenat» a un «avui no ho hem aconseguit». Quan ens posem en front d'ell, malgastem massa energia en una escalada d'enfrontament que deteriora la seva autoestima i no li reporta cap aprenentatge.

Oci sense barreres...

● VISITA ADAPTADA

El Museu Blau organitza visites adaptades per a persones amb diferents discapacitats de tipus visual. Aquesta ruta d'introducció al museu planteja un recorregut didàctic per l'exhibició de referència del Museu



Blau, *Planeta Vida*, centrant-se en el bloc expositiu *La Terra avui*. La visita es fa amb dos educadors i un guia-acompanyant.

L'activitat és gratuïta, inclòs un acompanyant per persona, i els grups són de 8 persones. Quan? Dimarts, 24 de juny.

Gratuït. A partir de les 11.00 hores. Cal reservar primer al telèfon 93 256 22 20. On? Museu Blau. www.museuciences.cat.



PETITS

AL CINEMA AMB EL NADÓ

Proposta: Projectió del film *A 20 Pasos de la Fama* en versió original amb subtítols en llengua castellana.

Quan? Diumenge, 22 de juny, a les 12.00 hores.

On? Cinema Retiro-Prado de Sitges (Carrer Àngel Vidal, 17). Web: www.cineclubsitges.com.



Cinema per a pares, mares i infants de fins a 2 anys. Cineclub Sitges presenta el diumenge, dia 22 de juny, la primera sessió adaptada per a veure cinema amb nadons de fins a dos anys. La projecció especial (amb llum i so atenuats) tindrà lloc al Cinema Prado i la sala comptarà amb una zona habilitada per poder canviar els bolquers i per deixar-hi cotxets, cadiretes i d'altres accessoris infantils. No tenir cangur no serà excusa, doncs, per no anar al cinema a veure *A 20 Pasos de la Fama*.



GRANS

AIGUA DEL PASSAT

Proposta: Conèixer el Museu de les Aigües amb una passejada tranquil·la per les instal·lacions.

Quan? Fins al 27 de desembre del 2014. Preu: 41 euros per grup. Reserves al tel: 933 423 536 /38.

On? Carretera de Sant Boi, 4-6, de Cornellà. www.museuagbar.com.



Quan l'aigua es mesurava en plomes. El Museu de les Aigües programa aquesta activitat per a gent gran sobre els usos de l'aigua ahir i avui. La visita té una durada de dues hores i permet descobrir el museu d'una manera diferent i més pausada. Els records dels visitants entorn els canvis en l'abastament d'aigua d'una ciutat s'evocuen amb fotografies antigues de la vila de Cornellà de Llobregat i del seu entorn i amb reproduccions d'objectes de la col·lecció del museu.



18 JUNY / 25 JUNY: AGENDA D'ACTIVITATS

DIMECRES 18

CINEMA

'LA BATALLA D'ARGEL'

La Filmoteca de Catalunya projecta la pel·lícula *La battaglia di Algeri* (*La batalla d'Argel*) del 1966. El film és gairebé un documental sobre la lluita d'alliberament nacional del poble algerià contra la dominació francesa. Està basat en les memòries d'un dels protagonistes del metratge, en Saadi Yacef, que les va escriure a la presó després de servir com a líder del Front d'Alliberament Nacional (FAN). La cinta es va endur el Lleó d'Or al Festival de Venècia. **BARCELONA.**

Filmoteca de Catalunya. Pl. Salvador Seguí, 1. A partir de les 18.30 hores. Preu: 4 euros. Més informació: www.filmoteca.cat.

DIJOUS 19

ESCENA

'BESOS' DE CARLES ALBEROLA I ROBERTO GARCÍA

El centre cívic Sant Jordi-Ribera Baixa d'El Prat rep *Besos*, el text de Carles Alberola i Roberto García, sota direcció d'Àngel Roldán i María Donoso. La interpretació va a càrrec dels alumnes del taller *Creació d'un espectacle* i va adreçat al públic tant jove com adult. **EL PRAT DE LLOBREGAT.** (Dolores Ibárruri, 45). A partir de les 20.00 hores. Gratuït. www.ccriberabaixa.cat.

DIVENDRES 20

OBRA

'ELS FRUITS DE LA PASSIÓ'

El grup de teatre La Minúscula, amb més d'una dècada de trajectòria, i la directora, actriu i productora Txell Faxedas porten a Vilablareix, al Gironès, l'escenificació de l'obra teatral *Els fruits de la passió*. **VILABLAREIX.** HamletStore (Raset, 129). A partir de les 21.00 hores. Preu de les entrades: 10 euros. www.vilablareix.cat.



TRICENTENARI

Avui fa tres segles ● 1714 / 2014

ART

PROJECTE BCN RE.SET

El circuit d'arquitectura efimera **BCN RE.SET** dissemina sis instal·lacions artístiques per diferents espais emblemàtics de Barcelona. Les obres conviden a reflexionar sobre conceptes com ara la identitat, la llibertat o la democràcia. La iniciativa és part dels actes del Tricentenari a Barcelona. La setena instal·lació del projecte, que ja es pot visitar, es troba al Parc de la Ciutadella: *El mur de la Ciutadella*, de Benedetta Tagliabue i Alex Ollé, inaugura el passat 29 de maig.

BARCELONA. Parc de la Ciutadella i diferents espais de la ciutat. Més informació: www.bcn.cat/tricentenari

FESTIVAL

CAPITAL DE L'ART URBÀ

El festival d'art urbà i pensament Milestone Project celebra fins al 21 de juny la tercera edició al Centre Cultural de la Mercè. Pintors urbans dels Estats Units, Itàlia, Ucraïna o Suècia visiten el certamen (noms com els de 108, Sam 3 i Intersen Kazki). Enguany s'afegeixen al programa una exposició d'art amb treballs d'artistes contemporanis, una secció d'acció de carrer amb instal·lacions mòbils i quatre tallers amb artistes convidats. **GIRONA.** Fins al 21 de juny. www.milestoneproject.cat.

DISSABTE 21

TEATRE

DANI MATEO, AL SAGARRA DE SANTA COLOMA

El periodista Dani Mateo (Granollers, 1979) actua al Teatre Sagarra de

Santa Coloma presentant el seu espectacle d'humor *PK2.0. Que Dios nos pille confesados*. **SANTA COLOMA DE GRAMENET.** Teatre Sagarra (Lluís Companys, 27). A partir de les 21.00 hores. Preu de les entrades: 24 euros. Més informació: www.teatresagarra.cat.

ACTUACIÓ DEL MAG STRUC

El Mag Struc omple de trucs d'il·lusionisme la plaça de l'Església de Madremanya, al Gironès. L'actuació és part de les activitats de teatre Escenaris Màgics 2014. El Mag Struc presenta el seu espectacle *Guri-Guri*, dirigit per Gibert Trilles.

MADREMANYA. Plaça de l'Església. A partir de les 22.00 hores. Gratuït. www.girones.cat.

MÚSICA

PACO IBÁÑEZ I MARIO MAS

El cantautor andalús Paco Ibáñez fa tàndem amb el guitarrista Mario Mas per cantar als poetes llatino-americans des de l'Auditori Espai Ter de Torroella de Montgrí. Organitza aquest concert, inclòs a la programació estable de març a juny, el Festival Í-taca. **TORROELLA DE MONTGRÍ.** Espai Ter (Ter, 1). A partir de les 21.00 hores. Preu de les entrades: 18 i 22 euros. Més informació: www.itacacultura.cat i www.espaiter.cat.

DIUMENGE 22

MÚSICA

'EL VALS' A SANTA COLOMA

La companyia La Cita porta fins al Teatre Sagarra l'espectacle musical *El vals*. **SANTA COLOMA DE GRAMENET.** Teatre Sagarra (Lluís Companys, 27). A les 19.00 hores. www.teatresagarra.cat.

DILLUNS 23

TRADICIÓ

FESTA MAJOR DE PALAMÓS

L'atleta palamosí Adel Mechaal fa el pregó de la Festa Major de

Palamós, amb motiu de la festivitat del patró de la vila, Sant Joan. Hi hauran sardanes, balls, espectacles infantils, focs artificials i una Festa Major Jove. **PALAMÓS.** Del 23 al 26 de juny. Diferents espais. www.palamos.cat.

DIMARTS 24

EXPOSICIÓ

QUÈ ENS QUEDA DEL 1714?

El Museu Comarcal de Manresa acull la nova instal·lació del projecte *Què ens queda de 1714?* que porta per títol *Manresa, ciutat cremada i ciutat exemplar*.

MANRESA. Museu Comarcal de Manresa (Via de Sant Ignasi, 36). Fins al 2 de novembre. www.museudemanresa.cat.

DIMECRES 25

LLIBRES

CLUB DE LECTURA: LA SONATA A KREUTZER

L'escriptora Maria Mercè Roca condueix l'activitat cultural de la Biblioteca Municipal Antònia Adroher de Girona, *Club de Lectura: La sonata a Kreutzer*. Està emmarcada dins del programa *Univers*, dedicat enguany al novel·lista rus Lev Nilolàievitx Tolstoi. **GIRONA.** Biblioteca Municipal Antònia Adroher. Can Sunyer, 46. A les 20.00 hores. Gratuït. www.ajgirona.cat.

TERTÚLIA

DIÀLEG ENTRE FERRAN ADRIÀ I ISRAEL RUÍZ A CAIXAFORUM

CaixaForum Barcelona i l'Associació de Becaris de La Caixa organitzen una xerrada sobre innovació i talent a càrrec del cuiner Ferran Adrià i el vicepresident del MIT, Israel Ruíz. Hi participa com a moderador la periodista Mònica Terribas. **BARCELONA.** CaixaForum (Avinguda Francesc Ferrer i Guàrdia, 6). A les 19.00 hores. Preu: 4 euros (places limitades). www.obrasocial.lacaixa.es.



RECOMENAT A LES XARXES

► **SESSIÓ FORMATIVA @FomentEmpren:** 18 juny: Sessió formativa sobre 'Tot allò que cal saber per ser autònom' www.foment.com/cat

BARCELONA. Dia 18 de juny. Seu de Foment Formació. Avinguda Francesc Cambó, 10. De les 10.00 a les 13.00 hores. Gratuït (cal inscripció prèvia). www.foment.com/cat.

► **OPEN DATA @opendatacat:** *Workshop:* 'Cap a una Administració més transparent i internacional'. 19 de juny, Llotja de

Mar. **BARCELONA.** Dia 19 de juny. Casa Llotja de Mar. A partir de les 12.55 hores. Inscripcions gratuïtes a cramos@kimglobal.com.
► **FILMOTECA CATALUNYA @filmotecacat:** Fins el 20

de juny, exposició 'Capturant identitats'. **BARCELONA.** Pl. Salvador Seguí, 1. www.filmoteca.cat.
► **TEATRE @CanalAjuntament:** El 22

de juny no us perdeu l'obra teatral 'Pulmons'. **SANT FELIU DE GUÍXOLS.** Teatre Auditori Narcís Masferrer. Dia 22 de juny, a les 19.00 hores. Preu: 10 i 12 euros. www.guixols.cat.

T&T BCN



TRANSPORT PÚBLIC

► **FESTIVAL PEDRALBES.** Fins al 10 de juliol se celebra el Festival Pedralbes als jardins del Palau Reial. Pots arribar-hi amb bus: les línies H6, 7, 33, 60, 67, 75 (no circula dissabtes i diumenges), 78 i 113 (no circula diumenges) i metro: baixant a l'estació Palau Reial (L3).
► **FESTA MAJOR DE SANT GERVASI:** Fins al dijous 19 de juny pots gaudir d'aquesta festa major amb bus (22, 58, 64, 75 i 123) i metro (estacions Fontana (L3), Lesseps (L3) o Vallcarca (L3)).



OBRES A L'ESPAI PÚBLIC

► **ENDERROC DE L'ANELLA DE GLÒRIES.** Està en marxa la fase 2 d'enderroc del costat muntanya de l'anella, i el trànsit de sortida és per la Gran Via en superfície, amb una calçada central de tres carrils, un carril bici segregat, un carril bus i un de circulació. L'entrada a Barcelona per la Gran Via se segueix fent com fins ara, pel lateral que s'ha adaptat en superfície. En moments puntuals cal restringir fins a dos els carrils d'entrada.

oci.Cat

SETMANARI DIVULGATIU EN CATALÀ D'OCI I CULTURA DE 20MINUTOS

Han col·laborat en aquest número. Toni Ayala (redactor en cap), David Velasco (redactor en cap de disseny), Marta de los Dolores (disseny), Puri Caro (redacció i agenda), Xavier Cueva, A. Mena i Josep Masferrer (redacció), Menta Ventura (Fet a Mà) i Xavier Pons (distribució).



Exposició

29.05.2014 – 24.08.2014
Sala 1

Prix Pictet. Consumption

El tema de la cinquena edició del Prix Pictet és Consumption (consum). En pocs anys, el Prix Pictet s'ha establert com el premi fotogràfic més prestigiós a nivell internacional sobre sostenibilitat. L'objectiu principal és el d'utilitzar el poder de la fotografia per conscienciar el planeta sobre els reptes socials i mediambientals que presenta el nou mil·lenni.



Exposició

14.05.2014 – 31.08.2014
Sala 2

Love Me. Fotografies de Zed Nelson

"Love Me" és una reflexió sobre les pressions culturals i comercials que provoquen una obsessió mundial per la joventut i la bellesa. Aquest projecte explora la nova forma de globalització que es dona actualment, basada en l'exportació a tot el món d'un ideal de bellesa occidental cada cop més restringit, com si d'una vulgar marca universal es tractés.

Aquesta exposició forma part de la programació del festival DOCTECT-14. Fotografia documental Barcelona (del 19 de maig al 31 de juliol de 2014). Per a més informació: www.docfotobarcelona.org



Exposició

08.05.2014-29.06.2014
Sala 4 Cotxeres

1714. Memòria gràfica d'una guerra

L'exposició exhibeix prop de 80 gravats de diversos formats, estils i procedències, que han permès construir un discurs històric fluid sobre la Guerra de Successió, sobretot a Catalunya. Un conflicte internacional en el qual es varen veure implicats els estats europeus i de tant transcendents conseqüències en l'immediat escenari polític i socioeconòmic a Europa i el Nou Món. En aquest sentit, l'art i la cartografia s'han aliat amb la història en una perfecta unió, no sempre possible de manera tan clara.