



Tota la Sagrera

ASSOCIACIÓ DE VEÏNS I VEÏNES DE LA SAGRERA

NÚM. 214 · JULIOL 2026

REHABILITEM LA BARRACA

Un equipament històric per al futur de La Sagrera

ACTE REIVINDICATIU I TALL DE CARRER

DILLUNS 15 DE JUNY
18.00 h
Davant del Centre Cívic La Sagrera "La Barraca"
Carrer Martí Molins

La Barraca és història, cultura i barri. Des de fa dècades, aquest equipament ha estat un punt de trobada per a entitats, veïns i veïnes de La Sagrera. Avui necessita una rehabilitació integral urgent per continuar donant servei al barri que l'ha fet créixer.

RECLAMEM UN ESPAI DIGNI, ACCESSIBLE, MODERN I PREPARAT PER ALS REPETES DEL SEGLE XXI.

LA TEVA PRESENCIA és important!
FEM SENTIR LA VEU DEL BARRI
FEM COMUNITAT
FEM FUTUR

LA BARRACA ES DE TOTS I TOTES
Vine i participa!

AMB EL SUPORT DE:

PROU ABANDONAMENT

La Torre del Fang per al veïnat!

Un espai buit? No
Un futur per construir
Recuperem-la ja!

Festa reivindicativa i familiar
Dissabte 30 de maig a les 11 hores
Lloc: a la zona verda de la Torre del Fang, al C/del Clot, 228

Fotografia: Salvador Atance - 31 de maig 2018
Disseny portada: Denis Matas

Associació de Veïns de La Sagrera
Horari:
Dilluns, Dimecres i Divendres
De 18 a 21 h.

Centre Cívic La Sagrera "La Barraca"

LA SAGRERA REIVINDICA...

»» Coneix els nostres
CURSOS HOMOLOGATS

CICLE FORMATIU DE GRAU SUPERIOR

IMATGE PER AL DIAGNÒSTIC I MEDICINA NUCLEAR

MODALITAT: PRESENCIAL/DISTÀNCIA HORARI: MATÍ/TARDA

CICLE FORMATIU DE GRAU SUPERIOR

RADIOTERÀPIA I DOSIMETRIA

MODALITAT: PRESENCIAL HORARI: TARDA

CICLE FORMATIU DE GRAU SUPERIOR

HIGIENE BUCODENTAL

MODALITAT: PRESENCIAL HORARI: MATÍ

CICLE FORMATIU DE GRAU MITJÀ

CURES AUXILIARS D'INFERMERIA

MODALITAT: PRESENCIAL/DISTÀNCIA HORARI: MATÍ/TARDA

Pregunta'ns pels nostres cursos de «««
FORMACIÓ CONTINUADA

Edita:

Associació de Veïns i Veïnes de la Sagrera

Equip de redacció:

Agustí Carrillo, Jaume Matas.

Redactors:

Joan Pallarès (30 passes), Marta Dellà (Clínica veterinària Anubis), Equip Biblioteca La Sagrera-Marina Clotet, Joan Gironès (Centre Documentació La Sagrera), Carles Torner (Farmàcia Felip II, 70), Comissió LSEM per les escoles, Amanda CM (La Sagrera en Femení), Carlos Plaza (Llibreria Ulises, Pacífic, 34), Margarita Riera i M. Rosa Ricart (Mirada de dona), Benjamí Mercader (Misteris del districte), Nacho Tamagno i equip Nau Ivanow, Núria Pérez (SAAC), Jordi González (SAM Claret), Enric Mirabet (Club Patí Congrés-LSEM), Xavier Gallifa (Mercat Felip II), José Luis Muñoz Díaz (historiador), Cristina Raso (La Sagrerina.com), Jordi Vilagut (LSEM i mots encreuats), Elena Bigas i Agnela Domínguez (La Sagrera Es Mou), Agustí Carrillo (redacció i AVV de la Sagrera), Jaume Matas (Junta AVV de la Sagrera).

Correcció:

Agustí Carrillo

Publicitat:

Francisco Jiménez · 686 041 302

Maquetació revista:

Denís Matas
denis.matas.navarro@gmail.com

Associació de Veïns de la Sagrera:

Casal de Barri Torre de la Sagrera
Carrer Berenguer de Palou, 64-66
Barcelona 08027 - Tel. 93 408 13 34
avv.lasagrera@gmail.com

Web:

www.avvlasagrera.com

Correu revista Tota la Sagrera
totalasagrera@gmail.com

Imprimeix:

Gram Gra SCCL · Tel. 93 389 94 67
Dipòsit legal: b-19006-2012

La revista TOTA LA SAGRERA i l'AVV no es fan responsables del contingut de les informacions signades pels redactors, col·laboradors o particulars.



EDITORIAL N. 214

JULIOL 2026

LA SAGRERA ES CONSTRUEIX... PERÒ SENSE EL BARRI

La Sagrera viu una gran transformació urbana, però el barri continua esperant allò més essencial: equipaments dignes, vius i oberts.

El cas del centre cívic de la Sagrera "La Barraca" és paradigmàtic i mereix una atenció especial. No estem parlant de qualsevol equipament: parlem d'un espai nascut de la lluita veïnal, construït sobre l'antic cinema *Imperial* i convertit en centre cívic després d'anys de reivindicacions. Inaugurat el 1982, va ser un dels primers centres cívics de Barcelona i des de llavors, ha estat un veritable motor cultural i social del barri.

"La Barraca" no és només un edifici. És un espai de participació, vida associativa i cultura de proximitat, i durant dècades ha estat el punt de trobada de generacions i seu de moltes entitats. Precisament per això, la seva situació actual és encara més greu, l'ús intensiu i la manca d'una reforma integral han derivat en deficiències d'accessibilitat, escales inadequades, climatització, insonorització i espais poc funcionals que dificulten el dia a dia i limiten l'ús de l'equipament.

Aquesta situació no és un cas aïllat. Altres espais emblemàtics continuen en espera, amb les portes tancades o en risc de desaparèixer. **La Torre del Fang** i el **teatre de l'antic Institut Berenguer de Palou** segueixen sense resposta malgrat anys de reivindicacions.

La Torre del Fang, una masia medieval de gran valor patrimonial, es troba degradada i sense projecte de futur, tot i ser un símbol de la memòria col·lectiva del barri. El seu estat és crític i la seva preservació, urgent. No es tracta només de restaurar un equipament, sinó de preservar la identitat de la Sagrera i convertir aquest espai en un recurs educatiu i comunitari.

Pel que fa al **teatre de l'antic Berenguer de Palou**, parlem d'una pèrdua que el barri arrossega des de fa més de vint anys. La proposta de recuperar aquest auditori, sorgida en un procés participatiu i posteriorment rebutjada, plantejava la seva rehabilitació com un espai cultural polivalent capaç d'acollir teatre, concerts i activitats comunitàries, no disposar d'un equipament així és senzillament inacceptable.

Davant d'aquesta realitat, el missatge del teixit veïnal és clar, **prou promeses!!** Cal compromís, calendari i inversió. La Sagrera no demana privilegis, demana el que li correspon: equipaments dignes i accessibles. **Recuperar "La Barraca", salvar la Torre del Fang i reobrir el teatre** és una mateixa lluita: garantir un barri viu, amb memòria i cultura

I ara que entrem en temps de precampanya, a poc més d'un any per a les properes eleccions municipals, veurem com el govern entra en fase d'hiperactivitat. Doncs bé: **llapis i llibreta. Que prenguin nota.** Les demandes del barri són clares i fa massa temps que esperen resposta

JAUME MATAS PEDRA | AVV DE LA SAGRERA

Els nostres horaris d'atenció a les veïnes i els veïns
Dilluns, dimecres i divendres de 18:00h a 20:00h

Ens trobaràs:
Casal de Barri Torre de La Sagrera
Carrer de Berenguer de Palou 64-66
08027 Barcelona

Telèfon: 93 408 13 34
Correu: avv.lasagrera@gmail.com
@avvlasagrera

LA TORRE DEL FANG: PROU ABANDONAMENT!

Tal com podem veure en el cartell distribuït pels barris del voltant de la Torre, el passat dissabte 30 de maig a les 11 h. del matí es va celebrar una festa reivindicativa amb més d'un centenar de veïns a la nova zona verda que envolta la Torre del Fang, en un dels extrems del nostre barri de la Sagrera.

Aquesta festa veïnal tenia com a objectiu la **reclamació** que aquest casolot històric es converteixi en un **equipament per al barri**, més encara, per als barris que l'envolten. En aquest acte es va denunciar el desinterès municipal, l'abandonament i la degradació de l'edifici, cosa que s'evitaria amb una rehabilitació a fons i donant-li un ús veïnal.

La convocatòria i la preparació de l'acte ha estat feta per cinc associacions de veïns de l'entorn: **l'AVV de la Sagrera, l'AVV de Sant Martí de Provençals, l'AVV del Clot-Camp de l'Arpa, l'AVV Provençals de la Verneda i l'AVV del barri del Torrent de la Guineu-Navas**, pertanyents als districtes de Sant Andreu i Sant Martí. La jornada va comptar amb activitats lúdiques i reivindicatives, amb la participació dels **Gegants del Clot**, alumnes de **l'escola Octavi Paz**, que van aportar propostes treballades sobre possibles usos de la Torre, l'entitat **SOS Monuments** i parlaments dels representants dels moviments veïnals. També es va fer una fotografia commemorativa i una xocolatada popular.

Totes cinc hem denunciat l'abandonament de l'edifici i la degradació de la zona propera, fora dels actuals jardins que tant han costat aconseguir. Hem de recordar que parlem d'un immoble catalogat com a **Bé Cultural d'Interès Local (BCIL)** des de fa més de 12 anys, i que malgrat que el terreny és d'Adif, l'edifici és de titularitat municipal des del 1984, segons ens han comunicat. Malgrat haver existit fa més de sis anys un procés de treball en què vam participar alguna de les associacions abans esmentades i tècnics del mateix ajuntament, i del qual va sortir un projecte consensuat sobre els possibles usos de l'espai, encara està pendent executar-ne la rehabilitació i, per això, el moviment veïnal reclamem que es reactivi el calendari d'obres perquè es faci aquest equipament per al barri, perquè només s'ha habilitat una part dels terrenys circumdants.

Les entitats que participem en aquesta reivindicació, remarquem la importància de preservar el patrimoni arquitectònic d'aquesta zona nord de la ciutat, per donar a conèixer la memòria dels nostres barris. Considerem que aquest patrimoni arquitectònic és el gran oblidat del megaprojecte de reurbanització programat per a l'entorn de la futura estació de l'AVE de La Sagrera, un sector que aspira a convertir-se en una nova àrea de centralitat de Barcelona.

Les associacions convocants hem posat sobre la taula un pla concret, que no és cap altre que la **recuperació de la taula de treball** creada entre 2017 i 2019, en la qual es va dissenyar un projecte per a l'edifici i els seus voltants. A l'exterior es preveia la creació d'una **zona d'horts urbans i vinyes** que recordaria la vida agrícola del municipi de Sant Martí de Provençals al qual pertanyien tots els barris que envolten la Torre i que funcionaria com a nexa compartit entre els dos districtes actuals.



A l'interior, la planta baixa acolliria un **centre d'interpretació de l'antiga vila**, dotat d'exposicions i activitats pedagògiques dirigides a escoles, instituts i famílies. La segona planta es destinaria a la creació d'un **centre de dinamització** per gestionar les futures activitats del Parc lineal que ha d'arribar fins al nus de la Trinitat.

Totes les associacions demanem que s'iniciïn els processos necessaris per revitalitzar el projecte, però les perspectives que ens presenta l'Administració a curt termini són poc encoratjadores, ja que a l'agenda actual del govern municipal no existeix cap partida ni previsió per intervenir a l'edifici durant el que queda de l'actual mandat. No ens conformem amb esperar que hagin passat les eleccions del 2027, i volem que s'iniciïn estudis tècnics, de vibracions i estructurals, per veure com està la Torre, perquè amb el proper govern ja es dugui a la pràctica un projecte executiu i es destinin partides en els pressupostos del proper mandat.

Agustí Carrillo, redacció i AVV de la Sagrera

LA TORRE DEL FANG, UNA REIVINDICACIÓ... ACTUAL?

Mentre preparava l'edició d'aquesta revista he revisat exemplars de fa anys on ja havíem parlat de la Torre del Fang, i malgrat que aquest edifici ha aparegut en diverses ocasions al llarg de 214 números, vull centrar-me en un aparegut al febrer de 2019. Vam publicar un article que duia per títol:

La Torre del Fang acollirà un centre d'interpretació històrica. L'Ajuntament consensua amb als veïns el futur d'aquest casolot medieval de titularitat municipal, després d'11 anys d'abandonament, ocupacions i incendis

En l'article s'afirmava (que innocents que érem) que la **Torre del Fang** tornaria a ser un **equipament d'ús ciutadà**, després de patir ocupacions i dos incendis –feia dies de l'últim d'ells- en els **11 anys** que portava **abandonada**. L'Ajuntament de Barcelona i el consorci Barcelona Sagrera Alta Velocitat (BSAV), titulars respectivament de l'edifici i dels terrenys, havien presentat als veïns de la Sagrera, del Clot-Camp de l'Arpa i Sant Martí de Provençals un projecte per donar ús al conjunt. Segons dèiem les associacions veïnals, l'immoble **acolliria un centre d'interpretació històrica dels barris de l'entorn** –una reivindicació històrica dels veïns– que faria alhora de **dinamitzador del Parc Lineal** sobre les vies de tren.

El futur parc, que es preveia que trigaria almenys mitja dècada a fer-se realitat, tindria gairebé quatre quilòmetres de llarg i 40 hectàrees de superfície. La Torre del Fang podria servir de base d'operacions per a les **activitats d'oci, cultura i esport** que esporàdicament s'hi organitzessin. Els més de 8.000 m² de terrenys que envolten la casa acollirien **horts urbans i unes vinyes** que evocuessin el passat agrícola, en especial viticultor, de la zona.

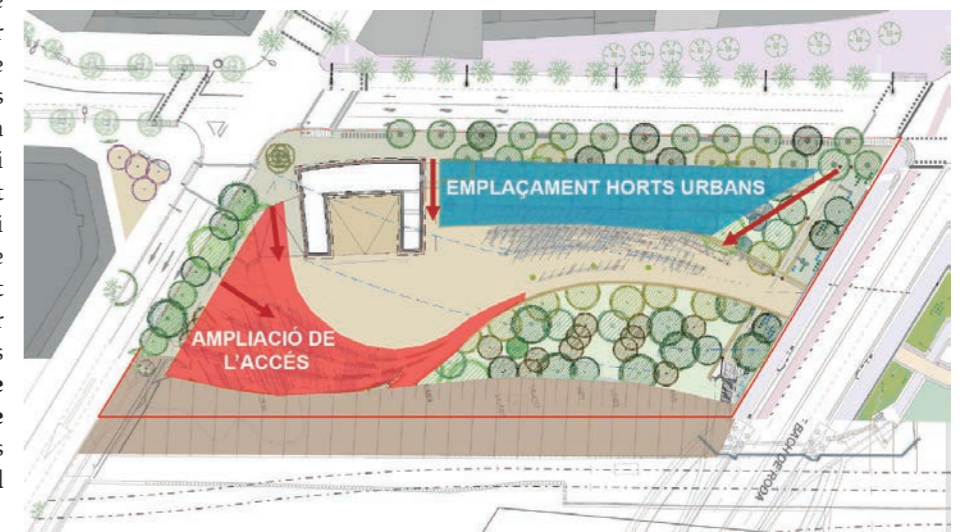
El consistori havia creat un grup de treball que es reunia al nou Casal de barri de la Torre de la Sagrera amb les associacions de veïns dels tres barris que envolten el casolot, que s'alça a la frontera dels districtes de Sant Andreu i Sant Martí, i que està inclòs en els límits de la Sagrera. El moviment veïnal veia amb bons ulls la proposta, després d'altres anteriors que despertaven menys consens. Hem de recordar que es tracta d'un immoble patrimoni de la ciutat, amb rang de **Bé cultural d'interès local (BCIL)** i amb orígens que es remunten al **segle XII-XIII**. No obstant, ofereix pocs metres quadrats útils –uns **750 m² en dues plantes**– i no s'hi pot construir cap soterrani perquè just **sota seu discorren les vies de l'AVE**.

Recordem també que el tren d'alta velocitat va estar a punt de suposar la desaparició de la torre, però la fèrria oposició dels veïns va obligar a BSAV a pactar una solució. Així, es van construir dues estructures triangulars per subjectar l'edificació, que com el seu nom popular ja suggereix no tenia fonaments prou sòlids per resistir el pas d'un túnel. La nova proposta municipal també

agradava més als veïns perquè integrava els ancoratges a l'interior de la planta baixa de forma decorativa i així es descartava haver d'apujar la cota de tot el terra i escurçar les portes.

Segons l'article que vam publicar, en aquell moment del 2019 recuperar la Torre del Fang costaria en total uns **5 milions d'euros**, segons les estimacions municipals que s'havien fet arribar al grup de treball, que ja incloïen en aquesta xifra la inversió feta en l'ancoratge. L'Ajuntament de Barcelona sufragaria la rehabilitació de l'edifici, mentre que BSAV adequaria el terreny com a "esplanada" amb esperit agrícola.

Jaume Matas, president de l'AVV de la Sagrera ara i en aquells moments, deia: "En les properes quatre o cinc reunions hem d'arribar a un acord per concretar la tramitació administrativa d'aquesta proposta. És l'edifici més antic de tot el voltant i cal destacar el seu valor monumental". La nostra associació demanava "**mantenir l'estructura**" i que "**reflecteixi la història rural de l'entorn** i



Plànol de la finca on hi ha la Torre del Fang / BSAV

ofereixi activitats per contribuir a omplir de vida el futur parc". També es recullen altres fonts, com la de l'AVV del Clot-Camp de l'Arpa, on el president de l'entitat, Miquel Catasús, proposava que el centre acollís visites d'escoles i instituts, el que també va ser molt ben acollit per la resta d'entitats de la taula de treball.

En l'article també parlava el nostre estimat i enyorat antic president, Josep Barbero, i deia que "**la Torre estava molt deteriorada i l'incendi ha estat el detonant perquè l'administració es posi les piles**", i que l'AVV de la Sagrera havia lluitat tota una dècada per la recuperació d'aquest edifici. Ell no perdia l'esperança, a més de demanar que el mosaic trobat a la vil·la romana de la Sagrera s'instal·lés a la futura estació de tren i que algunes de les troballes menors –com un bust de marbre o sitges alimentàries– s'exposessin a la Torre del Fang.

Per últim, a l'article també parlaven responsables del districte d'aquells moments, i en comunicaven que l'incendi d'aquell gener havia afectat la planta baixa i part del primer pis, però que no va haver malmès l'estructura de l'edifici, qualificant els danys de superficials i fàcilment esmenables i es va comprometre a tancar una **proposta de nou ús "abans d'eleccions"**, i estava parlant de les d'aquell any 2019, quan a hores d'ara "el més calent és a l'aigüera".



Imatge virtual del futur centre d'interpretació de l'antiga vila

Un exercici interessant, aquest de fer ús de l'hemeroteca, i més la pròpia del **Tota la Sagrera**. Potser els nostres governants també l'haurien de fer i descobririen els projectes i promeses oblidades per ells. No ens serveix que ens diguin que aquells governs eren uns altres, ja que quan es comprometen amb els ciutadans ho fan com a representants d'un ajuntament, no d'un partit, per la qual cosa no poden deixar en un calaix el que han pactat, consensuat o promès els seus antecessors en el càrrec. Ara toca reprendre el camí ja fet en aquells anys i fer el possible perquè aquell treball sigui una realitat el més aviat possible. Alguns dels que van lluitar per aquest somni col·lectiu ja no hi són entre nosaltres, però els ho devem.

Agustí Carrillo, redacció i AVV de la Sagrera

EL REC COMTAL A LA SAGRERA: PATRIMONI SOTA ELS PEUS, PERÒ SENSE EXPLICACIÓ

A la Sagrera hi ha carrers i places on la història passa literalment sota els nostres peus. En alguns punts del barri, el traçat de l'antic **Rec Comtal** ha estat assenyalat amb un paviment diferenciat de color vermell, incorporat durant obres d'urbanització de l'espai públic. És una intervenció discreta, però plena de sentit: fa visible l'empremta d'una de les infraestructures hidràuliques més importants de la història de Barcelona.

El problema és que, avui, bona part del veïnat no sap què significa aquest paviment. Es veu una franja vermella, un canvi de material, una línia al terra. Però sense cap placa, cartell o element explicatiu, aquell rastre patrimonial queda mut. La memòria hi és, però no parla.

El Rec Comtal va ser molt més que una sèquia. Portava aigua des del Besòs, a l'altura de Montcada, fins a Barcelona, travessant els antics termes de Sant Andreu de Palomar i Sant Martí de Provençals. Durant segles va regar horts, va alimentar molins i va contribuir a l'abastiment de la ciutat. Abans de les grans avingudes, de la Meridiana, de les vies ferroviàries i de la urbanització contemporània, hi havia camps, horts, camins, molins i aigua. I el Rec Comtal n'era una artèria fonamental.

UN DEBAT... ENFANGAT

El passat 30 de maig, els terrenys adjacents a la Torre del Fang acolliren un acte reivindicatiu d'aquest espai, en el qual hi participaren, a més de veïns de la zona, representants de fins a 5 Associacions de Veïns de barris fronterers amb aquest edifici. La cita tenia com a objectiu donar visibilitat al desig del veïnat de dotar d'equipament i sentit aquest element arquitectònic que, sortosament, es va aconseguir salvar davant el propòsit inicial del consistori barceloní d'enderrocar-lo.

Gosaria afirmar que entre els presents no hi havia representació de cap grup polític. Si hagués estat el maig de 2027 probablement hi hauria hagut cops de colze.

Em va cridar l'atenció les reivindicacions expressades pels joves alumnes de l'escola Octavio Paz, que formularen, en forma de desitjos, les seves propostes per donar la Torre del Fang: museu, ludoteca, espai de jocs, escola... Pobres il·lusos sense visió de futur (dit amb tot el respecte del món que em mereixen les criatures). En una ciutat on cada cop hi ha menys canalla i més mascotes, a ningú no se li va acudir reclamar una "caniteca". No patiu: d'aquí uns mesos els programes electorals segur que vindran recollides amb detall les promeses per habilitar nous espais que acullin gossos a risc de sacrificar recursos i serveis per a les persones. Els cans no voten, però els amos, sí.

Jordi Vilagut

Per això no és només una curiositat arqueològica. És part de la identitat material de barris com la Sagrera, Sant Andreu, el Clot o Sant Martí. I precisament per això cal que la seva presència sigui comprensible. No n'hi ha prou amb marcar-ne el traçat si després ningú explica què significa.

Aquesta reclamació no neix ara ni és una proposta aïllada. La Federació de la Torre de la Sagrera, a través del **Grup d'Història i Patrimoni**, amb la col·laboració del **Centre de Documentació de la Sagrera**, la **Fundació Xavier Basiana Vers**, l'**AVV de la Sagrera** i veïnat del territori, ja havia demanat anteriorment la integració de suports materials als emplaçaments patrimonials per facilitar-ne la interpretació i difondre'n els valors històrics i culturals.

La demanda és clara: si el paviment vermell assenyalava el recorregut històric del Rec Comtal, cal que el veïnat ho sàpiga. Cal que una persona que hi passa caminant pugui entendre què està trepitjant. Cal que una escola pugui utilitzar aquell punt com a recurs educatiu. Cal que una família, una persona gran o algú que acaba d'arribar al barri pugui llegir l'espai públic com un llibre obert.

Durant la urbanització de l'avinguda Meridiana en el mandat passat ja es va aplicar una solució senzilla però efectiva: la instal·lació d'una placa amb la inscripció "Rec Comtal". No cal una gran intervenció museogràfica per començar. A vegades, una placa ben situada, un petit text interpretatiu o un codi QR amb informació històrica poden canviar completament la relació del veïnat amb un espai.

Jose Luíz Muñoz Díaz (publicat a *La Sagrerina.com*)

ACTE REIVINDICATIU RECLAMANT LA REHABILITACIÓ INTEGRAL DEL CENTRE CÍVIC DE LA SAGRERA "LA BARRACA"



Per tal de fer palès el malestar dels usuaris i entitats que fem ús del Centre Cívic, el veïnat i la resta d'entitats de la Sagrera estàvem convocats a un acte reivindicatiu el dilluns 15 de juny a les 18h en el qual es va tallar el carrer Martí Molins davant d'aquest equipament.

Les diverses entitats organitzadores: la **Comissió de Festes de la Sagrera**, l'Associació "Mirada de dona", els grups de teatre "Gats" i "Arco iris", l'associació "Photosagrera" i **Sagrera Activa Associació de Comerciants (SAAC)** havien preparat una "seguda" al carrer, en la qual es va fer la lectura del **Manifest** signat per aquestes entitats amb seu social al centre cívic de la Sagrera, i que podeu llegir en la pàgina contigua del **Tota la Sagrera**.

Després d'alguna intervenció d'altres entitats es va procedir a l'acte més emotiu i reivindicatiu de la tarda, la **lectura d'alguns fragments de les cartes que les sòcies de Mirada de Dona** han adreçat al Consell Plenari de Districte explicant la seva estima pel centre cívic i les dificultats que hi troben, motivades per la seva avançada edat, ja que la mitjana d'edat se situa en els 85 anys. Algunes còpies ja es van fer arribar a alguns representants de grups polítics del districte que van assistir per donar suport a la reivindicació. Cal dir que es van trobar a faltar representants polítics, en especial dels que tenen tasques de govern en el districte, que malgrat haver parlat del tema en el Consell de barri del dijous anterior, dia 11, part dels veïns els esperàvem com a gest solidari amb els usuaris sagrerencs, en especial amb el col·lectiu de dones grans que han liderat aquesta reivindicació i que no sols volen paraules, sinó gestos i fets.



Alguns d'aquests fragments els veureu publicats al número de la nostra revista que apareixerà després de l'estiu, on farem seguiment del tema, reunió amb els tècnics del districte que s'ha promès pròxima, inclosa.

A continuació vam comptar amb la presència de l'historiador i propera medalla d'Honor de Barcelona **Joan Pallarès**, que va fer una **conferència sobre la història de l'equipament de "La Barraca"**, inserint-la en la història associativa del nostre barri. També li hem demanat al Joan, fidel col·laborador de la revista, que ens faci arribar aquesta conferència, molt interessant i concreta, per publicar-la en l'exemplar d'octubre.

Una vegada acabat l'acte, volem fer extensiu a les entitats organitzadores el **suport de moltes altres entitats i col·lectius sagrerencs** a aquesta reivindicació. En especial des de l'AVV de la Sagrera, resident durant molts anys en "La Barraca" i capdavantera en la lluita per aconseguir la creació d'aquest Centre Cívic (malgrat que es demanava un Ateneu popular) des dels anys setanta del segle passat, us volem mostrar el nostre suport a totes les accions que es duguin a terme per arribar a veure el renéixer de "La Barraca" en unes condicions adequades i adaptades a les necessitats dels usuaris. Malgrat els 44 anys passats, les dificultats viscudes i les instal·lacions deficitàries, els veïns de la Sagrera estem molt orgullosos del Centre Cívic i tota la feina feta en ell, i el volem molts anys més, però adaptat i inclusiu.

Agustí Carrillo, redacció i AVV de la Sagrera

MANIFEST DE LES ENTITATS DEL CENTRE CÍVIC DE LA SAGRERA “LA BARRACA”

LES ENTITATS AMB SEU SOCIAL AL CENTRE CÍVIC DE LA SAGRERA “LA BARRACA”

COMISSIÓ DE FESTES DE LA SAGRERA

ASSOCIACIÓ DE DONES MIRADA DE DONA

GRUP AMATEUR DE TEATRE DE LA SAGRERA GATS

GRUP DE TEATRE AMATEUR ARCO IRIS

ASSOCIACIÓ PHOTOSAGRERA

SAGRERA ACTIVA ASSOCIACIÓ DE COMERCIANTS

MANIFESTEM

El Centre Cívic de la Sagrera és l'equipament més antic del barri. L'edifici va ser primer un cinema, *l'Imperial*, conegut popularment com “La Barraca”. El 13 de novembre del 1982, fruit d'una llarga reivindicació veïnal, obria les seves portes com a centre cívic. Estem davant d'un equipament històric, situat al casc antic de la Sagrera, que ha estat punt de trobada i d'esbarjo de diverses generacions. Va ser un dels tres primers centres cívics de Barcelona i l'any 2028 commemorarem el centenari de “La Barraca”.

El Centre Cívic de la Sagrera és molt més que un edifici:

- És un equipament on té la seva seu la **Comissió de Festes de la Sagrera**, una entitat que realitza una funció essencial per al barri i que és eix vertebrador i de cohesió tant per a la resta d'entitats com per als veïns i les veïnes.
- És un centre que acull un dels puntals de la tradició catalana com és el teatre i on hi trobem els **Grups de Teatre amateur Gats i Arco Iris**.
- És un espai on la fotografia i la imatge prenen la seva vessant més artística i didàctica amb l'associació **Photosagrera**.
- És també la casa on la dona gran acudeix amb l'intent de pal·liar la soledat no desitjada amb les activitats organitzades per **Mirada de Dona**.
- És un **equipament solidari**, on el voluntariat hi té un paper rellevant i on hi trobem **24 tallers voluntaris a l'any**.
- És un **equipament cultural** farcit d'exposicions, i aquí tant pots escoltar una xerrada com assistir a un espectacle. S'hi realitzen més de 30 activitats culturals anuals, més de 15 conferències i xerrades, 15 exposicions...
- És un **equipament formatiu** on s'imparteixen **150 tallers**, cosa que suposa més de 1670 hores anuals d'activitats a les quals assisteixen més de **1500 persones usuàries**.

I és també un equipament on han residit altres entitats que han marxat buscant, potser, altres espais més adequats, com pot ser *l'AVV de la Sagrera* o *l'Associació de Drac, Diables i Gegants de la Sagrera*.

La tasca que realitzem -centre i entitats- promou la socialització del veïnat i això porta a una societat més sana, trenquem l'aïllament de la gent gran i fomentem una cultura popular a l'abast de tothom. El Centre Cívic realitza un servei social inqüestionable, però el que és més important: es tracta d'un equipament estimat pels sagrerencs i les sagrerencques perquè el considerem “Casa”.

Una casa que, després de 44 anys, necessita una reforma integral. Mai no s'hi ha fet una reforma ni una rehabilitació en condicions des de la seva inauguració, el novembre de 1982. I ja li toca!

En el diagnòstic del projecte presentat per *Mirada de Dona* i secundat per la resta d'entitats als Pressupostos Participatius, **els tècnics del Districte de Sant Andreu apuntaven que el Centre Cívic “La Barraca” pateix d'alguns problemes de funcionalitat de l'edifici que cal millorar per tal d'optimitzar la utilització dels espais disponibles**. Aquest diagnòstic reafirma la necessitat d'una intervenció integral i de qualitat.

RECLAMEM

Les entitats amb seu social al Centre Cívic de la Sagrera “La Barraca” hem manifestat en reiterades ocasions, i davant dels representants de tots els partits polítics, **la necessitat imperiosa d'una rehabilitació que suposi la modernització i millora de l'equipament**. Les nostres protestes només han estat escoltades per a realitzar les mínimes actuacions possibles.

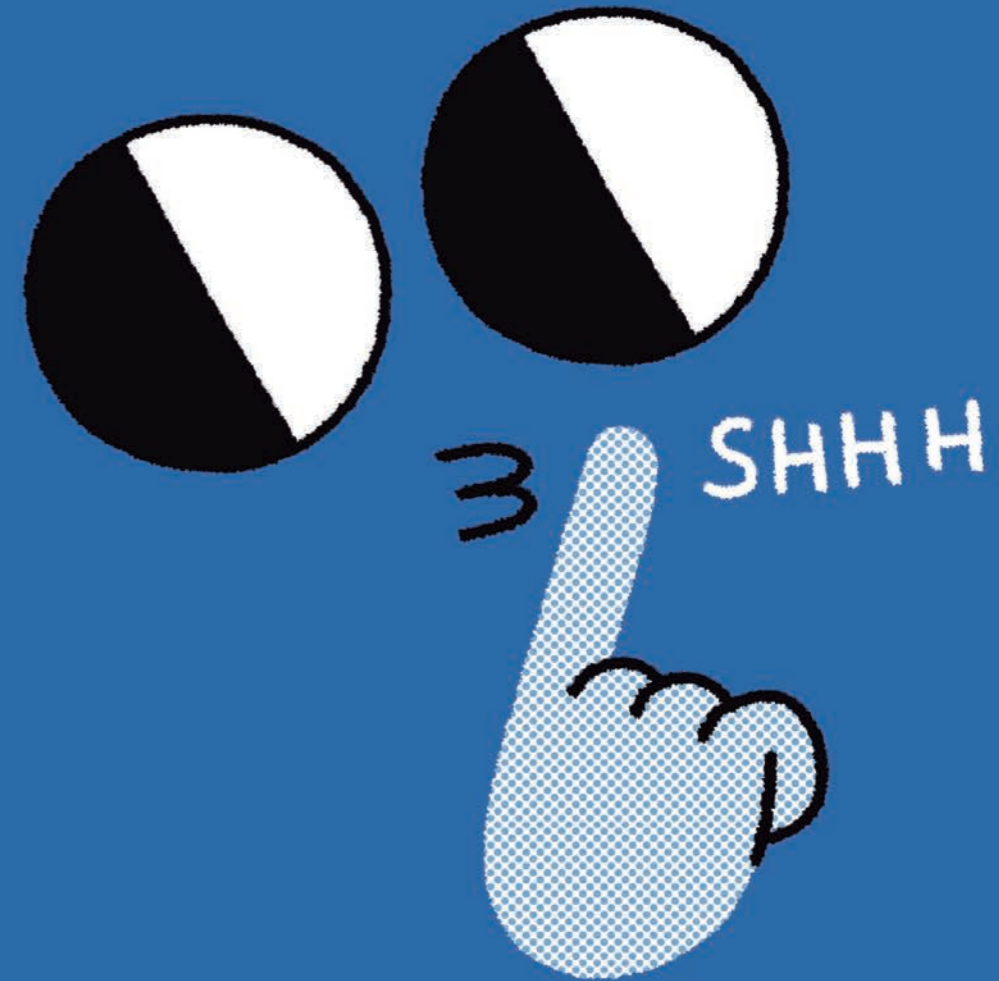
No volem més pedaços, no volem un manteniment d'anar tirant... Volem la reforma que “La Barraca” es mereix. **Creiem que la millora dels equipaments socials i culturals no s'ha de valorar com una despesa, sinó com una inversió de futur per a un barri millor**.

Reclamem una reforma integral del Centre Cívic de la Sagrera “La Barraca” on s'adeqüin i optimitzin els seus espais tenint en compte la millora de la funcionalitat de l'edifici, la seguretat de les persones, la climatització i la insonorització de les sales, l'accessibilitat per a persones amb mobilitat reduïda i una racional distribució de les zones de pas. Demanem una sala d'actes agradable i funcional i un vestíbul que convidi a entrar.

La Sagrera, 29 d'abril de 2026

Quan respectes el descans del veïnat, cuides Sant Andreu.

Sancions de fins a **3.000 €** per pertorbar el descans i la tranquil·litat.



barcelona.cat/plaendreça

LA SAGRERA ES MOU CELEBRA 15 ANYS DE TRAJEKTÒRIA PROJECTANT-SE AL FUTUR



El renovat **Espai 30** acollí el passat 29 de maig l'acte institucional per celebrar els 15 anys de trajectòria de **La Sagrera Es Mou**. L'associació hagué de penjar el **cartell de complet**, davant l'allau de sol·licitud d'invitacions per assistir a aquesta vetllada que tingué com a fil argumental la **Projecció al futur**, tot visualitzant l'ambició d'aquesta entitat per mirar endavant amb l'objectiu de millorar el barri i cohesionar el teixit social de la Sagrera.

Durant l'acte, es donà a conèixer el disseny guanyador per al punt de llibre commemoratiu d'aquests tres lustres de l'associació. El jurat escollí la proposta d'en **Rafael Claveria**, que optà per un model que inclou els elements arquitectònics més representatius del barri. Tots els assistents varen ser obsequiats amb un d'aquests elements.



TREBALLANT PELS COL·LECTIUS MÉS VULNERABLES

L'acte comptà amb la **participació de la Stradixie's Band**, un trio jazzístic dixieland que amenitzà magistralment la sessió amb interpretacions de peces que foren molt ben celebrades pel centenar llarg d'assistents. La presidenta de **La Sagrera Es Mou**, **Agnela Domínguez**, posà en valor, en la seva al·locució, el camí seguit en aquests primers tres lustres, tot destacant la tasca a favor dels col·lectius més vulnerables.



En el decurs de la vetllada també es donà veu a algunes de les entitats amb les que **La Sagrera Es Mou** col·labora de manera freqüent i constant, com ara el **Rebost Solidari de Sant Andreu**, els **Serveis Socials de l'Ajuntament de Barcelona** o les **escoles del barri**, que donaren fe dels fruits de la tasca conjunta de les accions que es duen a terme. Igualment, durant la sessió no s'obvià la **important contribució dels patrocinadors de l'associació**, el suport dels quals fa possible que la seva acció tingui un més llarg i efectiu abast, i alguns d'ells van adreçar la paraula al públic present.



VÍDEO INSTITUCIONAL

En representació del consistori barceloní va intervenir la consellera de Districte, **Rosa Ciurana**, que també volgué posar en valor la tasca de l'entitat, tot desitjant que els seus integrants segueixin donant continuïtat a aquesta trajectòria durant molt més anys. Una intervenció que precedí al vídeo institucional **preparat per la productora Catufes en col·laboració amb Publicitarios Implicados**, una entitat sense ànim de lucre a qui **La Sagrera Es Mou** no s'estigué d'agrair el suport rebut en aquests 15 anys d'història i destacant que van ser ells qui van crear la imatge corporativa de l'associació i en van desenvolupar els diferents pictogrames que identifiquen cada Comissió.

L'acte també va ser esquitxat per un joc participatiu, en què es convidava els assistents a endevinar la quantitat d'un pot misteriós que aparegué en escena. Els espectadors quedaren sorpresos per la resolució del joc, que demostrà la **capacitat de La Sagrera Es Mou per fer màgia**, per aconseguir grans resultats malgrat els limitats recursos i com, amb enginy i bona voluntat, es pot mirar al futur, predir-lo i poder-lo millorar, sense que hagi d'intervenir la Intel·ligència Artificial.

EXPOSICIÓ REPRESENTATIVA DE LES 18 COMISSIONS



Per reblar la festiva i institucional trobada, els participants van poder gaudir d'unes coques i dolços elaborats per diferents membres de la Junta mentre departien a la sala Guillot i podien contemplar l'exposició que, amb motiu del 15è aniversari, recull la realitat de les 18 comissions que, a dia d'avui, configuren aquesta associació que s'ha convertit en **una eina cabdal per a fer un barri millor**. Per molts anys, **La Sagrera Es Mou!** Que per molts anys continuï el moviment al nostre barri treballant per un entorn i un futur millors.



Jordi Vilagut, conductor de l'acte

Crèdits fotos: Toni Sitges



UNA MIRADA DE FUTUR ESPERANÇADORA

Celebrar 15 anys no és només commemorar una xifra, és el testimoni d'un camí recorregut, en aquest cas, de compromís i il·lusió compartida. És el moment de mirar enrere i veure el que s'ha construït.

També és temps de recordar, amb gratitud, aquell grup de veïnes i veïns que, preocupats pels estralls de la crisi del 2008, van decidir no quedar-se de braços plegats. Amb determinació, van crear una associació que avui, l'any 2026, ha crescut fins a esdevenir un projecte viu, fort i ple d'energia.

D'aquell primer impuls n'ha sortit una comunitat molt viva: 240 persones associades, 80 d'elles participen de forma molt activa com a voluntariat per tirar endavant les accions i programes.

Som una entitat que es caracteritza per ser molt senzilla i pràctica en el seu funcionament; estem organitzats en 18 comissions de treball integrades per diferent nombre de persones, que són les que de forma autònoma la fan funcionar, gestionant i organitzant les accions i programes que es duen a terme. No hi ha jerarquies, hi ha transversalitat. No hi ha personalismes, sinó equip i comunitat. No hi ha pensament únic, sinó pluralitat i divergències que s'expressen lliurement per arribar a acords. Aquest és un dels èxits de LSEM.

A banda dels associats i voluntaris comptem amb un gran nombre de veïnes i veïns que participen i assisteixen a les activitats que organitzem: només cal veure la gran assistència que hi ha als concerts dels nostres cors o la important resposta del veïnat quan organitzem les recollides d'aliments o la fira solidària (el **Firem-nos!**) que organitzem conjuntament amb les escoles públiques del barri.

És el moment de congratular-nos i sentir-nos orgullosos del treball que fem. També és el moment de recordar i **agrair** a totes i tots els que ens han acompanyat i encara ho fan ara, com són:

- Les entitats i equipaments que al llarg d'aquest darrer any i mig de rehabilitació de l'**Espai 30** ens han acollit: **Espai Jove Garcilaso**, **escola l'Estel**, **escola El Sagrer**, **escola Pegaso**, **Casal de barri Torre de la Sagrera**, **Nau Ivanow**, **Nau Bostik** i **Biblioteca La Sagrera-Marina Clotet**.

- Les institucions i empreses que han confiat en nosaltres, els nostres patrocinadors, sense aportacions dels quals aquest projecte no seria possible.
- Les administracions i serveis públics que col·laboren estretament en alguns dels projectes, com és el cas de **Serveis socials** de l'ajuntament amb el projecte **LSEM pels Infants**.
- Les persones que dirigeixen els nostres programes musicals, de teatre i de dansa. Ho fan des de la professionalitat, però també des de la convicció que l'art i la cultura són unes extraordinàries eines que ens ajuden a créixer individualment i alhora vertebren i cohesionen la comunitat.

- I per últim, i no per això menys importants, el teixit i xarxa d'entitats veïnals, socials, culturals i de serveis del barri, que no puc esmentar perquè són un munt, però amb les quals treballem incansablement per construir un barri millor. Sí que vull fer menció a dues entitats: el **Club Patí Congrès** que per mitjà de l'esport treballa i defensa els mateixos valors que nosaltres, i com d'orgullosos ens sentim que porti el nostre logotip a la seva samarreta per tota Catalunya i l'estat espanyoll; i la **Federació d'entitats Espai30** a la qual pertanyem, amb elles tenim el gran repte de convertir aquest equipament en un espai de trobada de caràcter social i cultural per al barri. Avui ens congratulem d'haver-hi tornat.

Mirem el futur amb esperança i amb el desig ferm de continuar sent una entitat oberta, acollidora i compromesa amb totes aquelles persones que comparteixen els nostres valors.

La Sagrera es troba davant d'una gran transformació urbanística que canviarà la seva naturalesa i la seva gent. Potser deixarem enrere part d'aquell esperit de poble que ens ha definit, però el veritable repte és no perdre allò que ens ha identificat i pel qual hem lluitat: la convivència, la solidaritat, la cooperació i el vincle humà que ens uneix.

Sabem que el camí que tenim al davant no serà fàcil. El món en què vivim ens interpel·la constantment, amb desigualtats i injustícies que ens preocupen i ens remouen. Però és precisament en aquests moments quan pren més sentit la nostra tasca, quan es fa més necessari

que mai continuar treballant, cuidant-nos i construint comunitat. L'entitat vol continuar centrant de forma prioritària la seva actuació en el camp de l'atenció a la infància i la cooperació.

LSEM vol aprofitar aquest aniversari per recordar i posar l'accent a la idea central de la nostra identitat: el veritable repte és aconseguir que l'altre importi. Posar cara i nom al que pateix, al que està sol i al que se sent vulnerable. Afrontar el repte quotidià de com educar en l'empatia i la solidaritat. Trobar el sentit de la vida en mig del desastre. Activar protocols que ens ajudin a generar fraternitat dins d'un escenari degradat.

El futur ens espera, i el volem construir entre tothom. Esteu convidats a formar-ne part.

Visca la Sagrera i llarga vida per a LSEM

Agnela Domínguez Benito
Presidenta de **La Sagrera Es Mou**

SENTIMENTS I EMOCIONS

Aquest és el títol d'una cantata que han interpretat, més d'una vegada, la coral infantil **ESPAI 6:12**. Sentiments i emocions és el què s'ha sentit en els tres actes que LSEM ha preparat per celebrar el 15è aniversari de la seva fundació.

El primer va ser el dia 9 d'abril, just el dia que una vintena de persones van donar llum a la nova entitat. El districte deixà claus del, encara no acabat, **ESPAI 30**. Es va fer un brindis, senzill i íntim. Es traspuava emoció i alegria.

El segon va ser el 29 de maig, el qual es troba perfectament ben explicat en l'article d'en Jordi Vilagut. Els assistents còmodament asseguts a la sala Àbaco, recentment inaugurada, van gaudir de: records, tendresa i agraïments per a persones i entitats, que han fet i fan possible que LSEM sigui una realitat creixent. Va ser un acte reeixit i emotiu.

El tercer va tenir lloc el dia 31 de maig a l'**Espai 30**, amb un dinar de germanor per als socis i sòcies. La bonhomia, la companyia i l'alegria van ser presents des de l'inici fins que es va deixar tot recollit. D'una manera plaent i afable es va tancar la celebració del 15è aniversari. És pot afirmar que tenim la mirada i l'esperit obert per encarar el futur immediat amb optimisme i ànims.

Elena Bigas
Expresidenta i voluntària de LSEM



Fotografia: Xavier Basiana

JOAN PALLARÈS, MEDALLA D'HONOR DE LA CIUTAT DE BARCELONA

Sabeu que el nostre més estimat i fidel col·laborador ha estat guardonat amb la Medalla d'Honor de la Ciutat de Barcelona?

Sí, el nostre estimat Joan Pallarès-Personat.

El 13 de maig, el plenari del Districte de Sant Andreu va aprovar per unanimitat concedir-li aquest reconeixement més que merescut.

Gràcies a ell, La Sagrerina va continuar viva durant una gran temporada gràcies a la seva fidel Trabucada. Incansable, irònic, punyent, crític i amb aquell humor àcid que tant ens agrada, escriu cada diumenge i forma part imprescindible de l'ànima d'aquesta revista. També és un dels pals de paller de la revista veïnal Tota la Sagrera, que seria incompleta sense la secció 30 passes, on ha anat mostrant infinitat de temes relacionats amb el nostre barri, la qual cosa ens ha fet conèixer-lo i estimar-lo més.

Però en Joan és molt més que això. Periodista, historiador i escriptor, fa dècades que dedica la seva vida al món social, cultural i associatiu del barri i de la ciutat. Ha estat vinculat a organitzacions veïnals, polítiques i sindicals, va ser conseller de Districte a l'Ajuntament de Barcelona entre 1996 i 2011 i durant deu anys conseller de Cultura del districte de Sant Andreu.

També ha impulsat nombroses iniciatives culturals, com el Centre Cultural Els Catalanistes, i va ser fundador i primer president de l'Associació Musical Andreuena.

En l'àmbit periodístic, col·labora des de fa més de trenta anys amb Catalunya Cristiana i també amb Ràdio Estel. Actualment escriu la secció Gent de Casa, on recupera i reivindica figures destacades del nostre país.

Com a escriptor, ha publicat nombrosos llibres vinculats a la història, la memòria i el patrimoni del barri i del país, entre ells els dos de L'Abans de Barcelona, el de Barris de la Sagrera i Navas i el del Districte de Sant Andreu, La Sagrera desapareguda, El quilòmetre sagrat, La Sagrera, guia per una passejada monumental, La Mundeta o El Noi Baliarda, trabucaire andreuenc.

Moltes veïnes i veïns també el coneixen per les visites guiades a la Torre de la Sagrera i al refugi antiaeri que allà es troba, i per la seva implicació constant en activitats, xerrades i projectes de memòria històrica i cultural.

Però si hi ha una paraula que defineix en Joan és la constància. Una constància absoluta, silenciosa i fidel. D'aquelles persones que sempre hi són. Que mai fallen. Que estimen tant allò que fan que ho converteixen en part de la seva vida.

A La Sagrerina i el Tota la Sagrera ho sabem bé. Fins i tot quan ha estat ingressat a l'hospital, la Trabucada o el 30 Passes ha arribat puntualment. Sempre hi és. Sempre compleix. Sempre pensa en el barri, en les revistes i en la gent que el llegeix.

I segurament és precisament aquesta constància, aquest amor profund per la Sagrera i aquesta manera incansable de treballar el que li han permès fer tantes coses importants pel barri i per la seva memòria col·lectiva.

Fa molta falta persones així. Persones inspiradores, compromeses, intel·ligents, amb humor i amb una generositat immensa.

En Joan és part i peça inseparable de La Sagrerina, el Tota la Sagrera i de la Sagrera en general. Per això estem tan orgullosos i contents d'aquest reconeixement.

Des d'aquí volem felicitar i abraçar ben fort el nostre Joan. Un reconeixement absolutament merescut.

Cristina Raso Boluda



La Sagrerina.com
Diari independent de la Sagrera

SABORS AMB HISTÒRIA: GASTRONOMIA, BARRI I MEMÒRIA COMPARTIDA

Aquest passat mes d'abril, coincidint amb la Festa de Primavera, des de SAAC – Sagrera Activa Associació de Comerciants vam impulsar la primera edició de “Sabors amb història. Ruta gastronòmica i cultural a la Sagrera”, una iniciativa que ha superat totes les expectatives i que ha tingut una acollida magnífica per part del veïnat.

Durant una setmana, veïns i veïnes de la Sagrera —i fins i tot persones arribades d'altres barris de Barcelona— van recórrer els establiments participants per descobrir una proposta única: unir gastronomia, comerç i memòria històrica del barri.

Cada comerç participant va crear un producte d'autor inspirat en el passat industrial de la Sagrera, recordant antigues fàbriques, empreses i oficis que formen part de la identitat del nostre barri. Aquesta combinació entre història i gastronomia va convertir la ruta en una experiència original, propera i molt especial.

L'èxit de participació va ser evident des del primer dia. Molts establiments van rebre una gran afluència de públic i, fins i tot, alguns participants van arribar a esgotar existències davant la gran demanda. Els comentaris rebuts han estat molt positius i molts visitants ens han transmès les ganes que aquesta iniciativa tingui continuïtat.

Des de SAAC volem agrair sincerament la implicació dels comerços participants, la col·laboració de l'historiador Joan Pallarès, el suport de l'Ajuntament i, sobretot, l'estima i participació de tots els veïns i veïnes que han fet possible aquest èxit.

Aquest projecte neix amb la voluntat de continuar creixent i consolidant-se com una activitat que posa en valor el comerç de proximitat, la cultura i la història de la Sagrera.

I ja us podem avançar que... hi haurà nova edició! Esperem que la propera ruta gastronòmica, coincidint amb la Festa Major, continuï comptant amb el suport, la il·lusió i la participació de tot el barri.

Perquè quan el comerç, la cultura i el veïnat caminen junts... la Sagrera és més viva que mai

SAAC – Sagrera Activa Associació de Comerciants



EL MERCAT: MÉS QUE UN ESTABLIMENT, UNA FORMA DE VIDA



Pot ser que sigui hora de tornar a escriure algun article. Com sempre, no crec que sigui de massa interès per a ningú, solament per acontentar un frustrat somiador que porto a dintre. El més difícil és trobar un tema que domini, que per una altra banda és un avantatge. Podríem dir, és més, confirmo que de l'únic que puc parlar amb una mica de coherència és la vida al Mercat, on passo la major part de la meva existència. Per sort,

sempre acompanyat de la majoria de la meua família, d'un equip humà extraordinari que fa del treball un plaer i, com no podria ser d'una altra manera, d'una clientela entranyable, simpàtica, fidel, que venint al Mercat a comprar m'omplen d'orgull i satisfacció i justifiquen tot el treball i l'esforç que dia a dia duem a terme.

Són la gent del barri, que més enllà de venir a comprar, el que busquen és saludar, trobar un somriure i desitjar el bon dia; fer la xerrada, tant si és del temps que fa com per comentar les jugades i el resultat del darrer partit de futbol; que algú tingui paciència per escoltar els seus problemes; poder explicar les seves vacances, tant les que ha fet com les que té pensades; ensenyar les fotos de l'acabat de néixer a la família o dels acabats de casar; aprendre una recepta nova de la mà dels experts comerciants; sentir o explicar un acudit que t'arrenqui una rialla... Al cap i a la fi compartir, conivir i fer el camí de la vida junts.

Això es repeteix cada dia que aixequem la persiana i no me'n canso mai. És més, ho necessito, és com una droga. No vull ni pensar com seria la meua vida sense l'escalfor i la companyia de tots vosaltres.

També hi ha dies durs. Quan algun client, vull dir, quan un amic traspasa i la tristesa ens encongeix el cor i, tot i les llàgrimes, no n'hi ha prou per expressar la pena que sentim per la seva pèrdua. El primer que et ve al cap són els records, les bones xerrades que



haves compartit amb aquella persona mentre comprava al Mercat. A la memòria et ve el posat feliç d'aquell client (amic) quan sortia del mercat content d'haver-hi passat una estona de la seva vida amb la seva gent.

Per sort l'administració que ens governa (Ajuntament de Barcelona) ha entès i valora molt la importància que tenen els Mercats en general sobre la vida de la ciutat. La resposta administrativa ha estat apostar per aquest model comercial i social i en els darrers anys ha estat invertint en la modernització de les seves estructures i equipaments.

El nostre Mercat de Felip II no ha estat menys i ja portem dues reformes que estan donant modernitat i continuïtat al centre comercial. Tot i que és evident la disminució de paradistes, també n'hi ha que han crescut i han multiplicat les seves botigues donant-li vida.

Comercialment parlant, avui en dia mantenir un petit negoci és una feina difícil i feixuga, plena d'entrebancs i que requereix una dedicació plena. Potser és per això que cada dia costa més trobar operadors tradicionals que vulguin afrontar aquest repte i que, per una altra banda, alguns tirin la tovallola i es rendeixin.

Jo em considero un privilegiat, ja que tinc descendència que vol continuar, un equip ferm, una clientela fidel i un Ajuntament que ens recolza. No pot haver-hi un futur millor.

Així doncs, que per molts anys ens seguim veient al Mercat de Felip II, gaudint dels bons productes i de la bona convivència que tenim dins de la millor oferta humana i alimentària del nostre barri.

Xavier Gallifa, carnisser



SEGUEIX-NOS A LES NOSTRES XARXES SOCIALS



@mercatfelipii



Mercat Felip ii



I ASSABENTA'T DE TOT EL QUE PASSA AL NOSTRE MERCAT, NOVETATS, PROMOCIONS I MOLT MÉS

“**Terminus**” era el nom que rebia un déu de la Roma antiga que tenia com a missió protegir el territori; però ja des de l'època dels grecs existia la pràctica de marcar els límits d'un terme territorial. Es feia amb regateres de pedra que sovint incloïen el bust d'un déu. Amb l'arribada del Cristianisme, una creu va substituir les divinitats clàssiques, forma amb la qual ha arribat fins a la nostra època.



Les dues cares de la Creu de Terme de Sant Martí. A l'esquerra la que mira cap a Barcelona. A la dreta la que ho fa cap a Sant Adrià del Besòs.
Autor fotografia: Joan Gironès Pau.
Fons: Centre de Documentació de la Sagrera.

A principis del segle XX hi havia onze creus de terme a la ciutat de Barcelona, de les quals només en queden tres. Durant el franquisme es van construir quatre creus modernes més. Entre les desaparegudes hi havia la **Creu Coberta** al Paral·lel o la **Creu de la Magòria** a les Corts. La **Creu de Terme d'Horta** o la **Creu de Pedralbes**, com la **Creu de terme de Sant Martí**, són de construcció moderna.

LA CREU DE TERME DE SANT MARTÍ

Al segle XIV la Creu de Terme de Sant Martí estava ubicada al que ara és el barri del Fort Pienc. Als segles XVI i XVII va patir diverses restauracions fins que, al segle XIX, va ser traslladada a la Sagrera, a prop de la Torre del Fang.

Durant la Guerra Civil de 1936-39 va desaparèixer definitivament, i no va ser fins a l'any 1967 quan es va elaborar una còpia, basant-se en fotografies antigues de la creu original, la qual es va situar al confí entre Sant Martí de Provençals, municipi annexionat a Barcelona des del 1897, i Sant Adrià del Besòs, a la rotonda de connexió amb Barcelona del carrer de Guipúscoa. Les obres de reforma que s'hi van fer en aquesta rotonda a finals de la dècada de 1990 van obligar a traslladar la creu uns quants metres, en concret al xamfrà entre la rambla de Guipúscoa i el carrer d'Extremadura, a la banda de mar.

L'any 2010 la varen robar, no es va recuperar, i va caldre fer una altra còpia.

La proximitat de la **Creu de Sant Adrià**, al carrer d'Extremadura fent xamfrà amb el carrer de Biscaia d'aquesta població, ha generat un cert grau de confusió, és per això que de vegades s'ha anomenat Creu de Sant Adrià a la de Sant Martí.

Ambdues creus, tot i estar ara al terme municipal de Barcelona, són considerades com un símbol de la identitat adrianenca. Durant la dècada de 1930 es va projectar eliminar el municipi i repartir el seu territori entre Badalona i Barcelona. L'inici de la Guerra Civil va aturar el pla i el nou règim sorgit de la contesa va descartar la idea. Des d'aquell moment les dues creus simbolitzen la independència de Sant Adrià del Besòs.

La Creu de terme de Sant Martí ha arribat als nostres dies formada per un basament de pedra de forma circular, sobre el qual s'alça una columna de ferro. Al seu damunt hi ha un capitell amb quatre àngels querubins que fa de base de la creu, que té dues cares. A una banda hi ha un Crist crucificat, i a l'altra la Mare de Déu amb el Nen Jesús als braços. El cap de la Verge es va trencar en algun moment de la seva història recent.

Aquesta és una creu amb una història agitada i canviant que ara té físicament poc o res a veure amb la creu primigènia, però que segueix assenyalant el límit del municipi amb més habitants de tots els pobles que es van annexionar a Barcelona: Sant Martí de Provençals, al qual pertanyia el barri de la Sagrera.



Joan Gironès Pau
Centre de Documentació de la Sagrera

BREUS

NOVA EDICIÓ DEL FIREM-NOS

El passat diumenge 12 d'abril, als Jardins d'Elx es va celebrar una nova edició del Firem-nos, la fira solidària de les escoles públiques del barri. La jornada va reunir famílies, infants, equips educatius i tot de gent del barri en un ambient festiu i compromès amb la comunitat. A més, el bon temps va acompanyar tota la celebració i la pluja no va arribar fins a la tarda, permetent gaudir plenament de les activitats.

Durant el matí es van poder trobar parades amb tota mena d'articles fets a mà: manualitats, decoracions i altres creacions elaborades amb dedicació per part d'infants d'infantil i primària de les escoles **l'Estel**, **Pegaso**, **El Sagrer**, **Congrés-Indians** i **Els 30 Passos**. La recaptació d'aquestes vendes té un objectiu clar i solidari: ajudar a finançar les colònies escolars per a aquelles famílies en situació de vulnerabilitat, garantint així que tots els infants puguin gaudir d'aquesta experiència educativa.

A més de les parades, la fira també va comptar amb diverses actuacions en directe que van animar la jornada i van convertir l'esdeveniment en un espai de trobada i celebració per a tot el barri.

Un any més, el “**Firem-nos**” ha demostrat la força de la comunitat educativa de la Sagrera i el seu compromís amb la inclusió i la solidaritat. La participació va ser molt exitosa i la recaptació també va ser molt positiva, reforçant l'impacte i el sentit de la iniciativa.

Comissió LSEM per les escoles



LES BIBLIOTEQUES DE BARCELONA EN VAGA INDEFINIDA DES DEL 26 DE MAIG

Com ja heureu notat si heu visitat últimament qualsevol de les quaranta-un bibliotèques de la nostra ciutat, el malestar de la plantilla va en augment. **La defensa d'unes condicions laborals dignes i d'un servei públic de qualitat** no ens han deixat més opció que aturar l'activitat a la gran majoria de bibliotèques els dissabtes dels mesos d'abril i maig i la darrera setmana de maig. A aquesta mobilització (impulsada pels sindicats majoritaris del sector, CGT i Intersindical) s'hi van adherir en un principi les treballadores de la ciutat de Barcelona i de la província, però fa pocs dies s'ha estès al personal bibliotecari de tot Catalunya. Sembla clar, doncs, que la **progressiva precarització** del sector i la **manca de recursos públics** és un problema per a les bibliotecàries de tot el país. Cada vegada més tenim la sensació que s'està gestionant l'administració pública com si fos una empresa privada.

Algunes de les nostres **reivindicacions** fa molts anys que són ignorades, mentre que d'altres són més recents. Un dels punts crítics és la **manca de conciliació laboral**. Es fa molt difícil harmonitzar els nostres horaris amb les nostres famílies quan tenim dies de fins a onze hores i mitja de servei (alguns

d'aquests horaris incompleixen la legalitat). Protestem també per la **falta crònica de personal** (substitucions per baixes, reduccions de jornada, vacances) la **pèrdua de poder adquisitiu**, l'**aplicació desigual i sense compensacions de la jornada de trenta-cinc hores i les retallades en els drets de conciliació i en les baixes mèdiques**. A les Biblioteques de Barcelona desenvolupem una multitasca essencial que va molt més enllà del servei bibliotecari. L'increment de situacions de vulnerabilitat, juntament amb les retallades dels recursos assistencials, afecta el funcionament del servei i sovint hem de fer front a situacions socials complexes. **Demaneu el reconeixement de la tasca d'atenció directa a la ciutadania amb el complement salarial corresponent**, així com la **implementació d'un protocol específic davant les violències** que afecten no només al personal bibliotecari sinó a tothom que ve a la biblioteca. **Defensar un servei públic de qualitat ens beneficia a totes**.
Visca les biblioteques!

Biblioteca La Sagrera-Marina Clotet

El matí del diumenge 23 d'agost de 1959, la Sagrera va viure amb el cor encogit per un gran incendi a **Magatzems Sagrera**, una empresa pionera en la logística, situada al carrer Berenguer de Palou número 30. Aquest foc, al llarg dels anys, la narració oral l'ha fet derivar en històries diverses, algunes no gaire ajustades a la realitat.

L'empresa emmagatzemava productes diversos dels seus clients, entre ells bales de cotó i bidons de líquids inflamables, i en aquell calorós festiu d'agost, cap a dos quarts de deu del matí, el fum va alertar que hi havia foc a l'interior.

Els primers bombers que van arribar van ser els de la llavors existent Caserna de la Sagrera, just a tocar, al carrer Gran, al costat de l'escola de la Mare de Déu dels Àngels, popularment conegudes per "les monges". Després s'unirien els de l'Exposició, sumant cent efectius a les ordres de l'arquitecte-director Sr. Sabadell i el sotscaip Sr. Jordan, que inicialment centraren els seus esforços en el fet que el foc no s'escampés cap a la zona ferroviària, ni tampoc al magatzem de licors del que és ara la Torre de la Sagrera, la fàbrica de plàstic, un dipòsit de cereals i altres indústries veïnes.

Per la naturalesa dels materials, un fum dens enfosquia la visibilitat. Es van evacuar per seguretat veïns d'algunes cases del carrer Berenguer de Palou, entre elles la Comunitat religiosa de l'abans esmentada escola de les monges, i es barrà el pas en establir la Policia Armada i la Guàrdia Urbana un perímetre de seguretat, mentre tot el barri vivia pendent del foc i s'aplegaven molts curiosos.

Alguns bidons van començar a esclatar, l'explosió espectacular dels quals causava un gran neguit, així com el soroll de les parets i els sostres ensorrats. Precisament va ser una d'aquestes parets, de gran altura, la que va comportar un gran risc per als bombers, provocant sis ferits en un accident que hauria pogut ser catastròfic.



Vista la situació, el Capità General de Catalunya i governador militar, Luis del Amo Peris, que havia acudit al lloc, va disposar mobilitzar una companyia de l'arma d'enginyers per si havia de reforçar la tasca dels bombers. Acudiren el governador civil interí, Pedro Gómez Quintana, els tinentes d'alcalde Santiago de Cruyllles i de Peratallada i Salvador Trullols, i el propietari de l'empresa afectada, Francesc Morel Bas, que xifrava les pèrdues en molt quantioses.

Al cap de sis hores de lluitar contra el foc, cap a dos quarts de quatre de la tarda, aquest es podia donar per dominat, per la qual cosa es van retirar els efectius i es va deixar un retén a la tarda i nit de diumenge, i tot dilluns, fins a dimarts, el qual va anar remullant les brases i així poder evitar el revifament de les flames. Van passar els sis bombers ferits per l'Hospital Clínic, quatre amb contusions, traumatismes i petites ferides, però els altres dos presentaven fractures d'ossos, un d'ells del peroné, i van quedar ingressats.

Aquesta és la història real del fet d'un diumenge d'agost que, gairebé setanta anys després, es recorda a la Sagrera, com alguns recorden els diversos incendis dels vagons de cotó a l'estació de mercaderies.





93 274.03.03

Passeig Fabra i Puig, 10, 1r, 2a

- Al vostre servei a **SANT ANDREU i LA SAGRERA** •
- Gestió eficaç i amb transparència •
- Tracte personalitzat •




Cerquem CASES i PISOS per als nostres clients

L'èxit de la vostra compra-venda és el nostre objectiu, aconseguir aquest objectiu és el nostre èxit.

Km verd

No totes les fruiteries són iguals.
Aquesta és del teu barri.



-  **Més gust. Menys quilòmetres.**
-  **Preu just:** qualitat que es nota... i no es llença.
-  **Som els teus veïns.** Tracte personalitzat.

Porta aquest flyer i **t'emportes un detall de benvinguda**

Vine, prova-ho... 932 779 754 / 626 926 436
i decideix tu. C/ Josep Estivill, 33
 @km.verd | www.kmverd.es

CONCENTRACIONS EN MEMÒRIA DE LES VÍCTIMES DELS FEMINICIDIS I DE REBUIG DE LA VIOLÈNCIA MASCLISTA



La Sagrera en Femení fa més de cinc anys que, com a col·lectiu feminista, defensem idees tan temeràries i radicals com que les dones som éssers humans igual que els homes i que, per tant, exigim els mateixos drets i obligacions, la mateixa llibertat i el mateix tracte en tots els àmbits de les nostres vides.

D'entre les moltes desigualtats i discriminacions que encara avui, al segle XXI, pateixen dones i nenes arreu del món —i que ara no enumerarem, però sobre les quals us convidem a fer una ullada a la pàgina d'**ONU Dones**: <https://www.unwomen.org/es> —, n'hi ha una que ens preocupa cada dia més: la violència masclista en totes les seves formes i intensitats.

Només pel que fa a la violència sexual, segons la macroenquesta del 2024 de la *Delegació del Govern contra la Violència de Gènere a Espanya*, una de cada tres dones de 16 anys o més —**6.445.301 dones**— ha sofert violència masclista (física, sexual, psicològica o econòmica) per part de la parella al llarg de la seva vida, és a dir, un **30,3%**.

De totes les formes de violència, el **femicidi**, juntament amb la **violència vicària** són la manifestació més brutal i letal. A l'Estat espanyol, durant la darrera dècada, el nombre de víctimes mortals s'ha mantingut entre les **40 i 50 dones assassinades cada any**. També s'hi ha registrat un augment especialment preocupant dels assassinats de les menors d'edat: 65 assassinats pels seus pares o per les parelles de les seves mares des del 2013 fins a l'any passat.

Des del 2003 —any en què es van començar a comptabilitzar oficialment—, ja són 1.342 els feminicides registrats. Això significa una mitjana anual de 58,3 dones assassinades per les seves parelles o exparelles, sense comptar oficialment els feminicides no íntims.

Malgrat aquesta realitat terrible, segons el darrer sondeig del *Centre d'Investigacions Sociològiques (CIS)*, fet el passat mes d'abril, només un 0,7% de les persones enquestades situava la violència contra les dones entre els tres principals problemes del país.

Aquesta situació ens va encoratjar a seguir l'exemple d'altres col·lectius feministes que es manifestaven arreu del territori per mostrar el seu rebuig i visibilitzar aquesta violència.

Com a veïnes de la Sagrera, volíem implicar el barri i també el Districte en aquestes concentracions i en la commemoració de les dones assassinades, perquè no siguin oblidades. Després de 10 concentracions i de presentar al Consell de Districte de Sant Andreu una proposta per fer-les més visibles i retre a les víctimes l'homenatge digne que mereixen, aquestes trobades s'han anat consolidant. Aviat, el barri comptarà amb un element memorial a la plaça dels Jardins d'Elx —on habitualment ens trobem per a fer les concentracions bimensuals— que honrarà la memòria d'aquestes dones i criatures.

Aquests actes també serveixen per denunciar totes les formes de violència contra les dones i la manca de recursos suficients per protegir les víctimes. Denunciem la revictimització per part del sistema judicial, la manca d'escolta i de credibilitat, així com la indefensió davant dels arrabassaments dels infants a les mares, deixant-los amb els agressors.

Alhora, reafirmem el nostre compromís de contribuir a construir un barri segur, xarxes de suport i espais lliures de violències.

Esperem el compromís necessari i imprescindible de veïnes i veïns per educar en la igualtat, el respecte i la llibertat; perquè no podem mirar cap a una altra banda. Perquè el silenci també mata i la indiferència també és violència.

Aquest espai ha de servir també per fer una crida col·lectiva a institucions, entitats, escoles, famílies i mitjans de comunicació, perquè aquesta és una responsabilitat de totes i tots.

No volem més minuts de silenci. Volem vides lliures de violència. Per les que ja no hi són. Per les que resisteixen. Per les que vindran.

Ni una menys. Ens volem vives, lliures i dignes.



Amanda C M - La Sagrera en femení

L'ALEVÍ A, DEL CLUB PATÍ CONGRÉS-LA SAGRERA ES MOU, CAMPIÓ D'ESPANYA



Dues setmanes després de protagonitzar la gesta de proclamar-se campió de Catalunya a Blanes, l'Aleví A del *CP Congrés-La Sagrera Es Mou* es va superar a si mateix el passat 24 de maig a Madrid, on va guanyar el títol de campió d'Espanya, el més important en la història del club groc-i-negre.

No hi ha paraules per descriure aquesta nova gesta de l'equip dirigit per **Toni Belmonte**, que va saber revertir la derrota inicial per 4-5 al primer partit de la fase de grups contra el *Liceo* de la Corunya després d'anar guanyant per 2-0 i 4-2, per imposar-se a la resta de rivals i acabar aixecant amb tot mereixement la copa de campions.

Després de la derrota contra el *Liceo* del divendres al matí, al primer partit del campionat, el Congrés va guanyar el segon per 10-0 el mateix divendres a la tarda contra el *Voto* de Cantàbria, i el dissabte al matí va tancar la fase de grups amb una altra victòria per 7-0 sobre el *Cocentaina* alacantí, les quals li van donar la classificació per a les semifinals de la tarda com a segon del grup B.

El rival a les semifinals va ser l'amfitrió, *Alameda de Osuna*, que havia estat primer del grup A per davant del *Voltregà*, però no va poder amb el Congrés, ja que **Marc Belmonte** va marcar l'1-0 al primer minut del partit, **Victor Lopera** el 2-0 als 26 segons de la represa i **Jafet Muhammad** el 3-0 en el 1'19". Malgrat que *l'Alameda* va fer el 3-1 de falta directa per la desena del Congrés a 21 segons del final, **Enzo Gardiol** va respondre amb un altre gol de directa amb només un segon per jugar que va significar el 4-1.

I el diumenge, a la final contra el *Voltregà*, que havia derrotat per 4-2 al *Liceo* a l'altra semifinal, es va veure el partit més igualat en la repetició de la final del Campionat de Catalunya, ja que després d'arribar-se al descans amb el 0-0 inicial, el partit el va decidir un solitari gol d'**Enzo Gardiol** a 6'26" del final després de robar una bola a mitja pista i definir perfectament davant la portera blanc-

i-blava. Un gol que va donar el primer títol de campió d'Espanya al nostre club i que va premiar la gran trajectòria d'un equip liderat per Toni Belmonte amb la col·laboració de **Guillem Muñoz** en el que tothom va contribuir a l'èxit, inclòs el tàndem de delegats format per **Jordi Cantoni** i **Jordi Sanmartín**.

Amb **Andrés Toledo** i **Luis Sanmartín**, molt segurs sota els pals, que van mantenir la porteria a zero en tres dels cinc partits, tots els jugadors de pista van tenir el seu moment de glòria. **Victor Lopera**, amb 6 gols, va ser el màxim realitzador de l'equip, seguit per **Jafet Muhammad** (5), **Marc Belmonte** (4), **Enzo Gardiol** (3), **Roger Cantoni** (3), **Enoc Ribas** (2) i els Benjamins **Marc Capitán** (2) i **Gerard Belmonte** (1), que van tenir minuts i protagonisme en els partits de la fase de grups.

L'èxit de l'Aleví A del *CP Congrés-La Sagrera Es Mou* va venir acompanyat d'altres bones notícies, ja que **el primer equip va acabar sisè** del Grup Sud de l'OK Lliga Plata, la seva millor classificació de sempre; els **Sèniors de 1a i 2a Catalana** van certificar la seva permanència i els **Veterans A** es van proclamar **subcampions de la Lliga Catalana** a Tona, on van guanyar les semifinals contra el *Noia* (5-3) i van perdre la final contra l'equip amfitrió (4-2). A més, el **Juvenil A** s'ha proclamat **campió la Copa Catalana Or** a Roda de Ter amb un 4-1, sent l'equip superior al CP Monjos, amb gols de Nil Perecaula, Abraham Millán i Leo Arbonés. El **Juvenil B** va ser a la fase final de la Copa Federació a *Santa Coloma de Farners* després d'eliminar al *Figueres*, però la va perdre davant del CP Riudoms C. L'**Infantil C** jugarà les eliminatòries de la Copa Catalana Plata a *La Jonquera* i el **Benjamí E** va acabar primer de grup de la Copa Federació i es va classificar per a la fase final a Mataró, on va guanyar primer al Molins de Rei B als quarts de final i després va perdre per 3-2 a les semifinals contra el Capellades, quedant definitivament en tercer lloc en vèncer a l'AE Casp.

XERRADES AMB “MIRADA DE DONA”

Dins del mes de la Salut i la Dona hem tingut la sort de poder comptar amb tres xerrades molt interessants.

La primera:

- **Què és una ostomia? Des del punt de vista físic, psíquic i social què comporta portar-ne una.**

La segona:

- **Les possibles conseqüències de l'abús de la medicació. L'automedicació sense control que fem molt sovint.**

La tercera:

- **Què puc fer per tenir menys dolor? Tots els vessants per no patir molèsties no desitjades.**

En fi, tres ponències molt educatives per part d'uns grans professionals.

Volem presentar-vos el ponent de la tercera xerrada amb unes paraules que ens ha dedicat.

Vaig arribar al barri de la Sagrera el passat gener per iniciar el projecte de la Farmàcia Carles Torner, al carrer Felip II, 70. En aquest camí de conèixer el barri i crear vincles, he tingut la sort de conèixer l'Associació **Mirada de Dona**, una entitat compromesa amb el suport, l'empoderament i la participació social de les dones.

Gràcies a la seva confiança, hem pogut organitzar la xerrada sobre salut i dolor al Centre Cívic La Barraca. Per això, voldria expressar el meu agraïment més sincer a tota l'organització i a totes les dones excepcionals que hi van assistir, per la seva acollida, interès i proximitat.



Els veïns sagrerencs hem estat testimonis de la desaparició d'un dels edificis històrics i patrimonials del barri, l'estació de mercaderies de la Sagrera, malgrat els intents de diverses entitats per salvar-lo. Ha estat un regal funest al seu aniversari, un segle, per part dels constructors de la seva substituta, que malgrat la seva lenta arribada, sembla que ja truca a la porta del barri.

La Margarita Riera Camps, sagrerenca, veïna de l'antiga estació, i persona compromesa amb el barri i les seves entitats, li ha volgut fer un emocionat comiat que des de la redacció del Tota la Sagrera hem volgut compartir amb la resta del veïnat.

Gràcies Margarita per compartir les teves sentides paraules!



ADEU, ESTACIÓ DE LA SAGRERA

T'he vist caure, Estació de la Sagrera.
T'he vist caure silenciosa, sense queixa.
De tu, només en queden les runes:
deien que feies nosa, que eres vella i lletja.

Cap cadena humana ha impedit l'esfondrament.
No tenies un nom com el Pont de Calatrava,
tan sols eres la supervivent d'una època passada.
Si eres centenària, poc sembla que importava.

Vivies aquí molt abans que naixéssim nosaltres
i, amb les teves vies i les teves catenàries,
vas dividir un poble amb una ferida que tanca
per obra i gràcia de la teva caiguda en desgràcia.

Ni la memòria dels homes, ni les màquines dels homes,
han tingut compassió de tu, estació grisa i discreta.

Amb fúnebre cerimònia s'ha oficiat el teu adeu:
un núvol de pols s'ha enlairat de la terra cap al cel.
D'immediat ha descendit, com si s'ho repensés,
escampant les teves cendres pels carrers.

Potser no ens volies deixar, estació feta miques ara.
Jo et guardaré en el pensament, bella estació enyorada,
i quan surti al balcó recordaré com n'eres d'austera
en l'observar els teus substituïts, alts edificis color zebra.

Mai més tornaré a veure la façana encesa al sol rogent,
ni la cúpula rodona que et coronava reina,
ni les persianes verdes de les allargades finestres,
ni al terrat la roba estesa, eixugant-se al vent.

Veuré un barri que és el meu, però que és diferent.
El gaudiré o el detestaré, encara no ho sé.
Però en tombar la mirada cap allà on abans eres,
sé que et trobaré a faltar, estació de la Sagrera.

Margarita Riera Camps

NAU IVANOW

ELS PLATS VOLADORS, UN PROJECTE DE MEDIACIÓ DE LA NAU IVANOW

Des de la Nau Ivanow, fa anys que impulsem projectes amb artistes internacionals que passen pel nostre centre per connectar les arts i la cultura amb els centres educatius i les famílies del barri. Avui us presentem l'últim projecte que vam dur a terme l'any passat,

del qual va néixer un llibre extraordinari que podeu consultar en format digital al nostre web: **Els plats voladors**.

Durant el 2025, a la Nau Ivanow vam organitzar diverses trobades gastronòmiques amb les famílies i l'alumnat de l'Escola l'Estel de la Sagrera. A través de la cuina, vam generar un espai de trobada i de vincle on vam conèixer històries de vida molt diferents que ens van permetre descobrir i gaudir de la gran diversitat que existeix a l'escola. Fruit d'aquestes trobades, neix el llibre de receptes **Els plats voladors**, esperem que us agradi tant com a nosaltres i que gaudiu de les seves receptes d'arreu.

En aquest article, hem volgut donar la paraula a **Nacho Tamagno**, actor, dramaturg i gestor cultural del centre cultural **La Parisina de Córdoba (Argentina)** que ha coordinat les trobades entre l'alumnat i les seves famílies a la Nau Ivanow.

“Nuestra lengua, el idioma que nos identifica, aquello que sentimos como lo más íntimo y constitutivo de nuestra identidad, es el resultado de un sinfín de desplazamientos y migraciones: un sistema abierto y en constante movimiento, compuesto de diferencias articuladas entre sí.

Decimos *merci* para dar las gracias, expresión que viene directamente del francés. *Si us plau* es una expresión medieval que proviene del latín vulgar. *Barri, alcova y sucre* son de origen árabe. *Teatre* deriva del griego *theatron* (θέατρον), palabra que significa “lugar para ver”. *Dramaturgia* es una palabra griega que significa “el trabajo de hacer acciones”. Una dramaturgia opera en forma de texto. *Text* viene de *textus*, palabra latina que significa “trama” o “tejido”. *Migrar* viene del latín *migrāre*: literalmente “trasladarse, mudarse, cambiar de lugar”.

Desde hace algunos años, junto con la Nau Ivanow, venimos trabajando en una serie de proyectos que, desde diferentes estrategias de dramaturgia expandida, buscan *tejer y poner a tejer juntas* a personas migrantes y no migrantes del barrio dentro de un mismo proceso creativo. **Los platos voladores** es uno de estos proyectos.

El proyecto fue desarrollado junto a las familias de la AFA de l'Escola l'Estel, en respuesta a una problemática muy específica: las familias migrantes no hablaban catalán, las familias catalanas no hablaban el idioma de las otras familias, y eso generaba una grieta entre las familias de la escuela. ¿Cómo solucionar esta barrera idiomática a la vez que cultural?

Para trabajar esta situación, creamos junto a la Nau Ivanow, un espacio común centrado en una premisa sencilla: entendernos a todas como migrantes y ponernos a cocinar todas juntas, para así enhebrarnos (enredarnos) a todas en torno a una misma acción: la de cocinar.

En cada encuentro, dos familias de la escuela compartían una receta de su país, alrededor de la cual nos poníamos a trabajar y



cotillear. Cocinando y hablando, descubríamos la historia de vida oculta detrás de esa receta, de esa persona, y todo el paisaje que esa persona significa en sí misma.

Por más de dos años, cocinamos todas juntas en la terraza de la Nau. En este tiempo, hemos preparado, saboreado y escuchado comidas e historias de vida de Paraguay, Rusia, Ucrania, Grecia, Marruecos, Italia, Venezuela, Honduras, Cataluña, Madrid, Chile, Argentina y muchos otros lugares. Hemos viajado por cada uno de estos rincones, conociendo la historia de vida de cada mamá. Y a través de este viaje, hemos logrado conocernos en profundidad, más allá de nuestras barreras idiomáticas, tejiendo nuevos lazos afectivos entre nosotras y una alianza significativa con el espacio de la Nau.

Recientemente, recogimos todo este proceso en un libro, que recopila las recetas y las historias de vida de todas las mamás participantes, escritas de manera colaborativa junto a cada una de ellas. Cada historia va acompañada de las ilustraciones y las fotografías realizadas por las infancias, que nos retrataron a nosotras y a ellas mismas a lo largo de todo el proceso.

Se trata de una edición plurilingüe, con textos en catalán y en el idioma original de cada familia. Un dispositivo de encuentro y convivencia intercultural, a la vez que una herramienta útil para introducirnos en el idioma de cada familia. De esta forma, repasar cada receta es recordarnos a nosotras mismas, a la vez que enseñarnos, todas juntas, una nueva nueva lengua de una forma sensible, sabrosa y entretenida.

Nuestra lengua es un territorio en disputa: pero también un territorio común, en el que se refugian y mezclan palabras migrantes que se mueven y nos hacen.

Gracias, te amo, hola y hasta pronto son migrantes. Nuestras células migran. Nosotras mismas migramos todo el tiempo. Lo que más amamos es el resultado de un desplazamiento, de una migración, de un movimiento.

Como nuestra lengua, a través de este proyecto hemos construido un nuevo espacio común que nos reúne en un mismo tejido, dentro de una misma trama. Un espacio donde el teatro se abre al espacio público y se convierte en un *lugar para ver(nos)*. Y escribirnos: como barrio, como colectivo y como personas”.

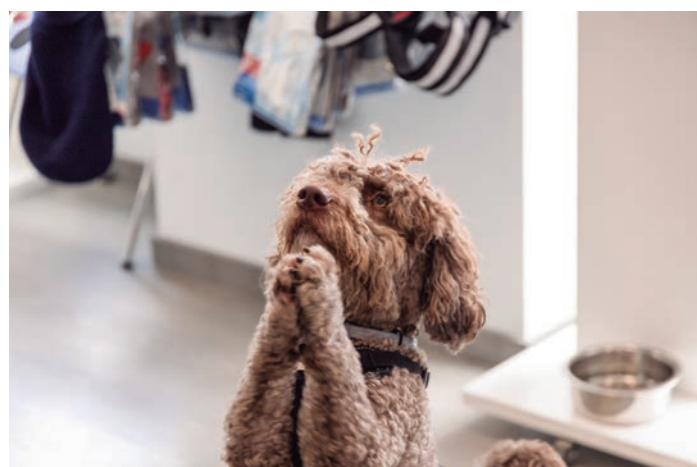
Nacho Tamagno i equip Nau Ivanow

LA COMUNICACIÓ CANINA. CLAUS PER ENFORTIR EL VINCLE AMB EL TEU GOS

Ens iniciem a l'espai "Els nostres companys peluts", parlant de com relacionar-nos més i millor amb ells, aconseguint aquella connexió màgica que tots cerquem. No sabem si la nostra manera d'explicar-vos l'etologia és la certa, però sí que és la que més ens agrada.

El temps de tractar el gos com a animal ensinistrat dins d'una estructura jeràrquica familiar, ha deixat pas a un lligam humà-cànid de "companys de vida". Us ho expliquem així quan veniu amb un problema de conducta o bé quan ens visiteu amb un cadell.

Els es comuniquen amb el contacte visual, amb el llenguatge corporal, amb el llenguatge verbal (sons) i les olors. Un llibre molt recomanable, molt didàctic, curt i assequible: "El lenguaje de los perros. Las señales de calma". Turid Rugaas. Ed. Kns ediciones., us pot ajudar i molt.



L'observació de les conductes que mostra el nostre gos quan socialitza amb altres ens informa de quin és el seu estat emocional i quin conflicte es pot originar entre ells, per exemple.

A les ciutats no hi ha massa espais de socialització en condicions, però com més avançada és una societat, amb més espais lliures compta per als nostres peluts.

Un gos que socialitza en llibertat, juntament amb un tutor que sap llegir el llenguatge del seu cànid, enriqueix la societat, amb animals sense problemes de conducta i humans més oberts a la seva integració social.

Recomanacions de zones, més o menys "lliures", als nostres voltants poden ser els "pipi-cans" del Canòdrom (poca ombra), Can Dragó o parcs com el del Guinardó. Tots compten amb punts d'aigua. Cal evitar les hores de màxima irradiació solar, ja que poden patir greus patologies.

Necessitem deixar aquests espais, i tots els de la ciutat, lliures de defecacions i miccions. Tenim gos i això ens fa responsables del rastre que deixen als nostres carrers.

Han de portar al dia vacunacions, desparasitacions i microxipatge, no només perquè la llei així ho demana, sinó per un tema de salut.

Tips simples i importants:

- Des de petits, s'han d'acostumar als estímuls de les nostres ciutats. Cal que socialitzin els primers 3-4 mesos de vida amb tots i tothom.
- Han de crear un vincle amb nosaltres, basat en la confiança. Al principi pot ser necessari l'ús de reforç positiu amb premis alimentaris que es podran anar retirant amb el temps.
- Cal socialitzar amb els de la seva espècie, primer en grups petits i amb animals que sàpiguen comunicar bé. No és gens aconsellable deslligar-lo dins un "pipi-can" amb molts individus les primeres vegades.
- El reforç negatiu o càstig cal utilitzar-lo amb molt de compte i serà un to de veu alt i fort en el moment precís que realitza l'acció negativa. Si dubtem castigar o no una acció, és millor ignorar la conducta, sempre que no sigui perillosa per a l'animal.
- Si un gos no presenta "inhibició de la mossegada", és a dir, mossega fort fins i tot jugant, cal deixar de jugar amb ell immediatament.
- Els gossos han de sortir al carrer com a mínim tres cops al dia, per tal de fer les seves necessitats i socialitzar.
- Si són gossos que utilitzen el lladruc davant totes les situacions, no hem d'atendre les seves demandes. Els gossos borden, cert, però si els donem el que volen cada vegada que borden fem un reforç positiu del lladruc.
- Els gossos, sobretot quan són cadells, exploren el seu entorn, trencant coses si les tenen al seu abast. Quan tenim un cadell, la nostra llar ha d'estar condicionada per tal que no tinguin accés a estris preuats o productes tòxics.

Moltes gràcies, i endavant amb aquesta gran aventura de compartir la nostra vida amb un "peludet" de quatre potes.



Marta Dellà i Bohigas
Veterinària i Directora Mèdica d' Anubis Unavets
Equip d' Anubis Unavets.



Volem ser la teva clínica veterinària de confiança
Professionals des de fa més de 25 anys tenint cura de la teva família



SERVEIS

- Cardiologia
- Cirurgia
- Dermatologia
- Higiene Dental
- Laboratori
- Medicina General
- Medicina Felina
- Medicina Interna
- Radiologia i ecografia
- Vacunacions
- I molt més



Descobreix més en:
www.unavets.com/anubis/ca



934 086 143
info.anubis@unavets.com
Ciutat d'Elx, 6, 08027 Barcelona

COMPARTEIX-LA AMB ELS TEUS AMICS I CLIENTS



LOTERÍA DE NADAL PER A EMPRESES I BOTIGUES

**"EL GORDO" DE NADAL SEMPRE TORNA
AMB MOLTA IL·LUSIÓ.....
FES-LA REALITAT A LA TEVA BOTIGA I EN LA
TEVA EMPRESA**

**LA FÀBRICA DE LA SORT ES L'ADMINISTRACIÓ
DE LOTERÍA DEL NOSTRE BARRI.....
AL CARRER GARCILASO,39**

T'OFERIM.....

- POTS TRIAR EL NÚMERO QUE MÉS T'AGRADI
- UNEIX ALS TEUS AMICS I CLIENTS SOTA LA MATEIXA IL·LUSIÓ
- CARTELL DEL DÈCIM AMB EL TEU LOGO.
- SI VOLS, PODEM TENIR EL TEUS DÈCIMS A LA VENDA EN L'ADMINISTRACIÓ SENSE CAP RISC.
- VENDA EXCLUSIVA EN LA NOSTRA WEB AMB EL TEU LOGO TRUCANS O ENVÍA UN WASP AL 620737497

ESCANEA EL CÓDIGO
Y ENTRA A LA WEB!

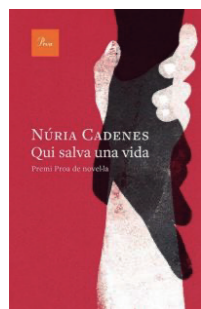


www.lafabricadelasort.es





Biblioteca La Sagrera - Marina Clotet



Aquesta novel·la, guardonada amb el Premi Proa de novel·la, explora la complexitat de les relacions humanes i els dilemes morals davant la tragèdia i la injustícia, des de la sensibilitat i la tensió narrativa. Amb un estil directe i emotiu, Cadenes construeix personatges que es mouen entre la vulnerabilitat i la fortalesa, mostrant com els actes de coratge i compassió poden transformar vides.

La novel·la planteja situacions extremes en què els protagonistes han de prendre decisions difícils, sovint amb conseqüències inesperades. L'autora aconsegueix que els lectors se sentin immersos en cada escenari, reflectint la intensitat emocional i la lluita interna dels personatges, tot mantenint un ritme narratiu que atrapa fins a l'última pàgina.

Una lectura captivadora que ens recorda com els petits actes de coratge poden transformar vides.



SINGH, Akanksha. Las mejores rutas del mundo en tren. Recorre el mundo sobre rieles y aventúrate en viajes extraordinarios. GeoPlaneta, 2025.

319 pàgines.

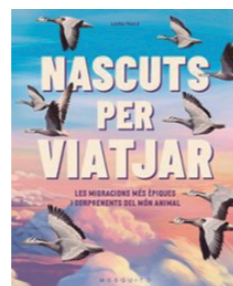
Aquest llibre és una invitació a redescobrir el plaer del viatge lent. Amb una cuidada edició il·lustrada, el llibre recull 50 grans recorreguts ferroviaris

i 150 propostes complementàries que travessen paisatges espectaculars, des de deserts i muntanyes fins a ciutats emblemàtiques d'arreu del món.

Més que una guia de viatges, és un homenatge al tren com a experiència: al temps que s'assaboreix darrere d'una finestra, a les històries que neixen als vagons i a l'encant d'un trajecte que sovint esdevé tan memorable com la destinació. Un llibre ideal per als amants dels viatges i per a tots aquells que encara creuen que el camí és una part essencial de l'aventura.

Biblioteca La Sagrera-Marina Clotet

C/Josep Soldevila, 9
08027 Barcelona
Tel 93 340 86 75
b.barcelona.mc@diba.cat
www.bcn.cat/biblasagrera



FRAILE, Laura. Nascuts per viatjar. Les migracions més èpiques i sorprenents del món animal. Mosquito, 2025. 45 pàgines.

5-9 anys

Nascuts per Viatjar és un llibre de divulgació que atrapa des de les primeres pàgines gràcies a un tema que desperta una

fascinació gairebé universal entre els infants: el comportament animal. En aquest cas, l'obra posa el focus en les grans migracions del regne animal, convertint dades científiques i fenòmens naturals en autèntiques aventures plenes de reptes, resistència i supervivència. El llibre presenta alguns dels viatges més extraordinaris de la natura que es llegeixen amb el ritme i l'emoció d'una gran pel·lícula d'aventures. A més de recollir alguns dels casos de migració més coneguts, l'obra incorpora altres trajectes menys populars però igualment sorprenents, ampliant la mirada dels lectors sobre la diversitat i la complexitat del món animal. El resultat és una lectura amena, rigorosa i molt estimulants, capaç de despertar la curiositat científica i l'admiració per la natura.



LEBAY, Paule. Horts i jardins remeiers. Del projecte a la realització. Edicions Sidillà, 2025. 246 pàgines.

Guia pràctica i inspiradora que mostra com crear espais verds pensats per afavorir el benestar físic i emocional. Amb un enfocament accessible i ple de propostes concretes, l'autora reivindica el contacte amb la natura com una eina de cura,

inclusió i salut. Un llibre útil tant per a professionals com per a qualsevol persona interessada en el potencial terapèutic dels horts i els jardins.

Horari de la biblioteca:

Dilluns: de 15,30 a 20h.
Dimarts, dimecres, dijous i divendres: de 9,30 a 13,30h. i de 15,30 a 20h.
Dissabtes de 10 a 14h



A LA UNIVERSITAT PASSANT PER LA FP: LA MILLOR VIA PER COMPAGINAR ESTUDIS I FEINA AL SECTOR SANITARI



L'INICI DE LA VOCACIÓ SANITÀRIA: EL CAMÍ NO SEMPRE HA DE SER UNA LÍNIA RECTA

El sector sanitari és, sens dubte, un dels més vocacionals que existeixen. La voluntat d'ajudar els altres, de tenir cura de la salut de les persones i d'estar a primera línia requereix passió, empatia i una gran preparació. Sovint, quan els joves pensen a dedicar-se a l'àmbit de la salut, la primera i única imatge que els ve al cap és la d'una llarga i exigent carrera universitària, precedida per l'estrès de la selectivitat per assolir una nota de tall molt alta.

No obstant això, el camí cap a l'excel·lència professional té alternatives molt intel·ligents. Actualment, milers d'estudiants estan descobrint que la Formació Professional (FP) no és només una via directa i eficaç d'entrada al mercat laboral, sinó que és, de fet, **el millor trampolí cap a la universitat**.

Cursar un Cicle Formatiu de Grau Superior (CFGS) de la branca sanitària s'ha convertit en una opció cada cop més demandada per iniciar-se en aquest apassionant ofici. Suposa una transició natural i estratègica que redueix la pressió i multiplica les oportunitats. Entre altres coses, perquè et permet accedir als estudis universitaris mentre treballes al sector sanitari gràcies als estudis específics de formació professional.

Per què l'FP sanitària és l'opció guanyadora?

Quan optes per cursar una Formació Professional abans de fer el salt a la universitat, adquireixes un avantatge competitiu innegable:

- **Aprenentatge 100% pràctic:** des del primer dia, l'enfocament és aplicat. En només dos anys, assoleixes unes competències tècniques i una destresa que molts estudiants universitaris triguen anys a desenvolupar només amb la teoria.
- **Validació de la vocació:** coneixeràs de primera mà la realitat del sector. Mitjançant les pràctiques, sabràs com funciona el dia a dia d'un centre sanitari.
- **Via d'accés a la universitat:** la nota mitjana del teu CFGS (sobre 10) et serveix d'accés directe a la universitat, i només t'has de presentar a la fase específica de les PAU per arribar al 14 i entrar a les carreres sanitàries més exigents. A més, en molts casos podràs convalidar crèdits universitaris.

Compaginar feina i estudis universitaris: la fórmula de l'èxit

Un dels majors reptes d'estudiar una carrera universitària com Infermeria, Odontologia o Medicina és l'esforç de temps i el cost econòmic que suposa. Aquí és on la via de l'FP brilla amb més força.

En obtenir la teva titulació de Tècnic Superior, t'obres immediatament les portes del mercat laboral sanitari, un sector amb una de les taxes d'ocupabilitat més altes. Això et permet començar a treballar en allò que

t'apassiona i guanyar independència econòmica. Aquesta flexibilitat per treballar a mitja jornada o per torns en el teu àmbit fa possible **compaginar aquesta feina qualificada amb els teus estudis universitaris**.

Treballar com a tècnic mentre estudies el grau no només t'ajuda a finançar-te la carrera, sinó que et converteix en un alumne avantatjat. El que estudies a la facultat, ho estaràs veient en la pràctica al teu entorn laboral. Aquesta dinàmica és clau per als nostres alumnes:

Joan Gracia (Tècnic en Cures Auxiliars d'Infermeria i en Higiene Bucodental): "Aquí tens facilitats per combinar estudi i feina". A més, en Joan destaca com l'experiència pràctica t'ajuda a definir el futur amb més claredat: "La meua idea en obtenir el títol de tècnic superior en Higiene Bucodental era estudiar Medicina... però m'ha agradat tant el cicle d'Higiene Bucodental, que dubto entre Medicina i Odontologia".

Construint una base de coneixement per a tota la vida professional

Per aconseguir que aquesta transició entre l'FP, el mercat laboral i la universitat sigui un èxit absolut, és fonamental triar bé on et formes. En aquest sentit, el nostre centre no només forma excel·lents professionals tècnics, sinó que està dissenyat per dotar l'alumnat de l'hàbit d'estudi, el rigor i la base científica sòlida que els permetrà brillar a la universitat.

L'equip docent especialitzat sap com preparar els alumnes per a la professió: tots són professionals sanitaris en actiu. I l'acompanyament personalitzat és un altre factor que marca la diferència, tal com explica **Anna Rubio**, titulada del CFGS d'Higiene Bucodental i actual estudiant del Grau d'Infermeria a la Universitat de Barcelona: "Des del principi em vaig sentir molt recolzada i vaig sentir que aquí aprendria i estaria bé... i no m'he equivocat! M'han donat l'empenta que necessitava per estudiar Infermeria".

Un currículum diferencial per quan acabis el grau

Imagina't l'escenari d'aquí a uns anys: el dia que finalment tinguis el teu títol universitari sota el braç i vagis a buscar feina, el teu currículum destacarà per sobre de la resta. No només seràs un professional acabat de graduar a la universitat, sinó algú amb anys d'experiència real treballant al sector sanitari com a Tècnic.

Aquest perfil polièdric —el d'un professional madur que ha passat per totes les etapes, que coneix el funcionament del sector des de la base i que sap moure's en l'entorn clínic— és altament valorat per clíniques i hospitals d'arreu del territori.

El camí cap a l'èxit professional en l'àmbit sanitari està ple de reptes, però començar per la Formació Professional és una aposta segura per superar-los amb avantatge.

Centre d'Estudis SAM Claret, ubicat al cor de la Sagrera

ALAN MOORE

Nascut a Northampton al 1953, **Alan Moore** és un dels guionistes de còmics més influents del mitjà. Les seves obres, en ocasions amb un marcat rerefons polític i/o religiós, han definit en gran mesura el còmic modern.

Moore va començar guionitzant per revistes com **Marvel UK**, **2000 AD** i **Warrior**. Els seus primers guions curts van ser per a la revista **Doctor Who Magazine** i **Star Wars Weekly**, abans de saltar a la fama amb el seu primer projecte important **Captain Britain** (Capità Britània a Espanya) amb el dibuixant **Alan Davis**.



A **2000 AD**, la seva primera obra llarga va ser **Skizz**, publicada per entregues al 1983, la qual tractava sobre un extraterrestre a l'estil d'ET, amb el dibuixant Jim Baikie. No obstant, la seva obra culminant per aquesta revista va ser **The ballad of Halo Jones**, dibuixada per **Ian Gibson**.

Respecte a **Warrior**, és sens dubte **Miracleman**, dibuixat primer per **Garry Leach** i posteriorment per **Alan Davis**, el que va seduir més la crítica. Moore es va iniciar en el projecte de **V for Vendetta**, una història distòpica sobre un futur govern totalitari a Anglaterra, al qual

s'enfronta un anarquista anomenat V, que oculta la seva identitat sota una màscara de l'anarquista **Guy Fawkes**, il·lustrat per **David Lloyd**. La revista **Warrior** va tancar abans que aquesta història fos conllosa, però Moore tenia permís per continuar les seves obres amb altres editorials.

L'etapa nord-americana de Moore va començar al 1983 quan l'editor de **DC Comics**, **Len Wein**, el va contractar per escriure **Swamp Thing**, un personatge pràcticament oblidat que el guionista va convertir en un èxit juntament amb els dibuixants **Stephen R. Bissette**, **Rick Veitch** i **John Totleben**. Això va animar a DC a donar-li, al 1985, un projecte més ambiciós, que es convertiria en el seu còmic més conegut: **Watchmen**, amb el dibuixant **Dave Gibbons**, que tracta sobre un present distòpic (1985) en què els superherois existeixen però no tenen poders, són persones normals disfressades, a l'estil de **Batman**, fins que apareix el **Doctor Manhattan**, un ésser totpoderós. Gràcies a ell, Amèrica guanya la guerra de Vietnam, però a la vegada, provoca la Guerra Freda, ja que tots els països li temen.

En aquest context, un altre d'aquests superherois, el **Comediant**, és assassinat, i un altre, **Rorschach**, investiga el crim. **Watchmen** va redefinir el còmic de superherois des dels seus fonaments, i s'ha convertit en un dels còmics més venuts de la història, venent milions de còpies al llarg de les dècades. Li dedicarem un futur article. Després va reeditar i completar **V de Vendetta** amb DC, de nou amb el **David Lloyd**, i també va fer **The Killing Joke**, una historieta que explicava l'origen del **Joker**, l'arxienemic del **Batman**, dibuixat per **Brian Bolland**.

Al 1989, Moore va abandonar DC per diferències creatives i monetàries. De la seva etapa independent, destaca **From Hell**, una obra sobre **Jack l'Esbudellador** dibuixada per **Eddie Campbell**, i **La lliga dels homes extraordinaris**, dibuixada pel **Kevin O'Neill**, sobre un grup de superherois victorià format per personatges literaris com l'**Alan Quatermain** o el **Capità Nemo**. Moore també ha escrit diverses novel·les, destacant **Jerusalem**, un llibre de més de 1200 pàgines on l'autor mescla elements autobiogràfics amb les seves creences religioses.



Carlos Plaza,
Libreria Ulises,
C/ Pacífic, 34

Bareche
Creadors pastissers

Bcn f t i M R

C/Sant Antoni M^a Claret, 484
(Cantonada C/Hondures)

Farmàcia **Anna Lloberas**

Horari:
De dilluns a divendres
8.30h a 21h
Dissabtes de 9h a 14h

CI Hondures, 65
08027 Barcelona
telèfon 933 499 070

PERRUQUERIA
MAR-I-BEL

Tel. 93 352 29 63

C/ Sant Antoni Ma Claret, 474, 1r 2a
08027 Barcelona

Fes publicitat,
fes barri!

MISTERIS DEL DISTRICTE DESAPAREIX EL PROJECTE DE L'ESTACIÓ DE L'AVE

Aquestes darreres setmanes han aparegut ls carrers del barri uns cartells anunciant unes *sessions informatives* en relació a com serà el futur parc i la circulació al voltant de la futura estació de l'AVE a la Sagrera. Diuen que també es van recollir les opinions i el que en pensaven els veïns assistents.

Què se n'ha fet de tota la feina? I dels projectes fets per l'Administració, per l'empresa **BSAV** (Barcelona Sagrera Alta Velocitat), i exposats en públic repetides vegades? Recordeu que no hi havia campanya electoral en què no s'expliqués el projecte.

Fem memòria: es va començar a parlar de l'estació i el seu entorn el 1991. Veient que passaven els anys, i amb la il·lusió que una Sagrera millor era possible, el 1998 es va crear la **Plataforma Cívica La Sagrera Estació 2004**. Ara, tristament, sabem que fins al 2004 no va passar res de res (exceptuant la creació de l'empresa BSAV un any abans) i que les obres encara van trigar a començar 4 anys més. Però van començar!, prova inequívoca del fet que algú havia ja projectat com seria tot, si no, no es pot començar.

I ara resulta que se n'ha de tornar a parlar, com si haguessin perdut el Projecte i parlessin de memòria, i per si els falla la memòria, ho exposen als veïns, no sigui que els passi per alt algun detall.

Però la veritat és que sembla "La cançó de l'enfadós", el famós conte que s'explicava als nens petits en els pobles de Catalunya:

- Vols que t'expliqui com serà el Parc de l'estació?
- Sí, quan estarà fet? — Jo no dic quan estarà fet. Jo dic si vols que t'expliqui com serà el parc de l'estació.
- Hi ha alguna novetat?
- Jo no dic si hi ha alguna novetat. Jo et dic si vols que t'expliqui com serà el Parc de l'estació.

I així legislatura darrere legislatura.

Perquè tot això que ara es parlarà està condemnat a fer-se fonedís quan sonin les campanades del final de mandat de l'actual equip de govern municipal. Això ja és una tradició governamental no escrita, tal com va passar fa dues legislatures amb la creació de la **Taula de Treball de la Torre del Fang**, tot el que es va discutir i decidir ha quedat misteriosament en l'oblit més absolut. L'informe deu restar en un calaix oblidat, o sota d'immenses piles de papers en algun despatx perdut dins l'edifici de la plaça Orfila, mentre no hagi anat a parar al contenidor blau, perquè ningú digui que ells no reciclen.

Sessió informativa
La mobilitat a l'entorn de l'estació intermodal de la Sagrera

Dilluns, 27 d'abril, a les 17.30 h

Biblioteca Gabriel Garcia Márquez. Plaça de Carmen Balcells Segalà, 1

Cal inscripció prèvia: barcelona.cat/obres/participacio

Sessió informativa:
Urbanització del parc dels entorns de l'estació intermodal de la Sagrera

Dimarts, 19 de maig, a les 18.30 h

Ajuntament de Barcelona
Gerència - Districte de Sant Andreu
www.barcelona.cat

INFORME DE LA TAULA DE TREBALL TORRE DEL FANG

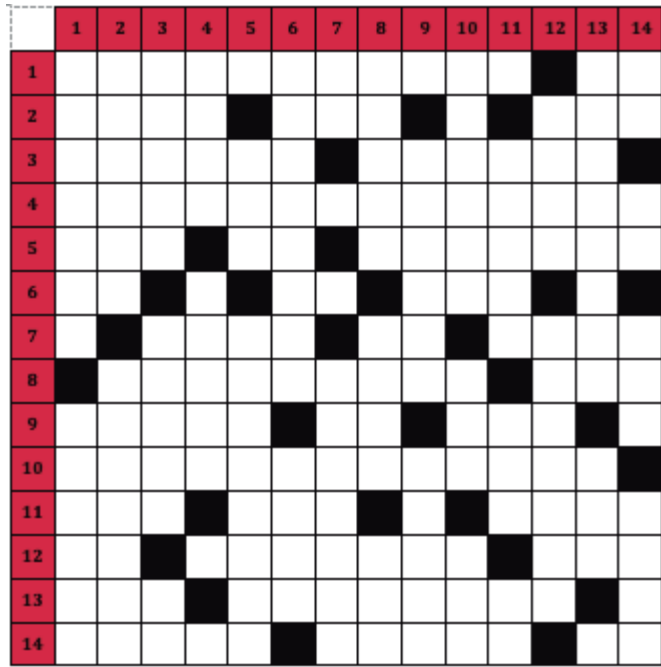
7/6/2019



A l'AVV conserven una còpia de l'informe d'aquesta Taula de treball que ja ningú recorda, i també una gorra de la Plataforma Cívica la Sagrera Estació 2004, però ja se sap que són una colla de somiatruites, pobres víctimes de la síndrome d'aquell senyor grec que no reciclava res.

SEID Sagrerenc Extenuat i Desil·lusionat

ELS MOTS ENCREUATS DEL TOTA LA SAGRERA



HORIZONTALS 1.- En dues paraules, escenari que aquesta primavera ha recuperat l'activitat cultural sagrerenca. Condicional a Bristol. 2.- A l'inrevés, a vegades se'n produeixen de trànsit a la Meridiana. Comencen a organitzar-se. Repetida a la Sagrera. La medulla d'un ciri. 3.- Expressar-se a Twitter. Ameboide escuat. 4.- En tres paraules, coral espiritual del barri que acaba lliscant per la darrera columna. 5.- Dona que amaga Mossèn Juliana. Al capdavant de la Sagrera. Funcionari que, d'agut, en té poc més de la meitat. 6.- Pronom anglès que trobem a Cortit. A Emília, a Pardo i a Bazán. Nota de Garcilaso. Tres iguals que trobem a Filipines. A Cardenal i a Tedeschini. 7.- Al final de les Antilles. Bala en retrocés. Possessiu a Costa Rica. Remata les oracions a la parròquia del Crist Rei. 8.- Escriptor que visità la Sagrera el 17 d'abril. Gosa sense

SOLUCIONS



cap. 9.- Via que no toca de peus a terra. El pronom de la Marina Clotet. Riu africà capgirat. Vocal absent a Vallès i Ribot. 10.- en dues paraules, ha completat 18 anys com a presidenta del Club Patí Congrés. 11.- Tisores que no arriben a temps. Zero al carrer Açores. Sona amb força a Torroella de Montgrí. 12.- Nom de bruixot a Vallès i Ribot. La seva cambra és l'alta. 563 dies. 13.- Peix que canta a bon ritme. Explicaria. Freqüent a la plaça Masadas. 14.- Brams que es llancen d'esquena. El podem veure al cel o al camp de futbol. Hac sense hac.

VERTICALS 1.- Lleures com els grups que gaudeixen a la parròquia. Fan comèdia, fins i tot dins els tractors. 2.- Espiant sense cap. Cadascú té la seva i tothom la busca. 3.- Descans. Compris. Arbre matemàtic. 4.- Té tanta alçada que s'ha posat capgirada. Poble valencià que puja i que convida a seure els castellans. Al final de Cienfuegos. Absent a Antoni, repetida a Ricardos. 5.- Uneix Vallès i Ribot. Amb un ari, l'associariem a l'economia rural. Alatrencat sense l'ala dreta. 6.- Francesc que visitarà l'Espai 30 el 26 de juny. Hiena decapitada. 7.- Dígraf de Torroella de Montgrí. Reiterada a Berenguer, desapareguda a Palou. Repetida a Jambrina. Tibarà. 8.- Terrassa en temps de la Villa romana de la Sagrera. La Sagrera que tens al davant dels teus nassos. Doctors abreujats. 9.- A Concepció i a Arenal. Hongarès. Tocar malament per ser de Zagreb. 10.- Obtingui. Tres de Coll. Les tres que es repeteixen al carrer. 11.- Una del Gran. Embotia sense pronom. Anglosaxó Comitè Olímpic Internacional. Dies sense límits. 12.- Entrenador del PSV Eindhoven. La Marta que ha assumit la presidència del Club Patí Congrés. 13.- Filipines decapitades. Fa el niu panxa enlaire. Repetida a la Meridiana. 14.- La part que mou muntanyes de Felip II. Article dels Jardins d'Elx. La Ivanow o la Bostik. Sagrera Activa Associació de Comerciants.

CONSORCI PER A LA NORMALITZACIÓ LINGÜÍSTICA



SAPS QUÈ ÉS LA HIPOCLORHÍDRIA ESTOMACAL?

EL SECRET OCULT QUE POT ESTAR DARRERE DE LES MALES DIGESTIONS

Carles Torner, farmacèutic titular C/Felip II 70, La Sagrera

Quan una persona té reflux, acidesa o sensació de cremor, acostuma a pensar que el problema és un excés d'àcid a l'estómac. Però la realitat és que, en alguns casos, passa just el contrari.

La hipoclorhíndria és la disminució de la capacitat de l'estómac per produir àcid clorhídric. Tot i ser una alteració poc coneguda, pot estar darrere de moltes males digestions, inflor abdominal, dèficits nutricionals i problemes digestius persistents.

Per què és tan important l'àcid de l'estómac?

L'àcid clorhídric no serveix només per desfer els aliments. Té funcions essencials per al nostre organisme.

D'una banda, activa la pepsina, l'enzim encarregat de començar la digestió de les proteïnes. També facilita l'absorció de nutrients tan importants com el ferro, el zinc o la vitamina B12. A més, actua com una barrera natural davant de bacteris i altres microorganismes que ingerim cada dia amb els aliments. Finalment, és imprescindible per activar correctament la resposta digestiva del pàncrees i de la vesícula biliar.

Quan hi ha poc àcid, tota aquesta maquinària digestiva funciona pitjor.

Quines pistes ens poden fer sospitar?

La **hipoclorhíndria** no té un únic símptoma característic. Sovint es manifesta amb un conjunt de molèsties digestives que moltes persones consideren normals.

Algunes de les pistes més habituals són:

- Sensació de pesadesa després dels àpats.
- Inflor abdominal i gasos.
- Dificultat per digerir la carn.
- Sació precoç.
- Reflux o cremor després de menjar.
- Tendència a presentar dèficit de ferro o vitamina B12.
- Ungles fràgils o caiguda del cabell.
- Presència ocasional d'aliments poc digerits a les femtes.

Tot això no confirma el diagnòstic, però sí que ens pot fer sospitar que l'estómac no està produint l'àcid necessari.

Què passa quan falta àcid?

La primera conseqüència és una digestió menys eficient de les proteïnes. Si no s'activa correctament la pepsina, els aliments proteics es processen pitjor i és habitual sentir pesadesa després dels àpats.

Però les repercussions van molt més enllà.

L'àcid també és necessari perquè el duodè, la primera porció de l'intestí prim, activi adequadament la secreció pancreàtica i biliar. Quan aquest mecanisme falla, la digestió dels greixos també es veu perjudicada. Això explica que algunes persones notin més molèsties després d'àpats grassos o abundants.

Un altre aspecte molt interessant és la relació amb el reflux gastroesofàgic. La colecistoquinina (CCK), una hormona digestiva estimulada pel contingut àcid que arriba al duodè, contribueix al correcte tancament del càrdies, la vàlvula que separa l'estómac de l'esòfag. Quan hi ha poc àcid, aquest mecanisme es pot veure alterat i augmentar la probabilitat de reflux. Per això, no sempre que hi ha reflux hi ha un excés d'àcid.



Finalment, la disminució de l'acidesa també redueix una de les principals barreres de defensa contra microorganismes. Això pot afavorir el desenvolupament d'alteracions de la microbiota i augmentar la predisposició a problemes com el sobrecreixement bacterià intestinal (SIBO) o la proliferació d'*Helicobacter pylori*.

I què passa amb l'omeprazol?

Els inhibidors de la bomba de protons (IBP), com l'omeprazol, són medicaments molt útils quan estan ben indicats. Han demostrat beneficis importants en situacions concretes com les úlceres o certes formes de reflux, com passa en el cas de les hèrnies de hiatale.

Ara bé, si una persona ja presenta hipoclorhíndria, reduir encara més la producció d'àcid pot agreujar el problema de base. Per això és important evitar l'automedicació i revisar periòdicament, amb el professional sanitari corresponent, si aquests tractaments continuen sent necessaris.

Què podem fer per millorar-ho?

El primer pas és identificar-ne la causa. L'edat, l'estrès crònic, algunes infeccions, certes malalties autoimmunitàries o l'ús prolongat de medicaments que disminueixen l'acidesa gàstrica poden contribuir al problema.

A nivell pràctic, hi ha alguns hàbits que poden ajudar:

- Menjar sense presses i mastegar bé.
- Evitar àpats excessivament abundants.
- Garantir una aportació adequada de proteïnes de qualitat.
- Prioritzar aliments frescos i poc processats.
- Gestionar l'estrès i cuidar el descans nocturn.
- Evitar el tabac i limitar l'alcohol.

La bona digestió no depèn només del que mengem, sinó també de la nostra capacitat per processar correctament els aliments. I en aquest procés, l'àcid de l'estómac és un protagonista molt més important del que sovint imaginem.



PER QUÈ?

- ✓ Simple i fàcil, això és el que ens diferencia
- ✓ Sense problemes
- ✓ Clars i honestos
- ✓ Assessorament fiscal
- ✓ Junts fins a l'escriptura
- ✓ Serveis transparents per a totes dues parts
- ✓ Atenció personalitzada
- ✓ Assessorament financer
- ✓ Banc de dades pròpies
- ✓ 12 oficines a peu de carrer

VALORA EL TEU PIS AMB NOSTRA

CALCULADORA EN LÍNIA

Gratis i sense compromís

laclosedelcargol.com



Trunca'ns al **933 404 114**

C. Gran de la Sagrera, 178, Local 1,
08027 Barcelona

Cada agència és autònoma, té la seva pròpia societat i el seu propi AICAT.

VENDRE O COMPRAR

el teu habitatge per només

5000 €
+IVA*

*Per a propietats de fins a 200.000€ que es posin a la venda a Barcelona ciutat.