

ECONOMIA ■

A les llars de l'Estat s'estalvia una mica més, però sovint es fa malament

CUINA ■

Alguns consells per tallar el pernil d'una manera correcta

EL

MAGAZÍN

Núm. 309

Divendres, 29 de desembre de 2023

DAVID BASSA

"Les pantalles no són dolentes; el repte és saber-les gestionar bé"

ENTREVISTA



DAVID BASSA

“Les pantalles no són dolentes. El repte, en tot cas, és saber-les gestionar bé. I no ho estem fent.”

El periodista David Bassa, de la Garriga, és coautor juntament amb la també periodista Marta Narberhaus, del llibre ‘Pantalles’ (Bindi Books), que compta amb il·lustracions del dissenyador gràfic Kim Amate. Es tracta d’una guia perquè els adolescents aprenguin a fer un bon ús tant dels telèfons mòbils com de la resta de dispositius amb pantalles que solen tenir al seu abast, com ara tauletes o ordinadors. Està escrit amb un llenguatge directe, planer i entenedor.

**Text: Oriol Serra
Fotografia: Griselda Escrigas**

La publicació de *Pantalles* pràcticament ha coincidit amb la campanya per regular l’ús dels telèfons mòbils als instituts. Hem arribat a un punt en què la pròpia societat demana una nova forma de gestionar els dispositius electrònics?

Estem vivint un moment d’un cert caos. Tenim moltes tecnologies i moltes possibilitats digitals al nostre abast, però al mateix temps no disposem de prou coneixements ni de prou eines per poder fer-les servir correctament. Els mateixos adolescents en són conscients i demanen ajuda. El llibre és una guia pràctica perquè els adolescents s’empoderin i aprenguin a gestionar les pantalles. Ens hem esforçat molt perquè el llenguatge fos molt mastegat. Volíem que tot fos molt clar, molt directe i sense oracions subordinades. També hem procurat que el to del llibre no fos paternalista ni culpabilitzador, que no qüestionés els adolescents. No és un llibre contra les pantalles, sinó un llibre que ve a explicar que les pantalles hi són i que hi continuaran essent. A partir d’aquí podem debatre moltes coses, però la realitat és que els nanos hi continuaran tenint accés. I és clar que s’ha de regular el seu ús als instituts, però per anar a l’arrel del problema cal que els mateixos adolescents agafin consciència dels riscos que hi ha darrere de les pantalles, i que siguin ells mateixos qui les comencin a gestionar d’una manera diferent.

Què en pensa, de les campanyes que s’han fet als instituts?

Són campanyes molt reactives que responen a una realitat que cal gestionar. Però hi ha un punt

en l’origen que neix de la impotència dels pares, dels mestres i de l’administració a l’hora de saber gestionar les pantalles.

Crida l’atenció que el llibre no s’adreci als pares ni als professionals que treballen amb adolescents, sinó als mateixos adolescents. Potser, en tot aquest debat al voltant dels mòbils, no se’ls ha tingut prou en compte?

Jo soc periodista però també soc pare. Com a tal estic molt preocupat per l’addicció dels adolescents a les pantalles. I com a periodista he constatat que s’han fet molts informes sobre el risc de l’addicció a les pantalles, però tots s’adrecen als adults. En canvi, no n’hi ha cap de pensat per als adolescents. I he arribat a la conclusió que, si no són ells mateixos els que s’empoderen i prenen la decisió de passar-se menys hores jugant a la PlayStation, mirar menys hores el mòbil, consultar menys hores el Whatsapp... Si ells no ho volen fer, nosaltres no els ho podem impedir.

I els sistemes de control parental, no funcionen?

Se’ls saltaran, com qualsevol altra norma que els imposem, perquè són més llestos que nosaltres i saben *hackejar*-los. Tu els pots restringir les funcions del mòbil, però ells acabaran accedint a Whatsapp igualment a través de l’ordinador de l’escola, amb un altre usuari i amb una altra contrasenya si cal. Podem prohibir l’entrada de mòbils als instituts, però ells els portaran d’amagat i a l’hora de lectura, a dins del llibre hi tindran el mòbil. Tu pots prohibir, però si ells no s’adonen que allò que fan no està bé, no hi haurà res a fer. Per això calia escriure una guia que s’adrecés als adolescents.

Però el problema no comença ni s’acaba a les

“Cal regular l’ús dels mòbils als instituts, però per anar a l’arrel del problema cal que els mateixos adolescents agafin consciència dels riscos que hi ha darrere de les pantalles”

aules. Vostè mateix ha alertat que els adolescents es passen moltes hores sols a casa, i que durant tot aquest temps ningú controla què estan fent.

El principal problema és a casa. És evident que cal restringir l’ús dels mòbils als instituts, perquè no té cap sentit que els nanos estiguin mirant el mòbil a l’hora del pati en lloc de jugar a pilota. Però retirant els mòbils a tots els instituts del país no es resol el problema, perquè quan surten de classe a 2/4 de 3 de la tarda i van cap a casa, estaran sols durant totes les hores que falten fins que arribin els pares, que estan treballant. Al llarg de tota aquesta estona, la gent de la nostra generació solia mirar la televisió. Els nostres pares en deien *la caixa tonta*, però en el fons no deixava de ser una pantalla passiva, contemplativa. Ara, els adolescents miren pantalles actives amb les quals interactuen jugant en línia, mirant el Youtube o actualitzant el Tik Tok. A més, són pantalles que els fan entrar en contacte amb l’algorisme. I aquest algorisme està dissenyat per generar un consum compulsiu tot creant una dinàmica de reptes i premis que desapareixen constantment la dopamina. La reacció química que hi ha dins del cervell dels adolescents quan entren en aquesta dinàmica és equivalent a la reacció química d’un drogoaddicte. Perden el món de vista. L’addicció a les pantalles és un problema transversal. Però si per a un adult ja és difícil de gestionar, per a un adolescent encara ho és molt més, perquè no té prou força, ni prou experiència, ni prou recorregut.

Quins efectes pot tenir en un adolescent l’ús excessiu de pantalles?

Els psicòlegs estan tenint consultes cada cop més prematures per trastorns de conducta, depressions, ciberassetjament i trastorns alimentaris. Estem parlant de fenòmens que abans solien tenir a veure amb adolescents a partir de 16 anys, i que ara han baixat fins als nens d’11, 12 o 13. D’altra banda, el sedentarisme excessiu que va associat a l’ús de les pantalles provoca obesitat. Però al mateix temps, els estereotips amb què s’identifiquen els joves a través de les xarxes socials són la causa de molts trastorns alimentaris. En el cas de les noies, tenim l’anorèxia. I en el cas dels nois, ha anat a més la vigorèxia. S’identifiquen amb *youtubers* de l’àmbit del *fitness*, i s’obsessionen amb menjar proteïna, fer exercici constantment i fins i tot es dopen per muscular més. Això abans passava amb nois a partir dels 20 anys. Ara s’observa a partir dels 12 o 13 anys, és a dir, en plena edat de creixement.

Recentment s’han publicat els darrers resultats de l’informe PISA, que són certament preocupants. Aquest problema de rendiment acadèmic es pot atribuir a l’ús excessiu de les pantalles?

El pantallisme fa que vegis moltes coses, amb molta rapidesa però durant molt poca estona. Això provoca que tinguis cada cop menys capacitat de concentració i d’atenció, que et faci més mandra llegir, i que puguis arribar a tenir problemes de comprensió lectora. No és que els adolescents no sàpiguen llegir, és que els costa fer-ho durant molta estona seguida. Si això ens passa als adults, perquè aquestes dinàmiques



“És molt injust traslladar la responsabilitat a les administracions. Hem de començar els mateixos pares des de casa. Ens hem de preguntar si, quan som amb els nostres fills, estem mirant el mòbil”

ques acaben modulant el nostre cervell, imaginem-nos com pot afectar a un adolescent a qui el cervell encara se li està formant. A les escoles bressol ja s’estan observant els efectes de les pantalles sobre els nadons que hi estan exposats. Per exemple, el primer que fa un nadó quan creix és posar-se moltes coses a la boca i tocar-ho tot, per experimentar. És el que necessita el seu cervell en aquesta fase de la seva vida. Però si li poses una pantalla al davant que l’inhibeixi d’aquesta necessitat de tacte físic, això fa que neurològicament no es desperti aquella part del cervell que s’hauria de despertar. I això provoca problemes d’expressió.

Podríem dir que la gestió de les pantalles se’n n’ha anat de les mans?

Les pantalles no són dolentes, com tampoc ho són la tecnologia ni internet. El repte, en tot cas, és saber-les gestionar bé. I no les estem gestionant bé.

I a qui li toca fer els deures? És responsabilitat de les administracions? De les empreses tecnològiques?

Els deures principals els han de fer els pares i mares. És molt desagratit de dir, però és la veritat. Els pares, i els adults en general, som els referents dels nanos. Ells són el nostre mirall, fan el que nosaltres fem. Quan els renyem perquè miren pantalles, no tenim en compte que ells ens han vist a nosaltres mirant pantalles pràcticament des que han nascut.

Però els pares tenen prou eines per gestionar aquesta responsabilitat? Què ha de fer, un pare o una mare, quan el seu fill li demana un determinat dispositiu perquè els seus companys de classe ja el tenen?

Aquest dilema referma que són els pares qui ha de fer els deures. Si veus que tots els nanos de l’entorn del teu fill tenen iPhone, et sents en un compromís.

Per tant, són els pares els que han de parlar entre ells i arribar a consensos. Per exemple, els meus fills van tenir mòbil quan van passar de sisè de Primària a primer d’ESO, perquè havíem decidit que el símbol del pas de la Primària a la Secundària era tenir un mòbil. Ens vam resistir a fer-ho abans, i van ser els penúltims de la classe a tenir-lo. És clar, que cap pare ni cap mare vol que el seu fill sigui l’estrany de la classe. Però si tots els pares es posessin d’acord i decidissin que els seus fills no poden tenir mòbil fins a una determinada edat, no hi hauria cap problema, no hi hauria cap mena de pressió i els fills no ens demanarien que els compréssim un mòbil. Perquè si ningú el tingués, ningú el voldria. Per tant, la responsabilitat és nostra, dels pares.

Però com s’assoleix aquest consens entre els pares? Una cosa és prendre una decisió a títol individual, i una altra és que tota una comunitat es posi d’acord.

Estem en un moment en què tot just comencem a prendre consciència sobre aquesta problemàtica. Els moviments que s’estan observant amb la regulació dels mòbils als instituts, i tots els debats que està havent-hi, evidencien que comença a haver-hi la percepció que tot plegat se’n n’està anant de les mans, que cada cop va a més i que només ho podem frenar nosaltres. El llibre s’adreça als adolescents perquè són ells els que han de voler entendre què significa tenir una pantalla a les mans. Però si parlem de les mesures que cal adoptar, és molt injust traslladar tota la responsabilitat a les administracions. Hem de començar nosaltres des de casa. Hem de tenir en compte quantes hores es passen sols els nostres fills, i ens hem de preguntar què fan durant tota aquesta estona. I també ens hem de preguntar si nosaltres mateixos, quan som amb els nostres fills, ens dediquem a mirar el mòbil. Hem de començar per assumir nosaltres mateixos la nostra pròpia responsabilitat, perquè és molt fàcil no fer res i exigir que la solució ens la proporcionï el govern o l’institut.

Quin consell li donaria vostè, a un pare o a una mare que senti que està perdent el control de les pantalles a les quals tenen accés els seus fills?

Que miri de ser positiu i empàtic. Les coses s’han de poder parlar. Una de les propostes que fem al llibre és que, si li dones un mòbil al teu fill, vagi acompanyat d’un contracte que ell mateix hagi signat. Aquest contracte l’ha d’haver llegit en veu alta, i l’ha d’haver entès, abans de signar-lo, de manera que sigui conscient de quines seran les conseqüències si l’incompleix. Una cosa que cal tenir molt present, és que el mòbil no és de l’adolescent. Hi ha pares que no volen xafardejar els mòbils dels seus fills per no entrar en la seva intimitat. Però de quina intimitat m’esteu parlant? Qui l’ha comprat, el mòbil? Si l’he pagat jo, i si soc jo qui paga la quota d’internet, el mòbil és meu i puc fer-ne el que vulgui, per molt que li deixi una estona al meu fill. Que aquesta estona són les 24 hores del dia? D’acord, però això és així perquè jo ho he decidit. I dispenso de totes les contrasenyes i li puc prendre sempre que vulgui si no en fa un bon ús. Però això cal posar-ho per escrit a través d’un contracte.

Potser, com a societat, encara no hem entès que un dispositiu mòbil no és una joguina?

Els mateixos pares tendim a veure el mòbil com si fos un telèfon que ofereix moltes possibilitats. Aquesta percepció és errònia, perquè un mòbil és un ordinador. Una eina tecnològica que els adolescents no fan servir mai per trucar, sinó per jugar i per entrar a les xarxes socials. I que els dona accés a un món infinit on poden consultar de tot, literalment, des de pornografia fins a violència extrema. Els sistemes de control parental no ho eviten, perquè estan pensats per nens molt petits i no s’ajusten als paràmetres propis d’un adolescent, que amb aquestes restriccions tampoc podria accedir a llocs on sí que ha de poder accedir. Hi ha aplicacions que sí que priven l’accés a determinades pàgines web, però no regulen allò que poden veure a través de Youtube o de Tik Tok.

OPINIÓ



Josep Burgaya

DES DE FORA

Un any que neix vell

Canvia l'any però en realitat la modificació del dígit no transforma res. Més enllà dels bons propòsits que ens fem i les fites personals que ens marquem, tot continuarà força igual. El 2023 passarà a la història com el moment del desencadenament d'un nou infern pel poble palestí. Cert que Hamàs va portar a terme un acte de terrorisme brutal, inacceptable i temerari, però la resposta israeliana practicant una massacre sistemàtica sobre un immens camp de refugiats no té cap mena de proporció ni de justificació. L'estratègia de "solució final" que es practica a Gaza amb el poble palestí ens garanteix fàstic, inestabilitat política i bones dosis de terrorisme per demà. Netanyahu necessitava la guerra per mantenir-se al poder i els Estats Units han estat incapaços d'evitar-ho. Ha estat també el segon any de l'anomenada guerra d'Ucraïna, o sigui de l'intent de Rússia d'apropiar-se d'una bona part d'aquest territori i, alhora, convertir el que quedi d'aquest estat en una mena de protectorat del nou imperi rus. Va sorprendre la capacitat de resistència dels ucraïnesos, però les armes occidentals han servit només per això i no pas per recuperar allò perdut. Mentrestant, s'ha demostrat que l'atenció i la retentiva del televident occidental és molt curta. Cronificació i oblit del conflicte són els grans enemics d'una Ucraïna que veu com la unanimitat i suport occidental es va esquarterant com també ho fa la cohesió política interna d'aquell país. Tant en una guerra com en l'al-

tra es fa un curiós ús del llenguatge. A l'aniquilació sistemàtica dels palestins de Gaza se li diu "dret israelià a defensar-se". De l'atac iniciat per Rússia se n'anomena "guerra d'Ucraïna" i no pas agressió i ocupació.

Segurament, si hem de destacar un tercer aspecte de l'any que acaba és l'exagerada polaritat política i com la nova dreta extrema ha imposat estratègia i llenguatge agonista. Una dinàmica que és global i que va fer noves conquestes –Itàlia, Eslovàquia, Argen-

A Espanya l'esquerra manté la majoria pels pèls i a base de molt funambulisme

tina...–, i que ben segur es mantindrà i s'accentuarà el proper any amb noves victòries. En la política espanyola, això pot esdevenir insuportable. De la manera ajustada i una mica particular en què Pedro Sánchez ha evitat la pujada al poder de les especialment rànquies dretes espanyoles, ens augura temps a venir moguts. L'amnistia és només l'excusa per practicar una estratègia i relat polític de desqualificació i negació de l'adversari que ja s'ha emportat per endavant no el sistema democràtic, però sí una bona part de formes, valors i cultura que aquest requereix. Una manera

d'actuar que, des que va funcionar amb el Brexit i Trump, la dreta ha adoptat i, el que és pitjor, és que li dona resultats. L'esquerra, el progressisme, a Espanya mantenen la majoria governamental pels pèls i a base de molt funambulisme. No sé si això té molt recorregut quan el poder autonòmic i municipal ja no es controla. El proper és any d'eleccions, autonòmiques i europees, i aquí es juga força el futur polític espanyol però també europeu. Pedro Sánchez és el gran dirigent a batre en política interna, però sobretot també a Europa. Uns molt mals resultats electorals el 2024 li farien difícil mantenir-se al poder, tenint en compte la base tan feble sobre la qual se sustenta, tant pel que fa a l'independentisme català com, també, per una ala esquerra del govern que pot autodestruir-se en qualsevol moment. Les dades econòmiques i les moltes mesures socials practicades poden ajudar, però serà difícil fer-se sentir amb tant soroll de fons. Les eleccions catalanes, si n'hi ha, podrien donar oxigen a l'esquerra si, com diuen els sondejos, es produís una clara victòria de Salvador Illa. Canviaria força el tauler i demostraria la bondat de les polítiques de ponts i de conciliació practicats de manera convençuda des d'aquí i de manera forçada des d'allà. Això sí que tancaria finalment la "dècada ominosa" de Catalunya i el país podria dedicar-se a afrontar reptes i problemes reals. Això, però, de moment, expressa més un desig que no pas una certesa.



Carles Duarte

Contra l'abisme

Si la paraula ha acompanyat la humanitat pel llarg camí d'entendre i explicar el món, la poesia ha esdevingut un recer on desem i expressem, des de la paraula, les emocions decisives de la nostra existència. Els versos ens conviden a aturar el temps, a mirar endins i a reconèixer en l'altre la nostra joia i la nostra desolació. Per això l'amor i la mort són ben presents en la literatura i en ocasions conflueixen dins d'una mateixa obra. És el cas de *Teler de zèfir*, un poemari de l'escriptor valencià d'Antella Josep Micó Conejero, autor d'una obra publicada ja molt considerable. *Teler de zèfir* té un esperit elegíac, però no pas de nostàlgia ensucrada, sinó d'evocació sensual del plaer compartit ("imantem els llavis assedegats", "ja no beurem de la frescor del gaudi / ni de l'escalfor de la seda als llavis") i de cant d'absència ("ara que no hi ets, / hi ha un vidre que em talla l'alè"). El volum, estructurat en tres parts –camí de vents,

itinerari i besllum–, té una dimensió de viatge a través de la memòria i dels paisatges ("hi havia una maleta plena de paisatges"), on emergeix arreu aquesta tensió terrible i fecunda entre eros i tàntos: "Potser preval el zèfir de l'absència, / tot-hora veia en tu la calma del somriure, / i quan venies m'emboicallaves de llum". Sí, l'amor amarat d'una llum que s'extingeix: "Una pluja d'ombres se t'endugué la llum", "he espigolat en les teues estanques batecs de papallones i m'hi he encarrat amb la desolació de la llum ofegada. Ara ets clamor amarg de cendra ardent". La presència anorreadora de la mort ens convida a entomar el dolor per trobar-hi l'impuls de l'esperança: "El dolor de rescatar fragments serà una forma de resurrecció, semblant al viure". A les pàgines de *Teler de zèfir*, singularment a la segona part, itinerari, seguim un recorregut que ens duu pels carrers de Lisboa, París ("el zèfir d'aquella primavera a París"),

Terol o Sevilla, però també pels paratges del Pirineu, els Pics d'Europa o la Bretanya. Josep Micó Conejero anota: "Valorarem més el goig de volar que el pes de les ales". El repte era construir "ponts contra els abismes dels dies", ens diu Micó. Aquests poemes són apassionats ("el teu somriure / era un camp de blat farcit de roselles. / mirar-te als ulls, una poma madura / no coneixia un riu tan cabalós de llum"), exultants de vida: "Hi vaig sentir la plenitud del cim / els anys passats m'han fet copsar / quina fou la magnitud de l'alçada". A *Teler de zèfir* hi trobem una afirmació i una reivindicació de la sensualitat, una celebració dels sentits ("olor d'ombra de bosc"). La darrera part del volum, besllum, culmina el missatge que ens transmet amb imatges d'una bellesa intensa i ferida: "Els nostres cossos estremits de llum / caminaran units / la sendera transparent de maragdes", des de l'anhel de persistir, malgrat la consciència trasbalsadora de l'abisme: "Ja no tornarà el tren de les coses petites / i una ombra de marbre no em deixa alenar".

LLIBRES

NOTES DE LECTURA

Joan Cuscó i Clarasó

De comprendre i viure

Fa ben pocs mesos que moria un dels autors que més llibres d'assaig ha venut aquests darrers anys: el professor Nuccio Ordine (1958-2023), àmpliament conegut i citat pel seu llibre *La utilitat de l'inútil* (2013). Un autor incòmode per a les directrius culturals i educatives que imperen en el nostre món. I és en aquest llibre que ell recull el testimoni de qui fou un altre hoste incòmode per a la cultura europea: George Steiner (1929-2020).

El llibre retrata l'amistat i les complicitats dels dos autors, recull un seguit d'entrevistes de George Steiner fetes els darrers anys i, sobretot, presenta una bona reflexió sobre allò que és, hauria de ser o podria ser l'humanisme. És a dir, el diàleg volgut i franc (que gairebé no existeix ni tan sols dins la mateixa filosofia), la capacitat d'acollir els altres i de ser bons hosts (dues figures també difícils) i de l'intercanvi d'idees (pràcticament impossible en la compulsivitat salvatge dels nostres dies) per aprendre a viure millor i a fer millor la vida (dos objectius ben allunyats de la vida quotidiana i dels interessos polítics i econòmics).

El llibre té tres grans virtuts: primera, que és breu; segona, que Ordine coneixia bé Steiner, i, tercera, que l'entrevista és un gènere en què els autors presenten de manera clara

les seves idees. En conseqüència és un bon llibre per entrar o per comprendre millor Steiner i la seva època.

Hi ha altres aspectes a destacar. Per exemple, l'atac a l'actual model erudit i productiu amb què també treballen les dites humanitats. Contra un model de saber tancats sobre ells mateixos, enfocats a l'auto-rendiment i a l'ascens professional i allunyats de la societat i dels seus interessos i problemes. I és que el fet que les disciplines humanístiques utilitzin un llenguatge obscur, arrogant, buit, inflat i incompreensible és nefast si el que pretenem és comprendre la

vida i fer-la millor. També, i sobretot pel cas de la llengua catalana (que ens toca de ben a prop), que Steiner tingui clar que "matar una llengua és com eliminar per sempre més una espècie animal o vegetal, o com destruir els paisatges que ens envolten". Però no crec que en cap dels dos àmbits el discurs faci forat (i tant de bo m'equivocui!).

I ja que acabem, direm que és molt probable que rere el meu escepticisme hi trobem una de les frases que apareix al llibre i que en determina moltes de les reflexions: que la veritat és sempre a l'exili.



GEORGE STEINER, L'HOSTE INCÒMODE

Autor: Nuccio Ordine
 Editorial: Quaderns Crema
 Lloc i any d'edició: Barcelona, 2023
 Pàgines: 112

NOVETATS EDITORIALS



'El silenci dels astronautes'
 Laia Fàbregas / Ed. Proa

Abans de l'allau de novetats de Sant Jordi, cal tenir en compte la novel·la del Premi Joanot Martorell de 2023. És la història de la Rita i la seva mare. Una nena tancada en ella mateixa a l'escola però no a casa, una dona amb una ferida oberta i amoïnada per la filla. Quan aquesta descobreix la història del nen de la bombolla americana que va viure anys aïllat, hi connecta. I les ajudarà a comunicar-se.



'Un cowboy crepuscular'
 Eduard Olesti
 Ed. 62

El Premi Joanot Martorell de narrativa s'entrega a Gandia juntament amb el de poesia Ausiàs March. I aquest últim el va guanyar Eduard Olesti amb aquest poemari. El jurat del premi en va remarcar la imaginació dels poemes i el fet que l'autor no parla només des de la individualitat estricta sinó que assumeix una veu generacional, la dels que encara no han arribat a la trentena.



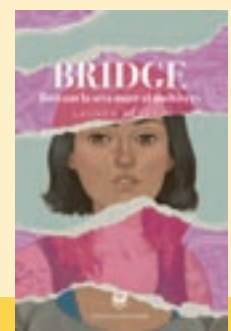
'En coixí d'herba'
 Miquel Desclot
 Ed. Proa

L'any 1995, el poeta Miquel Desclot va publicar una antologia de poesia japonesa, *Per tot coixí les herbes*. Ara l'ha ampliat en aquest volum. Amb textos de més de 170 autors d'entre els segles IV i XX, s'acompanya de dos pròlegs que són una gran introducció a la lírica japonesa. Formes com l'haiku o la tanka tenen ja una certa tradició entre poetes catalans que les han adoptades.



'Vallmanya, el paradís perdut de F. Macià'
 Diversos autors / Pagès Ed.

Poc abans de Nadal, quan es compleix l'aniversari de la mort de Francesc Macià, es va saber que la seva casa de Vallmanya (Alcarràs) serà preservada i restaurada. Culmina així una campanya ciutadana que ho demanava, de la qual és un exemple aquest llibre. Amb aportacions de diversos autors, defensa la importància d'aquest lloc en la vida de qui va ser president de Catalunya.



'Bridge'
 Lauren Beukes
 Mai Més Llibres

Aquesta és la darrera novetat de Lauren Beukes, escriptora sud-africana que és ara mateix un referent en la narrativa fantàstica, de qui ja han sortit en català els títols *Les lluminoses* i *Zoo City*. La Bridge, la protagonista, troba després de la mort de la seva mare, al congelador, el cuc dels somnis. Una clau que li obre la porta no només a altres temps sinó a altres versions d'ella mateixa.

LLENGUA

EL 9 ETS I UTS

309

 CONSORCI PER A LA
NORMALITZACIÓ
LINGÜÍSTICA

Sant Esteve: diem la 't' de sant o no?

Aprofitant que aquí celebrem Sant Esteve, avui us parlarem de la sensibilització, que és el fenomen fonètic que produïm molts parlants quan pronunciem aquesta festivitat. Consisteix a pronunciar determinats sons consonàntics que en d'altres contextos són muts. Parlem de certes consonants mudes que passen a ser pronunciades quan les trobem a final de mot i van seguides d'una paraula que comença amb vocal: en aquest cas en referim a la *t* de final de *sant* –que normalment és muda–, que seguida de la primera vocal d'*Esteve* passa a dir-se [sántðstéʃð].

Podem trobar d'altres exemples d'aquest tipus de sensibilització amb el so *t* al final d'alguns monosíl·labs com cent, quant, sant, vint, alt, seguits d'una paraula que comença en vocal: sant Andreu, sant Antoni, vint-i-vuit, cent homes, vint anys, quant és?, Alt Empordà. També ens hi trobem en els gerun-

dis seguits dels pronoms febles *hi* o *ho*: anant-hi (a-nan-ti), fent-ho (fen-to), sabent-ho (saben-to).

En el cas concret de “quant és”, per exemple, sensibilitzar el so de la *t* contribueix a diferenciar-lo de “quan és” per evitar equívocs en casos com: “quant és (quan-tes) el sopar de celebració del teu aniversari?” (quant val?) / “quan és el sopar de celebració del teu aniversari?” (quin dia se celebra?).

Sembla, però, que aquest cas de sensibilització es perd entre les generacions més joves. I vosaltres, la dieu o l'emudiu, aquesta *t*?

Fonts

Badia Cardús, Montserrat (2012). “Fenòmens fonètics entre consonants a l'interior de paraula i per fonètica sintàctica (i IV): emmudiments i sensibilitzacions”. *Llengua Nacional*, núm. 79.

Us animem a seguir aquesta secció i us convidem a fer-nos arribar consultes i comentaris a través de vic.ass@cpnl.cat

Oficines i serveis:
granollers@cpnl.cat
ripolles@cpnl.cat
vic@cpnl.cat

www.cpnl.cat/xarxa/cnlosona/

COMUNICACIÓ

Montse Corderas Espona
Comunicació i Formació

Què és la imatge corporativa?

Penseu el nom d'una empresa o una marca.

Ja el teniu pensat?

Amb quin adjectiu, concepte i/o color l'associeu?

Les vostres respostes fan referència a la imatge corporativa que teniu d'aquella empresa o marca que heu pensat i es basen en la vostra percepció que teniu cap a ella.



■ La **percepció** és el procés pel qual una persona té coneixement del món exterior a partir de les impressions que li comuniquen els sentits.

La imatge corporativa està formada per:

- LA IDENTITAT CORPORATIVA
- LA IDENTITAT VISUAL

Mentre que la identitat visual és tot allò que podem veure d'una empresa o d'una marca, com les instal·lacions, el logotip, els colors, els missatges, els productes..., la identitat corporativa és tot allò que no podem veure amb els ulls, però que podem percebre, com la filosofia, la missió, la visió, els valors...

■ La **missió** respon al perquè del naixement de l'empresa, què és i per què existeix. Exemple: dissenyar i fabricar cotxes.

■ La **visió** fa referència a l'ambició de l'empresa, és a dir, on vol arribar o què vol aconseguir. Exemple: ser líder en el sector de l'automoció a escala mundial.

■ Els **valors** són les característiques de l'empresa a partir de les quals volem aconseguir la missió i la visió. Exemple: excel·lent, innovadora, sostenible, propera...

Hem d'imaginar-nos un iceberg: a la seva punta hi hauria la identitat visual, ja que és la part que podem veure de l'iceberg, la que ens atrau en un primer moment, però tot allò que queda per sota i que no podem veure a simple vista, tot i que hi és, seria la identitat corporativa.

Fent una comparativa amb els humans, la identitat visual d'una marca seria l'aspecte físic d'una persona, mentre que la identitat corporativa seria la personalitat i caràcter de la persona.

MÚSICA

EL CLÀSSIC

Jordi Sunyer

TANCAT PER DEFUNCIÓ

'Llença-t'hi'

Picap, 1991

A principis dels anys 90 naixien grups de pop-rock en català de sota les pedres. La majoria presentaven propostes amb força limitacions però de tant en tant hi havia excepcions com els genials Tancat per Defunció, una banda liderada pel cantant i guitarrista de Sabadell Jaume Papell que destacava per la seva originalitat i per la seva qualitat sobretot en l'aspecte líric. La veu de timbre agudíssim i peculiar de Papell era la marca d'una casa que va assolir el cim a *Llença-t'hi*, un segon disc que és una autèntica joia on hi ha obres d'art com *Amor d'estiu*, l'homònima *Llença-t'hi* o *Coses que passen*, una cançó folklòrico-eròtica que com algunes peces de Jaume Arnella (*Les rondes del vi*, per exemple) sembla que hagin sorgit del repertori popular i resulta que tenen autor amb nom i cognoms. El 1995 els sabadellencs van treure un tercer



disc, *Bevent silenci*, però la rebuda va ser tèbia i els Tancat van fer honor al seu nom. El 2014, després d'anys de silenci trencats només per la gravació d'un disc el 2002 que no es va editar, el grup va reaparèixer amb *Obert per a tu*, on reinterpretaven alguns dels seus clàssics i estrenaven alguna peça. Aquella experiència els va deixar bon regust i els va donar empena per treure un parell de treballs més, l'últim el 2020. Des de llavors no se n'ha sabut gaire res més però tant de bo no hagin tancat per defunció.

NOTES

Pelat i Pelut i Ginestà dediquen cançons a les mares

A principis de 2024 es publicaran els nous discos de Pelat i Pelut i de Ginestà i tots dos coincideixen en una cosa: hi apareixeran cançons dedicades a les mares. Els osonencs Pelat i Pelut, que treuran *Termomix* el 12 de gener, ja fa uns mesos que van donar a conèixer *La mama*, una batxata que aprofundeix en la relació d'afecte i admiració que hi ha entre el cantant del grup, Xevi Abril, i la seva mare. El videoclip de la cançó, per cert, gravat i dirigit per la mateixa banda, mostra diferents membres del grup ballant, gaudint i rient amb les seves respectives mares. Pel que fa als barcelonins Ginestà, després que dediquessin una cançó *A la iaia* al seu anterior disc, ara han avançat *Mama*, una de les peces que formarà part del seu nou treball. Els germans Pau i Júlia Serrasolses, a més, la canten acompanyats de Maio, germana bessona de la Júlia.



La nova peça de Ginestà està dedicada a la seva mare però també a les persones que lluiten i acompanyen a tot-hom mentre es van fent grans: "La nostra mare ha hagut de lluitar, ha patit, ha sofert la precarietat laboral

que pateixen moltes dones... Però ara, a la maduresa, també ha aconseguit començar a viure pensant en ella. La veritat és que, alliberada de responsabilitats, passa per una època molt dolça", explica Ginestà. Curiosament, *Mama* es va escriure amb piano. En Pau va tenir un accident que li va afectar l'espatlla i durant un temps va estar allunyat de la guitarra amb la qual compon les seves melodies. El resultat, doncs, és un xic diferent i una mica més pop del que seria habitual. Ginestà i Pelat i Pelut. Dues bandes que ho petaran aquest 2024 agermanades per l'amor a les seves mares.

EL TEST

Irene Cuixart (Es'Cardats)

Primer instrument que vas aprendre a tocar? El piano. Primer disc que et vas comprar? D'un grup a *cappella*, Pentatonix. Quants discos tens? Uns 10. La majoria de música l'escolto de plataformes digitals. Tria'n tres (de discos). L'àlbum de Mar i Cel, *A Night At The Opera* de Queen i *PTX* de Pentatonix. Grups o músics de capçalera. M'agrada molt el cantautor Hozier i els grups de música a *cappella* VoicePlay i Pentatonix. Si hagués d'escollir un referent musical, però, seria Andrew Lloyd Webber, Lin Manuel Miranda o Joe Hisaishi. Tots tres són compositors actuals però amb estils musicals molt diversos.



NOVETATS DISCOGRÀFIQUES

Jordi Sunyer



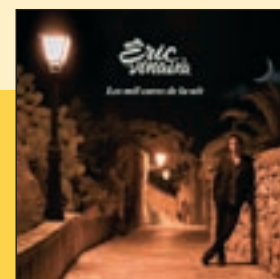
SIDONIE
'Marc, Axel y Jes'

El 1997 es va publicar *Sidonie*, el primer disc d'una de les bandes de rock més rellevants de la història de la música nostrada més recent. I un quart de segle després, l'essència segueix intacta a *Marc, Axel y Jes*, el nom de pila dels tres músics d'un grup que té taules i actitud per triomfar davant de milers de persones telonejant els Rolling Stones i l'endemà fer-ho en una sala de petit format. Amb el temps han canviat però la fórmula és la mateixa: estrofa, tornada, dos minuts i mig i llestos. Ah, i al 2024 trauran un disc íntegrament en català. Ja l'esperem.



SIMFÒNICA DE COBLA I CORDA DE CATALUNYA
'The Spirit Of...'

L'any 2008 va néixer la Simfònica de Cobla i Corda de Catalunya (SCCC), una formació musical inèdita integrada pels instruments de corda d'una orquestra simfònica units als de vent de la cobla. I des de fa anys, a les portes de Nadal, és habitual que presentin disc amb un concert a l'Auditori de Girona. I aquest any proposen un viatge per les melodies nadalenes més emblemàtiques amb les veus de Beth, Elena Gadel, Mariona Escoda, Miki Núñez o la Polifònica de Puig-reig. Si no us l'ha cagat el tió, demaneu-lo per Reis.



ÈRIC VINAIXA
'Les mil cares de la nit'

Després de gairebé un quart de segle de trajectòria, Èric Vinaixa publica el seu setè disc, el cinquè en solitari un cop tancada l'etapa en què liderava el grup de rock Rodamons. El nou àlbum es titula *Les mil cares de la nit* i compta amb 12 temes que naveguen pels mars del pop melòdic, el rock més visceral, el soul més emotiu o la cançó d'autor més íntima. Com a curiositat, el músic de Miravet ha colat la paraula *nit* a cadascuna de les cançons d'un disc elegant i preciosista. Ah! I una de les cançons, com ja és habitual en Vinaixa, és en anglès. Hi surt *night*.

GASTRONOMIA

Eva Remolina / AMIC

Com tallar un pernil de manera correcta

En moltes llars per aquestes dates és habitual rebre el típic lot nadalenc, que en alguns casos inclou un pernil. I és quan comencem a qüestionar-nos com tallar-ho de manera correcta per poder aprofitar-lo al màxim. Donem algunes pautes per poder-ho fer de manera similar a com ho faria un professional.



FREPIK

Per tallar bé un pernil, abans de tot cal preparar tres utensilis bàsics:

- Un ganivet de pernil: aquest és llarg, estret i flexible.
- Un ganivet per desossar, més petit, dur i amb punta per netejar i salvar els ossos.
- El suport, perquè la pota quedi segura i no es mogui.

El primer que farem serà treure al pernil la malla o embolcall, així com la corda i totes les etiquetes que pugui portar, i col·locar-lo al suport de pernil. Els experts aconsellen col·locar-lo amb la peül·la cap amunt, perquè és la part més grassa i la que interessa consumir abans.

Una tècnica que normalment no fem mai a casa i que facilita molt el tall és localitzar la sofraja (un embalum en la pota), comptar a partir d'aquí uns dos dits més a baix i en aquest punt fer un tall profund fins arribar a l'os. Una vegada alliberada

la zona de la pell i el greix del pernil, ja estaria preparat per començar a realitzar els talls de les rodanxes, que han de ser fines i petites, de dalt a baix, és a dir, de la peül·la cap a nosaltres, i sempre evitant els ossos.

Per tallar la zona pròxima als ossos, el truc està a tallar una rodanxa en direcció contrària, és a dir, cap a l'os, ajudant-nos del ganivet més curt.

Quan acabem un costat, és quan donarem la volta al pernil i procedirem a tallar-lo de la mateixa manera.

SALUT

estasdemoda.com / AMIC

Cura de la pell amb ingredients naturals

Tenir una pell saludable no significa que hagi de recórrer a productes químics. La naturalesa ens proporciona una àmplia gamma d'ingredients plens de vitamines, antioxidants i propietats curatives. Una rutina de cura de la pell natural pot ser simple i efectiva. Comença amb la neteja suau, seguida de l'exfoliació (una o dues vegades per setmana), després l'aplicació d'un tònic natural i la hidratació. No oblidis aplicar protector solar al matí.

OLI DE COCO	OLI D'OLIVA O MEL	OLI DE JOJOBA	ÀLOE VERA	AIGUA DE ROSES
 <p>FREPIK</p>				
<p>L'oli de coco és un excel·lent desmaquillant, i perfecte per a una neteja profunda i suau. Aplica'l a la pell, fes un massatge suau i retira amb aigua tèbia.</p>	<p>Crea el teu propi exfoliant natural barrejant sucre granulat amb oli d'oliva o mel. Aplica-ho al rostre amb moviments circulars suaus i esbandeix.</p>	<p>L'oli de jojoba és un gran hidratant. Aplica'n unes gotes després de la neteja per mantenir la teva pell suau i hidratada sense obstruir els porus.</p>	<p>L'àloe vera és un ingredient màgic per calmar la pell irritada o cremada pel sol. Pots utilitzar el gel directament de la planta o comprar un gel d'àloe vera orgànic.</p>	<p>L'aigua de roses és un tònic natural que equilibra el pH de la pell i la hidrata profunda. Pots usar-ho com a esprai refrescant durant el dia.</p>

ECONOMIA

ELS PARQUETS

Joan Carles Arredondo / @joancarredondo

ESTALVIS EN TEMPS D'ESPERA

A l'espera que apareguin, properament, les dades del tercer trimestre de l'any, la tendència que s'apuntava en els primers sis mesos de 2023 assenyalava que les llars de l'Estat espanyol estaven estalviant més que mai. Tret dels mesos de confinaments i restriccions per la pandèmia, el 20% dels ingressos que les famílies van destinar a estalvis en el tercer trimestre era el doble reflex de la restricció de la concessió de crèdits i per part de la banca, per una banda, i de la contenció en la despesa per les incerteses que genera una inflació encara elevada i uns tipus d'interès poc assumibles, per l'altra. Sigui com sigui l'elevada diferència entre ingressos i despeses del segon trimestre havia contribuït a empènyer la taxa d'estalvi a l'Estat espanyol a l'11,7%.

Tot i tractar-se d'una evolució molt puntual, de només tres mesos, les famílies espanyoles han trencat una tendència molt acusada com és la d'acumular menys estalvis que les famílies europees. En termes de percentatge de renda disponible destinada a estalviar, Espanya estava cinc punts per sota de la mitjana europea a final de l'any passat. La inflació estava fent estralls i els tipus d'interès havien començat l'escalada, però en els primers mesos d'aquesta situació el consum es mantenia. Va ser amb el començament d'aquest any quan van començar la contenció de la despesa, malgrat que els ingressos de les llars s'incrementaven perquè també ho estaven fent els salaris. Va ser així com es va arribar a un segon semestre en el qual la diferència entre les rendes disponibles, globalment més de 251.000 milions d'euros, i la despesa, lleugerament superior a 200.000 milions, donaven com a resultat que les llars estaven estalviant aproximadament un 20% del que ingressaven. Des de la pandèmia, quan gastar era complicat perquè no hi havia gaires llocs oberts on fer-ho, que no s'estalviava tant.

És probable que part d'aquesta contenció en la despesa hagi vingut precedida d'un període en el qual la incertesa va portar moltes famílies a evitar-se maldecaps i avançar en l'amortització de deutes. Així ho assenyalava també un informe de la Fundació Funcas. Això volia dir despesa que es desviava dels estalvis i, un cop fetes les amortitzacions, hagi arri-

bat l'hora de guardar diners. Això significaria que, efectivament, les famílies encara veuen amenaces de tempesta (econòmica) en l'horitzó.

Núvols negres que contrasten amb el creixement dels ingressos que s'havia experimentat en el primer tram de l'any. Les remuneracions havien crescut tant per la banda dels assalariats com per la banda dels pensionistes, aquests últims a l'aixopluc de la revalorització acordada per l'Estat. Contràriament a aquesta anàlisi, el servei d'estudis de CaixaBank opta per una lectura optimista. Considera que l'enfortiment financer de les famílies espanyoles és una bona notícia per afrontar uns trimestres que no dubta a qualificar com a exigents.

Més enllà de si l'increment dels estalvis és un mal auguri perquè determina quines perspectives tenen les famílies per als propers mesos, o un bon auguri perquè les dota de més capacitat de resistència, també és interessant comprovar el comportament dels estalviadors. Si en els primers trams de l'etapa de fort creixement de la inflació i els tipus d'interès van optar, quan els va ser possible, d'amortitzar part dels seus deutes, ara tendeixen més a acumular estalvis que a emprendre inversions amb més risc, però menor remuneració. Amb la inflació encara a ritmes de creixement superior al 3%, tenir els estalvis sense remuneració no deixa de ser una manera que els diners perdin valor. Tot i això, dels més de 900.000 milions d'euros que els espanyols tenen en comptes corrents que gairebé no es remuneren, només un 4% van canviar a productes més complexos i millor compensats. És la confirmació que a l'Estat espanyol s'estalvia més aviat poc –ara una mica més– i, sovint, malament.

L'estalviador espanyol opta per ser conservador. Per això, dels 36.000 milions d'euros que

l'any passat van sortir dels comptes corrents, una part van anar a dipòsits a terminis breus, llavors encara amb baixa remuneració, o a lletres del tresor. Aquest conservadorisme dona pocs incentius a la banca per incrementar els interessos que paguen als estalviadors pels seus diners. Però, en aquest últim sentit, comença a haver-hi algunes bones notícies. La banca està començant a obrir una mínima batalla pels dipòsits. Encara paguen interessos per sota de la inflació, però tot és començar. És cert que posen condicions que, en alguns casos, són poc engrescadores, però es denota la liquiditat suficient que tenia el sistema i que era l'argument de la banca per no pagar més als estalviadors comença a ser cosa del passat. Per saber si aquesta és una tendència que es generalitza, però, encara caldrà esperar uns mesos perquè els passos són molt tímids.

L'increment dels ingressos que ha propiciat destinar més diners als estalvis (i, si es confirmen les dades de PIB conegudes la setmana passada, a convertir el consum en el principal factor de creixement) és, convé no oblidar-ho, per a una part de la població. Encara queda una part, una de cada

quatre famílies, amb dificultats per arribar a final de mes. Perquè hi ha tendències que evolucionen mentre que d'altres queden massa temps en la llista d'espera.



INDICADORS

Dèficit en descens

Catalunya ha tancat el mes de novembre amb un dèficit de 1.004 milions d'euros, l'equivalent al 0,36% del PIB, segons les dades publicades aquest divendres pel Ministeri d'Hisenda i Funció Pública. Ara fa un any, Catalunya tenia un dèficit del 0,53%, amb 1.355 milions d'euros. A l'Estat, el dèficit del conjunt de les administracions públiques s'ha situat en 25.091 milions d'euros, l'1,72% del PIB.

Creixement hoteler

El nombre de pernoctacions en establiments hotelers augmenta el 8,2% interanual a Catalunya al novembre, segons l'Enquesta d'ocupació hotelera. Les pernoctacions del turisme domèstic creixen l'1,0%, impulsades pels viatgers catalans (+4,9%), mentre que les realitzades pels viatgers procedents de la resta de l'Estat baixen el 3,1%. Les pernoctacions del turisme estranger creixen el 11,5% interanual.

ALEGRIA INTERIOR

Irene Boixeda / irene@alegriainterior.com

Despertar

Ens apropem al cap d'any. Bon moment per alliberar-se dels malestans interiors així com ho fan les fulles dels arbres a la tardor. I acabant de resoldre totes aquelles parcel·les de la nostra vida que ens fan patir per dins. Per entendre que ens endinsem cap a l'hivern per interioritzar més. Entrar en la pròpia foscor, capbussar-s'hi i saber entendre quines memòries passades ens atapeixen. Ser honestos i alliberar-les. Permetre que s'obrin les portes que ens aporten llum. Esperança, il·lusió, amor i tendresa, entre altres, per ajudar-nos a viure més bé sense tanta lluita. Entrant en un estat de fluïdesa. De comprensió i d'estabilitat que ens uneixi a la calma. Anar fent camí recurrent aquests estats de semiconsciència o de consciència segons ens anem despertant de les pors.

La vida segueix amb els nostres programaris i endinssar-nos en la descoberta de com som ens permet comprendre'ns i viure'ns millor. Despertar-se i millorar la

personalitat vers una plàcida transformació enriquidora on el benestar ens ajudi. Un viatge a través dels txakres, nuclis energètics que ens aporten vida. Fer-nos-en càrrec és important. Aprendre d'ells és aprendre la part subtil que hi ha tant dins com fora del nostre físic. Treballar-los com qui es treballa les emocions i la ment així com el físic. Tanmateix, igual com ens dutxem per netejar el nostre cos físic de les suors, pudors i tot el que generem, també convindria fer el mateix amb el sistema de txakres per brillar dins d'un entorn més feliç. Una aura neta és un benestar que ens pot ajudar a sentir menys pors i a sentir-nos més equilibrats, amb més harmonia. Per començar un any més lleugers. Amb pensaments i emocions plens de positivitat que ens ajudin a cocrear el nostre dia a dia des de la voluntat i el seny. I fer que l'amor sigui la nostra premissa dia a dia.

Gràcies.

Feliç fi i nous inicis 2023-24.



HORÒSCOP

Roser Bona

Del 29-12-2023 al 04-01-2024

ÀRIES (Del 21 de març al 20 d'abril)

Una experiència viscuda darrerament t'apropa a les teves creences i al teu costat més místic. Es pot presentar l'oportunitat de formar-te per poder avançar professionalment.

TAURE (Del 21 d'abril al 20 de maig)

Si la teva relació de parella s'havia refredat una mica, vius un augment de la passió. No et deixis envair per l'enveja, lluita pels teus objectius i et sentiràs millor.

BESSONS (Del 21 de maig al 21 de juny)

S'obre una via de diàleg amb algú amb qui teniu diferències. Temps per trobar col·laboradors o socis. Pots tenir notícies d'una empresa a la qual vas presentar currículum.

CRANC (Del 22 de juny al 21 de juliol)

Etapas més positiva a la feina. T'anirà bé canviar alguns hàbits que t'estan perjudicant. La pràctica de relaxació serà vital per desconectar dels problemes quotidians.

LLEÓ (Del 22 de juliol al 23 d'agost)

Inici d'una possible història d'amor. Anirà bé ser realista per no idealitzar en excés l'altra persona. La feina et pot portar a haver de viatjar o a un canvi d'ubicació.

VERGE (Del 24 d'agost al 23 de setembre)

Si tens una relació sentimental, podríeu iniciar convivència o fins i tot podria haver-hi proposta de matrimoni. Comparteixes temps d'oci amb els amics i això et fa feliç.

BALANÇA (Del 24 de setembre al 23 d'octubre)

Has recuperat el vincle amb algú i et sents millor. Compte amb les presses, podries patir un oblit. La teva imaginació es dispara. Aprofita per donar espai als teus talents.

ESCORPÍ (Del 24 d'octubre al 22 de novembre)

Fas un regal especial a una persona de més edat a qui aprecies molt. Si no tens parella, podries temptejar el terreny amb algú del teu passat per veure si està disponible.

SAGITARI (Del 23 de novembre al 21 de desembre)

Venus entra al teu signe i ofereix una dosi extra d'atractiu. Sorgeixin persones interessades en tu. Et convé ser més prudent al sector laboral, no tot-hom és el que sembla.

CAPRICORN (Del 22 de desembre al 20 de gener)

Et prens seriosament la salut i et cuides més. Una persona sent atracció per tu, però les circumstàncies no li permeten expressar-ho. És possible que tu ja sàpigues qui és.

AQUARI (Del 21 de gener al 19 de febrer)

Si has de fer una compra important o una inversió, escolta més la teva intuïció. Coneixes persones amb les quals connectes i fins i tot podria sorgir alguna nova amistat.

PEIXOS (Del 20 de febrer al 20 de març)

Podries ser víctima de manipulació o bé que intentin vendre't alguna cosa que no existeix. Venus a la Casa X obre una etapa més positiva pel que fa a l'àmbit professional.

CINEMA

LA CRÍTICA DE LA SETMANA

Joan Millaret i Valls

'A fuego lento'

De Tran Anh Hung



Amor als fogons

El realitzador francovietnamita Tran Anh Hung va obtenir el premi a la millor direcció en el passat 76è Festival Internacional de Cinema de Canes per *A fuego lento* gràcies a l'extrema elegància d'una posada en escena cerimoniosa per explicar una preciosa història d'amor d'època enmig dels fogons. El director d'exquisideses com *L'olor de la papaia verda* (1993) o *Tokyo Blues* (2010) ha rodat a França aquesta encisadora *A fuego lento* adaptant la novel·la de Marcel Rouff *La vie et la passion de Dodin-Bouffant, gourmet*. Una pel·lícula que, d'altra banda, ha estat seleccionada per representar el cinema francès als Oscar en la categoria de millor pel·lícula en llengua estrangera.

Tenim una història sentimental i molt emotiva ambientada en l'alta cuina francesa l'any 1885 entre la cuinera Eugénie (Juliette Binoche) i el famós gourmet Dodin (Benoît Magimel), els quals han estat treballant plegats durant els darrers 20 anys. És un film sobre la pràctica de la gastronomia, amb el procés de la cocció dels aliments i la preparació de plats exquisits per satisfer

paladars exigents. Amb una càmera flotant, sempre amb moviments suaus i constants, el cineasta filma una magnífica coreografia de persones i plats, una dansa de cossos i menjars de gran solemnitat i delicadesa estètica.

El romanticisme sobrevola com una atmosfera vaporosa per tots els racons de la casa, més enllà de l'admiració mútua que es professen i mentre Eugénie fa prevaldre per damunt de tot la seva llibertat personal, refusant sempre de casar-se amb Dodin. En aquest context, una fastuosa seqüència cobra cabdal importància, la vetllada en què Dodin decideix cuinar per a ella, i en què converteix la preparació dels plats en tota una declaració d'amor, seguida de la petició de matrimoni.

No cal dir que Juliette Binoche –*El pacient anglès* (1996), *Chocolat* (2001) o *Cosmópolis* (2012)– i Benoît Magimel –*La pianista* (2001, Michael Haneke), *Marguerite Duras, París 1944* (2016, Emmanuel Frankiel) o *Pacifiction* (2022)– resulten simplement commovedors en els seus respectius papers.

OFERTA CULTURAL

M. Erra / T. Terradas



Espectacle de Nadal a Parets a ritme de soul i funk

'Soulful Christmas'. Nación Funk All-Stars. Teatre Can Rajoler, Parets del Vallès. Dilluns 1 de gener, 19h.

El col·lectiu de música soul i funk Nación Funk All-Stars presenta un espectacle nadalenc en què, acompanyats de la veu i la presència de la cantant Kokp Jean-davis, proposen un acostament al Nadal ple de ritme i *groove*. El xou recupera cançons de grans figures del soul com Otis Redding, James Brown, Carla Thomas o Rufus Thomas.



El Cordhones, a Vic

Concert de Nadal de Cordhones d'Osona. Església de Sant Domènec, Vic. Divendres, 29 de desembre, 20.00h.

En el seu ja tradicional Concert de Nadal, el Cordhones d'Osona interpretarà aquest divendres a Vic un repertori d'obres de música medieval i renaixentista, però també del segle XX. Amb direcció de Pere Mateu Xibert, comptarà amb Núria Serrat al piano i Joan Crosas com a rapsode.

CINECLUB



AC GRANOLLERS
Divendres 29 - 19h (VO)
Dissabte 30 - 18h/20.30h (VO)
Any Nou, 1 gener - 19h (VO)
Cinema Edison

'La trena'

França, 2023.
Dir. Lætítia Colombani.
Drama.

A l'Índia, Smita és una intocable. Somia a donar-li una educació a la seva filla petita i farà tot el que estigui a les seves mans perquè això succeeixi, fins i tot deixar tot el que coneix per buscar un futur millor.

A Sicília, Giulia treballa en un taller de perruques del seu pare, l'últim d'aquesta mena a Palermo. Quan el seu pare pateix un greu accident, descobreix que el benestar de la seva família està en joc.

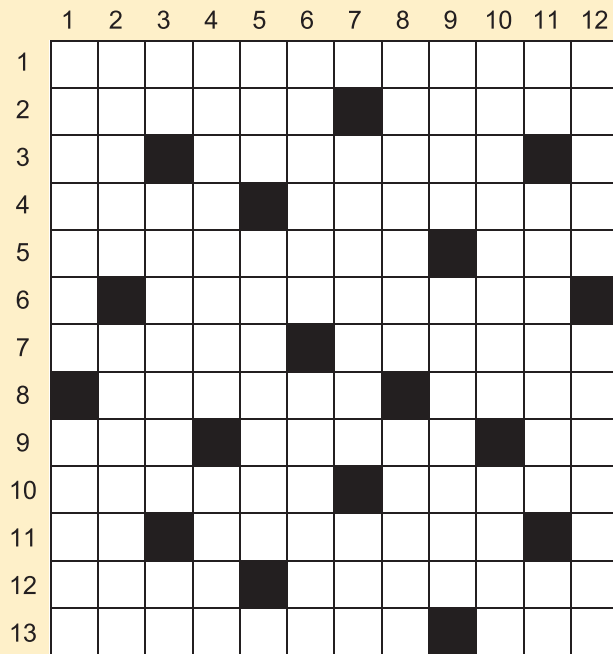
Al Canadà, Sarah és una mare amb tres fills divorciada dues vegades i una exitosa advocada que basa la seva personalitat en la seva feina. Just quan espera l'ascens pel qual ha estat treballant tota la seva carrera, s'assabenta que té càncer de mama. Tres dones diferents, tres realitats antagòniques per fugir en aquest mínim comú denominador que és l'infortuni i la capacitat de lluita per superar una sort desgraciada. *La trena* és un recordatori vibrant i singular de què ens connecta a tots a través de fronteres, idiomes i cultures.

PASSATEMPS

MOTS ENCREUATS _ Pau Vidal

HORIZONTALS: 1. En temps de Felip V tenien marits poderosos, avui s'han de guanyar les garrofes en diaris i editorials / 2. Li busco les pessigolles a la pistola. Dreta, erecta / 3. Centre històric d'Elda. Pela de fruita ben prima a la barbata del bàrbar xinès. Escàs ús de raó / 4. Seia de qualsevol manera a cal kàiser. Allargar anormalment les plantes d'Etiòpia quasi fins a volar / 5. Protocívic?: no, és que és refereix a la pròtesi. Allò que hi ha dins d'un sifon / 6. Cap de l'executiu. A l'hora de la veritat és el que perd / 7. Trigo tant que passa quasi tota l'estació. Envernissant a la manera argentina / 8. Com a pis és claríssim. Acreix la combustió final de la ludopatia / 9. A més de ric, caragirat. La part comestible del linòleum. Dos quarts de tres / 10. Aplega blat amb aquell salero. Consumit de peus als pètals / 11. Símbol del príncep de les galetes. Escabella, i no és pas cap baralla. L'ús de raó no ha millorat / 12. Metall molt apreciat pels budistes. Insensibilitat al dolor causat pel supositori / 13. És tintura de fenol per tontos?: no, és un puntal. Malson de pollastre.

VERTICALS: 1. Gripau a la platja de la llufa. Copa pel campió de missa / 2. Tramar la revolució del teixit. Acceptés l'herència de les males guiades / 3. Del ram al rom. No s'oferrà, no, que la passarà magra. Limiten la natalitat / 4. Aquesta ja la tenim, està molt vista. Subdivisió del gen del recolzament / 5. Enemics de Jugar amb Enemigues. En matèria de vins són com magribins. Cap de nosaltres / 6. Vaixell de vela patrocinat per Moria o Fantoneda.



Que ho sia déu, que fa anar les ales / 7. Pilar prim. Acotxi amb els peus al capçal. Un veí baixant i els cascos blaus pujant / 8. Sembla del país de les meravelles, menja tan delitosa. Del gos, és el que fa mal / 9. Omplo el quadre de llicenciats. Com que no duen la casa posada els és més fàcil enfilem-se / 10. En ella, la veritat és torna rectificació. Nus típic del Berguedà / 11. A tu. Roca ígnia amb ganes de lucrar-se. III / 12. Tot el que toca ho ensarrona. És a l'àcid tàrtric com a l'úric l'urat.

SUDOKUS

Ompliu la quadrícula de 9x9 caselles dividides en subquadrícules de 3x3 amb les xifres de l'1 al 9. No s'ha de repetir cap xifra en una mateixa fila, columna o subquadrícula.

Dificultat: fàcil

	3			9			6	5
4	7		3		6		2	
8		5		4				
			7				8	
							4	2
5	8					7	3	
		6	4	7	2		9	8
9				6				7
		3		8	5	6		

Dificultat: molt difícil

	7			9		5		3
5		1						9
	6							
				3		2	4	5
8			7					9
				6				
			4					
	2			5			8	6
		3	8		2			7

QUADRE NUMÈRIC

7	-	3	-		-5
+		-		-	
	+		+	4	13
+		+		-	
	-	2	-	5	-1
14		-3		0	

SOPA DE LLETRES

P	A	P	E	R	E	R	A	S	M
M	P	Q	C	A	M	N	Y	O	G
R	G	C	R	W	J	U	I	R	Z
B	A	L	A	N	C	I	O	R	Z
S	A	M	B	U	V	N	U	A	F
F	O	N	P	W	X	R	M	I	O
X	K	X	C	A	A	V	Y	U	N
R	A	M	D	H	J	D	P	C	T
A	K	O	S	E	L	L	O	M	A
X	R	N	A	G	O	B	O	T	W

Trobeu aquestes paraules a la sopa de lletres. Poden anar en qualsevol direcció. Les paraules poden compartir lletres a mesura que es creuen.

- Balanci
- Banc
- Font
- Gronxador
- Molles
- Paperera
- Rampa
- Sorral
- Tobogan
- Xarxes

SOLUCIONS

	0	-3		14
-1	5	-	2	9
		+		+
13	4	8	+	1
		-		+
-5	9	-	3	7



7	2	3	3	9	8	5	6	1	4
9	8	4	1	6	3	2	5	7	
1	5	6	4	7	2	3	9	8	
5	1	8	6	2	4	7	3	9	
6	9	7	5	3	8	1	4	2	
3	4	2	7	1	9	5	8	6	
8	6	5	2	4	1	9	7	3	
4	7	9	3	5	6	8	2	1	
2	3	1	8	9	7	4	6	5	

Dificultat: fàcil

6	9	3	8	1	2	4	5	7
4	2	7	3	5	9	1	8	6
1	8	5	4	7	6	9	3	2
9	5	4	2	6	1	3	7	8
8	3	2	7	4	5	6	9	1
7	1	6	9	3	8	2	4	5
3	6	9	5	2	7	8	1	4
5	4	1	6	8	3	7	2	9
2	7	8	1	9	4	5	6	3

Dificultat: molt difícil

1	C	O	R	R	E	G	I	D	O	R	E	S		
2	A	R	M	E	J	O	E	R	E	T	A			
3	L	O	D	P	E	L	L	A	R					
4	P	R	O	T	E	T	I	C	I	F	O			
5	E	I	A	S	E	F	I	N	A	L	I	S	T	A
6	E	I	A	S	E	F	I	N	A	L	I	S	T	A
7	T	A	R	D	O	L	A	C	A	N	T			
8	D	I	A	F	A	N	A	L	A	T	I	A		
9	C	I	R	A	F	O	L	E	U	M	A	T	I	R
10	A	G	A	R	B	A	L	L	I	B	A	T		
11	L	U	E	S	B	U	L	L	A	V	A	T		
12	Z	E	N	C	A	N	A	L	L	A	G	I	A	
13	E	S	T	O	N	O	T	O	L	A	S	T		