



## DINS DELS CELLERS COOPERATIUS

A Catalunya tenim 11 denominacions d'origen (DO) de vins. Planifiquem un viatge per les vinyes, aromes i gustos vinícoles de les DO Montsant, Tarragona, Terra Alta i Conca de Barberà de les comarques tarragonines.







# PARANT TAULA AMB ELS PRODUCTES DE QUALITAT DELS **PARCS NATURALS**



**La gastronomia, la producció artesanal i la viticultura es donen a conèixer amb aquest programa, vigent des del 2001 ● Hi formen part 9 parcs naturals catalans ● Anualment s'edita una guia de difusió. A la del 2014-2015 s'han adherit 240 establiments**

**P. CARO**  
oci.cat@20minutos.es / twitter: @20m  
**20minutos**

Un total de 9 parcs naturals catalans participen del programa de desenvolupament econòmic de la Diputació de Barcelona *Parc a taula*. Aquest destaca, mitjançant la gastronomia, la producció artesanal i la viticultura de proximitat i de qualitat, els valors naturals, culturals i paisatgístics d'aquests parcs.

Els primers que s'hi van adherir a la iniciativa van ser els parcs del Garraf i Olerdola l'any 2001. Posteriorment es van afegir el Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac (2004), els parcs de la Serralada Litoral i del Foix (2008), el Parc del Montnegre i el Corredor (2012) i el Parc del Castell de Montesquiu i el Parc Natural del

Montseny, el 2014, i el darrer, el Parc de la Serralada de Marina, enguany. Des de mitjans de 2010, participa en el programa la Lliga per a la Defensa del Patrimoni Natural (DEPNA) entitat catalana sense ànim de lucre en tasques d'intermediació del programa i en la definició i execució d'activitats concretes. *Parc a taula* destaca les activitats privades que conserven el territori i el fan rendible. I posa en comú els agents del sector primari de cada àrea protegida: els generadors dels productes naturals, els restauradors, el teixit social local i els gestors públics de l'espai. Tots aquests agents es donen a conèixer amb una guia de difusió del programa que s'edita anualment i amb l'*app* per a mòbils i tauletes *Parc a taula*. Els restaurants vinculats a aquests territoris proposen degustar diferents plats





## OCIpèdia

**GALL NEGRE DEL PENEDÈS** Es cria durant cinc mesos en plena llibertat, alimentat amb cereals i verdures. Les peces poden arribar a superar els tres quilos i són d'una carn consistent, sense greix i amb un sabor molt potent. Per Nadal és quan es consumeix més però es pot trobar tot l'any.

## PICAPOLL

Raïm de verema tardana, que produeix vins d'acidesa mitjana, molt amables i amb sensació de volum. Es troba dins de la denominació d'origen (DO) Pla del Bages.

## FORMATGE NEVAT

Formatge artesà elaborat amb llet pasteuritzada de cabra, recobert per una capa de fong blanc espessa, comestible i amb una textura cremosa. S'elabora tot l'any i es comercialitza per venda directa en botigues.

molt tradicional al Vallès Occidental. El seu color és groc i es conserva força temps. A la comarca del Bages, el cigronet de Mura és de fàcil cocció i permet moltes aplicacions en plats freds i calents i barrejat amb marisc, verdura o carn. Els embotits típics de la zona són el bull, els bisbes i la botifarra catalana trufada.

**Parcs de la Serralada Litoral i del Montnegre i el Corredor.** El Parc de la Serralada Litoral el formen la Conreria, el massís de Sant Mateu i el massís de Céllecs. La vegetació està dominada per les pinedes i el paper ecològic del parc és fonamental al ser terra de transició entre la costa i les valls de l'interior. El Parc del Montnegre i el Corredor l'integren dues serres que s'uneixen al coll de Collsacreu.

**Els productes.** Els pèsols de la floreta són autòctons de la comarca del Maresme i tenen una dolçor molt característica. Una

# 240

**establiments adherits al programa** Parc a taula del 2014-2015: 20 són allotjaments, 80 restaurants, 24 cellers i 14 establiments, 24 elaboradors i 78 productors

altra varietat típica de la comarca és el tomàquet pometa, de color vermell molt intens quan està madur i que s'ha començat a recuperar agrícolament.

**Parcs del Montseny i del Castell de Montesquiu.** El Montseny s'erigeix entre les planes del Vallès, Osona i La Selva, i reconegut per la bellesa dels seus boscos d'alzinars, suredes i pinedes a les parts baixes, d'alzinar muntanyenc i rouredes en la muntanya mitjana i de fagedes, avets i matollars als cims. El Parc del Castell de Montesquiu és un espai de pas entre les zones muntanyoses del Ripollès i la Cerdanya i les planes d'Osona. El castell de Montesquiu data de l'edat mitjana i l'any 1976 va passar a ser propietat de la Diputació de Barcelona per cessió del seu darrer propietari, Emili Juncadella. Ara funciona com a equipament cultural.

**Els productes.** Molts plats típics de la cuina de tardor del Montseny tenen com a base o complements els bolets de la zona: carlets, rovellons, rossinyols, sabateres, ceps, ous de reig, llenegues o fredolics. Si es preparen en conserva, els bolets guanyen presència fora de temporada, bàsicament en estofats i arrossos. Les castanyes també són un producte molt preuat del Montseny que dona personalitat als plats típics. La carn i els formatges són d'una gran qualitat gràcies als ramats que pasturen a la muntanya del Montseny. Amb carn de xai, de cabrit o de vedella autòctona es fan delicioses carns a la brasa, costelles de cabrit o plats tradicionals de cuina bandolera com la carn i mongetes de perol, i la vedella amb bolets. Els plats de caça són de senglar, com el civet de senglar, i les carns es reguen amb ratafia, un licor molt preuat al territori.



Entra a l'app mòbil **Parc a taula** o captura aquest codi per accedir-hi

**Trobareu totes les propostes a:**

<http://parcs.diba.cat/web/parc-a-aula>

@parcataula

parcataula

**Conreus i ramaderia** produeixen aliments de gran qualitat íntimament lligats amb els parcs naturals del programa 'Parc a taula'.

FOTOS: ARXIU PARC A TAULA, DIPUTACIÓ DE BARCELONA



elaborats amb productes naturals. Els productors i artesans de les zones aporten la matèria primera de qualitat. En l'edició 2014-2015 hi ha 240 establiments adherits a Parc a Taula: 20 són allotjaments, 80 restaurants, 24 cellers, 14 establiments, 24 elaboradors i 78 productors. L'objectiu és estendre el programa progressivament als 12 espais que conformen la Xarxa de Parcs Naturals de la Diputació de Barcelona.

### PROGRAMA 'PARC A TAULA'

**Parcs del Garraf, Olèrdola i el Foix.** El Garraf litoral està ple de penya-segats escarpats que dibuixen una costa agresta de pedra calcària. Al Garraf interior imperen les vinyes i les restes dels castells d'Eramprunyà i Olivella, testimoni viu de les guerres amb els sarraïns. La muntanya d'Olèrdola

es troba darrere del massís del Garraf. Destaca al seu paisatge la presència del margalló, l'única palmera autòctona del continent europeu.

**Els productes.** La col paperina és un producte que es troba a molts municipis de les comarques del Baix Llobregat i del Garraf. És de color verd pàl·lid per les cares exteriors i gairebé blanc per dintre. El seu gust és suau i dolç i pesa menys que altres varietats de cols. Un dels productes més antics de l'horta del Garraf és l'escarola perruqueta, d'un color verd més clar i més dolça. El tomacó és un tomàquet ideal per sucocar el pa. El préssec d'Ordal és una fruita de secària en gust i aromes. Es conrea als termes de Subirats i Avinyonet del Penedès. L'oferta vinícola del Garraf és de qualitat excepcional. La malvasia de Sitges és un raïm menut de

gra gros i tendre, molt dolç. Es dediquen 2,5 hectàrees a la seva producció com a vi dolç sota la DO Penedès. La malvasia de Sitges es recomana després de menjar el típic xató o per acompanyar les postres.

**Parc Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac.** Dues serralades donen nom a aquest parc natural de boscos d'alzines i pinedes. El seu cim més alt és la Mola, de 1.104 metres d'altura, on es troba el Monestir de Sant Llorenç del Munt.

**Els productes.** La mongeta del ganxet és un dels aliments més representatius de l'horta del Vallès Occidental. Aquest llegum sec té forma de ganxo i és especialment saborosa com a part d'amanides i cansalada amb oli novell. Gaudeix de la denominació d'origen protegida (DOP) Vallès-Maresme. La poma del ciri també és un correu



En ruta  **Comarques**

# COOPERATIVES DE VINS AMB DENOMINACIÓ

**Us proposem uns quants vins elaborats per cellers cooperatius tarragonins ● perquè gaudiu de la feina ben feta de la nostra terra ● Però en teniu molts més. Us encoratgem a descobrir-los!**

**JOSEP LLUÍS GROGUÉS**  
FCAC  
**20minutos**

La cultura del vi forma part de la història de Catalunya fins a convertir-se en un símbol del nostre territori. Fa uns anys, quan un producte obtenia cert nivell, ràpidament se n'identificava el seu lloc d'origen.

Actualment un vi amb Denominació d'Origen (DO) garanteix, no només l'origen geogràfic, sinó també la seva qualitat, doncs vol dir que està elaborat sota controls que garanteixen una pràctica vitícola, enològica i d'envelliment determinada.

A Catalunya tenim 11 Denominacions d'Origen de vins: Alella, Catalunya, Conca de Barberà, Costers del Segre, Empordà, Montsant, Penedès, Pla de Bages, Priorat, Tarragona i Terra Alta, cadascuna d'elles amb característiques que les fan especials i úniques. Tal és la nostra riquesa!

## EN QUÈ ES DIFERENCIEN?

Cada zona té el seu tipus de raïm i està molt condicionada pel tipus de sòl que té aquell territori, pel clima (la pluja, el vent, les hores de sol, les temperatures, les gelades...), els rendiments dels ceps i fins i tot, pel celler que els elabora. Les peculiaritats de cada zona es traslladen al seus vins.

**DO Montsant.** Són fidels a la qualitat i la singularitat del producte, amb la Garnatxa i la Carinyena com a varietats autòctones per essència.

**DO Terra Alta.** Estan situades entre el riu Ebre i les terres del Mataranya, a la zona més meridional de Catalunya, fet que condiciona que el conreu en terrasses, sovint naturals, o bancals. La seva singularitat es deu a la condició de mediterrani d'interior del terrer.

**DO Tarragona.** Ocupa 73 municipis del Camp de Tarragona, amb sòl del miocè, calcari i lleuger, i part de la Ribera de l'Ebre, majoritàriament del període terciari, molt pedregós, amb hiverns freds, estius calorosos i molta lluminositat.

**DO Conca de Barberà.** Vénen marcats per l'acció combinada de dos rius, el Francolí i el seu afluent, l'Anguera, que formen una vall fluvial envoltada de carenes muntanyoses. Aquest fet condiciona uns vins de caràcter fresc i lleuger, amb una gran expressió aromàtica.



Cada tipus de raïm està condicionat pel clima. FOTO: FCAC

## UN MOSTREIG DE VINS

DO MONTSANT		DO TERRA ALTA		DO TARRAGONA		DO CONCA DE BARBERÀ	
							
<b>LO FOC DEL CASTELL</b> ► Coop. Falsat Marçà. Malgrat la seva aparença feréstega, ens regala totes les sensacions del seu entorn, fruita vermella confitada i intensos aromes d'herbes aromàtiques i minerals. <a href="http://www.etim.cat">www.etim.cat</a>	<b>PERLAT</b> ► Cellers Unió. Negre de color vermell lilós intens i aroma de fruits vermells madurs, amb notes de vainilla. A causa del curt pas per bóta, en boca és càlid, carnós, potent i persistent. <a href="http://www.cellersunio.com">www.cellersunio.com</a>	<b>NATURALIS MER ECOLÒGIC</b> ► Celler Batea Net, intens i fresc. Destaquen les fruites blanques (poma i la pera) les tropicals (plàtan i la pinya), fruita amb os com el préssec i la nectarina. És un vi molt llaminer. <a href="http://www.vinosterraalta.es">www.vinosterraalta.es</a>	<b>SOMDINOU NEGRE JOVE</b> ► Celler Cooperatiu de Gandesa. D'aroma a fruites vermelles i negres, amb tons a regalèsia negra i pebre. Ideal per a carns blanques i vermelles, estofats i arrossos. <a href="http://www.coopgandesa.com">www.coopgandesa.com</a>	<b>ADERNATS ÀNIMA</b> ► Vinícola de Nulles. D'un color robí granat i rivet morat, és ideal per a taules de formatges o ibèrics, graellades de carn i carns vermelles. És un vi amb caràcter. <a href="http://www.vinicoladenuelles.com">www.vinicoladenuelles.com</a>	<b>FLAMA ROJA BLANC</b> ► Castell d'Or. Vi amb personalitat, fresc i afruitat. Postgust molt agradable amb tocs florals. Ideal per a pastes, arrossos, carns blanques, peixos, amanides i marisc. <a href="http://www.castelldor.com">www.castelldor.com</a>	<b>COMANGLORA ROSAT TREPAT</b> ► Cellers Domenys. Vi rosat fresc, agradable al paladar i altament aromàtic, creat amb la varietat autòctona de la Conca: Trepat. <a href="http://www.latevacoooperativa.com">www.latevacoooperativa.com</a>	<b>PORTELL NEGRE CRIANÇA</b> ► Vinícola de Sarraí. Apropiat per acompanyar carns guisades, caça, plats condimentats amb salses, formatges cremosos i embotits. <a href="http://www.cava-portell.com">www.cava-portell.com</a>



**VITICULTURA**  
Especialització de l'agronomia que es dedica a l'estudi i la producció de la vinya i el raïm. Quan del raïm se'n fa vi

també es coneix com viticultura. La viticultura s'ocupa de monitorar i controlar les plagues, les malalties, la

fertilització i el regadiu de la vinya.  
**BANCAL**  
En les serres i terrenys amb

pendents pronunciades, replà de terra que es genera naturalment o artificialment, i que s'aprofita per a un conreu de llegums,

vinyes, oliveres i altres arbres amb fruita.  
**REGALÈSSIA**  
Arbust de la família

de les fabàcies. A partir de l'arrel o rizoma se n'extreu una substància dolça coneguda col·loquialment com *pega dolça*.



Fet a mà



Passatemps i consells de viatge

## PAS A PAS

El Sari Silk és un filat reciclat de seda que utilitzen les dones de l'Índia i que es caracteritza per incloure una multitud de colors únics. Rosas Crafts parteix d'aquest material per crear un collar de bijuteria amb caràcter i textura ([www.rosascraftbcn.com](http://www.rosascraftbcn.com)).  
MENTA VENTURA



**1 El material.** Per crear aquest collar necessitem tenir a mà quatre metres de cinta Sari Silk del color que més ens agradi, dos pompons que hi facin joc, penjolls, un camafeu, comptes de collaret, una cadena i fil de perle.



**2 Passem els comptes.** Tallem un tros d'uns 10 centímetres del fil de perle i tot seguit hi passem els comptes del collar, els pompons i els penjolls que hem triat. Per una altra banda, muntem el camafeu en una cadena de set centímetres.



**3 Estructurem el Sari Silk.** Arribats a aquest punt, toca ja treballar amb la gran protagonista del collar, la cinta de seda reciclada Sari. Agafem els quatre metres de tela que hem tallat anteriorment i la doblem en quatre parts, totes elles iguals.



**4 Afegim els adorns.** Agafem un dels extrems de la cinta Sari Silk i hi afegim el fil de perle amb els comptes, els pompons i els penjolls que ja tenim muntats prèviament. Només cal que l'unim fent-hi un nus que quedi ben subjecte.



**5 Toc final.** Acabem el collar afegint a l'altre extrem de la cinta de seda reciclada el camafeu amb la cadena. En aquest cas, fem un nus escorredor. Ara només cal posar-se'l i provar les diferents maneres de lluir-lo.



PAS A PAS



OCIpèdia

**'COLLAGRAPH'**  
Dues paraules gregues: *kolla* (enganxar) i *graph* (dibuix) donem nom a aquesta tècnica experimental de gravat que consisteix a crear una matriu a partir de materials enganxats que després es poden estampar o tintar. L'origen cal trobar-lo a la dècada dels anys 30 del segle passat amb el Metal Print de l'artista alemany Rolf Nesh.

REVETLLA DIY

**Gimcana artesana.** Aquest divendres comença oficialment la Festa Major del Casc Antic, corresponent als barris de Sant Pere, Santa Caterina i la Ribera, amb una presència destacada d'activitats que giren al voltant del món *hand made*. Per començar, divendres i dissabte s'organitza al carrer Argenteria una fira d'artesans que obriran les paradetes de les deu del matí fins a les vuit del vespre. Però l'acte més original és la Gimcana Artesà a



càrrec d'artistes i creadors del barri. Els participants hauran de transformar una bossa de cotó en un objecte únic i personalitzat. Per fer-ho, podran visitar els tallers i espais creatius del barri on els seus responsables els ajudaran a posar-hi el seu granet creatiu. L'activitat es realitzarà el dia 27 de les onze del matí a les set del vespre i té com a objectiu donar a conèixer l'artesanía de Sant Pere.  
[www.facebook.com/santperemencanta](http://www.facebook.com/santperemencanta).

CURS 'CRAFT'

**Tallers d'estiu per a adults.** Aquesta setmana han començat les inscripcions per assistir als cursets de juliol que organitza el Centre Cívic Casa Sagnier. Hi ha una vintena de tallers per triar, com el que ensenya a teixir un biquini de ganxet, un xal calat d'estiu o fins i tot a confeccionar un vestit de tirants. També hi ha cursets per aprendre a utilitzar la màquina de cosir. <http://cci-vics.bcn.cat/casasagnier>.

## COLLAR AMB SARI SILK

Ara que venen les revetlles, us ensenyem a elaborar un penjoll ètnic d'origen indi i molt colorista per poder lluir a les nits de celebració.

### Agenda de tallers

#### ● 'LETTERING'

##### CADÀVER EXQUISIT

Un taller impartit per Cristina Pardo per conèixer els fonaments bàsics d'aquesta tècnica, que consisteix en dibuixar paraules. S'aprendrà a utilitzar el pinzell rodó i el perfilador per crear una cal·ligrafia itàlica lligada. On? Cadàver Exquisit (carrer Santa Clotilde, 6 de Barcelona); Quan? 19 de juny a les 17hores. [www.cadaverexquisit.com](http://www.cadaverexquisit.com).

#### ● CISTELL DECORAT

##### CONESA

Aquesta setmana la Lúcia ensenyarà a personalitzar un objecte d'ús quotidià. S'utilitzaran diferents tècniques com la pintura amb acrílics o el *decoupage* sobre fibres naturals per decorar un cistell amb motius molt estiuencs. On? Conesa (carrer Petritxol, 10 de Barcelona); Quan? 20 de juny a les 17 hores. [www.conesa.eu/blog](http://www.conesa.eu/blog).

#### ● ESPARDENYES ESTAMPADES

##### COSTURETAS SOCIAL CLUB

Els estampats amb motius còsmics com estrelles, galàxies, nebuloses... segueixen marcant tendència en la moda unisex. En el taller s'ensenyarà a crear unes espadnyes personalitzades utilitzant la tècnica de l'estampació tèxtil. On? Costuretas Social Club (carrer Verdi, nº 81 de Barcelona); Quan? 20 de juny a les 18 hores. [www.costuretas.com](http://www.costuretas.com).

#### ● COR DE PALÉ

##### LIANA TALLERS

Aquest taller combina diferents especialitats com el bricolatge o la pintura per crear un cor gegant a partir de fustes de palé. S'ensenyarà a treballar amb la serra de calar i també a pintar amb la pintura de moda, la *chalk paint*. On? Liana Tallers (carrer Perpetuo Socorro 10, baixos (Poble Sec) Sitges) Quan? 20 de juny a les 17h. [www.lianatalers.com](http://www.lianatalers.com).

#### ● LÀMPADA D'ORIGAMI

##### DUDUÁ

Collage Studio és l'encarregat d'aquest taller destinat a crear una làmpada en forma d'ós a partir de la tècnica de plegat més coneguda procedent dels països orientals. També s'ensenyaran quins papers són els més adequats i tècniques de decoració. On? Duduá (carrer Diluvi, 5 de Barcelona); Quan? 19 de juny a les 17 hores. <http://duduadudu.blogspot.com.es>.



@NEM-hi



Activitats per a petits, no tan petits i grans



### Intenz Diagonal

On: Avinguda Diagonal entre els carrers Joan Güell i Entença.

Quan: Dijous 18 de juny.

Horari: De les 20.00 a les 02.00 hores.

Web: [www.intenzdiagonal.com](http://www.intenzdiagonal.com).



## L'edició estiuenca de la Shopping Night es dedica al moviment del Pop Art

L'Avinguda Diagonal es transforma la nit de dijous 18 de juny en una passarel·la de moda, gastronomia, tendències i espectacles. Actuacions musicals, exhibicions de grafiti, performances, cinema, gastronomia i oferta comercial són els principals atractius de la tercera edició de la Shopping Night Intenz Diagonal. El tram on es viurà la festa comprèn la Diagonal entre els carrers Joan Güell i Entença. En aquesta edició, l'eix temàtic és el moviment artístic del Pop Art. El cantant Pedro Marín serà el padrí de

l'esdeveniment nascut per dinamitzar el comerç local. La festa tindrà lloc demà dijous entre les vuit de la tarda i fins a les dues de la matinada. S'hi afegeixen a la proposta marques, establiments, hotels, restaurants i entitats. Així com els dos principals centres comercials de la zona, l'Illa Diagonal i Pedralbes Centre. El pop art va sorgir com a moviment artístic durant la dècada dels anys 50 del segle passat al Regne Unit. Consisteix a fer art amb imatges de la cultura popular sortides de còmics,

### Tingues en compte

► **ANDY WARHOL** (Estats Units, 1928-1987) va ser un artista plàstic i un cineasta nord-americà que va jugar un paper cabdal en el naixement i el desenvolupament del Pop Art. El 1987, l'any de la seva mort, es va fundar l'Andy Warhol Foundation for the Visual Arts, que treballa en favor de les arts visuals.  
[www.warholfoundation.org](http://www.warholfoundation.org).

► **PEDRO MARÍN** (Barcelona, 1961) és un cantant espanyol de pop, rock i electropop. Va assolir molta popularitat amb les cançons *Aire*, *Que no*, *Cantaré*, *Puente de colores*, *Laura*, *Tu serás sólo mía* o *Sha la la*, entre d'altres.

cinema, publicitat o televisió. El cartell de la Shopping Night és al·lusiu a aquest moviment i incorpora una serigrafia de Mick Jagger elaborada per Andy Warhol, qui va ser un dels màxims exponents del Pop Art. Aquesta imatge l'ha cedida en ocasió de la festa el Reial Cercle Artístic de Barcelona. L'obra la va crear Warhol l'any 1975 i porta per nom *Mick Jagger number one*. Pedro Marín va ser una icona del pop espanyol de la dècada dels vuitanta i es va donar a conèixer als Estats Units com el primer artista hispà d'avantguarda. The Shopping Night Intenz Diagonal. Tercera edició. Dijous 18 de juny. De les 20.00 a les 02.00 hores. Avinguda Diagonal amb els carrers Joan Güell i Entença. [www.intenzdiagonal.com](http://www.intenzdiagonal.com).

### Què passa si...



**XAVIER GARCIA**  
Director del Servei Terapèutic de Cel Obert (93 311 69 05, [celobert@cel-obert.com](mailto:celobert@cel-obert.com))

## SI NO SABEM RES DE LA HISTÒRIA DEL FILL ADOPTAT

**Pensen en la seva mare.** En general, les persones estem interessades a saber coses que formen part de la nostra història, encara que siguin vivències que no recordem. El lloc de naixement, la manera com vàrem arribar al món o com érem de ben petits, són temes que ens agrada conèixer i que formen part de la nostra essència. Malauradament, els nens i nenes adoptats, especialment si l'adopció és internacional, tenen molt poca informació de la seva història anterior. Però no per desconèixer aquesta història, els nens i les nenes deixen de pensar-hi. Malgrat que no tinguin cap mena de record, la majoria de nens i nenes adoptats, pensen habitualment en la seva mare d'origen. Temes com el què estarà fent la mare, si serà viva, si pensarà en els seus fills o si haurà tingut més descendència, estan sempre presents en l'imaginari de l'infant adoptat. Són temes que li provoquen un estrès intern important

### QUAN NO ACCEPTEM ALGUNA PART DE LA HISTÒRIA DEL FILL ESTEM REBUTJANT PART DE LA SEVA ESSÈNCIA

i són la font de moltes de les seves pors. Com a pares adoptius, haurem de facilitar la seva expressió, ja que pertany on van passar coses

que l'han afectat al seu desenvolupament i a la seva estabilitat emocional. Els nens no poden entrar en aquells espais que els hi causen dolor, si no se senten absolutament acompanyats per les seves figures de referència i d'estabilitat. El fet de no conèixer la història, sovint porta a les famílies adoptants a pensar que amb la simple resposta de «no sabem res», els infants ja tenen prou. No és així, els fills necessiten saber si aquest tema també forma part dels pares, és a dir, per ells és més important saber que els seus pares adoptius pensen en la mare biològica, que el fet de trobar la història més aproximada possible. Quan li diem: «No sabem res» l'assumpte acaba molt ràpidament i li hem dit tot el que sabem, però el nen o nena no deixarà de pensar-hi. Si realment ens interessa la història del nostre fill i hi pensem en ella, a aquesta resposta li afegirem quelcom com «però quan jo la penso, imagino que...». Així li estem transmetent que també hi pensem. Quan no acceptem alguna part de la història del fill adoptat, estem rebutjant una part de la seva essència. El fill adoptat necessita sentir-se estimat pel que és, i ell és des de la seva concepció, no solament des de la seva arribada a la família adoptant.



### Festa del Mar a Badalona

On: Passeig Marítim de la platja del Pont del Petroli.

Quan: Diumenge 21 de juny. Activitats lúdiques i educatives.

Horari: de les 10.30 a les 14.00 hores.

Web: [www.badalona.cat](http://www.badalona.cat).



**Tallers d'estels mariners.** Badalona celebra diumenge 21 de juny la Festa del Mar. Durant tot el matí, el tram del passeig Marítim de la platja del Pont del Petroli acollirà activitats lúdiques i educatives vinculades amb el mar. Els visitants podran participar en actes com ara batejos de rem i de vela o conèixer el Quetx Ciutat Badalona. Per als més petits està adreçat l'espectacle *El Mar: font de vida, font de comunicació* i els tallers d'estels mariners, de pesca sostenible i de maquillatge.



### Portes obertes al Palau de la Música

On: Palau de la Música Catalana.

Quan: Diumenge 21 de juny de 10 a 15 hores.

Què: Actuacions musicals, visites i dos tallers de cant coral.

Web: [www.palaumusi-ca.cat](http://www.palaumusi-ca.cat).



**Pel Dia de la Música.** El Palau de la Música obre les seves portes diumenge 21 de juny, Dia de la Música, i oferirà actuacions durant tota la jornada així com dos tallers gratuïts de cant coral. En l'edició passada va reunir més de 5.000 visitants a l'edifici modernista Patrimoni de la Humanitat. Els cors de l'Orfeó Català actuaran en directe a l'escenari de la Sala de Concerts, tant en formació completa com en petits grups, cada mitja hora. Hi ha 160 participants inscrits als tallers.



@NEM-hi



Propostes per a la setmana

# 17 DE JUNY/24 DE JUNY: ACTIVITATS

**DIMECRES 17****MOSTRA****NAU GAUDÍ DE MATARÓ**

Mataró ha inaugurat l'exposició *Col·lecció Guéron. Art inconformista rus*. Presenta a la Nau Gaudí les obres més rellevants d'un dels fons més importants del món d'art rus, que pertany a Jean-Jacques Guéron. Es poden admirar fins a 125 obres d'artistes destacats russos com Chemiakin i Yankilevsky, del moviment de l'inconformisme rus. Tot allò que es considerava art durant la dècada dels 30 del segle passat havia de passar pel control de la Unió d'Artistes i del Ministeri de Cultura mentre que l'art més innovador només podia arribar al públic de forma marginal. **MATARÓ**. Nau Gaudí. Carrer Cooperativa, 47. Del 16 de juny fins al 10 de gener del 2015. De dimarts a diumenge i festius de les 18.00 a les 21.00 hores. [www.bassat-gaudimataro.cat](http://www.bassat-gaudimataro.cat).

**DIJOUS 18****MÚSICA****DEL MÓN A UN RECINTE MODERNISTA**

Pop mandinga, música tradicional cubana, fusió mediterrània o ritmes afrocaribenys sonen cada dijous, del 18 de juny al 23 de juliol, al recinte modernista de Sant Pau de Barcelona. Tots els artistes participants al cicle *Músiques del Món*, malgrat tenir diverses procedències, tenen en comú el seu amor per Barcelona. El dijous 18 de juny arrenca el programa Nakany Kanté (Guinea C.) amb una sessió de pop mandinga. **BARCELONA**.

Jardins del Recinte Modernista de Sant Pau. Sant Antoni Maria Claret, 167. A les 21.30 hores. Preu: 8 i 10 euros. [www.santpaubarcelona.org](http://www.santpaubarcelona.org).

**DIVENDRES 19****GASTRONOMIA****STREET FOOD BORN**

Xefs i restauradors com Oriol Rovira, Santi Hoyos, Manel

**MERCATS****REVELLES D'ESTIU AMB MUSCLOS I CAVA**

Per quart any, el Gremi de Majoristes del Peix de Mercabarna, el Gremi de Peixaters de Catalunya i la Federació de Productors de Mol·luscs del Delta de l'Ebre serviran durant dos dies 6.000 racions de musclo de Delta de l'Ebre preparades a la marineria i unes 2.000 copes de cava. Avui, el tast, popular i gratuït, té lloc als mercats de La Concepció i Sants de Barcelona i dijous dia 18 de juny als de La Marina i Santa Eulàlia de l'Hospitalet. La campanya es diu *Revetlles d'Estiu amb Musclos i Cava. Productes Catalans*. **BARCELONA I L'HOSPITALET**. Dies 17 i 18 de juny. Mercats de La Concepció, Sants, La Marina i Santa Eulàlia. [www.mercabarna.es](http://www.mercabarna.es).

Jiménez, Ramon Parellada, Joan Bagur, José Varela i Francisco Heras ofereixen un singular tast conjunt de la gastronomia de l'històric barri del Born a la segona edició de l'Street Food Born. La cita s'estendrà durant tres dies i inclourà música en directe per amenitzar les degustacions. Aquest és un projecte de Barcelona Born Gourmet. **BARCELONA**. Plaça Pla de Palau. Del 19 al 21 de juny. Dies 19 i 20 de les 12 a mitjanit i el diumenge 21 de les 12 a les 18 hores. Cada plat costa 5 euros i les begudes 2,5 euros.

**DISSABTE 20****FESTIVAL****REVELA'T DE VILASSAR DE DALT**

El cap de setmana del 19, 20 i 21 de juny es poden visitar més de 50 exposicions de destacats fotògrafs i galeristes i 50 micro exposicions als aparadors dels

comerços de Vilassar de Dalt. Aquestes activitats culturals formen part de la nova edició del Revela't, una trobada que també té presència al parc de Can Rafart, on s'ubicarà una fira comercial amb 21 carpes de fotomercat.

**VILASSAR DE DALT**. Dies 19, 20 i 21 de juny. [www.revela-t.cat](http://www.revela-t.cat).

**DIUMENGE 21****MÚSICA****FESTIVAL DE JAZZ A IGUALADA**

La ciutat d'Igualada és ben jazzística durant part del mes de juny. Enguany acull la tercera edició de l'Estival de Jazz, un festival que aposta per impulsar joves talents del jazz de l'escena catalana. A més de concerts, tenen lloc diverses activitats relacionades amb aquest gènere musical de culte. **IGUALADA**. Diversos espais. Del 18 al 28 de juny. [www.estivalde-jazz.cat](http://www.estivalde-jazz.cat).

**DILLUNS 22****FESTIVAL****URBÀ SWAB STAIRS**

La iniciativa convida estudiants d'escoles de disseny a crear vinils per a decorar 9 de les escales de metro més centrals de Barcelona. Del 18 de juny al 2 de juliol es podran veure aquestes creacions al suburbà dins de les activitats del Swab OFF, que vol portar l'art contemporani a peu de carrer. **BARCELONA**. Estacions de metro. Del 18 de juny al 2 de juliol. Gratis. [www.swab.es](http://www.swab.es).

**DIMARTS 23****MÚSICA****FLOW SUMMER FESTIVAL A L'ILLA FANTASIA**

La vigília de Sant Joan s'organitza al parc aquàtic Illa Fantasia el

Flow Summer Festival, una reunió de més de 20 artistes del panorama nacional. La cita oferirà activitats a l'aigua i concerts per a tots els públics. Han confirmat la seva assistència els cantants Henry Méndez, Rasel, Nyno Vargas, Clover, J Martín, Dama, Nuria Swan, Machete Groy, Daviel, Dryan, Rich Surprise o Two Tone, entre d'altres. **VILASSAR DE DALT**. Finca Mas Brassó, s/n. Dia 23 de juny. De les 10.00 a les 22.00 hores. [www.flowre-cordsbcn.com](http://www.flowre-cordsbcn.com) i [www.illafantasia.com](http://www.illafantasia.com).

**TRADICIÓ****MERCAT FESTIU DE LES CULTURES DEL PIRINEU**

Les Valls d'Aneu tenen el seu festival de dansa, música i teatre al carrer, anomenat Dansàneu. Amb aquest mercat festiu, que celebra la seva 24ena edició, vol preservar els costums del Pirineu. Hi participaran grups del País Basc, l'Aragó i de terres occitanes, a més de catalans. **DIFERENTS MUNICIPIS DE LA VALL D'ANEU**. Del 23 al 28 de juny. [www.esterrianeuc.cat](http://www.esterrianeuc.cat).

**DIMECRES 24****GASTRONOMIA****VAN VAN MERCAT GASTRONÒMADA**

La cita amb els *food trucks* o camions de menjar, de plena tendència, es trasllada de data i es celebra finalment els dies 23 i 24 de juny, coincidint amb la revetlla de Sant Joan. La cita culinària i d'oci serà a La Monumental de Barcelona. A més de poder tastar *street food* o menjar al carrer d'autor i de primera qualitat, es podrà gaudir de concerts i sessions de dj's. **BARCELONA**. La Monumental. Dies 23 i 24 de juny. Entrada gratuïta. Dimarts 23 de les 18.00 a les 01.00 hores i diumenge 24 de les 12.00 a les 18.00 hores. [www.vanvanmarket.com](http://www.vanvanmarket.com).



RECOMANAT A LES XARXES

► **FESTIVAL DEL CÒMIC**  
@costabrava: RT  
@AjTorroella: Del 19 al 21 de juny us esperem al #FestivalDelComic de #Torroella de Montgrí!

**TORROELLA DE MONTGRÍ**.  
Del 19 al 21 de juny.  
[www.firestorroella.com](http://www.firestorroella.com).  
► **EXPOSICIÓ A FABRA I COATS** @barcelona\_cat:  
Del 17 al 19 de juny,

exposició #ProdArt15 a la #FabraiCoats. **BARCELONA**.  
Fabra i Coats.  
Del 17 al 19 de juny.  
[www.lameva.barcelona.cat](http://www.lameva.barcelona.cat).  
► **FESTIVAL DE**

**LA CORNAMUSA**  
@turismeolot: Festival Internacional de la Cornamusa a #Olot del 19 al 21 de juny.  
**OLOT**. Del 19 al 21 de juny.

[www.cornamusam.org](http://www.cornamusam.org).  
► **TEATRE DE GUERRILLA**  
@TdGuerrilla: Diumenge 21 Juny 19h Teatre de la Passiód' #OlesadeMontse rrat actuació #TEMPS

@QuimMasferrer. **OLESA DE MONTSERRAT**. Dia 21 de juny.  
Teatre de la Passió. Plaça de l'Oli.  
A partir de les 19.00 hores. Preu de les entrades: 10 euros.  
[www.lapassio.cat](http://www.lapassio.cat).

**T&T BCN****TRANSPORT PÚBLIC**

► **CONCERTS DE PABLO ALBORÁN**. **Palau Sant Jordi**. Els dies 18 i 19 de juny. Es pot fer servir la línia de bus 150 (Pl. Espanya - Castell de Montjuïc), que es reforça. També en metro, baixant a l'estació Paral·lel (L2/L3). A la sortida del concert, hi ha servei especial d'autobusos entre el recinte i la plaça d'Espanya. ► **FESTIVAL SÓNAR**. **Fira de Montjuïc i Fira Gran Via de l'Hospitalet**. Dies 18, 19 i 20 de juny. Consulta el transport recomanat a [www.tmb.cat](http://www.tmb.cat).

**AFECTACIONS A L'ESPAI PÚBLIC**

► **TALLS DE TRÀNSIT**. **Sant Adrià del Besòs**. Calçada restringida a la carretera B-10 a Sant Adrià del Besòs, en el tram comprès entre el quilòmetre 3,5 al 7 en direcció Llobregat. **Barcelona**. Calçada restringida a la carretera B-23 en el tram des del quilòmetre 0 a l'11, en ambdós sentits de la marxa. Més informació al web municipal <http://com-shi-va.lameva.barcelona.cat>.

**oci.Cat****SETMANARI DIVULGATIU EN CATALÀ D'OCI I CULTURA DE 20MINUTOS**

**Han col·laborat en aquest número**. Xavi Casinos (redactor en cap), David Velasco (redactor en cap de disseny), Laura R. Medina (disseny), Puri Caro (agenda i redacció), Menta Ventura (Fet a Mà) i Xavier Pons (distribució).



# CATALUNYA ÉS CASA TEUA

Xavi Hernández | Futbolista  
Artiga de Lin - Val d'Aran

Gemma Mengual | Medallista olímpica en natació sincronizada  
Caella de Palafrugell - Costa Brava

