

ENTREVISTA

Pàg. 8

**Bartomeu Calvo**

President de la Coral l'Ideal d'en Clavé

"La manca de gent jove està desfent molts grups culturals"

CULTURA

Pàg. 4

Jocs Florals Escolars de Barcelona

Nou Barris obté tres premis

SALUT

Pàg. 6

Celebrades les XI Jornades de salut per a la gent gran

SERVEI PÚBLIC

Pàg. 6

Seguretat a l'estiu

Com evitar robatoris al carrer i a casa

POLIESPORTIU

Pàg. 7

Complex Esportiu Municipal Can Cuyàs

Fes esport a Collserola



Música i altres espectacles gratuïts omplen les nits

JAZZ

Al Parc Central, Benjamín León Trio i Astrasax el 14 i el 21

ELECTRÒNICA

El dia 15 hi haurà una Net Music Session al Kasal Jove Roquetes

TEATRE

El Teatre Centre Cívic Zona Nord representa "Ten", de la Cia. Atofos

Pàg. 3



Actuacions de millora integral als carrers de Can Peguera



El carrer del Cistellet és un dels que millorarà.

Aquest mes de juliol comencen les obres de millora integral de trenta-un carrers del barri de Can Peguera. Les actuacions principals afecten la xarxa viària i l'enllumenat. De fet, es tracta d'arranjar tots aquells desperfectes que es produeixen amb l'ús diari de l'espai públic i, alhora, aprofitar l'actuació per corregir els defectes que poden haver quedat d'anterior urbanitzacions. El conjunt d'actuacions s'allargarà fins a final del mes d'octubre. El conjunt de carrers on s'actua tenen una tipologia molt semblant i pateixen els mateixos desperfectes.

Pàg. 5

INFO ÚTIL

ATENCIÓ AL CIUTADÀ

Oficina d'Atenció al Ciutadà (OAC) Districte Doctor Pi i Molist, 133.
 Telèfon d'informació 0 10
 (preu de: 0,55 euros + IVA/cada 3 minuts o fracció).
 Telèfon del Civisme 900 226 226
 Síndica de Greuges de Barcelona 93 413 29 00
 Ronda Sant Pau, 43-45, 3r.

CENTRES CÍVICS I CULTURALS

Centre Cívic Can Basté	93 420 66 51
Pg. Fabra i Puig, 27A.	
Centre Cívic Zona Nord	93 276 99 50
Av. Rasos de Peguera, 25.	
Centre Cívic Les Basses	93 407 29 29
Teide, 20.	
Centre Cívic Torre Llobeta	93 358 56 14
Santa Fe, 2 bis.	
Centre Cívic Via Favència	93 354 10 86
Via Favència, 217.	
Ateneu Popular de Nou Barris	93 353 95 16
Portlligat, s/n.	
Masia de la Guineueta	93 359 40 00
Pl. Ca n'Ensenya, s/n.	
Casal de Barri de Prosperitat	93 353 86 44
Pl. Àngel Pestaña, s/n.	
Casal de Barri de Torre Baró	93 276 09 49
Escolapi Càncer, 1.	
Centre Porta-Sóller	93 359 36 55
Estudiant, s/n (Baixos Pl. Sóller).	
Centre d'Activitats Vallbona	93 350 93 81
Oristà, 8-10.	

BIBLIOTEQUES

Bibl. Pública Nou Barris	93 291 48 50
Albert Einstein, 2-4.	
Bibl. Pública Roquetes	93 359 65 27
Pla de Fornells, 31.	
Bibl. Pública Canyelles	93 274 94 74
Rda. Guineueta Vella, 32-34.	
Bibl. Popular Torre Llobeta	93 358 56 14
Santa Fe, 2 bis (CC Torre Llobeta).	

SERVEIS SOCIALS

CSS Zona Nord	93 276 99 57
Av. Rasos de Peguera, 25 (Centre Cívic).	
CSS Zona Sud	93 407 29 29
Teide, 20 (C. Cívics Les Basses).	
CSS Pau Casals	93 274 91 50
Juan Ramón Jiménez, 4-6.	
CSS Roquetes	93 276 98 00
Vidal i Guasch, 76-78.	

GENT GRAN

Casal Sant Jordi	93 359 31 54
Pablo Iglesias, 102.	
Casal Casa Nostra	93 353 82 29
Maladeta, 38-40.	
Casal Prosperitat	93 350 29 04
Pablo Iglesias, 8.	
Casal Pau Casals	93 274 91 35
Juan Ramón Jiménez, 4-6.	
Casal Turó de la Peira	93 408 10 92
Doctor Pi i Molist, 39-63, int.	
Casal Pedraforca	93 350 30 27
Pedraforca, 8-10.	
Casal Platja d'Aro	93 276 06 51
Platja d'Aro, 6 bis.	
Casal Verdum-Artesania	93 359 24 31
Artesania, 96.	
Casal Guineueta II	93 427 14 29
Guineueta, 19.	
Esplai Virrei Amat	93 351 00 03
Felip II, 305.	

ALTRES SERVEIS

Arxiu Municipal de Districte	93 291 68 36
Doctor Pi i Molist, 133.	
C. Normalització Lingüística	93 359 06 00
Marie Curie, 20.	

GUÀRDIA URBANA

Unitat Territorial Nou Barris	
Marie Curie, 20.	
Emergències	092
Tràmits (Guàrdia Urbana, 3-5)	93 291 50 22
Accidents (Guàrdia Urbana, 3-5)	93 291 50 17

SERVEIS URGENTS

Telèfon únic d'emergències	112
Urgències sanitàries	061
Mossos d'Esquadra	088
Cos Nacional de Policia	091
Bombers	080

SALUT

CAP Guineueta	93 274 95 32
Pg. Valldaura, 135.	
CAP Roquetes	93 276 80 66
Gangliano 23-27.	
CAP Chafarinas	93 354 16 22
Chafarinas, 2-8.	
CAP Río de Janeiro	93 276 99 04
Av. Río de Janeiro, 83-91.	
CAP Ciutat Meridiana	93 353 19 44
Sant Felip de Codines, 2.	
CAP Turó	93 407 40 52
Cadi, 58-62.	

FARMÀCIES

www.farmaciedeguardia.com

L'AGENDA



FESTIVAL GREC 05

Dimecres 13 de juliol
Eleftheria Arvanitaki
 A les 22 h. Teatre Grec (pg. Santa Madrona, 36)

Del 14 al 16 de juliol
Mal Pelo (dansa)
 A les 21 h. Mercat de les Flors (Lleida, 55)

Diumenge 17 de juliol
Silvio Rodríguez
 A les 21.30 h. Poble Espanyol (av. Marquès de Comillas, 13)

Dilluns 18 de juliol
Santiago & Luis Auserón
 A les 22 h. Teatre Grec (pg. Santa Madrona, 36)
Bebe + El Bicho
 A les 21.30 h. Poble Espanyol (av. Marquès de Comillas, 13)

Dimarts 19 de juliol
Craig David
 A les 21.30 h. Poble Espanyol (av. Marquès de Comillas, 13)
El comte Arnau
 A les 22 h. Teatre Grec (pg. Santa Madrona, 36)

Dijous 21 de juliol
Orishas
 A les 21.30 h. Poble Espanyol (av. Marquès de Comillas, 13)

Divendres 22 i dissabte 23 de juliol
El pianista
 A les 21 h. Mercat de les Flors (Lleida, 55)
 Basada en la novel·la de Vázquez Montalbán.

Del 29 al 30 de juliol
Lanònima Imperial
 A les 21 h. Mercat de les Flors (Lleida, 55)

Del 29 de juliol al 2 d'agost
Yerma
 A les 22 h. Teatre Grec (pg. Santa Madrona, 36)
 Un dels millors textos teatrals de Federico García Lorca.



Del 15 al 17 de juliol
Festa Major de Vallbona
 Diferents carrers del barri.
 Activitats i jocs infantils, ball d'orquestra i correfoc, entre altres actes.



Dijous 14 de juliol
Benjamin Leon Trio
 A les 22 h. Parc Central de Nou Barris

Dijous 21 de juliol
Astrasax i Ensemble de saxos
 A les 22 h. Parc Central de Nou Barris
 Escola de Música La Guineu.

Dimecres 7 de setembre
Juanes
 A les 21.30 h. Palau Sant Jordi (pg. Olímpic, 5-7)

Dijous 8 de setembre
Santa Justa Klan
 A les 20.30 h. Palau Sant Jordi (pg. Olímpic, 5-7)
 El grup dels personatges infantils de la sèrie Los Serrano.



Dimecres 13 de juliol
Mi modo de sentir
 A les 22 h. C. C. Porta Sóller (Estudiant, s/n-baixos plaça)
 A càrrec de Miguel Chispa.

Dijous 14 de juliol
Viaje a ninguna parte
 A les 22 h. Pati del C. Cívics Torre Llobeta (Santa Fe, 2 bis)
 Espectacle de clown i teatre d'objectes.

Divendres 15 de juliol
El hombre esquizofrénico del siglo XXI
 A les 22 h. Centre Cívic Can Basté (pg. Fabra i Puig, 274)
 Espectacle de Loco Brusca.



Del 7 al 28 de juliol
Mira...¿me oyes?
 Sala Golfes del C. Cívics Can Basté (pg. Fabra i Puig, 274)
 Fotografies del Col·lectiu Subgrup.

Fins al 31 de gener de 2006
Jules Verne, viatjar, viatjar, viatjar
 CosmoCaixa (Teodor Roviralta, 47)

Fe de errades:
 En el número anterior, a la secció "Ciutadans opinen", de la pàgina 3 es va produir un error d'identificació de dues persones. La segona fotografia començant per l'esquerra correspon a Joan Cañizares, i la quarta és la imatge de Salvador Alfocea.

Espectacles gratuïts per ajudar a passar la calor estiuenca



Espectacle del cicle de concerts al Parc Central de l'any passat.

No només de festes majors es viu a l'estiu. Concerts, teatre i altres activitats organitzades pel Districte, en col·laboració amb entitats dels barris, complementen l'oferta lúdica gratuïta

(Centre Cívic Torre Llobeta, dia 14); les actuacions dels Dj One Blood (reggae), ALC 13 (ragamuffin) i Xavi Delajusta (operative system), a la terrassa d'estiu de Can Basté, el dia 15; o a l'espectacle de cabaret a càrrec de Maria Sola *C'est la vie* (Centre Cívic Torre Llobeta, dia 22). El Teatre Centre Cívic Zona Nord també clou la seva programació estiuenca divendres 15, amb la representació de *Ten*, de la Companyia

Altosf, que posa en pràctica la metodologia del teatre desconegut. Finalment, del programa que organitza el Kasal Jove de Roquetes en resta encara per celebrar el *Net Music Session* (dia 15), un projecte de música electrònica que es fa enguany per primera vegada i representa una nova via per gaudir de la música a través d'Internet, mitjançant la connexió durant tota la nit amb Dj.

P.F.

La col·laboració a l'hora d'organitzar les activitats culturals d'estiu és un factor a tenir molt en compte, ja que garanteix que la programació inclogui espectacles en certa manera demanats pels veïns i que estigui molt lligada als equipaments públics disponibles, com són els centres cívics o els parcs. L'exemple més evident d'aquest tipus d'espectacle és el dels concerts al Parc Central de Nou Barris, dels quals aquest estiu se celebra la segona edició. El cicle va començar el 30 de juny amb

un concert sobre temes clàssics de Cole Porter. Encara es pot assistir al concert de Jazz clàssic i Be-bop de Benjamín León Trio (14 de juliol) i al

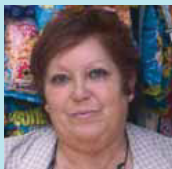
L'exemple més evident d'aquest tipus d'espectacle són els concerts al Parc Central

que té per títol *Del clàssic al jazz*, del quartet de saxòfons Astrasax, a més del conjunt de saxos del curs d'estiu de l'Escola de Música La Guineu, organitzadora de l'acte

(21 de juliol). Sota el paraigua de Circuit De Nit, el passat dia 2 es va inaugurar una programació que inclou música, cine, cabaret, teatre i *performances* que culminarà el 23 de juliol amb el concert de cloenda (20.30 hores) dels grups The Others (exhibició de break dance), l'Orquestra Surprise (de reggae-musika), i Pirat's Sound Sistema (de reggae-hip hop), a la plaça del Virrei Amat. Alguns altres espectacles als quals es podrà assistir són *Viaje a ninguna parte*, de clown i teatre d'objectes, a càrrec de Bea Insa



Participarà a les activitats d'estiu del districte?



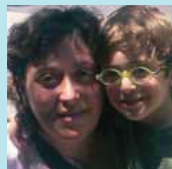
Joaquina Manchado
Comerciant

Me paso el verano trabajando y no podré asistir a las actividades, pero me gustaría que hicieran actos en la marquesina de la Via Júlia, porque allí nunca hacen nada.



Vicente Moliner
Jubilat

Me gustaría participar, y la programación es buena, pero prefiero irme de excursión. Además cuando aprieta el calor me voy con mi familia a mi ciudad de origen, a Jaén.



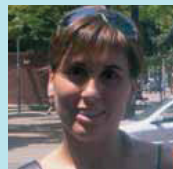
Laura del Marco
Psicòloga

Siempre vamos a todos los espectáculos infantiles por mis hijos. El último fue de circo y lo pasamos muy bien y como este verano estaremos en la ciudad nos viene genial.



Mari Fernández
Mestressa de casa

Sí que participaré. Es una buena manera de conocer el barrio y si te toca quedarte en verano está muy bien. Sobre todo me gustan las actividades infantiles para mi hijo.



Sonia Jiménez
Administrativa

Sí que pienso asistir a lo que pueda, hay actividades por todo el barrio. Me gusta la programación de teatro y de cine. Me encanta este barrio y no lo cambio por nada.



Inocencio Pagès
Carter

Jo visc l'estiu amb molta calor i bona part el passo treballant. Participo en activitats de temporada, com cursos literaris als centres cívics.

ABANS I ARA

J. M. Contel

L'entorn del carrer de l'Escultor Ordóñez

El carrer de l'Escultor Ordóñez, abans de Rialp, formava part de l'antic traçat del camí de Sant Andreu a Horta. El seu entorn era ple, fa setanta anys, de camps de conreu i de vinya, que van anar comprant, en petites peces, gent de Sant Andreu i d'altres punts, perquè eren més barates per aixecar-hi cases de planta baixa, construïdes algunes pels mateixos propietaris, que en molts casos eren paletes. Entre la plaça de Sòller, on hi havia una bòbila, i el carrer del Pintor Alzamora, a la banda de muntanya, encara perdurà una font de fosa que donava servei als veïns, i uns metres més enllà, prop del cementiri, hi havia un safareig. Moltes d'aquestes cases van estar substituïdes per nous edificis, un canvi urbà que ben aviat suprimirà la font i el seu entorn per donar pas a un carrer més ample i a nous habitatges.

Si té fotografies o documents del seu barri, en pot fer donació a l'Arxiu Municipal del Districte. T. 93 291 68 36



Abans La font, al final dels anys cinquanta. (Fotografia familiar de Joan Monfort Alcon. Donació a l'Arxiu Històric de Roquetes-Nou Barris)



Ara La font espera la imminent reurbanització de la zona.

CULTURA**Nou Barris obté tres premis als Jocs Florals Escolars de la ciutat**

D'esquerra a dreta: Jesús Campillo, Georgina Rovira i Berenguer Moya.

El triple guardó aconseguit per una noia i dos nois en la darrera edició és motiu de gran satisfacció per a les seves escoles i per al barri

Dolors Roset

De ben segur que, aquell dia, el Berenguer, la Georgina i el Jesús es van llevar d'hora sense que als seus pares els calgués insistir ni una sola vegada. I és que aquell 2 de juny era un dia molt important per a ells. Se sabien els guanyadors dels Jocs Florals Escolars 2005 i tots ells eren finalistes.

Arribar a la final no havia estat fàcil. Primer van quedar seleccionats entre els altres companys de la seva escola i després, entre els guanyadors de les altres escoles de Nou Barris. Finalment, havien de competir entre els millors escriptors i poetes escolars de tot Barcelona. I n'hi havia molts,

perquè el Saló de Cent de l'Ajuntament era ple de nois i noies com ells.

La regidora Marina Subirats presidia l'acte i després d'unes paraules de felicitació di-

És la primera vegada que Nou Barris rep tres premis en una mateixa edició

rigides a tots els participants es van començar a anunciar els guanyadors. D'entrada, en sentir el seu nom, tots els guanyadors feien una cara radiant de felicitat, però quan s'havien d'aixecar i anar fins al davant del Saló de Cent per llegir l'obra premiada, a més d'un li tremo-

laven les cames i li sortia un filet de veu.

Tot el públic de Nou Barris es va alegrar molt quan van sentir el nom del Jesús Campillo, el primer dels tres a rebre el premi. Tot just s'havia assegut el Jesús, quan es va saber que també el Berenguer Moya havia guanyat en la seva categoria. Un altre cop felicitacions i forts aplaudiments per al barri. Però va ser en sentir que la Georgina Rovira també havia estat premiada quan es van adonar que aquella era una edició molt especial.

Nois i noies de Nou Barris havien guanyat en altres edicions, però mai s'havien aconseguit tres premis d'una sola vegada. Sens dubte que els Jocs Florals Escolars 2005 seran durant molt de temps excepcionals per a Nou Barris.

Textos i poesies premiats:
www.bcn.es/jocsflorals05

Ajuntament de Barcelona

**Barcelona perifèria cubista**

Carme Fiol (coordinadora)

Mostra el procés de planificació, disseny i construcció del Parc Central, veritable eix de la vida del districte i nou espai verd i lúdic de la ciutat. Hi trobem també poemes, textos en prosa, plànols i fotografies.

2005, 296 pàg.
Format: 21,5 x 25,5 cm
PVP: 15 €
ISBN: 84-7609-422-1



Obres de millora a una trentena de carrers al barri de Can Peguera

Les obres de millora integral de l'espai públic, que comencen aquest mes de juliol, s'allargaran fins a final d'octubre

Redacció

El Pla de millora de l'espai públic que ara s'aplica al barri de Can Peguera té com a objectiu reparar tots aquells desperfectes que l'ús diari i continuat provoca als carrers, i alhora corregir els defectes que hi puguin haver d'urbanitzacions anteriors.

Els carrers on es duen a terme les actuacions, entre els mesos de juliol i octubre, s'han agrupat en tres blocs, segons el tipus d'obra que hi cal fer. Així, hi ha un primer grup, el més nombros, on es fan obres a la xarxa viària, les quals consisteixen principalment en l'arranjament de voreres, que ac-

tualment són de formigó i es faran de paviment de panot. En alguns casos també s'actuarà en el mobiliari urbà, perquè hi ha boles de ciment en lloc dels fitons normalitzats; i

L'actuació preveu millores a la xarxa viària, l'enllumenat i el mobiliari urbà

allà on calgui, es renovaran també els passos de vianants en les interseccions i es faran guals allà on no hi hagi.

En el segon grup de carrers, s'hi faran obres a la xarxa viària i l'enllumenat amb

canvi de lluminàries i, en el tercer bloc, s'hi fan només actuacions en l'enllumenat. Com que en alguns casos se sotrenen les línies, també es renovarà el paviment que en resulti afectat.

Carrers amb actuacions a la xarxa viària

Cornudella, Abella, Diana, Fages, Fitor, Pals, Pins, Quer, Viure, Hostalric, Vila-seca, Llafranc, Riells, Fonteta, Aneto, Flaçà, Pedret, Montagut, Rocabruna, Matamala, Cabanelles, Camós i Montsant.

Actuacions a la xarxa viària i l'enllumenat

Ribelles, Bellcaire, Espinauga, Cistellet, Marçà i Bruguera.

Actuacions d'enllumenat

Turó de la Peira.



Mapa de la zona on es fan els treballs entre els mesos de juliol i octubre

NOTÍCIES

Ampliació de la línia de bus 127

Des del passat mes de juny, la línia 127 connecta Nou Barris amb el barri de Sant Andreu. El recorregut del bus s'amplia amb vuit parades més, travessa l'avinguda Meridiana, fins al carrer Ribes, i passa per Gran de Sant Andreu, Palomar i passeig de Torres i Bages, fins a arribar novament a la Via Favència i pujar pel carrer Palamós, per on segueix el seu recorregut habitual fins ara. L'ampliació també proposa la connexió amb la parada de metro de la línia 1 de Torres i Bages.



Jornada de cant coral a Nou Barris

El dia 11 de juny va ser, a Nou Barris, una jornada especialment dedicada al cant coral. Hi van tenir lloc dues activitats. Per una banda, la coral Canticorum va organitzar la 22a Trobada de Corals de la Guineueta, que va comptar amb la participació de l'Orfeó Gracienc i de la mateixa coral Canticorum, entre d'altres. De l'altra, la Coral l'Ideal d'en Clavé, va organitzar el Concert Doble de Cant Coral, amb participació de diverses formacions.

Revetlla sardanista a la Guineueta

L'Agrupació sardanista l'Ideal d'en Clavé, una de les associacions de sardanes més importants de Catalunya, va organitzar el passat mes de juny (dia 18) la seva revetlla al parc de la Guineueta. Ballada de sardanes amb la cobla Marinada, ball amb coca i vi, i llançament de coets amb traca final varen ser les activitats previstes per l'entitat per celebrar la festivitat de Sant Joan.

Certamen de Poesia Federico García Lorca

El Certamen de Poesia Federico García Lorca és un dels esdeveniments literaris més importants de Nou Barris. El concurs és organitzat pel Centre Cultural Federico García Lorca i enguany se'n celebra la XXI edició. El lliurament dels premis, previst per al passat 18 de juny, va tenir lloc, com en altres ocasions, al pati de la seu del Districte, carrer de Doctor Pi i Molist, 133.

Ha nascut la Trini, la dragoneta de Trinitat Nova



La nova bèstia de foc es va estrenar a la Festa Major del barri.

Beatriu Sanchís

Així és com es diu, Trini, la dragoneta filla d'El Baró, el drac dels Diables de Nou Barris, i la Meri, la dragona dels Diables de la Guineueta. Va ser durant la Festa Major de la Trinitat Nova, el passat mes de juny, concretament el dia 12, quan va néixer la nova bestiola a la festa del Trinitàrium. La gran ocasió va reunir tots els amants dels diables i del foc, els quals

van donar la benvinguda a la petita bestiola. L'acte va consistir en una solemne cerimònia de bateig. La Festa Major del barri va tancar les celebracions amb aquest important esdeveniment durant la seva 26a edició. Els pares de la dragona ja feia temps que es coneixien i es van casar ara fa tres anys al parc de la Trinitat. La Trini ha nascut amb un pes de 42 quilos. Els seus pares varen aprofitar el final

de festa del barri per presentar la petita dragona en societat. La festa va concloure amb els correffocs infantils i d'adults i amb l'actuació dels dracs i Diables de Nou Barris. Més tard, va arribar el Trinitàrium i, com a final de festa, el tradicional castell de focs que va posar punt final a les festes del barri de la Trinitat Nova, el qual compta a partir d'ara amb un nou membre dins el seu bestiar.

SERVEI PÚBLIC

Com evitar els robatoris al carrer i a casa durant les vacances



És millor portar la bossa en bandolera i no al costat.

N.M.

L'estiu és una de les estacions preferides dels lladres, els quals veuen camp lliure per "netejar" les cases en absència dels propietaris i aprofiten el relax estiuenc a carrers i platges per apropiarse d'allò que no és seu. Per evitar en-surts, cal tenir en compte una sèrie de consells de protecció. En cas d'anar-se'n de vacances, l'Ajuntament recomana no comentar-ho a desconeguts, comprovar i connectar els sistemes d'alarma, deixar els objectes de valor i els documents en lloc segur i evitar els indicis que delaten la nostra absència, com una bústia plena, les persianes abaixades o les plantes seques. L'activació d'un programador horari

d'encesca de llums, deixar la roba estesa o les persianes mig abaixades són alguns dels trucs per enganyar els lladres. A més, és convenient deixar les claus a algú de confiança perquè tingui cura de la casa, i donar-li un telèfon de contacte per si passa alguna cosa. A la platja, no s'hi han de portar objectes de valor, només els diners imprescindibles. Cal estar pendent de tots els objectes personals a l'hora de banyar-se o demanar a algú que els vigili.

Al carrer és recomanable portar la bossa o cartera tancada i creuada en bandolera per davant del cos i, si es porta un cistell sense tanca, no posar-hi dins el moneder. D'altra banda, és preferible utilitzar els caixers automàtics interiors i no remenar els diners davant de desconeguts. Aquests i altres consells han estat recollits en una carpeta editada pel sector de Seguretat i Mobilitat de l'Ajuntament, on també hi ha recomanacions per evitar els robatoris de comerços, vehicles i motos, i sobre el procediment a seguir en cas d'incendi a casa.

Més informació
www.bcn.es/guardiaurbana

SALUT

Els professionals posen l'accent en la bona alimentació de la gent gran



Una actitud activa és important en la gent gran.

Les XI Jornades de salut per a la gent gran, celebrades del 23 de maig al 7 de juny, insisteixen en la necessitat de garantir una bona alimentació per a la gent gran

Daniel Venteo

Un any més, el Consell de Gent Gran del Districte ha organitzat, amb la col·laboració de diferents casals i associacions, les Jornades sobre salut de la gent gran, que ja s'han convertit en un punt de referència ineludible a tot Barcelona per a la reflexió sobre la qualitat de vida de les persones grans.

Tot i que el metabolisme es modifica a mesura que envellim, perquè el cos necessita menys recursos energètics per mantenir les funcions vitals, una alimentació correcta continua sent fonamental per garantir una bona qualitat de vida. Sovint la problemàtica amb què s'ha d'enfrontar la gent gran per ali-

mentar-se correctament és de tipus social, com ara la soledat, l'abandonament, la manca de recursos econòmics, i també de tipus fisiològic, a causa d'alguna patologia.

Les Jornades de salut per a la gent gran de Nou Barris arriben a l'onzena edició

Els professionals que han participat en les Jornades, una bona part integrats en el Centre d'Ensenyament Superior de Nutrició Dietètica de la Universitat de Barcelona, han assenyalat el fantasma

de la malnutrició com el gran obstacle que cal superar per fer d'una bona alimentació una pràctica diària de la gent gran. Cuinar de manera més conscient és una de les coses que es va recomanar en les Jornades. Així es va aconsellar de "posar imaginació a la cuina diària" amb idees pràctiques, com ara substituir la sal per altres additius o cuinar amb el greix mínim, etc. A més, no solament cal alimentar l'estómac, es va dir en una de les xerrades, sinó també les neurones per mantenir activa la memòria. A més de conferències i xerrades en els equipaments públics, hi va haver d'activitats lúdiques de tota mena, amb visites al Museu de la Xocolata i al centre culinari de Gallina Blanca, projeccions de pel·lícules i fins i tot exercicis de gimnàstica i tai-txi acompanyats amb música al parc de la Guineueta.

EL TAULELL

Joan Anton Font

Vesteix la llar amb estil des de 1973



L'experiència d'Irelena en vestir la llar ve de lluny.

Irelena és una botiga de roba per a la llar que va ser fundada l'any 1973 per José González Pena i que ara porten les seves filles Irene i Elena. Abans d'obrir la botiga al passeig de Fabra i Puig, en José ja havia tingut un establiment anterior, fundat l'any 1964, al passeig del Dr. Pi i Molist. Per tant, l'experiència de la família en vestir la llar ve de lluny i és tota una garantia per als clients. Irelena està especialitzada en cortines. En tenen una gran varietat, confeccionades per ells mateixos, i també s'encarreguen

de la col·locació. A Irelena, hi podem trobar també diferents models de jocs de tovalloles, llençols, estovalles i robes de llit per donar un aire renovat a casa nostra i conferir-li un estil personal. A més, disposen d'una gran gamma de dissenys innovadors, amb centenars de colors i estampats per triar els més adequats al nostre gust.

Irelena
Passeig de Fabra i Puig, 248

POLIESPORTIU

Can Cuyàs, el poliesportiu municipal al Parc de Collserola

El Complex Esportiu Municipal Can Cuyàs és molt més accessible gràcies a les millores que s'han fet en les comunicacions de la zona

Pere S. Paredes

“És un complex esportiu municipal molt familiar, acollidor i molt de la gent del barri. És molt tranquil, perquè està situat al parc de Collserola i, des de fa poc, està molt ben comunicat amb transport públic”. Així ho explica Xavier Fernández, director de la instal·lació municipal.

“Sobretot, ve gent del barri. Gent que ja es coneix. Són veïns des de fa molts anys i troben en el complex municipal el mateix ambient de què gaudeixen al seu carrer. Però abans era difícil que la gent que no viu pels voltants del centre es desplaçés fins aquí. Ara, amb totes les millores en comunicacions, estem més a prop de tothom”, afegeix Fernández.

En uns 5.000 metres quadrats, els abonats d'aquesta instal·lació de la zona nord de Nou Barris trobaran



Els més joves omplen les instal·lacions a la tarda.

un gran pavelló poliesportiu, pista on juga un equip de futbol sala federat, una moderna i completa sala de fitness, diverses sales d'activitats dirigides, una sala de cardiovascular amb noves màquines d'última tecnologia i una piscina de 25x20 metres al costat d'una altra, més petita, d'iniciació, de 20 x 5 m.

En aquestes piscines és on es fan els casals d'estiu i el Campus Olímpia, a més de tots els cursos que s'imparteixen entre els abonats per aprendre a nedar.

Per Fernández, “a Can Cuyàs comptem amb uns mil abonats que es reparteixen, durant el dia, d'una manera molt clara: els matins quasi sempre vénen els qui tenen més edat i a la tarda són els més menuts els qui omplen les instal·lacions, perquè s'hi fan activitats escaients per a ells i els cursos de natació.

Les instal·lacions de Can Cuyàs acolliran activitats del Campus Olímpia

A més a més, tots els usuaris d'aquesta instal·lació municipal poden practicar diferents esports, com la gimnàstica, el pàdel tennis, la petanca, el voleibol, l'handbol, el bàsquet, l'aeròbic, “o poden sortir a l'exterior a practicar l'atletisme en una pista de footing especialment senyalitzada, que rodeja les instal·lacions”, explica Fernández.



COSES DEL BARRI

per MANEL



MULTIMÈDIA

TELEVISIÓ

BTV Informatiu Nou Barris
Cada dilluns a les 13.35 h
Produït per Nou Barris Televisió
Tel. 93 354 10 86. Canal 39 UHF.

RÀDIO

Ràdio Nou Barris- 98.2 FM
Robert Robert, s/n. Local 1

Ràdio Línea IV- 103.9 FM
Joaquim Valls, 82

Ràdio RSK- 107 FM
Pg. Fabra i Puig, 274-276

PUBLICACIONS

Ciutat Nord
Ganduxer, 5-15, esc. A, 6è 3ª
Tel. 93 202 30 21

Calidoscopi
Publicació trimestral de les biblioteques del Districte
Tel. 93 427 36 93

Gent del barri
La revista de Nou Barris.
Passeig Valldaura, 162
Tel. 93 427 33 61

Sport 9
Rosselló i Porcel, 6
Poliesportiu Can Dragó. Tel. 93 442 06 02

INTERNET

El web de l'Ateneu Popular de Nou Barris



L'Ateneu és un equipament sociocultural municipal, gestionat de forma independent per l'Associació El bidó de Nou Barris, una entitat sense ànim de lucre. El web presenta una completa agenda d'actes i informació de tots els grups i associacions que tenen la seu i fan les seves activitats a l'Ateneu.

www.noubarris.net/ateneu

La pàgina de l'estiu



Des d'una única pàgina aquest estiu es pot estar al dia sobre la múltiple oferta de música, teatre, activitats esportives, exposicions o festes que ofereix Barcelona a tots els districtes. El portal d'Internet municipal www.bcn.es ha aplegat tota l'agenda de l'estiu per fer més fàcil la tria.

www.bcn.es/estiu

ENTREVISTA

Bartomeu Calvo, president de la Coral l'Ideal d'en Clavé

“La manca de gent jove està desfent molts grups culturals”

Ara n'és el president, però Bartomeu Calvo fa mig segle que està en aquesta coral que acaba de rebre la Medalla d'Honor de la Ciutat, lliurada amb motiu del seu 75è aniversari

Redacció

La Coral l'Ideal d'en Clavé fa 75 anys. Ens en pot explicar una mica d'història?

La coral es va crear el 1930 amb la finalitat de difondre un aspecte de la cultura catalana. La van fundar un grup d'amics que es reunien a l'antiga Cooperativa de Consum, al carrer Borges Blanques. Al principi estava constituïda per homes, i el 1987 va esdevenir mixta. Avui som 38 persones que, voluntàriament i cada divendres, fem un assaig. Cantem perquè ens agrada, sense cap ànim de lucre.

I vostè, des de quan en forma part?

Des de fa 53 anys. A la postguerra ja hi figurava com a veu jove. No cantàvem, perquè la nostra veu encara era d'infants i teníem una banda de cornetes i timbals. I a mesura que ens fèiem grans ens anàvem incorporant a la coral.

Una coral, interessa als joves d'avui?

Vet aquí el problema! La manca de gent jove és el final de les entitats, no solament de la nostra, sinó de moltes. La vida social està desfent els grups culturals.

La vida social?

Sí. Les possibilitats de gastar. Avui tothom té la segona residència, i el divendres agafen el cotxet i se'nhi van. I si hi ha alguna actuació durant el cap de setmana es queda penjada. La gent gran encara ens sacrificuem més, si tenim un compromís coral, però a la gent jove no els vagis amb romanços. Al jovent li interessa els grups on només hi ha joves.

Nou Barris s'associa més a sevillanes i flamenc que no pas a corals o sardanes.

Però el 1930 el barri estava format per gent catalana bàsicament. Va ser als anys cinquanta-seixanta quan va venir la immigració. També hi ha grups, i a més macos, que fan la cultura del cant castellà, digues-li sevillanes o flamenc, i que tenen unes entitats molt arrelades al barri. I que jo me les escolto.

Com era Nou Barris abans?

Nou Barris era un descampat amb quatre cases. I ara són quatre descampats



Bartomeu Calvo va arribar al barri l'any 1935.

amb moltes cases. Vaig néixer a València el setembre del 35 i el novembre ja estava aquí, al mateix lloc on encara visc. Des de casa veia el campanar i el rellotge de l'església de Sant Andreu.

“Abans sorties al carrer i tots érem amics, tots ens coneixíem”

Recorda alguna cosa de l'època de la guerra?

Recordo que quan sonaven les sirenes de bombardeig ens refugiàvem en una mina que hi havia a l'actual passeig de Nou Barris. Anava fins a Montcada per un cantó i l'altra boca de sortida estava on està ara la clínica Stauros. Venia tota la gent del barri i molta gent que pujava de Sant Andreu. També recordo totes les circumstàncies de la postguerra: malviure, poc menjar... Pel que fa al barri, t'he de dir que m'agradava més quan jo era jove que no pas ara.

I això?

Abans sorties al carrer i tots érem amics, tots ens saludàvem, ens coneixíem... I ara no.

Com estan celebrant el 75è aniversari de la coral?

L'Ajuntament ens ha concedit la Medalla d'Honor de la Ciutat i també vam fer un concert al Saló de Cent el maig que va ser un èxit. El concert de cloenda serà el 23 d'octubre. En aquesta data anirem a Montserrat, on ens rebrà el pare abat, i farem un concert a la Basílica i un dinar de germanor.

Què ha estat la música per a vostè?

Un desastre. A mi em va ensenyar solfeig un senyor que es deia Josep Segarra. Després em va preparar per als exàmens d'ingrés al conservatori i vaig aprovar. Vaig fer dos cursos amb una trompeta de segona mà. Però la qüestió social me'n va fer fora. Jo tenia 13 o 14 anys i treballava, i algun dia arribava tard. A més, hi havia un senyor que m'amenaçava de despatxar-me perquè anava amb els pantalons apedaçats. I així es va fer. Des de llavors no he volgut veure una partitura de música. Però, bé, tot això no vull ni recordar-ho.



Mou-te sense soroll.

No et demanem res que no sàpigues fer.