

**En ruta**  
El Museu  
d'Història  
de Barcelona  
retrocedeix  
als visigots. 4

**@NEM-hi**  
La ciutat de  
Tarragona  
reviu el seu  
esplendorós  
passat romà. 7



**Fet a mà**  
Aprendre  
a fer un  
acolorit  
moneder  
de ganxet. 5



## INDRETS ON FER UN PARÈNTESI

Les comarques de Barcelona ofereixen moltes fórmules per  
desconnectar del dia a dia, des de festes populars a platges,  
parcs naturals i poblacions medievals.





# PROPOSTES ÚNIQUES PER A EXPERIÈNCIES INOBLIDABLES

ACTIVITATS DE  
TOT TIPUS PER A  
TOTA LA FAMÍLIA

Les comarques de Barcelona disposen d'una gran diversitat d'opcions per gaudir d'una escapada perfecta ● La Diputació de Barcelona proposa idees per descobrir un munt de pobles medievals, de parcs naturals i de terres de vinya ● El territori de les comarques de Barcelona permet estirar-se a la platja, fer senderisme o gaudir d'una gran oferta gastronòmica



**EDUARD PERICÀS**  
ocicat@20minutos.es / twitter: @20m  
**20minutos**

A prop de Barcelona hi ha moltes fórmules per gaudir d'un merescut parèntesi i desconnectar del dia a dia. Des de l'emoció que desprenen les festes populars com la Patum de Berga o la Diada Castellera de Sant Fèlix, a Vilafranca del Penedès, fins al descans absolut que suposa estirar la tovallola en una de les moltes platges dels més de cent quilòmetres de litoral. Els pobles mariners, les vinyes i els cellers del Penedès, Alella i el Pla de Bages, les muntanyes del Berguedà i les planes d'Osona i de l'Anoia... Total l'oferta turística dels pobles i les ciutats de les comarques de Barcelona proporcionen els ingredients necessaris per gaudir d'una escapada perfecta.

## ● POBLES I CIUTATS

**Pobles medievals, mariners i industrials.** Passejar pel casc antic d'una vila medieval, fotografiar-se davant l'horitzó d'un poble mariner o descobrir l'incrèible patrimoni industrial de molts indrets. Les comarques de Barcelona ofereixen una gran varietat d'opcions. Per exemple apropar-se a Cardona i visitar el castell,

la col·legiata de Sant Vicenç i l'emblemàtica Muntanya de Sal. El millor art romànic i gòtic es pot descobrir al Museu Episcopal, a Vic, on es pot aprofitar per passejar-se pel nucli vell, presidit per la plaça Mercadal. Una visita única és la dels municipis de costa, com ara Sitges, Castelldefels o Calella, on sentir la brisa del mar i gaudir del paisatge marítim. Finalment, passar un dia tranquil és sinònim de Caldes de Montbui i les antigues termes romanes.

## 76°

És la temperatura de l'aigua a la Font del Lleó, a Caldes de Montbui. La millor manera de relaxar-se és visitant les antigues termes romanes de la vila.

## ● ARQUITECTURA SORPRENENT

**De totes les èpoques i de tots els estils.** Per als qui els agradi el modernisme, viatjant per les comarques de Barcelona es poden contemplar obres com les de Gaudí -la Cripta de la Colònia Güell o els jardins Artigas al Berguedà-, cases d'es-

tiueig -Maresme, Garraf, Baix Llobregat, etcètera- i jardins romàntics, fàbriques o edificis urbans. A més, es poden fer rutes a Terrassa, al Vallès Oriental, al Maresme o a l'Alt Berguedà, on es combina el modernisme amb aspectes propis de cada comarca, com ara la natura o la indústria. Per tal de conèixer el passat, l'Anoia et convida a visitar el Parc Prehistòric de l'Abric Romaní de Capellades, i l'Alt Penedès, el Parc d'Olèrdola, amb restes de poblats ibers i romans.

## ● PLATGES

**Més de cent quilòmetres de costa.** Més de vint municipis amb platja ofereixen opcions per a tots els gustos, i és que a Costa Barcelona sempre hi ha alguna cosa a fer: lloguer de patins, biblioplatges, camps de voleibol i activitats nàutiques. Bona part de la costa barcelonina la conformen platges on els vells camins agraris arran de mar s'han convertit en camins de costa per on caminar, passejar o anar amb bicicleta. Bàsicament es poden trobar des de Malgrat de Mar fins a Castelldefels. Les poques zones rocoses o escarpades tenen el seu camí de ronda, també arran de mar: de Sitges a Cubelles.

**El castell de Cardona,** envoltat de boira, es pot observar a la part superior. A la dreta del castell, de dalt a baix, el primer que trobem és la platja de Pineda de Mar; just a sota, la Patum de Berga, i un home fent escalada a la Via Ferrada de les Baumes Cordades, a Centelles. Finalment, la darrera imatge és la recollida del raïm a la Vinya Fransola, al Penedès.

FOTO: MINGU NOGUÉ

## ● ACTIVA'T AMB LA NATURA

**Senderisme, rutes a cavall, golf...** A més de la possibilitat d'estirar-se al sol i de nedar, el litoral de Costa Barcelona ofereix un gran ventall de propostes per aprofitar el temps lliure. A les platges i ports esportius s'hi poden practicar esports com el caiac, el windsurf o la vela. Al Parc del Garraf hi ha nombrosos itineraris per descobrir indrets emblemàtics com el Castell Vell d'Olivella, el poble abandonat de Jafrà o l'ermita de la Trinitat. Els espais naturals conviden a marxar de càmping amb la família, fer senderisme amb la parella o jugar a golf amb els amics. Al portal web de la Diputació de Barcelona es troben les millors rutes a peu, en bicicleta o a cavall.

## ● ENTRE VINYES

**Fins a cinc denominacions d'origen.** A molts cellers i caves, propietaris i enòlegs ens mostren els seus productes gràcies a les jornades de tast, tallers, rutes per les vinyes i altres activitats enoturístiques que organitzen. Si hi ha quelcom imprescindible són les visites guiades a les caves Codorniu, Freixenet i Torres. A la capital del cava, Sant Sadurní





d'Anoia, hi ha més de 80 cellers i molts d'ells es poden visitar, una oportunitat que no et pots perdre. A més, a l'Alt Penedès, Els Camins del Vi i el Cava són itineraris senyalitzats que permeten conèixer les diferents varietats de vinya. I al cor del Bages, a les Valls del Flequer, un interessant recorregut permet veure un conjunt de tines de pedra seca que s'utilitzaven antigament per fer vi a les vinyes que quedaven molt lluny dels pobles.

#### ● SABORS

**Tastar els productes de la terra.** Viatjant per les comarques de Barcelona es poden tastar diferents productes autòctons. Per exemple, la mongeta del ganxet té una denominació d'origen protegida i la llonganissa de Vic, una indicació geogràfica protegida. Altres productes de prestigi són les gambes de Vilanova, el préssec de l'Ordal, les maduixes del Maresme, les cireres d'en Roca, les carxofes i el pollastre del Prat i els bolets del Berguedà, entre molts d'altres. A més, l'oferta gastronòmica es pot gaudir als mercats que s'organitzen a molts municipis durant alguns dies de la setmana, com ara el de Vic, els dimarts i dissabtes, o el de Granollers, cada dijous.



JOAN RIBOT



LUIGI



JOSEP CANO / DIPUTACIÓ BCN



JOSEP CANO / DIPUTACIÓ BCN



## OCIpèdia



### RUTA JOSEP MARIA JUJOL

A Sant Joan Despí es pot conèixer l'obra d'aquest gran arquitecte modernista, col·laborador habitual de l'obra de Gaudí. Pels qui vulguin descobrir com es feien les ceràmiques al Modernisme poden visitar la fàbrica Pujol i Bausis, a Esplugues de Llobregat.



### VIU ELS PARCS

Representacions teatrals, espectacles infantils, concerts de música clàssica, jazz o blues, trobades de gegants, danses, etc. El programa *Viu el parc* de la Diputació de Barcelona ofereix això i molt més.



### RUTA VERDAGUER

El poeta Jacint Verdaguer va arribar als racons més desconeguts de Catalunya per fer-ne una descripció acurada. Amb la Ruta Verdaguer es poden visitar aquests racons, una manera divertida de conèixer indrets com Folgueroles, a Osona (on va néixer), el santuari de la Gleva o la Masia Vil·la Joana, a Vallvidrera, dins del Parc de Collserola.

#### ● ART I CULTURA

**Pintors, escriptors i museus per a tothom.** Artistes com Picasso, Miquel Martí i Pol o Jacint Verdaguer van trobar la inspiració per pintar i escriure en alguns municipis catalans. El Picasso més desconegut es pot conèixer al museu de Gósol, ja que el pintor va viure-hi durant un temps. La ruta literària de Miquel Martí i Pol a Roda de Ter convida a descobrir l'obra del poeta. L'esperit del Romanticisme segueix latent a poblacions com Sitges, definida per alguns pintors com una «vila amb sensibilitat artística». A la ciutat veïna, Vilanova i la Geltrú, es pot visitar el Centre d'Interpretació del Romanticisme Manuel de Cabanyes. Finalment, una parada obligatòria s'ha de fer a Vic i visitar el Museu Episcopal.

#### ● MONESTIRS I SANTUARIS

**Calma, silenci i bones vistes.** Els santuaris acostumen a estar situats en llocs privilegiats, envoltats de vegetació i amb bones vistes. El santuari del Corredor, el de Queralt o el de Bellmunt són alguns dels més populars, però n'hi ha molts d'altres. És interessant descobrir la cova de Sant Ignasi de Loiola, a Manresa, o el Cementiri de Sinera, a Arenys de Mar, un exemple dels cementiris mariners mediterranis. Per a qui li agradi caminar, el Camí dels Monjos, a Sant Cugat del Vallès és un itinerari interessant que uneix els monestirs de Sant Cugat i de Sant Llorenç del Munt. A més, en alguns, com el de Montserrat o el de Sant Jeroni de la Murtra, s'hi pot dormir.

#### ● PARCS I ESPAIS NATURALS PROTEGITS

**Gaudir dels parcs amb rutes senyalitzades.** Tots els espais naturals de les comarques de Barcelona tenen itineraris senyalitzats que permeten fer rutes de més o menys durada i de major o menor dificultat. Són recorreguts que conviden a passar unes hores en contacte amb la natura, escoltar el silenci i desconnectar de l'estrès de la ciutat. Seguint la senyalització de la xarxa de senders és impossible perdre's. Un dels parcs més emblemàtics de la Xarxa de Parcs Naturals és el del Montseny, declarat Reserva de la Biosfera per la UNESCO. Gestionat per la Diputació de Barcelona, s'hi poden trobar boscos frondosos, fonts, pobles, museus, castells o ermites romàniques. La xarxa compta amb 16 parcs naturals i una gran varietat d'activitats.

#### ● FESTES MAJORS

**Conèixer el territori a través de la festa.** Durant l'estiu molts pobles i ciutats de les comarques de Barcelona, sobretot els costaners, celebren la seva Festa Major. Tot i això, qualsevol època de l'any és bona per gaudir de les festes, fires, festivals i competicions esportives dels municipis. Una visita imprescindible és la de La Patum de Berga, una festa que ha estat declarada Patrimoni Cultural Immaterial de la Humanitat per la UNESCO. Els castellers també són Patrimoni Cultural i es pot seguir l'emoció que desprenen a moltes localitats catalanes. La diversió és una manera diferent de conèixer territori.

#### + Propostes a:

[www.barcelonaesmoltmes.cat](http://www.barcelonaesmoltmes.cat)

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

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





# CRISTIANISME, VISIGOTS I BARCINO

Una exposició del MUHBA mostra la Barcelona de l'antiguitat tardana i el paper transcendent que va tenir tant la religió cristiana com la convivència amb els visigots, representat en un gran conjunt de peces

**EDUARD PERICÀS**  
ocicat@20minutos.es / twitter: @20m  
**20minutos**

Després de la gran crisi del segle III, que va fer trontollar les estructures polítiques, socials i econòmiques del món romà, Occident es va endinsar en el període històric conegut com a antiguitat tardana (segles IV-VII), en el qual van tenir un paper fonamental la difusió del cristianisme, convertit al segle IV en religió oficial. Barcino, de dimensions reduïdes, ben emmurallada i en una posició estratègica en el trànsit entre la Gàl·lia i Hispània, es va convertir en la Barcinona de l'època visigoda.

El Museu d'Història de Barcelona (MUHBA) mostra l'exposició *Barcelonina a l'antiguitat tardana: el cristianisme, els visigots i la ciutat*. A més, també s'ofereix un nou recorregut arqueològic amb una nova presentació de l'aula episcopal, del baptisteri i de les construccions annexes. La mostra es divideix en diversos àmbits: el cristianisme a Barcino, els visigots i *Barcinona*, la transformació de l'urbs i el *Suburbium*.

## ● CRISTIANISME A BARCINO

**L'arribada del cristianisme.** La primera notícia que es té de la presència del cristianisme a Barcino correspon als inicis del segle IV. Es refereix a Sant Cugat, nascut al nord d'Àfrica i martiritzat l'any 304, durant la persecució de Dioclecià. L'exposició del MUHBA permet descobrir l'evolució d'aquesta religió provinent d'Orient que s'havia estès per la Mediterrània. Es va propagar sobretot entre les classes popu-



## OCipèdia

### AULA EPISCOPAL

L'edifici de tres naus separades per columnes el van construir al segle V. Servia com a sala de recepció del bisbe per a audiències, judicis o reunions amb el sínode local.



### BAPTISTERI

El baptisme era una cerimònia de la comunitat cristiana. La persona que s'anava a batejar, s'introduïa a la piscina baptismal, mentre el bisbe administrava el sagrament.



**Peces datades entre el segle IV i el segle VII.** A la mostra del MUHBA s'exposen 120 peces dels segles IV i VII trobades a les excavacions realitzades a la ciutat de Barcelona.

FOTOS: PERE FRANCESCH / ACN

lars i fou sovint perseguida fins que, després de la gran crisi del segle III, Constantí I la va considerar un mitjà per vertebrar l'Imperi i la va legalitzar l'any 313. A partir de llavors, el cristianisme va arrelar entre l'aristocràcia imperial i l'aparell administratiu. Les elits tenien prou recursos per a pagar uns sarcòfags que avui dia s'exposen al MUHBA.

## ● ELS VISIGOTS

**Barcino, centre de poder visigòtic.** La bona localització de Barcino, que estava més a prop de la Gàl·lia, estava més ben fortificada i era més petita i sostenible que l'antiga capital, Tarraco, va comportar que la ciutat esdevingués un centre de poder visigòtic i un nucli episcopal. A l'inici del segle V, Barcino es va convertir en escenari de lluites pel poder. A través de les peces i figures de l'exposició es pot entendre com els visigots encapçalaven l'elit dominant i la convivència entre els hispanoromans i els destacaments militars visigòtics. Alguns trets culturals dels visigots es van incorporar a la vida local, com mostren objectes de la vida diària que s'exposen al MUHBA. A més, un altre tret característic de la Barcino d'aquella època era la convivència entre la religió catòlica de la població local i l'arriana dels visigots, això va permetre l'existència de dos centres episcopals i de dos bisbes, com a representants de les dues religions.

## Segles IV i VII

és la datació de les peces exposades al MUHBA que formen aquesta exposició i que s'han trobat en diferents excavacions de la ciutat

## ● LA TRANSFORMACIÓ DE L'URBS

**Barcinona i el suburbium.** A partir del segle V van començar a fer-se visibles els efectes d'una certa desestructuració urbana, visible amb aspectes com la pèrdua de la funció del fòrum, la reconversió de les termes en església, canvis en el traçat urbà, la compartimentació de les cases i la monumentalització del nucli episcopal. Aquesta desestructuració de Barcino es pot veure amb elements com els fusts de columnes del fòrum i el capitell de la basílica romana reaprofitats a l'església cruciforme del grup episcopal i que es troben al subsòl de la Plaça del Rei. Aquest tercer àmbit de la mostra, anomenat *Barcinona*, la transformació de l'urbs i el *Suburbium*, és molt útil per entendre, a través de peces, construccions i les explicacions que aporta el museu en les visites guiades, el funcionament de la ciutat que quedava dins de les muralles i tot el que s'estenia a fora, anomenat *Suburbium*, on hi vivia part de la població. Seguint la tradició, era el lloc on es feien bona part dels enterraments i destacaven, juntament amb els monestirs, les basíliques martirials.

## ● NOU RECORREGUT ARQUEOLÒGIC

**L'aula episcopal i el baptisteri.** El conjunt monumental del MUHBA a la Plaça del Rei té 4.000 m² de superfície, dels quals encara hi havia una part important que no era visible. Amb el nou recorregut es recupera la visita pública de 310 m² del jaciment. *De dimarts a dissabte de 10 a 19 h i diumenges de 10 a 20 h. Visita general al museu, amb l'exposició inclosa, 7 euros. www.museuhistoria.bcn.cat.*



Fet a mà



Passatemps i consells de viatge

## PAS A PAS

No cal tenir un nivell alt de ganxet per atrevir-se a fer aquest moneder que combina punts baixos i mig alts. MENTA VENTURA

## MATERIALS

- Tanca (8 centímetres de diàmetre)
- 1 cabdell Natura Yummy
- 1 ganxet (del 6 o del 7)

## PUNTS UTILITZATS

**cad.** = cadeneta  
**pb.** = punt baix  
**pma.** = punto mig alt  
**pinya** = 3 pma. junts units per dalt  
**augm.** = augment (2 pb sobre un p de la volta anterior)

**V1.** Comenceu amb 21 **cad.** i hi torneu amb 1 **augm.** (saltant la darrera **cad.**)/18 **pb.**/1 **augm.** de 3 **pb.** a la primera **cad.**/19 **pb.**

**V2.** 1 **augm.**/2 **pb.**/1 **augm.**/1 **augm.**/1 **aum.**/19 **pb.**

**V3.** 1 **augm.**/2 **pb.**/1 **augm.**/19 **pb.**/1 **augm.**/2 **pb.**/1 **augm.**/20 **pb.**

**V4.** 1 **augm.**/4 **pb.**/1 **augm.**/19 **pb.**/1 **augm.**/4 **pb.**/1 **augm.**/24 **pb.**

**V5.** 1 **pinya**/1 **cad.** Salteu un punt de la volta anterior i repetiu 1 **pinya**/1 **cad.** 29 cops

**V6.** a **V10.** 1 **pinya**/1 **cad.** (30 cops)

**V11.** 60 **pma.** **V12.** a **V18.** 60 **pma.**

Remeteu i cosiu a la tanca metàl·lica foradada.



PAS A PAS

## MONEDER DE GANXET

Per donar la benvinguda al bon temps, us proposem un tutorial protagonitzat pels nous colors estiuencs de Natura Yummy de DMC. N'hi ha 16 per escollir, tant de tons vibrants com suaus



OCIpèdia

## BORLA.

Es tracta d'una unió de fils lligats per un extrem formant una espècie de bola i deixant la resta de fils penjants. Aquest adornament ha estat i és utilitzat per diferents cultures de tot el món amb les seves variats, des de l'àrab a la jueva passant pels birrets de les graduacions universitàries.

UN PRODUCTE

**Fuse Fiskars.** Cada màquina de tall que hi ha al mercat té les seves característiques pròpies. En el cas de Fuse, la seva especificitat és que permet tallar, gravar i entintar fent una única passada. El seu funcionament és força senzill, mitjançant un sistema d'entrepà i una maneta. Els resultats que se n'obtenen serveixen per fer decoracions ràpides de targetes o projectes d'*scrapbooking*. S'hi poden combinar encunys,



plaques *letterpress* o tintes sobre diferents materials, des de papers o cartolines fins a roba. Un dels avantatges de la Fuse és que admet l'ús d'encunys d'altres marques. La màquina permet treballar formats grans d'un ample de 30 centímetres i funciona amb tres plaques de tall de mides diferents, una especialment indicada per a les cantonades. La Fuse es pot plegar com si fos una maleta per guardar-la sense que ocupi gaire espai.

UNA CITA

## Aprendre des de casa.

La web de tallers The Hobby Maker acaba d'estrenar una sèrie de cursos en línia organitzats per talleristes i que toquen especialitats del *Do it yourself*, com la pintura Chalk Paint, a càrrec de la Neus de Crea Decora Recicla, iniciació a la costura amb peSeta o encuadernació japonesa amb Ele de Eva. La formació consta de vídeos tutorialis i de comunitats per interactuar amb alumnes.

<http://www.thehobbymaker.com>

## Agenda de tallers

## ● PRECIOUS MEMORIES

## SCRAPHOUSE

La creadora Angelina Tort és l'encarregada d'impartir aquest taller especialment dissenyat pels que comencen a introduir-se en el món de l'*scrapbooking*. Ensenyarà a elaborar un àlbum que combina roba i paper. On? Scraphouse (carrer Reus, 21 de Barcelona); Quan? 16 de maig a les 10 hores; <http://scraphousebarcelona.blogspot.com.es>.

## ● CAPSA DE FLORS

## LIANA TALLERS

L'espai de Sitges organitza un taller d'*scrapbooking* molt primaveral de la mà de l'artista Carola Coch, que mostrarà als assistents les tècniques necessàries per decorar una capsa per a plantes. On? Liana Tallers (carrer Perpetuo Socorro, 10 baixos) del Poble Sec de Sitges; Quan? 17 de maig a les 11 hores; <http://www.lianatallers.com>.

## ● SOTAGOTS DE GANXET

## COSTURETAS SOCIAL CLUB

Aquest taller és una bona opció pels que desitgin aprofundir coneixements en la tècnica del ganxet realitzant una sèrie de sotagots rodons amb diferents patrons. S'utilitzaran tant fils de colors com cordills. On? Costuretas Social Club (carrer Verdi, 81 de Barcelona); Quan? 16 de maig a les 17.30 hores; <http://www.costuretas.com>.

## ● INICIACIÓ A L'SCRAP

## CONESA

La Lúdia ha preparat un taller pels que encara no han fet mai *scrapbooking*. Explicarà el significat de paraules i tècniques com *stamps* o *embossing* tot creant un mini àlbum de fotos amb papers de Little World de APLI. On? Conesa (carrer Petritxol, 10 de Barcelona); Quan? 16 de maig a les 10.30 hores; <http://www.conesa.eu/blog/>.

## ● LLENCERIA

## ROSAS CRAFTS

Un taller indicat per aprofundir en el món de la costura a màquina que permet crear la teva roba interior. S'hi ensenya a treballar amb materials elàstics i robes molt específiques d'aquestes peces íntimes. On? Rosas Crafts (carrer Lluís el Piadós, 5 de Barcelona); Quan? 16 de maig a les 11 hores; <http://www.rosacraftbcn.com>.



@NEM-hi



Activitats per a petits, no tan petits i grans



### Taller per il·lustrar Barcelona

Proposta: Amb motiu de l'exposició *Univers Marca Barcelona*, un taller i un tast, es presenten com activitats paral·leles.

Quan? Dissabte 16 de maig. Inici de la visita: 11.00 h. Durada: 2 hores.

On? Carrer de la Ciutat, 2 ([salaciutat.bcn.cat](http://salaciutat.bcn.cat))

Preu: Gratuït.



## Un taller d'il·lustració i un tast gastronòmic centren les activitats a la Sala Ciutat

**Barcelona és una ciutat** que inspira i, com a tal, són moltes les activitats que es programen entorn la *Marca Barcelona*. Des de l'exposició *Univers Marca Barcelona*, que es pot visitar a la Sala Ciutat fins al 26 de juny, es proposen activitats paral·leles que s'han organitzat al voltant de la mostra. Per una banda hi ha un taller infantil d'il·lustració el dissabte vinent al matí. A partir de la pregunta 'Què t'inspira Barcelona?', la il·lustradora Anna Grimal proposa la realització d'un *collage* visual amb diferents materials de papereria amb

què els participants puguin expressar a través de dibuixos, d'imatges o de textures el que representa per a ells la ciutat de Barcelona. D'altra banda, el dijous de la setmana vinent, el 21 de maig, de les 18.30 fins a les 19.30 hores, es durà a terme una altra activitat gratuïta: un tast gastronòmic. Albert Iglésias, flequer i fill de família flequera des de fa diverses generacions, és un gran apassionat de la seva professió i sap unir experiència i creativitat, aconseguint així fer de la pastisseria un art. Els assistents podran

### Tingues en compte

► **INSCRIPCIÓ PRÈVIA.** El taller d'il·lustració i la tast gastronòmic són dues activitats gratuïtes, però abans d'assistir-hi cal fer una inscripció prèvia perquè l'aforament és limitat. <http://salaciutat.bcn.cat>.

► **VISITA LA MOSTRA.** L'exposició sobre la qual giren les activitats, *Univers Marca Barcelona*, es pot visitar de dimarts a dissabte d'11 a 20 h i de 10 a 14 h els diumenges i festius.

► **CONFERÈNCIA AL JUNY.** Per als qui no puguin assistir al taller o al tast, està programada una conferència sobre la tecnologia mòbil el 10 de juny. <http://salaciutat.bcn.cat>.

aprendre a realitzar, i després degustar, tres *petits-fours* inspirats en la ciutat: un pa de pessic elaborat amb sifó acompanyat d'una xocolata calenta, emulant les xocolateries del carrer Petritxol; un fals mini cornet de gerds, emulant les gelateries de La Rambla i un núvol d'oli d'oliva verge extra molt mediterrani. Pel que fa la mostra en si, *Univers Marca Barcelona* és una exhibició que s'endinsa en l'essència de la ciutat i que mostra de manera sensorial i experiencial els seus valors i sectors de negoci. Motors de desenvolupament, tant emergents com consolidats, que representen els actius, els atributs i els valors que la identifiquen com una de les ciutats de referència al món.

### Què passa si...



**XAVIER GARCIA**

Director Servei Terapèutic de Cel Obert (93 311 69 05 / 667 575 596; [celobert@cel-obert.com](mailto:celobert@cel-obert.com))

## QUÈ PASSA SI HEM D'EXPLICAR COSES DIFÍCILS D'ENTENDRE

**Fa uns dies ens va copsar** la notícia de la mort d'un mestre, a mans d'un dels seus alumnes a un institut de Barcelona. Els mestres han aprofitat per explicar als nens i nenes la notícia. No és fàcil d'explicar a alumnes d'edats molt diferents, a grups grans d'infants i molt menys poder adequar la informació a cada un d'ells. És per això que es fa necessari reprendre el tema a casa. Davant l'explicació de l'escola, cada alumne es farà una composició pròpia dels fets. Sabem que la fantasia dels

**COM A PARES HEM D'ESTAR ATENTS AL QUE FAN ELS FILLS PER TAL DE SABER QUIN ÉS EL SEU ESTAT D'ÀNIM**

nens i nenes pot arribar a allunyar-se massa de la realitat, o fins i tot arribar a considerar aquesta barbàrie, com una mena d'heroïcitat. El primer que hem

de fer és comprovar què és el que han entès els nostres fills sobre la notícia i compartir amb ells la nostra visió, amb un discurs sincer i alhora adequat a la seva edat. Aquest, per sort, ha estat un fet molt puntual i no pot emmarcar-se dins de la violència escolar. Posar sobre la taula aquest desgraciat esdeveniment, pot servir per fer una reflexió a fons del control que tenim sobre els nostres fills. És important controlar la seva vida, especialment allò que veuen a la tele i a internet, controlar amb què juguen i amb qui es relacionen. Comprovar que realitzen activitats adequades a la seva edat, que entenen allò que veuen per pantalla i que ho saben interpretar. Hem d'estar atents a tot el que fan els nostres fills i compartir amb ells algunes aficions, per tal d'entrar en el seu món i des d'allà saber quin és el seu estat d'ànim.

### Oci sense barreres...

#### ● MIRÓ PER A PERSONES AMB DISCAPACITAT VISUAL

La Fundació Miró de Barcelona organitza, prèvia demanda, una visita comentada pensada per a persones amb discapacitat visual: *Joan Miró. Planxes i gravats*. El pintor es va interessar pel gravat a la dècada dels anys 30 i en va experimentar molt amb tècniques com ara el burí, la punta seca, l'aiguafort o l'aiguatinta. L'activitat que proposa el museu és la d'acostar el món del gravat de Miró a partir de l'exploració tàctil de planxes de coure originals i proves d'estampació que es conserven i formen part del fons de la Fundació. Fundació Joan Miró. Parc de Montjuïc. Magatzem de reserva de la Fundació. Preu: 3 euros (individual) i de 15 a 40 euros (grups). Durada: 2 hores. Reserves: 93 443 94 79 ([programa.educatiu@fmirobcn.org](mailto:programa.educatiu@fmirobcn.org)).



### La Basílica i la natura

Proposta: Visita guiada per les dues façanes i l'interior de la Basílica de la Sagrada Família.

Quan? Fins el 28 de juny, caps de setmana i festius. Inici de la visita: 11.00 hores.

On? Carrer Mallorca, 401. ([www.sagradafamilia.org](http://www.sagradafamilia.org))

Preu: 4 euros.



**La relació entre el Temple i la naturalesa.** Sota el títol *La Sagrada Família, Naturalment!* el Temple organitza una activitat per als més menuts que consta d'una visita guiada per la Basílica i d'un taller plàstic. Antoni Gaudí va observar i es va fixar molt en l'entorn de la Sagrada Família per desenvolupar solucions arquitectòniques innovadores, efectives i molt singulars. L'objectiu de la visita es descobrir als infants quins són els elements presents en aquesta obra magna de Gaudí.



### Festa, menjar i música

Proposta: Dinar i ball amb l'orquestra Calidæ.

Quan? Dia 13 de maig a partir de les 12.00 hores.

On? Club de Golf Masia Bach de Sant Esteve Sesrovires.

Preu: 15 euros (pels titulars del carnet de la Gent Gran) i 20 euros.



#### Trobada de la gent gran de Sant Esteve Sesrovires.

Les persones grans de la població es troben al Club de Golf Masia Bach aquest dimecres 13 de maig amb un acte de benvinguda als assistents, a les 12.00 hores, i un dinar amb ball i un concert previ amenitzat pel grup de música Calidæ. Aquesta banda la formen músics professionals jubilats. Són 9 artistes que han tocat amb formacions com La Principal de La Bisbal, Selvatana, Caravana, Costa Brava, Amoga, els Set Son, La Maravella i els Montgrins.





# 13 DE MAIG/ 20 DE MAIG: ACTIVITATS

## DIMECRES 13

### ESCENA

#### MOSTRA DE TEATRE JOVE DE TARRAGONA

Dins la temporada de primavera del Teatre Metropol de Tarragona, té lloc entre l'11 de maig i el 22 de juny la 22a Mostra de Teatre Jove de Tarragona. En l'edició d'enguany hi prenen part 13 grups de teatre adreçat a col·lectius joves. Quatre d'ells provenen de centres educatius i 9 del teatre amateur. Es representaran 7 obres de creació pròpia i 6 obres d'autors teatrals de renom, com Anna Maria Millàs, Carlo Goldoni, Lluïsa Cunillé o Jose R. Puiggrós.

**TARRAGONA.** Teatre Metropol. Rambla Nova, 46. Fins al 22 de juny. [www.tarragona.cat](http://www.tarragona.cat) i [www.tarragonajove.org](http://www.tarragonajove.org).

## DIJOUS 14

### CONCERT

#### FESTIVAL DE JAZZ DE VIC

El 17è Voll-Damm Festival Jazz Vic 2015 ofereix una selecció de propostes jazzístiques de risc que juguen amb la improvisació i la música contemporània. Dijous 14 de maig actua Marcel·lí Bayer a la Jazz Cava. **VIC.** La Jazz Cava. Rambla Montcada, 5. Dia 14 de maig. A partir de les 21.00 hores. Gratuït (jornada de portes obertes). [www.jazzcava.com](http://www.jazzcava.com), [www.festival-jazzvic.cat](http://www.festival-jazzvic.cat) i [www.marcellibayer.com](http://www.marcellibayer.com).

## DIVENDRES 15

### ÒPERA

#### 'TURANDOT'

La temporada 2014-2015 de l'Associació d'Amics de l'Òpera de Sabadell porta per diferents localitats catalanes la producció lírica *Turandot* de Giacomo Puccini, dins del projecte *Òpera a Catalunya*. El pròxim 15 de maig, la peça en tres actes amb llibret de Giuseppe Adami i Renato



## FESTIVAL ROMÀ

### TARRACO VIVA

Tarragona celebra la dissetena edició del seu festival romà Tarraco Viva, fins al 17 de maig. Té com a objectiu la divulgació històrica de l'època romana. La ciutat es vesteix de gala i fa un viatge al passat, concretament, 2.000 anys enrere, amb 150 activitats i 400 actes en els quals participen més de 100.000 persones cada any. L'antiga Tarraco es recrea en una trentena d'espais de la ciutat. L'edició de l'any passat va ser extraordinària i va estar dedicada als 2.000 anys de la mort de l'emperador August. Enguany, com a novetat, s'escenifiquen diàlegs entre personatges històrics, tallers de cuina i un debat sobre el llegat d'August amb diversos especialistes. **TARRAGONA.** Fins al 17 de maig. [www.tarracoviva.com](http://www.tarracoviva.com).

Simoni, inspirat en l'obra de teatre *Turandotte* de Carlo Gozzi, es representa al Teatre-Auditori de Sant Cugat. El 17 de maig ho farà a L'Atlàntida de Vic. **SANT CUGAT DEL VALLÈS.** Teatre-Auditori de Sant Cugat. Plaça de Victòria dels Àngels, 1. Dia 15 de maig. A partir de les 21.00 hores. Preu de les entrades: 50 euros. [www.tasantcugat.cat](http://www.tasantcugat.cat).

## DISSABTE 16

### TRADICIÓ

#### FINAL DEL CONCURS 'LA SARDANA DE L'ANY

Dissabte dia 16 de maig, el Teatre Jardí de Figueres acull a partir de les 17.30 hores la Final del Concurs La Sardana de l'Any 2014. Hi participen les 10 sardanes finalistes del Premi Popular. A més, s'estrena una cantata per a cobla del tenor Jordi Molina amb textos de l'escriptor Vicenç Pagès Jordà. Les cobles de la final seran La Flama de Farners i la Ciutat de Girona. **FIGUERES.** Teatre Jardí. Plaça

Josep Pla, s/n. Dissabte 16 de maig a partir de les 17.30 hores. [www.conf.sardanista.cat](http://www.conf.sardanista.cat).

## DIUMENGE 17

### TRADICIÓ

#### FESTA DEL MERCAT DE LA PLAÇA D'AMPOSTA

Entre els dies 15 i 17 de maig se celebra la setena edició de la Festa del Mercat a la plaça d'Amposta. La cita d'enguany recorda el centenari de la posada de la primera pedra del pont penjant. Es farà un homenatge al seu precursor, l'alcalde Joan Palau. Entre els espectacles destacats s'hi troben el cabaret *Ampolino*, que compleix cinc anys en escena, i l'espectacle de llum, música i circ de la cloenda de diumenge a la nit. També es representarà el musical *Fum de Caliquenyo*. **AMPOSTA.** Del 15 al 17 de maig. [www.amposta.cat](http://www.amposta.cat).

## DILLUNS 18

### LITERATURA

#### SETMANA DE LA POESIA

La 31a edició del Festival Internacional de Poesia de Barcelona es clou amb una gala al Palau de la Música en la qual prendran part els poetes i escriptors Carles Camps Mundó, Ewa Lipska, Elena Medel, Sharon Olds, Montserrat Rodés i Charles Simic. **BARCELONA.** Palau de la Música, 4. Dia 18 de maig (21.00 h). Preu: 6 euros. [www.lameva.barcelona.cat/setmanapoesia](http://www.lameva.barcelona.cat/setmanapoesia).

## DIMARTS 19

### ART

#### TALLERS D'ARTISTES OBERTS AL PÚBLIC

Els artistes que participen fins al 24 de maig a la proposta de Tallers Oberts obren de bat a bat les entrades dels seus estudis per mostrar la seva professió a la

ciutadania. Aquests espais creatius no acostumen a estar oberts al públic. Del 15 al 17 de maig, obren portes els artistes del districte de Gràcia i Sarrià-Sant Gervasi. Del 22 al 24 de maig ho faran els del Poble Sec i Ciutat Vella. **BARCELONA.** Del 15 al 22 de maig. Diferents districtes. [www.bcn.cat](http://www.bcn.cat).

## DIMECRES 20

### CULTURA

#### 'LLEGIM AL JARDÍ'

La Biblioteca de Catalunya (BC) inicia el 20 de maig la sisena edició del cicle Llegim al Jardí, una activitat que dona un ús cultural als jardins fent-los servir com a espai de lectura a l'exterior. En aquest indret s'hi ubiquen taules i cadires per tal que els usuaris de la BC puguin llegir o connectar-se amb l'ordinador. S'ofereix un servei de préstec de llibres i revistes, accés gratuït a una selecció de premsa diària i a Internet amb wifi. **BARCELONA.** Biblioteca de Catalunya (BC). Hospital, 56. Fins al 30 de novembre. De dilluns a divendres de les 10.00 a les 19.30 hores. [www.bnc.cat](http://www.bnc.cat).

## CERTAMEN

#### FESTIVAL INTERNACIONAL DE CINEMA D'ANIMACIÓ

Barcelona estrena el dia 20 de maig el NonStop Barcelona Animació, la segona edició del festival internacional de cinema d'animació de la ciutat. És el primer i únic certamen d'aquestes característiques que es fa a la ciutat. Fins al pròxim 24 de maig ofereix projeccions i activitats paral·leles (*workshops*, exposicions, *masterclass*, conferències i taules rodones). L'edició d'enguany compta amb un total de 8 espais de celebració. **BARCELONA.** Diferents espais. Del 20 al 24 de maig. [www.nonstopbarcelona.com](http://www.nonstopbarcelona.com).



RECOMANAT  
A LES XARXES

## ► EMPRENEDORS

@barcelonactiva: III Campus per a Emprenedors @seedrocket Barcelona del 18 al 22 de maig. Últims dies per inscriure's! **BARCELONA.**

Barcelona Activa. Llacuna, 162. [www.barcelonactiva.cat](http://www.barcelonactiva.cat).

## ► SALUT DIGITAL

@ticsalut: del 18 al 20 de maig se celebra a Barcelona l'@health2bcn en

#salutdigital. **BARCELONA.** Aribau, 229. [www.bcnhealth.com](http://www.bcnhealth.com).

## ► 'MUNTEM UNA EXPOSICIÓ'

@museudeldisseny: El 12 de maig a les 18 h,

presentació de la mostra «Muntem una exposició». **BARCELONA.** Museu del Disseny. Plaça de les Glòries, 37. Del 13 al 24 de maig. Horari: dilluns de 16 a 20.30 h; de dimarts a diumenge

de les 10.00 a les 20.00 hores. [www.museudeldisseny.cat](http://www.museudeldisseny.cat).

## ► CIÈNCIA A DEBAT

@Revista\_Metode: Dimecres 20 de maig, presentació de la revista

Mètode a #Barcelona i debat sobre #QuèésLaCiència. Vols saber-ne més? **BARCELONA.** Institut d'Estudis Catalans. Carme, 47. Dia 20 a les 18.30 hores.

T&T  
BCN



## TRANSPORT PÚBLIC

► **METRO.** Línia 1 (Hospital de Bellvitge-Fondo). Des del dia 16 de desembre del 2014 es troba tancat per obres l'accés a l'Avinguda Can Serra de l'estació Rambla Just Oliveras. Continuen oberts, amb els seus horaris habituals, la resta d'accessos de l'estació (Renfe i Rambla Just Oliveras).  
► **AUTOBUSOS:** Cursa Popular de Nou Barris (diumenge 17 de maig). De les 08.30 a les 12.00 hores, línies afectades: H6, 11, 26, 32, 34, 36, 47, 50, 51, 73, 76, 81 (Sagalés) i 82 (Sagalés).



## OBRES A L'ESPAI PÚBLIC

► **BARCELONA (LES CORTS).** Carretera B-23. Calçada restringida des del quilòmetre 11 al 0 en ambdó sentits de la marxa per obres (de 22.00 a 06.00 hores).  
► **SANT BOI DE LLOBREGAT.** Carretera C-31C. Calçada restringida des del quilòmetre 1,5 al 0,8 en direcció a Castelldefels. **SANT CLIMENT DE LLOBREGAT.** Carretera BV-2003. Calçada restringida des del quilòmetre 6,4 al 6,93 en ambdó sentits.

oci.Cat

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

**Han col·laborat.** Xavi Casinos (redactor en cap), David Velasco (redactor en cap de disseny), Marta de los Dolores i Laura Rodríguez (disseny), Eduard Pericàs i Puri Caro (redacció), Menta Ventura (Fet a Mà) i Xavier Pons (distribució).



La **Xarxa de Parcs Naturals** de la Diputació de Barcelona celebra el **Dia Europeu dels Parcs** amb més de quaranta activitats gratuïtes per a tothom del **22 al 24 de maig**.

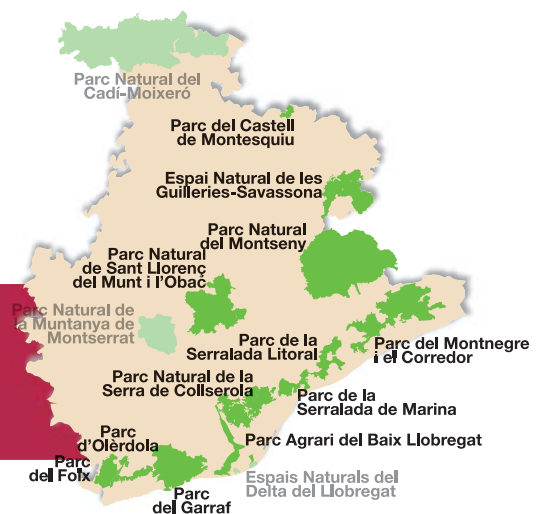


Tota la informació a:  
[www.diba.cat/parcsn/diaeuropeu](http://www.diba.cat/parcsn/diaeuropeu)

**Parcs de Catalunya**  
**Xarxa de Parcs Naturals de la Diputació de Barcelona**

Tota l'actualitat i les activitats a **L'Informatiu**  
[parcs.diba.cat/web/l-informatiu](http://parcs.diba.cat/web/l-informatiu)  
Subscriu-t'hi!

Altres parcs naturals de Catalunya: [parcsnaturals.gencat.cat/ca](http://parcsnaturals.gencat.cat/ca)



**Diputació  
Barcelona**



Mancomunitat  
de Catalunya