

EL

# MAGAZÍN

Núm. 317

Divendres, 23 de febrer de 2024

## MÚSICA

Una exposició a Barcelona  
rememora i homenatja  
la figura de Núria Feliu

## SALUT

L'estrès, tot un maldecap  
per a la nostra salut

ALBERT LLIMÓS

# VANESA FREIXA

“Ens hem desnaturalitzat”





## ENTREVISTA

VANESA  
FREIXA

**“Catalunya és una gran productora de fruita o carn, però no som sobirans en la nostra alimentació”**



**Vanesa Freixa (Rialp, 1977) va marxar del Pallars per anar a Barcelona, com tants altres joves del Pirineu. Va estudiar Belles Arts, però en un moment donat va decidir tornar i impulsar activitats que donessin vida a la comarca. Va ser cofundadora de l'Escola de Pastors de Catalunya i va crear l'Obrador Xisqueta. Des de la casa on viu ara, una antiga borda de pastors, fa d'il·lustradora, té un petit ramat i escriu llibres com 'Ruralisme: la lluita per una vida millor' (Ara Llibres).**

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

**Ara gairebé és obligat començar amb una pregunta: com teniu la sequera, al Pallars?**

No som dels territoris que la patim més. Al gener va ploure, i la terra aguanta la humitat, hi ha saó. Però les muntanyes estan netes de neu, i per tant aquest rebost natural de cara a la primavera ara mateix no hi és. La neu que no cau al gener o febrer és la que trobarem a faltar en el desglaç de la primavera. Estem veient el que passarà i adaptant-nos-hi.

**Què entenem per ruralisme, perquè aquest és un concepte que pot incloure implicacions culturals, econòmiques, socials...**

Tampoc m'agrada d'incloure-ho tot en un sol concepte. En podem dir *ruralisme*, però és tenir una vida més racional amb relació al nostre paper en el lloc on vivim. Està associat, per exemple, a intentar alimentar-te d'allò que tens tan a la vora com sigui possible. I també incidir-hi, en aquest entorn. Tots els canvis que veiem al món, fer-los primer a casa nostra. I estar més connectats als cicles de la natura: en les darreres dècades ens hem *desnaturalitzat*, portem unes vides més urbanes, i és l'origen de molts malestars que tenim. Estem fora del nostre medi, se'ns ha apartat d'actituds que ens farien més autònoms i som cada cop més dependents d'algú que ens ofereixi béns i serveis. Ens convertim en simples consumidors.

**Aquesta connexió amb els cicles de la natura que hem perdut, pot semblar més fàcil des del món rural que des de l'urbà. Però en la nostra**

**societat tecnològica, a vegades es pot viure en un poble i totalment desconnectat de l'entorn.**

És un apreciació fonamental. No ens n'hem adonat, i al final tenim tots una mentalitat urbana, siguem on siguem. El que configura la nostra mentalitat no és, per desgràcia, la identitat individual –el que som com a persones– sinó un sistema econòmic que marca el dia a dia de la nostra vida. Com ens relacionem, el lloc on vivim, la feina que tenim, com hem de pensar fins i tot. Sense que nosaltres en siguem conscients, ens fan ser desitjosos de moltes coses que al final són superficials i poc importants per a la nostra vida. És important de pensar fins a quin punt som autònoms en les decisions i si tenim un cert marge per modificar-ho.

**Aquest marge és petit, en la majoria de nosaltres.**

És així. No hi ha gaire gent que disposi de marge de maniobra per canviar la seva vida perquè estem totalment endeutats. Deutes econòmics, però també altres *mandats* que ens hem cregut que són obligatoris per dur una vida normativa, o per ser més feliços, quan resulta que al final ens porten poca satisfacció. Tenim prou llibertat per canviar cap a la direcció on intuïm que voldríem portar la nostra vida?

**Els darrers que van poder portar aquesta vida més autònoma al marge del consumisme eren, justament, els pagesos? Ho diu vostè al llibre...**

Són fets que han passat però que potser no havíem interpretat des d'aquí. La pagesia era aquest últim reducte d'autonomia. I en alguns racons encara ho és. Perquè són els que tenen els coneix-





**“La pagesia era l’últim reducte d’una vida més autònoma al marge del consumisme. I encara són els que tenen els coneixements, la capacitat i l’espai per fer-se els seus aliments, com a mínim”**

semblant: el govern hauria de treballar per garantir determinades sobiranes, i l'alimentària és la principal. En canvi, estem afavorint un sistema que promou l'especulació amb els aliments. El que seria desitjable és que la pagesia cobrés un preu just pels seus productes, que pogués fer una feina digna i se la reconegués. A dia d'avui la situació de la pagesia no és aquesta. Se sent trepitjada i escanyada.

**Les mobilitzacions pageses d'aquests dies tenen a veure amb tot això...**

Crec que no m'equivocaria, perquè ho he sentit força vegades, que la majoria de la pagesia preferiria no haver de tenir ajuts i que se'ls pagués bé la seva feina. El que no pot ser és que encara avui estiguin cobrant molt malament o per sota del preu de cost. A més, quan hi ha legislació de l'Estat que garanteix aquest preu just i no s'aplica. Alhora ens trobem amb fets conjunturals, com guerres que evidencien la nostra dependència: hem d'importar productes per alimentar el bestiar. Ens podríem posar d'acord que la pagesia vol dignitat, i que se'ls paguin preus justos.

**Mediambiental...**

No és natural ni normal que al centre de Catalunya, per exemple, el 70% dels aqüífers estiguin contaminats, quan és un bé bàsic. O que es permeti aquest flux de productes en què estem exportant però a la vegada important i som una títella més dins d'aquest sistema.

**També han servit, les mobilitzacions, per preguntar-nos què podem fer-hi nosaltres, amb la capacitat de decidir que tenim com a consumidors.**

Tot i que encara estem lluny d'això, hauríem de desitjar que allò que entra a casa nostra sigui de tan a la vora com es pugui, i que tingui noms i cognoms: aquella vedella de l'Albert, el formatge de la Clara o el pa de l'Enric... A partir d'aquest moment, la gent que ens alimenta és important per a nosaltres i ens fa tenir l'empatia que qualsevol cosa que els passi a ells ens afecta a nosaltres. I que tenen una funció per mantenir l'entorn on vivim. Els pagesos són els guardians de la terra.

**Vostè va fer un canvi personal important, i en sentit contrari al que és habitual: quan ja era a Barcelona va decidir tornar al Pallars. Va costar-li?**

No, perquè va ser molt volgut. Un canvi que es va fer gradualment i que no el vaig entendre en la seva complexitat fins que el vaig veure fet. T'adones que, per algun motiu que desconeixes, no t'han transmès determinats coneixements. Segurament, perquè no se'ls donava valor, i en el món rural, a la gent que vivia en aquests valors se'ls va desprestigiar. Va afectar la seva autoestima, i la de les generacions que van venir després. Fins al dia d'avui ha perviscut això, per desgràcia. I es tracta de tornar a valorar el lloc on havies viscut, el coneixement de les persones que t'havien envoltat, de la teva comunitat i cultura. I a partir d'aquí, tornar-les a posar a la pràctica i viure-les des d'una altra perspectiva. Jo m'he trobat al Pallars mateix que alguns no entenen que

me n'hagi anat a viure en una borda, que doni valor a la terra. Jo, que no soc ningú, penso que tinc una missió de realçar el que eren aquestes persones com a cultura, i el que són.

**Comarques com la seva, el Pallars, viuen ara abocades al turisme. El projecte dels Jocs Olímpics d'Hivern va crear debat sobre si realment era beneficiós o no per al Pirineu.**

Potser més a l'entorn urbà. Allà on havien de passar els Jocs Olímpics no hi havia debat perquè encara es veia lluny. I estàvem a punt d'iniciar una cosa molt lletja que era un conflicte en el territori. Estaven obligant que la gent es posicionés en un tema que es veu de maneres molt diferents. Per sort, tot just quan això començava s'hi va renunciar. Jo, en el que em vull fixar és en que es prenen decisions des de fora del món rural –cosa que passa sovint– i són territoris molt fèrtils perquè vingui algú de fora i t'imposi el que sigui dient que això t'anirà bé i et salvarà. La majoria dels ajuntaments són petits, treballen des del voluntariat i no tenen temps per pensar aquestes estratègies. El que fan és apagar focs.

**El món rural es planifica, com diu vostè, des de l'urbà i en funció de les necessitats d'aquest i no de les pròpies?**

És així. Jo visc en una comarca molt turística, com deia. El 80% de l'activitat es dedica al turisme. No criminalitzo la gent que es dedica a això, de cap manera. Però voldria que miréssim que tot això ha estat deliberat. Han convertit Catalunya en un territori especialitzat: al Pirineu i la costa, colònies vacacionals, turisme; al sud, colònia energètica (amb les nuclears i ara els molins èdics o les plaques solars) i la part central de Catalunya, de Ponent a l'Empordà, una colònia de producció d'aliments en intensiu amb els problemes que comporta. En un territori especialitzat, què passa? Que hi ha monocultius i la gent acaba vivint d'una activitat, majoritàriament.

**I per això en llocs com el Pallars deu sentir allò que “si no vivim d'això, de què viurem?”**

Molt bé, doncs llavors la resposta és que sí, que és veritat. Avui en dia és així i tenim un problema molt gros. En el moment en què hi hagi qualsevol sotrac, la gent pot patir. Això ens hauria de fer qüestionar moltes coses, començant per la nostra fragilitat a qualsevol cosa que vingui de fora. Són territoris molt poc autònoms. I repeteixo, si ens hem dedicat al turisme és perquè ha estat deliberat. La política també hauria pogut dirigir els recursos cap a altres bandes. Per exemple, a reforçar la pagesia extensiva, que a més sabem que és una gran protectora del medi ambient quant a generació d'activitat. Podríem haver apostat per oficis autònoms i artesanals... però no, es va apostar pel turisme. I la prova és que més del 50% dels pressupostos per a l'Alt Pirineu del 2024 van destinats a pistes d'esquí, en el projecte que s'ha presentat. Això ho decideix la Generalitat, no les comarques del Pirineu. Com volem decidir per nosaltres mateixos que el camí ha de ser un altre? Però m'agradaria pensar que el sector turístic s'està qüestionant aquestes coses.

**Si més no, obligat per fets com la sequera...**

I això pot ser una constant. A més, demana una despesa energètica molt important per tenir, al final, una activitat totalment artificialitzada, amb pistes que són fileres de neu enmig de muntanyes on no n'hi ha. I nosaltres depenem de l'aigua també a l'estiu, amb els esports d'aventura. És a dir, depenem al cent per cent de l'aigua. Repensem-nos, no? Penso que hi ha una línia vermella que no s'hauria de traspasar: que la manera de viure d'un territori sigui a costa de consumir-se ell mateix.

**Vostè té ara un petit ramat d'ovelles. Diu que va veure que la casa on viu i el seu entorn, les necessitaven. Com li va?**

Doncs molt bé, perquè si no hi fossin, es perdria fertilitat en aquella terra. Ja estava passant. I l'única manera de millorar-ho va ser posant-hi una mica de ramat. El més increïble d'aquesta petita acció és que en només un any ja vàiem al canvi. I en cinc anys, el canvi ha estat molt gran.

xements, la capacitat i l'espai per fer-se els seus aliments, com a mínim. I aquest tenim clar que és un bé bàsic per a la nostra vida. Però estem en un moment que tot això està en dubte. Ja fa temps que la pagesia és captiva d'aquest sistema, que depèn d'uns ajuts que la fan anar en la direcció que convé a uns altres, a un mercat determinat. Se'ls orienta a una producció intensiva que acaba fent mal al nostre territori: contaminant el sòl i els aqüífers, o gasant l'aigua en excés. No només emmalalteix la terra sinó que ho fem nosaltres mateixos. Tenim assumit que és així perquè si no, no serem capaços de sobreviure, no podrem guanyar-nos la vida.

**I no és així, en part?**

Canviar-ho no vol dir que se'ls ensorri la vida d'un dia per un altre. S'ha de fer amb l'acompanyament d'un govern que ara mateix no el fa i està permetent la deriva. Però estic convençuda que ve un canvi que trencarà tot el model que hem viscut fins ara.

**La sequera, o els pics de contaminació que s'estan vivint en alguns llocs de Catalunya, apunten cap a al final del cicle actual?**

La sequera no només és no poder consumir l'aigua que jo vull a casa, no poder omplir la piscina o no poder regar el jardí. Serà fer que sigui molt més difícil produir els aliments a casa nostra. I potser ens hauríem de preguntar això, si Catalunya és capaç de produir tota l'alimentació que necessita com a país. Perquè encara que siguem, paradoxalment, uns grans productors de fruita o de carn, Catalunya no és sobirana en la seva alimentació. Només ho som en un 40% i la resta ve de fora, a vegades de molt lluny. Estratègicament, és inver-

## OPINIÓ



Josep Burgaya

DES DE FORA

## La devaluació de la col·lectivitat

L'individualisme, un cert grau, és substancial tant a la societat liberal-democràtica com al funcionament de l'economia de mercat. Però allò que era un individualisme moderat en la primera modernitat i en temps de predomini del sistema de correccions de l'estat de benestar va ser desplaçat a partir de la recuperació de l'hegemonia neoliberal per un individualisme total, sense cap sentiment de col·lectivitat i mancat de qualsevol obligació cap a objectius compartits. Un individualisme que ha generat la primacia de l'egolatria, el narcisisme com a centre de gravetat de l'existència. La personalitat i la satisfacció prové de magnificar i convertir en perpetu l'acte de consum. Les possibilitats de caure en la temptació del consum, entès aquest com a falsa satisfacció, són ininterrompudes i omnipresents. Aquest capitalisme de seducció basat tant en allò material com en allò immaterial ha creat un món nou. S'han derrotat les antigues formes de pertinença col·lectiva, s'han derriuït les ideologies emancipatòries i el sentit moral de la primacia d'allò comú. Tot desig ha de ser satisfet immediatament. Un èxit, un producte, una distracció, en substitueix una altra. Tot és ràpid, transitori, fugitiu i contingent. Joc, lleure i comerç es combinen i recombinen sense separació aparent. De fet, han perdut importància els objectes per guanyar posició l'economia de l'experiència. La publicitat ja no fa demostracions, proporciona emocionalitat, seducció, espectacle i fantasia.

Per a alguns estudiosos, l'individualisme és un comportament que es comença a manifestar als anys seixanta en el context de societats en creixement econòmic sostingut i manifestament autosatisfetes. Per Ronald Inglehart, es produeix primer un avenç del que anomena cul-

tura "postmaterialista" en la mesura que el desenvolupament econòmic permet prioritzar qüestions que van més enllà del material: gènere, orientació sexual, noves formes de vida, pacifisme, espiritualitat... Vindria després un aprofundiment de l'individualisme, convertit ja en camp de batalla en defensa de les identitats *particulars* que Ronald Inglehart anomena el predomini de valors "egoexpressius". Tota mobilització en aquest sentit, i el maig del 68 francès resulta força eloqüent, no van aconseguir pràcticament cap transformació política, però sí en canvi canvis culturals de gran

### L'egolatria i el narcisisme s'han convertit en el centre de gravetat de l'existència

importància que es van anar expressant i aprofundint en les dècades següents. L'individualisme es va imposar. A poc a poc, allò que era la societat s'ha anat convertint en un "agregat de subjectivitats", en paraules d'Éric Sadin. I aquestes demanen ser reconegudes en la singularitat extrema tant pels altres com per les legislacions. Pel pensador francès, "més que societat, el que hi ha és una constel·lació d'éssers".

El profund individualisme que ha penetrat en tots els àmbits genera canvis en la relació d'emmotllament entre estructures socials i actituds individuals. Hi ha una representació inflada d'un mateix. Massa miralls al nostre voltant. El psicòleg i professor de Harvard Joshua Green ens parla del "dilema social". Segons aquest concepte, les persones tendim a ser individualistes, però per obtenir resultats positius per a tothom, necessitem reduir el nostre egoisme.

Planteja aquesta dicotomia com "el problema fonamental de l'existència humana". Perquè, en realitat, el nostre èxit i la nostra felicitat requereixen la cerca d'interessos col·lectius, però l'evolució tendeix a recompensar els individus egoistes que s'aprofiten de la comunitat. Justament les lleis i normes socials dels sistemes polítics avançats estan concebudes per resoldre aquest problema fonamental. Les societats que funcionen millor, per exemple les dels països nòrdics, són reeixides perquè el teixit social i l'organització institucional fan compatible la dimensió del *jo* amb la del *nosaltres*.

Tot i que pugui semblar paradoxal, l'individualisme extrem inoculat pel neoliberalisme i portat al paroxisme per les utilitats de la tecnologia digital són compatibles amb el desenvolupament d'un comportament gregari, la configuració de masses amorfes mobilitzades i excitades a partir de l'activació de les xarxes socials. En aquest sentit, resulta significativa la distinció que va realitzar, allà pels confins del segle XIX, el psicòleg social francès Gabriel Tarde, que distingia de manera nítida entre el concepte de *públic* i el de *multitud*. Davant els individus conscients de la dimensió col·lectiva, allò públic, contraposava unes masses que, segons la seva opinió, no deixaven d'oscil·lar entre els pols extrems de l'excitació i la depressió, "com els bojos", afegia ell. Les masses enteses com a hordes, que ja van preocupar el filòsof espanyol José Ortega y Gasset, tendeixen a activar-se a partir de relats emocionals útils per a la seva manipulació. La vida a les xarxes socials no fa sinó propiciar el seu aïllament i alhora la sobreexcitació. Tota multitud tendeix a créixer i expandir-se més enllà dels seus límits inicials, mentre es va allunyant del que és *públic*, del que és social.



Susanna Barquin

DE ROSSEGONS

## Dona 10

En un bar, cinc noies, totes maques, i una de rossa que ressalta especialment. Els amics del matemàtic John Nash proposen seguir els ensenyaments d'Adam Smith, és a dir, que cada un d'ells treballi pel propi interès, i així aconseguir el màxim benestar. Nash, però, els diu que si tots van per la noia que destaca, es barallaran entre ells, es blocaran i cap ni un aconseguirà res. A més, si després d'anar per la rossa algú s'acosta a qualsevol de les altres, fracassaran, perquè la noia se sentirà segona opció. Per això proposa que ningú no vagi per la que destaca, sinó per qualsevol altra de primeres. Els amics de Nash li fan cas, i la rossa queda sola.

Aquesta és una escena d'*Una ment meravellosa*, la pel·lícula que imagina la vida de John Nash, premi Nobel per la Teoria de Jocs. No m'interessa ara tant la

vida de Nash, ni la teoria dels equilibris, com la violència sobre les cinc noies: les triades com a mal menor i la que queda fora del grup, sola, perquè destaca.

L'economista Olav Dirkmaat va ser en el centre d'una polèmica per un article que va publicar sobre la violència cap a les dones. Va establir que la dona és molt més selectiva que l'home quan tria parella, casual o indefinida. A títol d'exemple, va apuntar que una dona de 6 considera opcions entre homes del rang de 8 a 10 en una escala d'1 a 10; una dona de 2 considera homes de 6 a 10. I si un home de 6 considera dones de 4 a 10, un home de 2 considera dones d'1 a 10. Una dona de 10 considera homes de 10; un home de 10 considera dones de 7 a 10. La conseqüència, segons Dirkmaat, és que el 20% d'homes més atractius competeix amb el 78% de dones més atractives; i el 80% d'homes menys atractius competeix amb el 22% de dones menys atractives. He de dir que no és la primera vegada que

veig una anàlisi de comportament humà amb dades estadístiques i de distribució demogràfica. Vaig iniciar-m'hi amb una classe magistral sobre la taxa d'homosexualitat –masculina o femenina, segons els casos– relacionada amb la diferència poblacional entre homes i dones en una comunitat, i com de valuós pot ser un home quan és escàs, o una dona quan és escassa, tant per a un sexe com per a un altre. Aplicar teories de mercat al comportament humà és arriscar-se a la fustigació pública. No obstant, em mantinc en la idea que és una òptica que pot contribuir a explicar-nos, no l'única. Torno a Dirkmaat i a la noia rossa de Nash. A la pel·lícula, els nois es trobarien en el rang elevat; i les noies, tres quarts del mateix. Llevat de la rossa, que segurament seria de 10. La dona 10, atractiva, intel·ligent i segura no sol ser opció. Fins i tot això ho tenen estudiat els americans, que ho investiguen tot. La dona 10 sempre és la rossa que es queda sola al bar.



## LLIBRES

### NOTES DE LECTURA

Núria Tomàs Mayolas

## Una història que ja coneixem

Aquest petit àlbum il·lustrat per a tots els públics, en un format quasi de butxaca, com un sobre estret i allargat, és un cant a la vida. Els dos autors ens recorden que la nostra vida forma part d'un cicle força previsible, amb un *fil* narratiu que es va repetint generació a generació: naixem, creixem i mentre el nostre cos es va transformant i el nostre pensament va madurant –supeditats sempre a unes circumstàncies polítiques, socials i culturals que ens afecten directament (el fil forma part d'un teixit o xarxa)–, passen coses, moltes coses, com ara que coneixem persones extraordinàries, que ens enamorem, que ens aparellem, que tenim fills (o no), que aquests fills es fan grans, que ens desenamorem, que emmalaltim, que ens sentim sols i soles, etc., fins que arriben els nets, els nebots o els fills dels amics, on la vida recomença amb un nou fil que esperarà ser estirat, nuat, tallat, teixit, o estreat. És una història que ja coneixem, només ens cal esperar que tot vagi esdevenint, amb el pas del temps. Així ens ho evoca l'escriptor suís Davide Cali, amb les justes paraules, per tal que, amb gran habilitat, l'il·lustrador francès Serge Bloch en compongui metàfores visuals a través d'uns dibuixos de traç fresc i espontani, fets amb ploma i tinta xinesa, que dialoguen amb el pla de la superfície de la pàgina i la imatge real d'un fil de brodar, un fil de cotó, simbòlicament vermell, que s'estira i

s'arronsa segons la conveniència del text, compenetrant-s'hi de manera absoluta, i deixant molts espais en blanc, les el·lipsis, que cada lector omplirà amb la seva imaginació i experiència.

El títol d'aquest àlbum il·lustrat en francès és *Moi, j'attends*. Es va publicar a França el 2005, i va rebre aleshores el Premi Baobab a la Fira del Llibre de Montreuil. Ens l'ha introduït al mercat català la jove editorial catalana EntreDos, en mans de tres dones que sumen una llarga trajectòria professional en el camp de l'edició i la distribució de llibres, de les biblioteques escolars i de la gestió cultural. Comparteixen l'afany apassionat de publicar llibres il·lustrats de qualitat, recuperant, si cal, títols emblemàtics de la literatura infantil i juvenil com el que us estem recomanant, per tal que en gaudim i ens el regalem, de grans a petits (i viceversa), per rellegir i reflexionar sobre la història a la qual passem pàgina cada dia.



#### EL FIL DE LA VIDA

Autor: Davide Cali  
 Traductor: Pau-Joan Hernández  
 Il·lustrador: Serge Bloch  
 Editorial: EntreDos  
 Lloc i any d'edició: Blanes, 2023  
 Nombre de pàg.: 54

## NOVETATS EDITORIALS



'La Germandat de l'Àngel Caigut' Jaume Clotet / Destino

El Premi Josep Pla, concedit el dia de Reis, va ser enguany per a aquesta novel·la del periodista Jaume Clotet. Una història que es mou entre finals del segle XIII i l'actualitat. Amb els ingredients que desperten l'interès del lector de *best-sellers*: a l'època històrica, els templers que marxen de Terra Santa i a l'actualitat, policies i monjos de Montserrat, amb el futur de l'abadia en suspens.



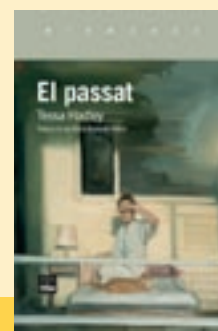
'Raschimura' Francesc Bellart / La Campana

Hi ha històries reals que tenen aires de novel·la. I les tenim sense sortir de casa nostra. Raschimura era el nom que va adoptar Pedro Vivancos, exitós ballarí de flamenc a Barcelona als anys 70, quan un dia va donar a la seva vida un tomb radical. Dels *tablaos* va passar a les arts marcials i d'aquí a crear una mena de secta i fer gala de curacions miraculoses. Fins a una mort poc clara.



'Contes romans' Alberto Moravia / Ed. Comanegra

Hi havia poques traduccions al català del gran narrador italià Alberto Moravia, i a poc a poc es va omplir aquest buit. Ara ja podem llegir els *Racconti Romani* (1954), una de les seves obres més estimades pels lectors. Relats escrits en primera persona que tenen com a escenari la Roma popular i la gent que hi viu. O potser, ben mirat, aquesta Roma és un personatge més dels contes.



'El passat' Tessa Hadley / Ed. de 1984

Una nova traducció al català de l'autor de *Cap al tard*. L'escenari és un poble anglès, a l'estiu. La casa familiar on, quan els pares ja han traspassat, tornen quatre germans amb les parelles i amb noves incorporacions. Sorgeixen els records i també les tensions de quan s'ha de fer l'enterrament de tot un món. I les famílies també són un món, a vegades el més complicat.



'Botànica màgica' Joan Anton Oriol Dauder / Ed. Sidilà

Fa trenta anys que es va publicar aquest llibre, com a part d'un conjunt de sis treballs que giraven entorn de les plantes. En aquest cas, era el corresponent a les seves propietats més màgiques, inclosos els beuratges i fórmules que podien semblar fruit de la imaginació i tenir, en alguns casos, un cert fonament. La revisió de què ha estat objecte ens l'acosta amb tot el rigor actual.

## LLENGUA

## EL 9 ETS I UTS

317


 CONSORCI PER A LA  
NORMALITZACIÓ  
LINGÜÍSTICA

## Dimecres de Cendra i l'enterrament de la sardina

Què? Com ha anat el Carnaval? Heu xalat intensament? Doncs bé, després del Carnestoltes ve el Dimecres de Cendra, dia en què comença la Quaresma. Recordem que tradicionalment durant el Carnaval hi havia més llibertat, més disbauxa i es trencaven moltes regles socials i religioses. Per celebrar el final del Carnaval, es fa un berenar i es participa en l'enterrament de la sardina, que simbolitza la fi d'aquest període –la sardina i l'arengada són aliments estretament lligats a la celebració del Carnaval–. A més, el Dimecres de Cendra s'organitza un seguici satíric que enterra el rei Carnestoltes.

En la tradició cristiana, els quaranta dies de la Quaresma són un temps de sacrifici en el qual no es pot menjar gaire. Són dies de dejuni i abstinència. Els qui segueixen encara els vells costums catòlics canvien la manera de menjar: sopes amb oli, verdura i aigua són l'única cosa que es menjava i es bevia. Solament el diumenge es podia menjar peix. Aquest costum es fa per recordar els quaranta dies que Jesús va passar al desert.

El nom de Dimecres de Cendra ve del fet que aquell dia el capellà posa un polsim de cendra al cap dels fidels que van a missa. És un ritu d'origen oriental que representa el dolor i la penitència. I la cendra és símbol de la caducitat dels humans.



Enterrament de la sardina a Torelló  
Foto: Arnau Jaumira

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

VIURE A  
CATALUNYA.  
APRENEM  
CATALÀ  
des de l'àrab

Material didàctic per aprendre català adreçat a persones que tenen com a llengua primera l'àrab

العيش في  
كتلونيا.  
نتعلم الكتالانية  
عن طريق العربية



UNITAT 02: Català, llengua d'acollida

EL 9 NOU

amb el suport de:

 Generalitat de Catalunya  
Departament de Cultura

Ho podeu trobar a: [EL9NOU.CAT](http://EL9NOU.CAT)



## MÚSICA

### EL CLÀSSIC

Jordi Sunyer

#### SALOMÉ 'Salomé'

Belter, 1968

Maria Rosa Marco Poquet va néixer el 1939 a Barcelona i a principis dels anys 60 es va convertir en Salomé, una cantant que si hagués nascut al segle XXI segurament hauria triomfat a *Eufòria* o a programes similars que es poden engolir en cadenes generalistes ibèriques. A partir de 1962 ja va començar a gravar *singles* i es va presentar a un grapat de concursos de cançó tant als Països Catalans com fins i tot a Polònia, al Brasil o a Malta. I arreu se'n va sortir airosa. El 1963, per exemple, amb la mítica "Se'n va anar", va guanyar el Festival de la Cançó Mediterrània. En aquells temps, cantar en català no era el més habitual i Salomé ho feia amb tota naturalitat. I fruit del seu compromís amb la llengua, el 1968 va gravar *Salomé*, un disc de llarga durada amb 12 peces totes en català on va recollir la majoria d'èxits de la seva trajectòria, des del "Se'n va anar" fins a "Com el vent" a més de peces aleshores molt



populars com la mítica "L'emigrant", amb lletra de Jacint Verdaguer. Després de treure el disc li van proposar de representar l'Estat espanyol a Eurovisió en substitució de Joan Manuel Serrat. Salomé, però, també va ser vetada tot i que un any després, el 1969, sí que hi va anar i a més va guanyar amb *Vivo cantando*. La cançó lleugera sovint s'ha titllat de gènere menor però la feina que va fer Salomé –que cantava prou bé– per dur el català als grans escenaris mereix un reconeixement. I encara s'hi és a temps.

### NOTES

#### Una exposició a Barcelona per homenatjar Núria Feliu

Núria Feliu es mereixia un homenatge com cal. I des de la setmana passada, el Palau Robert de Barcelona acull una reeixida exposició on es repassen alguns dels moments més destacats de la seva vida i obra amb l'objectiu precisament d'homenatjar la seva trajectòria i descobrir-la a les noves generacions. La mostra duu per nom *Núria Feliu al Palau (Robert)*, l'ha comissariat el periodista Òscar Dalmau, es va inaugurar la setmana passada i es podrà veure fins al 19 de maig. Feliu va morir a finals de juliol de 2022 deixant un llegat extraordinari. Al marge dels cantautors, Feliu va ser la intèrpret que faltava. No escrivia música ni lletres, però s'associava com ningú amb poetes i compositors que feien textos i melodies expressament per a ella. En una època de forta influència de la cançó francesa, va apostar pel repertori nord-americà: jazz, musicals i cançons de pel·lícules. A més, tocava tots els gèneres populars –del cuplet al bolero– i va recórrer el



país amunt i avall amb la seva orquestra. Era rebel i emprenedora: va fitxar per a una discogràfica de Madrid amb la condició de continuar enregistrant en català i va acabar creant la seva pròpia productora per poder editar els discos que volia. El seu nom, a més, s'associa a la reivindicació de la música viva, a la defensa de la llengua catalana, als moviments socials de barri i a la lluita antifranquista. Feliu va ser pionera en molts àmbits i al llarg de més de mig segle de carrera va registrar una quarantena d'àlbums i 400 cançons que la van convertir en una de les artistes més populars i carismàtiques que ha tingut mai el país. Si encara no la coneixeu, feu cap al Palau (Robert).

### EL TEST

#### Sandra Fortado



**Primer instrument que vas tocar?** La guitarra. **Primer grup del qual vas formar part.** Time Out, ja fa uns anys. Actualment, amb algun dels músics que ja tocàvem aleshores, canto amb The Capsigranys. **Primer concert dalt d'un escenari?** A la festa esportiva de Lliçà de Vall, amb Time Out. **Primer disc que et vas comprar?** Un de Roxette. **Quants discos tens?** No ho sé, *tropomil...* **Salva'n tres.** Uff! En salvaria molts. Escolto de tot i m'és molt difícil quedar-me només amb tres... **Grups i músics de capçalera.** Nina Simone, Ella Fitzgerald, Brandi Carlile... **Un concert (com a públic) per recordar.** Tinc molt bon record d'un dels concerts de Bruce Springsteen a Barcelona.

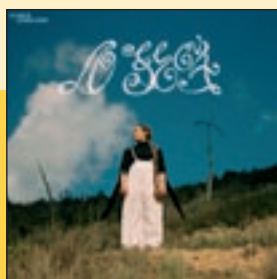
## NOVETATS DISCOGRÀFIQUES

Jordi Sunyer



#### GINESTÀ 'Vida meva'

Quart disc ja dels Ginestà, la banda dels germans Júlia i Pau Serrasolsas. En aquest cas, han fet un treball conceptual com els d'abans, amb cara A i B. A la primera part hi ha cançons d'amor cap a la parella, amb un començament eufòric que acaba amb un trencament que dona pas a la cara B. Aquí el disc pren forma de comiat i comença un procés que té com a objectiu tornar a estar bé amb un mateix. Per traçar aquest camí, Ginestà abraça el pop però també aposta per ritmes més electrònics i fins i tot alguns temes que s'apropen al rock.



#### JOANA DARK 'Lo secà'

Darrere de Joana Dark s'hi amaga Ariadna Rulló, filla del mític Ton Rulló (Coses, TR, La Rural...). I tot i que va començar fent punk-rock i després es va passar a l'electrònica, ara aposta pel folk d'aire contemporani amb similituds al que facturen Tarta Relena, Marala o el duet Maria Arnal i Marcel Bagès. Per crear *Lo secà* explica que va començar fullejant el costumari de Joan Amades que hi havia a casa del seu pare. Si és així, beneïda sigui aquesta connexió entre *rullons* que s'afiança a "El mosso", on també canta Ton Rulló.



#### THE HARLOCK 'Retorno al Low Fi'

Després de debutar publicant dos discos que podríem entaforar al calaix del folk-rock, l'any 2023 els barcelonins The Harlock van fer un cop de timó cap a un so més agressiu, van canviar l'anglès pel castellà i van publicar *El fabuloso retorno de las maquetas de cassette*. Un any després, per si algú en tenia dubtes, la banda certifica el seu gir cap al punk amb *Retorno al Low Fi*, un treball amb vuit peces que van de dret a barraca a ritme de punk-rock i garatge i una mirada àcida i burleta cap a tot allò que ens envolta.

## GASTRONOMIA

Eva Remolina / AMIC

### Mero al forn

Aquest peix blanc és una delícia per cuinar, és molt versàtil i sol estar present al llarg de tot l'any a les peixateries. Aquesta és una recepta que requereix molt poc esforç i el resultat és espectacular.



#### INGREDIENTS

- 4 filets de mero
- tomàquets madurs
- 1 ceba gran
- 2 grans d'all
- 1 llimona
- 4 cullerades d'oli d'oliva extra verge
- Sal i pebre al gust
- Herbes fresques com ara julivert o romaní (opcional)

#### PREPARACIÓ

- Preescalfa el forn a 180 graus. Mentre s'escalfa, pela i talla els tomàquets i la ceba en rodanxes petites.
- En una safata apta per al forn, posa-hi una mica d'oli d'oliva i fes un llit amb les verdures tallades anteriorment. A sobre, ves repartint amb cura els filets de mero i esprem tot el suc de la llimona sobre els filets. Afegeix-hi també els grans d'all picats.
- Condimenta-ho amb sal i pebre al gust, i afegeix-hi algunes herbes fresques com ara julivert o romaní si ho desitges.
- Rega els filets de mero amb el restant oli d'oliva.
- Cou al forn durant uns 20-25 minuts, o fins que el peix estigui ben cuit i es desfaci amb una forquilla.
- Serveix-ho calent. Quedarà molt bé acompanyat d'una guarnició de verdures al vapor, arròs blanc, una amanida verda o patates al caliu.

## SALUT

Eva Remolina / AMIC

### Els efectes que té l'estrès sobre la teva salut

L'estrès és una resposta natural del cos a situacions desafiantes o amenaçants, però quan es torna crònic pot tenir un impacte significatiu en la salut.



Aquest article explora els efectes de l'estrès en la salut, destacant com la connexió entre la ment i el cos pot influir en diverses àrees de benestar físic i mental.

Quan enfrontem situacions estressants o canvis que afecten la vida, el cos allibera hormones com el cortisol i l'adrenalina, preparant-nos per a una resposta de "lluita o fugida". Aquestes reaccions poden tenir origen en els sentiments, les situacions i les mateixes persones. Aquesta resposta és

beneficiosa a curt termini, però l'estrès crònic pot mantenir elevats els nivells d'aquestes hormones, afectant negativament el cos. Quan el nivell de l'estrès comença a afectar o interferir negativament en la qualitat de vida, cal revisar què està passant i com conduir-ho.

L'estrès crònic pot contribuir a problemes cardiovasculars. Augmenta la pressió arterial, el ritme cardíac i la inflamació, augmentant el risc de malalties cardíques, hipertensió i altres trastorns

relacionats.

D'altra banda, l'ansietat i la preocupació relacionades amb l'estrès poden interferir en el somni, provocant insomni o dificultats per conciliar el son.

En casos més extrems, l'estrès crònic està vinculat a problemes de salut mental, com la depressió i l'ansietat. Pot afectar l'equilibri químic en el cervell i contribuir al desenvolupament o empitjorament de trastorns mentals.



## JARDINERIA

Eva Remolina / AMIC

### Tècnica del 'mulching': beneficis i aplicació



El 'mulching', també conegut com a encoixinat, és una tècnica agrícola i de jardineria que consisteix a cobrir la superfície del sòl amb una capa de material de protecció amb l'objectiu de protegir-lo i millorar-ne les condicions.

Aquest material, anomenat *mulch*, pot ser de diferents tipus, com ara palla, fusta triturada, agulles de pi, pedra, plàstic o altres materials. L'elecció del material de *mulching* dependrà de les necessitats específiques de les plantes i de les condicions ambientals de la zona. Integrar aquesta pràctica en les nostres activitats agrícoles i de jardineria pot conduir a una millora significativa en la salut dels cultius i en la sostenibilitat dels ecosistemes.

La tècnica del *mulching* es pot aplicar de diverses maneres, segons el material emprat, classificant-se en:

#### ■ 'MULCHING' ORGÀNIC

En aquest cas, es fa servir material d'origen orgànic com ara palla, escorça, fulles o restes vegetals. Aquest tipus de *mulch* es descompon amb el temps, aportant nutrients al sòl i millorant la seva estructura. S'aplica de manera uniforme al voltant de les plantes, deixant un espai al voltant del coll dels vegetals per evitar possibles problemes de descomposició.

#### ■ 'MULCHING' INORGÀNIC

Aquí es fa servir material com ara plàstic, paper o teixits especials. Aquest tipus de *mulch* és principalment usat per mantenir la temperatura del sòl, controlar les males herbes i retenir la humitat. Es col·loca al voltant de les plantes i es pot fixar al sòl amb estakes o altres elements per evitar que es mogui amb el vent.

Els principals beneficis del *mulching* són:

#### ■ REDUCCIÓ DE MALES HERBES

El *mulching* ajuda a prevenir el creixement de males herbes competidores per l'espai, la llum i els nutrients.

#### ■ RETENCIÓ D'HUMITAT

Amb una capa de *mulch* es redueix la pèrdua d'aigua per evaporació, mantenint el sòl humit per més temps.

#### ■ PROTECCIÓ DEL SÒL

El *mulching* protegeix el sòl de l'erosió causada pel vent i la pluja, així com de les fluctuacions extremes de temperatura.

#### ■ MILLORA DE LA FERTILITAT DEL SÒL

El *mulching* orgànic afavoreix la descomposició de la matèria orgànica, aportant nutrients essencials al sòl.

#### ■ CONTROL DE PLAGUES

En alguns casos, el *mulching* pot ajudar a reduir la presència de determinats insectes i altres plagues.

## CURIOSITATS

Eva Remolina / AMIC

### La triscaidecafòbia: la por al número 13

La por al número 13, coneguda com a triscaidecafòbia, és una fòbia que es manifesta de diferents maneres, com evitar el número 13 en edificis, carrers o fins i tot en esdeveniments especials com casaments. Aquest fenomen té arrels profundes i ha estat objecte de moltes supersticions al llarg dels anys.

La triscaidecafòbia té els seus orígens en diverses tradicions. Alguns creuen que la seva mala sort es deriva de la mitologia nòrdica, on hi havia una festa amb 12 déus i un intrús no convidat, el déu del caos i la desgràcia. Altres vinculen la por al número 13 amb esdeveniments històrics, com la traïció de Judes Iscariot, el tretze avançat al Senyor a l'últim sopar.

Algunes de les curiositats sobre aquest número les trobem a:

#### ■ HOTELS SENSE PIS 13

Molts hotels eviten tenir una planta 13, ja que alguns creuen que portarà mala sort als seus hostes. En canvi, passen



directament del pis 12 al 14.

#### ■ DIVENDRES 13

Aquest dia, en particular, està considerat com un dels més *mal factors* del calendari. Hi ha gent que evita realitzar accions importants o viatjar en aquesta data, per por de la mala sort.

#### ■ ASTRONOMIA I ASTROLOGIA

En la cultura popular, el número 12 sol ser vist com un número harmònic i complet, mentre que el 13 sovint és percebut com a perturbador. Aquesta creença també es reflecteix en moltes tradicions astrològiques.

## ALEGRIA INTERIOR

Eulàlia Robert, directora de PNL Barcelona

### Com anem d'alegria?

Fa uns dies em va visitar una amiga, una dona que sempre somriu i amb qui em sento especialment bé.

Vam estar parlant una estona, posant-nos al dia, ja que feia molt de temps que no ens vèiem.

En acomiadar-nos em va dir: "Et puc fer una abraçada?". I jo li vaig respondre que sí, perquè realment sentia que volia fer-li una abraçada des de feia una estona.

Aquella abraçada, que va durar uns quants segons, em va obrir el cor, vaig començar a sentir el seu batec i una sensació d'expansió al pit. Vaig notar una escalfor que em pujava per l'esquena i m'arribava als braços i les mans. Un somriure es va esbossar a la meua cara i vaig dir a la meua amiga: "M'acabo d'adonar que necessitava una abraçada així des de feia temps".

Ella em va confessar que també necessitava abraçar-me perquè normalment sentia molta alegria a la seva vida i que volia compartir-la. Em va dir que no sempre podia abraçar i transmetre la seva alegria a moltes persones, potser perquè no se sentia compresa. "Deu ser estrany que avui en dia algú se senti alegre amb totes les notícies que ens envolten", va continuar.

Realment crec que no és fàcil trobar-nos amb alguna persona que senti una alegria genuïna per estar viva i vulgui compartir-la amb altres persones.

Aquesta abraçada va despertar alegria en mi i la resta de la setmana vaig viure les trobades amb familiars, amics i persones amb qui em relaciono



habitualment més contenta, amb més ganes de veure'ls i estar amb ells.

La paraula *alegria* prové del llatí *alacer*, *alacris*, que es pot traduir com a 'ràpid', 'vivaç' o 'animat'.

L'alegria està considerada una de les emocions bàsiques i segons la medicina tradicional xinesa

està relacionada amb el cor. Quan sentim alegria, la sang flueix cap a la part superior del cos: cap, braços, mans, i solem sentir ganes de moure'ns, saltar, ballar, cantar, etc.

Quan sentim alegria, al nostre cos s'alliberen hormones i neurotransmissors que reforcen aquestes conductes.

La resposta adaptativa de la joia és compartir la sensació de benestar, transmetent als altres el nostre entusiasme, reforçant així vincles socials i emocionals. Una alegria que no compartim ens pot portar fins i tot a sentir-nos tristos.

Aquests dies he estat molt més conscient de com em relacionava, he trucat a persones que feia temps que no en sabia res, he celebrat el meu sant durant dies amb amics i familiars i m'he sentit més viva.

He somrigut i rigut més i m'he notat més propera a moltes persones. M'he sentit millor amb mi mateixa, amb més confiança i més motivació per fer tasques habituals. He escoltat amb més presència, amb més atenció, he estat més tranquil·la i amb més sentit de l'humor.

He pogut connectar millor amb el meu net i sentir també la seva alegria. També he gaudit molt més de les seves abraçades

Aprofitem quan la vida ens brinda moments de celebració. Compartim la nostra alegria, abracem-nos.

Només hi ha dos aspectes a tenir en compte, l'abraçada ha de ser honesta i ha de durar més de 10 segons. Una bona abraçada té efectes duradors.

## HORÒSCOP

Roser Bona

Del 23-02-2024 al 29-02-2024

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

Mercuri a Casa XII afavoreix el diàleg intern i posa ordre als teus pensaments. Això et pot ajudar a no precipitar-te. Et preocupa el futur laboral i econòmic i fas plans.

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

Si tens una relació pot tornar-se inestable i et plantejes si vols seguir. Es donen oportunitats al sector laboral i podries aconseguir la feina per a la qual t'has preparat.

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

Podries tenir notícies d'una feina que pensaves que ja havies perdut. Tens una xerrada profunda i aclaridora amb una persona de més edat que tu. Podria ser amb el teu pare.

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

Penses a tornar a estudiar o ampliar els estudis que curses. Dies propicis per fer una escapada i desconnectar de les obligacions. Possible àpat amb la família política.

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

Podries encaparrar-te una mica en un projecte que no has pogut dur a terme. Envoltar-te de les persones que t'aprecien col·laborarà al fet que et sentis millor i ho passis bé.

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

S'obre un període de més activitat social. Si tens algunes diferències amb la parella, en parlem amb tranquil·litat. Fas que el teu lloc de treball sigui més agradable.

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

Si havies deixat la feina per algun motiu, tornes a cercar la manera d'incorporar-te al món laboral. Podries adoptar una nova mascota. Dies de gestions administratives.

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

Podries fer un viatge amb un bon amic. Si tens fills en edat escolar, els apuntes a classes particulars. Temptejes el terreny i et poses en contacte amb algú que t'atrau.

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

Creus que potser hauries de canviar d'habitatge. Apareix algú del teu passat i amb qui ja no pensaves. Estàs més connectat a les teves emocions i és difícil que t'enganyin.

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

Amb Mercuri per Casa III recuperes la claredat d'idees i comences a posar forma a un projecte. Serà bo reforçar la seguretat a les xarxes, al mòbil i al correu electrònic.

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

Amb la conjunció Venus/Mart al teu signe, si una situació s'estava allargant massa et canses d'esperar i passes a l'acció. Això afecta sobretot el sector laboral o sentimental.

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

Per molts anys! El Sol entra al teu signe. Amb Mercuri a Peixos et mostres més comunicatiu i si estaves una mica apàtic et mous més. Recuperes el contacte amb un germà.



## CINEMA

### LA CRÍTICA DE LA SETMANA

Joan Millaret i Valls

#### 'Priscilla'

De Sofia Coppola



#### El costat amarg dels contes de fades

*Priscilla* de Sofia Coppola planteja entre moquetes, pólvores, maquillatge i cortinatges el revers amarg dels contes de fades, el costat fosc de l'amor romàntic, a partir de les memòries de la mateixa Priscilla Beaulieu, productora alhora de la pel·lícula. El 1959, Priscilla (Cailee Spaeny), una adolescent de 14 anys, és convidada al cercle íntim d'amistats d'Elvis Presley (Jacob Elordi) quan aquest es trobava fent el servei militar en una base americana a Bad Nauheim, Alemanya. La noia se sent fascinada pel carisma d'Elvis, però també per la seva vulnerabilitat i sensibilitat fins a acabar enamorada d'aquesta estrella del rock'n'roll que la reclama al seu costat.

Però Priscilla és una nena destinada a ser una mera joguina en mans d'un presumptuós Presley. Acabarà retinguda amb els anys i amb un casament com una bonica adquisició per lluir a la luxosa residència de Presley a Memphis, Graceland. La directora retransmet un viatge introspectiu i gens retòric sobre la presa de possessió com a dona en

aquest castell encantat de Graceland. Relat intimista on tot sembla callat o dit a mitja veu, llevat d'instantos en què Priscilla manifesta la seva contrarietat obertament davant les pressions estètiques d'Elvis pel que fa als vestits o als pentinats. Per moments sembla un segrest bucòlic de la Bella per la Bèstia, però aquí no hi ha redempció possible per a aquesta narcisista i possessiva icona musical.

La filla del cineasta Francis Ford Coppola retrata la buidor, el tedi, la superficialitat, que tot sovint envolta les seves protagonistes femenines. I ho fa filmant de forma predominant els objectes i els decorats, sempre amb una certa delectació, quasi fetitxisme. És una manera de subratllar els ingredients i els contorns de les gàbies d'or on viuen aïlladament les seves Priscilles. La mirada de Sofia Coppola es torna a fixar a esbossar retrats de noies adolescents, com a *Las vírgenes suicidas* o en el singular biopic *María Antonieta* (2006), el film més proper a *Priscilla* estilísticament i conceptualment, noies engabiades en presons encotonades.

### OFERTA CULTURAL

M. Erra / T. Terradas



#### Xarim Aresté porta la seva música a Sant Celoni

Xarim Aresté en solitari. Sala Gatzara, Sant Celoni. Divendres, 23 de febrer, 20h.

Xarim Aresté, un referent de l'escena independent catalana, actuarà aquest divendres a Sant Celoni, on demostrarà les seves habilitats com a compositor, poeta i cantant. Fa uns anys va començar aquesta carrera en solitari amb àlbums com *Lladregots* (2013), *La rosada* (2015), *Polinèsies* (2018) i l'eclèctic i aclamat *Ses entranyes* (2022).



#### Yllana torna al Cirvianum

'Trash!', de Producciones Yllana. Teatre Cirvianum, Torelló. Diumenge, 25 de febrer, 18.00h.

Producciones Yllana, prestigiosa companyia amb més de 30 anys de trajectòria, presenta a Torelló el muntatge *Trash!* Es tracta d'un dels seus últims espectacles, que exhibirà molta percussió i molt d'humor, una de les característiques d'aquesta companyia, que ja ha visitat Torelló en altres ocasions.

## CINECLUB



#### 'Peixos'

Catalunya, 2019. Dir. Ivan Mulero. Sessió programada conjuntament amb L'Agrupació de sords de Vic i comarca.

El planeta Terra és atacat per extraterrestres amb una arma sònica capaç d'anul·lar els terrícoles oïdors. Donades les circumstàncies, les persones sordes, sovint ignorades, es converteixen en l'última esperança per a la salvació de la humanitat. Primera gran producció rodada en llengua de signes catalana (LSC). La sessió es completarà amb la projecció del curt *Inseguridad*, d'Edgar Murillo, guanyador de la darrera edició del VicMovies. Les dues pel·lícules són models pioners d'accessibilitat inversa, amb un guió i posada en escena pensada en els dos públics: el sord i l'oïdor. Es comptarà amb la presència de part dels equips artístics de les dues produccions.

**CINECLUB VIC**  
Dimarts 27 - 20h  
Llenguatge de signes en català (LSC) amb subtítols en català  
Espai ETC



#### 'Cold War'

Polònia, 2018. Dir.: Pawel Pawlikowski. Drama romàntic. Amb la Guerra Freda com a teló de fons, *Cold War* presenta una apassionada història d'amor entre dues persones de diferents orígens i caràcters, que es coneixen per accident i que són totalment incompatibles. Malgrat totes les dificultats que es presenten, intenten estimar-se i ser feliços en uns temps on no hi ha lloc per a la bellesa, l'amor i l'art.

El film transcorre al llarg d'un peculiar desenvolupament de la relació, passant per totes les etapes, des dels moments dolços als amargs, des del principi fins al final. Pawlikowski entre altres recursos fa un esplèndid tractament del jazz al film que adquireix caràcters gairebé filològics.

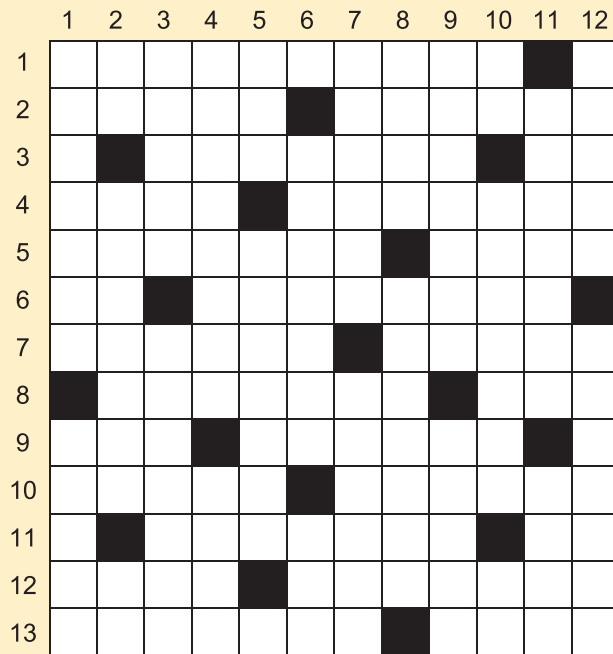
**AC GRANOLLERS**  
Dimarts 27 - 19h  
Pel·lícula programada dins el 34è Festival de Jazz de Granollers.  
Cinema Edison

## PASSATEMPS

### MOTS ENCREUATS \_ Pau Vidal

**HORIZONTALS:** 1. Resposta en vers, des de l'església, al consistori. Capdevila / 2. Un volàtil atrapat a l'escocell. O avança la semblança o el so / 3. Estrena de teatre. Dispositiu electrònic de capacitat variable. Al fons del forn / 4. Pandereta en forma d'arracada. Aquella puresa que permet fumar havans / 5. Si no hagués de rumiar tant podria ser cèlebre. Hidrocarbur de vida inferior a deu anys / 6. Anima de quisso. Document per certificar que el càrrec no serà giratori / 7. És a l'ocre com a la crosta el crustaci. Reserva comestible a la carrossa / 8. Diari dirigit per torns. Dels 12 als 16 a estudiar a la presó / 9. Queixes entre els paisans. Expliquin fabulosament. Una enmig de molts / 10. L'únic defecte que no es pot permetre és la indecisió. Un conyac ple de ronya?: no, berruga en un arbre / 11. Quasi dos. Fa bestieses com ara esperar la muntura. Quasi dos per dos / 12. Castell àrab fet amb daus. Gran ocell no volador ideal per a un monestir / 13. De l'activitat més representativa. Deshidratat de tant explicar l'acudit.

**VERTICALS:** 1. Giravolt a l'esmentat diari. Reposicionament que abans es feia per carta / 2. Darrer mos d'espetic. Torna a fer la redacció. Dues sense fronteres / 3. Massa estricte per clavar un revés. Costellada exclusivament de cansalada / 4. Banyat a l'argentina. Agradable, tot i no ser gratis del tot / 5. Un rol incomprensible. Pirata amb gust de xocolata. Fa cap a la reunió / 6. I ara a la negociació. Gas mostassa incorporat a la piperita. Ací quan s'enfila / 7. Que lasciu, es disfressa de siciliana! Utòpic, imaginari / 8. Roma oculta rere



un bosc. Surten dels oceans per anar a treballar a la borsa / 9. Segrestador en qüestió de segons. Empremtat per un sol costat / 10. Ambit sense. Paral·lelepípede edificable. Ocell al cau / 11. Aspirant a simpàtic. Rapinyaire que exhala candor i innocència / 12. Clava una bufa per la barbaritat de la venda. Massa cremat a la foto del salconduit.

### 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: difícil**

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

**Dificultat: mitjana**

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

### QUADRE NUMÈRIC

|    |   |   |   |    |    |
|----|---|---|---|----|----|
|    | + | 3 | + | 9  | 19 |
| -  |   |   | + |    |    |
|    | + | 2 | + |    | 13 |
| -  |   |   | - |    |    |
| 8  | + | 1 | - |    | 5  |
| -6 |   | 4 |   | 19 |    |

### SOPA DE LLETRES

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

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

- Bastir
- Castell
- Casc
- Colla
- Dosos
- Enxaneta
- Folre
- Manilles
- Pilar
- Torre

### SOLUCIONS

|    |    |   |    |
|----|----|---|----|
|    | 19 | 4 | -6 |
| 5  | 4  | - | 8  |
|    | +  | - | -  |
| 13 | 6  | + | 5  |
|    | +  | - | -  |
| 19 | 9  | + | 7  |



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

Dificultat: difícil

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

Dificultat: mitjana

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