



RONDA VERDA PER A BICIS URBANES

Un circuit de 70 km per a ciclistes recorre set municipis de l'àrea de Barcelona. Uneix esport, ciutat i naturalesa amb un total de sis trams, de Collserola al Llobregat i el Besòs.



En ruta  + Barcelona

RONDA VERDA PER A CICLISTES URBANS ÀVIDS DE NATURA

LA RONDA VERDA EN BICICLETA

Un circuit de 70 km per a ciclistes recorre l'àrea de Barcelona ● Transcorre per set municipis i uneix l'esport, la ciutat i la natura ● Té un total de sis trams, entre el Parc de Collserola i el Llobregat

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

Bicicleta i natura. Aquests són els dos elements principals de la Ronda Verda (www.rondaverda.cat), un circuit senyalitzat d'uns 70 quilòmetres per a ciclistes i que travessa els grans sistemes naturals de l'àrea metropolitana de Barcelona, sovint, molt més coneguda per les ciutats que no pas pel seu patrimoni natural. L'itinerari permet descobrir la vesant més paisatgística del territori que envolta la capital catalana, mitjançant una xarxa de camins i carrils específics que pertanyen als municipis de Badalona, Barcelona, Esplugues, L'Hospitalet, Montcada i Reixac, Sant Adrià de Besòs i Santa Coloma de Gramenet.

La diversitat del paisatge és un dels atractius del circuit, que condueix als ciclistes per diversos ambients, com el marítim, el fluvial i el muntanyenc, sense deixar de banda el més urbà. La Ronda Verda es pot iniciar des de qualsevol punt del traçat, disposa de bona connexió en transport públic i uneix parcs, equipaments i zones naturals.

És així com es poden visitar tot pedalejant punts d'interès paisatgístic i cultural com Collserola, la muntanya de Montjuïc, el riu Besòs o el litoral. L'itinerari és un circuit circular amb doble sentit i està dividit en sis trams.

● TRAM 1: PARC DE COLLSEROLA

Una part del recorregut de la Ronda Verda ens porta a descobrir el pulmó verd de l'àrea metropolitana. El Parc de Collserola, que separa el pla de Barcelona de la depressió del Vallès, s'estén com una illa verda al llarg de 8.000 hectàrees i destaca per la seva riquesa ecològica, amb pins, alzines i tota la fauna típica del bosc mediterrani.

Hi podem veure. La joia de la corona és el Tibidabo, però també val la pena no deixar de banda l'Observatori Fabra o la Torre de Collserola. Són espectaculars les vistes panoràmiques de Barcelona i del delta del Llobregat.

Cal tenir present. No és practicable el recorregut entre Vallparc i la BP-1417. **Dificultat.** És baixa, tot i que els trams d'accés són de dificultat mitjana-alta.

● TRAM 2: PARC FLUVIAL DEL BESÒS

Aquesta zona del recorregut, que comprèn un total de cinc quilòmetres, uneix el parc de Collserola i el Front Marítim, alhora que ens condueix per un ambient fluvial tot travessant els termes municipals de Santa Coloma de Gramenet i Sant Adrià de Besòs.

Hi podem veure. En el marge dret del riu Besòs cal fixar-se sobretot amb el Rec Comtal de Barcelona. En el marge esquerre, trobem els parcs de Can Zam i del Molinet i el Parc Fluvial del Besòs, obert tots els dies de l'any (l'horari d'estiu és de 10 h a 21 hores).

Cal tenir present. Hi ha trams d'ús compartit per a vianants al marge dret del riu. També hi ha un tram amb carril segregat al passeig de la Ribera. El terme municipal de Montcada i Reixac no disposa de tota la senyalització i cal anar consultant el mapa.

Dificultat. Baixa.

● TRAM 3. SERRALADA DE MARINA

Part de la Ronda Verda transcorre pel Parc de la Serralada de Marina, un espai natural protegit que forma part de la Serralada Litoral. Es caracteritza pel seu ric patrimoni natural, però també històric, amb poblats ibèrics, monestirs i masies.

72

quilòmetres de carrils bici té la **Ronda Verda**, que transcorre per un total de set municipis de l'àrea metropolitana de Barcelona

Hi podem veure. Val la pena pedalejar fins al poblat ibèric de Puig Castellar, les ermites de Sant Climent i Sant Onofre i el monestir de Sant Jeroni de la Murtra. El Parc també té moltes fonts i zones d'esbarjo, com l'Alzina, l'Alba, del Tort, del Pop, de l'Amigó, dels Caçadors, dels Avallaners o el berenedor de Can Ruti.

Cal tenir present. L'itinerari passa per camins i pistes forestals, així com per alguns nuclis urbans de Badalona i Santa Coloma de Gramenet. Cal fer un itinerari a peu si volem completar el circuit. Hi passa el GR-92 a Catalunya (Portbou-Ulldecona), cap a la Conreria. **Dificultat.** Mitjana-alta.

● TRAM 4. FRONT MARÍTIM

Aquesta part de la Ronda Verda és la que ens permet disfrutar del mar, recorrent els fronts marítims de Barcelona, Sant Adrià de Besòs i Badalona.

Hi podem veure. Des de l'estàtua a Colom fins a la desembocadura del riu Besòs, passant per algunes de les zones més estuàniques de Barcelona, com el Port Olímpic, el Fòrum o la Barceloneta. I, evidentment, quilòmetres de platges.

Cal tenir present. La senyalització és parcial entre l'estació de Rodalies de Bada-



lona i el Port de Badalona, i entre el monument a Colom i la plaça de les Drassanes. Encara està en fase de condicionament la part del circuit de les platges de la Nova Mar Bella i del Llevant. **Dificultat.** Baixa.

● TRAM 5. MONTJUÏC

La part més cultural de la Ronda Verda travessa espais verds de la muntanya de

Montjuïc i, alhora, ens apropa a diferents equipaments.

Hi podem veure. Una llarga llista d'importants museus i diversos edificis emblemàtics, com tots els equipaments esportius de l'Anella Olímpica o el Castell de Montjuïc; així com els jardins Llobera i el Botànic. Però, sobretot, val la pena aturar-se per contemplar les magnífiques vistes de Barcelona.

La Ronda Verda combina els trajectes urbans en bicicleta, com el que travessa el litoral barceloní o el Parc Fluvial del Besòs, i les importants vistes de punts elevats com Collserola, on hi conflueixen els ciclistes i els corredors, a més d'estar en contacte directe amb la flora i la fauna autòctona, com és el cas dels porcs senglars, uns animals habituals en els camins.

FOTOS: HUGO FERNÁNDEZ





Cal tenir present. Hi abunden les rampes i els pendents. Se circula principalment en vorera d'ús compartit amb vianants.

Dificultat. Mitjana-alta.

● **TRAM 6. LLOBREGAT**

Aquest darrer tram ens apropa a la conca del riu Llobregat passant pels termes de L'Hospitalet i Esplugues. Permet fer connexions amb la llera del riu, el Del-

ta i el Parc de Collserola. **Hi podem veure.** El recinte de Gran Via de la Fira de Barcelona, així com diversos parcs i jardins com el de la Gran Via, Can Boixeres o dels Torrents.

Cal tenir present. És un recorregut bàsicament urbà a través de carrils bici, tot i que també hi ha alguns trams compartits amb els vianants.

Dificultat. Mitjana-baixa.



❁
OCIpèdia

POBLAT IBÈRIC DEL PUIG CASTELLAR

Es troba en el turó del Pollo de la Serralada de Marina i domina unes magnífiques vistes de part del riu Besòs. Hi vivien laietans fins al segle V-IV aC. Al Museu Torre Balldovina de Santa Coloma de Gramenet s'exposen les troballes arqueològiques. Més informació al lloc web <http://museu.gramenet.cat>



BTT
Aquestes sigles corresponen a les paraules angleses Mountain Bike, és a dir, bicicleta de muntanya o tot terreny, que va néixer als anys 70 als Estats Units. La suspensió és una de les seves principals característiques.



CAN RUTI
Designa tota la carena que separa la part alta de les valls de Canyet i de Pomar. L'origen popular d'aquest nom es remunta a Joan Urrútia, que es va trobar retingut a Barcelona pel setge del 1714. La família Urrútia es devia integrar ràpidament al poble i a la terra, perquè aviat la casa que s'havia dit *mas Viver* va començar a ser anomenada *ca n'Urrútia* i, més tard, va derivar en *can Ruti*.



CONSELLS PRÀCTICS PER GAUDIR D'UNA RUTA VERDA SEGURA

El ciclista no és l'únic usuari. Cal tenir present que la Ruta Verda passa per trams compartits amb els vianants, per això, és recomanable està ben assabentat de la normativa ciclista, que, per exemple, indica que sempre se cedeixi el pas als caminants i que s'han de respectar les normes de circulació. En aquest circuit no es pot practicar ciclisme de competició o fer-hi curses pel nostre compte. Cal circular per camins i pistes de tres o més metres d'amplada. La velocitat màxima permesa és de 20 km/h i està prohibit ficar-se per corriols, rieres o camps a través. Val la pena consultar la pàgina web de la Ronda Verda per acabar de complementar tota la informació que ens ha de servir per anar més segurs (www.rondaverda.cat).

NO ET DEIXIS EL MAPA ▶ La pàgina web de La Ronda Verda disposa d'un mapa interactiu. És una eina molt pràctica per preparar la ruta que cadascú vol fer. Indica les fonts que hi ha pel camí, el tipus de ferm, els nivells de dificultat, els punts d'interès cultural o paisatgístic, així com el transport públic proper. El traçat seleccionat (i també tot el circuit) es pot descarregar per visualitzar-lo amb Google Earth o GPS.

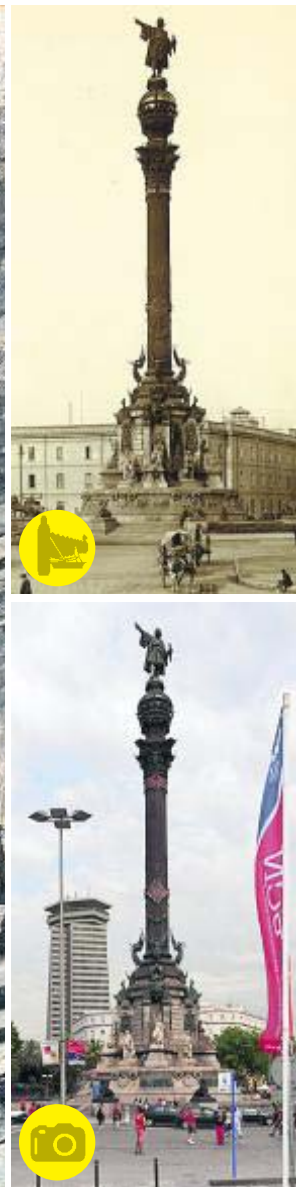
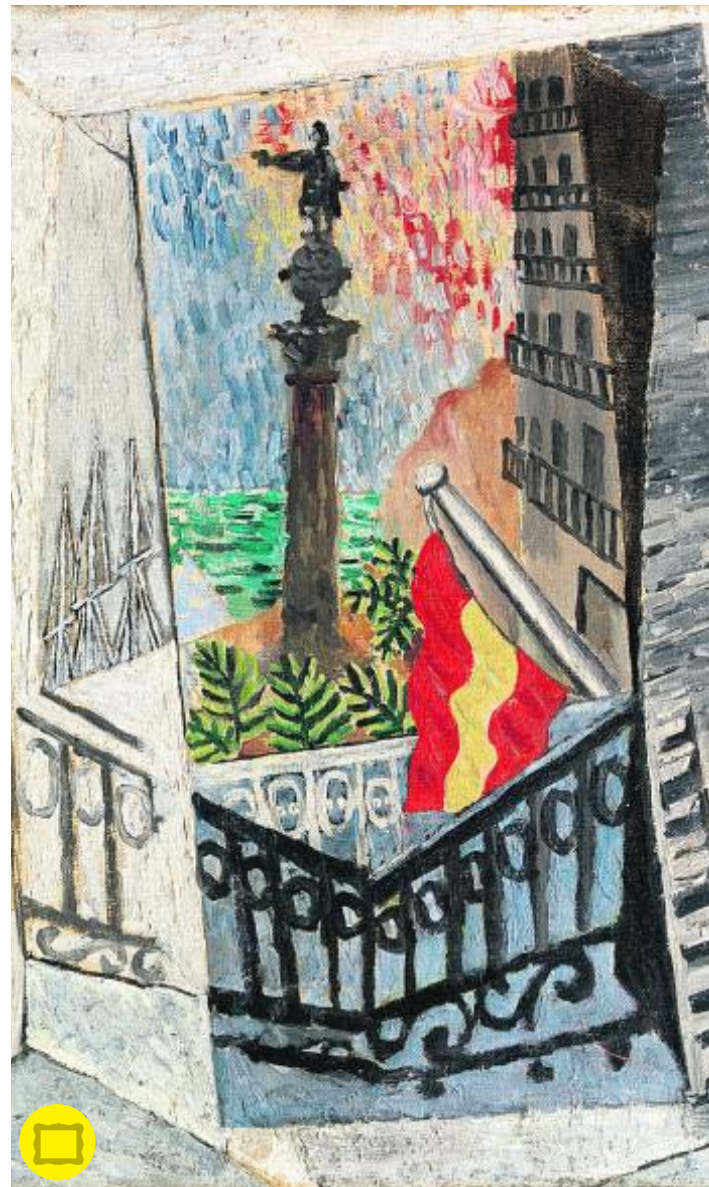
VÉS-HI BEN EQUIPAT ▶ Més val prevenir que curar. Així que una de les primeres recomanacions per fer la Ronda Verda és l'ús del casc (obligatori per a menors de 16 anys a les ciutats) i vestimenta adequada. Cal no oblidar fer senyals amb el braç per girar o per parar, guardar distàncies prudencials i portar aigua o begudes isotòniques, així com aliments. El telèfon d'emergències és el 112.

LA BICI ▶ La Ronda Verda travessa diversos entorns amb una gran varietat de fers i també de dificultats. Per això, és convenient que el ciclista esculli bé la bicicleta que utilitzarà en l'itinerari que ha triat. En general, s'aconsella l'ús d'una bici tot terreny. Abans d'iniciar el camí, cal revisar l'estat del vehicle, sobretot, la pressió dels pneumàtics, els frens, el canvi o la cadena.

BARCELONETA



COLOM



RUTA PER LA BARCELONA DE PICASSO

La franja litoral de la Barcelona de finals del segle XIX i els monuments i emblemes religiosos de la ciutat han patit certes transformacions des que els immortalitzés el pintor malagueny. Proposem una miniruta per la Ciutat Vella que el jove Picasso va recrear abans de sucumbir a l'avantguarda

PURI CARO
ocicat@20minutos.es/twitter:@20m
20minutos

El Museu Picasso posa en diàleg l'obra que el geni malagueny va deixar-nos sobre la Barcelona que ell va conèixer de jove i les imatges d'aquella ciutat de finals del segle XIX i principis del XX que es mantenen als arxius històrics. Les instantànies identifiquen els indrets representats pel pintor en els seus olis i que, a dia d'avui, han passat per modificacions més o menys intenses. La mostra *Paisatges de Barcelona* es pot visitar al museu del carrer Montcada fins al 14 de setembre i recull un seguit de postals de la ciutat que estan especialment centrades en el litoral i en el casc antic (Museu Picasso; de dimarts a diumenge, de 09.00 a 19.00 hores; dijous obert fins a les 21.30 hores; entrada a l'exposició: 4,5 euros; www.museupicasso.bcn.cat).

Són 30 obres entre dibuixos i pintures, totes extretes de la col·lecció pròpia del museu, i 18 fotografies d'època (16 *vintage* i dues còpies mo-

dernes), a les quals nosaltres hi hem afegit les imatges de la Barcelona actual per proposar aquesta ruta per Ciutat Vella amb tres parades. Picasso va pintar aquests quadres entre 1895 i 1903. Prement com a punt de partida la visita a l'exposició i les ubicacions plasmades per Picasso, proposem un itinerari per aquesta Barcelona picassiana.

● **PLATJA DE LA BARCELONETA**

Pablo Picasso (1896). A l'arribar a Barcelona l'any 1895, la família Ruíz Picasso es va instal·lar a prop del Port. El litoral barceloní de llavors ja tenia part de la fesomia que ara coneixem. Un cop es va derruir la muralla medieval de mar, la ciutat es va obrir al Mediterrani i el bar-ri pescador de la Barceloneta es va integrar a Barcelona. El jove Picasso, format en el corrent paisatgista a Màlaga i a Corunya, va recórrer la franja costanera i la va immortalitzar en una sèrie de composicions de petit format realitzades entre el 1895 i el 1899. En aquestes obres, Picasso mostra des de la muntanya de Montjuïc

al Port, passant per la Barceloneta, les fàbriques del bar-ri del Poblenou i la Serra de Marina.

Fotografia de Màrius Aguirre Serrat-Calvó (1888-1910). *Fàbriques en la orilla de la playa de Barcelona.* La imatge pertany al Centre Excursionista de Catalunya. La instantània, de valor històric

1917

Any de la seva darrera obra de 'Paisatges de Barcelona', dedicada a 'El passeig de Colom'. El va pintar **des del desaparegut Hotel Ranzini.**

i documental, reproduïx en blanc i negre l'actual platja de la Barceloneta. En aquesta fotografia antiga es veuen les barques dels pescadors que feinejaven llavors i el perfil de les fàbriques i xemeneies del dinàmic i fabril barri del Poblenou, conegut com el Manchester català.

Actualitat. A la imatge moderna, a color, es veuen al fons les torres Mapfre i Arts i l'Hospital del Mar. El turisme i els banyistes han conquerit la sorra.

● **CÚPULA DE LA MERCÈ**

Pablo Picasso (1897). La família Ruíz Picasso va llogar un pis al carrer Reina Maria Cristina, número 3, cantonada amb Llauder. La zona es trobava a tocar del Parc de la Ciutadella (llavors de la Ribera) i de les Cases d'En Xifré, el primer bloc de pisos moderns de Barcelona. Amb la industrialització i l'augment de la població de la ciutat, els nous edificis van substituir les teulades pels terrats. El 1896, el pare de Picasso va llogar un taller per al seu fill al carrer de la Plata número 4, entre el domicili familiar i La Llotja. El barri el coronava la cúpula de l'església de la Mercè, que Picasso va dibuixar al gener del 1897. L'*skyline* resultant és, segons els experts, un dels paisatges urbans més aconseguits dels que Picasso va pintar de la ciutat de Barcelona.

Tres postals de Barcelona que va immortalitzar el pinzell d'un jove Picasso als primers anys del segle XX: les de la platja de la Barceloneta, el monument a Colom i l'església de la Mercè.

FOTOS: MUSEU PICASSO / ARXIU FOTOGRÀFIC DE BARCELONA / MIQUEL TAVERNA

CÚPULA DE L'ESGLÉSIA DE LA MERCÈ



Fotografia de Fiona Spalding (1890).

Iglesia de la Mercè, imatge propietat de la Fundació Amatller d'Art Hispànic. Arxiu Mas. La basílica data dels anys 1765 a 1775 i és obra de l'arquitecte català Josep Mas i Dordal. Està dedicada a la Mare de Déu de la Mercè, patrona de la ciutat de Barcelona.

Actualitat. Un dels seus elements més significatius continua sent l'escultura que corona la cúpula. La Mare de Déu de la Mercè que es venera a l'interior de l'església és una talla gòtica del 1361.

MONUMENT A COLOM

Pablo Picasso (1917). En aquesta producció paisatgista de Picasso, la darrera tela que va fer correspon al Passeig de Colom. És una vista des del balcó de l'Hotel Ranzini, on s'allotjava la seva promesa Olga Khokhlova. Els dibuixos preparatoris que el pintor va fer abans de l'obra definitiva es conserven al Musée Picasso de París. Aquest paisatge el va donar l'artista a la ciutat de Barcelona l'any 1970 i suposa la primera mirada avantguardista del malagueny a la que va ser la seva ciutat i on va obrir els ulls a la modernitat.

Fotografia (autor desconegut). El Monument a Colom apareix en aquesta imatge històrica de l'any 1900. Com la resta de fotografies, es conserva a l'Arxiu Fotogràfic de Barcelona.

Actualitat. El Monument a Colom és un dels primers atractius turístics que es troben els visitants de la ciutat a

l'arribar a Barcelona, sobretot, els creueristes que desembarquen al Port. Aquest monument està gestionat per Turisme de Barcelona (www.barcelona-turisme.com), que hi té una oficina turística i una botiga, i funciona com un Mirador privilegiat de la Rambla i del Port Vell. La plaça on s'ubica el monument, que és un dels més fotografiats de la ciutat, és la del Portal de la Pau.

L'estàtua de Colom descansa sobre una columna de ferro i tot el conjunt fa 60 metres d'altura. Es va inaugurar el dia 1 de juny de l'any 1888 –29 anys abans del quadre de Picasso– amb motiu de l'Exposició Unversal de Barcelona i sempre ha estat envoltat per la polèmica del fet que Colom apunti amb el dit cap al mar Mediterrani, just en sentit contrari a on es troba el continent americà.

El monument el va impulsar el llavors alcalde de la ciutat, Francesc de Paula Rius i Taulet, i el va idear Gaietà Buïgas. L'estàtua de Colom, de set metres d'alçada, és obra de l'escultor Rafael Atché. El seu finançament es va basar al principi en una subscripció popular i en donacions particulars. Finalment, van resultar insuficients per tirar endavant l'empresa i l'Ajuntament del moment va haver de fer-se càrrec del pressupost i de les despeses. El Mirador de Colom va celebrar 125 anys el 2013 i rep anualment 170.000 visitants (Metro Drassanes; Preu: 3 euros infants i jubilats i 4,50 euros, adults).



OCIpèdia



SANT PAU DEL CAMP

El monestir romànic del barri del Raval, una de les poques construccions romàniques de Barcelona, va ser pintat per Picasso al mes de desembre de l'any 1896. El pintor es va fixar en els seus arcs.



LA MUSCLERA

Era el nom de la taberna que freqüentaven Picasso i els seus amics, al peu de la muntanya de Montjuïc, a sota del Miramar, i on anaven a menjar els musclos frescos.



PARC DE LA RIBERA

Picasso freqüentava sovint aquest parc que ara és el Parc de la Ciutadella. I ho feia amb la seva mare, Doña María, i també amb la seva germana Lola.



ANARQUISME

Picasso va entrar en contacte amb aquest corrent polític en la seva estada al casc antic de Barcelona, en uns anys marcats per la pobresa i el retorn dels soldats de la Guerra de Cuba. El 1897 i el 1901 va pintar els dibuixos a l'ús *El prisionero* i *Un miting anarquista*.

TERRAT I ESGLÉSIA DE SANTA MARTA



PICASSO DES DEL SEU TALLER DE LA RIERA DE SANT JOAN

Traços artístics d'una ciutat que ja ha desaparegut

Entre 1899 i 1900 Picasso reproduïa els paisatges que observava des dels seus tallers. Des de la finestra del que tenia el 1900 a la Riera de Sant Joan número 17, Picasso divisava i va reproduir una perspectiva frontal dels *Terrats i l'església de Santa Marta*. Aquest quadre es pot veure a l'exposició del Museu Picasso, junt amb una fotografia antiga que és obra d'Adolf Mas i que data de l'any 1907: *Cimborri i campanari de Santa Marta*. Correspon al fons de l'Arxiu Fotogràfic de Barcelona.

Al quadre de Picasso, el pintor recull un paisatge d'exterior lluminós fent ús d'una paleta de colors vibrant en la que domina el color groc de les parets de les cases i el taronja del terrat i amb influències de la Colla del Sifrà, on s'intueix l'espai interior. La Riera de Sant Joan era un carrer estret, que discorria perpendicular al mar, entre la Catedral de Barcelona i el Mercat de Santa Caterina i fins a la cruïlla amb els carrers Sant Crist de la Tapineria i Gràcia Amat. Aquesta via tenia molta vida gràcies a què allotjava locals

emblemàtics. Això es va acabar amb l'obertura de la Via Laietana, en l'anomenada Reforma, un pla urbanístic que es va desenvolupar la primera dècada del segle XX i que va portar a enderrocar 2.191 habitatges i 80 carrers, desplaçant a 10.000 persones. La Via Laietana, tal com la coneixem ara i amb l'església de Santa Marta ja desaparegu-

El pòrtic de Santa Marta va ser desmuntat el 1911 i reconstruït al recinte de Sant Pau

da, no va ser inaugurada fins al 1924. L'església de Santa Marta va estar dempeus entre els anys 1735 i 1911. Era d'estil barroc i constava d'una sola nau. Es va consagrar conjuntament a Sant Pere i Santa Marta i pertanyia a l'Hospital de Pelegrins, que es trobava al costat, fent cantonada amb el carrer de l'Avellana. L'any 1911, el pòrtic fou desmuntat pedra a pedra i reconstruït al nou Hospital de la Santa Creu i Sant Pau, en un dels seus pavellons.

ITINERARIS I PAISATGES PICASSIANS

Es pot seguir la petjada de Picasso a les comarques de Barcelona, des del Museu del Càntir d'Argentona a la Fundació Palau de Caldes d'Estrac i el Museu Thermalia de Caldes de Montbui ● El pintor va viure uns mesos el 1906 a Gósol i va admirar el Berguedà



a més informació es pot consultar el lloc web www.berguedareserves.cat.

Itinerari cultural. Totalment renovat, el Centre Picasso de Gósol (<http://gósol.ddl.net>) mostra una col·lecció de rèpliques de les obres que va pintar Picasso durant la seva estada a la població, d'entre les quals destaca el facsimil del *Carnet Catalán*. També hi ha fotografies de l'època i una àmplia col·lecció de llibres sobre el pintor. Picasso es va instal·lar a l'única fonda que hi havia aleshores, Cal Tàmpanada, propietat en aquells temps de Josep Fondevila. Per pintar, va fer servir de models Fernande Olivier, la seva parella d'aleshores, així com el poble, la gent de la contrada, les vaques i els cavalls.

● RUTA 2: COSTA BARCELONA

Caldes de Montbui. El Museu Thermalia (www.thermalia.cat) és la primera parada que suggerim per resseguir la petjada de Picasso a l'àmbit de Costa Barcelona, una altra marca turística de la Diputació de Barcelona. La col·lecció d'art del fons Mas Manolo (www.visiteucaldes.cat/fons-del-museu) conté obres de Picasso (ceràmica, dibuixos i objectes de natura més personal), ja que l'artista

1962

va pintar Picasso el quadre **Gran testa de dona amb capell**, una de les obres que es poden veure al fons de la Fundació Palau de Caldes d'Estrac

ANGELS MENA
ocicat@20minutos.es / [@20m](https://twitter.com/20m)
20minutos

Pablo Picasso es va establir per un parell de mesos a Gósol la primavera del 1906. Les persones i els paisatges d'aquest racó del Berguedà van inspirar la seva obra fins al punt que aquella estada va resultar transcendental en la seva obra, ja que el pintor hi va trobar els ingredients materials i immaterials per iniciar un nou camí en la seva evolució creativa com artista. La petjada de Picasso a les comarques de la demarcació de Barcelona es pot seguir avui a través de la visita de diversos museus i copsant l'esplendor dels paratges naturals que van captivar la seva mirada fa més de 100 anys.

● RUTA 1: PIRINEUS BARCELONA

Vacances pintant a Gósol. L'Oficina de Turisme del Berguedà proposa passar uns dies pintant allà on va deixar palès el seu talent Picasso a principis del segle passat. El paisatge berguedà, inscrit en el que avui és la marca turística Pirineus Barcelona, promoguda per la Diputació de Barcelona, és el marc ideal per a fer-hi estades per pintar en els mateixos indrets on ho va fer l'artista malagueny. Hi ha diversos torns programats, dos dels quals al setembre, però el primer és del 17 al 20 de juliol. Amb grups d'un mínim de quatre persones i d'un màxim de vuit es treballarà el dibuix, l'aquarel·la, la tinta xinesa i l'acrílic. Per



ARXIU THERMALIA / JORDI SERA

1. Vista de Gósol des del Coll de Josa.
2. Una de les sales d'exposició del Museu Thermalia. **3.** La sala dedicada a l'obra de Picasso a la Fundació Palau. **4.** L'Espai Picasso integrat dins del Museu del Càntir d'Argentona.



CONSORCI TURÍSTIC COSTA BARCELONA



ARXIU MUSEU DEL CÀNTIR



FERNANDE OLIVIER (1881-1966)
Va ser una model i artista francesa coneguda per haver estat la primera parella de Picasso, així com

per escriure unes memòries sobre la seva vida al seu costat.
●●●
ESCOLA DE CERET
Aquest municipi del

Vallespir és la *Meca del Cubisme*. S'hi van instal·lar en diverses etapes artistes com l'escultor Manolo Hugué, el músic Déodat de Séverac, i

plàstics com Picasso, Braque, Juan Gris, Max Jacob, Kisling, Herbin o Jean Marchand. I després de la I Guerra Mundial, Brune, Soutine o Lotreuil.

+ Propostes a:

www.barcelonaesmoltmes.cat
    [@bcnmoltmes](https://twitter.com/bcnmoltmes)
 [BarcelonaEsMoltMes](https://www.facebook.com/BarcelonaEsMoltMes)

Parada i fonda  A la carta

FIXED LOVER

Restaurants i bars amics de la bici

Fixed Lover ofereix una guia dels bars i restaurants de Barcelona que són *bikefriendly*, és a dir, que et permeten l'accés, sense haver de deixar la bicicleta a casa o al carrer.

La majoria de locals estan a l'Eixample, Sants i Poble Nou.

<http://fixedlover.com>.



Guillem Carmona y Lara Turon, amants de la bicicleta, tenien problemes per trobar bars i restaurants on poder entrar amb la bici sense haver de deixar-la al carrer, amb el risc de robatori. Per això, es van unir a Eva Morell i Raimon Guirado per crear una aplicació, Fixed Lover, que permet saber quins locals són *bikefriendly*. «Per a nosaltres la bici no és només un mitjà de transport, és una filosofia. Però a la ciutat

és complicat tenir-la de companya, perquè el fet d'haver de deixar-la suposa moltes vegades un problema», expliquen els creadors d'aquest localitzador de bars i

restaurants amics de la bici. La majoria de locals que ja tenen el distintiu Fixed Lover estan ubicats a l'Eixample, Sants i Poble Nou, però no només n'hi ha a poblacions com Badalona, Sitges o El Prat. Alguns exemples són The Bike Club (Sepúlveda, 6), Satan's Coffee Corner (Lluna, 3), Galería Cosmo (Enric Granados, 3), Ideal (Marià Aguiló, 99), A Casa Portuguesa (Aragó, 111) o El Ciclista (Mozart, 18).

Tastets

Fixed Lover s'articula amb un mapa de localització dels locals i una fitxa tècnica de cadascun. Pots veure el mapa a fixedlover.com

Els locals poden demanar el distintiu d'amics de la bici omplint un formulari a la pàgina web. <http://fixedlover.com/contacto/>

La Federica, Bare Nostrum, Bar Olimpia o Soul Café són alguns altres locals *bikefriendly*. <http://fixedlover.com/category/locales/>



TAPA-TAST

De tapes pels bars de Sarrià i Sant Gervasi

Tapa-Tast ofereix tapes de bars del districte de Sarrià-Sant Gervasi a preus especials per tal de fomentar el comerç local.

A la tardor, la iniciativa se celebrarà als restaurants.

Quan? Fins el 15 de juliol.

Preu: 2,90 €: tapa i beguda.



Els Eixos Comercials de Sant Gervasi i Sarrià, amb el suport de la Fundació Barcelona Comerç, tenen en marxa la segona edició del Tapa-Tast, que pretén potenciar els serveis de restauració del districte difonent la seva oferta culinària. En aquest cas, els bars de la zona ofereixen una tapa preparada especialment per a l'ocasió, acompanyada d'una beguda, i al preu especial de 2,90 euros. El més recomanable és anar fent ruta pels diferents establiments per tal de conèixer quin tipus de tapes preparen i, així, gaudir d'una major diversitat.

GIN SHOW

Maridatge de cocteleria i gastronomia

Classes magistrals, concursos i degustacions entorn el món de la ginebra.

El Toc especial dels sentits posarà a prova el vostre olfacte, la vista i el gust.

Quan? Dimecres, 25 de juny, de 12 a 21.45 hores

On? Pl. Vents, 1 (Hotel W).



La terrassa de l'Hotel W acull el Gin Show, que reuneix les últimes novetats en cocteleria, el millor de la gastronomia catalana, les millors marques de ginebres i tòniques del món, una ruta per un bosc sensorial amb més de 60 botànics i diverses activitats més del món dels còctels i la cuina. Un dels atractius és la barra de ginebres importades i nacionals, que permetrà conèixer de prop l'ampli ventall de marques per a preparar els còctels. S'organitzaran també diverses proves per posar a prova l'habilitat en l'elaboració dels combinats.

Amb Denominació d'Origen

DOP SIURANA. L'hivern suau, un estiu sec i càlid, la pluja precisa que duen els vents de llevant, un sol que calma el temperament del mestral quan viatja entre les oliveres per trobar-se a la mar. Les comarques de la DOP Siurana tenen un clima privilegiat. La petita Arbequina n'és la joia, una varietat d'oliva que aporta suavitat, fluïdesa, complexitat i elegància en la fragància, i el detall picant al sabor. Recollida amb la cura que exigeix el Consell Regulador per a diferenciar els olis verge extra, eleva la DOP Siurana a elixir daurat (www.siurana.info). La Federació de Cooperatives Agràries de Catalunya n'ha fet una selecció.

OLIS



CASTELLCOOP

Tradicional i exquisit, és produït entre el mar i la muntanya. Aroma intens i fruitat d'oliva verda. Destaquen sabors de tomàquet, carxofa, fonoll i ametlla. **Cooperativa Agrícola de Castellvell del Camp.** www.facebook.com/castellcoop.cooperativa



CEOLPE

Oli afruitat, dolç, equilibrat, ric en aromes de fruites madures, com poma i plàtan. Depenent de la collita, serà més verdós i un xic picant (si és primeirenca) o groc i dolcenc (si és més tardana). **Centre Oleícola del Penedès.** www.ceolpe.com



ANTARA

Oli equilibrat i harmoniós. Tocs d'amargor, asstringència i picantor, però amb una suau dolçor, molt agradable al paladar. Té connotacions de fruites madures i aromes que ens recorden el plàtan i l'ametlla. **COSELVA.** www.coselva.com



ESCORNALBOU

Oli amb tons groguencs amb reflexos de fulla d'olivera. Marcada nota d'ametlla verda i tons de flors de cítrics. Matisos lleus de tomàquet a punt de madurar. Oli molt premiat. **Cooperativa de Riudecanyes.** www.cooperativariudecanyes.com



LA LLENA

Per a aquest oli s'usen tècniques que respecten i harmonitzen el medi ambient, el cultiu i les persones, amb mecanismes naturals de maneig del cultiu. S'assegura un oli d'arbequina excel·lent. **Agrícola d'Ulldemolins.** www.coopulldemolins.com



Fet a mà  **Oci creatiu**

PAS A PAS

La Vanesa d'El Desván de Carlota (Calaf, 10, Barcelona), fidel al seu estil *vintage*, proposa uns *tags* que podem costumitzar introduint-hi les fotos de les vacances. Ens calen tisores, cola, papers d'*scrap*, cintes, botons i cartró. MENTA VENTURA



1 Les belles choses. Si no teniu troqueladora per fer l'etiqueta, imprimeu un *tag* d'internet, retalleu-lo i siluetegeu la forma al cartró abans de retallar-lo. Un cop tenim la base, enganxem el disseny, com aquestes banyistes. S'han decorat les vores amb segells i un botó.



2 La perla. Aquest *tag* té el cartró estampat amb un segell en forma de tapet de ganxet. Hi ha una base de paper d'*scrap* amb quadres de vichy, troquelat a les cantonades i un dibuix *vintage*. A l'inferior dret s'ha enganxat una mitja perla i una punta.



3 No 4. *Tag* amb base de cartró estampada amb segells amb lletres. La Vanesa juga amb quadres de colors i embellits amb *distress*. El dibuix de la Venus infantil sobre un cargol de mar està rematat amb botons que recorden estrelles de mar.



4 Postcard. La Vanesa ha utilitzat un fons de paper amb quadrats blancs i roses i hi ha enganxat el dibuix de dues banyistes. Ha retallat en diagonal la part inferior i hi ha enganxat una punta. Sembla que la fotografia sobresurti d'una butxaca. Les vores estan decorades.

PAS A PAS

TAGS D'ESTIU

Donem la benvinguda a l'estació més calurosa de l'any amb uns *tags* (etiquetes) estiuencs i *vintage*, que podem utilitzar per decorar tot allò que se'n passi pel cap, com un pot ple de petxines trobades al mar o una ampolla per guardar-hi la sorra de la platja on hem estiuajat.



UN MATERIAL

Troqueladora de papallones. Per donar un toc divertit al paper o envoltar-lo íntegrament de papallones, fins i tot, a les cantonades, Martha Stewart Crafts té un set que inclou dues perforadores per aconseguir un acabat impecable. Una de les troqueladores serveix per a les vores (amb



dues ales que es poden plegar, perquè no ocupi tant d'espai) i l'altra, per als racons del paper. Els troquels estan dissenyats amb guies dibuixades a la pròpia eina i, per tant, resulta molt fàcil seguir la línia que

volem perforar sense desviar-nos, sobretot després de fer les cantonades. En aquest segon cas, la troqueladora disposa d'un adaptador extensible per tal d'ajustar el paper. www.marthastewart.com.

CASALS INFANTILS

Galetes i casetes. Scraphouse (Notariat, 9 i Reus, 21, Barcelona) ensenya als nens de 6 anys cap amunt a fer receptes de cuina creativa, com *cupcakes* o galetes, i a realitzar projectes d'*scrap*, com una caseta de nines o un àlbum.

Casa la Iaia (Cap del Pla, 98, Gironella) combina els jocs a l'aire lliure amb tallers que serveixen per potenciar la creativitat dels més petits. 100% Manualitats (Gran Via Carles III, 65, Barcelona) i Chatelet du memories (Dos de maig 229 Passadis B Botiga 34 Encants Nous de Barcelona) també organitzen aquest estiu diferents propostes pels menuts.



OCIpèdia

DISTRESSING
Els acabats són molt importants, sobretot, a l'*scrapbooking*. I una tècnica és el *distress* o envelliment. L'objectiu és que l'objecte sembli vell o desgastat. Una manera de fer-ho és amb tintes com *Distress Ink*. Un dels mestres més reconeguts és el dissenyador Tim Holtz (www.timholtz.com).

Agenda de tallers

● PAREO

COSTURETAS SOCIAL CLUB

Ara que ja estem a l'estiu, aquest taller ensenya a confeccionar un pareo pràctic amb teles boniques i poca costura, que pot anar molt bé per als dies de platja. On? Costuretas Social Club (Verdi, 81, Barcelona) Quan? 28 de juny, a les 17.30 hores. www.costuretas.com

● FLEUR DECOR

BLOKUM

L'artista especialista en *mixed media* Carola Coch mostra en aquest taller com dur a terme un projecte molt vistós utilitzant diferents tècniques i materials. On? Blokum (Mallorca 144, Barcelona) Quan? 28 de juny, a les 10 hores. www.blokum.es/

● CAMAFEUS

CONESA

Taller molt pràctic, amb petits trucs inclosos, per aprendre a fer aquest tipus de joies utilitzant papers vistosos, ja siguin d'*scrap* o de *decòupage*. On? Conesa (Petritxol, 10 Barcelona) Quan? 28 de juny, a les 17 hores. www.conesa.eu/blog/

● INICIACIÓ A L'SCRAPBOOKING

CROMATISMES

Si tens ganes de començar a fer *scrap*, però no saps per on començar, Mariona Cardona t'ho posa ben fàcil. En aquest taller, t'explica l'origen d'aquesta afició, els materials i les eines, mentre fas el teu primer àlbum de fotografies. On? Cromatismes (Travessera de Gràcia, 114, Barcelona). Quan? 28 de juny, a les 10 hores. www.cromatismes.com

● QUADERN DE VIATGE

OHH! PAPER SCRAP

Ara que venen les vacances, pots crear el teu propi quadern per portar de viatge i guardar-hi els mapes o les entrades i escriure-hi els teus records. S'utilitzen diverses tintes, *stamps* o màsques. On? Ohh! paper scrap (Castelldefels, 5, Gavà) Quan? 28 de juny, a les 10 hores. www.ohhpaperscrap.com

● FOTOGRAFIA NOCTURNA

LIANA TALLERS

Aquest taller ensenya a captar imatges de l'exterior i amb poca llum utilitzant la teva pròpia càmera. Una bona base per fer fotos artístiques de les vacances. On? Liana Tallers (Perpetuo Socorro 10, baixos, Poble Sec, Sitges) Quan? 27 de juny, a les 18 hores. www.lianatalers.com

● PUNT SMOCK

I LOVE KUTCHI

Eva, de Mevasevateva, és l'encarregada de mostrar com brodar aquest tipus de punt, anomenat *smock* i que serveix per arufar la roba d'una manera decorativa. El taller inclou un pisolabis. On? I love kutchi (Andrea Dòria, 41, Barcelona) Quan? 28 de juny, a les 11 hores. <http://ilovekutchi.com>

@NEM-hi



Activitats per a petits, no tan petits i grans



Festa vikinga al Museu Marítim

Proposta: Activitats lúdiques i tallers en dos campaments de recreació històrica i visita a l'exposició *Vikings*.

Quan? Dimecres, 25 de juny, de 17 a 19 h.

On? Jardí del Museu Marítim i jardí de l'ES Baluard. www.mmb.cat.

Preu: Gratuït.



El Museu Marítim trasllada els nens fins a l'època dels vikings amb tallers lúdics

Una festa didàctica i divertida. Això és el que proposa el Museu Marítim de Barcelona, que organitza un acte d'inauguració especialment dedicat a nens i famílies amb motiu de l'exposició *Vikings*, que exhibeix fins al 28 de setembre. A partir de les 17 hores, dos campaments de recreació històrica sobre els vikings amenitzaran la festa amb demostracions de la vida quotidiana i el combat d'aquest poble i oferiran activitats i tallers per als més petits. El Clan Hávamál estarà instaurat al Jardí del Baluard i el Clan d'Hereus de la Història al Jardí del Museu.

Entre les activitats previstes en el programa, els assistents podran construir un casc i l'escut d'un clan viking, iniciar-se en els jocs vikings i escriure missatges en alfabet rúnic (l'escriptura del poble Norse, dels homes del nord). A més, la instal·lació d'un *photocall* permetrà que els nens s'emportin a casa un record de la seva participació en aquest esdeveniment familiar a l'aire lliure. Aquests tallers lúdics adreçats a la canalla, centrats en el coneixement del poble viking, es completaran amb una visita gratuïta a l'exposició *Vikings*, que

Tingues en compte

► **INSCRIPCIÓ PRÈVIA.** Per a la visita gratuïta programada per a les sis de la tarda calia la inscripció prèvia. Les 400 places disponibles ja s'han exhaurit (www.mmb.cat).

► **XARXES SOCIALS.** Podeu seguir l'actualitat de la inauguració infantil al Facebook i al Twitter del Museu Marítim de Barcelona. #vikingsMMB.

► **PREUS ESPECIALS.** L'entrada a l'exposició *Vikings* costa 12 euros (7 euros la bonificada, per exemple, per a nens de 7 a 16 anys i els menors de 7 anys hi entren de franc). L'entrada familiar (2 adults i 2 nens) val 24 euros. Més informació a www.mmb.cat.

tindrà lloc a partir de les 18 hores. Les famílies tenen l'oportunitat de traslladar-se al temps i els costums del poble Norse, gràcies a una mostra que ja han visitat 38.000 persones. L'exposició del Museu Marítim pretén explicar els trets fonamentals de la cultura vikinga, des dels inicis de la seva expansió al segle VIII dC fins al seu declivi, al segle XII. A través de vuit àmbits expositius, el visitant coneix com era aquesta societat, fonamentalment rural, i descobreix més de 400 objectes originals de l'època, procedents del Museu d'Història de Suècia. Entre les peces més valuoses de l'exposició destaca una pedra funerària de l'illa de Gotland (Suècia) i la rèplica d'un Gokstad, el vaixell funerari viking.

Què passa si...



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

... EL MEU FILL CRIDA L'ATENCIÓ CONSTANTMENT

Quan el nostre fill expressa alguna cosa que no estem disposats a donar-li, sovint diem que vol cridar l'atenció. Cal distingir les conductes manipuladores de les que responen a una demanda autèntica que hem d'atendre. La manipuladora pretén provocar que l'adult cedeixi. L'infant obté un guany amb la seva actuació (si faig rebequeries, em compren el que vull). Quan el nen no guanya res i les conseqüències són doloroses per a ell, haurem de pensar que no troba la manera

ELS NENS, COM ELS ADULTS, QUAN L'ESTRÈS INTERN ELS SUPERA, FAN COSES DIFÍCILS D'ENTENDRE I IRRACIONALS

d'expressar el que sent i que ho ha de dir amb contundència, perquè no se sent comprès, té un patiment emocional intern. Si fem un símil físic, seria que el nen

s'està queixant que li fa mal la cama i la resposta de l'adult és «no cridis». El nen se sentirà incomprès i cridarà més. Em consulta una mare per què la seva filla fa coses intolerables per cridar l'atenció, com llençar coses al terra. La resposta de la mare ha estat castigarla, però la filla no reacciona i continua igual. L'escena sempre acaba amb la nena castigada, la mare molt empenyada i les dues molt tristes. No sembla que hi hagi cap guany, per tant, haurem d'anar més enllà i arribar a allò que neguiteja a la nena. Els nens, com els adults, quan l'estrès intern els supera, fan coses irracionals i difícils d'entendre, coses que no poden evitar, i sembla poc raonable castigar un nen per haver fet alguna cosa que no pot evitar. Això només provoca un bloqueig que impedeix l'aprenentatge, de manera que es tornarà a repetir.

Oci sense barreres...

► **CROSS PER LA DIVERSITAT**
La tercera edició de la Cross Montjuïc Les Arenes estrena una cursa especial per a discapacitats, que se suma a l'adult i infantil. «Es tracta d'una prova esportiva amb un rerefons social molt important i la nostra intenció és



que cada any es dediqui a una causa social relacionada amb les llibertats socials», assegura Sergi Vicente, organitzador

esportiu de la prova. Per això, enguany se celebra una Cross Montjuïc també per a discapacitats. En total, hi haurà més de 600 corredors. Quan? Dissabte, 29 de juny. A partir de les 09.30 hores. On? Plaça de les Fonts de Montjuïc. www.v3rtice.com/cross.



Festus, festival d'arts al carrer

Proposta: Dos dies d'art, música, teatre, dansa i circ als carrers i places. Festus arriba a la seva 17a edició amb espectacles aptes per a tots els públics.

Quan? Divendres, 27, i dissabte, 28 de juny.

On? Carrers i places de Torelló. <http://festusfestival.com/2014/>



Sis escenaris principals repartits per Torelló acullen durant dos dies els espectacles de carrer del Festus, un festival que compleix ja 17 anys amb l'objectiu d'apropar al públic una selecció d'arts escèniques, musicals i visuals. El programa posa especial èmfasi en propostes contemporànies, no convencionals, que potencien la multidisciplinarietat. Divendres hi haurà sis actuacions, com la de la CIA LP de circ, mentre que dissabte en concentrarà el gruix (16), amb Brodas Bros, Dudu i Cia o La Clandestina.



Festes de Sant Pere

Proposta: exposicions d'art, concerts i ball per a la gent gran amb motiu de les festes de Sant Pere.

Quan? Del dijous, dia 26 de juny, al diumenge, dia 29 de juny, a les 11.00 h, a les 17.00 h i a les 20.30 hores.

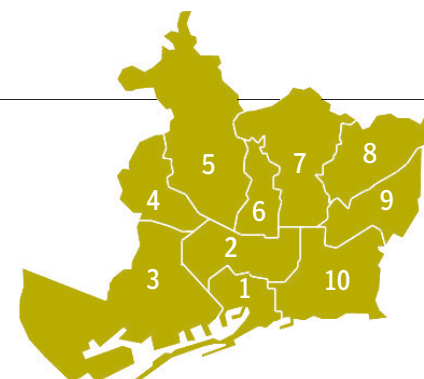
On? Diversos escenaris repartits per Gavà. www.gavacutat.cat



La gent gran també està de festa per Sant Pere a Gavà. Dijous s'inaugura l'exposició *L'art no té edat*, a la sala d'actes del Museu de Gavà (20.30 h); divendres actuarà el Niu d'Art de l'Associació de la Gent Gran, a l'American Lake (17 h); dissabte hi ha la mostra de pintura del Casal Can Tintorer, a la Plaça Josep Tarradellas (d'11 a 14 h) i actuen la Coral Brugués i el grup Si no fos... Teatre, a l'American Lake (17 h). Diumenge hi haurà la fi de festa per a la gent gran a la pista de Can Tintorer (20.30 h).



LES 10 BARCELONES: AGENDA D'ACTIVITATS



Ciutat Vella

LES TRACES DE L'ANTIGA MURALLA ROMANA

Al barri Gòtic s'hi troben els orígens de Barcelona, on fa 2.000 anys els romans van fundar Bàrcino. Podem resseguir les traces de la ciutat romana amb fragments de les muralles a l'actual carrer Llibreteria, del *decumanus* a l'actual carrer Ciutat i del *fòrum*, a l'actual plaça Sant Jaume. Mirant al mar, d'on van arribar els romans, el dia 28 de juny es fa la Gran Trobada d'Havaneres *Barcelona cara al mar*. Passeig Joan de Borbó amb el carrer Almirant Cervera. 21.15 hores. 6 euros.



Eixample

MODERNISME, COMERÇ I MÚSICA A L'AIRE LLIURE

El districte més dinàmic, comercial i cèntric, amb infinites possibilitats culturals i d'oci i d'entreteniment, proposa passar les nits d'estiu escoltant música a la terrassa de la Pedrera de Gaudí. En aquest entorn màgic i encisador, i amb una de les vistes més espectaculars de Barcelona, el jazz en directe alimenta els sentits dels assistents. La Pedrera. Entrada general de 28 euros. Dijous, divendres i dissabte, de 22.30 h a 23.45 h. Preu amb visita a l'Espai Gaudí, concert i copa.



Sants-Montjuïc

MONTJUÏC A LA FRESCA

La muntanya de Montjuïc defineix i dona empremta a aquest districte ple de contrastos: dels barris populars del Poble Sec i Sants a la monumental avinguda Maria Cristina. Al Poble Espanyol, es fan projeccions de curtmetratges a l'aire lliure a la sisena edició de Mecal Air, tots els divendres de juny, juliol, agost i setembre a la Plaça del Baluard. I durant el mes d'octubre a la Fàbrica Moritz. Poble Espanyol. Tots els divendres a partir de les 20.00 hores. Entrada de 6,5 euros i amb *flyer* de 3 euros.



Les Corts

MELODIES ENTRE JARDINS

Les Corts no va assolir la categoria de municipi fins a l'any 1836. Abans, era un territori de masies i camps entre els pobles de Sants i Sarrià. Ara és el quart districte, emblema de la zona alta, dels negocis i de l'elegància dels seus carrers. Aquest 2 de juliol, l'actor Kevin Costner hi mostra la seva faceta de músic, fent una incursió als escenaris de la segona edició del Festival Jardins de Pedralbes. Festival Jardins de Pedralbes. A les 22.00 hores. Preu: de 15 a 148 euros. www.festivalpedralbes.com.



Sarrià-Sant Gervasi

OCI PROP DE LES ESTRELLES

El districte de Sarrià-Sant Gervasi està ple d'alternatives d'oci per aquest estiu. Una de les més destacades és el Parc d'Atraccions del Tibidabo. Situat al peu de Collserola, en aquest districte es troben alguns dels millors miradors de la ciutat. Precisament, mirant cap al cel, s'ha estrenat una nova temporada dels *Sopars amb Estrelles* a l'Observatori Fabra, que uneixen gastronomia i divulgació científica. Observatori Fabra. De dimarts a dissabte a les 20.30 hores. Preu: 69,5 euros.



Gràcia

BATECS D'ART

Gràcia és sinònim d'art, multiculturalitat, tradició i cosmopolitisme. Pels barris d'aquest districte es respira vida a l'estiu, tant als seus carrers i places com en els seus mercats i comerços de proximitat. Dia i nit, Gràcia ofereix molts atractius d'oci, comerç i cultura. Un exemple és Docfield, que aquests dies mostra la millor fotografia documental actual des de diversos espais i seus, una d'elles, la Fundació Foto Colectania de Gràcia (Julián Romea, 6).

www.docfieldbarcelona.org.



Horta-Guinardó

LABERINT D'ATRACTIUS

Horta-Guinardó és el tercer districte més extens de Barcelona. Els seus barris ofereixen nombrosos miradors de la ciutat, indrets plens de màgia, com el Laberint, i joies arquitectòniques, com el recinte modernista de Sant Pau. Del 30 de juny i fins al 4 de juliol, els remodelats pavellons de Sant Pau acullen la nova edició de la Passarel·la de moda 080, amb les principals tendències en dissenyadors i marques per a la temporada primavera-estiu 2015. Recinte Modernista de Sant Pau. Fins al 4 de juliol.



Nou Barris

MELODIES ALS PARCS

El Parc Central, Can Dragó i les Cotxeres de Borbó són alguns dels elements característics d'un districte que atresora indrets històrics, com els aqüeductes, el Rec Comtal, la Casa de l'Aigua, el castell de Torre Baró o l'església de Santa Eulàlia de Vilapicina. El cicle estiuenc *Música als Parcs* organitza sis concerts al districte. El dia 1 de juliol, a la zona de l'aqüeducte del Parc Central, actua Blau-Vagalume amb un repertori clàssic. Parc Central de Nou Barris. Dia 1. A les 21.00 hores.



Sant Andreu

FÀBRQUES DE CULTURA

Sant Andreu és molt viu a nivell cultural i social. Manté l'esperit de poble industrial. Les remodelades fàbriques de la Pegaso, la Nau Ivanow i la Fabra i Coats han passat a ser espais d'ús públic. Precisament, Can Fabra acull una exposició de poesia i de pintures de Josep Buils amb aquarel·les i poemes que s'endinsen en el pensament entorn l'existència de l'ésser humà. Passadís de l'Auditori. Can Fabra. Gratuït. De dilluns a dissabte de les 17.00 a les 21.00 hores. www.bcn.cat/canfabra.



Sant Martí

FÒRUM DE CARA AL MAR

Sant Martí representa la reconversió del passat industrial en present i futur arquitectònic i empresarial. El Poblenou i el Clot conserven l'esperit obrer. És un districte que viu de cara al mar, gràcies a les platges. Un dels seus grans espais, el Parc del Fòrum, acull, els dies 28 i 29 de juny, l'Extreme Barcelona, que pren el relleu dels X Games. Hi seran presents vuit esports de 15 disciplines. Parc del Fòrum. Entrada general de 15 a 24 euros. Gratuït per als menors de 7 anys. Dissabte i diumenge de 10.00 a 21.00 hores. www.extremebcbarcelona.com.





25 JUNY / 2 JULIOL: AGENDA D'ACTIVITATS

DIMECRES 25

XERRADA

BALL POPULAR DE LES RENTADORES

Del 23 a 25 de juny, se celebra la Festa Major a Riu de Cerdanya, amb el tradicional ball popular de les rentadores i amb la pujada a la font, amb repartiment de galetes, xocolata, anís i moscatell. **RIU DE CERDANYA.** Del 23 al 25 de juny. Més informació al lloc web www.riucerdanya.cat.

DIJOUS 26

MÚSICA

CHARLES AZNAVOUR

El gran mite de la *chanson* francesa, Charles Aznavour, torna després de molts anys d'absència a Barcelona amb un concert antològic al Gran Teatre del Liceu. El repertori inclou les cançons més emblemàtiques de la seva carrera musical: *La bohème*, *La Mamma*, *Sur ma vie*, *Après l'amour*, *Parce que*, *Que c'est triste Venise*, *Les plaisirs démodés* o *Comme ils disent*. **BARCELONA.** Gran Teatre del Liceu. La Rambla, 51. 21.00 hores. www.liceubarcelona.cat.

CONCERT DE FESTA MAJOR D'UNA CORAL DEL 1896

El Cor Lo Progrés ofereix el concert de Festa Major de Palamós a l'Auditori del Centre Cultural la Gorga. Aquesta coral va fer la seva primera actuació en públic l'any 1896 per recaptar fons per als soldats que tornaven de la Guerra de Cuba. Aquell primer concert el va dirigir el compositor de sardanes palamosí Josep Casanovas *El Paixero*. La coral es va fundar oficialment un any després, el 1897. La directora actual és Clàudia Soler i forma part activa de l'Agrupació Coral de les comarques gironines. **PALAMÓS.** Auditori del Centre Cultural la Gorga. Carrer de les Notaries, s/n. 20.00 hores. Entrada gratuïta. www.palamos.cat i www.coraleprogres.org.



TRICENTENARI

Avui fa tres segles ● 1714 / 2014

MONUMENT

RESTAURACIÓ DEL CASTELL DE CARDONA

Cardona ha inaugurat la senyalització monumental i turística i de la Guerra de Successió del Castell de la vila, de l'Espai 1714 a la Casamata del Castell i de les obres de restauració dels baluards i de la Col·legiata de Sant Vicenç. El Castell va inaugurar el passat dissabte 21 de juny el conjunt de millores realitzades a la fortalesa coincidint amb la commemoració del Tricentenari del 1714. **CARDONA.** Castell de Cardona, www.tricentenari.gencat.cat, www.cardona1714.cat i www.cardonaturisme.cat.

DIVENDRES 27

FESTIVAL

JIWAPOP FESTIVAL

Primera edició d'aquest certamen musical sostenible i solidari. Compta amb les actuacions destacades de Fangoria, Love of Lesbian, Macaco, Els Amics de les Arts, La Pegatina y Gerard Quintana. A més, Jiwapop ofereix l'únic concert a Espanya de Madness (a les 01.15 hores) i amb una conferència i taller col·lectiu d'Alejandro Jodorowsky (diumenge 29, a partir de les 18.15 hores).

MONTCADA I REIXAC. Mas Duran. Del 27 al 29 de juny. Preus: de 15 a 150 euros. www.jiwapop.com.

DISSABTE 28

FESTA

LA DESPERTADA DELS GEGANTS DEL SERRALLO

El Serrallo viu la Festa Major de Sant Pere, el patró del barri de

Tarragona, amb La Despertada dels Gegants, a partir de les 23.00 hores des de la Plaça Bisbe Bonet (davant l'església). En la novena edició de la popular cercavila passejaran els Gegants Pere i Carme acompanyats d'una xaranga. **EL SERRALLO.** Plaça Bisbe Bonet. 23.00 hores. www.gegantsdelserrallo.cat.

TRADICIÓ

FESTES DE LES ENRAMADES A ARBÚCIES

Han estat declarades com a Festes Tradicionals d'Interès Nacional per la Generalitat de Catalunya. Se celebren amb motiu de la festa del Corpus. De gran tradició, el programa contempla un munt d'activitats com sardanes, balls, concurs de ninots i rodolins, botifarrada popular i d'altres esdeveniments lúdics. **ARBÚCIES.** A diferents places i carrers de la vila. Fins al dia 25 de juny. <http://www.arbucies.cat>.

CONFERÈNCIA

ELS ORÍGENS DE LA INQUISICIÓ A CATALUNYA

El Grup de Recerca de Cerdanya organitza a la sala de convencions del Museu Cerdà la conferència *Els orígens de la Inquisició a Catalunya* dins de la III Catarjada i a càrrec de Carles Gascón, historiador especialista en el tema. **PUIGCERDÀ.** Museu Cerdà. Carrer d'Higiní de Rivera, 4. 19.00 hores. Entrada lliure. www.recercacerdanya.org.

DIUMENGE 29

TRADICIÓ

FESTES DEL SEGAR I DEL BATRE A LA FULIOLA

Les Festes del Segar i del Batre a la Fuliola es van iniciar l'any 1980 amb motiu de la commemoració dels 900 anys de l'adquisició de la carta de població. Cada 29 de juny se celebra la Festa del Segar, que

comença a les 8 del matí amb la trobada de segadors a l'era per iniciar la sega amb la dalla. Posteriorment, el proper 13 de juliol se celebrarà la Festa del Batre. **LA FULIOLA.** De les 08.00 a les 14.00 hores. www.fuliola.cat.

DILLUNS 30

TRADICIÓ

LA FLAMA DEL CANIGÓ ARriba A SANT CELONI

A les 18.30 hores es fa la rebuda de la Flama del Canigó i la sortida de la cercavila a la Plaça de la Creu de Sant Celoni. A les 19.00 hores, ballada de sardanes amb la cobla La Principal de l'Escala. L'arribada de la flama i la lectura del manifest té lloc a la Plaça de la Vila. **SANT CELONI.** A partir de les 18.30 hores. Plaça de la Creu i Plaça de la Vila. www.santceloni.cat.

DIMARTS 1

CONCERT

ACTUACIÓ D'ALUMNES DEL CONSERVATORI DE MÚSICA

L'Atlàntida, el Centre d'Arts Escèniques d'Osona, ofereix un concert dels alumnes del Conservatori de Música de Vic dins de la programació *Clàssica Jove*. Actuen Pere Girbau a la guitarra, Clara Ferrer al violoncel, Cèlia Tort a l'oboè i Eli Viñolas al piano. **VIC.** L'Atlàntida, Centre d'Arts Escèniques d'Osona. Francesc Maria Masferrer, 4. Vic. 20.00 hores. Preu: 5 euros. <http://emvic.cat>.

DIMECRES 2

ESCENA

MONÒLEGS AL GASTROBAR

Carlos del Pozo, de Set d'Acció, presenta un espectacle de monòlegs a la Terrassa Gastrobar by Ona Nit del Prat. **EL PRAT DE LLOBREGAT.** 22.00 h. Terrassa Gastrobar by Ona Nit del Cèntric Espai Cultural. Plaça de Catalunya, 39-41. Entrada gratuïta. www.centricgastrobar.com.



RECOMENAT A LES XARXES

FESTIVAL DE JOCS

@catalunyavalley #Girona acull del 26 al 29 de juny el Festival de les Cultures i de la Imaginació. **GIRONA.** 26 a 29 de juny. www.ludivers.es.

TROBADA DE COTXES CLÀSSICS I MOTOS

@ajverges Dissabte, 28 de juny del 2014 a #VERGES, Trobada de cotxes clàssics i motos! A partir de les 9 del

matí. **VERGES.** Dia 28 de juny. Esmorzar popular (10 h; 10 euros).

FESTIVAL DESCAMPAT @Gironanotícies #SantaPau acollirà el festival '@DESCAMPAT

2014' els dies 27 i 28 de juny amb La Iaia. **SANTA PAU.** Dies 27 i 28 de juny. www.descampat.cat. **CERDANYOLA DEL VALLÈS @LaBuenaAventura** @losbarrankillos a la Festa

de la Joventut de Cerdanyola el 28 de Juny. **CERDANYOLA.** Dia 28 de juny. 21.00 hores. Sala República del Ritmo. Preu de les entrades: 3 euros. www.cerdanyola.cat.

FIRA DE LA DISCAPACITAT

@femarec BCN acollirà l'1 i 2 de juliol la IV Fira disCapacitat i Treball. **BARCELONA.** 1 i 2 de juliol. Hotel Nui Carlos I. www.feriadiscapacidad.com.

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 A LA VALL D'HEBRON:** Fins al divendres 27 de juny pots gaudir d'aquesta festa major amb bus (V21, 27, 60, 73 i 76) i metro (estacions Montbau L3 i Mundet L3).



OBRES A L'ESPAI PÚBLIC

► **BARCELONA CIUTAT. Reforma del Passeig de Gràcia:** S'està fent el segon tram d'obres fins a la Plaça de Catalunya, que, segons les previsions, estarà enllestit pels volts del mes de novembre. En aquesta segona fase es desenvolupen els treballs de millora del drenatge i els treballs d'execució pel creuament del prisma d'enllumenat al carrer València, a tots dos costats de la cruïlla amb el passeig de Gràcia.

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), Laura Rodríguez i Marta de los Dolores (disseny), Puri Caro, Àngels Mena i Josep Masferrer (redacció), Menta Ventura (Fet a Mà) i Xavier Pons (distribució).

300
ONZES DE SETEMBRE
1714 - 2014



Exposició.
Fins al 28 de
setembre de 2014

Descobreix les claus del procés històric que ha portat a la consolidació de l'11 de setembre com a Diada Nacional de Catalunya, des de l'endemà de la desfeta fins als nostres dies.

Visites comentades tots els dissabtes a les 12 h.



Museu d'Història de Catalunya
Plaça de Pau Vila, 3, 08003 Barcelona
mhc.cultura@gencat.cat
www.mhcat.cat / #300onzes

www.facebook.com/mhistoriacat [#300onzes](https://twitter.com/mhistoriacat)

