

Cada mes tenim ofertes amb els preus més baixos de veritat!

Bailén, 232 bis • Barcelona
Tel. 932 853 630

UNECSA
Els especialistes en electrodomèstica

A partir de l'1 d'abril...

Presenta el teu carnet de **Lluïsos de Gràcia** i gaudeix del **15% de descompte**.

Vine a veure'ns a Gran de Gràcia 104 • BARCELONA

* Per la compra d'articles que no estiguin rebuats o d'oferta

base: Benitosports *la teua botiga d'esport!*
www.benitosports.com

Edita:

Lluïsos de Gràcia 1855-2005

Lluïsos és membre del col·lectiu:

Col·laboren:

"la Caixa"

Generalitat de Catalunya
Departament de Benestar i Família
Direcció General d'Actuacions Comunitàries i Cíviques

Departament de Benestar i Família
Direcció de Gràcia



37
La revista dels Lluïsos de Gràcia
gener 2006



- >La pent gran
- >Entrevista a Ricard Martínez
- >L'entitat Club Esportiu Europa

staff sumari

Edita:
Lluïsos de Gràcia

Direcció:
Hector Fernández

Coordinació:
Eulàlia Ramírez

Col·laboracions:
Jordi Casassas
Ingrid Marin
David Montfort
Ton Foz
Anna Rodríguez
Maria José Larrain
Magali Lledó
Oscar Casabona
Pep Morris
Clara Prats
Albert Mussons
Joan Ramon Gordo
Jordi Albertí
Joan Guiu
Carme Segura
Sara Nadal
Jordi Casso Samsó
Ricard Martínez
Angel Garreta
Cristina Manresa
Juanjo Sarto
Monica Palací
Francesc Vilaplana
Rosa M^a Torres
Raquel Diaz
Jordi Guilleumes
Joan Duran
Susanna Álvarez
Jordi Casso Juvé

Fotografia portada:
Joan Farré

Fotografies:
Arxiu Lluïsos de Gràcia
Joan Farré

Disseny i maquetació:
Silvia Vallverdú

Correcció:
Gina Tomàs

Imprimeix:
CONSDCOR

Dipòsit legal:
B.42.670.89

Redacció i publicitat:
Lluïsos de Gràcia
Plaça del Nord, 7-10. 08024 BCN
Tel. 93 218 33 72
Fax 93 218 20 58
desdelnord@lluïsosdegracia.org
www.lluïsosdegracia.org

03 >>> LA CARTA DEL PRESIDENT

04 >>> GESTIONS DE LA JUNTA

06 >>> SECCIONS

Colla de diables La Vella de Gràcia "Benvinguts a l'infern"

Xino Xano "Grup d'excursions Xino-xano"

Somsal "Una companyia que es mou" i "Després de la pluja"

Sinera "Gegants?"

10 >>> LA CRÒNICA

La Nit de l'Esport

Reconeixement a Montse Martí

VI Trofeu de Teatre Infantil i Juvenil Vila de Gràcia

Concert de Nadal

12 >>> EL BARRI

14 >>> 150è ANIVERSARI

Mostra d'Associacions de la Mercè

El Ball d'aniversari

L'Anella se suma als actes del 150è aniversari amb un concert

Contribucions a l'anàlisi de l'associacionisme a Gràcia

Sopar Cloenda del 150è aniversari

El pessebre dalt del Bastiments!

Cloenda del 150è aniversari

Exposició a la seu del Districte

18 >>> ENTREVISTA >>> Ricard Martínez

20 >>> ENTITAT >>> Club Esportiu Europa

21 >>> NOUS PROJECTES >>> Préstec de DVD

>>> LA TIRA CÒMICA

>>> ELS MOSSOS A GRÀCIA

22 >>> TEMA >>> La gent gran

24 >>> EFEMÈRIDES >>> Fem història

>>> LA VEU DEL SOCI >>> Cantiga i "La Casa"

25 >>> CUINA >>> Bunyols de pollastre amb sanfaina

>>> RECOMNEM

26 >>> CRÒNICA DES DE LA PEIXERA

>>> REFLEXIONS >>> Un món massa mascle

Jordi Casassas

>>> un any de celebració



Benvolgudes sòcies i benvolguts socis,

Justament fa un any, aquí mateix, al Des del Nord, escrivia unes paraules d'encoratjament, felicitat i bons desitjos per a l'any que iniciàvem i que havia de ser, d'una manera o altra, ben especial. Així ha estat. Després de dotze mesos de treball, activitat i festa, podem dir que la celebració del 150è aniversari dels Lluïsos ha estat al nivell que esperàvem.

S'han fet més de cinquanta activitats; activitats en què ha participat tot tipus de gent: socis, amics, veïns, entitats, seccions, grans, joves i petits. Aquesta era la nostra intenció a l'hora de preparar aquesta celebració: que tothom, fos de la casa o no, pogués trobar el seu espai per commemorar els 150 anys dels Lluïsos; que les seccions i socis de l'entitat participessin activament, com a mínim, en alguna de les activitats programades. Avui, un cop acabades les celebracions, podem dir, amb molt d'orgull i satisfacció, que la participació ha estat molt nombrosa i satisfactòria per part de tothom. Quasi totes les seccions han participat d'una manera activa en alguna o diverses activitats. No era una feina fàcil. Mai no és una tasca fàcil preparar activitats per als altres, però el treball col·lectiu i responsable de molta gent ho ha fet possible. Des d'aquestes línies vull deixar constància de l'agraïment i la felicitació a tots els qui hem participat en aquesta celebració: socis, responsables de les activitats programades... però, permeteu-me que ho faci d'una manera especial, als que al llarg d'aquest dotze mesos han estat al capdavant de l'organització. En primer

lloc a la Carme Segura, que com a responsable de la Comissió ha treballat de valent per tenir-ho tot a punt. També a la Sara Nadal, que ens ha coordinat unes exposicions extraordinàries. A en Xavi Nuet, l'Agustí Vilajosana, en Jaume López...

Al Joan Ramon Gordo, que ha coordinat, professionalment, tots els actes del 150è aniversari, i al personal administratiu i de consergeria dels Lluïsos que aquest any han tingut una feina suplementària.

A tots ells moltes gràcies.

Benvingut el 2006. Ara toca recordar el 150è amb la nostàlgia necessària però amb la voluntat de mirar el futur. Tots nosaltres hem pogut celebrar aquest aniversari gràcies al treball de moltes generacions passades. Homes i dones que, sense fer gaire soroll, han posat els Lluïsos en una situació privilegiada, coneguda per molta gent. Respectada i admirada, i fins i tot, envejada (positivament). La nostra obligació, ara, és fer possible que les generacions futures puguin celebrar molts més aniversaris. El més important no era celebrar el 150è aniversari, el més important és posar els mitjans necessaris per sembrar aquest esperit lluisenc i transmetre'l als infants i joves que passen bona part del seu temps lliure als Lluïsos. La nostra feina ha d'anar encaminada a fer entendre que els valors pels quals van ser fundats els Lluïsos són vàlids

després de 150 anys; que l'associacionisme cultural, on s'emmarca la nostra entitat, pot ser un mitjà tècnicament modern, econòmicament viable, socialment positiu i necessari i, sobretot, un espai de reflexió de la societat on vivim, i especialment una escola on la formació de les persones, la convivència, la tolerància i el respecte és la nostra aportació a aquest país que tant necessita la tasca de l'anomenada societat civil.

Comencem un nou any. Diuen que és el moment de demanar desitjos. Intentem, entre tots, fer-ho possible.

Bon any a tothom.

gestions de la junta

JUNTA DE SECCIONS

El passat 20 d'octubre es va realitzar la reunió de la Junta de Seccions amb l'assistència dels presidents de les seccions. Els temes que es van treballar foren els següents:

> **Coordinació de les relacions amb col·lectius externs de l'entitat:** es proposa que abans de fer qualsevol visita, tant la Junta Directiva com les seccions ho hauran de comunicar.

> **El patrocini i la relació amb empreses:** es decideix que les seccions comuniquin a la Junta les necessitats econòmiques o en espècies de cara a unificar les demandes.

> **Horaris de l'entitat:** es parla de millorar els horaris en funció de l'activitat de les seccions.

> **Personal administratiu i de consergeria:** es presenta la nova reestructuració del personal

> **Noves incorporacions a la Junta Directiva:** en Jordi Bonet deixa el càrrec de tresorer i s'incorpora el Rafael Clot. També s'incorpora la Clara Fontdevila que s'ocuparà de l'organització interna i de personal, i la Maria Faust que s'ocupa de l'àrea d'activitats.

> Es demana que es doni l'opció als socis de rebre les comunicacions de l'entitat via correu electrònic, per estalviar paper.

ADHESIÓ ESTATUT

S'informa que els Lluïsos de Gràcia s'ha adherit a la plataforma en suport del nou Estatut elaborat al Parlament de Catalunya i que s'ha d'aprovar al Congrés dels Diputats de Madrid.

COMISSIÓ PLAÇA DEL NORD

Es decideix que el col·lectiu que va preparar la Festa Major a la plaça del Nord l'estiu passat es converteixi en un grup de l'entitat que es denominarà **Comissió de Festa Major Plaça del Nord**. Serà un grup que acceptarà socis i no socis i properament presentaran la normativa de funcionament i els càrrecs directius del grup.

BUTLLETÍ ELECTRÒNIC

Des de fa un mes l'entitat edita un butlletí electrònic amb informacions i agenda. La subscripció es pot fer a través de la web de l'entitat

XARXANET

Es decideix sol·licitar una subvenció al departament de Benestar i Família de la Generalitat de Catalunya per a la gestió del subportal comunitari de **Xarxanet.org**.

CONVENI PAU CASALS

En Jordi Casassas en representació dels Lluïsos de Gràcia signa un conveni amb el Districte de Gràcia i l'escola Pau Casals pel qual la secció de bàsquet dels Lluïsos podrà utilitzar, de dilluns a divendres de 18.00 a 21.00 hores, la pista poliesportiva de l'escola Pau Casals amb les condicions que s'estableixen en l'esmentat conveni.

Cal recordar que és un conveni per a aquest curs, per la qual cosa a finals de juny caldrà començar a preparar el següent.

CONSELL D'ASSOCIACIONS DE BARCELONA

L'Ajuntament de Barcelona va convocar eleccions per renovar els membres del Consell d'Associacions de Barcelona. Els Lluïsos de Gràcia decidí presentar-s'hi com a representant del Districte de Gràcia, i sortí escollit.

ASSEMBLEA 24 DE NOVEMBRE (2005)

El passat 24 de novembre es va celebrar l'Assemblea General Ordinària de Socis dels Lluïsos de Gràcia en què es van discutir i aprovar diversos temes:

- ✓ Es va aprovar la memòria i el balanç econòmic de l'any 2004-05, que s'ha tancat amb un dèficit de 19.944.00 €.
- ✓ Es va aprovar el pressupost dels Lluïsos de Gràcia de l'any 2005-06 amb uns ingressos de 669.700 € i unes despeses de 656.000 €, per tant, es preveu un benefici de 13.700 €.

✓ Es van aprovar les quotes de l'entitat per a aquest any, que són les següents:

> Quota de soci	9,15 €
> Agrupament Escolta	30,00 €
> Agrupament Escolta-Truc	12,00 €
> GMM	30,00 €
> Bàsquet	17,00 €
> Tennis de taula	7,81 €
> Catequesi	10,00 €
> Catequesi (quota especial)	19,00 €
> Coral el Virolet	11,00 €
> Coral Sinera	6,00 €
> Coral Vent del Nord	7,00 €
> GFT Sotacabina	2,75 €
> Sotacabina Teatre	2,40 €
> Fotografia	1,50 €
> Coral La Fuga	8,50 €
> Somsal Teatre	3,25 €
> Coral Cantiga	0,00 €
> Colla Vella Diables	0,00 €
> Bàdminton	1,00 €
> Grup d'Excursions Xino-Xano	0,00 €
> Grup dels Dimarts	0,00 €

✓ Es va aprovar l'informe de les gestions realitzades per la Junta Directiva durant el curs 2004-2005. Es van aprovar nous canvis a la Junta Directiva: a causa de motius personals, en Jordi Bonet s'ha vist obligat a deixar el càrrec de Tresorer, de manera que aquest càrrec l'ocuparà en Rafael Clot. També s'incorporen a la Junta la Maria Faust en l'Àrea d'Activitats, i la Clara Fontdevila en l'Àrea d'Organització Interna.

✓ Es va aprovar per unanimitat el projecte del curs 2005-06.

A l'Assemblea hi van assistir, presents o representats, 35 associats, i tenint en compte que el nombre total de socis de l'entitat és de 1.096, l'assistència va ser del 3,19%.

David Montfort

colla de diables la vella de gràcia



BENVINGUTS A L'INFERN

Tal com diu la dita...*Qui juga amb foc, s'acaba cremant*. Des de l'octubre passat...alguna cosa està cremant. Sí. És la vila de Gràcia. I per què? Existeix un motiu molt clar: els diables han fet acte de presència i faran de la nostra estimada vila un autèntic polvorí.

La colla de diables La Vella de Gràcia celebra el seu 25è aniversari i ho fa amb tota pompa, sense miraments i posant tots els esforços per commemorar un fet tan significatiu. De fet, som la colla de diables més antiga de Gràcia i una de les pioneres de Barcelona, la nostra ciutat veïna. Per això, hem volgut fer un seguit de celebracions al voltant de la nostra gent, que és a la fi, la raó de ser de la nostra existència.

Així que, poseu-vos còmodes i benvinguts a l'infern...

El 8 d'octubre va ser la data de l'acte d'inici del 25è aniversari amb un espectacle digne del gran Lucifer. Els brams dels seus deixebles van començar a ressonar pels carrers de la vila a cop de maça i tabal fins arribar a l'emplaçament que el Cap diable havia escollit per encendre les ànimes de qualsevol valent que gosés encarrar-se a les forces del mal.

Gran quantitat de persones s'hi van adreçar i van contemplar, un cop acabat els versots de Lucifer, l'espectacle de foc que van oferir els diables al seu mestre, com a tribut a tots aquests anys de lluita per conservar un dels elements més identitaris de la cultura popular i tradicional del nostre país.

Per concloure la festa, música amb la Companyia Elèctrica Dharma (sempre quedarà Stella Splendens a la retina dels meus ulls), quasi dues hores de melodies que no hem parat d'esbufegar durant molts anys.

Al darrere quedaran les anècdotes que tan sols aquells que vam desafiar allò que no està escrit vam saber esquivar...l'entranable visita del membre de seguretat del bufet d'advocats, les contínues carreres cap al generador, els amics veïns de la Virreina, en fi, tota una gran nit.

L'11 d'octubre va ser la data escollida per iniciar el recorregut de l'exposició del 25è, que durant aquest any s'allotjarà a diversos centres de la vila. El tret de sortida es va donar als Lluïsos, actual infern de la colla, i preveu cremar les parets de la Biblioteca vila de Gràcia, Districte, la Violeta, entre altres.



Correfoc del 25è, 17 desembre



Correfoc del 25è, 17 desembre

Recull 25 escrits de gent de la colla, d'altres que no ho són, d'altres que no ho volen ser però sempre hi són, en fi, gent que sent una emoció quan escolta el nom de la Vella. Si voleu saber què blasfemen no us ho penseu, mireu-la, gaudiu-ne, i no l'oblideu.

El 25 de novembre es va celebrar l'acte Panollí. Us preguntareu què vol dir això, doncs bé, els Panolis i les Panolis són persones que es neguen a formar part de la colla però sempre són amb nosaltres i si no hi són els trobem a faltar ja que ens donen la vida, l'energia que necessitem, a part d'algun cop de mà en molts moments.

Després d'un sopar amb bona companyia, els Panolis van fer un obsequi a cada membre de la colla i tres versots per als diables i tabalers, i van ser recompensats amb una petita gimkana amb diferents proves pel barri.

Suposo que quan llegiu aquestes línies escrites amb sang de les últimes víctimes de Lucifer, **el correfoc del 25è** ja haurà incendiat tots els carrers, deixant un únic crit a l'aire: Visca La Vella!

Ton Foz

XINO-XANO

GRUP D'EXCURSIONS XINO-XANO

El grup Xino-xano som un grup de persones que ens agrada practicar l'excursionisme dolç, això que també s'anomena "senderisme", gaudir de la natura, pujar les nostres muntanyes i assaborir el paisatge.

Les excursions que preparem no són gaire llargues, però, si la fita s'ho val, no evitem fer llargues i costerudes pujades. Per tant, el nostre nom, tot i que pugui fer gràcia, no defineix el nostre tarannà.

L'octubre de l'any 1992, en el transcurs d'una reunió de pares de l'Agrupament Escolta, es va proposar de fer unes excursions per a tothom que volgués. La primera excursió es va fer el dia 8 de novembre de 1992, al Puigsacalm, aquesta excursió va comptar amb l'assistència de 46 persones. Des de llavors, en portem fetes 113, una cada mes des de l'octubre al juny de cada any.

En les nostres excursions hem fet recorreguts per gairebé totes les comarques catalanes: des de la Serra de Cardós al Puigmal i des del Congost de Monrebei al Cap de Creus. Aquestes caminades han afavorit uns bons lligams d'amistat entre tots els participants.

Aquest grup té una organització molt simple, atípica dintre el que és habitual als Lluïsos. Es pensa el lloc de l'excursió, s'escrui un programa indicant l'itinerari i el lloc de sortida i la secretaria dels Lluïsos s'encarrega d'enviar-lo a totes les persones que prèviament han demanat ser informades d'aquesta activitat.

Hi pot participar tothom que tingui possibilitats de caminar tres o quatre hores: hi assisteixen des de nens i nenes de set o vuit anys fins a persones amb molts anys. Això sí, cal tenir en compte que s'ha seguit el ritme

del grup perquè si no, les estones de parada allarguen considerablement l'excursió.

Ens agradaria poder oferir més sovint excursions amb un doble vessant: una part que fos més turística amb curts recorreguts a peu i l'altra amb recorreguts més llargs per als caminadors, de manera que poguéssim facilitar la participació d'un nombre més gran de persones. Aquestes excursions podrien fer-se en autocar i no caldria fer recorreguts circulars, com ens passa ara, ja que sempre cal tornar al lloc on hem deixat els cotxes.

També està en estudi fer excursions més llargues, de diversos dies, a llocs més allunyats. Però això requereix una organització més complexa, que mirarem d'anar concretant.

Properament, per al 12 de febrer de 2006, estem preparant una visita col·lectiva (oberta a tothom) als Aiguamolls de l'Empordà, per a la qual comptem amb l'acompanyament d'uns experts de DEPANA. Ben aviat rebreu informació més concreta d'aquest esdeveniment.



Excursió del grup

»»» somsal



SOMSAL: UNA COMPANYIA QUE ES MOU

Com a actriu, treballar a la companyia Somsal dels Lluïsos de Gràcia ha estat una experiència enriquidora.

Quan vam començar a assajar *T'odio amor meu*, l'octubre del 2004, desitjàvem fer l'obra íntegrament. Volíem cantar amb les nostres pròpies veus i també interpretar els personatges tal com es descriu en el guió, però les baixes d'alguns membres de la companyia i la poca experiència dels integrants en fer musicals ens van obligar a canviar la nostra primera idea. Se'ns va acudir triar cançons conegudes per tothom i fer playback al final de cada escena, imitant la pel·lícula "El otro lado de la cama".

Segur que molts de vosaltres recordareu aquesta comèdia de molt èxit, dirigida per Emilio Martínez-Lázaro el 2002, interpretada per Ernesto Alterio, Paz Vega, Natalia Verbeke i Guillermo Toledo, i de la qual ara mateix s'ha estrenat la versió teatral a Barcelona.

El nostre objectiu era fer divertida aquesta obra i al mateix temps divertir-nos. Cadascun dels actors va poder triar la seva cançó. Havia de ser una cançó que tingués alguna connexió amb el personatge que la interpretava. Algunes de les cançons seleccionades eren *Amante bandido* de Miguel Bosé, *Un hombre de verdad* d'Alaska, *Sin ti no soy nada* d'Amaral, etc.

El text també es va haver d'adaptar perquè les protagonistes de l'obra original són cinc dones i en l'últim moment només érem tres. Per tant la Berta, directora de l'obra, va fer les adaptacions dels personatges i del text perquè fossin només tres dones i tres homes.

Finalment l'obra es va estrenar. Tractava de la vida de tres dones desesperades pels homes. La primera, l'Emma, casada amb l'Oscar. La segona, la Lily, una diva que els homes han tractat malament, i la tercera, l'Edie, que viu amb un home que no estima i pateix per un amant que l'acaba abandonant. Aquest amant és en Jota, l'home desitjat per totes les dones. L'Edie s'intenta suïcidar per culpa d'aquest Jota que l'ha deixat embarassada i finalment s'ha desentès d'ella. Les tres dones acaben soles esperant que soni un maleït telèfon que els pugui donar una petita esperança d'una propera cita que no s'esdevindrà.

Al final de cada escena vam incloure un número musical en playback i alguns passos bàsics de ball que van fer de l'obra una comèdia divertida i lleugera que va fer somriure el nostre



Representació de "T'odio amor meu"



Representació de "Després de la Pluja"

públic. Això demostra que dins el funcionament d'una companyia amateur com la nostra cal estar preparat per qualsevol imprevist i saber optimitzar al màxim els recursos que es tenen. I en aquesta companyia ha quedat més que palès l'interès perquè els projectes tirin endavant i la col·laboració per part de tots.

Ana Rodriguez

DESPRÉS DE LA PLUJA ALS LLUÏSOS DE GRÀCIA

Somsal Teatre va posar en escena l'obra de Sergi Belbel *Després de la pluja* el passat més de juliol; una obra complexa que és una comèdia dramàtica o un drama divertit, segons la reacció del públic.

L'obra explica la història de un grup de vuit funcionaris que treballen en un edifici on està totalment prohibit fumar; tanmateix aquests pugen al terrat a fer-ho. En aquest espai de trobada, forçat per la dependència a la nicotina, es van mostrant les complexes relacions entre els personatges.

Per al nostre grup amateur **va ser un gran desafiament presentar una obra amb tanta càrrega dramàtica, mostrant uns personatges assetjats per les seves inseguretats, pors i fracassos.** Els assaigs de cada dimecres van anar conformant a poc a poc el perfil que volíem donar a les escenes: cada actor va posar el nom al seu personatge, el va vestir amb una història i el va fer seu fins arribar a comprometre's amb ell el màxim possible. Com a directora d'aquesta aventura no puc fer més que manifestar la meua alegria per compartir amb cada un d'ells els descobriments que es van fer.

Sabem que vàrem fer un bon treball i també que s'hauria pogut fer millor: vam muntar l'escenografia amb molt de compte; una amiga dissenyadora ens va fer el programa, una altra ens va fer un reportatge en imatges... Al final arribem a la conclusió que el treball en equip, fet de manera desinteressada i amb entusiasme, sempre deixa una extraordinària sensació de èxit, independentment dels aplaudiments del públic, del qual no ens podem queixar gens ni mica.

Maria José Larrain

Magalí Lledó
»»» sinera



GEGANTS?

Cantar. Cantar molt, molt i molt!! A això és al que ens dediquem quan fem un cap de setmana sinerenc. Evidentment també fer altres coses, com gaudir de la natura, xerrar tot el que no ens deixen xerrar a l'assaig, i fins i tot fer passar una mica de vergonya als més joves i esporuguits cantaires de Sinera!

Tot això és el que vam estar fent durant **els dos dies que vam marxar amb els Violets a Castellnou de Bages, un poblet petit i rebonico!** on feia un fred considerable (el dilluns següent la meitat dels cantaires estàvem constipats!). Però vaja, que el fred ja anava bé per assajar el repertori nadalenc, que el concert d'aquest any ens el deixen a càrrec dels més joves.

I aquí va un dels moments més memorables del cap de setmana: ens situem en una sala on assagen junts Violet i Sinera. La directora demana als més petits qui som tota aquella gent que hi ha per allà, i ells amb tota naturalitat responen que hi som tots: els platerets, els guitarres, els mitjans 1 i 2, els grans... però aquells nois i noies tan grans que hi ha a l'última fila, qui són?? Sinera?? Doncs no!! Us equivoqueu!! Segons la lògica evident dels més petits, els que passem del grup dels grans som els gegants!! Que es preparin els fugats, els cantigus i els del vent del nord...



Sorridia a Castellnou del Bages

Oscar Casabona

»»» la nit de l'esport



El passat 30 de setembre es va celebrar la VIII Nit de l'Esport organitzada pel districte de Gràcia al Parc de la Creueta del Coll.

Al llarg del sopar es van presentar diferents entitats esportives que havien destacat al llarg de la temporada passada en les seves modalitats respectives. Entre elles van optar a premi la secció de Tenís Taula dels Lluïsos de Gràcia. La secció va ser premiada pels següents resultats: 3r d'Espanya en el campionat de la categoria de Veterans, l'Oscar Casabona per ser cinquè de Catalunya i l'Alfredo Juan per ser tercer en l'Open de Barcelona.

Redacció

»»» VI trofeu de teatre infantil i juvenil vila de gràcia



El passat diumenge 11 de desembre del 2005 va finalitzar el VI Trofeu de Teatre Infantil i Juvenil Vila de Gràcia 2005 organitzat pel Casal Corpus i els Lluïsos de Gràcia. L'acte es va iniciar el Grup de Teatre del Casal Corpus amb la presentació fora de concurs de l'obra "Alicia al país de les meravelles".

Alguns dels trofeus que es van repartir van ser a BAT de Tàrraga, com a millor grup, a *Estimats homes* del Cercle Catòlic de Barcelona com a segon millor grup, i a la votació popular *Volem ballar* del grup de teatre Tracatrà de Vilanova i la Geltrú.

L'acte va ser gratuït i va comptar amb la participació de més de 200 persones. Va concloure amb un aperitiu.

Pep Morris

»»» reconeixement a montse martí



El passat divendres, 5 de novembre, a les 21h la Fundació del Bàsquet Català va lliurar el premi honorífic als històrics del bàsquet català a Montserrat Martí per la seva dedicació al bàsquet durant els 25 anys que va ser jugadora de l'equip femení dels Lluïsos de Gràcia i set anys va estar de directiva a la secció de bàsquet.

Clara Prats

»»» concert de nadal



El passat 18 de desembre vam fer el clàssic concert de Nadal dels Lluïsos amb algunes variacions respecte a anys anteriors. Vam cantar El Violelet i Sinera, i el vam fer a la Capella de la Salle.

Aquí teniu algunes impressions del grup de Mitjans II del Violelet:

- "Cada grup va cantar 2 o 3 cançons i ho vam fer molt bé.
- "En el cant comú vam participar tots els grups del Violelet, la Coral Sinera i en una estrofa, els pares"
- "Tothom hi va posar moltes ganes"
- "El concert va ser divertit"
- "Els Petits, els Mitjans, els Grans i Sinera ho vam fer molt bé"
- "Els petits van cantar cançons molt boniques i es van entendre molt bé"
- "Molts de nosaltres havíem cantat *El pobre alegre* i ens va agradar molt que els petits la fessin"
- "Un cantaire de Mitjans II va dir l'embarbussament de la gallina molt ràpid"
- "Ens van agradar molt les dues cançons que vam cantar nosaltres: *L'avet de Nadal* i *La gallina*"
- "Un cantaire del grup de Grans va tocar la bateria en una cançó"
- "Ens va agradar molt una cançó de Sinera en què cantava una solista (que no va venir d'Amèrica!)"
- "El cant comú va ser molt bonic perquè ho cantàvem tots junts"
- "El públic va aplaudir molt, especialment el cant comú"
- "Va ser un concert molt bonic i algunes persones diuen que els va arribar al cor"

Albert Musons ha estat notícia a la vila

Entrada a la Biblioteca Jaume Fuster



La inauguració, el matí del 13 de novembre, de la **Biblioteca central del Districte** a la plaça Leseps, la que porta el nom de l'escriptor Jaume Fuster, ha estat sens cap mena de dubte la notícia cultural gracienc del darrer trimestre. Per mèrits propis, la nova Biblioteca s'ha convertit ja en la "joia de la corona" dels nostres equipaments culturals. L'acte inaugural esdevingué brillant, malgrat la pluja, la presència de reivindicacions de diversos col·lectius de ciutadans davant l'alcalde i alguns errors d'ubicació en el programa del teixit civico-cultural de la vila. Sigui com sigui, les primeres setmanes de la Jaume Fuster l'han omplert d'usuaris i visitants amb xifres sense precedents a la ciutat. Els dies següents a l'obertura, un palmarès de figures literàries de la mida de Salman Rushdie, Nelida Piñon, Albert Sánchez Piñol o Rafael Argullol entre d'altres, ompliren de gent i de nivell les parets de l'auditori de la Biblioteca.

El trimestre que hem deixat enrere ha tingut també a Gràcia una evident clau urbanística i de mobilitat. S'ha posat punt i final a unes desesperadament llargues **obres a la plaça Joanic** i s'han començat les de l'**antiga escola OSI** al carrer Gran cantonada Santa Rosa, un espai en el qual s'ubicarà l'històric **Casal de Joves de Gràcia** -amb maridatge juvenil barceloní-, **una escola bressol i un pàrquing**. Timidament encara, s'han vist els primers moviments a les obres de remodelació del **Centre Artesà Tradicionari** i a la **plaça del Diamant**. La que serà "enèssima" remodelació de la plaça dedicada a l'autora de la Colometa, inclourà l'obertura i adequació del refugi anti-aeri de la guerra civil que hi ha en el seu subsòl, una excel·lent notícia per a la lluita contra la pèrdua de memòria històrica d'un període tan dramàtic com transcendent del nostre passat. En aquesta mateixa línia, també el **Taller d'Història** ha iniciat durant el trimestre un seguit d'activitats per recordar què passava a Gràcia sota el franquisme.

De mobilitat se n'ha parlat molt els darrers mesos: Ajuntament, Districte i ciutadania; als despatxos i al carrer; als mitjans de comunicació... S'ha arribat a difícils acords sobre l'**aplicació del Pla de Mobilitat**, l'anomenada "macroilla" o la implantació de canvis i modificacions en diversos sentits circuladors de carrers. S'ha estrenat l'**Àrea Verda** i s'ha conegut la voluntat política i veïnal de **convertir en peatonal el carrer Astúries**, un dels més transitats de la vila.



Biblioteca Jaume Fuster



Plaça del Diamant

Tornant a la Cultura, i a part que el trimestre ha estat el de **cloenda del 150è aniversari de la nostra entitat** i d'actes centrals a l'entorn del 25è de La Vella de Gràcia, s'ha dut a terme la sisena edició del **Trofeu Infantil i Juvenil Vila de Gràcia de Teatre**. L'art de Talia ha finalitzat el trimestre gracienc amb les tradicionals representacions nadalenes: *L'Estel de Natzaret* al Cercle Catòlic o diferents versions dels *Pastorets* al Centre Moral i al Casal Corpus. En el marc de Nadal i amb la Marató de TV3 com a teló de fons, hem conegut una **nova entitat: els amics del col·lectiu Catacrac**, hem assistit a un nou concert organitzat pel Cor Impromptu a Santa Maria de Gràcia, i a l'Orfeó Gracienc ens oferiren una bona escenificació solidària del *Poema de Nadal*, de Josep Ma. de Segarra. També, en el marc d'un dels molts concerts nadalenes de les nostres corals, els "Cantaires Muntanyencs" del Club Excursionista de Gràcia han estrenat una "Suite de Gràcia", obra del seu director i compositor Víctor Barbé. Sense deixar la música encara, el cap de setmana anterior a Nadal és va viure el **concert de rellançament de l'Orquestra de Cambra Vila de Gràcia**,

que inicia una nova etapa en la qual Lluïsos serà també present.

I anem acabant: **els mossos s'han desplegat per Gràcia** i varen rebre la benvinguda oficial del Districte amb l'obsequi d'una bandera de la vila. I, pel que fa a les entitats esportives, un parell de clarsos. El clar, evidentment, **el nou local de la Unió Excursionista de Catalunya-Gràcia** al carrer Encarnació, una magnífica aposta de futur possible per la generosa herència rebuda del matrimoni Planas, socis de l'entitat. I l'obscur, **la greu crisi del Club Natació Catalunya** que travessa, a punt del seu 75è aniversari, un dels pitjors moments de la seva història.



Carrer Gran de Gràcia amb Santa Rosa



Exposador de lliquets de la zona verda de Gràcia

>>> 150è ANIVERSARI PETITA CRÒNICA DEL QUE HA PASSAT



Estan dels Lluïsos a la plaça Catalunya

>>> MOSTRA D'ASSOCIACIONS DE LA MERCÈ

Els passats 23, 24 i 25 de setembre Lluïsos va tenir un estand a la **Mostra d'Associacions de la Mercè**, situada a la Plaça Catalunya. Durant els tres dies s'hi va realitzar una representació teatral, un concert de la coral Sineria i diferents tallers, als quals van participar al voltant de 500 infants. Al llarg de tot el dia es va informar la gent que s'hi acostava del funcionament dels Lluïsos i de les activitats que s'hi realitzen, mostrant alhora a través d'unes pancartes, imatges de socis de Lluïsos amb frases sobre què és els Lluïsos per a ells.

>>> EL BALL D'ANIVERSARI

El dimecres dia 21 d'octubre, i malgrat la pluja que va caure, vàrem celebrar el ball d'Aniversari. Cal recordar que aquesta activitat fou la que guanyà en el procés de consulta que durant tot el 2004 es fa ver entre els associats a Lluïsos. Inicialment l'activitat havia estat programada per al mes de juliol, però atesa la gran quantitat d'actes acumulats es va proposar -i acceptar- traslladar aquest ball a la tardor.

Varen ser dues hores de ballaruga, en les quals un centenar de persones vam passar-ho d'allò més bé amb l'Orquestrina della Luna, formació musical composta per sis músics especialitzats en tot tipus de melodies per a ball de saló.

Joan Ramon Gordo



Ball d'aniversari al teatre dels Lluïsos



>>> L'ANELLA SE SUMA ALS ACTES DEL 150è ANIVERSARI AMB UN CONCERT

Després de més de cinc anys de promoció de l'activitat sardanista a Gràcia, als membres de L'Anella -que és l'entitat que es va fundar amb aquest objectiu- ja ens bullia la idea de programar un primer concert de música per a cobla. El moment adient es va presentar a l'hora de pensar com participar en els actes commemoratius del 150è aniversari dels Lluïsos, ja que tots plegats vam veure clar que era l'ocasió de fer realitat el projecte.

Tal dit, tal fet. **El dia 22 d'octubre a les 10 de la nit, la tenora sonava a la sala d'actes de la Plaça del Nord. La cobla Marinada** -amb l'ajuda inestimable del mestre Sebastià Alba- va sintonitzar molt bé amb la idea que teníem del concert a l'hora de concretar el programa: a la primera part, cinc sardanes d'autors reconeguts: Enric Serra, Eduard Toldrà, Enric Morera, Agustí Borquinyó, Manel Saderra i Emili Saló; a la segona part, dues gloses musicals -la Moixeranga d'Algemés del ja citat Joaquim Serra i el Tríptic de records del mestre F. Martínez i Comín- i la Fantasia en dos moviments, Akelarre, de Francesc Cassú. Aquestes peces van ser acompanyades pels instruments de percussió i dirigides pel mestre Jordi Molina.

La interpretació va combinar bé la fidelitat musical amb la força que neix de l'entusiasme. És cert, tots plegats crec que ens sentíem orgullosos de l'espectacle musical que estàvem protagonitzant: els músics amb la seva professionalitat i els assistents amb l'atenció que prestàvem a les notes. Cal destacar que entre els prop de dos-cents assistents comptàvem amb la presència de la vídua de Fèlix M. Comín, la també compositora Pepita Lluñell, que ens va explicar amb tot detall com el seu marit va anar gestant l'obra que va cloure l'acte.

La seva companyia, juntament amb el fet que el mestre Jordi Molina -segons ens va contar ell mateix- havia estat durant uns anys veí de Gràcia, de ben segur que també va ajudar a posar un accent de proximitat a les notes de la cobla; tot plegat... una festa. Una festa musical que a l'hora de sortir, tot comentant la vetllada amb el Conseller de Cultura del Districte de Gràcia, ja somniàvem repetir el 2006 amb un programa més ambiciós encara.

Jordi Albertí



La Cobla Marinada



Cloenda del debat sobre associacionisme

>>> CONTRIBUCIONS A L'ANÀLISI DE L'ASSOCIACIONISME A GRÀCIA: UN MODEL QUE CAL REPLANTEJAR I QUE CAL QUE EVOLUCIONI

El 19 de maig passat vàrem presentar a la seu dels Lluïsos el tema "Contribucions a l'anàlisi de l'associacionisme a Gràcia: un model que cal replantejar i que cal que evolucioni", com a proposta participativa, a tot un seguit de representants i dirigents del moviment associatiu gracienc. Durant més de sis mesos hi ha hagut un procés participatiu al voltant de tres temes clau que a priori va semblar a l'organització de l'Aniversari que calia replantejar-se i debatre.

Aquests tres temes eren els següents:

- 1. La coordinació entre les entitats:** les dificultats i els reptes, models experimentats, valoració i resultats, noves propostes.
- 2. La gestió dels recursos:** de quins tipus de recursos dispoem les entitats? Com els utilitzem i gestionem? Com els rendibilitzem?
- 3. El soci/usuari:** com aconseguir la seva fidelitat? Amb quins reptes ens trobem? Vers un nou model d'associat?

Hi van haver dos moments de participació. El primer mitjançant el web Delibera, expressament creat pel projecte (www.lluisosdegracia.org/debat) i el segon en la sessió presencial de cloenda celebrada el dissabte 12 de novembre al matí.

Malgrat que la participació era a títol individual hi va haver força entitats representades: Agrupament Escolta dels Lluïsos de Gràcia, Lluïsos de Gràcia, Col·lectiu l'Esbarzer, Consell de Caps, Cercle Catòlic, Centre Moral i Instructiu de Gràcia, Associació d'Estres de Catalunya, ACAPPS, Fundació Orfeó Gracienc, Grup de teatre Disbauxa, Associació de Figurant de Catalunya, Moviment per la Pau, Federació Catalana d'ONG de Servei en SIDA, Progran, Associació Catalana d'Ela.

Hi va haver en total 2.231 contribucions, 12 de les quals eren comentaris específics a les propostes de diagnosi i/o d'acció; 2.219 foren valoracions distribuïdes de la següent manera: 850 molt importants, 1.015 a mitges, 244 poc importants, 110 no es van manifestar.

Com a valoració general s'ha de dir que totes les propostes d'acció varen tenir més del 70% de consens (verd: molt important, i groc: a mitges).

A la sessió presencial del 12 de novembre es van llegir les diferents aportacions, es valoraren i quan va escaure s'acceptaren les modificacions i esmenes presentades i s'aprovaren els resultats.

Podeu veure els resultats dels consens aconseguit, així com els comentaris i aportacions realitzades al web (www.lluisosdegracia.org/debat).

Joan Ramon Gordo

>>> SOPAR CLOENDA DEL 150è ANIVERSARI

El dissabte 26 de novembre es va celebrar un dels esdeveniments socials més notables de les moltes celebracions del 150è aniversari dels Lluïsos: la festa-sopar de cloenda dels actes del 150è aniversari.

A l'Hotel Casa Fuster, als jardins de Gràcia, es va aplegar una munió (230 persones) de lluisenques i lluisencs, d'amics i dirigents d'altres institucions graciencs, i una notable representació de les institucions del nostre país.

L'acte va començar amb un aperitiu a la terrassa de l'edifici, un lloc privilegiat des d'on es podia contemplar la bellesa del Passeig de Gràcia i els jardins. Encara que feia un fred que pelava, tothom va gaudir de la vista i uns quants van participar en l'enregistrament del vídeo "150 veus per 150 anys", exposant les vivències personals sobre el que representava els Lluïsos per cadascú.

Després, en un preciós espai al soterrani de l'edifici, amb bòveda de curvatura i uns pilars considerables, va tenir lloc el sopar. **Les mostres d'afecte per veure antics companys i amics de fa temps, va marcar l'arribada al menjador i la distribució de les taules.** El menú va resultar d'una qualitat extraordinària i podria dir-se que gairebé tothom en va quedar satisfet, i diem "gairebé" perquè cal respectar els gustos de tots i potser a algú no li va ser avinent.

Arribats a les postres i al cafè, va donar-se pas al final de la festa, amb d'entrada, **representants del teatre lluisenc van interpretar els personatges històrics de Mossen Alósina, el fundador, Mossèn Muñoz, un falangista, Teresa Draper, i cadascú d'ells exposava l'època que li pertocava dins la història de l'entitat:** el falangista posant en entredit les múltiples activitats de caire catalanista dels Lluïsos, i la gran inventiva de disfressar l'entitat com un banc de sang, quan en el trienni maleït de la Guerra Civil, els grups incontrolats volien ocupar la nostra seu.

L'anècdota de la "representació" la va aportar la nostra estimada i admirada ex presidenta, Teresa Draper, quan en anunciar el personatge de la Teresa, es va aixecar i va anar fins al lloc on s'actuava. L'ofici dels nois i noies actuaes es va demostrar en integrar la veritable Teresa Draper a l'escena.

En aquest marc i aquest ambient, els lluisencs i lluisenques assistents, gairebé representants de totes les seccions de l'entitat, van ser testimonis de la consideració i reconeixement que la nostra entitat rebia per part de les institucions del nostre país, amb la presència de dues conselleres del govern de la Generalitat de Catalunya, la Consellera de Cultura, Hble. Sra. Caterina Mieras, i la Consellera de Benestar i Família, Hble. Sra. Anna Simó, a qui acompanyaven el Regidor de Cultura de l'Ajuntament de Barcelona, l'Hltre. Sr. Ferran Mascarell, el regidor del Districte de Gràcia, Sr. Ricard Martínez i diferents directors generals de les conselleries.



Sopar a l'Hotel Casa Fuster

Les dues conselleres van fer uns parlaments glossant i alabant la trajectòria històrica dels Lluïsos i oferint al President de l'entitat, Sr. Jordi Casassas, uns obsequis. La Consellera de Benestar i Família va lliurar als Lluïsos la Primera Medalla de Comunitat i Civisme, que el seu Departament ha instaurat per distingir entitats centenàries, i que va encetar aquests lliurament amb els Lluïsos. Així mateix el president Casassas va obsequiar les autoritats amb uns presents. També es van distingir els expressidents de l'entitat presents amb la insígnia del "Lluïset" d'or.

En definitiva, va ser una trobada entranyable i emotiva, on es va respirar l'esperit lluïscenc pels quatre costats. Aquesta trobada serà recordada molt de temps pels protagonistes i també cal dir que va sorprendre agradablement aquelles autoritats que no coneixien prou bé el tarannà lluïscenc.

Per la seva banda, el nostre president, Jordi Casassas, va arrancar els més grans aplaudiments de la nit en la seva intervenció, car lluny de les paraules convencionals, les seves paraules van estar plenes de referències concretes sobre el valor dinamitzador de la societat civil que fan les entitats com els Lluïsos, amb una coneguuda fermesa, va demanar a totes les institucions representades en el sopar, la implicació, el suport, ajut i compromís, al costat d'aquestes entitats si es volia realment que el nostre país, Catalunya, caminés endavant en la seva construcció nacional, car sense entitats no s'hauria arribat al present ni hi hauria futur.

Per acabar, tots els presents van ser obsequiats per Lluïsos amb una litografia que representa la façana de la nostra seu.

Joan Guiu

Quan vam començar a dissenyar els actes del 150è aniversari va haver-hi unes activitats que teníem clar que s'havíem de realitzar i entre elles hi havia el sopar de cloenda.

Volíem una celebració seriosa, de reconeixement de la feina feta, de trobada entre socis, de relació amb les autoritats... i així va ser.

Dissabte 26 de novembre 230 persones es van aplegar a l'Hotel Casa Fuster -als Jardinetes de Gràcia- per a dur a terme dita celebració.

Socis, presidents d'entitats, consellers, regidors, càrrecs d'institucions van acompanyar-nos però si una cosa ens unia era la nostra bona relació ja que una vegada més la nostra entitat ens ha permès relacionar-nos i permetre enfortir llaços d'amistat amb les persones que coneixem.

La trobada a la terrassa de l'Hotel, malgrat el fred que feia, ja va anar escalfant l'ambient entre abraçades, somriures, fotografies i records. Un vegada vam arribar al menjador la gent continuava saludant-te i anaves sentint records lluïscencs i d'altres graciencs.

El menjar excel·lent, com excel·lent era l'ambient que va dur-nos la sorpresa de la presència del fundador dels Lluïsos, Mn. Jaume Alsina, que, amb una barba retallada per a l'ocasió i amb l'alegria de la "feina ben feta" va voler compartir amb nosaltres una estona de vivències i etapes de l'entitat.

Càntics, acudits, més abraçades i records van marcar el final a una nova activitat lluïda, viscuda i sentida per a celebrar els 150 anys de l'entitat que ens ha ensenyat, educat i acollit una bona part de la nostra vida.

Carme Segura



Última etapa de la pujada del pessebre a Bastiments

>>> EL PESSEBRE DALT DEL BASTIMENTS!

Ja tenim un record del 150è aniversari dels Lluïsos al cim del Bastiments! Com a culminació de les 4 etapes de cap de setmana fetes al llarg de dos mesos, **el diumenge 4 de desembre vam aconseguir plantar el pessebre al capdamunt d'aquest bell cim del Pirineu, de 2.881 m d'alçada, situat a la capçalera del riu Ter, al Ripollès.**

No va ser gens fàcil, perquè tot i que el dia era serè, feia un vent de mil dimonis que literalment et tombava. A més, el vent aixecava la neu i te la llançava a la cara. Quan feia ratxes fortes, ben bé de 100 km per hora o més, t'havies d'ajupir i aferrar-te al piolet per no caure o, directament, seure a terra. Aquestes condicions no van permetre que tots els 28 que vam sortir al matí del refugi arribéssim dalt, ni tan sols que tots els qui vam arribar-hi hi coincidíssim i ens poguéssim fer la foto de família, però vam poder complir l'objectiu central: plantar el pessebre dalt del cim.

El temps efectiu de marxa que ha trigat el pessebre per fer els 165 km des dels Lluïsos al Bastiments ha estat de 45 hores i 40 minuts, i el temps total comptant les parades ha estat de 57 hores i 55 minuts.

En total, **han participat en almenys alguna de les etapes 50 persones, i 7 més han col·laborat a fer possible l'a-**

ventura fent transports en cotxe. El dia que vam ser més, lògicament, va ser el dia de pujar al Bastiments, en què vam coincidir 32 persones al refugi d'Ull de Ter.

Aquesta primera experiència de portar el pessebre des dels Lluïsos al Bastiments a peu per camins en quatre etapes ha estat molt satisfactòria per a tots els qui hi hem participat en totes o en alguna de les etapes. La ruta és molt bonica i amb un paisatge molt variat que és com una mostra de les quatre grans unitats del relleu del nostre país: **la 1a etapa transcorre pel Sistema Mediterrani** (Serralada Litoral, Depressió Prelitoral i Serralada Prelitoral); **la 2a, per la Depressió Central; la 3a, pel Pirineu; i la 4a etapa, pel Pirineu.** I el fet que la caminada ha coincidit amb la tardor, ens ha permès fruit de l'evolució dels diferents paisatges tardorencs que hem travessat.

També **ha estat molt gratificant l'acolliment que hem trobat a les poblacions de final d'etapa, especialment a Castellar del Valles i a Castellarçol.** A Castellar, on havíem de dormir la nit del dissabte de la primera etapa, no hi ha cap establiment hotelier, i ens van acollir molt amablement a casa seva els membres del Centre Excursionista de Castellar. I no únicament això, sinó que van participar en la caminada, dissabte venint quatre persones a buscar-nos una hora abans d'arribar a Castellar i l'endemà fent tota l'etapa fins a Castellarçol un grup de tretze cami-

naires de Castellar. I dels Lluïsos només érem sis! A Castellarçol vam arribar-hi al migdia, i ens esperaven gent del Grup de Caminaires i de l'Associació de Pessebristes al local d'aquesta associació amb un vermut esplèndid. Vam deixar el pessebre en aquest local fins a l'etapa següent, i quan van anar a recollir el pessebre el dissabte a 2/4 de 9 del matí ens tenien preparada coca acabada de sortir del forn i cafè amb llet! La coca era boníssima!

Entre la segona etapa i la tercera el pessebre va estar a l'Ajuntament de Sora, i entre la tercera i la quarta, al de Vilallonga de Ter; també els agraïm la bona disposició que han tingut.

Ara que amb l'empenta del 150è aniversari hem repescat la tradició que s'havia estroncada, de la portada del pessebre, **ens hauríem de proposar, com a entitat amb tanta història d'excursionisme viscuda, crear les bases perquè l'aventura d'aquest any no quedi només com un acte de l'aniversari i la puguem repetir molts anys més.**

Deixeu-me acabar com feia el meu avi Antoni Samsó: "Visca els Lluïsos de Gràcia!!".

Jordi Casso Samsó

>>> CLOENDA DEL 150È ANIVERSARI

El passat diumenge 18 de desembre es va celebrar l'acte de cloenda del 150è Aniversari dels Lluïsos, aniversari que al llarg de dotze mesos ha anat aplegant concerts, sopars, partits, excursions, cervaviles, actes oficials, exposicions, balls, conferències... Per acabar la celebració vam voler fer-ho amb les activitats que normalment tenen lloc al voltant de les festes de Nadal.

Hi va haver la sessió del Cicle de Titelles al nostre teatre, també el Concert de Nadal que El Virolet i Sinera ens van oferir a la sala d'actes de La Salle i tot seguit la trobada de tots els assistents més altres amics i coneguts que van voler acompanyar-nos en aquesta festa.

Enmig del fred de l'hivern, els ritmes frenètics, acompassats i moguts dels tabalers de la Colla Vella de Gràcia van fer que tots ens apleguéssim a la plaça que mica en mica es va anar omplint de cantaires, familiars, socis, veïns, espectadors de titelles... Després d'una cortina de foc que va encendre la façana dels Lluïsos, l'esbart de la Fundació Orfeó Gracienc ens van oferir un bonic espectacle de danses i, un cop finalitzats els parlaments i agraïments per acomiadar l'aniversari, vàrem poder gaudir d'un excel·lent brou de Nadal, i pollastre farcit, i torrons... que més que un aperitiu va ser un autèntic dinar de Nadal compartit entre els amics que aplega la nostra entitat. Per fer possible aquest dinar vam comptar amb la col·laboració de l'associació de comerciants del Mercat de l'Estrella de Gràcia i amb el treball incansable de la Manolita i el seu personal, que desinteressadament van preparar tot el dinar.

Carme Segura



Presentació de l'exposició al Districte de Gràcia

>>> EXPOSICIÓ A LA SEU DEL DISTRICTE

El passat dilluns 19 de desembre s'inaugurà l'exposició commemorativa del 150è aniversari dels Lluïsos de Gràcia i es presentà el recull de documents "150 anys dels Lluïsos de Gràcia" a la seu del Districte de Gràcia.

Documents que els anys han enroguit, imatges tan antigues com el pas del temps que representen, programes de mà, cartells, manuscrits, carnets...

Tot plegat, reflecteix -sovint sense necessitat de massa paraules- la història d'una institució, la de la gent que l'ha fet possible i la de l'entorn social que l'ha acompanyada. Són aquelles empremtes que en recorden fidedignament, sense adjectius afegits que les interpreten, d'on venim; en aquest cas, d'on vénen els Lluïsos de Gràcia, les seves seccions i els seus protagonistes.

Unes quantes d'aquestes peces -tangibles avui, només perquè algú va tenir la lucidesa de valorar-les i, més endavant, algú altre d'ordenar-les i conservar-les-, formen part de la carpeta de documents que **es presenten a la seu del districte de Gràcia fins al 20 de gener; una mirada retrospectiva, plena de força, que ens ajuda a comprendre i estimar, una mica més, els 150 anys d'història de la nostra entitat.**

Sara Nadal



Aperitiu popular de l'acte de cloenda



Joan-Ramon Gordo

»»» ricard martinez

Ricard Martínez és una persona que ha estat vinculada a la Crida a la Solidaritat des del 1982 fins quan es va tancar, el 1993, per ingressar tot seguit a ERC, amb les sigles de la qual es presentà a les eleccions municipals de Barcelona del 2003. El 2002, però, es va presentar dins el partit per ser escollit candidat. Un matí de novembre vam tenir una entrevista al seu despatx del Districte, un resum de la qual us reproduïm a continuació.

En el moment en què vas entrar a ERC, la cosa estava força moguda a nivell intern.

Si. Vaig formar part del que es va anomenar en el seu moment Tercera Via, que representava un intent de posar una falca entre les dues posicions que hi havia dins el partit. La Tercera Via, però, va deixar de funcionar quan una de les parts, liderada per Àngel Colom i Pilar Rahola, va marxar per formar el PI (Partit per la Independència).

Iu els del barri de Sant Antoni i hi vius...

Sóc de Sant Antoni. Qualsevol persona de Barcelona que sigui activa es vincula amb la cultura popular de la ciutat i els seus barris. Sóc soci del club excursionista de Gràcia des de fa molts anys. La dinàmica personal també m'ha portat viure Gràcia perquè hi tinc amics i participo activament en la vida del barri.

Que significa ser regidor de districte?

Faig una mica d'alcaldia. El regidor de districte és l'única persona que té gestió sobre el territori. Els consellers, que no són elegits, no tenen capacitat de gestió.

Què penses de la cultura popular i l'associacionisme que hi ha a Gràcia?

Gràcia té una part de tòpic, però com qualsevol tòpic té una base real. El seu associacionisme no es alià a les dificultats de l'associacionisme en general i per tant ha d'evolucionar en aquesta nova fase en què es troba el moviment associatiu. Actualment i molt probablement ens trobem amb temes contradictoris: per una banda, un nou associacionisme que funciona d'una manera molt diferent de com s'ha vingut funcionant fins ara, amb estruc-

tures petites molt àgils i que els permet estar molt presents a la societat però sense tenir una massa social afiliada, amb estructures semiprofessionals, com és el cas del Tradicionari i el Festival LEM, els quals tenen un gran poder de convocatòria. En aquests casos la gent es mobilitza més per la proposta que per l'entitat en ella mateixa.

Per altra banda tenim grans entitats històriques, com són totes les que estan al G6, amb estructures molt clàssiques hereves del segle passat, i que no totes han aconseguit fer un pas endavant en el sentit de vincular més gent jove, de fer una renovació ideològica de la manera de fer i que tenen grans problemes d'infraestructures.

Totes tenen grans locals però la petita pèrdua progressiva de la massa social acompanyada de la no-regeneració de les estructures, la poca incor-

poració de la dona... i la incapacitat d'anar avançant fa que no es pugui fer front a les despeses dels locals i a les seves remodelacions. Aquesta corba ens porta lentament a una situació a la qual hem d'intervenir per no trobar-nos amb problemes.

Què cal fer, doncs?

Cal ser molt conscients que des de les entitats cal fer passos cap a la renovació. En aquest aspecte hi ha de tot, però. Lluisos seria un cas paradigmàtic d'adaptació. Crec que Lluisos ha sabut combinar la direcció jove amb la tradició. Això ha possibilitat el reforçament de l'espai, la captació de nous socis... és una bona notícia que a Lluisos la gent no hi cap.

Per altra banda la mateixa entitat ha de fer reflexions profundes. No s'hi val canviar de Junta perquè hi entrin els que hi havia l'any anterior. Això no serveix per a res.

S'han de fer transformacions més profundes i des de l'administració hem d'ajudar en el sentit de veure quins passos hem de fer sense ser intervencionistes, garantint l'estructura de l'edifici i garantint que allò que passa allí dins arrenqui. Obviament això és molt complex.

L'experiència dels Centres Cívics no ha estat del tot reeixida...

Jo vaig participar en el debat públic que hi va haver en l'època en què es va replantejar el paper del centres cívics a Barcelona. I ho vaig fer amb una visió crítica des del punt de vista que entenia i entenc avui que els centres cívics no haurien de ser uns centres exclusivament de consum cultural. És a dir, la gràcia de les entitats no és l'oferiment de serveis sinó el manteniment de les estructures associatives. Hi va haver una certa por que el centre cívic acabés engolit per la dinàmica de les entitats que poc a poc naixien en el seu si, sense entendre que les dinàmiques i serveis promoguts per les entitats també eren servei públic.

Explicat...

No és el mateix consum cultural que associacionisme. El consum cultural es concreta únicament en l'oferta d'activitats, l'associacionisme crea xarxa, relació, vincle entre els associats, en definitiva, crea societat civil.

Des del punt de vista públic les primeres ajudes han d'anar vers les iniciatives que creen associacionisme perquè és el que crea estructura. L'altre també l'has d'ajudar, obviament, perquè està fent un servei cultural.

Nosaltres tenim una xarxa de centres cívics amb models de gestió molt diferents, perquè el territori també és diferent. N'hi ha que necessiten elements de gestió pública que puguin garantir les dues coses: el consum cultural i un punt a partir del qual la gent es vagi trobant per poder generar entitats al voltant seu i que no tindrà altra possibilitat que viure al mateix cen-

tre cívic. Hi ha una base associativa molt feble i per tant davant de la mancança l'administració ha d'actuar.

Aquest és el cas del Centre del Coll. N'hi ha d'altres, com la Sedeta, que és un model que està a cavall entre el consum (tallers...) i la utilització de l'espai com a element dinamitzador de les mateixes entitats. En aquest cas per exemple s'observa un gran augment dels inscrits als tallers. Què vol dir? que per una banda hi ha molta necessitat de consum cultural però també que hi ha necessitat de relació personal i una via fàcil per aconseguir-la pot ser aquest tipus de costum.

Les entitats poden donar resposta a aquesta necessitat...

Entrar a una entitat no és fàcil. És una qüestió que ens l'hem de fer mirar. Quan una persona contacta amb una entitat força vegades es troba amb una secretaria poc dotada, sovint amateur... En poques paraules: hi ha poc servei d'acollida. L'experiència em diu que la majoria de vegades la porta d'entrada a les entitats són les activitats.

El G6, com a referència i proposta.

És una suma d'interessos. Molt probablement no s'ha acabat de decidir què ha de ser el G6. Si el G6 vol ser lobby ha de manifestar-se públicament en determinats moments perquè aquesta manifestació pública és el que li dona la rellevància i el sentit, ja que abraça sis complexitats que estan inserides dins el territori. També s'ha de dir

que el G6 com a acció d'oferta al comú dels seus associats (plataforma única) està avançant de manera molt positiva.

La festa Major... no morirà d'èxit?

Si no podem comptar, sí. Hem de visualitzar la Festa Major de Gràcia com una festa nacional. Hi ha d'haver serveis i recursos d'àmbit nacional, una dimensió policial, de suport infraestructural, de recursos, de control, de mediació...

A Gràcia Vila tenim aproximadament 400 llicències de concurrència pública (bars i restaurants). A la Festa Major són 24 els punts de festa. És a dir l'oferta massiva d'alcohol a Gràcia no la fan les barres dels carrers, ni tan sols contemplant la venda ambulants.

Un problema important que actualment té la Festa Major de Gràcia és poder garantir el relleu generacional dels carrers, i que aquests puguin fer festa amb qualitat, disposant d'un local... Hem d'assegurar que això sigui possible, garantint el suport necessari perquè sigui una realitat el relleu generacional, perquè sigui possible que si un carrer si vol, pugui fer festa. De cara a l'any que bé hi haurà unes modificacions de la normativa que prohibiran fer publicitat de begudes alcohòliques, variar les superfícies de taulells, posar barres a les portes dels establiments, els tiradors suplementaris, negar l'accés als lavabos... També es prenen mesures de cara la contaminació acústica, és a dir, cadascú ha d'assumir les seves responsabilitats. En definitiva, anem avançant...



El futur...

L'altra dia al sopar del vostre aniversari, el president dels Lluisos demanava un pacte cultural. Jo li vaig respondre que efectivament crec que hi ha d'haver un pacte nacional a l'entorn del lleure i de la cultura popular en aquest país. Per exemple, la cultura de les subvencions. Hem d'arribar a un pacte en què les entitats podran tenir subvenció a partir d'uns determinats anys de funcionament, a partir de la prestació d'uns serveis, a partir d'una dinàmica concreta -per exemple política- d'incorporació de joves, de dones, de gent gran... Crec que hem d'acabar amb la dinàmica de la subvenció per la subvenció. És a dir, pel fet d'existir una entitat no hi ha de tenir subvenció. Sóc conscient que és força difícil d'executar. Aquest és un tema que haurem de debatre tots plegats: per una banda com es promou l'associacionisme i per altra com es garanteix que a l'associacionisme existent, que està prestant un servei públic, l'administració no li faci la competència, sempre que hi hagi una pluralitat d'opcions i ofertes de servei públic, és clar. Cal també garantir que es conservi el patrimoni històric.

A nivell de equipaments públics el districte hem iniciat un procés intensiu de consolidació d'edificis i equipaments que era molt necessari. Acabem d'inaugurar la biblioteca, hem iniciat les obres del Casal de Joves d'Oci, amb un auditori per a 400 persones, totalment condicionat, reformes a l'Artesà com a peça fonamental de la música tradicional i popular i l'edifici de la Violeta, que ha d'acollir principalment, però no exclusivament, tot un seguit d'entitats de l'entorn de la cultura popular gracienc. Tot això s'ha d'incardinar amb les estructures associatives existents.

En resum: una millora dels equipaments tant culturals com esportius i una consolidació de les entitats que ens ha de possibilitar una millora i consolidació de la societat.



Angel Garreta

club esportiu europa



El Club Esportiu Europa, tal com el coneixem avui, neix el 1907. Llavors, dos mo-

destos clubs van decidir fusionar-se

per poder assolir més altes fites dins el futbol català. Així naixia el 5 de juny de 1907 el "Club Deportivo Europa".

L'equip va assolir la categoria més alta de l'època el 1919, amb l'ascens al Grup A del campionat català. Originàriament l'equip vestia de ratlles verticals blanques i blaves, però amb el pas dels anys va canviar la samarreta per la ja històrica de l'escapulari blau.

L'entitat, que està a les portes del seu centenari, és un club d'enorme pes específic i no únicament a la Vila sinó també al llarg de la història de l'esport a tot l'Estat. Entre les seves fites més lloables destaca la disputa del primer partit de bàsquet a l'Estat (Europa 8, Laietà 2) l'any 1922, la disputa d'una final de la Copa del Rei (Atlètic de Bilbao 1, Europa 0) l'any 1923 i la fundació de la "Primera División" l'any 1929, en el que va ser el primer campionat de lliga a Espanya, on l'equip va acabar vuitè i va mantenir-se dins la màxima categoria durant tres temporades.

Després d'uns anys de dificultats econòmiques, l'equip va sorgir, en part, a la dècada dels 40, amb un títol estatal: el de la Copa Federació (1944). Després d'una altra dècada a divisions territorials, als anys 60 va arribar la penúltima era gloriosa del club. De 1963 a 1967, l'Europa va militar cinc temporades a Segona Divisió A, arribant a protagonitzar gestes com l'eliminació del "Zaragoza de los cinco magníficos" a la Copa del Rei, competició en què l'equip d'Aragó era vigent campió.

Entrant en l'era moderna, un Europa exiliat per motiu de les obres al seu camp a mitjans dels 90 va veure com el 1995 naixia el "Nou Sardenya", l'actual estadi gracienc amb cabuda per a 7.000 persones, tribuna coberta, 1.200 cadires a la zona de tribuna i zona VIP, marcador electrònic, gespa artificial (ara model internacional FIFA) i pàrquing sota les instal·lacions. El Nou Sardenya significa el primer pas, la primera pedra per a treballar un futur basat en el futbol de base i que permeti una projecció a

superiors categories. El partit inaugural va servir per a omplir per primera vegada l'estadi i disputar alhora la primera edició del torneig Vila de Gràcia. Per a aquelles dates fou el Lleida l'equip convidat i es va endur el títol per 0-1.

La darrera gran etapa d'èxit esportiu i social de l'entitat es va viure a mitjans dels anys 90. El 1997 i el 1998 l'Europa, que militava a la Tercera Divisió, va proclamar-se bicampió de la Copa Catalunya. En totes dues ocasions els escapulars van eliminar el totpoterós FC Barcelona a la final (3-1 en 1997 i 1-1 i per penals l'any 1998). Homes de la talla de Xavi, Puyol, De la Peña, Hesp, Giovanni, Stoichtkov o Pizzi, entrenats en totes dues ocasions per Mourinho, no van poder derrotar l'equip de Gràcia.

Actualment, l'Europa té tres seccions esportives (futbol, futbol sala i bàsquet) i, amb dos camps de futbol i un pavelló dona servei a 1.500 esportistes, la xifra més gran de Catalunya. L'aposta per la formació (Escola), la projecció futbolística (futbol base) i el suport al futbol femení (amb 5 equips federats, un d'ells a la segona divisió espanyola), són els trets d'identitat de l'equip de l'escapulari.

Fora de l'àmbit esportiu, en el social s'ha creat la **Fundació Privada Esportiva Europa**, entitat que a més de comptar amb futbol base propi, participa activament de la societat graciencina i barcelonina amb tasques de solidaritat i ajuda a persones o col·lectius desfavorits. En l'aspecte comunicatiu i mediàtic, l'Europa ha rebut al segle XXI un nou impuls amb la creació del seu mitjà de comunicació oficial, la web www.cceuropa.com i, amb posterioritat, un model únic a Espanya de televisió online, anomenat Europa TV i que recull tota l'actualitat informativa del club.

Entre altres actes, l'Europa ha acollit darrerament moltes finals dels campionats de Catalunya de futbol base (infantils, cadets i futbol femení) i ha estat la seu d'esdeveniments molt importants com la final de la Copa del Rei juvenil (Barcelona - Sporting de Gijón), un partit internacional amistós en categories juvenil i cadet entre Catalunya i Brasil o, per exemple, l'organització del partit solidari de 'La Marató' de TV3 que, enguany, serà la tercera vegada que es jugarà al Nou Sardenya.

Redacció prèstec dvd

Amb la voluntat de seguir oferint als socis dels Lluïsos nous serveis, des de la Junta dels Lluïsos de Gràcia s'ha creat una nova iniciativa: *Prèstec de DVD en català*. Aquests es poden reservar i demanar per un màxim d'una setmana a consergeria, presentant el carnet de soci i emplenant una fitxa. Els DVD són principalment infantils. Es pot consultar el material en una llista i a la web de l'entitat



Inspectora Cristina Manresa els mossos a gràcia

L'1 de novembre de 2005 el cos de Mossos d'Esquadra es va fer càrrec de la seguretat a tota la ciutat de Barcelona. Aquest fet ens va situar davant un escenari il·lusionant i llargament esperat: l'assumpció de plenes competències i la possibilitat d'oferir el nostre model de servei a tots els ciutadans.

Les primeres impressions que hem extret del treball de camp que s'ha dut a terme és que ens espera un districte il·lusionant amb la nostra arribada. Els contactes que hem fet amb les institucions i el seu teixit associatiu ens han mostrat una confiança i unes esperances que, entre tots nosaltres, haurem d'assolir.

El ciutadà del districte busca seguretat i tranquil·litat als seus carrers, però demana un apropament de la policia cap a les seves inquietuds. El cos de Mossos d'Esquadra inicia aquesta nova etapa amb un model nou de policia de proximitat que pretén millorar el benestar del ciutadà, de la gent dels barris de Gràcia i augmentar la seva qualitat de vida pel que respecta a la seguretat.

Juanjo Sarto la tira còmica



Volem assolir els nostres objectius que de ben segur són els de la majoria de veïns i construir un districte que sigui model per a la resta de barris de Barcelona.

Vull expressar el meu sincer agraïment per la rebuda entranyable amb què hem estat acollits i valorar la participació ciutadana, que sens dubte ens ha d'ajudar a millorar dia a dia la nostra tasca.

El treball en equip, l'esforç, la il·lusió, la passió, la motivació i la professionalitat han de ser les nostres eines de treball; l'honestedat, la humanitat i la humilitat seran el nostre signe d'identitat.

la gent gran



LA GENT GRAN

Darrerament sentim a parlar molt de l'envelliment de la població, un fenomen resultant de l'augment de l'esperança de vida i dels avanços mèdics. És cert que ara vivim més anys, però, malauradament, aquesta realitat no sempre ve acompanyada d'una bona qualitat de vida. Ara per ara, a Catalunya hi ha més d'un milió de persones majors de 65 anys, gairebé el 20% de la població total. En molts casos, es tracta de persones que viuen amb una alarmant manca de recursos econòmics, ja que unes 700.000 tenen pensions inferiors a 630 euros mensuals. A la limitació d'ingressos econòmics cal afegir que dues de cada deu persones grans pateixen problemes de salut, que altres dues de cada deu viuen soles i que, a partir del 75 anys, aquesta proporció passa a tres de cada deu. Per tant, la solitud i l'aïllament es presenten avui en dia com un dels grans problemes de l'ancianitat. I no podem oblidar que aquesta situació es radicalitzarà els propers anys, ja que és evident que cada vegada hi ha més persones grans i, segons les previsions publicades, en les properes dècades representaran el 30% de la població.

Davant aquest escenari resulta evident la necessitat de potenciar les polítiques i les actuacions encaminades a millorar la qualitat de vida de les nostres persones grans. Aquesta és precisament la missió principal de la fundació **Amics de la gent gran**, una organització de voluntariat arellada al barri de Gràcia, que des de l'any 1987 acompanya persones grans que viuen soles, en situació d'aïllament i solitud, amb les limitacions i dependències pròpies de l'edat avançada i amb pocs recursos materials. Els nostres voluntaris –més de 350– ofereixen la seva amistat i companyia a més de 300 ancians d'arreu de la ciutat de Barcelona, contribuint a pal·liar d'aquesta manera la seva solitud.

A tots els integrants de la gran família d'**Amics de la gent gran** ens uneix el convenciment que les persones grans tenen molt a dir i molt per fer en aquesta societat, que tantes vegades sembla construïda amb presses, viscuda amb un ritme frenètic i sense

espais per a l'escolta i la comprensió. Buscar aquests espais és feina de tots els que integrem la societat civil, com els nostres voluntaris, que de forma altruista i solidària dediquen el seu temps a escoltar i encoratjar els que més ho necessiten. Es tracta de persones especialment sensibilitzades amb la situació de solitud que pateixen algunes persones grans. Manifesten un compromís amb l'acció voluntària, que els fa donar sense esperar res a canvi i que els fa ser constants en el compliment del seus compromisos. Encara que la feina individual de cadascun d'ells sembli petita, sumada, dona un resultat poderós i valuós.

Dèiem que les persones grans tenen molt a dir i molt per fer... i és cert. **Els ja han recorregut un camí ple de experiències que els fa savis en l'art de viure. Atresoren una riquesa vital de tal magnitud que –a l'estil de les rondalles populars o els proverbis– cal que es transmeti; així, amb la seva aportació, entre tots –ells i nosaltres– podem seguir construint una societat més sàvia i més rica.**

La tasca que duem a terme a **Amics de la gent gran** té aquest doble vessant: d'una banda, reintegrar socialment les persones grans que es troben aïllades i, d'una altra, però com a conseqüència de la primera, contribuir a millorar la seva qualitat de vida. Per fer-ho possible calen més persones amb empenya, solidàries i compromeses, persones que reconeguin l'enorme valor de la gent gran i vulguin contribuir a millorar la seva vida. Com més voluntaris integren **Amics de la gent gran**, més persones grans tornaran a sentir-se acompanyades, estimades i valorades.

Mònica Palaci



Tel. 93 207 67 73
info@amicdelagentgran.org

JUBILATS POBRES I POBRES JUBILATS

Aquest és el meu punt de vista, des de la pràctica dels anys de jubilació, que ja són vint-i-cinc, i l'obligació de seguir treballant en especial per als companys i companyes que tenen mancances i per als que pateixen la pobresa de la solitud.

Afortunadament no tots els jubilats i jubilades són iguals.

El que té la sort des de la infància d'estar en una família benestant, té molt de camí guanyat: quan es fa gran té més possibilitats d'aconseguir una bona feina i al jubilar-se gaudir d'una millor situació econòmica i familiar, encara que potser no arribarà mai a copsar el tresor que té.

"Tots els éssers humans neixen lliures i iguals en dignitat i en drets, són dotats de raó i consciència, i cal que es comportin entre ells amb esperit de fraternitat".

Ja hem arribat de ple a l'any 2006 i s'han portat a terme moltes coses, però són molts els que han passat un gratap d'anys amb por i angoixa, per manca de seguretat en el dia a dia i, encara ara, no tenen el seu problema resolt. S'han fet avenços, però també dic que amb una lentitud desesperant: aquest col·lectiu de jubilats més necessitats, s'ha de compensar ja ara, perquè puguin viure els anys que els queden amb dignitat; perquè ells també han aportat quelcom, amb molts sacrificis per recobrar i tirar endavant el nostre país.

És de justícia que d'una vegada s'acceleri aquest procés, per beneficiar aquesta bona gent: un col·lectiu silenciós, que potser calla per haver perdut ja les esperances d'aconseguir unes millores que els pertanyen, viure més tranquils i assistits i morir amb dignitat.

Francesc Vilaplana

LA BELLESA EN LA VELLESA

La societat actual està observant un envelliment progressiu de la població degut en gran mesura al descens de la natalitat i al progrés de la medicina. Aquest augment de persones grans, juntament amb els avenços científics i mèdics, ens fan supervivents a malalties impensables en altres èpoques. Aquest fet contribueix indirectament a l'aparició de la dependència.

La població de Catalunya és cada cop més envellida. L'any 1975 la proporció de majors de 65 anys era d'un 10% (580.000 persones). Actualment la població d'aquesta edat ha augmentat en més de 500.000 persones. Si aquesta tendència no canvia, d'aquí a 25 anys la població major de 65 anys serà superior a la de menors de 20 anys.

Cal recordar, però que envellir no és sinònim de malaltia ni de dependència. El fet de viure comporta el fet d'envellir, la vida comporta el fet de canviar, de passar per diferents etapes. No està a les nostres mans frenar-ho, però sí que es pot viure d'una forma saludable.

És normal que amb l'edat es tingui més risc de patir malalties com la diabetis, la hipertensió, problemes de colesterol, visió, audició, dentició, ànim, memòria, cor, càncers, caigudes... Però això no exclou que sigui important mantenir uns hàbits de vida saludables: mai és tard per realitzar una activitat física, fer una dieta equilibrada, no fumar (mai és tard per deixar de fumar!), i sobretot no automedicar-se... És preferible consultar el metge.

És important fer les vistes programades al vostre metge de família i a la vostra infermera i complir els calendaris de vacunacions. Evidentment no sou els mateixos que quan éreu joves;

no teniu la mateixa agilitat ni física ni mental, però no heu de caure en la temptació de pensar que tot el que us passa és a causa de l'edat. Cal consultar el metge sempre que cregueu que teniu problemes de salut, però, compte: anar al metge no ha de ser un acte social. Si que us heu de preocupar de la vostra salut però amb mesura; no ha de ser la vostra única ocupació. Amb el temps que teniu i la quantitat de coses per fer, per descobrir, per gaudir, per compartir, per aprendre!!!

Ara pot ser un bon moment per aprendre. De la mateixa manera que teniu cura del vostre cos, heu d'aprendre a tenir cura de la vostra ment i una bona manera és estimular-vos i aprendre coses noves. Com més utilitzeu la vostra ment, més gaudireu de les vostres capacitats i viureu millor. I no us heu de desanimar: us heu d'imposar el propi ritme, sense presses, sense metes, gaudint del moment i del dia a dia. Busqueu al bagul allò que de joves us hauria agradat aprendre i que per circumstàncies de la vida no vàreu poder fer. Ara és el moment de fer-ho. Només és qüestió de fer el primer pas, anar a l'ajuntament, al casal del barri... I, què podeu aprendre? Podeu aprendre a utilitzar la nova tecnologia, un nou idioma, música, pintar i fins i tot podeu compartir la vostra pròpia història de vida, escriure tots els vostres records, totes les vostres experiències: experiències que potser la joventut o la societat desconeixen i no s'han parat a escoltar... Podeu començar a escriure o a gravar i transmetre-ho als companys, a la família, als amics... Ben segur que no esteu sols, que hi ha molta gent com vosaltres en aquesta situació que també vol aprendre, vol compartir... i gent jove que vol escoltar.

I ara és un bon moment també per al cos. **Està comprovat que fer exercici físic manté la salut.** Molts dels canvis que creiem que són inevitables per l'envelliment molt còps són deguts a la manca d'activitat física. Per tant, seria recomanable que incorporéssiu l'activitat física a les vostres tasques quotidianes. De vegades pot ser tan simple com caminar trenta minuts o pujar escales, o anar el cap de setmana a buscar bolets. I també es poden descobrir i provar nous esports com el tai-txi, la natació, la petanca, i el ball. Qualsevol exercici afavoreix l'equilibri, millora la flexibilitat i ens fa sentir bé. Mai no és tard per fer una activitat física constant, en companyia, tenint en compte les limitacions individuals, i adequada a les vostres necessitats... No es tracta de preparar-nos per a una competició sinó de gaudir.

Finalment, no ens hem d'oblidar que **una dieta equilibrada ajuda a mantenir un bon estat físic i mental.** És cert que amb l'edat pot canviar el gust i l'olfacte però no per això s'ha d'oblidar la bona cuina. Pot resultar divertit anar al mercat a comprar fruita, verdura fresca, llegums, peix del dia, i preparar menjar entre amics. Un bon dinar o un bon sopar són uns agradables actes socials on es pot compartir, a més de menjar, una bona conversa.

I no esteu sols, sou tota una generació. **Pot ser bona idea buscar-vos, trobar-vos, compartir experiències, vivències, xerrar i escoltar-vos, relacionar-vos.** Que la societat escolti la vostra veu.

En definitiva la vida comporta el fet d'envellir, i envellir no és igual a malaltia. Durant la vellesa normalment es disposa de temps. Quantes vegades de joves us heu queixat de manca de temps? Per què no, ara? Ara pot ser temps per aprendre, per descobrir moltes coses, per fer una mica d'exercici, per fer una dieta equilibrada, per compartir.

Es qüestió de fer un pas, què espereu?

Rosa M Torres. Geriatria. CAP-Llarrard

Lectura recomanada: "Como ser mayor sin hacerse viejo"
Enrique Miret Magdalena
Editorial: ESPASA (Booket)

Jordi Casso Juvé fem història

En el Des del Nord del mes d'octubre hi ha un article amb aquest mateix títol, en el qual al comentar l'entrada de les noies als Lluïsos s'hi pot llegir *"de mica en mica les noies es van anar incorporant a les Corals, al Bàsquet, al Grup M. Muñoz gràcies a la voluntat i a la tenacitat d'en Jordi Casso, aleshores president"*.

Agraïxo la gentilesa però com que mai no m'ha agradat lluir mèrits que no em pertocuen, desitjo aclarir que l'entrada "il·legal" de les noies als Lluïsos s'havia anat produint molt abans de ser-ne jo president i, evidentment, d'això no en tinc pas cap mèrit.

Això queda reflectit en l'acta de l'Assemblea General del 21 de juny de 1968, en la qual consta que jo, com a president, vaig plantejar a l'Assemblea oficialment el tema dient que hi havia noies *"a les tres Corals, Teatre, Excursionisme, com a caps educadors a l'Agrupament i Grup... el 50% de la gent més activa estan discriminades. Son dins la casa i no són de la casa. No són socis perquè son noies..."* (i per tant no tenien veu ni vot ni tan sols en les qüestions que més les podien afectar). Evidentment hi va haver un llarg (i pesat) debat i finalment es va acordar fer les gestions que calgués als estaments oficials i posar-ho a votació en la propera Assemblea, prevista per al gener de 1969.

Aquesta va ser la posada en mans de l'Assemblea General (en la qual tenien veu i vot només els socis i per tant només els homes) d'un tema que portava mesos de dura gestació perquè per molt que veïés clar que era just i necessari, en aquells anys xocava amb la mentalitat i la tradició de la casa. Aquí sí que vaig necessitar tota la meua voluntat i tenacitat per resoldre d'una vegada una situació que no s'havia d'allargar més.

Per això, en l'Assemblea del gener de 1969 vaig plantejar la votació definitiva dient que **ja que hi havia tantes notes a tants llocs de la casa podiem triar tres camins.**

1. Seguir tancant els ulls i continuar fent veure que no hi eren.
2. Treure totes les noies i continuar essent una entitat masculina com si no hi haguessin canvis culturals i socials en el nostre món.
3. Acceptar-les de tot cor com a socis de ple dret eliminant l'anacrònica barrera sexista.

Repassar ara tot això resulta força divertit i queda a anys llum de nosaltres però en aquells anys us asseguro que no va ser gens ni mica divertit, però sí molt i molt interessant.

Jordi Guilleumes cantiga i "la casa"

La Coral Cantiga ha estat sempre, des que en tinc coneixement, almenys, una secció dels Lluïsos, atípica.

En primer lloc per la seva activitat -els concerts- molt distribuïda nacionalment, estatal i fins internacional.

En segon lloc, però potser l'aspecte més característic com a secció dels Lluïsos, som una secció autosuficient: ens autofinancem totes les despeses amb els concerts que fem; cosa que vol dir que no paguem quota de secció. Solament la quota de la casa.

Podria afegir-hi un tercer punt: que som molt guapos i simpàtics, però m'ho estalviaria per evitar les lògiques rancúnies.

Aquesta independència econòmica, a més dels neguits que comporta per poder quadrar entrades i sortides (quins malabarismes que fa en Julià, el tresorer), ha portat, sovint, alguns malentesos i tibantors diverses amb alguns socis de la casa. En general, però, les relacions són bones.

Com a mostra, quan ens van canviar les cadires de la capella (la nostra sala d'assaig habitual) per aquelles verdes tan horribles i incòmodes, van tardar solament alguns mesos a tornar a posar-nos les de tisora de tota la vida, que solament se't claven al cul i, de tant en tant, se'n desmunta alguna... Però almenys no són horribles.

També, de tots els conserges de la casa, solament algun ens va avisant insistentment que falten 5 minuts per acabar l'assaig, que ara en falten 2 i que ara 1.

A més, quan es fon alguna bombeta, cosa que passa bastant sovint, solament ho hem d'avisar unes quatre o cinc vegades (posem-hi que entre dues setmanes i un mes i mig tenim el problema solucionat).

Res, home, res! Petiteses. La Junta Directiva dels Lluïsos i la de Cantiga (nosaltres en diem Senat -raros que som-) tenen bones relacions: els presidents s'entenen bé, hi ha una bona entesa entre els tresorers, i els cantaires amb els altres socis, com sempre, tenim bones relacions.

I, per acabar, el projecte coral de la casa va vent en popa; millor que mai (des de Violet, que els sobreixen els nens).

Que bonic (ka maku) que és el món coral dels Lluïsos. No hi ha com tenir bons directores i directores. I uns cantaires... i quins cantaires!

Joan Duran bunyols de pollastre amb samfaina



Ingredients (4 persones)

2 pits de pollastre	1 albergínia	farina
2 cebes	1 carbassó	sal
1 pebrot	2 tomàquets	pebre
2 alls	1 ou	

El pollastre amb samfaina és un plat típic del nostre país. Nosaltres l'hem volgut canviar i l'hem fet en forma de bunyols... D'aquesta forma el podem presentar com a aperitiu i no com a segon plat.

Preparació

1. Primer tallem les verdures en daus petits: la ceba, els alls, l'albergínia, el pebrot, el carbassó i, per últim, el tomàquet. Ho deixem coure tot en una olla durant un bona estona fins que les verdures estiguin ben estovades.
2. Mentrestant tallem el pollastre en daus i l'anem marcant (volta i volta) en una paella.
3. Mesclm el pollastre amb la samfaina per tal que s'acabi de coure. Ho deixem ben bé uns 10 minuts a foc lent. Després apaguem el foc.
4. Si veiem que hi ha molta aigua, intentem treure'n el màxim. Després amb la batedora ho triturarem tot fins que quedi una pasta. Hi afegim un ou batut i la farina que creguem convenient. Si és necessari ho rectificuem de sal.
5. Fem boles petites i les arrebossem amb ou i farina de galeta.
6. Només cal fregir les boletes i els bunyols estaran a punt.

És un aperitiu molt bo i original. Des d'aquí us animo a provar-ho, quedareu sorpresos, de veritat! Una abraçada!

recomanem // 25

Raquel Diaz

recomanem

És divendres a la nit, sortiu d'un partit, d'una obra teatral, d'un espectacle musical...i, evidentment, teniu gana. Busqueu un lloc barat, però de qualitat. No gaire lluny de Lluïsos, perquè ja són les onze i a les dotze us quedeu sense sopar! Doncs, només cal una ment desperta que cridi: **a l'Atica! al carrer Sorts amb Salvador!!** Teniu dues opcions: passar del pobre motivat o fer-li cas, i llavors serà quan l'hauereu encertat!

Què és l'Atica? No és una pizzeria, tot i que hi fan pizzes; no és un Pans&Company, tot i que hi fan bocates; no és un restaurant, tot i que hi fan algun plat combinat... És l'Atica! on podeu menjar bé pagant poc! No és gaire gran, així que tampoc no hi ha l'estrès d'aquests tipus de llocs. Per altra banda tampoc no hi caben vint persones en una mateixa taula (per anar de caus i frikadas similars millor que aneu al bar de Lluïsos) Així que ja ho sabeu, prou assemblees improvisades enmig la plaça del Nord per decidir on es va a sopar!! Tots sabem que en aquestes discussions es comença debatint si és millor tirar cap a la Virreina o cap al carrer Escorial i s'acaben reclamant els vint euros que es devien fa un any.

Bon Nadal i Felix Any Nou!!



No-peix. sar@mesvilaweb.com
 >>> la peixera



Què passa quan un no-peix va a l'assemblea dels Lluïsos de Gràcia? Si voleu que compartim aquesta experiència només heu d'anar fins al final d'aquest article.

Sempre som els mateixos...

Tant li fa si ens trobem al teatre o si ho fem a qualsevol sala de l'entitat (haguéssim cabut perfectament a la Sala Verda), els socis i sòcies que anem a les assemblees –amb alguna lògica variació– som sempre els mateixos... I, la veritat, potser seria més agradable que, a la propera, anem tots i totes a sopar i a parlar dels "nostres Lluïsos", no?

Per què no s'entenen els números?

Si ets no-peix –i a més "de lletres"– ho tens molt difícil per entendre els números dels Lluïsos; o sigui que, any rere any, confirmes la teva ignorància i aprofes un pressupost que no has entès ni des del minut 1. Una altra cosa que confirmes sobre els números és que no hi ha ningú de la Junta Directiva de l'entitat que sigui capaç de fer-te'ls entendre...

Una memòria per oblidar? Jo no diria tant, sincerament...

Perquè els papers que tenim a la mà durant l'Assemblea són molt més útils per a presentar-nos a l'exterior, per anar a demanar més diners, per presentar a les convocatòries de subvencions... Em sembla que els pocs socis i sòcies que anem a les assemblees esperem que els nostres dirigents s'expliquin, ens expliquin què han fet i què volen fer, com ho valoren, com creuen que poden millorar...

Dia del Dirigent: dia? del? dirigent?

És per això que, com a "no-peix" (que en una època de la vida "es va mullar" formant part de la Junta Directiva dels Lluïsos), em vaig estremir tota quan vaig sentir que, malgrat la poca rellevància de l'activitat durant els últims anys, malgrat el fet que durant el curs passat ni tan sols es va convocar... per aquest curs està programat el Dia del Dirigent!!!

Tots tranquils, però...

Sí, sí, tranquils, que un "no-peix" com jo, encara que ho vulgués, no podria assistir a la bonica celebració del Dia del Dirigent. Perquè sóc "no-peix" (i fent una mica de broma amb els que éreu a l'Assemblea, amb tot allò del sector 13 i altres "curiositats informàtiques") i "a-seccionada", dos qualificatius que, actualment, només em permeten expressar les meves opinions a l'Assemblea o en aquests papers...

Així que...

Visca el Des del Nord i visca "el moviment de socis" (el millor moment de l'Assemblea, sense cap mena de dubte!)

Jordi Casso Juvé
 >>> UN MÓN
 massa
 mascle

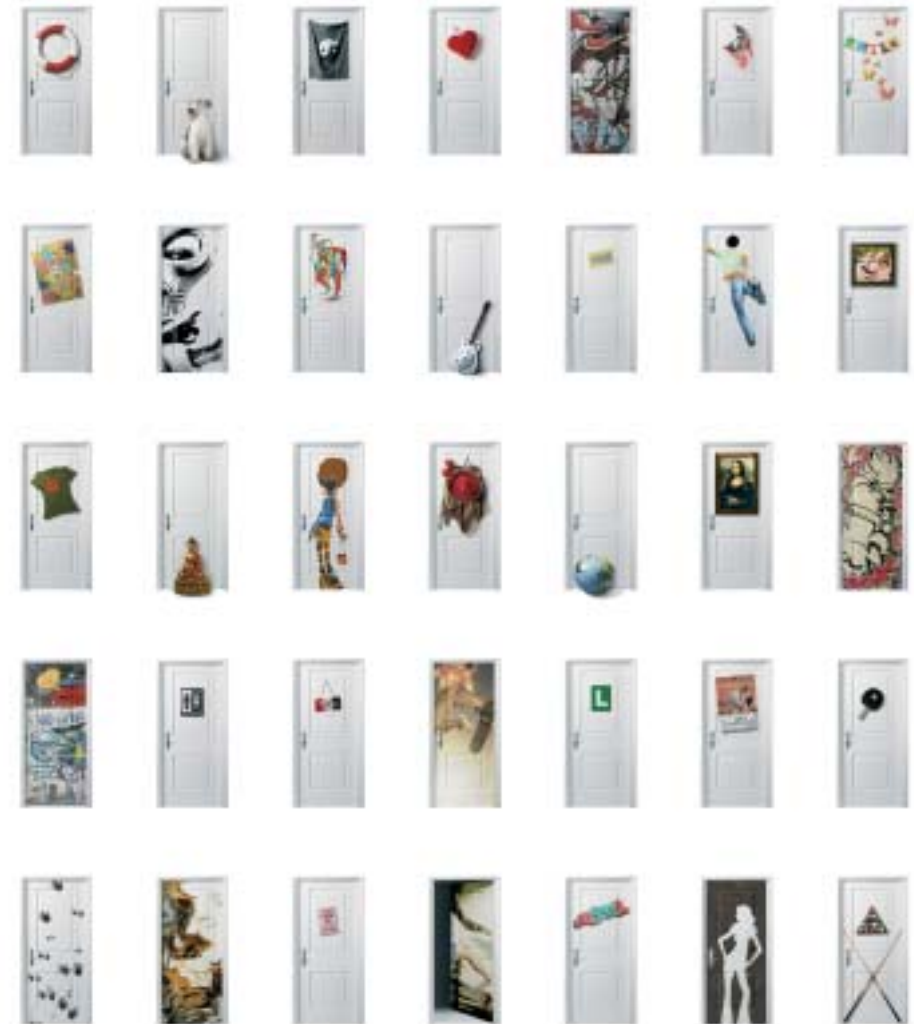
Perquè encara és tan difícil acabar d'eliminar les barres, els prejudicis, el menyspreu dels mascles envers el gènere femení?

Crida l'atenció repassant la història, veure com aquest menyspreu, aquesta premissió i recel amb què ha estat vista la dona ve de la més remota antiguitat, i la trobem en les més diverses cultures. L'absoluta manca de llibertat, la constant submissió, l'estatus d'inferioritat total... tot apunta a un ésser de naturalesa inferior, incapaç i, a més, perillosíssim. Mare de Déu quines mancances, quina incapacitat i quanta maldat deu tenir el sexe femení en bloc!!

Parlant seriosament, hem de convenir que els qui hem posseït mancances, incapacitat i maldat abundantment hem estat els mascles que hem estat capaços d'arraconar la meitat de la humanitat al racó més fosc.

Resulta que quan aquest ésser tan "inferior" s'ha obert pas després de mil·lenis d'estar arraconat i ha entrat a la universitat a estudiar qualsevol carrera, des de metge a arquitecte, des d'advocat a economista, resulta que és tan eficient o més que els tan "superiors" mascles que des de temps immemorial hem malmès l'enorme potencial del sexe femení, que és prou diferent i prou semblant al masculí com per aportar al progrés comú un enriquiment ple de matisos nous malversats durant mil·lenis amb una tossuda obstinació en la qual van caure fins i tot intel·ligències tan notables com, per exemple, Aristòtil, Pau de Tars, Nietzsche, Schopenhauer, etc.

També en la nostra Església ocupem un lloc d'honor en el rànquing de subvaloració de la dona, fent una Església dirigida exclusivament per homes, oblidant l'exemple del Mestre que va seguir un camí oposat al menyspreu i humiliació de la dona i fins i tot l'anunci de la resurrecció, el més important de tots els anuncis, el van fer dones. L'Església també ha ignorat que en el segle I, a les primitives comunitats cristianes, seguint l'exemple de Jesús, les dones compartien amb els homes tots els ministeris, inclòs el d'apòstol, que aleshores era el ministeri més important. Ja deu ser hora de canviar, oi?



Entra

Tria els teus col·legues

www.xarxajove.net