

EL

MAGAZÍN

Núm. 346

Divendres, 13 de setembre de 2024

EMPRESA

El control pressupostari, essencial per a l'èxit de qualsevol projecte o negoci

LLIBRES

Oriol Canals, Àlex Susanna, Laura Pinyol o Mercè Ibarz, entre les novetats editorials

JAUME BARRULL

XAVI ESTRADA

"Vull pensar que acabarem sabent la veritat del cas Negreira"



ENTREVISTA

XAVI ESTRADA

“Després d’expulsar Cristiano Ronaldo vaig estar dos anys sense arbitrar el Madrid”

Nascut a Lleida el 1976, Xavi Estrada va decidir que volia ser àrbitre de futbol i es va preparar com un esportista professional. Va escalar de les categories inferiors fins arribar a xiular 14 anys a la Primera Divisió de la Lliga de futbol i arribar a Champions. Després de ser apartat del terreny de joc per la querella que va interposar contra Enríquez Negreira, el Comitè Tècnic d'Àrbitres va denigrar-lo a treballar com a àrbitre VAR des d'una furgoneta, situació que va derivar en un altre front judicial. Enguany ha publicat un llibre en què explica tot això i més: 'La verdad sobre el caso Negreira' (La Esfera de los Libros).

Text i fotos: Jaume Barrull Castellví

Tres petits tatuatges que representen la natació, el ciclisme i l'atletisme, les disciplines del triatló, delaten per què Xavi Estrada es manté en forma i no ha guanyat pes després de deixar el futbol professional. “Durant dècades es va pensar que els àrbitres no eren esportistes i per això era un col·lectiu que tampoc no es preocupava per la seva salut. Jo ja soc d'una generació que passava unes proves físiques prou exigents.”

Què el va motivar, quan era adolescent, a ser àrbitre? No participava del joc i a sobre s'emportava totes les esbrincades.

Aquesta pregunta també me la vaig fer jo quan vaig començar. Sempre havia vist la figura arbitral com algú llunyà, però quan empatitza amb el seu rol t'adones que és una experiència que t'aporta moltes coses. Hi ha el repte personal d'assumir i gestionar les circumstàncies adverses que vas entomant en cadascun dels partits de la teua trajectòria. Treballar les frustracions, la resiliència, les emocions i les derrotes.

També té poder sobre tot el que passa al camp.

Si ets jove i inexpert, si estàs sol i no tens recursos, el més fàcil és tirar de targetes per imposar-te als altres. Demostrar qui mana a



“En cada època de la carrera vius situacions i pressions diferents. Al començament ets molt jove, tens pocs recursos i estàs sol al terreny de joc”

través de les amonestacions i expulsions, en lloc de buscar una gestió més intel·ligent amb els jugadors. En cada època de la carrera vius situacions i pressions diferents. Al començament ets molt jove, tens pocs recursos i estàs sol al terreny de joc.

Encara són la baula més dèbil?

És el més dèbil perquè en un entorn amb tanta pressió ambiental les persones que haurien de vetllar i posar mecanismes per ajudar que la seva figura es preservés i respectés, que són els clubs, no facin la feina. Això fa que molts nois i noies que comencen a arbitrar, per culpa de tenir males experiències i potser no tenir eines per poder-les gestionar, acabin abandonant.

Els camps del futbol base i amateur continuen sent de batalla.

Dels meus inicis fa 30 anys a l'actualitat malauradament hi ha coses que han canviat poc. Continua havent-hi molta agressivitat i mala educació. També hi ha una certa condescendència per part de les administracions, les federacions i les directives dels clubs.

Al llibre explica el nepotisme endèmic del mateix Comitè Tècnic d'Àrbitres. Com aconseguix un jove lleidatà sense padrins dins de l'organisme fer carrer fins arribar a internacional?

Soc el millor exemple que la carrera esportiva, com la vida, és circumstancial. De la meua generació hi ha molts àrbitres que es van quedar pel camí. Quan vaig decidir que volia intentar fer carrera arbitral vaig decidir adoptar un perfil baix perquè

de seguida em vaig adonar que a Lleida hi havia dos grups enfrontats. En lloc de posicionar-me, vaig procurar no fer soroll i treballar fort. Quan vaig arribar a les categories en què havia de competir amb el fill del secretari tècnic d'àrbitres la situació es va complicar. Per pressionar-me em deien que no pujaria de categoria perquè la plaça ja estava reservada. Ells poden influir en les avaluacions dels partits del seu fill, però les proves físiques i tècniques al CAR de Sant Cugat per saltar a Preferent no. Quan saltaves a la Segona B ja començaves a tenir contacte amb Negreira. Aleshores és quan m'adono que hi ha gent que encara arbitra pel nom. Parlo de col·legiats com Quique Mejuto, Medina Cantalejo, Pérez Burrull, Iturralde González. Quan el 2009 arribo a Primera Divisió era el més jove i passava una mica el mateix. Ha sigut el *modus vivendi* d'unes quantes famílies que perdien molt de temps pugnant entre elles. L'estratègia era mantenir el perfil baix i no aixecar gaire la veu. Mentre no molestis et deixen passar fins a cert nivell. La promoció a un Mundial o a les fases finals d'una Champions es decideixen a dit.

El que queda molt clar al llibre és el nepotisme dins del CTA.

Quan tu tens responsabilitats en un organisme i amb el teu vot decideixes sobre el teu fill, penso que no està bé i que t'hauries d'abstenir perquè condicions el futur dels que no tenen ningú que els protegeixi. Però hi ha gent sense ofici ni benefici que gràcies a tenir familiars en càrrecs de poder

poden guanyar força diners, fins i tot sense escalar gaires categories. Al futbol base als 90 podies guanyar 100.000 pessetes només treballant el cap de setmana. No exigien ni l'EGB.

Sorpren la dependència que el Comitè Tècnic d'Àrbitres demostra respecte a l'opinió pública.

A mi em costa parlar pels àrbitres de generacions anteriors a la meua. Però a partir del segle XXI, la pressió mediàtica que vius amb el Madrid és única. Fins i tot el Barça juga en una altra lliga. Una vegada ets a Primera cobres el mateix per un clàssic que per un Almeria-Osasuna. Però les decisions que prens respecte al Madrid influiran en la teua carrera i això et condiciona.

El CTA en lloc de protegir els àrbitres cedeix a les pressions?

Tu podies haver pres una decisió correcta contra el Madrid, però si l'opinió pública considerava que no era així el CTA et podia sancionar. Després d'expulsar Cristiano Ronaldo vaig estar dos anys sense arbitrar el Madrid. Si tu no arbitres partits de primer nivell a la Lliga és molt complicat promocionar-te a fer campionats internacionals.

Cas Negreira. Vostè es querella encara que és un afer que no l'afecta personalment. Com que és català mai no ha arbitrat cap equip del principat a les categories professionals.

Negreira diu que ha cobrat més de set milions d'euros del Barça per assegurar-se que els àrbitres són neutrals. Això posa en entredit la professionalitat de tot el col·lectiu! Jo poso la querella per defensar la nostra honorabilitat ja que ni la Federació ni el CTA no fan realment res. Jo volia dormir tranquil, marxar amb el cap ben alt i sense deure res a ningú.

Va intentar una acció col·lectiva abans d'anar per lliure?

La tarda que esclata l'escàndol el mateix Medina Cantalejo ens va convocar per explicar-nos la posició de la Federació, dient que estan molt afectats i que faran tot el possible per aclarir el cas. L'endemà grava un vídeo per a xarxes dient que Negreira no pinta res al CTA. Només si tens alguna cosa a amagar pots mentir d'una manera tan flagrant. Com podia dir que Negreira no era ningú quan tothom sabia el poder que tenia? La majoria dels àrbitres estaven indignats, però posicionar-se implicava arriscar-se a perdre la feina. Les pressions internes perquè ningú no es mogui de la foto van ser molt dures i van tenir efectes en la majoria. Però jo no em vaig aturar, no havia treballat tants anys per veure com se'ns posava en dubte i la Federació no depurava responsabilitats. Vull pensar que en un món just s'han d'aclarir les coses i saber la veritat.

I creu que passarà?

La justícia és lenta i hi ha molts interessos per preservar el poder. Això dificulta la investigació i amb el temps ves a saber què ha passat amb molta documentació. L'estratègia de la Federació és la por i el missatge és clar: qui vulgui continuar arbitrant ha de callar. De moment els està funcionant. Vull pensar que acabarem sabent la veritat. Com a àrbitre que ha volgut treballar els valors d'honestedat i transparència.

De moment el van fer fora del camp i el van denigrar a fer d'àrbitre VAR des d'una furgoneta aparcada fora de l'estadi.

Almenys em van avisar que se m'acabava arbitrar a Primera i vaig poder fer-me a la idea i gestionar-ho. Van ser moments durs i de molta tensió, l'assetjament per part de les directives del CTA i la Federació Espanyola de Futbol era molt dur. Em van apartar i marginar, em van atacar directament i ho van fer a través dels mitjans de comunicació afins. Al final, però, pesa més la satisfacció d'haver fet una carrera fins a competicions internacionals guanyant-ho tot per mèrits propis.

Troba a faltar res?

Els nervis de la competició, els moments abans de pujar les escales i sortir al camp d'un gran estadi per xiular un partit que saps que miren quatre-cents milions d'espectadors.

OPINIÓ



Josep Burgaya

DES DE FORA

Pocs i malavinguts

Actes institucionals a part, aquesta ha estat una Diada que ha posat en evidència el final del Procés. En lloc de reafirmació i rearmament independentista, s'ha posat de manifest el tots contra tots irat i la no acceptació que la majoria de la ciutadania de Catalunya ja no està de romanços. Com havia estat abans que fos apropiada per l'independentisme, la festa nacional era això, festiva, amb tocs de reivindicació, però fonamentalment integradora de tota mena de sensibilitats i, en cap cas, exclouent de ningú. Certament que en algunes edicions, força, l'independentisme va saber donar-li el to èpic i un horitzó utòpic que va portar a exhibicions públiques, autèntiques *performances* força reeixides. Però l'excitació generada no s'ha pogut mantenir en el temps perquè s'ha evidenciat que se sostenia sobre arguments i estratègies molt febles, obviant, a més, que es deixava fora una part rellevant i probablement majoritària de Catalunya que no se sentia cridada, ni a nivell simbòlic ni pràctic, a enderrocar falsos murs que ens durien a un futur esplendorós inexistent. La societat catalana és complexa, diversa i plural. Els sentiments de pertinença, com arreu, no són homogenis i encara menys el sentit de la identitat pot ser un univers unitari. Cadascú se la fa amb els fragments d'aquí i d'allà que li interessin. Això que se'n diu la "identitat nacional" en realitat no existeix. És un invent d'alguns que intenten convertir en homogeni allò que no ho és, ni seria bo que ho fos. Per sos-

tenir un sorollós discurs de resistència contra una pretesa opressió irrespirable, aquests dies la profusió de bajanades historicistes sobre Catalunya i Espanya que s'arriben a dir fan mal a l'oïda i també al coneixement històric. He sentit a tot un president del Parlament afirmar que "les nacions tenen dos drets, i el primer d'ells és el de sentir-se complerts". Una autèntica estupidesa que no es fonamenta en res. Tot s'hi val.

A banda que els partits independentis-

El paper de Lluís Llach està essent patètic i més digne d'un esbirro de barra de bar que no pas d'algú amb la seva trajectòria artística

tes no visquin el seu millor moment tot exhibint discursos i maneres poc integradores pel propi moviment, aquestes que s'autodenominen "entitats de la societat civil" han aprofitat per fer afirmacions antipolítiques i de superioritat moral respecte dels partits que les van crear, que dubto que les portin enlloc i no estan exemptes d'una certa perillositat en termes democràtics. Tant l'ANC com Òmnium són artefactes creats o impulsats pels partits independentistes, i lògic és que pateixin les contradiccions que les

mutacions estratègiques d'aquests comporten. Els seus dirigents no representen a gairebé ningú i solen ser cooptats entre gent *coneguda*. El paper de Lluís Llach està essent patètic i més digne d'un esbirro de barra de bar que no pas d'algú amb la seva trajectòria musical i artística. La seva obsessió malaltissa amb relació al president Illa i el PSC denota que no és algú que pugui representar res a hores d'ara. Pel que fa a Òmnium, manté un xic més les formes, però fa temps que va deixar de ser una entitat cultural per convertir-se en un instrument polític al servei de la causa i estratègia independentista. El que ha passat aquesta setmana al voltant de la Diada evidencia el fracàs de l'estratègia independentista i una desmobilització que no crec que sigui puntual. S'han cremat tots els cartutxos a l'altar d'una pretensió fallida. Tampoc es pot enganyar la gent de manera continuada. El poc que queda se sosté sobre uns mitjans d'informació que, majoritàriament, continuen enaltint i sostenint el moviment. En això, res ha canviat. Ajuden a mantenir una ficció a la qual, ara, ja se li veuen molt les costures. No sé si els propers anys serà possible de recuperar una festa nacional en la qual tothom se senti inclòs i en sigui més o menys partícip. Caldria que els que l'han colonitzada en un determinat sentit deixessin de fer-la exclusiva, que es recobrés un cert sentit d'espai compartit de civilitat i catalanitat, l'afirmació de pertànyer a una societat que no pretén de fer-nos iguals sinó senzillament conciutadans que compartim llengua, una certa noció de cultura i, especialment, uns valors democràtics.



Carme Brugarola

Repressió

"Un mes enrere la platja d'Argelers era deserta. Les gavines volaven joiosament pel seu cel i la sorra impetjada era com un cinzel d'or entre l'aigua blava i la plana verda." Agustí Bartra

Agustí Bartra descriu com es construïx la ciutat de la derrota. Ara és un bon moment per tornar a llegir la novel·la *El Crist de 200.000 braços*. Bartra quan viu l'exili a la platja d'Argelers necessita escriure. Cent mil habitants hi havia. Els cors desbocats, els ulls esbatanats. Treballs per trobar paper, tinta i ploma. Treballs per plorar l'esgotament de tanta gent agafada a les filferrades. Al darrere, només la mar. Mentre uns s'amorosien els llavis amb aigua salada, els altres celebraven amb vi dolç la victòria del franquisme que encara campa.

A la Catalunya Nord es miraven els exiliats amb recel. Encara no sabien que els ajudarien a deslliurar-se del nazisme. L'herència d'aquells exiliats l'hem de sentir ben viva, perquè el teixit democràtic és el que ens empara. Quan qualsevol autoritarisme entra en acció, les ciutats derrotades no paren de créixer.

Hi viuen els que fan nosa o els que no combreguen amb el líder autoritari, sigui del color que sigui.

Què vol dir ser un líder autoritari? No respectar els drets de les institucions ni els drets de les persones i fer creure que aquests drets no existeixen. Tenir visibilitat a les xarxes. Comptar amb l'ajuda d'un poder econòmic potentíssim. Visibilitzar el més feble com l'enemic, deshumanitzant-lo fent servir les *fake news* i passant aquelles imatges reaccionàries que sempre fan servir els extremitats per fer adeptes: ensenyar com es maltracten les dones, o com occident maltracta segons quin país de l'orient. Contaminar el discurs democràtic perquè els partits conservadors o no tan conservadors adoptin els seus tics per por de perdre votants. Aconseguir entrar a les institucions i ja sabem què van fer Mussolini i Hitler quan van arribar al poder. I, actualment, som testimonis de la neteja de Gaza per part de Netanyahu sense que ningú li pari els peus. I a Europa els líders de l'extrema dreta creixen exponencialment perquè hi ha qui necessita la protecció d'un líder redemptor que els salvarà. Si no segueixes el líder, com ells, s'inicien les petites agressivitats: neguen la salutació, surten de grups de WhatsApp, fan befa, t'assetgen davant

d'una discussió... No seguir la veu del líder també pot comportar una sanció com ha passat a molts habitants de Ripoll i alguns de la comarca pel fet, entre altres, d'haver penjat el cartell de festa major censurat pel mateix líder. L'objectiu del líder autoritari és la persecució social i política obviant les lleis que emparen els ciutadans, com la llibertat d'expressió.

Què hi podem fer? Saber que les discriminacions existeixen a tot el planeta, per això hem de desbancar els líders autoritaris i fomentar esperança. Parlar de les coses que incomoden i trobar solucions als problemes complexos amb missatges entenedors. Parlar de la llibertat, del dret a la vida de totes les persones del món. Per què dubtem, sovint, del que diu la víctima davant d'una sanció? Potser perquè estem massa acostumats a obeir i a tenir por de ser la propera víctima? Si creixem com a societat, i fem fora els líders autoritaris, podem parlar d'immigració, de delinqüència, de religió o dels empresaris corruptes sense por. És absolutament necessari el compromís de tots els colors polítics per acabar amb tot el que alimenta el creixement de l'extrema dreta. No hi ha ningú que vulgui anar a un camp de refugiats, com Agustí Bartra, o a un camp de concentració!

LLIBRES

NOTES DE LECTURA

Núria Tomàs i Mayolas

Uns contes en llibertat

Tatrebill en contes uns o *Uns contes en llibertat*, si ho capgirem, és un recull de set contes divertits i ocurrents per a lectors a partir de 9 anys. Van ser publicats el 1980 per Publicacions de l'Abadia de Montserrat, amb il·lustracions de Ricard Castells, però dos anys més tard l'editorial Espasa-Calpe els va traduir al castellà i n'encarregà les il·lustracions a Miguel Calatayud, que encaixà molt bé amb l'esperit juganer i subversiu de Miquel Obiols.

És justament aquesta darrera versió la que ha recuperat recentment Kalandraka, publicant-la també en català i en gallec. El seu projecte editorial vetlla per tornar a posar a l'abast del públic obres considerades "clàssics contemporanis" de literatura infantil i juvenil.

Retornant als orígens del llibre, Miquel Obiols en aquella època combinava la feina d'escriptor amb la de guionista per a programes de televisió com ara *Terra d'escudella*. Les set narracions políticament incorrectes que va escriure captiven des de la primera fins a l'última pàgina. Hi utilitza un llenguatge fresc, clar i precís, que explora el so i la grafia de les paraules i es qüestiona l'estructura dels paràgrafs. La veu del narrador dialoga sovint amb el lector per situar-lo entre

els límits de la ficció i la realitat, delectant-lo amb històries com la del gos enamorat de la lluna que no sap bordar; la del cruel i encisador home del sac i la seva esposa Tuietes; la de Margot, una dona gran a qui una fada va ensenyar a volar; la d'una família que viu un surrealista viatge cap a la casa d'estiueig, o la d'en Titus, un nen que desvaria a causa de la febre.

Dels set contes, en trobem dos de molt curiosos. Un porta el títol de "Galindaines" i es basa en 10 dibuixos realitzats a partir de mots concrets (i cadascú que s'inventi el relat); i el del final, imprès a la inversa, que s'ha de llegir amb l'ajuda d'un mirall.

Aquest conté l'essència del llibre, perquè ens fa adonar de la fragilitat de la literatura i la imaginació davant d'una societat insensible i intolerant.

Per arrodonir-ho, les il·lustracions de Miguel Calatayud donen cos i ànima als personatges estrafolaris que hi apareixen. Estan realitzades amb grafit, a través d'un traç net que genera trames i textures sobre una taca plana de color, tot i que la tècnica que més el caracteritza és la ploma i tinta xinesa amb degradats cromàtics d'aquarel·la.



TATREBILL EN CONTES UNS

Autor: Miquel Obiols

Il·lustrador: Miguel Calatayud

Editorial: Kalandraka

Lloc i any d'edició: Barcelona, 2022

Nombre de pàg.: 115

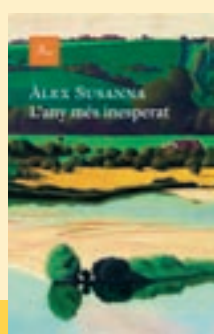
NOVETATS EDITORIALS



'No dormiràs'

Oriol Canals
Rosa dels Vents

Imaginïn que en un concert de la gran orquestra del país, que aquí es diu Filharmònica de Barcelona, al Palau de la Música, la gran lluernia de la sala es trenca, i entremig de la pluja de vitrall es despenja el cos d'una persona penjada. El primer d'uns fets que comencen a passar al voltant de l'orquestra i d'una policia, Martina Roca. Un thriller amb tots els ingredients, de la mà d'un mestre del gènere.



'L'any més inesperat'

Àlex Susanna
Proa

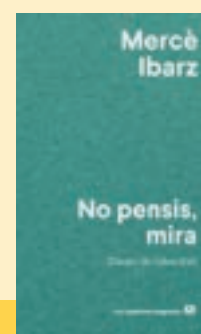
Des de 2020, l'escriptor i gestor cultural Àlex Susanna havia incrementat la seva producció de prosa memorialística, és a dir de dietaris, en els darrers anys. Un gènere que havia conreat des del 1988, amb *Quadern venecià*. En els últims mesos de la seva vida, ja malalt, va continuar escrivint i va deixar un volum a punt de publicació. El títol és ben revelador: *L'any més inesperat*.



'Material sensible'

Laura Pinyol Puig
Amsterdam

Amb *El risc més gran* (2018) la periodista Laura Pinyol va debutar com a novel·lista, i amb notable èxit. Aquest segon títol ha de ser la seva confirmació. La història d'una dona que, passada la quarantena, amb feina i família estable, veu que tot trontolla quan queda embarassada d'un home que no és el seu marit. El primer impuls és avortar, però abans ha de descobrir molt d'ella mateixa.



'No pensis, mira'

Mercè Ibarz
Anagrama

Quantes vegades no ens hem atrevit a dir res sobre una obra d'art perquè "no hi entenc prou"? L'escriptora Mercè Ibarz, també professora i cronista d'art, proposa en aquest assaig que establim cada un de nosaltres una relació directa amb l'art, que vagi de la mirada a allò que ens comunica l'obra. Una manera d'aprendre a gaudir-ne. "Mirar és pintar, i pintar és mirar", diu Ibarz.



'Tornar a la ceràmica'

Núria Saló / Jaume Vilà
Ed. Sidillà

"Poder crear amb les pròpies mans a partir d'una cosa tan primària com és un tros de terra és realment màgic." Ho diuen els autors d'aquest llibre i saben de què parlen, perquè són ceramistes. D'un temps ençà augmenta l'interès per aquesta artesanía elemental, ancestral, i també útil. Aquí expliquen com qualsevol de nosaltres que ho prengui com a afició s'hi pot introduir.

LLENGUA

EL 9 ETS I UTS

346


 CONSORCI PER A LA
NORMALITZACIÓ
LINGÜÍSTICA

GENTILICIS 15

Orís

Avui mirem al nord, Ter amunt, per trobar un altre poble lligat a un castell; Orís, a la riba dreta del riu i enfilat entre aquest i el castell amb el mateix nom, és un petit poble d'origen molt antic. Les primeres mencions documentades de la població, que la lliguen al *castro Urisi*, són de l'any 926. Al llarg del mateix segle es troben diverses versions del mateix nom, designant una vila, un terme o un conjunt de cases sota el castell, amb ortografies diverses: *Orisi, Uris, Oris...*

Aquesta alternança d'ortografies, molt comú en èpoques antigues, dona lloc a confusió en l'estudi de la toponímia; molts noms de lloc s'acabaven amb *-ti* o *-tano* per derivació, i havent-hi un poble a la comarca veïna anomenat Oristà, el problema és evident... Per sort, en tots els testimonis es manté la síl·laba *-isi-* i no *-ist-*, cosa que en facilita la distinció: *Urisiti, Urisitano* parlen d'Orís mentre que *Uristi* o *Uristano* parlen d'Oristà. Per no dir que en la majoria de casos es lliga al terme de Vinyoles o Voltregà, que hem vist anteriorment.

Més endavant, durant l'edat mitjana, hi hagué algunes escriptures diferents que finalitzaven en *ç*, però la que ha arribat als nostres dies és la respectuosa amb les antigues: Orís. És per això que els habitants d'aquest poble es diuen orisencs i orisencques.



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/



VIURE A CATALUNYA.
APRENEM CATALÀ
des de l'amazic

Material didàctic del Departament de Cultura per aprendre català adreçat a persones que tenen com a llengua primera l'amazic.

amb el suport de:


 Generalitat de Catalunya
Departament de Cultura

EL 9 NOU

Ho podeu trobar a: EL9NOU.CAT

UNITAT 19: Diàlegs: La feina

MÚSICA

EL CLÀSSIC

Jaume Espuny

Henry Mancini 'The Pink Panther'

RCA, 1964

El 16 d'abril passat es van complir 100 anys del naixement de Henry Mancini, un dels grans compositors de bandes sonores de la història del cine. I per celebrar aquest centenari, res millor que escoltar seguides les 12 peces que formen la banda sonora de *The Pink Panther*, *La pantera rosa*, una pel·lícula que es va fer famosíssima, va provocar unes quantes seqüeles amb l'inspector Clouseau (Peter Sellers) d'hilarant protagonista i va ser l'origen d'uns dibuixos animats també de gran èxit. El tema que obre el disc i la pel·lícula, "The Pink Panther Theme", és un dels més famosos que va compondre Mancini, i a més es va convertir en la sintonia dels dibuixos animats, però les altres peces no desmereixen gens. Destaquen "It Had Better Be Tonight", primer en versió instrumental i després cantada i que també va ser molt popular; "Royal Blues", gairebé jazz amb un piano i unes cordes sublimes;



"The Village Inn", a ritme de mambo romàntic, i "Cortina", amb l'acordió de protagonista que toca el mateix Mancini per crear ambient parisenc. Henry Mancini va guanyar quatre Oscars, dos per *Esmorzar amb diamants*, millor cançó (la inolvidable "Moon River") i banda sonora, i dos més per *Dies de vi i roses* i *Victor, Victòria*. Altres bandes sonores populars de Mancini, que va morir el 1994 a 70 anys, són *Hatari*, *Ara-besc*, *Xarada* i *Dos a la carretera*.

NOTES

The Tyets, de gira per Europa i amb nou disc el 2025

El duet català The Tyets, format per Oriol de Ramon i Xavier Coca, continua el seu ascens meteòric i després d'un estiu farcit de concerts arreu de la geografia catalana i ibèrica ha anunciat ara una petita gira europea per aquesta tardor. La banda de Mataró, doncs, amb el suport dels casals catalans de les ciutats on actuaran, duran la seva barreja de pop urbà i reggaeton a Estocolm, Basilea i Hamburg els dies 11, 12 i 13 d'octubre. No serà la primera vegada que els mataronins toquen fora dels Països Catalans, ja que el 2023 també van fer un petit *tour* europeu amb parades a Brussel·les, Dublín, Londres i Copenhaguen. Un cop acabi aquesta petita gira europea els mataronins encara tenen feina, ja que el "Tornem a casa Tour" culminarà amb dues dates finals el 15 i 16 de novembre al Sant Jordi Club de Barcelona. Si encara no teniu entrades, però, ja heu fet tard perquè es van esgotar a finals d'agost. Un cop acabi la gira del disc *Èpic Solete* el grup ja ha avançat que es capbussarà de ple a preparar un nou disc que sortirà el 2025.



I mentrestant, el senzill *Coti x coti*, que els va fer populars gràcies al particular casament entre el reggaeton i la sardana, ja ha superat els 25 milions de reproduccions a Spotify. El 2023 The Tyets també es van convertir en el primer grup que canta en català a superar el milió d'oients mensuals. Per cert, que la setmana passada la banda va estrenar un nou *single* (i videoclip), titulat *Fa dies*, on uneixen forces amb la menorquina Chiara Oliver, exconcurstant d'OT. La peça la van estrenar per sorpresa durant el concert que The Tyets va oferir a Menorca el passat 23 d'agost. L'actuació va desencadenar la bogeria de tots els assistents i es va viralitzar a les xarxes socials, acumulant més d'un milió de visites al Reels i TikTok, respectivament.

EL TEST

Derek Assamoah (Dereklove)



Primer instrument que vas aprendre a tocar. El primer va ser la flauta, a l'escola. I el segon, l'ukelele quan feia primer d'ESO. **Primer concert en directe?** A la Biblioteca Pilarin Bayés de Vic en un concert de micro obert. **Primer disc que et vas comprar?** Vaig començar escoltant sobretot el raper Lil Mosey i Cyril Kamer. **Quants discos tens aproximadament?** No tinc cap disc físic. Escolto música sobretot a través del YouTube. **Grups o músics de capçalera.** Chris Brown, Justin Bieber, Cyril Kamer. **Un concert (com a públic) per recordar.** No he anat mai a cap gran concert i m'agradaria molt anar a un bolo de Cyril Kamer.

NOVETATS DISCOGRÀFIQUES

Jordi Sunyer



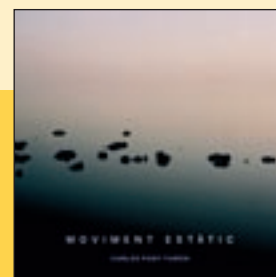
ROGER MAS I LA COBLA SANT JORDI
'Vol. 2'

Arriba el segon volum del casament musical entre el cantautor de Solsona Roger Mas i la Cobla Sant Jordi Ciutat de Barcelona. El primer, gravat el 2012, ja era espectacular i tenia la gran virtut de no fer de la cobla un actor secundari –cosa que passa sovint en els intents de fusionar pop i sardana– sinó que aquesta compartia protagonisme amb la veu greu i solvent de Mas. I aquest segon volum no decep. És una joia del tot imprescindible. Escoltant-lo fins i tot tens la sensació que la independència la tenim a la cantonada.



DAGOLL DAGOM
'50 anys'

La companyia de teatre Dagoll Dagom celebra els seus 50 anys i el comiat definitiu dels escenaris amb la publicació d'aquest doble vinil recopilatori. No hi falten els *hits* immortals d'*Antaviana*, *Flor de nit*, *Cop de rock* (que reviurà a L'Atlàntida de Vic a finals d'aquest mes de setembre), *Maremar* o *Mar i cel*, l'obra amb la qual plegaran veles i que ara mateix ja està en cartell a Barcelona. De moment venen entrades fins al febrer del 2025, però m'hi jugo un pèsol que hauran de prorrogar. Per molts anys!



CARLES FONT TURON
'Moviment estàtic'

Aquest és un àlbum ideal per relaxar-se després del retorn a la rutina postestiu. Deu peces amb el piano de protagonista aparentment simples però agradables i ben resoltes. Tancar els ulls, escoltar, deixar-se dur i començar a volar. I sí, despectivament (o no), també es podria titllar de música d'ascensor. Ah! I aquest Carles Font no és el cantant d'Ubrique's Band ni una de les veus del duet osonenc Panxolina. Va néixer a Girona, és pianista clàssic i ara mateix també fa de *profe* als conservatoris de Sant Cugat i Vila-seca.



EMPRESA

David Megías / Director d'FLM Vic

Control pressupostari: eines modernes per a la gestió financera eficaç

La gestió financera és essencial per a l'èxit de qualsevol projecte o negoci. Amb les eines modernes disponibles, és més fàcil que mai controlar els pressupostos interns i assegurar-se que els recursos s'utilitzin de manera eficient amb l'adequat control pressupostari. En aquest article, explorarem com fer un pressupost intern, les estratègies per aplicar-lo i les millors eines per gestionar-lo.

Com fer un pressupost: coneix el procés

Fer un pressupost no és només una tasca numèrica; és un procés que requereix anàlisi i planificació. Aquí et presentem els passos essencials per crear un pressupost efectiu.

1. DEFINEIX ELS TEUS OBJECTIUS

Abans de començar, és fonamental definir quins són els teus objectius financers. Vols estalviar per a un projecte concret? O potser busques reduir despeses mensuals? Conèixer els teus objectius et permetrà estructurar el pressupost de manera que s'ajusti a les teves necessitats.

2. RECOPILA LA INFORMACIÓ FINANCERA

Reuneix dades sobre ingressos i despeses. Això inclou salaris, factures, despeses variables i qualsevol altre ingrés que puguis tenir. Un **pressupost exemple** pot ser útil en aquesta fase per entendre millor les categories de despeses.

3. CLASSIFICA LES DESPESES

Divideix les teves despeses en categories, com ara necessitats bàsiques, despeses discrecionals i estalvis. Aquesta classificació facilitarà el seguiment de les teves finances.

4. ESTABLEIX LÍMITS DE DESPESA

Després de classificar les despeses, assigna un import màxim a cada categoria. Això t'ajudarà a mantenir el control sobre on es destinen els teus diners.

5. REVISIÓ I AJUSTAMENT

Un cop implementat el pressupost, és important revisar-lo regularment i fer ajustaments si és necessari. Les circumstàncies poden canviar, així que mantén el pressupost flexible per adaptar-te a les noves realitats.



Aplicació del pressupost: estratègies per a una gestió financera eficaç

Un cop tinguis el teu pressupost, és hora d'aplicar-lo de manera eficaç. Aquí tens algunes estratègies que poden ajudar-te:

1. MONITORITZACIÓ CONSTANT

Utilitza taules de pressupostos o aplicacions que et permetin fer un seguiment de les teves despeses en temps real. Això et permetrà identificar on van els teus diners i ajustar-te ràpidament si alguna categoria s'està sobrepasant.

2. ESTABLEIX UN FONS D'EMERGÈNCIA

Tenir un fons d'emergència és essencial per fer front a imprevistos sense alterar el teu pressupost. Intenta destinar una part dels teus ingressos a aquest fons cada mes.

3. PRIORITZA LES DESPESES

Identifica quines despeses són realment necessàries i quines es poden reduir o eliminar. Aquesta prioritització et permetrà tenir un pressupost més equilibrat i enfocat en els teus objectius.

4. REVISIÓ PERIÒDICA

Revisa el pressupost de manera regular, com ara mensualment o trimestralment. Això t'ajudarà a detectar despeses innecessàries i a ajustar els límits si és necessari.

Eines modernes per fer un pressupost: aplicacions i recursos essencials

Avui dia, hi ha una gran varietat d'eines i aplicacions dissenyades per facilitar la creació i el seguiment de pressupostos. Aquí et presentem algunes de les millors opcions:

1. APLICACIONS DE PRESSUPOST

Aplicacions com Mint, YNAB (You Need A Budget) i PocketGuard ofereixen funcions que t'ajuden a fer un seguiment de les teves despeses, establir objectius d'estalvi i obtenir informes sobre la teva situació financera en empreses petites. En empreses més grans hi han programes específics o RP per desenvolupar aquest tema amb més detall. Aquestes eines són ideals per a aquells que busquen simplificar el procés de com fer un pressupost.

2. TAULES DE PRESSUPOSTOS

Si prefereixes un enfocament més manual, les taules de pressupostos en Excel o Google Sheets són una excel·lent opció. Pots crear el teu propi disseny i ajustar-lo a les teves necessitats particulars. Un pressupost exemple pot servir de guia per dissenyar el teu propi sistema.

3. RECURSOS EN LÍNIA

Hi ha nombrosos recursos i guies en línia que poden ajudar-te a entendre millor com fer un pressupost i aplicar-lo de manera eficaç. Blogs financers, vídeos tutorials i webinars són molt útils per a principiants. Això et pot ajudar a familiaritzar-te amb les eines per pressupostos disponibles al mercat.

4. CONSULTORIA FINANCERA

Si el pressupost és un tema complicat per a tu, considera la possibilitat de contractar un consultor financer del nostre departament de consultoria. Ells poden proporcionar-te consells personalitzats i ajudar-te a estructurar millor la teva gestió financera.

Implementar un control pressupostari eficaç és fonamental per a una gestió financera sana. Amb les eines adequades i un bon coneixement del procés, pots assegurar-te que els teus recursos es gestionin de manera eficaç i alineada amb els teus objectius financers.

Així, aplicar el pressupost de manera constant i adaptativa et permetrà fer un ús més racional dels teus recursos, i augmentaràs les possibilitats d'assolir les teves metes financeres. La clau és en la perseverança i a fer ajustaments quan sigui necessari, mantenint sempre una visió clara dels teus objectius.

ECONOMIA



ELS PARQUETS

Joan Carles Arredondo / @joancarredondo

TENDÈNCIA VENEDORA

En les últimes setmanes les pàgines d'economia de diaris de proximitat, com és EL 9 NOU, s'han fet un ressò superior a l'habitual d'operacions de compravenda d'empreses. Generalment, el resultat és que algunes empreses consolidades amb un cert recorregut i, en conseqüència, amb un arrelament al territori, passen a quedar sota titularitat de multinacionals amb més múscul o en corporacions financeres més o menys grans amb més vocació de rendibilitat a mitjà termini que de permanència. Ha estat un degoteig d'operacions que porten a preguntar-se si és aquesta coincidència és fruit d'una casualitat o fruit d'una tendència.

D'operacions de compravenda n'hi ha hagut sempre, tot i que el que ha passat en els últims mesos és que els protagonistes de les transaccions són empreses amb més notorietat. O, el que és el mateix, més grans en facturació i en nombre de treballadors. Això podria ser una percepció, però les dades venen a corroborar-ho. Segons l'empresa especialitzada en el seguiment d'operacions corporatives TTR, a l'Estat espanyol es van formalitzar durant el primer semestre d'aquest any un 3% menys d'operacions de fusió o adquisició que fa un any, però el volum econòmic d'aquestes transaccions és un 48% superior. Es confirma, doncs, que són operacions que afecten empreses de més volum i, per tant, de més notorietat.

Els motius de les transaccions són tan diversos com diverses són les empreses que han passat per aquests processos, però els experts sí que assenyalen algunes causes de fons que expliquen que el fenomen no només no és casual, ni només un fruit d'una tendència, sinó que és previsible que encara vagi a més. Per la banda dels compradors, hi ha aspectes que incentiven que els inversors vegin en les operacions d'adquisició d'empreses. La previsible contenció dels tipus d'interès reactiva la disponibilitat de finançament, amb el factor afegit que les inversions més estables, com els bons estatals, perdran atractiu. Les inversions tendeixen a canalitzar-se cap a estratègies que, si bé comporten més risc, tenen l'atractiu d'una major rendibilitat. Tot plegat, en un moment en el qual es considera que hi ha prou capital per afrontar grans operacions.



Per la banda dels venedors, els motius són ben diversos, però no està de més assenyalar que les necessitats de creixement estan associades a unes inversions que els propietaris o bé no poden o bé no volen afrontar. Això afecta particularment empreses familiars que competeixen en un món global en el qual la irrupció de noves tecnologies és un repte, empresarial i econòmic. Hi ha una gran necessitat de recursos i disponibilitat per part de grans multinacionals dels respectius sectors o d'inversors que busquen retorns econòmics a mitjà termini. Una confluència que no és estrany que acabi comportant una cessió de les accions i, sovint, de la gestió de les empreses.

En el cas de les empreses catalanes hi ha factors particulars que encara afavoreixen més aquest fenomen. L'empresariat català ha tendit a ser conservador en les estratègies de creixement. La majoria d'analistes coincideixen que un dels problemes de l'estructura empresarial catalana ha estat, precisament, una escassa predisposició a invertir per

créixer. I també una predisposició igual d'escassa a cooperar amb altres empreses del sector per aconseguir més múscul. Fins al punt que, en molts casos, l'oportunitat d'afrontar operacions de compra els va acabar passant de llarg. Arribats, ara, al punt en el qual segones o terceres generacions es posen al capdavant d'aquestes empreses i detecten fins a quin punt convindrà invertir per guanyar competitivitat comercial i tecnològica, la venda es converteix en una via llaminera.

Les vendes d'empreses són, doncs, una tendència. A l'Estat i al món. També, per tant, a les comarques més properes. Contra les tendències, hi ha poc a fer, però sí que donen motiu per a una certa reflexió. No deixa de resultar preocupant que s'estigui produint en el món empresarial un fenomen que ja era perceptible, a peu de carrer, en el sector comercial. Botigues que havien aconseguit prou recorregut per convertir-se en part del paisatge urbà han anat desapareixent, probablement amb motius molt similars als que s'exposen per a d'altres sectors. La necessitat d'invertir per créixer en un món que canvia per la irrupció de noves tecnologies i que està escapant a la capacitat de gestió de les noves generacions. Els locals comercials que es buiden s'acaben omplint, però amb botigues d'empreses més impersonals, amb propietaris que sovint prenen decisions a cop d'Excel des de centenar o milers de quilòmetres. Que no viuen el pols ni dels clients ni dels seus treballadors i que creen un conglomerat de ciutats clòniques. No és gens estrany, ara, veure que rere algunes de les grans empreses que han donat feina a avis, pares i fills hi hagi grups d'inversors o grans multinacionals més pendents dels resultats que de la responsabilitat envers l'entorn. Sovint els mateixos propietaris per a companyies que ni tan sols comparteixen sector, que acaben fent perdre a les empreses identitat i identificació.

Rere les operacions que afecten grans corporacions, com el BBVA i el Banc Sabadell, com Talgo, com Applus, n'hi ha d'altres que afecten empreses petites o mitjanes que, a la llarga, també acabaran de configurar un paisatge econòmic tan monòton com el que es comença a veure als carrers de les ciutats.

INDICADORS

Moderació exportadora

Les exportacions catalanes van baixar el 10,3% al juny respecte al mateix mes de l'any passat. Les dades del Ministeri d'Economia, Comerç i Empresa revelen un descens després de dos mesos de recuperació. També assenyalen una tendència a la moderació en les dades acumulades en el primer semestre, amb el 5,3% de reducció. Catalunya es manté, amb tot, com la zona més exportadora de l'Estat.

Repunt hipotecari

El nombre d'hipoteques sobre habitatges va créixer el 2,3% a Catalunya durant el mes de juny, fins a 5.542, en comparació amb el mateix mes de l'any passat, segons dades de l'INE. L'import prestat es va situar en 927,6 milions d'euros, el 7,14% més que al juny del 2023. Si es compara amb el maig, el nombre d'hipoteques va pujar el 5,7%. En l'acumulat de l'any encara baixa el 4,4%.



EL SO DE CAMINAR

Antoni Lacueva / Biòleg. Especialista en 'mindfulness' i reducció de l'estrès

'Mindfulness' i neurociència: una relació profunda

El *mindfulness*, també conegut com a atenció plena, és una pràctica que ens convida a viure el moment present observant els nostres pensaments, emocions i sensacions sense jutjar-los.

Aquesta tècnica, amb arrels en les tradicions contemplatives milenàries, ha estat objecte d'estudis neurocientífics en les darreres dècades, que han aportat evidències dels seus beneficis per al cervell i el cos.

Diverses investigacions han demostrat que la pràctica regular del *mindfulness* pot canviar l'estructura i la funció del cervell.

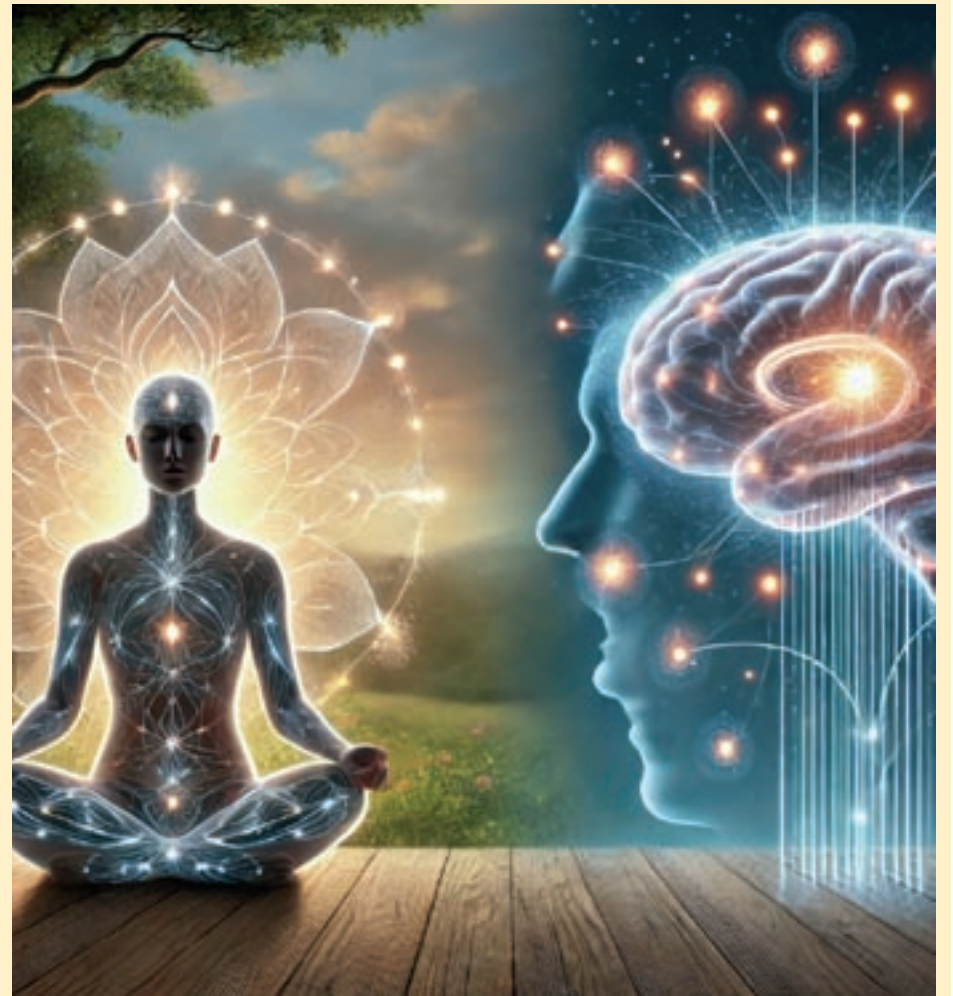
Per exemple, s'ha detectat un augment de la densitat de matèria grisa en el còrtex prefrontal, una àrea responsable de la regulació emocional i la presa de decisions. També s'ha observat una ampliació de l'hipocamp, una regió clau per a la memòria i l'aprenentatge, i una reducció en la mida de l'amígdala, l'estructura cerebral associada amb l'estrès i les emocions negatives. Aquests canvis suggereixen que el *mindfulness* ajuda a reduir l'estrès i millora la gestió d'emocions difícils.

En l'àmbit funcional, la pràctica del *mindfulness* influeix en la manera com les diferents parts del cervell es

comuniquen. Redueix l'activitat de la xarxa neuronal per defecte (DMN), associada amb el pensament rumiant i l'autocrítica, promovent una ment més calmada i enfocada. També equilibra la resposta del sistema nerviós, activant el sistema parasimpàtic que afavoreix la relaxació, i estimula la neuroplasticitat, permetent al cervell adaptar-se i canviar.

Gràcies a aquests descobriments, el *mindfulness* s'ha integrat en diverses intervencions clíniques com la teràpia cognitiva basada en *mindfulness* (MBCT) i la reducció de l'estrès basada en *mindfulness* (MBSR). Aquestes tècniques han demostrat ser efectives per reduir els símptomes d'ansietat, depressió i altres trastorns relacionats amb l'estrès.

El *mindfulness* ha guanyat popularitat com a eina per a la gestió de l'estrès, ja que ajuda a modular la resposta del sistema nerviós simpàtic, reduint els nivells de cortisol, l'hormona de l'estrès. Els estudis mostren que la pràctica regular de *mindfulness* redueix l'activitat de l'amígdala i millora la connectivitat amb el còrtex prefrontal, millorant la capacitat per regular les emocions i respondre de manera serena davant l'estrès.



A més, s'ha demostrat que el *mindfulness* té altres beneficis com la millora del son, la reducció de la fatiga i un major benestar general, ja que fomenta una major consciència de les necessitats del cos i la ment. Aquesta pràctica permet que les per-

sones desenvolupin habilitats per gestionar millor l'estrès i millorin la seva qualitat de vida.

En definitiva, el *mindfulness*, amb el suport de la neurociència, és una eina poderosa per al benestar mental i emocional.

HORÒSCOP

Roser Bona

Del 13-09-2024 al 19-09-2024

ÀRIES (Del 21 de març al 20 d'abril)

Si has deixat la família de banda per atendre diverses obligacions, tornes a passar temps amb ells. Et fas el ferm propòsit d'anar al gimnàs i cuidar-te una mica més.

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

Al sector laboral pots viure una lluita de poder amb algú que vol imposar-se. Si tens nens, dies de despeses escolars i d'algunes presses. Repts notícies d'un antic amic.

BESSONS (Del 21 de maig al 21 de juny)

L'excés de confiança en l'economia pot fer que cometis un error. Si estàs començant a parlar amb algú en una web de cites, aneu progressant i us podreu conèixer aviat.

CRANC (Del 22 de juny al 21 de juliol)

Mart transita pel teu signe i pot atorgar un extra d'energia i també la valentia per lluitar pel que creies impossible, però ves amb compte amb la velocitat, no corris.

LLEÓ (Del 22 de juliol al 23 d'agost)

Sota una aparença, habitualment sòlida, tens algunes inseguretats i estàs disposat a treballar-hi. Si et sents atret per algú, passes a l'acció i cerques un apropament.

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

La teva feina podria entrar en conflicte amb la teva ètica personal i has de fer algunes adaptacions. Si tens una relació estable, podeu parlar de convivència o matrimoni.

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

No permetis que altres persones decideixin sobre el teu futur i fes el que creguis convenient. Tens la intuïció molt potenciada i sabràs millor de qui pots fiar-te o no.

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

Si has iniciat una relació sentimental, en parreu per veure si tots dos aneu pel mateix camí. Sembla que una persona d'edat avançada necessita la teva ajuda o companyia.

SAGITARI (Del 23 de novembre al 21 de desembre)

Potser has d'anul·lar un viatge o acte festiu per atendre obligacions. Penses a fer un canvi d'habitatge per poder estalviar. Algú et pretén, però no estàs gaire receptiu.

CAPRICORN (Del 22 de desembre al 20 de gener)

Prens decisions en l'àmbit de la salut que ja no pots demorar. Entres en una etapa menys material i més mística/espiritual. Una antiga parella es posa en contacte amb tu.

AQUARI (Del 21 de gener al 19 de febrer)

Pot sorgir l'oportunitat d'invertir o d'entrar en un negoci, però caldrà ser prudent abans de signar res. Projectes una escapada romàntica de cap de setmana amb la parella.

PEIXOS (Del 20 de febrer al 20 de març)

La Lluna en conjunció a Saturn i al teu signe inclina a assolir més responsabilitats. Algú podria provocar-te perquè reaccionis amb ira i serà bo no entrar al seu joc.

CINEMA

LA CRÍTICA DE LA SETMANA

Joan Millaret i Valls

**'Bitelchús
Bitelchús'**
de Tim Burton



Retorn de l'esbojarrada comèdia del més enllà

A *Bitelchús Bitelchús*, Tim Burton retorna als orígens reprenent el seu clàssic modern de la comèdia esbojarrada de fantasmes *Bitelchús* (1988) amb els estafolats personatges creats per Michael McDowell i Larry Wilson. Tenim a Lydia Deetz (Winona Ryder) que condueix un programa televisiu sobre fets paranormals i cases encantades mentre viu assetjada per les visions del fantasma Bitelchús (Michael Keaton). La mare de Lydia, Delia Deetz (Catherine O'Hara), acaba d'anunciar la mort del seu marit després de sobreviure a un accident d'avió però finalment cruspit per un tauró. I la jove adolescent, Astrid (Jenna Ortega), filla de Lydia i neta de Delia, no creu en els fantasmes i viu turmentada per la desaparició del seu pare, Richard (Santiago Cabrera), després d'un viatge com activista mediambiental a l'Amazònia.

Tota la família retorna pel funeral a la casa damunt del turó a la ciutat de Winter River, amb la casa sencera embolcallada amb una mortalla negra, moment que aprofita Rory (Justin Theroux), el productor del programa televisiu de Lydia, per demanar-li matrimoni. Una casa que conté la maqueta de la mateixa ciutat a les seves golfes i que esdevé portal d'entrada al món del més enllà, on habiten

els fantasmes dels difunts quan s'invoca tres vegades el nom de *Bitelchús*. Burton proposa aquesta seqüela amb una frescor impostada d'efectes especials senzills i maneres desmanegades, però el resultat final és plenament joios gràcies a una proposta desinhibida i carnavalesca al voltant especialment del món de Halloween.

Es tracta d'un divertit film frankensteinian recostat de diferents gags, fragments, homenatges i estils. Així, tenim passatges de cinema d'animació, fragments en blanc i negre de tribut a l'italià Mario Bava, moments de cinema de maquetes i, sobretot, un bon grapat d'ocurrències en una comèdia fantàstica on conviuen vius i morts. I destaquen tota mena de troballes ben gracioses com els caps *jibaritzats* dels operaris de l'oficina de Bitelchús, el cuc de roba del desert, la xucladora d'ànimes (Monica Bellucci) o el minibitelchús, autèntic diminut monstre endimoniat. Michael Keaton reprèn el seu popular paper de fantasma Bitelchús en una nova i desfermada actuació mentre en el repartiment trobem, a part dels ja esmentats, a uns paròdics i caricaturescos Willem Dafoe o Danny de Vito. I per acabar, recordar que hi ha també disponibilitat de còpies en versió doblada al català en alguns cinemes.

OFERTA CULTURAL

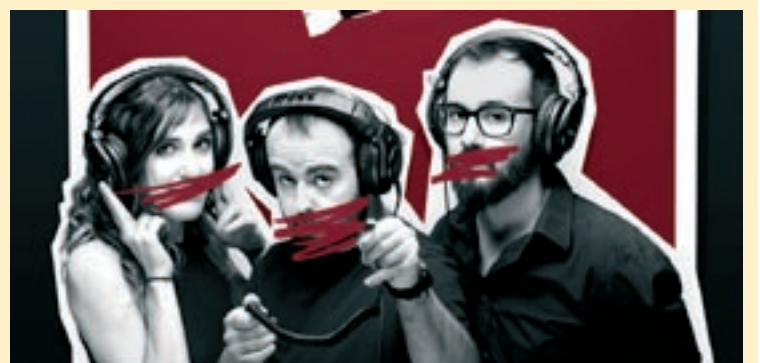
M. Erra / T. Terradas



Pau Bombardó Quintet obre el Festival de Jazz a Bigues

'Jazz clar'. Pau Bombardó Quintet. IX Festival de Jazz de Bigues i Riells del Fai. Centre Cívic de Riells del Fai. Dissabte 14 de setembre, 22h.

Pau Bombardó Quintet presentarà el seu treball *Jazz clar* per inaugurar dissabte l'IX Festival de Jazz de Bigues i Riells del Fai. Aquest projecte musical són històries cantades intel·ligibles. Són cançons, música i paraules generadores d'emocions. Com a teloners actuarà el combo de jazz format per música de l'Escola de Música de la Vall del Tenes.



'El búnquer', a L'Atlàntida

'El Búnquer'. Sala Ramon Montanyà de L'Atlàntida, Vic. Dissabte, 14 i diumenge, 15 de setembre, 17.00h i 20.00h. En Peyu, Jair Domínguez i Neus Rossell tornen a portar una versió teatral del seu programa radiofònic *El búnquer* a L'Atlàntida. Un recull de la cara B de biografies singulars en clau d'humor. S'han programat quatre sessions entre els dos dies.

CINECLUB

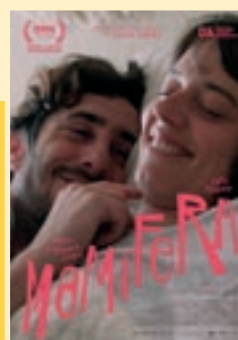


'La chimera'

Itàlia-França, 2023. Dir.: Alice Rohrwacher. Tots tenim una quimera, alguna cosa que volem fer o tenir, però que mai trobem. Pels membres de la banda dels Tombalori, lladres de tombes antigues i jaciments arqueològics, és el somni de deixar de treballar i fer-se rics de forma ràpida i senzilla. Per l'Arthur, la quimera s'assembla a la dona que va perdre. En la seva cerca es creuarà amb els destins d'altres persones, que també estan buscant la seva pròpia quimera.

Retrat d'una Itàlia en ruïnes, en procés de desaparició, i alhora, ens parla dels somnis i anhels, dels plans de futur que tothom busca per continuar donant sentit a les seves vides.

CINECLUB VIC
Dimarts 17 - 20h
VO amb subtítols
Espai ETC



CICLE GAUDÍ 'Mamífera'

Espanya 2024. Dir.: Liliana Torres. Drama. Lola és una dona al voltant dels 40 que, amb parella estable, en Bruno, gaudeixen d'una vida feliç fins que un embaràs inesperat revoluciona tots els seus plans. Encara que la Lola sempre ha tingut clar que el fet de ser mare no va amb ella, ara se sent qüestionada per les expectatives socials i s'enfronta als temors interns. S'adona que és gairebé l'única del seu entorn que no vol ser mare: "Per què jo no en tinc ganes?" Durant els tres dies que han d'esperar fins a la seva cita a la clínica, Lola s'acosta a les seves amigues i família amb la intenció de reafirmar la seva decisió.

AC GRANOLLERS
Dimarts 17 - 19h
Cinema Edison

PASSATEMPES

MOTS ENCREUATS _ Pau Vidal

HORIZONTALS: 1. Es passa la meitat del dia bufant des de baix. Xafi de mala manera l'accessori de paraules / 2. Hidrogenat i oxigenós. Per més que sigui de Croàcia no se sent gens perdut / 3. Genera rebuig. Del gust que té el pollastre xinès: com la vida mateixa. També genera respostes / 4. S'afegí a l'Inter per viatjar per tota Europa amb el jovent. Més que als folis s'assembla a les fulles / 5. És a l'aixa com Sabadell als pàrquings Saba. Can Caragirat / 6. A banda i banda del sàndvitx. Hi queden les veles quan fa vent i les cabelleres amb permanent / 7. Té prou senderi per dur els fills a l'escola de la Rosa. Dosificat, però menys / 8. Punt de servei directe al torneig d'Almacelles. Conjugalment inconformista. Per laurenci / 9. Estellar tal com ho fan a La Fatarella, és clar. Planta considerada modernament com la més vera / 10. Segons com sacsegis l'aire pots obtenir un hidrocarbur. Espais no gaire ambicionats / 11. Quinto de litre. Bosseta no comercialitzable perquè és d'ús intern. I quart de copa / 12. És com una boïga però amb més tendència a l'embolic. Ni de Vilafranca ni del carrer Viladomat: d'Eivissa / 13. Intrèpid i coratjós (fins en els adjectius). Un poc d'acritud.

VERTICALS: 1. Arma de doble tall, per capar el marrà fins i tot amb maregassa. En ple malbaratament ja es fa de dia / 2. Simbolitzen el domini de l'Iraq. Llevar a pes de braços. La capseta que no es tanca / 3. Aiguada pintada amb guix i alguna cosa més. Albiren a dalt de tot de l'horitzó / 4. Que bufons, quan entretenen els Borbons! Fa menys mal que una plantofada / 5. Ors mal fosos. Quan surten en colla tenen un comportament explosiu. Primer de la classificació / 6. I primer dels

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1								■				
2						■						
3		■									■	
4						■						
5									■			
6			■									■
7							■					
8				■						■		
9	■							■				
10						■						
11		■										■
12						■						
13										■		

resultats. Més petita que una abella i d'eficàcia més bèstia. Moment àlgid de cada activitat / 7. Pastures encara verges a prop de la pedrera del Mèdol. Indulto el graciós que va perdre els peus / 8. Si no l'haguessin embrutada podria estar sadolla. Equins a la vila tocant a Banyoles / 9. Allà al bell mig de Gallifa. Se li pot ensenyar a córrer per la pista / 10. Les cares visibles als carrers. Transport públic a la selva / 11. Tants com en Pere al Poblenou. Romanalla de l'antiga arquitectura de Nova Orleans. Singles segles / 12. Tan rapinyaire que un poc més i surt xoriç. Caminar per la muntanya (que, segons el francès, és molt car).

SUDOKUS

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

Dificultat: molt fàcil

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

QUADRE NUMÈRIC

	+		-	8	1
-		+		+	
	-		-		3
-		-		-	
5	+		+		13
-11		1		11	

SOPA DE LLETRES

A	C	I	S	L	F	A	A	J	D
R	C	U	F	P	U	A	D	D	A
E	I	O	B	N	I	F	E	F	V
R	H	K	H	E	P	L	L	S	A
C	O	R	R	O	L	A	L	E	N
I	V	7	I	T	M	I	A	D	T
S	Q	Y	O	E	R	U	G	À	A
F	J	M	R	S	A	Z	E	S	L
L	L	A	G	E	R	F	H	T	M
L	L	J	E	P	P	I	T	E	T

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

- Corró
- Cubell
- Davantall
- Flamera
- Fregall
- Galleda
- Motlle
- Pitet
- Sedàs
- Sucrera

SOLUCIONS

	3	10		8
1	9	-	2	6
	+		+	
-12	8	-	7	-
	-		+	
	5	10	+	1

L	C	E	P	L	L	E	T	E	
L	L	A	G	E	R	F	H	T	M
L	L	J	E	P	P	I	T	E	T
L	L	A	G	E	R	F	H	T	M
L	L	J	E	P	P	I	T	E	T
L	L	A	G	E	R	F	H	T	M
L	L	J	E	P	P	I	T	E	T

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

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

M	I	G	J	O	R	N	A	F	I	X
A	O	U	S	L	A	V	O			
R	A	G	R	E	D	O	L	C		
L	C	O	N	L	L	N	A	C		
L	R	A	I	X	A	D	E	S		
L	R	A	I	L	L	S	A	D	E	S
L	R	A	I	L	L	S	A	D	E	S
L	R	A	I	L	L	S	A	D	E	S
L	R	A	I	L	L	S	A	D	E	S
L	R	A	I	L	L	S	A	D	E	S
L	R	A	I	L	L	S	A	D	E	S
L	R	A	I	L	L	S	A	D	E	S
L	R	A	I	L	L	S	A	D	E	S
L	R	A	I	L	L	S	A	D	E	S
L	R	A	I	L	L	S	A	D	E	S
L	R	A	I	L	L	S	A	D	E	S
L	R	A	I	L	L	S	A	D	E	S
L	R	A	I	L	L	S	A	D	E	S
L	R	A	I	L	L	S	A	D	E	S
L	R	A	I	L	L	S	A	D	E	S
L	R	A	I	L	L	S	A	D	E	S
L	R	A	I	L	L	S	A	D	E	S
L	R	A	I	L	L	S	A	D	E	S
L	R	A	I	L	L	S	A	D	E	S

Dificultat: difícil

Dificultat: molt fàcil