

## LLENGUA

Les pantalles poden ser útils per estimular la lectura? Pros i contres

## MÚSICA

El retrobament de les dues veus de Txarango al cap de vuit anys

# EL

# MAGAZÍN

Núm. 310

Divendres, 5 de gener de 2024

## ASSUMPTA MONTELLÀ

“Els personatges de ‘Via morta’ busquen una taula de salvació enmig d’un naufragi”



## ENTREVISTA

ASSUMPTA  
MONTELLÀ

**“Tenia uns personatges de novel·la negra, i pensava en un lloc prou potent per situar-los. Si parlem de frontera, era Portbou”**



**La historiadora Assumpta Montellà (Mataró, 1958) fa la seva primera incursió en la ficció. A ‘Via morta’ (Amsterdam, Ara Llibres) situa un grup de personatges que viuen un moment de desorientació vital en un escenari que ella coneix bé: la frontera. I concretament, Portbou. L’ombra d’una mort del passat, la del filòsof Walter Benjamin, i la cruïlla certa d’una mort del present planen sobre una novel·la que tot fa pensar que no serà la primera de l’autora.**

**Text: Jordi Vilarrodà  
Fotografia: Albert Llimós**

Vostè és l’autora de llibres que ens han descobert episodis de la nostra història vinculats a la frontera, com *La Maternitat d’Elna* o *El setè camió*. Tot això li va anar donant material per construir la seva pròpia història, ara de ficció?

No ben bé, tot i que he d’admetre que conèixer el territori de la frontera em va ajudar a situar-me en un context de la novel·la. Però va ser bàsicament durant la pandèmia, quan tots ens vam quedar aturats i va arribar un moment que ja estàvem cansats de fer pastissos, que vaig pensar que podia fer-ho.

**N’era ja lectora, de novel·la negra?**

Soc una gran lectora de novel·la negra, un gènere que m’agrada molt perquè va molt bé per netejar la ment. Quan vols posar el comptador a zero, no hi ha com una bona novel·la negra. Els meus referents són els autors nòrdics, Jo Nesbø sobretot, o Henning Mankell. I dic: per què no? Em vaig posar a escriure, amb tot el temps al davant i sense pressa. Vaig col·locar una sèrie de personatges típics damunt la taula i pensava el context, un lloc geogràficament prou potent per ubicar-los. Si parlem de frontera, aquest lloc és Portbou.

**La gran estació a dalt, el poble a baix. La frontera que es travessa sobretot amb el tren. El mar... és tot plegat un escenari ideal.**

I darrerament ha estat d’actualitat per fets reals i molt negres que hi van passar, com el cas de la noia que l’any 1990 van trobar penjada d’un arbre i de la qual ara s’ha conegut la identitat. Té aquesta mena d’etiqueta posada, de lloc misteriós i un

punt *underground*. Però a mi m’agrada molt per dos motius dels que acaba de dir. Un d’ells és l’estació del tren, espectacularment maca.

**D’aquelles amb aire d’abans, amb una marquesina de mitja volta transparent, on entra la llum... Cada vegada en queden menys d’aquestes.**

Sí, i veus clar que des del principi era una estació cosmopolita, ampul·losa... i al final, el poble és molt petit. És com si entressis en un món diferent a partir de l’estació. I és clar, havia de tenir un paper important en la novel·la, com el va acabar tenint. I el segon element és el mar. Quan vas a Portbou de seguida saps que el contraban ve per mar, és la gran frase feta que tothom fa servir. I perquè hi ha una figura importantíssima, que com a historiadora volia tenir sempre a prop per si de cas, que és la de Walter Benjamin.

**El filòsof alemany que volia fugir del nazisme i va acabar perdut en la frontera, atrapat. Allà va morir l’any 1940.**

I del qual encara no se sap ben bé com va morir ni de què. Ni on està enterrat. És al cementiri, però sense una tomba concreta. Hi ha molts misteris sobre la mort de Benjamin: Va ser de manera accidental o natural? Es va suïcidar o el van matar? I on va anar a parar la seva maleta? Tot aquest univers em va inspirar per situar la novel·la.

**La protagonista, la Carol Cabot, és una professora d’història que va a Portbou amb l’excusa de fer una recerca sobre Benjamin. En realitat, s’està buscant ella mateixa.**

Fa una fugida endavant, la Carol Cabot, en tots els sentits de la terminologia. És un final de trajecte. De la vida de Walter Benjamin. O d’una dona



WIKIMEDIA COMMONS (BLUE BREEZE / NOSTRIX / J-FRANGANELLO)

**Escenaris de pel·lícula per a una novel·la. D'esquerra a dreta i de dalt a baix, una vista general de Portbou amb l'estació sobre el poble, l'estació des de sota la marquesina que cobreix les vies, l'hotel Belvédère enmig d'aquestes i el monument a Walter Benjamin.**

**“Portbou, en tots els sentits, és un final de trajecte. Ho va ser de la vida de Walter Benjamin. I ho és ara d’una dona que fuig d’una crisi personal”**

que ara fuig d’una crisi personal. La protagonista, i narradora de la història, és una dona que viu a Perpinyà i que n’ha de marxar per posar distància en una relació personal que fa aigües. Com a historiadora que és s’agafa a la figura de Benjamin per tenir alguna cosa per fer. Aquesta és l’arrencada de la novel·la. Ella ve del món acadèmic i de la docència, on tot està ordenat i establert. I de cop i volta entra en un túnel que és Portbou amb tot de gent que hi va transitant: traficants, prostitutes, passavolants en general... Ningú no sap gaire bé què fa l’altre. I d’aquí la dita: Portbou sempre ha estat un poble de silenci. Com diuen els contrabandistes, quan hi ha dues persones que saben una cosa, ja n’hi ha una que sap massa. Aquesta és la carta de presentació del poble.

**Quan arriba a Portbou, ho veiem tot a través dels seus ulls. És una observadora: veu a l’estació els guàrdies civils, el del bar, la prostituta...**

Jo, com a historiadora, he fet servir sempre aquest mètode, de seure en un lloc i mirar. Abans de parlar

amb les persones vull conèixer el territori que trepitjo, és una mica de deformació professional. Tu seus en qualsevol estació de tren i veus un trànsit de vides. Només mirant, les pots imaginar... és curiós, però a Portbou encara ho és més.

**Els historiadors, doncs, no mireu només els documents, sinó la vida?**

Jo, molt. En visc, de les històries personals. He de conèixer els contextos per poder ubicar el que m’expliquen, però el que m’atreu és la vida que m’explica la gent quan l’entrevisto. A vegades, la realitat supera la ficció.

**La Carol es trobarà amb altres personatges: un amic seu, també professor, i una noia un xic misteriosa que es presenta com a fotògrafa d’espais abandonats. Tots viuen un cert moment de naufragi personal...**

És cert que aquestes persones que es troben a Portbou totes busquen una taula de salvació enmig d’un naufragi individual. I tots van a la mateixa taula, que evidentment s’acaba enfonsant en un xuclador. La metàfora seria potser aquesta.

**Se’n trobaran un altre, de naufrag. Una dona que viu en un hotel abandonat que sembla un escenari inventat i és real. La gent que vagi a Portbou pot visitar el curiós edifici del Belvédère du Rayon Vert.**

A Portbou ja m’han dit que hi ha anat gent buscant la via morta, que és una via de l’estació de quan els trens havien de fer al canvi d’amplada espanyola a francesa. Existeix. Com també el Belvédère. Passada la frontera, hi ha l’edifici, que és molt visible.

**No té el to habitual d’una novel·la negra, sobretot al començament. Sembla que en una novel·la negra hagin de passar moltes coses, amb molta intensitat, des del mateix inici. I vostè vol intro-**

**duir el lector més a poc a poc...**

Volia fer una cosa diferent. Per això a vegades dic que és una novel·la més grisa que negra, perquè sí que vull presentar els personatges de mica en mica. Això fa que el ritme del començament no sigui trepidant, però penso que té prou al·licient perquè et vagis quedant amb ells. Els presento tots, i el lector es pot fer una idea del quadre, de com s’anirà desenvolupant a partir d’aquí. Com si fos una obra de teatre, van sortint tots, i el conjunt acaba essent coral. Una altra cosa que havia llegit, i que trobo que és certa, és que a la novel·la negra ningú no fa el dol quan hi ha una mort. A *Via morta* n’hi ha una, de molt sentida, i allà hi ha lectors que m’han dit que havien plorat...

**...perquè els ha deixat temps per respirar!**

Potser això marca una diferència respecte a les novel·les que son només de sang i fetge.

**Aquestes són algunes coses que podem explicar de *Via morta*, un d’aquells relats en què no es pot aprofundir més sense desvelar massa de la trama. N’hi haurà d’altres, o tornarà pels camins de la història estricta?**

M’he sentit molt còmoda fent ficció. És un tòpic, potser, i jo ho sentia a dir d’altres escriptors, però ara veig que és ben cert que els personatges t’acompanyen. Et fan sentir molt creativa i, en certa manera, els trobes a faltar quan acabes. Té un punt d’addicció, que els voldries tornar a trobar. Potser continuarà, tots els que surten en aquest univers de *Via morta* potser no sortiran més, excepte la que és narradora d’històries, la Carol. Se’n va a un altre lloc, perquè allò de Portou ha estat molt gros, en veurà d’altres, d’històries, i ens les explicarà també. Estic a les beceroles, encara, per veure si val la pena d’estirar el fil.

## OPINIÓ



Josep Burgaya

DES DE FORA

## L'habitatge. Un gran tema pendent

Es parla molt del dret a l'habitatge, però el cert és que no n'hi ha suficient i encara menys a preu assequible. No només no s'articulen polítiques públiques adequades, sinó que sovint es fan actuacions contraproduents. L'aposta desafortada pel turisme n'és la principal. El dret a l'habitatge està posat en qüestió pel fenomen de la gentrificació i la proliferació d'apartaments turístics. L'explosió del turisme com a fenomen massiu amb les possibilitats que donen les plataformes d'internet ha generat, a banda de la multiplicació dels viatges, el sorgiment del negoci d'arrendar habitatges per allotjar turistes o estades curtes, que està sent molt lucratiu. Airbnb és la plataforma de referència i qui més ha fet per transformar les ciutats amb atractiu turístic, i no precisament per millorar-les. El turisme, per a ciutats com Barcelona o poblacions costaneres, actua com una autèntica plaga, perquè les transforma de manera que les fa inhabitable per als seus ciutadans, convertint el que eren llocs tranquils per viure en parcs temàtics destinats únicament a esprèmer els viatgers, com més millor. Certament que el turisme com a sector complementari a altres activitats pot resultar prou positiu, però deixa de ser-ho quan de manera industrialitzada converteix les poblacions o els barris en espais només pensats per als viatgers, fent aquesta indústria una apropiació del comú i de l'espai públic. Cal no oblidar que, abans que res, les nostres ciutats i carrers són per viure-hi de manera decent els seus ciutadans.

En realitat, la conversió d'habitatges en apartaments turístics el que fa és encarir els preus del lloguer fins a expulsar una població que no pot fer-hi front. És el dia

nostre de cada dia a Barcelona, però també a altres poblacions. Expulsió de persones cap a les perifèries que, d'una manera o altra, són rebutjades dels seus barris tradicionals. La gran majoria dels joves, per bon salari que tinguin, és impossible que puguin llogar, sols o en parella, un pis a l'exemple de Barcelona. Si tinc la sort de ser propietari d'un o tinc habitacions disponibles, cauré a la temptació, segur, d'especular amb aquest tema. Això va néixer així, amb la falsa idea col·laborativa d'intercanvi d'habitatges entre particulars. En realitat, és un gran

### *L'aposta desafortada pel turisme és un dels grans problemes*

negoci majoritàriament professionalitzat en què s'enriqueixen grans tenidors, molts dels quals són fons de pensions internacionals. S'han fet seva la ciutat i l'han expropiat als qui hi ha viscut tota la vida i li han proporcionat el valor i la marca assolida. Per intentar contenir el turisme, es prenen mesures contraproduents. Si es decreta, com va fer Ada Colau, una moratòria hotelera, que atrau turistes però no afecta el mercat de l'habitatge, l'oferta de places augmenta per la via dels apartaments que sí que incideixen negativament al mercat.

Hi ha un projecte de ciutat neoliberal que es desenvolupa a partir dels anys vuitanta i que s'intensifica als noranta. Es tracta de desenvolupar un concepte que ha tingut amb els anys una gran sofisticació i que és el de ciutat-mercaderia. El mercat immobiliari global té avui dia

un valor aproximat d'uns 230 bilions de dòlars i representa dos terços de la riquesa mundial. L'habitatge, que és el 75% de l'immobiliari, s'ha transformat, molt més enllà de l'ús i la funció, en el gran dipositiari de la riquesa del món. Amb la desindustrialització del món occidental com a resultat d'una nova distribució mundial de la producció s'ha produït un desplaçament de capitals molt important cap a l'habitatge. Encara que pugui semblar paradoxal, la crisi del 2008 ha accentuat aquesta tendència. Curiós, si ens atenim al fet que aquesta crisi ho va ser de les finances i l'habitatge de manera combinada. Ho va ser d'un model d'endeutament hipotecari per adquirir-les que en va generar una dinàmica inflacionària alhora que la superació dels riscos crediticis recomanables. Un efecte bombolla en tota regla. La inflació actual ve determinada pel posicionament dels grans inversors en un sector amb una forta demanda, estimulada pel fenomen de la mobilitat temporal i turística. La gentrificació hi juga un gran paper, funciona com a motor de l'augment dels nivells de renda que genera i que són de molt interès per a les grans fortunes i fons de capital. S'ha produït un moviment estructural, tectònic, des del sector industrial i d'especulació en productes financers complexos, que són molt volàtils, cap al sector del totxo. Curiosament, potenciat per l'efecte revaloritzador que exerceix el turisme i la voluntat de les classes mitjanes creatives a tornar a un entorn plenament urbà. Les finances continuen redissenyant les ciutats, però ja no ho fan tant amb la concessió d'hipoteques a particulars, sinó a través dels grans fons d'inversió.



Carles Duarte

## Quasi muts

Parlar, escriure, llegir ens humanitza i ens singularitza. Ens recolzem en les paraules per construir pensaments complexos, per crear i expressar bellesa, per compartir el coneixement. De la importància dels mots, ens parla la Bíblia des de l'origen, quan trobem al Gènesi: "Déu digué: "Que hi hagi llum". I hi hagué llum. Déu veié que la llum era bona, i separà la llum de les tenebres. Déu anomenà la llum dia, i les tenebres, nit". I, ja al Nou Testament, l'Evangeli segons Sant Joan s'inicia així: "Al començament existia la Paraula i la Paraula estava amb Déu, i la Paraula era Déu". Aquests fragments reflecteixen la consciència del poder transformador del llenguatge. Amb paraules els parlaments estableixen lleis o els jutges, sentències. I ara que constatem amb fascinació i inquietud el desenvolupament de la intel·ligència artificial generativa, ens adonem que el

factor clau per assimilar les capacitats de les tecnologies a les de la nostra ment és precisament que les màquines articulin un llenguatge basat en el nostre i construeixin textos complexos.

La poesia tensa la paraula perquè, més enllà de la informació que conté, esdevingui una flama que il·lumini l'experiència humana. Per això sovint els grans poetes fan de la paraula l'eix de la pròpia obra. És el cas de Josep M. Sala-Valldaura, poeta i professor de literatura, que acaba de publicar l'assaig *La serp i la poma: al voltant del llenguatge poètic* i el poemari *Quasi muts*, amb un títol que ens confronta amb les limitacions del llenguatge. Hi anota: "Cap mot iguala els colors del pigot verd". Josep M. Sala-Valldaura, que és un home savi, estima la paraula ("Els poemes són ales o pous") i escriu sense èmfasi, amb la humilitat del qui comprèn que, tot i l'impuls que sentim d'endrecar el món, la natura ens precedeix, ens incorpora i ens sobreviu. Ens ho transmet commogut a poemes com "Partitura ignorada" o "La

merla". Ho percebem també a "Matèria fosca": "Invisible,/ el plasma de la matèria fosca/ distorsiona i doblega la llum". Sí, encara que visquem capbussats en les nostres preocupacions quotidianes i els nostres anhels, som efímers i minúsculs davant de la immensitat d'un univers que amb prou feines si arribem a intuir i a descriure. La llengua amb què ens comuniquem, el català, ve de l'evolució d'una altra llengua, el llatí, i s'ha nodrit d'aportacions d'altres llengües. A més, el català no és una realitat fixa, estable.

I acabem abandonant les paraules que corresponen a realitats que han desaparegut. Sala-Valldaura escriu: "Les paraules caigudes s'enfanguen al toll del silenci" o "En els estimbals del temps moren tot de paraules." I és que els escriptors tracten amb cura les paraules, les defensen, les reivindiquen, els assignen nous significats... Com ens recorda Josep Maria Sala-Valldaura, "Les paraules amaguen/ un sotabosc humit", "Diuen enllà del dir" i "amb "els fils trencadissos de les paraules" desentenebrem el món.

## LLIBRES

### NOTES DE LECTURA

Anna Ruiz Mestres

## “L’Error rau sempre en allò que no fem...”

E. Pound

Vaig un xic tard per homenatjar el D. S. Abrams pel seu aniversari, però no per parlar de la ingent tasca que ha fet per la literatura en general i per la catalana en particular. El llibre compta amb imprescindibles pròlegs d’Isabel Graña, Vicent Alonso, Francesc Parcerisas i Antoni Vidal Ferrando, un luxe de prologuistes que no pot tenir tothom.

El D. Abrams, nord-americà, arriba a Catalunya el 1970 per estudiar Filologia Hispànica a la UB. Debuta amb 21 anys com a editor de l’obra completa de Santiago Rusiñol, i a 32 fa una antologia català-anglès de poetes catalans. Heus aquí la tasca de divulgador de la nostra literatura arreu.

Ha creat com a crític i analista literari un corpus inigualable. Aquest país ha viscut d’esquena a la crítica com a disciplina necessària i ell l’ha reivindicada sempre, i l’ha exercit amb un extraordinari rigor. Era de justícia fer-la assequible a les generacions actuals i futures.

La seva tasca com a professor és immillorable, i sé de què parlo. Sempre que fa classe educa i, sortosament, opina. Cada opinió, una bella perla. Les seves sentències són aclaparadorament formadores. Una frase seva val una classe sencera. Hi respiren l’amor a la vida, a la bellesa i a l’art, en el sentit més profund.

El devessall d’autors que ressenya passa

per la literatura catalana, anglesa, nord-americana, europea... (Piera, Blixen, Madelstam, Larkin, Sampere, Bartra, Eliot, Thomas, Graves...). M’ha cridat l’atenció la reivindicació del memorialisme en la nostra literatura, Gaziell, Pla, Bladé, molt silenciats en els nostres dies, i també la de la literatura de l’holocaust, en persones com Amat-Piniella. I no em puc estar de dir-vos que fascina la recuperació de la poesia d’autors com Joan Sales, o el vessant de gran escriptor de Tàpies. I ens fa notar que la literatura catalana és massa eurocentrista. Val a dir que ell en aquest sentit ha fet molta feina, però l’escull hi és encara. En els homenatges als autors reclama menys parafernàlia i més revisió des d’una mirada crítica i actual. Quina sort, tenir-lo vetllant pel nostre patrimoni literari!

No defalleix en relacionar l’estètica de l’alta modernitat d’autors com Espriu, Vinyoli, Bartra al costat d’Eliot, Joyce, Musil, Montale. Reivindica dones oblidades i sovint mal valorades: Murià, Laveroni, però també Carson, Plath... Fa parada en els grans poetes del XX i trenca tabús, d’en Gabriel Ferrater, per exemple. Quina anàlisi de la seva obra en poques línies! I l’elogi als grans traductors: *Traduir és posseir* deia Vergés.

En fi, en paraules del seu admirat Bartra, *Sóc encar qui vol néixer...* Per nosaltres quin privilegi poder continuar gaudint de l’energia i el mestratge del D. Abrams.

### D. SAM ABRAMS, EL COMPROMÍS AMB LA LITERATURA

Autor: D. Sam Abrams.

Editorial: Edicions Lleonard Muntaner

Lloc i any d’edició: Barcelona 2022

Nombre de pàgines: 158



## NOVETATS EDITORIALS



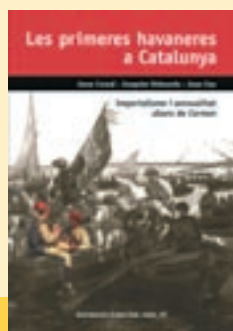
**‘Papers sobre literatura’**  
Gabriel Ferrater  
Ed. 62

Un últim regal de l’Any Ferrater (que el 2022 va commemorar el centenari del naixement del poeta i els 50 anys de la seva mort) és aquest volum a cura de Jordi Cornudella. Hi recull moltes pàgines disperses en què Ferrater hi parla de literatura. Com diu l’editor, ell no va ser crític ni historiador de la literatura, però pocs trobaríem que haguessin influït tant com ell a fixar-ne el cànon.



**‘Petits mons’**  
Caleb Azumah Nelson  
Les Hores

L’autor, d’origen angloghanès, trasllada la seva pròpia experiència personal de viure entre dues cultures al protagonista d’aquest relat. És l’Stephen, fill de pares migrants, que decideix seguir la seva vocació musical i sortir del camí que li havien traçat. Escoltant els discos del seu pare, veu que realment no el coneixia. I no sabia el que havia comportat per a ell el fet de migrar.



**‘Les primeres havaneres’**  
A. Costal / J. Rabaseda / J. Gay  
Rafael Dalmau Ed.

Solem vincular l’origen de les havaneres amb la Guerra de Cuba, però la veritat és que a Catalunya ja es coneixien d’abans, sota aquest nom o sota el d’*americanes*. Ho diuen els autors d’aquest llibre, que explora l’origen del gènere, que arriba d’Espanya, vinculat a l’exaltació colonial. L’òpera *Carmen* de Bizet s’estrena a Barcelona amb gran èxit l’any 1881, i ja inclou una havanera.



**‘Quadrupèdia’**  
Martí Berlanga  
LaBreu Ed.

El Premi Francesc Garriga, instituït en memòria d’aquest poeta, ens dona a conèixer cada any noves veus inèdites. La darrera, la de Martí Berlanga, de 21 anys, que ens sorprèn amb aquest poemari que podríem definir com dels llindars. Tal com explica ell mateix, “pel llindar d’allò prohibit i allò permès, el llindar entre jo i tu, el llindar entre el cos i l’exterior, el propi i l’extern”.



**‘L’era de la incertesa’**  
Josep M. Català  
Ed. Fragment

Un bon llibre per llegir a principis d’any. Per situar-nos. Per saber on som en aquesta era postpandèmica. Josep M. Català, catedràtic emèrit de Comunicació Audiovisual, ens situa. Ho concreta en tres aspectes: “La fallida de l’humanisme, les noves formes del sexe i el gènere i les transformacions de la idea de veritat.” Tres canvis que venen a donar un tomb al món actual.

## LLENGUA

## EL 9 DE GLOSSA

3



Àngel Raluy

## La lectura digital esperona els infants i adolescents a llegir?

En l'era digital, l'hàbit de llegir ha experimentat canvis substancials, especialment entre els més joves. L'ús generalitzat de dispositius i de llibres electrònics ha obert un debat sobre els avantatges i inconvenients de la lectura digital per a infants i adolescents. Aquest article explora les diverses dimensions d'aquesta qüestió, destacant els elements positius i els desafiaments associats a la introducció de la tecnologia en l'àmbit de la lectura.



FREEPIK

Els pares i mares d'avui en dia tenim un conflicte amb la lectura digital: d'una banda, entenem que la digitalització no es pot aturar, però, de l'altra, ens sentim insegurs sobre els seus perills per a les nostres filles i fills: hem d'abandonar el llibre en format paper? És la lectura en pantalla prou eficaç per millorar la capacitat de comprensió?

Pel psicòleg americà Jim Taylor, autor del llibre *Raising Generation Tech*, la resposta és adoptar un enfocament eclèctic que no culpabilitzi el format sinó que posi èmfasi en el text. No podem prohibir que els infants s'acostin a la tecnologia perquè

ofereix una accessibilitat única a una àmplia gamma de llibres que indubtablement enriqueixen l'experiència lectora de joves i infants. A més, la lectura digital permet personalitzar l'acte de llegir amb funcions d'ajuda inclusives com ara la mida de la lletra, els marcadors virtuals o fins i tot les explicacions sobre el significat dels mots. Un altre factor a tenir en compte és la interactivitat. En un món dominat per la *gamificació*, els llibres digitals inclouen nombrosos elements interactius que fan de la lectura una experiència més dinàmica i atractiva. Ara bé, la lectura digital no és totalment innòcua.

Des del sentit comú de qui no som nadius digitals, sovint ens lamentem que l'exposició excessiva a les pantalles causa problemes físics i sobretot genera addiccions entre el jovent. També malparlem dels seus efectes negatius sobre la capacitat d'aprendre... però és així? La recerca educativa apunta que el nivell de comprensió lectora de l'alumnat és més baix en format digital per un excés d'estímuls que tendeix a afavorir la distracció i certs estudis afirmen que les escoles on s'aposta primordialment per la lectura digital obtenen pitjors resultats acadèmics.

La pregunta seria... què es pot fer per proporcionar una exposició equilibrada a la lectura? La recerca suggereix una sèrie de pautes: fer llegir tant electrònicament com en paper, fer conscient l'alumnat que la lectura electrònica pot esdevenir una arma de doble tall si no s'utilitza adequadament i seleccionar el format més adient per a l'objectiu lector. En últim terme, el consell final seria promoure diverses experiències lectores que garanteixin un creixement lector en l'aprenentatge.

Una col·laboració de:

Glosa-Grup de recerca en lingüística aplicada, didàctica i literatura (UVic-UCC)

## EL 9 ETS I UTS

310



### Tornen els Reis!



Com cada any en aquesta època, tornen aquells tres personatges savis i màgics, amb una certa aurèola de misteri, que venen de terres llunyanes i ignotes amb alguns regals per als més menuts de la casa i també, per què no?, per als altres. Són els arxiconeguts **Reis d'Orient** (o també **Reis Mags**, tot i que no ho diem tant): **Melcior**, **Gaspar** i **Baltasar** (no pronuncieu la erra final, si us plau). Han travessat deserts amb els **camells** o amb els **dromedaris**, i finalment arribaran per mar, terra i aire al nostre país. I ara els espera una bona feineda repartint regals a tort i a dret. Pobrets!

Abans de la seva arribada, però, els petits portaran una carta als **patges reials** demanant tota mena de desitjos i de regals. El dia de la

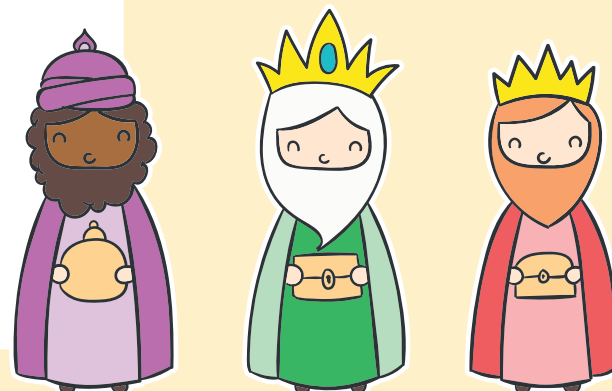
**cavalcada** (no pas \*cabalgata), els Reis i els patges donaran caramels a la **canalla** o a la **mainada**, i ens llançaran **confeti**. I amb les seves mostres d'afecte, per què no dir-ho?, ens alegraran una mica la vida. Els anirem a **rebre** a tots els nostres pobles i les nostres ciutats amb aquella joia intemporal, com si fos la primera vegada. Van en **carrosses** tirades per cavalls, camions, furgonetes, cotxes i tractors, i segur que encara ens en deixem. No us els perdeu!

Des del Centre de Normalització Lingüística d'Osona, només ens resta desitjar a tothom un profitós i generós dia de Reis. I pau al món, sobretot!

Us animem a seguir aquesta secció i us convidem a fer-nos arribar consultes i comentaris a través de [vic.ass@cpnl.cat](mailto:vic.ass@cpnl.cat)

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

[www.cpnl.cat/xarxa/cnlosona/](http://www.cpnl.cat/xarxa/cnlosona/)



## MÚSICA

### EL CLÀSSIC

Jaume Espuny

#### FOO FIGHTERS 'There Is Nothing Left to Lose' RCA, 1999

L'abril de 1994, Kurt Cobain, el líder de Nirvana, el grup que en aquells moments tallava el bacallà en el món del rock, es va suïcidar als 27 anys. Al cap de pocs mesos, el bateria del grup, Dave Grohl, formava Foo Fighters i l'èxit va continuar fins ara mateix. Ha estat un grup amb canvis constants en la seva formació, això sí, Grohl sempre hi és, ara com a cantant i tocant la guitarra. Aquest *There Is Nothing Left to Lose* és el tercer disc del grup i possiblement el millor. Foo Fighters sona com... Nirvana. O gairebé. En aquest aspecte, pocs canvis. De fet, aquest disc del 1999 és el primer del grup que sona com una banda i no com una colla d'amics que acompanyen l'exbateria de Nirvana i el primer que és de rock fort, dur, fins i tot els temes més calmats. És grunge però sempre sense menysprear la melodia, les



cançons de seguida es poden taral·lajear. D'entre els 11 temes del disc en destaquen tres de poderosos: "Learn to Fly", "Generator" i "Next Year". També està molt bé la balada "Ain't It the Life", una cosa rara en el grup. El disc es va gravar al soterrani de la casa de Grohl, i està produït per Adam Kasper, que ja havia treballat amb les bandes més famosos de grunge, des Soundgarden fins a Pearl Jam. Per sorpresa de la majoria, l'àlbum va guanyar el Grammy d'aquell any al millor disc de rock. Després en guanyarien una desena més.



### EL TEST Aleix Vila (Es'Cardats)

**Primer instrument que vas aprendre a tocar?** El piano i la trompeta. **Primer grup del qual vas formar part?** Un combo de cinc integrants a Caldes de Montbui, on jo tocava la trompeta. **Primer disc que et vas comprar?** *Bad*, de Michael Jackson. **Quants discos tens aproximadament?** Pocs, ja que avui dia quasi tota la música està disponible a Spotify. En dec tenir uns 10 com a molt. **Salva'n tres (de discos).** *Fills de les estrelles*, d'Obeses; *Made in the A.M.*, de One Direction, i *Som riu*, de Txarango. **Grups de música de capçalera:** Lax'n'Busto, Els Catarres, Txarango, Obeses, Estopa, Sopa de Cabra, Els Pets, Germà Negre, etc. **Un concert (com a públic) per recordar.** Qualsevol d'Obeses, un veritable espectacle.

### NOTES

#### Els dos cantants de Txarango es retroben vuit anys després

Alguer Miquel i Marcel Lázara, les dues veus de Txarango fins que l'any 2015 Lázara va decidir deixar la formació, s'han retrobat per cantar junts en un estudi al cap de vuit anys. Txarango va ser un grup cabdal a la història de la música nacional i van ser els grans abanderats del mestissatge festiu que va dominar l'escena catalana la segona dècada del segle XXI. Lázara i Miquel compartien protagonisme des dels inicis del grup i les seves veus es mesclaven als discos *Benvinguts al llarg viatge* (2012) i *Som riu* (2014). El 2015, però,

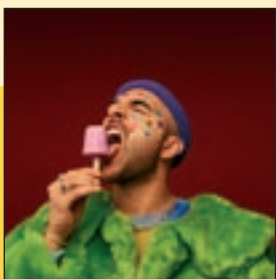


Lázara va decidir fer camí lluny de la banda i no ha estat fins fa unes setmanes que els dos músics s'han retrobat per cantar junts de nou. Ho han fet a *Joc de mans*,

un *single* que es va publicar a finals d'any i que formarà part del nou disc de Marcel i Júlia que es publicarà aquest 2024. Segons expliquen els dos ex-Txarango, la complicitat i la màgia "ha tornat a sorgir" recuperant la sonoritat dels primers dos treballs del seu antic grup i afegint-hi, això sí, la veu de Júlia Arrey. La nova cançó és una fusió d'electrolatin i pop i, pel que fa a la lletra, fa servir les mans com a metàfora per fer una reflexió alegre sobre l'encaix d'una societat desconnectada dels temps de la vida. A l'hora de cantar, Lázara no ha tingut problemes. Des del 2018 que torna a estar actiu amb Marcel i Júlia, un projecte sense l'ambició ni la grandiloqüència de Txarango però que de mica en mica s'ha anat guanyant un espai a l'escena nacional. Miquel, en canvi, estava més rovellat. Des que Txarango van plegar velles que pràcticament no s'havia tornat a posar davant d'un micro. A *Joc de mans*, però, se'n surt airós. Aquesta col·laboració pot acabar sent la llavor de la qual germini un possible retorn de Txarango? Temps al temps.

## NOVETATS DISCOGRÀFIQUES

Jordi Sunyer



#### NIL MOLINER 'Lugar paraíso'

Tercer àlbum en solitari de Nil Moliner, un músic que encomana ganes de festa i bon rotllo però que en aquest nou treball s'humanitza i també mostra alguna debilitat i algun aspecte fosc. Estilísticament s'obre de mires més que mai però continua fidel als pilars del mestissatge festiu que el caracteritza. Al disc hi ha dues sorpreses: la participació d'Andreu Buenafuente a la *intro* i la de Lluís Gavaldà cantant a *Quan no siguis a prop*, l'única peça en català del disc. I sí, Moliner confessa que de petit era fan d'Els Pets. Això sol ja el salva.



#### JAUME ARNELLA '40 i 40 besa el cul de la geganta'

El romancer de Santa Eulàlia de Ronçana Jaume Arnella va fer 80 anys el passat mes de maig i ho va celebrar demostrant que està en plena forma autoeditant-se *40 i 40 besa el cul de la geganta*. L'àlbum inclou des de romanços antics fins a històries de maquis, clams per la independència, cròniques escatològiques de l'actualitat o adaptacions poètiques d'altíssima volada. També hi ha un record per a Joan Soler Amigó, mort fa poc i autor de la lletra de la mítica *Rondes del vi*. Arnella fa temps que s'ha guanyat l'eternitat, però continua al peu del canó. Imprescindible.



#### FLY SHIT i BROT BORD 'Fly Shit eta Brot Bord'

Brot Bord és una banda del Vallès formada per un lampista, un mestre i un jardiner que aposten pel rock alternatiu i el punk. I Fly Shit és un grup de hardcore de Bergara amb tres dècades d'història. I la relació entre els dos grups ve de quan el Pere (guitarra i cantant de Brot Bord) era membre de Ràbia Positiva i havien compartit escenari amb els bascos. Fa un parell d'anys se'ls va acudir de fer alguna cosa plegats i finalment han parit un LP compartit, el que en l'escena hardcore es denomina un *split*. I el resultat mola. Per fer fora les teranyines del Nadal.

## GASTRONOMIA

Eva Remolina / AMIC

### Bacallà amb samfaina

Aquesta és una de les preparacions més clàssiques d'aquest peix. Els ingredients principals són el tomàquet, la ceba, el carbassó, el pebrot i l'albergínia.

#### INGREDIENTS:

- 400 grams de bacallà dessalat
- 1 ceba gran, tallada a daus
- 2 pebrots vermells, tallats a tires
- 2 carbassons mitjans, tallats a rodanxes
- 4 tomàquets madurs, pelats i tallats a trossos
- 2 albergínies mitjanes, tallades a daus
- 3 grans d'all, picats
- Oli d'oliva
- Sal i pebre al gust
- 1 fulla de llorer
- 1 branca de farigola



#### PREPARACIÓ DEL BACALLÀ:

És important dessalar correctament el bacallà. Poseu-lo en una cassola amb aigua bullint i deixeu-l'hi durant uns cinc minuts. Traieu el bacallà de la cassola i deixeu-lo refredar una mica. Un cop refredat, desfeu el bacallà en trossos mitjans, eliminant les espines i la pell.

#### PREPARACIÓ DE LA SAMFAINA:

En una paella gran, escalfeu dues cullerades d'oli d'oliva a foc mitjà. Afegiu-hi la ceba i els alls picats, i sofregiu-ho fins que estiguin daurats. Afegiu-hi els pebrots vermells, els carbassons i les albergínies. Saltegeu les verdures fins que estiguin ben ten-

dres. Incorporeu-hi els tomàquets tallats, la fulla de llorer i la branca de farigola. Deixeu-ho coure a foc baix durant uns 15-20 minuts, remenant de tant en tant. Per acabar, ajusteu-ho de sal i pebre segons el vostre gust.

#### COMBINACIÓ DE BACALLÀ I SAMFAINA:

Afegiu el bacallà desfet a la samfaina i remeneu-ho amb compte perquè els ingredients es barregin bé. Deixeu coure la barreja durant uns 10 minuts més a foc baix perquè els sabors es fusionin. Retireu la fulla de llorer i la branca de farigola abans de servir. Es pot emplatar acompanyat amb una mica d'oli d'oliva per sobre i amb un ramet de farigola com a decoració opcional.

## SALUT

Eva Remolina / AMIC

### El paper crucial del ferro i del DHA en el desenvolupament dels infants

En els primers anys de vida, l'alimentació és un factor clau per assegurar un creixement i desenvolupament òptims. Dins d'aquest marc, el ferro i el DHA (àcid docosahexaenoic) emergeixen com a elements crucials per a la salut dels nens petits. Aquests nutrients no només tenen un impacte significatiu en el desenvolupament cognitiu, sinó que també contribueixen a mantenir un sistema immune robust.

El ferro, un mineral essencial, és fonamental per al transport d'oxigen a través dels glòbuls vermells. Aquest element és especialment crític en els primers anys de vida, ja que és durant aquest període que el cervell i altres òrgans estan experimentant un creixement accelerat.

Una deficiència de ferro pot conduir a problemes cognitius i de comportament, així com a una disminució de l'energia i la resistència física. Per aquest motiu, és crucial que els pares i cuidadors assegurin una dieta rica en ferro per als seus nadons, sigui a través de l'alimentació o de suplementos, sota supervisió mèdica.

D'altra banda, el DHA, un àcid gras omega-3, és un component essencial de les cèl·lules cerebrals i contribueix al desenvolupament del sistema nerviós central. El DHA es troba principalment en els peixos grassos i en altres aliments com nous i llavors. Assegurar una ingesta adequada d'aquest àcid gras durant els primers anys de vida pot tenir beneficis significatius en la memòria, la capacitat d'aprenentatge i la funció cognitiva general del nen.



A més de la dieta, és important assenyalar que els hàbits alimentaris establerts durant els primers anys poden tenir un impacte a llarg termini en la salut. Educar els pares sobre la importància de les eleccions alimentàries saludables i fomentar hàbits alimentaris positius des de la infància pot contribuir significativament a prevenir problemes de salut en la vida adulta.



## LLAR

Eva Remolina / AMIC

### El 'furoshiki': una tradició japonesa per embolicar regals amb creativitat



El 'furoshiki' és una antiga tradició japonesa que ha estat revitalitzada avui en dia com una forma creativa, sostenible i elegant d'embolicar regals. Aquesta tècnica utilitza teles quadrades per crear embolcalls decoratius i pràctics, reemplaçant així el paper de regal tradicional. Expliquem en què consisteix exactament.

#### Què és el furoshiki?

La paraula *furoshiki* prové del japonès 'furo' (per al bany) i 'shiki' (embolcall), ja que inicialment aquestes teles es feien servir per embolicar les peces de roba que la gent portava al bany públic. Amb el temps, la pràctica es va expandir i es va adaptar per embolicar altres objectes, com ara regals.

El *furoshiki* té les seves arrels a l'era Nara (710-794 dC), quan es va desenvolupar com a tècnica per transportar objectes i roba de manera eficient. Amb el temps, va evolucionar fins a convertir-se en una forma d'art i expressió personal, que es practica avui en dia amb entusiasme i creativitat.

Embolicar amb *furoshiki* pot semblar complicat al principi, però en realitat és una tècnica senzilla. Inicialment, es necessita una tela quadrada i des

d'aquí les possibilitats són pràcticament infinites. Algunes tècniques bàsiques inclouen el *Basic wrap* (embolicat bàsic), el *Bottle wrap* (embolicat de botelles) i el *Two bottles wrap* (embolicat de dues ampolles).

El *furoshiki* ofereix una plataforma per a la creativitat, que permet als embolicadors experimentar amb diferents colors, patrons i tècniques. Algunes idees creatives inclouen utilitzar *furoshiki* com a coixinet per a la teva llibreta, convertir-lo en una bossa per a la compra o fins i tot com a bufanda o llaç decoratiu.

#### Variacions modernes i sostenibilitat

En un món cada cop més conscient del medi ambient, el *furoshiki* ha guanyat popularitat per la seva contribució a la sostenibilitat. Reutilitzar teles en lloc de paper de regal d'un sol ús redueix els residus i és una opció ecològica. A més, moltes persones exploren variacions modernes de la tècnica, usant teles estampades i combinant múltiples peces per crear embolcalls únics.

El *furoshiki*, per tant, no només és una tècnica pràctica per embolicar regals, sinó també una forma d'art i expressió personal. Amb les seves arrels profundes a la història japonesa, aquesta tècnica ha transcendit fronteres i s'ha convertit en una forma innovadora de presentar regals. A més, la seva contribució a la sostenibilitat fa que sigui una opció atractiva per a aquells que busquen maneres més ecològiques de celebrar i regalar. El *furoshiki*, amb la seva simplicitat i elegància, demostra que el millor embolcall no sempre ve en una capa de paper brillant.

## ELS MILLORS MINUTS DE LA NOSTRA VIDA

Jordi Remolins

### Del garatge a l'orella

Una de les sensacions recurrents que fa anys que percebo és que a molta gent, fins i tot a aquells que fins a cert punt són melòmans musicals, els fa una mandra tremenda continuar descobrint bandes que orgasmegin l'interior de les seves orelles. Les notícies culturals de la majoria de ràdios, televisions i diaris em provoquen fortes arcades estomacals amb el resultat de vòmit. El percentatge de minuts o centímetres quadrats de pàgina que mereix sovint el temps que han tardat a esgotar-se les entrades per a l'enèsim concert de Bruce Springsteen a Barcelona, o fins i tot que impresionables com Joaquín Sabina hagin omplert el Palau Sant Jordi de gent amb ganes de veure'l actuar i no pas per si té un defalliment en directe, em semblen simptomàtics del baixíssim to d'un periodisme que sovint em sembla –ni que sigui per omissió– més menyspreable que el del cor o l'esportiu. Exceptuant la poca premsa especialitzada que encara sobreviu, hem deixat la cultura en general i la musical en particular tan deixada de la mà de déu que cada cop em sembla més excepcional encara que aparegui alguna jove formació o músics que apostin per instruments de debò, melodies, harmonia i talent per interpretar-ho, en lloc de llançar-se als braços de l'autotune i les rimas insuportables que sota el paraigua de la música urbana s'han fet un lloc predominant en els auriculars dels adolescents.

Gràcies a l'autoimposada necessitat de fer setmanal-



ment un programa de ràdio on mostrar com de gratificants són les cançons de tres minuts, no deixa de sorprendre'm que bandes tan rebonisimes com The Raveonettes, Alvveys o The Pains of Being Pure at Heart continuïn existint, i a més explorin a través de cançons aquella màgia que alguns creuen –interessadament perquè no deuen tenir lloc on posar els

discos a casa o bé perquè amb els grups que van conèixer abans de complir la majoria d'edat ja en tenen prou– que ja es va esgotar amb la desaparició dels Beatles.

Sense cap necessitat de sortir del nostre país, a Barcelona es va generar ja fa una dècada i mitja una banda de rock de garatge que afortunadament continua en actiu i que acaba de publicar un últim disc que no demereix en absolut els anteriors. *De flores y entrañas* és una d'aquelles mostres d'emocionalitat que t'obliguen a continuar connectat a la música des de la seva arrel més profunda, fins i tot quan creix del quitrà i l'asfalt. Des del primer cop que en vaig sentir "Por lo visto ya da igual" que no puc deixar de somiar despert amb els cors cridaners de l'últim tram de cançó. I encara que hi hagi un 0% de possibilitats de veure'ls en cap festa major de la comarca durant aquest 2024, saber que persisteixen en l'intent i fins i tot que el bateria Arnau Sanz va fer un programa a La Veu de Sant Joan ara fa deu anys em fan pensar que, potser ni que sigui remotament, alguna mena de déu ha d'existir.

Dissabte 10 de febrer de 2024  
Mujeres actuarà a la sala Razzmatazz de Barcelona

## ALEGRIA INTERIOR

Antoni Lacueva / antoni@mindfulness-barcelona.com

# Desitjos d'autoestima i autocompassió per al 2024!

En iniciar l'any, tendim a formular desitjos i un bon i feliç any. M'agradaria centrar-me en dos desitjos per a tots i totes en uns moments potser difícils per a moltes persones: millorar l'autoestima i l'autocompassió a cadascun de nosaltres.

L'autoestima i l'autocompassió són dos conceptes relacionats amb l'amor propi i el benestar emocional, però tenen diferents enfocaments.

L'autoestima fa referència a com ens valorem i ens sentim sobre nosaltres mateixos, mentre que l'autocompassió implica tenir compassió cap a un mateix en moments de dificultat o patiment. Encara que poden semblar similars, hi ha diferències clau entre totes dues.

L'autoestima es basa en la valoració i el judici que tenim sobre nosaltres mateixos. Es tracta de com ens percebem en termes d'habilitats, aparença física, èxits i competència en diverses àrees. L'autoestima saludable implica tenir una perspectiva positiva d'un mateix, reconeixent les nostres fortalles i acceptant les nostres febleses. Es tracta de sentir-nos segurs i satisfets amb qui som.

D'altra banda, l'autocompassió s'enfoca a com ens tractem a nosaltres mateixos quan afrontem dificultats o fracassos. Implica tenir comprensió i amabilitat cap a un mateix, com en tindríem cap a un amic proper. L'autocompassió ens permet acceptar els nostres errors i defectes sense jutjar-nos amb duresa, i ens anima a cuidar-nos i consolar-nos en moments de patiment.

Una diferència fonamental entre l'autoestima i l'autocompassió és la manera com reaccionem davant del fracàs. L'autoestima pot ser fràgil i vulnerable, ja que sovint es basa en la comparació amb els altres i en la cerca constant de validació externa. Quan afrontem un fracàs, l'autoestima es pot veure afectada, cosa que pot conduir a sentiments d'inferioritat i manca de vàlua personal.



En canvi, l'autocompassió ens permet abraçar el fracàs com a part normal de l'experiència humana. Es basa en la idea que tots cometem errors i afrontem dificultats en algun moment de les nostres vides. L'autocompassió ens anima a tractar-nos amb gentilesa i comprensió en comptes de castigar-nos o criticar-nos.

L'autocompassió ens ajuda a desenvolupar la resiliència emocional, manejar l'estrès i conrear una mentalitat més positiva. Ens permet aprendre dels nostres errors sense caure en l'autocrítica despietada, i fomentar així un benestar emocional i una autoestima més grans.

Aquí tens alguns exercicis i pràctiques que pots fer per millorar la teva autocompassió i autoestima el 2024:

■ **1. Autodiàleg amable.** Practica parlar amb tu mateix de manera amable i compassiva quan t'enfrontis a situacions difícils. Procura ser el teu propi millor amic.

■ **2. Escriptura de diari.** Dedicat temps a escriure en un diari sobre els teus pensaments i emocions, especialment quan et sentis estressat o crític amb tu mateix. Escriu sobre els teus desafiaments i dificultats amb una actitud de compassió, enfocant-te a com pots aprendre i créixer a partir d'aquestes experiències.

■ **3. Pràctica de mindfulness.** El *mindfulness* pot ajudar-te a desenvolupar l'autocompassió en ser més present en el moment i cultivar una actitud d'acceptació envers els teus pensaments i emocions.

■ **4. Visualització compassiva.** Imagina una versió compassiva de tu mateix, un "jo compassiu", i visualitza't interactuant amb aquesta versió en moments de dificultat.

■ **5. Amabilitat cap a un mateix.** Tracta't amb amabilitat i comprensió, com ho faries amb un amic proper. Reconeix les teves dificultats i errors sense jutjar-te de manera negativa.

■ **6. Humanitat compartida.** Reconeix que el patiment és part de l'experiència humana i que no ets només en els teus desafiaments. Comprèn que tots enfrontem lluites i dificultats en algun moment.

■ **7. Autenticitat.** Permet-te ser honest amb tu mateix sobre les teves emocions i necessitats. No et jutgis per sentir certes emocions i cerca maneres saludables d'expressar-les i processar-les.

I alguns més com autocura, identifica i desafia els teus pensaments negatius, envolta't de persones, estableix metes realistes, celebra els teus èxits, accepta les teves imperfeccions, practica la gratitud.

Espero que aquestes pràctiques et siguin útils. Recorda que ets valuós i capaç!

Totes dues tenen beneficis únics: l'autoestima ens pot ajudar a construir una mentalitat positiva i a afrontar desafiaments amb confiança, mentre que l'autocompassió ens brinda suport emocional i ens ajuda a superar l'autocrítica i l'autocomparació.

Sigues amable amb tu mateix al llarg del camí i celebra els teus avenços, per petits que siguin.

Et desitjo molt èxit en la teva pràctica d'autoestima i d'autocompassió el 2024!

## HORÒSCOP

Roser Bona

Del 05-01-2024 al 11-01-2024

### ÀRIES (Del 21 de març al 20 d'abril)

Pots haver de treballar més o reorganitzar la feina. És possible que visquis una situació tensa a l'àmbit laboral. Una escapada de cap de setmana t'ajudarà a desconnectar.

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

Si demanes un crèdit, llegeix bé les clàusules que signaràs per estar més tranquil. El sector laboral demana que et posis al dia pel que fa a coneixements o tecnologia.

### BESSONS (Del 21 de maig al 21 de juny)

Mercuri directe inclina al moviment i pots experimentar canvis interns, que hagin de fer més desplaçaments o que finalment prenguis la iniciativa en un assumpte important.

### CRANC (Del 22 de juny al 21 de juliol)

La Lluna acaba un cicle i pots sentir que tu també has de tancar portes a situacions o persones del teu passat. Comences l'any amb noves responsabilitats a l'àmbit laboral.

### LLEÓ (Del 22 de juliol al 23 d'agost)

S'activa el sector laboral. Si cerques feina, no tinguis por i confia més en tu mateix. Si pateixes un problema de salut, no deixis que es faci crònic i ves al metge.

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

Pel que fa al terreny sentimental, si sentis atracció per algú, et tocarà a tu prendre la iniciativa. Si fins ara et feia mandra, podries iniciar una activitat esportiva.

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

Poses la casa al dia o fas una obra que havies postergat. Ajudes un familiar amb problemes. Si vols fer un canvi de rumb professional, no tinguis pressa per decidir-te.

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

Més desplaçaments diaris i més feina. Et reafirmes de manera directa i segura, però mira de no ser invasiu. Et preocupa l'economia i com reorganitzar-la en aquest any.

### SAGITARI (Del 23 de novembre al 21 de desembre)

Aquest 2024 vols ser més responsable pel que fa als diners. La teva prioritat és la salut i el benestar emocional i ja no vols perdre el temps amb persones inadequades.

### CAPRICORN (Del 22 de desembre al 20 de gener)

Mart al teu signe col·labora en la presa de decisions importants. També et fa directe i resolutiu, especialment en l'entorn laboral. Et reserves més temps per desconnectar.

### AQUARI (Del 21 de gener al 19 de febrer)

Sigues curós amb un tema personal, no ho confiïs a qualsevol. Comences l'any amb nous interessos, com la pràctica d'un talent artístic o conèixer altres filosofies de vida.

### PEIXOS (Del 20 de febrer al 20 de març)

T'assabentes que volen perjudicar una persona que aprecies i mires d'ajudar-la. Si has de signar un contracte laboral, caldrà llegir-lo bé o consultar un advocat.

## CINEMA

### LA CRÍTICA DE LA SETMANA

Joan Millaret i Valls

#### 'Fallen Leaves'

D'Aki Kaurismaki



#### Depurada miniatura romàntica

Arriba als cinemes la que podria ser la millor pel·lícula d'enguany. Després de rebre el Premi del Jurat del 76è Festival Internacional de Cinema de Canes, el Premi a millor pel·lícula de la crítica internacional FIPRESCI o sortir escollida candidata als Oscars per Finlàndia, *Fallen Leaves*, d'Aki Kaurismaki, s'estrena entre nosaltres. El director de pel·lícules tan emblemàtiques com *Le Havre* (2011) o *Un hombre sin pasado* (2002) dirigeix ara una excepcional miniatura de senzillesa desarmant en forma de tragicomèdia social protagonitzada per una parella de desarelats que s'enamoren romànticament.

*Fallen Leaves* vindria a ser la quarta part de l'anomenada trilogia sobre la classe treballadora de Kaurismaki formada per *Ombres en el paradís* (1986), *Ariel* (1988) i *La noia de la fàbrica de mistos* (1990). De nou retrobem els personatges solitaris de la seva filmografia, habitants dels marges de la ciutat, sovint treballadors precaris, éssers

entranxables tots ells redimits finalment per la descoberta de l'amor o la felicitat. La parella protagonista (Alma Pöysti i Jussi Vatanen) es troben per casualitat una nit en un bar de karaoke de Hèlsinki i s'enamoren a primera vista.

El seu amor està ple d'entrebancs, com l'addicció etílica del noi, diversos malentesos i, també, accidents. Però ambdós aconsegueixen finalment estar junts en un final genuïnament chaplinià. *Fallen Leaves* és una nova pel·lícula farcida d'humanitat, d'amor, de tendresa i de melancolia. I, novament, una pel·lícula que es desplega sota el paraguai estètic marca de la casa de Kaurismaki gràcies a la seva senzillesa, el seu minimalisme, el seu estatisme o el laconisme actoral. Una història banyada pel colorisme de vestits i decorats que compta amb la presència de gossos perduts o cites referencials cinèfils. Una depurada miniatura cinematogràfica tan adorable com admirable.

### OFERTA CULTURAL

M. Erra / T. Terradas



#### La música continua celebrant l'any nou amb valsos i danses

Orquestra Simfònica del Vallès. Direcció: Xavier Puig. L'Atlàntida, Vic. Diumenge, 7 de gener, 6 tarda.

Aquests dies, a les nostres sales de concerts hi ressona l'esperit del concert de Cap d'Any de Viena. Com és habitual, L'Atlàntida acull els valsos i danses de l'Orquestra Simfònica del Vallès, que hi actuarà sota la batuta de Xavier Puig i amb Joel Bardolet com a *concertino* de violí. A part de les melodies clàssiques dels Strauss, sempre sorprenen en els seus repertoris.



#### Andrea Motis, a Sant Feliu

Andrea Motis i Josep Traver. Centre Cívic La Fonteta, Sant Feliu de Codines. Diumenge, 7 de gener, 6 tarda.

La cantant i trompetista Andrea Motis, una de les veus més destacades del jazz català, actuarà a duet amb el guitarrista Josep Traver per celebrar el 125è aniversari de la coral La Poncella de Sant Feliu de Codines. Els membres del cor codinenc també cantaran part del repertori.

## CINECLUB



#### 'El triangle de la tristesa'

EUA-Suècia-Regne Unit-Alemanya, 2022. Dir.: Ruben Östlund. Un viatge en creuer és l'excusa per unir en un mateix espai tot un ventall de personatges que fan gala dels privilegis més exuberants, acompanyats d'una tripulació sotmesa a les seves capritxoses peticions. Però la nit en què té lloc el sopar del capità, s'acosta una terrible tempesta d'alta mar que acabarà capgirant els rols de tots els viatgers a bord.

El cinema de Ruben Östlund acostuma a treure a la llum les veritats incòmodes d'una societat occidental hipòcrita i superficial. Aquesta pel·lícula, guanyadora de la Palma d'Or al Festival de Canes, posa el focus en la vida luxosa i allunyada de la realitat dels més rics. La pel·lícula és una sàtira ferotge, a estones escatològica, que combina la comèdia amb situacions desesperants.

**CINECLUB VIC**  
Dimarts, 9 - 20h  
VO en anglès amb subtítols en català  
Espai ETC



#### 'A fuego lento'

França, 2023. Dir. Tran Anh Hung. Drama romàntic. Ambientada en el món de la gastronomia francesa el 1885. Una història d'amor a tres bandes entre un cuiner de renom, Dodin, la seva ajudant, l'excel·lent cuinera Eugénie, per al qual treballa des de fa 20 anys, i els mateixos plats que preparen amb una cura exquisida i són fruit de l'amor per la seva professió. Després de practicar junts els secrets de la gastronomia i una admiració recíproca sorgeix entre tots dos una relació sentimental que dona lloc a deliciosos plats que impressionen fins i tot els xefs més il·lustres del món. Tot i això, Eugénie, amb set de llibertat, mai no ha volgut casar-se amb Dodin. Serà llavors quan ell decideixi fer alguna cosa que mai havia fet fins ara: cuinar per a ella.

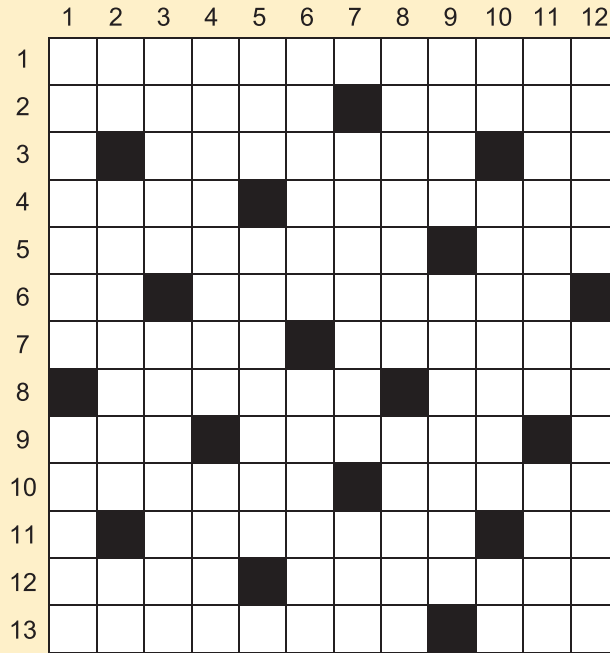
**AC GRANOLLERS**  
Divendres, 5 - 19h (VO)  
Dissabte, 6 - 19h  
Diumenge, 7 - 19h (VO)  
Dilluns, 8 - 19h (VO)  
Cinema Edison

## PASSATEMPS

### MOTS ENCREUATS \_ Pau Vidal

**HORIZONTALS:** 1. Penitència tan dura que en lloc d'acabar amb la mort hi comença / 2. En qüestions de moral no vol raons. Cap per mantenir el pal ben dret / 3. Triple no mortal al carrer. Formalment sol ser objecte de burla. El mig de la meitat / 4. Poso a l'inrevés. Resposta al qui denuncia la curtedat de la república / 5. Com a trapelleria és greu, com a delicte, lleu. Punt àlgid de tots els perills / 6. Encenen encens. Eina d'oficina que es renova cada dia / 7. Cotxe antic fet en una vuitanta per cent de seda. Per en Freud era la causa de tots els nostres mals / 8. Far per veure la barca d'en Duran, el del gas. Estratègia de cara a cor / 9. El beduí hi neix i l'anglès hi dorm. S'entreté amb la crosta. El cul d'en Jaumet / 10. Apartem de tot i de tothom. No siguis bàrbarament ruc, que és la nyonya / 11. Quart de gram. De crispetes d'aquestes se'n podrien fer estores. Única Versió / 12. Ara fa tres o quatre setmanes que el vam fer fora de casa. Nonagenari / 13. Vomitéssim discretament girats. La deessa de l'Aldea.

**VERTICALS:** 1. Cordes per anar a mar, o més i tot. No critica el polígam, però el troba massa ambiciós / 2. Arbre d'escassa ombra. Guirnalda elaborada a mà. Sis dins del porró / 3. Cercle que no es fa a empentes ans a rodolons. Proveïdors de la fundació / 4. Sacsejar a un ritme de pel·lícula. Paneres que no deixen veure el solt / 5. Estranyament afí. Formacions epidèrmiques imprescindibles pels fanerògams. Sovint en excedència / 6. L'esgrimista el troba la mar de decoratiu. Lo lament del moment?: no, un llegum



/ 7. Sis sense seguretat social. Si no fos per les sobralles es veurien els tallers. Tió en mal estat / 8. Planyé el company d'en Madí. Part de la moneda on es grava la llegenda (per exergia?) / 9. El germà bo. Una falda així no et causarà mai insolació / 10. Ni mitja cerilla. Deixar els nervis a punt de col·lir. A l'ànima de tot andí / 11. Tot just encetada i ja no es considera profana. Ucraïnès sortit d'un úter deforme / 12. Consta de vuit elements, massa pocs per l'occipital. Fa segles anava amb quadriga i ara amb un Skoda.

### QUADRE NUMÈRIC

1	+		-	2	7
-		+		+	
6	-		+	9	12
+		-		-	
	-	5	-		-8
-1		6		4	

### SOPA DE LLETRES

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

### 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: mitjana**

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

**Dificultat: difícil**

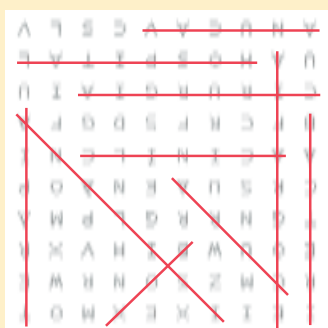
	9				2			
	2	3	7	9		4		
7		8		3	6		9	
8			3		9			
				2				
		5	1			7	6	
					8	6	5	
	8	7	5				2	
		2			3		4	

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

- Anàlisi Bacteri
- Box
- Cirurgia
- Cura
- Ecografia
- Clínica
- Hospital
- Teràpia
- Vacuna

### SOLUCIONS

		4	6	-1	
-8	7	-	5	4	
				+	
12	9	+	3	-	6
		+			-
			8	+	1



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

Dificultat: mitjana

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

Dificultat: difícil

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