

# Dominical

## Reportatge Memòria de llibres

La col·lecció de punts de lectura més important del món és a Salt. PÀGINES 2, 3 i 4



Entrevista **Josep Serra** «El petit celler té un lloc, però te l'has de guanyar» PÀGINA 5. Reportatge **El mas al Montseny** Un llibre analitza el paper de les masies al massís PÀGINES 6 i 7. Reportatge **Girona a la Xarxa** Les millors pàgines web PÀGINES 8 i 9.

## Maig a Restaurant Golf Girona

Dilluns

El nostre menú  
Birdie de sempre  
11.90 €

Menú Degustació  
de Flors  
25.00 €

Divendres

Cap de Setmana

Buffet de Flors 25.00 €

Dimarts descans setmanal. Reserves a [restaurant@golfgirona.com](mailto:restaurant@golfgirona.com) / 972 17 16 41 / 695 23 76 03



# Memòria de llibres

Montse Casaponsa i Domènec Martínez han reunit i catalogat a la seva casa de Salt la col·lecció de punts de lectura més important del món, amb més de 130.000 exemplars.

TEXT: JORDI VILAMITJANA I PUJOL FOTOGRAFIA: MARC MARTÍ



FOTO PORTADA: MARC MARTÍ (PUNTS DE LLIBRE FETS A ANGLATERRA A FINALS DEL SEGLE XIX, DE LA COL·LECCIÓ DE MONTSE CASAPONSA I DOMÈNEC MARTÍNEZ)

18 de maig de 2008

## SUMARI

### 5 Entrevista

#### Josep Serra i Pla

Enòleg figuerenc, propietari del celler Lavinyeta de Mollet, diu que «el petit celler té un lloc, però te l'has de guanyar».

### 6 i 7 Reportatge

#### El mas al Montseny

Un llibre analitza el paper de les masies al massís del Montseny a partir d'entrevistes amb persones que hi han fet vida.

### 8 i 9 Reportatge

#### Girona a la xarxa

Diaridegirona.cat ha revelat, a través d'un concurs, les millors pàgines web que funcionen a les comarques gironines.

### 11 Arquitectura

#### Vint-i-sis habitatges a la riera Ginjolers de Roses

### 13 Gastronomia

#### Pastes i pastissos

### 15 Salut

#### Drogues al volant



**A** Salt, en els baixos d'una casa adossada del carrer Major, s'hi està bastint, dia a dia, la col·lecció més grossa i més important de punts de llibre del món. Montse Casaponsa i Domènec Martínez han aplegat, catalogat i ordenat, curiosament, 130.000 punts de llibre de la seva propietat. La col·lecció duu el nom de «Mondopunt» (MONTse-DOMènec-PUNT de llibre). Casaponsa i Martínez són també els mantenidors d'un blog de referència en el món de l'estudi i l'intercanvi de punts de llibre ([mondopunt.blogspot.com](http://mondopunt.blogspot.com)).

Les parets de l'estança són forrades de prestatgeries plenes d'àlbums perfectament titulats, exquisidament classificats. Damunt la taula lateral, unes calaixeres de fusta amb coberta de vidre permeten observar les col·leccions més espectaculars: els punts de llibre del segle XIX, els exemplars únics, els de plata, marfil o nacre... Al mig de l'habitació, una taula d'escriptori envoltada de cadires que serveix de suport per als àlbums, que els dos col·leccionistes mostren generosament. Cada punt de llibre té una història particular i en cada punt la Montse i en Domènec hi veuen un aprenentatge, un lliçó de cultura i d'amor als llibres.

El col·leccionista de punts de llibre és un caçador. Olor a punt de llibre, l'empaïta i se'l queda. A les prestatgeries de les biblioteques, per exemple, es fixa en els llibres que tenen les pàgines una mica separades per descobrir-hi amagat un punt de llibre. Un cop trobat, cal no mostrar excessiu entusiasme, acostar-se com si res a la bibliotecària i demanar-li si li fa

res que se'l quedi, que li agrada molt... De vegades cal seguir un lector del metro o de l'autobús que ha mostrat un punt inèdit, abordar-lo i demanar-li al carrer si té cap inconvenient a canviar-lo per un altre. El col·leccionista sempre viatja amb punts de llibre repetits per si de cas. La base és l'intercanvi, no la compra.

Les trobades, les fires de col·leccionistes, els encants, els fons editorials, les institucions, els amics i els coneguts són permanents proveïdors de les col·leccions. Tanmateix, és a través del correu i de l'intercanvi per correu que més col·leccions es completen. El col·leccionista busca sempre completar sèries i tenir-ne tot els punts, una tasca sovint titànica.

Domènec Martínez és autor de l'única Història del punt de lectura que es coneix; un documentat i molt ben il·lustrat treball de 100 pàgines editat en un ampli catàleg d'exposició sobre *El punt de lectura. Apunts d'història i punts d'autor*, elaborat amb Francesc Miralles i editat per Editorial Mediterrània.

### QÜESTIÓ DE NOMS

El nom no fa la cosa, certament, però el marcadore que serveix per indicar on s'atura la lectura no té un únic nom: senyal, registre, marcapàgines, punt de llibre, senyal de plana, punt de lectura, oremus, cinta o punt, són alguns dels noms que refereixen els diccionaris. El *Diccionari de l'Institut d'Estudis Catalans*, a la paraula punt, novena accepció, diu el següent: «Senyal que es posa entre les pàgines d'un llibre per retrobar el lloc on s'ha deixat una lec-



**Dominical**  
Passeig General Mendoza 2.  
17002 GIRONA.  
Telèfon: 972 20 20 66

Director  
**Jordi Xargayó**

Cap de redacció  
**Alfons Petit**

Disseny  
**Martí Ferrer**

Administrador  
**Miquel Miró**

Publicitat  
**Paco Martí**

Dominical



Fotos:  
Sobre aquestes línies, un punt de llibre amb el símbol de les SS nazis.

**1** Punts de roba i amb una imatge religiosa en un dels extrems.

**2** Punt que publicitava el llibre «Robin de los Bosques».

**3** Domènec Martínez i Montse Casaponsa mostren alguns dels milers de punts de llibre que han reunit i catalogat a la seva casa de Salt.

**4** El punt de lectura de «Boires baixes», editat per l'impressor Oliva l'any 1902, és el preferit de Domènec Martínez.

**5** Propaganda d'un laxant en un punt de llibre editat a Espanya als anys 1920.

**6** Publicitat d'aspirina amb la imatge de Jesucrist (1929).

**7** De nacre i amb un bust metàl·lic de Napoleó a la part superior.

tura». En altres llengües, els noms no són de sentit gaire diferent: *bookmark*, *marquepage*, *marcapáginas*, *segnalibri*, *lesezeichen*...

La primera referència documentada a un punt de llibre en un diccionari es troba al *Tesoro de la Lengua Castellana o Española* de Sebastián de Covarrubias (1611). A la paraula *registros* s'hi llegeix: «Registros en los breviarios y misales, las cintas o cordones puestos en el oficio, por donde se rigen en el rezado o canto».

En aquesta línia, apunta Joan Amades al *Refriyner Català Comentat*, parlant de l'expressió «perdre l'oremus»: «Desorientar-se, perdre la seguretat d'una cosa. Els oremus són els senyals que hi ha en els missals per indicar on s'ha de començar la missa i el rès, i el lloc on s'indiquen les funcions pròpies del dia. Perdre l'oremus equival, per tant, a perdre el punt del que cal fer, no saber com seguir i desorientar-se i caure en gran confusió». *El Tesor de la Lengua, de les Tradicions i de la Cultura Popular de Catalunya*, d'Antoni Griera, corrobora aquest sentit: «Oremus: 3. El Punt de lectura».

#### ELS COL·LECCIONISTES

Domènec Martínez i Muñoz va néixer a Cardona l'any 1954. És funcionari del Departament de Justícia. Fa 18 anys que és col·leccionista de punts de llibre. Un dels seus motius preferits és el d'animals llegint; concretament, gats. És especialista en biblioclàstia (l'estudi dels llibres que eren cremats perquè no fossin llegits).

**Què motiva una persona a col·leccionar**

**punts de llibre?** En el meu cas va ser amor als llibres. Em vaig adonar que el punt de llibre era un objecte que formava part dels llibres i que, per tant, formava part del meu amor als llibres. Jo en vaig començar a col·leccionar quan vaig trobar el punt de llibre d'*El Nom de la Rosa* d'Umberto Eco. Llavors, cada vegada que comprava un llibre volia que em donessin el punt de llibre que l'acompanyava...

**Això vol dir que cada llibre es ven amb un punt de llibre?** No tots. Haurien de sortir així. Seria maco... A mi m'agradava saber si havia sortit el punt de llibre d'aquell volum que comprava. Si t'estimes els llibres, el punt de llibre és un objecte per cuidar-lo, li dóna més valor, perquè és per no plegar els fulls, per fer una lectura ordenada... El punt de llibre també és un objecte personal: hi ha gent que el té perquè una vegada li va donar sort.

**Com s'arriba a 130.000 punts de llibre?** El fet de col·leccionar és també un fet d'amistat. No col·leccionem per emmagatzemar sinó per tenir una relació social, un enriquiment. No tan sols col·leccionem, sinó que fem viatges amb l'excusa dels punts de llibre. Coneixem coses, fem cultura i sobretot fem amistats.

**Però per arribar a 130.000 punts cal tenir molts amics i córrer molts de llocs, no?** Hem anat a molts llocs i sobretot intercanviem molt. Per correu, bàsicament. Fins fa poc existia la *Asociación Europea de Coleccionistas de*

*Marcapáginas o Puntos de lectura*, que elaborava una revista (*Paréntesis*) i que ara s'ha dissolt. Som membres de l'associació de col·leccionistes, on es col·lecciona de tot i també hi ha gent de punts de llibre.

**Com és un col·leccionista de punts de llibre?** N'hi ha de dos tipus: gent que per la seva professió estan dedicats al món del llibre (bibliotecaris, mestres...) i gent que a més de col·leccionar punts de llibre col·lecciona de tot.

#### Per què estan de moda els punts de llibre?

El món de la publicitat és molt efectiu, molt del màrqueting. Es va descobrir, per exemple, que si un restaurant tenia damunt d'una taula una targeta de presentació la gent en feia un cas relatiu, però, si enlloc d'això, hi tenia un punt de llibre, la gent l'agafava molt més. Fins i tot per a la propaganda dels llibres, els punts s'aprofiten molt bé. Això i el fet que s'han començat a col·leccionar ha fet que tothom en faci. Aquí, a casa nostra, hi ha tradicions ben establertes de punts de llibre com la de Sant Jordi, quan tots els establiments en fan fan. Però a més tothom ha trobat utilitat a fer-ne i distribuir-ne.

**Per a qualsevol activitat?** S'ha posat de moda usar-los per a tot. Si fas un recordatori d'enterrament, per què no el pots fer en forma de punt de llibre? Fins i tot amb un trosset de la cendra del difunt. El senador Francesc Ferrer, per exemple, va deixar fet un punt de llibre per donar després de mort: (Continua a la pàgina 4)



Fotos:  
Sobre aquestes lí-  
nies, punt de llibre  
confeccionat per  
commemorar l'enllaç  
entre Carles d'An-  
glaterra i Lady Di.

**8**  
Els llibres de la  
col·lecció «A tot  
vent», de Proa, que  
es va començar a  
publicar el 1938,  
anaven acompanyats  
del respectiu punt de lectura.

**9**  
Alguns dels punts  
de llibre metàl·lics  
de la col·lecció de  
Domènec Martínez i  
Montse Casaponsa.

**10**  
Dos exemplars amb  
imatges del barri vell  
de Girona

**11**  
Punts de llibre de  
procedència asiàti-  
ca.

**12**  
Amb publicitat de la  
casa de fulles d'afai-  
tar Iberia (Espanya,  
anys 1930).

**13**  
Un punt de llibre  
antic, de cartró,  
encara en perfecte  
estat d'ús.

**14**  
Amb caricatures de  
dirigents polítics.



(Ve de la pàgina 3) «Ningú mor del tot». També bod-  
des, comunions... tot tipus de celebracions.

**Què se'n treu de col·leccionar punts de lli-  
bre?** Nosaltres hem fet de l'intercanvi de punts  
de llibre una manera de col·leccionar i de ser.  
És una excusa per fer amistats.

Montse Casaponsa i Homs va néixer a Gi-  
rona l'any 1958. És empresària del sector del  
lleure. Fa 12 anys que col·lecciona punts de lli-  
bre. Els seus temes preferits són els infantils i  
els que fan referència a les dones (dies de la  
dona, violència de gènere, etc).

**Per què una col·lecció de punts de llibre?**

Tot i que m'havia agradat sempre llegir, no ha-  
via tingut mai en compte els punts de llibre.  
Una vegada que estava convalescent d'una  
operació, vaig començar a endreçar calaixos i  
en un hi tenia 20 o 30 punts de llibre i vaig pen-  
sar: «en faràs col·lecció». Ho vaig pensar per-  
què no n'havia fet mai de res. Llavors, quan  
vaig comunicar als amics que en feia col·lec-  
ció, vaig descobrir que, tot i que ningú no ho  
apreciava, tothom en tenia per casa seva. Me'n  
van portar molts i molts, fins al punt que quan  
en vaig tenir 300, em va semblar que tenia una  
gran col·lecció. Vaig començar a conèixer gent  
que també en col·leccionava, em van introduir  
en una associació de col·leccionistes de punts  
de llibre i a partir d'aquí va ser un no parar.

**Com i on es troben els punts de llibre?** El  
fet que a Catalunya es col·lecciona moltíssim

comporta que es fan moltes fires d'intercanvi.  
Curiosament en aquestes fires d'intercanvi, on  
també s'intercanvien punts de llibre, s'usen els  
punts de llibre per anunciar-les i això fa que  
els punts proliferin d'allò més. D'uns anys cap  
aquí hi ha hagut un boom de punts de llibre.

**Qui col·lecciona té un punt d'exhibicio-  
nista...** Sí, però hi ha de tot. Hi ha gent que

col·lecciona per exhibir, per ensenyar als al-  
tres, i qui col·lecciona per guardar-ho i que no  
ho pugui tenir ningú més. Nosaltres som molts  
oberts, com es pot veure en el blog que tenim.  
A l'altre extrem hi ha la gent que no dona mai  
cap notícia de res, que no diu mai res.

**Amb 130.000 punts de llibre atesorats es  
deu anar amb el cap ben alt per les Fires,  
no?** No, no. Nosaltres no anem dient a les tro-  
bades que tenim 130.000 punts de llibre... Jo

vaig començar molt modestament amb els  
meus 300 i els vaig dur a Barcelona a una Fira  
tota cofoia... i quan vaig veure les col·leccions  
dels altres vaig quedar una mica frustrada. Per  
això mateix, ara que tenim aquesta col·lecció  
tan gran entenem aquella persona que quan la  
trobem ens diu que acaba de començar i que  
té una sèrie molt gran de, posem per cas...800  
punts de llibre! Li diem que està molt bé. Lla-  
vors intentem de facilitar-li'n tants com podem.  
Tenim un estoc de repetits molt gran.

**Quan es té una col·lecció tan gran, quan es  
para?** No es para mai. És una col·lecció inaca-  
bable.

La col·lecció «Mondopunt» de Montse Casa-  
ponsa i Domènec Martínez està formada úni-  
cament i exclusivament per punts de llibre (en  
l'actualitat, uns 130.000). És una col·lecció ge-  
neral en què els autors no descarten cap tema  
ni cap material. Tenen punts de llibre de pa-  
per, de cuir, de fusta, de metall, de plata, de  
fusta de palma, d'escorça d'arbre, etc., i en te-  
nen dels cinc continents. Tenen punts de llibre  
fets amb escorça d'arbre, de Mèxic; amb in-  
crustacions de banya de ren, de Letònia; de pa-  
piroflèxia, de Xina i Japó; de cuir cremat, d'Ar-  
gentina; de paper, d'Egipte; de paper reciclat,  
dels indis americans... Tenen punts de llibre so-  
bre tema gironí, sobre roses, sobre polítics, so-  
bre religió, sobre dones i violència de gènere;  
d'animals, de novel·les, d'autors, d'editorials,  
de restaurants, de cerimònies religioses, etc.

La col·lecció abraça la totalitat dels països  
del món, fins i tot de l'Àfrica i dels països islà-  
mics, on són molt rars: hi ha molts pocs punts  
de llibre perquè el llibre de referència de la ma-  
joria de la gent –l'Alcorà– és sagrat i no es pot  
profanar amb objectes aliens i perquè l'apren-  
tatge de l'Alcorà es basa precisament en la  
memòria i el record del que s'ha llegit. El punt  
de llibre s'usa més aviat pel contrari: per no ha-  
ver de recordar fins on s'ha llegit.

El punt de llibre més apreciat ara mateix per  
la Montse Casaponsa és un de plata i nacre que  
va trobar en un mercat antic de Buenos Aires.  
Per a en Domènec Martínez, el de *Boires Bai-  
xes*, dels impressors Vilanova, en el seu con-  
junt (llibre, text, il·lustracions, edició i punt de  
llibre) una autèntica obra d'art.

Lavinyeta és un dels darrers cellers que s'ha afegit a la Denominació d'Origen Empordà. L'empordanès Josep Serra n'és l'enòleg i el promotor de la idea. Hi parlem per conèixer les novetats del món del vi. El seu entusiasme s'encomana.

**J**osep Serra i Pla és enginyer agrònom i llicenciat en Medi Ambient. Nascut a Figueres l'any 1978, ha treballat a Bordeus, Sant Sadurn d'Anoia i Formentera. El seu celler s'inaugura oficialment a finals del 2007, però és un esforç permanent, que va començar el 2002, i que representa la nova fornada d'enòlegs del país. Situat a Mollet de Peralada, és un dels cellers que es poden visitar els caps de setmana.

**Per què va decidir posar el celler a Mollet de Peralada?** Com moltes coses d'aquesta vida, va començar per atzar. L'any 2002, jo encara estudiava, i em truca el meu pare, per dir-me que li oferien unes vinyes a Mollet de Peralada.

**Hi havia estat, abans d'això?** És un lloc que si no hi vas per una qüestió en concret, no hi sols passar per casualitat. I em diu el meu pare: «Què fem, ens animem?». I les vam anar a veure. Eren dues vinyes de 50 a 75 anys, eren d'un senyor, en Jordi, que llavors tenia uns 59 anys, però que, essent solter, no veia un futur en la seva vinya.

**I volia algú que mantingués el negoci?** Sí. Li vam comprar amb una condició, que continués ajudant-nos. Jo estudiava, i el cap de setmana feia la pràctica. El fet de començar amb aquest senyor, que s'estimava tant la feina, va anar molt bé: se sabia gairebé el nom de cada cep. Podaves un cep malament, i veies que li feia mal al cor a ell! (riu) Són ceps de carinyena, garnatxa negra... I a la vinya més vella, al mig de la carinyena, hi ha uns ceps dispersos de garnatxa blanca i garnatxa roja, són els que fem servir per fer el vi Sols. Els originals són unes quatre hectàrees. El 2003 vam comprar la finca on és el celler. També hi ha olivera i un petit bosquet de pins. En aquest cas, era una finca molt abandonada. I hi vam plantar vinya fins al 2006.

**Carinyena, garnatxa, és la qualitat de l'Empordà?** Crec en les varietats autòctones, són el nostre puntal, però a part, incorporem varietats per millorar. Com el cabernet, el merlot, el syrah o el cabernet franc. Cultivats aquí, tenen uns matisos diferents.

**En el cas de la garnatxa, hi ha denominacions com Campo de Borja que en fan productes espectaculars; què passa a l'Empordà?** La garnatxa té virtuts, com les aromes balsàmiques, la fruitositat. Però té mancances, pel que fa a color i estructura. Per això necessita un company per fer una vida més llarga. A banda de rosats i joves, tenen cabuda vins més llargs. Per fer grans garnatxes, falta creure-hi. I valorar el que tenim. Una garnatxa i una carinyena de vinyes velles a l'Empordà poden fer grans vins.

**Aposta per vins amb cos, o productes més joves?** Tenim 11 varietats diferents. Són 7 d'autòctones, i 4 o 5 per millorar. Això ens dona molt de joc. Crec en una línia més alegre com pot ser l'Heus. O en una línia amb un toc de fusta com pot ser el Llavors.

**Es parla molt del salt empordanès, però apareixen altres D.O. i manca el salt definitiu, no?** Sí. Fa unes setmanes, Lavinyeta va organitzar el primer sopar de joves enòlegs i cellerers de l'Empordà. Hi havia una trentena de professionals, que representaven disset cellers. Això il·lustra que ara hi ha un relleu generacional, tant en l'aspecte tècnic com de gestió de cellers, entra gent jove que té ganes de fer coses. Pot ser l'espurna per fer esclatar l'Empordà.

**Els vins d'aquí estan introduïts a restaurants, però a les botigues la gent busca un Rioja o un Ribera; com s'entén?** Sí. Falta pedagogia pels restaurants i les botigues espe-

# “El petit celler té un lloc, però te l'has de guanyar”

TEXT: MOISÈS DE PABLO



cialitzades. Però el celler és la dinamo per impulsar els vins de l'Empordà. Primer de tot, obrint les portes. Fent que els cellers, les catedrals del vi, siguin espais oberts. Que la gent trepitgi el terreny, que sàpiga com s'elabora i, sobretot, qui l'elabora.

**El seu celler es pot visitar; és general, això?** Malauradament, no gaires massa cellers que ho fem. A veure si de mica en mica se n'afegeixen més.

**Va estar a França estudiant. Què diria que no veiem que transmet França?** A diferència d'aquí, fa molts anys que venen el seu producte. El *savoir faire*. Hi ha una cultura del vi. Seria impensable que en un bon àpat no hi hagués un vi de la zona, o que una colla d'amics puguin anar a fer el toc i no prenguin una copa de vi de la zona.

**Han mantingut la tradició i l'han adaptat.** Sí, són els reis. Allà la gent jove beu vi. Pots anar amb tot tipus de gent, i coneixen vi i en poden parlar. Són capaços de fer tertúlia del vi. Aquí no estem prou preparats.

**El prestigiós crític de vins Robert Parker diu que els vins empordanesos són molt bons, però ha de venir un americà a ensenyar-ho!** Sí. Em fa molta gràcia. Fa uns dies va venir el germà d'un meu amic que treballa als Estats Units. Al supermercat on va, pot com-

prar vins de l'Empordà, vins ben puntuats per en Parker, i en canvi, a casa nostra, de vegades costa trobar-los. És un contrasentit.

**Se li pot plantar un dia al seu celler per tastar?** Al celler no hi ha vingut. Periòdicament visita les Denominacions d'Origen i fa un tast. Una setmana abans, avisen: «Ve en Parker».

**El petit celler té lloc en un mercat tan competitiu?** El petit celler té un lloc, però te l'has de guanyar. Són molts cellers que intentem començar. Només per l'esforç i l'honestedat, pots pujar. Ara hi ha més de 500.000 marques de vi dins l'Estat espanyol. És un magma, i sobresortir és un repte.

**Registra les cartes dels restaurants per veure si el tenen?** (riu) Home! Si en una altra taula tenen una ampolla del meu vi, em fa molta il·lusió. No puc negar-ho.

**Té en compte el factor climàtic?** Sí. Cada any és més sec. Això contribueix a tenir més qualitat. Amb molta concentració d'aroma, color i estructura. Però els vins són més alcohòlics. Tenim un conveni amb la UdG per fer un estudi sobre la vinya, per conèixer molt bé la planta, i aconseguir vins frescos i afruitats.

**La verema comença més aviat, no?** Avancem cada any un dia la verema. En 7 o 8 anys, hem avançat una setmana.

“

Fa uns dies va venir el germà d'un meu amic que treballa als Estats Units. Al supermercat on va, pot comprar vins de l'Empordà, vins ben puntuats per en Parker, i en canvi, a casa nostra, de vegades costa trobar-los. És un contrasentit.

”



**A**l Montseny, el mas ha estat la unitat bàsica d'apropiació, d'accés i d'explotació dels recursos productius que oferia el medi. Podem considerar el mas com una unitat d'adaptació al medi que té com a finalitat organitzar la producció i el consum en un entorn concret, per la qual cosa són necessàries unes formes d'organització social i política que fan viable l'explotació d'aquest medi». La frase està extreta del llibre *El mas al Montseny. La memòria oral*, i demostra la importància que han arribat a tenir els masos en la vida econòmica i social del massís del Montseny. El volum és obra de Xavier Roigé i Ferran Estrada, doctors en antropologia social i professors titulars d'antropologia social de la Universitat de Barcelona, que han comptat amb la col·laboració de Jordi Tura, Joaquim Mateu, Gemma Font i Sandra Pujadas (licenciats en història; director i equip tècnic del Museu Etnològic del Montseny, la Gabella, d'Arbúcies), i de Josep Manuel Rueda, doctor en història i exdirector del Museu Etnològic del Montseny.

Una altra dada que aporta el llibre demostra fins a quin punt era important el mas en la vida al massís: «Des d'un punt de vista ideal, el patrimoni d'un mas havia d'integrar tots els recursos necessaris per desenvolupar aquesta economia diversificada (bosc, terres de conreu i pastures) i, si podia ser, calia reunir-los tots en una única peça. En un àmbit de muntanya com el Montseny, les diferències de l'entorn segons l'altitud i l'orientació de les valls han facilitat, al llarg de la història, aquest ideal en fer possible una gran diversitat ecològica en un espai relativament petit. Així, els masos estan distribuïts per tot el massís i el seu territori acostuma a comprendre diferents altituds». En la majoria dels casos, «la masia sol estar situada a l'indret que permet als seus habitants un accés fàcil a tots els recursos productius»: el bosc, els camps de conreu, les pastures per al bestiar, l'aigua i els emprius (drets d'ús de recursos no exclusius, habitualment situats en la part més alta del massís).

A més del valor que *El mas al Montseny. La memòria oral* té com a treball de recerca sobre la forma de vida al massís, en una època en la qual s'acceleren els canvis que aquesta forma de vida ja ha anat experimentant, el volum està basat en entrevistes amb persones que fan o han fet vida als masos, la qual cosa els converteix en testimonis de primera mà d'uns hàbits i unes maneres de fer que en molts casos han estat superades.

#### FRUIT DE LA COL-LABORACIÓ

Igualment, el llibre és el primer fruit d'una recerca duta a terme pel Museu Etnològic del Montseny (Arbúcies) i el Grup d'Estudis sobre Família i Parentiu de la Universitat de Barcelona, amb la col·laboració del Taller de Patrimoni Arquitectònic de la Universitat Politècnica de Catalunya des de l'any 2001, en el marc

# El mas al Montseny

Un llibre analitza el paper de les masies al massís del Montseny a partir d'entrevistes amb persones que hi han fet vida.

TEXT: ALFONS PETIT



4



## Reportatge

7 Domicinal  
Diumenge 18  
de maig de 2008



5



Fotos:  
Sobre aquestes  
línies, exemple d'un  
mas de plana, Can  
Pasqual (Arbúcies).  
**Foto: Museu Etno-  
lògic del Montseny.**

**1**  
Processó de Corpus  
al Brull. **Foto: Ros-  
send Flaquer i Gil**  
(Arxiu fotogràfic  
del Centre Excur-  
sionista de Cata-  
lunya).

**2**  
Batuda a l'era de  
Can Tà (Sant Esteve  
de Palautordera).  
**Foto: Josep Ma. Ar-  
mengol** (Arxiu Fo-  
togràfic del Centre  
Excursionista de  
Catalunya).

**3**  
Grup de segadors  
descansant al rieral  
de la Vall d'Arbúcies.  
**Foto: Museu Etno-  
lògic del Montseny.**

**4**  
Vida quotidiana al  
mas Puigagut (Taga-  
manent). **Foto: Lu-  
cien Roissin** (Insti-  
tut d'Estudis Foto-  
gràfics de Cata-  
lunya).

**5**  
Can Villena de Mos-  
queroles (Fogars de  
Montclús). **Foto: Jo-  
sep M. Armengol**  
(Arxiu fotogràfic  
del Centre Excur-  
sionista de Cata-  
lunya).

de l'Inventari del Patrimoni Etnològic de Catalunya (IPEC); segons els seus responsables, «El mas al Montseny. La memòria oral, radiografia la institució del mas en el massís del Montseny, a partir d'una quarantena d'entrevistes als seus protagonistes, els seus habitants o els que hi han viscut. Les vides i els records de propietaris, masovers, bosquerols, i també els nous usos del mas i del Montseny com a destí del turisme rural-natural, queden reflectits en les 460 pàgines d'aquest llibre editat dins de la col·lecció "Temes d'Etnologia de Catalunya", pel Centre de Promoció de la Cultura Popular i Tradicional Catalana».

L'estudi del mas al Montseny, comenten els seus impulsors, «va ser elegit per la seva transcendència, per comprendre la dinàmica d'aquesta societat i els processos de transformació. Com en moltes societats agrícoles i ramaderes, el mas ha estat una institució bàsica de la societat i un element central de la vida al llarg del segle». Així, afegeixen, «el mas, per les múltiples dimensions que presenta (arquitectònica, demogràfica, econòmica, social, jurídica i simbòlica), constitueix una unitat d'anàlisi privilegiada de la comunitat que forma part d'un territori, tant en el passat com en el present, i de tots aquells aspectes que la caracteritzen com a tal. En el cas del Montseny, el mas és un dels principals elements confi-

guradors del paisatge i, des de fa mil anys, ha constituït un dels trets més característics del seu poblament. L'herència de l'evolució dels masos i els seus habitants és el que intenta reflectir el llibre, en la veu dels seus protagonistes i sobretot en un moment de gran transformació, ja que en els darrers 50 anys els canvis viscuts en l'àmbit social i econòmic han portat a la pràctica substitució de les formes seculars de vida al voltant del mas i a l'adaptació a uns nous usos de la muntanya».

Malgrat que els masos han estat habituals en àmplies zones de Catalunya, i hi han constituït també un element d'ordenació econòmica i social transcendental, «les particularitats del mas al Montseny, respecte a altres territoris del nostre país, es basen en l'existència d'una tipologia molt variada de masos, fruit de l'adaptació a un medi singular. Així, trobem tres tipologies diferencials, que s'adapten a l'orografia del massís: el mas de plana, el mas de mitja muntanya i el d'alta muntanya».

Pel que fa a l'aposta de basar el llibre en entrevistes amb persones que fan o han fet vida als masos –respectant a més al màxim, a l'hora de transcriure les converses, la seva manera de parlar–, els autors del volum comenten que «la memòria oral tot sovint mitifica la vida d'abans, en contrapunt al ritme vertiginós de l'actualitat, però també posa de relleu les con-

dicions dures d'una vida on l'estructura familiar, les relacions socials i l'explotació de la muntanya eren claus per viure i sobreviure». Tal com diu un dels entrevistats, de més de 80 anys: «El meu padrí, en pau descansi, (...) em deia: "Vine'm a ajudar aquí o allà amb les ovelles". I jo agafava un abric, amb un fred que fotia, tapat com podia i mal calçat, anava a ajudar al padrí. I així successivament, ho anàvem fent així. I així anàvem pujant i ens en cuidàvem de les coses. El nostre estudi, la nostra carrera s'ha fet així, eh? De cara a la vida».

Ja des de l'índex del llibre els seus autors han volgut donar protagonisme a aquests habitants dels masos, i cada capítol i les subdivisions corresponents va encapçalat amb frases dels entrevistats. Així, «els pares sempre havien traficant de pagès» obre l'apartat dedicat a l'economia dels masos (amb subapartats com «el bosc era el pa de les cases», dedicat a l'explotació forestal); «aquí es queda el gran, els altres a espavilar-vos» introdueix el capítol sobre la transmissió de la propietat; «mentre els rics resaven el rosari, els pobres explicaven xistes (amos, masovers i bosquerols); «pagàvem amb vianda» (els contractes de masoveria); «amb una mirada en teníem prou» (nens i joves al mas); «havia de saber agafar la gallina pel caldo» (la dona al mas); «de tall no en vàiem ni gota» (el menjar i l'alimentació)...

Internet és una finestra oberta constantment al món. Però els creadors dels *sites* no deixen de pertànyer a un territori, o d'interessar-se per una o altra qüestió més concreta. És aquí on el valor geogràfic i biogràfic cobra pes a la xarxa de xarxes. Des de *diaridegirona.cat* s'ha impulsat durant un mes el primer gran concurs de pàgines web de les comarques gironines. I la competició ha servit per conèixer i descobrir la qualitat dels *sites* que es fan a la demarcació o que versen sobre temes gironins. Ara, després de destapar la gran qualitat d'algunes de les webs, neix un nou ciberespai que agruparà, promourà i impulsarà els millors *sites* gironins. Neix Xarxa Girona.

Blocs, pàgines personals, col·lectius, espais temàtics, webs visuals, empreses... Tot té cabuda a Internet. Era d'esperar, doncs, que el primer concurs de pàgines web gironines també inclogués *sites* de tot tipus. L'espectacular resposta de participants ha deixat a l'aire l'estat de la creació informàtica a la demarcació, i ha coronat la web Giromus (*www.giromus.cat*) com la millor dels actuals espais a la xarxa de xarxes de Girona. Es tracta d'una completa web sobre museus de la demarcació, que aglutina gran quantitat d'informació, una completa agenda de les activitats que organitzen, una classificació exhaustiva de les sales i un seguit de complements que converteixen, sense cap dubte, aquest «site» en la web de referència en la matèria. Si a tota aquesta completa oferta d'informació se li suma un nivell d'actualització adequat, una navegabilitat fàcil i útil, i un més que respectable disseny acurat i estètica-



ment força agradable, el resultat és el guanyador del concurs de *diaridegirona.cat*.

Giromus va néixer al juliol de 2005 amb l'objectiu, segons el seu creador, de ser el web de referència de l'espai museístic gironí. El portal aglutina una completa informació d'uns 140 espais de la demarcació, incloent-hi els museus pròpiament dits, les col·leccions privades visitables i els espais lliures com els parcs i els jardins botànics. Grans personatges del col·leccionisme, els llocs més destacats que envolten els museus, notícies, una agenda força actualitzada i fins i tot una galeria de tiquets i entrades d'espais museístics completen aquesta web que, per tot això, s'ha aixecat amb el primer premi del concurs.

#### PASSIÓ I ALTRUISME

El promotor, impulsor i *webmaster* d'aquest *site*, Joan Mitjà, porta a terme aquesta feina per pura passió i de forma absolutament altruista. Col·laboracions, favors d'amics i familiars i bona voluntat són els seus aliats. I a poc a poc espera poder fer créixer la web i introduir més continguts i novetats. De fet, després de mostrar-se encantat i molt il·lusionat per haver guanyat el premi de *diaridegirona.cat*, Mitjà ha assegurat que té previst ampliar l'espai virtual amb entrevistes, col·leccions visitables privades, més espais d'interès i articles que puguin ampliar el contingut i fer la pàgina més

# Girona a la xarxa

L'edició digital del Diari de Girona ha revelat, amb el darrer concurs que ha impulsat, les millors pàgines web que es creen i que funcionen en l'actualitat a les comarques gironines

TEXT: RAFA GARRIDO



atractiva, si és possible. Tot un projecte que ara rep el reconeixement i la felicitació de *diaridegirona.cat* i els seus internautes.

Però Giromus no ho ha tingut fàcil. El jurat,

compost per experts del món de la comunicació, l'edició digital, el màrqueting i la publicitat, se les ha hagut de veure amb moltes altres webs que han aconseguit competir amb un alt



nivell. Algunes han arribat de mans d'empreses, que fan un esforç per demostrar que des de Girona s'estan creant bons *sites* per treballar des de la xarxa. És el cas, per exemple, de [www.infofeina.com](http://www.infofeina.com), el restaurant [www.argada.com](http://www.argada.com), o el primer portal turístic homosexual, [www.touristgay.com](http://www.touristgay.com).

Altres pàgines tenen el mèrit de ser portals associatius i que, amb esforç i il·lusió han aconseguit ser un punt de referència i informació per la seva gent. La mostra més clara ha arribat, probablement, de la mà de [www.indika.cat](http://www.indika.cat), que recull l'activitat actualitzada, l'agenda i puntual informació de l'agrupament escorta de Palafrugell del mateix nom que el portal. [www.amicsdexina.cat](http://www.amicsdexina.cat) és una altra d'aquestes pàgines, que també intenta mantenir constantment informats els membres de l'entitat amb una web de qualitat destacada.

Altres *sites* que han participat al concurs responen a llocs emblemàtics, com el cas de [www.granjamora.com](http://www.granjamora.com), que tot i no existir ja com a establiment hosteler al cor del Barri Vell de Girona, continua mantenint viva la web i obert el llibre de visites. Mereixen també una menció especial per la seva qualitat les pàgines dedicades a informació gironina i global



amb un toc personal proper al bloc. [www.eldimoni.com](http://www.eldimoni.com) n'és l'exponent més representatiu que, a més de ser una de les pàgines més conegudes de Girona, aconsegueix fer un seguiment de l'actualitat acurat i seriós. Altres portals, com [www.deteegreen.tv](http://www.deteegreen.tv), [www.elpessebre.com](http://www.elpessebre.com) o [www.xapes.net](http://www.xapes.net), tenen un caràcter més temàtic, però són una veritable finestra al món que aborden, posant de manifest l'infinit interès i la dedicada feina que fan els seus responsables de forma totalment altruista.

D'altres *sites*, els més artístics, recullen racons emblemàtics i imatges d'una bellesa més que notable a les comarques gironines. Com a exemples més representatius dels que han participat hi ha [www.detallspotos.cat](http://www.detallspotos.cat) (del fotògraf banyolí Esteve Vilarrúbies), [www.xumax.net](http://www.xumax.net) o [www.pedresdegirona.com](http://www.pedresdegirona.com). Curiosa és també la web [www.catalanishcoffee.com](http://www.catalanishcoffee.com), que pretén difondre variants i combinacions catalanes de consumir el cafè. La pàgina de l'equip de bàsquet femení [www.unigirona.cat](http://www.unigirona.cat) mereix també menció per la seva fàcil navegabilitat i l'actualització de notícies.

En definitiva, les esmentades són només algunes dels centenars de pàgines que han participat en el primer concurs de webs gironines impulsat per [diaridegirona.cat](http://diaridegirona.cat), que ha permès



conèixer què i com es fa en la creació virtual a la demarcació, i que ha aconseguit demostrar que la qualitat no està enfrontada ni amb la temàtica ni amb l'estil de les pàgines.

Ara, però, la millor mostra del món digital gironí quedarà agrupada a la «Xarxa Girona», una marca que neix amb la intenció de ser la referència de les millores pàgines que es fan a la demarcació. Moltes d'aquestes webs que han destacat en el concurs, i d'altres que s'hi podran afegir en el futur, formaran part d'aques-

ta nova xarxa, que promocionarà i potenciarà la seva difusió i desenvolupament sota l'auspici de la web de referència de les comarques gironines: [diaridegirona.cat](http://diaridegirona.cat). De moment, en breu apareixeran les primeres pàgines agrupades sota aquesta nova marca, i poc a poc anirà creixent amb totes aquelles webs, blocs i *sites* que en vulguin formar part. És, en definitiva, la millor i més decidida aposta que s'ha fet mai per l'escena virtual gironina. I neix de la mà de [diaridegirona.cat](http://diaridegirona.cat). El futur és present.

## Reportatge

9 Dominical  
Diumenge 18  
de maig de 2008

Fotos:

- 1 [www.giromus.cat](http://www.giromus.cat)  
Guanyador del primer concurs de webs gironines. Portal sobre els museus, galeries i espais d'interès de la demarcació.
- 2 [www.amicsdexina.cat](http://www.amicsdexina.cat)  
Portal de l'entitat del mateix nom.
- 3 [www.granjamora.com](http://www.granjamora.com)  
Portal de l'històric establiment de Girona, encara actiu a la xarxa.
- 4 [www.xapes.net](http://www.xapes.net)  
Pàgina d'un col·leccionista de xapes, amb una completa informació temàtica.
- 5 [www.touristgay.com](http://www.touristgay.com)  
Portal de turisme homosexual d'una empresa gironina.
- 6 [www.detallspotos.cat](http://www.detallspotos.cat)  
Portal del fotògraf banyolí Esteve Vilarrúbies.
- 7 [www.eldimoni.com](http://www.eldimoni.com)  
Portal d'informació gironina.
- 8 [www.pedresdegirona.com](http://www.pedresdegirona.com)  
Recull d'imatges i textos sobre espais amb encant de Girona.
- 9 [www.unigirona.cat](http://www.unigirona.cat)  
Portal de l'equip de bàsquet femení.
- 10 [www.indika.cat](http://www.indika.cat)  
Portal del grup escolta de Palafrugell.
- 11 [www.catalanishcoffee.com](http://www.catalanishcoffee.com)  
Difon variants i combinacions catalanes a l'hora de prendre el cafè.
- 12 [www.deteegreen.tv](http://www.deteegreen.tv)  
Inclou molta informació sobre el golf.

## Establiments antics

10 Dominical  
Diumenge 18  
de maig de 2008

### Història

L'establiment va iniciar la seva activitat a Santa Cristina d'Aro, però després de la Guerra Civil es va traslladar a Sant Feliu de Guíxols, on, progressivament, va anar creixent fins al punt que, als anys 80, es van comprar els immobles del davant, al mateix carrer de Sant Ramon, i s'hi van traslladar. L'activitat no ha canviat.

**Origen**  
1930.

**Fundador**  
Àngel Agustí i Suñer.

**Propietari actual**

Jordi Agustí i Cosp.

**Treballadors**  
Règim familiar i tres.

**Activitat**  
Venda de vins i licors i productes d'alimentació i per a la llar.



# Ca l'Àngel

La botiga d'aliments, vins i licors va néixer a Santa Cristina d'Aro, però ara es troba a Sant Feliu de Guíxols; va ser una de les primeres de Girona a especialitzar-se en els vins de qualitat.

Sant Feliu de Guíxols

TEXT I FOTOGRAFIA: JOSEP MARIA BARTOMEU

**C**ap al 1930, Àngel Agustí i Suñer i Mercè Cosp i Torner es van fer càrrec d'una botiga de queviures i vins a Santa Cristina d'Aro, que llavors era un petit poble de la Vall d'Aro, amb poques cases al nucli, però molts disseminats sobretot als barris de Solius i Romanyà de la Selva. Hi havia diversos molins al municipi, tots depenents en l'antiguitat del convent de Solius, on encara es portava a moldre el blat per fer-ne farina. A la botiga i bodega dels Agustí –que en deien a Ca la Rossa, perquè abans l'havia regit una dona amb aquest color de cabells–, hi anaven els pagesos i la gent del poble a comprar el que necessitaven per a la cuina diària. Durant la Guerra Civil no van tancar mai les portes, però gairebé al final, durant la retirada de les tropes republicanes, van estar a punt de perdre l'establiment perquè els soldats tenien la intenció de volar un pont que hi havia al costat de la casa. Si ho haguessin fet, també hauria volat l'edifici.

Després de la guerra, Àngel Agustí i la seva dona van decidir traslladar-se a Sant Feliu de Guíxols i van instal·lar l'establiment al número 8 del carrer de Sant Ramon. A la part de baix del local –a la qual s'accedia baixant unes escales– hi havia els vins i els licors, alguns en bótes de roure antic. La clientela era del país i aviat la casa va adquirir força fama.

El negoci va anar creixent i l'any 1955 els Agustí van comprar el local que hi havia al costat, el número 6 del mateix carrer de Sant Ramon, on van muntar una botiga en exclusiva de venda de vins i licors. Va ser, potser, la primera casa de les comarques de Girona especialitzada en vins i licors. Van fer ampliacions i dels tres immobles en va quedar un de sol.

### VINS DE TOT TIPUS

Als anys seixanta, el turisme estranger va començar a fer acte de presència en quantitats considerables a Sant Feliu de Guíxols i el negoci de vins va anar augmentant. Per a molts estrangers, acostumats a beure cervesa, poder veure vi era tot un luxe i més encara amb els preus barats que llavors hi havia al país.

L'any 1970, aproximadament, es va jubilar Àngel Agustí i llavors va agafar la direcció del



negoci el seu fill, Jordi Agustí i Cosp. Ja havien sortit al mercat nous vins i licors, i a la part de l'establiment dedicada als queviures també havien sorgit nous productes. L'empresa va anar creixent i, entre els anys 1980 i 1985, van comprar els immobles de la part del davant, els números 11, 13 i 15 del mateix carrer de Sant Ramon, on van traslladar totes les dependències, ajuntant la venda de queviures i la de vi, tant embotellat com a granel.

Des de sempre, Jordi Agustí i Cosp ha estat

ajudat per la seva dona, Maria dels Àngels Roca i Torras, i ja més endavant, quan van ser grans, pels seus fills, Jordi i Mercè Agustí i Roca. Ella hi va treballar mentre estudiava la carrera de Farmàcia i, quan la va acabar, va marxar, malgrat que ara encara porta la part administrativa de l'empresa. Actualment el negoci està regit per Jordi Agustí i Roca, acompanyat pels seus pares. Continua venent productes d'alimentació i per a la llar, per una banda, però sobretot vins i licors, en els que s'ha especialitzat.

# Unitat poc rígida

El projecte té en compte l'estètica i la comoditat dels habitatges i l'ordenació urbana de la zona.

TEXT: ALFONS PETIT FOTOGRAFIA: DANI ABAD/SERGI RAVENTÓS

**F**er bona arquitectura, respondre a les necessitats dels futurs ocupants dels habitatges i proporcionar solucions urbanístiques en un sector molt concret de Roses era el triple repte que havia d'afrontar l'equip Arquitectes SCP quan es va fer càrrec del projecte per construir vint-i-sis nous habitatges a la zona de la Riera Ginjolers. La seva aposta estètica, constructiva i d'ordenació va proporcionar els resultats que mostren les fotografies que acompanyen aquest reportatge, que van satisfer els membres del jurat dels premis d'arquitectura de les comarques gironines corresponents a 2007, que va decidir que aquesta fos una de les obres seleccionades en l'apartat d'arquitectura.

En la memòria del projecte inclosa en el catàleg dels premis, els arquitectes Abad, Altabàs, Álvaro i Raventós detallen d'entrada les regles del joc amb les quals es van trobar a l'hora d'afrontar la seva feina: «El conjunt de 26 habitatges correspon al desenvolupament de l'estudi de detall per a l'illa 3 del pla especial de reforma interior (PERI) Granja Sant Josep, redactat pel nostre equip. La nova ordenació es basa en la disposició de tres paquets de nou habitatges cadascun, al igual que el PERI, modificant, però, la disposició en L (4+5), que resultava desfavorable per a certs habitatges. Les noves fileres s'han organitzat en forma d'U (2+5+2). Els objectius de l'estudi eren els següents:

- Reforçar la voluntat del planejament de generar façana urbana al Passeig de la Riera Ginjolers i assolir una major continuïtat del talús verd que preveia el PERI.

- Garantir unes condicions favorables d'orientació, situació i posició relativa a la totalitat de les parcel·les.

- Millorar la qualitat dels espais verds privats en quedar com a espais més recollits entre els paquets d'edificació.

- Eliminar la servitud de pas sota els habitatges perpendiculars a la riera.

- Millorar la privacitat dels habitatges».

Partint d'aquestes premisses, i «responent a l'ocupació permesa pel planejament, s'articula l'edificació sobre una malla quadrada de 8,5 metres, de la qual en soterrani se n'ocupa el 100%, i el 75 %, sobre rasant. S'organitza una disposició modular dels habitatges en forma de L al voltant d'un pati. L'articulació d'aquest sistema mòdul ens permet introduir variables en la distribució dels habitatges en funció de la seva posició relativa, per tal d'aprofitar al màxim les millors condicions d'orientació, visuals, de ventilació i assolellament naturals».

D'aquesta manera van aconseguir no només elements positius per als futurs ocupants dels habitatges (millors vistes, més sol i més venti-



lació al seu interior), sinó també des del punt de vista estètic de tota la zona: «La flexibilitat del conjunt ens va permetre a més a més, desenvolupar l'agrupació de 2 habitatges en 1 a la cantonada sud-est, més propera al nucli urbà. D'aquesta manera, n'ha resultat un habitatge de tipologia singular adaptat de manera integral a la volumetria».

Un altre aspecte que van haver de resoldre

els arquitectes era «l'adaptació topogràfica necessària de l'edificació, que s'havia d'adaptar a dos carrers paral·lels, a diferent cota i al pendent pronunciat de la façana de la Riera». Segons apunten Abad, Altabàs, Álvaro i Raventós, «el resultat pretén aconseguir una imatge de conjunt unitària, però al mateix temps, trencar amb l'esquema rígid de l'agrupació en filera convencional».



## Fitxa tècnica

### Projecte

Vint-i-sis habitatges a la riera Ginjolers.

### Municipi

Roses.

### Autors

Abad-Altabàs-Álvaro-Raventós, Arquitectes SCP.

### Promotor

Roses Futur, s.a.

### Construcció

Roses Futur, s.a.

### Col·laborador

Lluís Prat.

## Més informació

– Demarcació de Girona del Col·legi d'Arquitectes de Catalunya. Plaça Catedral, 8, Girona. 972 41 27 27 [www.coac.net/Girona](http://www.coac.net/Girona).

## El vi de la casa

# Nostàlgia de la truita

CAIUS APICIUS GASTRÒNOM



### Agustí Ensesa Bonet

Escola de Tastavins del Gironès



**H**i ha restaurants –molt pocs– que afortunadament encara ofereixen el vi de la casa. Si l'establiment té una mica d'autoestima, aquest vi ha de ser digne, bo, tirant a molt bo. Si el tenen en botes ben cuidades millora una mica cada dia. El vi de la casa és un vi a doll –de fet tots

els vins abans de ser envasats ho són, de vins a doll, fins i tot els més famosos–. El vi de la casa ha de ser d'una graduació mitjana, 13 o 14 graus, per assegurar la seva conservació, i comprat a un granelista de confiança. Se sol servir en ampolla sense etiqueta o en una gerra. Els restaurants que tenen la dignitat de servir un bon vi de la casa normalment també són apreciats per la qualitat dels seus plats casolans i artesans, com és el cas del restaurant Can Quel de Foixà. Hi ha clients que mengen a l'esmentat restaurant per l'atracció del bon vi a doll que serveixen. Per a més informació: [www.canquel.cat](http://www.canquel.cat).

**E**stem en plena temporada de pesca fluvial, però ja gairebé no se'n sent a parlar; a penes una menció als diaris locals al primer salmó –el «campanu»– capturat al riu de la zona, i parem de comptar; llevat que vostès siguin també pescadors, segur que hauran de fer un esforç per recordar l'última vegada que van sentir un aficionat exagerar la mida de les seves captures. Que era el que s'exagerava abans, perquè truites sí que n'hi havia.

Serem legió els ciutadans que, en la nostra infància o adolescència, hem viscut l'experiència d'anar a pescar, i a vegades fins aconseguir-ho, truites en qualsevol rierol de muntanya. Pescàvem truites «del país», anteriors a la introducció massiva de la truita arc iris. Eren unes truites que, segur, coneixien la psicologia dels pescadors del terrer, com subratlla Wenceslao Fernández Flórez al capítol «Un insecto sobre el agua», del seu deliciós *El bosque animado*. És, que jo sàpiga, l'únic cop que s'ha explicat la pesca de la truita des del punt de vista d'aquesta.

Durant moltíssim temps, la truita va ser la panacea en moltes poblacions allunyades del mar quan tocava abstenir-se de menjar carn. A Espanya, tradicionalment, les truites han acabat a la paella, fregides d'una o altra manera; em refereixo al fet curiós que l'habitual és fregir-les en greixos diferents de l'oli d'oliva, que va tan bé amb els peixos de mar. De fet, les truites gallegues solien fregir-se en llard; a Navarra s'usava la cansalada, com a França la mantega... La veritat és que a la truita li va molt bé la paella. També s'ha menjat molta truita escabtxada; l'escabtx era, en principi, un procediment més per allargar la conservació d'un aliment... al temps que modificava el seu gust, en la majoria dels casos per bé. Dic «la majoria» perquè mai m'ha semblat que una truita escabtxada en superés una altra de fresca i acabada de fregir... per molt que Emilia Pardo Bazán digués que les preferia «amb les tres efes», és a dir, fresques, fregides i fredes.

De les receptes de l'alta cuina per a la truita, potser la millor sigui la famosa «truita blava» (*truite au*

*bleu*), que necessita per al seu èxit treballar amb truites vives fins instants abans de començar amb la recepta, que fonamentalment consisteix a fer-les en un caldo curt al vinagre; prenen un to extern blau, i se serveixen amb mantega fosa.

A la truita, sempre a l'ombra del salmó, li ha passat com a aquest: la seva producció en piscifactories li ha fet perdre favor popular, encara que avui les granges són molt millors i cuiden l'alimentació i fins i tot l'exercici de les truites. Amb truites de granja, un excel·lent cuiner galleg, Miguel Silvarredonda, ens proporciona una interessant recepta d'un «trio» de truites. Netegin i divideixen en dos lloms cadascuna –traient totes les espines– dues truites salmonades de bona mida. Pesin dos d'aquests lloms i preparin el mateix pes, a parts iguals, de sucre i sal; en una plata, capa de barreja, a sobre els lloms i a sobre d'ells més barreja. Deixin així les coses, en un lloc fred, uns 20 o 30 minuts. Rentin els lloms, posin-los en una plata, cobreixin-los amb oli verge i un ram d'anet fresc i tinguin los així al frigorífic 48 hores. Quan vagin a servir, escorren els lloms i tallin-los en tacs.

Preparin ara, amb el més gruixut dels dos lloms que queden, un tatakí. Marquin el llom un minut a la paella, a foc fort, per cobrir-lo després amb la barreja d'un got d'oli d'oliva i mig d'oli de soja, amb unes ratlladures de gingebre i una llima en rodanxes. També ha d'estar 48 hores a la nevera. Finalment, tallin en tacs el llom restant i emboliquin-lo en talls de cansalada viada.

Posin a cada plat un tac de truita marinada, amb una ratlla de sal fumada, pebre negre en gra i anet fresc; un tac de tatakí, amb una línia de reducció de salsa de soja, i un tac de truita amb cansalada, fet a la paella a foc viu; a una banda, una amanida de diversos tipus d'enciam amb oli verge i els sucus d'una llimona, mitja taronja i mig pomelo, a més dels grills de les altres dues meitats d'aquests últims cítrics. Aquí tenen vostès una bona forma de combatre la nostàlgia de les truites d'abans.



## Restaurant El Pedregal, art gastronòmic al cor del Barri Vell de Girona

El Pedregal és un innovador restaurant situat en ple centre històric del Barri Vell de Girona, a prop de l'església de Sant Fèlix.

Iris Rojas i Joan Muñoz ens obren les portes d'aquest íntim i acollidor racó, en els espais interiors del qual es viu una barreja de peces del passat amb la màgia de tocs avantguardistes que marca la decoració.

El xef, Josep López Gausa, ens proposa una acurada cuina mediterrània, de sabors i textures diferents, elaborada amb productes frescos del mercat, i productes de collita pròpia, com l'oli.

El bacallà, cuinat i elaborat en diferents formes (amb formatge d'Idiazabal, amb ceba confitada...) és un dels plats recomanats, adient per a paladars exigents.

I per acompanyar aquests exquisits menjars, un magnífic celler de vins i caves, seleccionats pel sommelier del restaurant.

Cal destacar el magnífic menú diari, a 15 euros.

El Pedregal, innovació gastronòmica en un marc incomparable per gaudir de moments entranyables.



C/ Pou Rodó, 22 - Tel. 972 20 19 54 - GIRONA

# Pastes i pastissos

Les pastisseries públiques dels Països Catalans mostren als seus clients una oferta enlluernadora.



MARC MARTÍ



**Jaume Fàbrega**

«Bona Vida»  
<http://blocs.mesvilaweb.cat/jaume-fabrega>

La paraula «pasta», tan pròpia i expressiva, que en català vol dir peça petita de pastisseria, està desapareixent de la parla viva. A TV3, per exemple, ja ni saben que existeix, substituïda per l'impersonal, abusi i artificios (a Catalunya, no pas a València) «pastís». Cal dir, és clar, que no hem de confondre «pasta» amb «pastes» (fideus, espaguetis, etc.), com es fa en algun llibre de cuina publicat de poc.

Els confiters i els pastissers de restaurant han innovat –i continuen innovant moltíssim– en el camp d'aquest art, que ha entrat amb tots els honors en el camp de l'alta creació, paral·lelament a la cuina: pastissers de la nostra àrea lingüística, per exemple, tenen reconeixements internacionals i dels fogons d'El Bulli, Can Fabes, Sant Pol o El Celler de Can Roca, les postres creatives catalanes són conegudes arreu del món. Unes postres i pastissos, en general més lleugers, amb menys contingut de sucre i amb la presència més corrent de la xocolata, el caramel, els gelats, els coullants, mousses i cremes, salses i culís.

Però també ho comencen a ser algunes postres tradicionals –com la crema catalana, ja força coneguda a França, a Itàlia o a Suïssa– i, a

més, cal recordar la presència de pastissers catalans i mallorquins, o bé torronaires, gelaters i orxaters valencians, arreu del món: de Madrid a Miami, passant per Nova York.

## UNA GRAN FAMA

Les pastisseries públiques de Catalunya, les Balears, el País Valencià, la Franja, la Catalunya Nord o Andorra, les «granges» més que centenàries (com l'antiga Can Culleretes, de Barcelona, o Can Joan de s'Aigo, de Palma) sempre han gaudit d'una gran fama i, en molts casos, continuen fent honor a la tradició d'origen medieval o incorporada de fora de deliciosos dolços, pastes i altres preparacions, de les coques al mató de monja, del gató d'ametlles a les tortades.

A més –i això especialment al País Valencià i a les Balears, que tenen una riquíssima tradició en aquest sentit–, la tradició de l'elaboració casolana de pastissos, postres i coques continua ben viva.

Gràcies a això, sigui a les cases o a les pastisseries, podem trobar temptadores i llamines elaboracions que van molt més enllà de la coca, el brioix o el croissant quotidians o del

clàssic tortell dels diumenges evocat literàriament per Josep Pla. Hi podem trobar, això sí, tota mena de tortells (catxap a València): de brioix o de pasta de fulla, entorxats o farcits amb massapà, crema o nata.

El braç de gitano, de flonjo pa de pessic i farciment de crema, nata, trufa (i també gema al País Valencià) continua fent les delícies de tothom. Les lioneses i pals (o «pals catalans»), amb el seu guarniment de nata, trufa o crema no hi manquen mai.

Tampoc l'esponjós pa pessic, bescuit o congre –de Vic, de Girona, d'Arbúcies...– i diverses elaboracions que el tenen com a base. La pasta de full, glòria d'una bona pastisseria, ens dóna tortells, coques, jesuïtes, crestes, ulleres o palmeres, milfulles, canyes, napolitanes, amb el clàssic farcit de cabell d'àngel, o bé nata, trufa, crema, fruites. Qui gosarà sostreure's a dolços tan bons com la sara, el massini, el búlgar i d'altres totalment incorporats a la nostra tradició? Mones, coques, bunyols, cassoletes o tartaletes, merengues diverses, pastissos, tartes, cremes, mousses, semifreds, coques, panellets, rebosteria dolça i pastes seques o de te completen aquesta enlluernadora oferta.

## La recepta

# Pastes glaçades

Unes pastes seques excel·lents per al te, el cafè o amb un vi dolç. Per a unes 6 persones. Com que es conserven, sempre en podeu tenir a punt per a una visita sobtada. En fruiran petits i grans i són fàcils de fer, amb ingredients que se solen tenir sempre a casa. El nom de «glaçades» es refereix a la «glaça» blanca que les recobreix, un terme de pastisseria que hem pres del francès.

## Elaboració

En un bol tireu-hi els ous i el sucre, els bateu amb energia fins que s'espongin i quedi tot molt consistent. En un altre recipient a part disposeu-hi una mica de farina fent un cercle i al mig poseu-hi la preparació anterior i l'anís, barrejant-ho amb compte amb una cullera de fusta; afegiu-hi la farina que vagi admetent. – Quan la pasta agafi cos, trasladeu-la a un marbre enfarinat a fi de seguir amassant-la

## Ingredients

- 3 ous.
- 350 grams de sucre.
- Farina tamisada (la que admeti).
- Una culleradeta d'anís.

- Mantega per a la placa del forn.
- Bany de sucre: 2 clares d'ou; 1/2 tasetta d'aigua; 250 grams de sucre en terrosos; i 1/2 llimona petita.

amb les mans i continuar la incorporació de més farina per tal que no s'enganxi als dits, mirant de no treballar-la massa per tal que la massa no es torni poc elàstica.

– Estireu-la amb el corró després d'enfariar la taula i aplaneu-la fins que quedi d'1 cm. de gruix. Amb un tallapastes circular i llis de 5 cm. de diàmetre, formeu peces rodones; punxeu-les per sobre amb una forquilla. Distribuiu-les en una placa untada amb mantega i coeu-les

a forn moderat durant uns 10 minuts, vigilant la seva cocció.

– Bany de sucre: En un cassó barregeu-hi les clares amb l'aigua afegint-hi el sucre; poseu-ho a foc lent sense deixar de batre i hi tireu el suc de mitja llimona. Coeu-ho fins que els ingredients s'espesseixin i agafin un color blanc.

– Decoració: Quan les pastes siguin cuites, cobriu-les amb el bany de sucre que heu preparat, encara calent, i les deixareu refredar en una reixeta.

## Notes

Si es vol, es poden conservar força temps en una capsa de llauna o per a galetes tancada hermèticament.

– Si no disposeu de tallapastes, per donar forma a aquestes delicioses pastes feu servir un got.



**Xavier  
Romero**

# Els artistes locals

Cassà de la Selva dedica la festa major d'aquest any a recordar els seus pintors i escultors.

L'estreta relació que hi pot haver entre camps com el de l'art, la història i el col·leccionisme, a l'hora del muntatge d'exposicions, del gènere o la categoria que sigui, té un nou exemple en la mostra d'art que es fa en ocasió de la festa major de Cassà de la Selva, dins del monogràfic que des de la coordinació de l'Arxiu Municipal i el GREC –Grup de Recerca d'Estudis Cassanencs–, depenents de la regidoria de Cultura, s'ha dedicat als artistes plàstics locals, bàsicament pintors i escultors, des de l'any 1881 i fins als nostres dies.

Juntament amb la presentació del llibret de la sèrie *Plecs*, dijous passat es va inaugurar a la sala l'Estació una exhibició d'obra diversa, corresponent a una bona representació dels ar-



tistes cassanencs. Plomes de Joan Gener i Ramon Prior; aquarel·les de Josep M. Rodà i de Gener; aiguades d'aquest darrer; diferents olis i escultures; i com a complement documental, alguns programes d'impremta que recorden els salons dels artistes locals que se celebraven durant les dècades dels 40 i dels 50, igualment coincidint amb la festa grossa del poble.

D'altra banda, i com a principal motiu de l'efemèride, per avui s'ha convocat el Concurs de Colors sobre l'Asfalt, que enguany arriba a la seva XXV edició, que té per escenari la plaça de la Coma. Més de 400 nens i nenes en edat escolar s'han inscrit en aquesta nova activitat, en la qual es concediran diversos premis, i també es donarà un record a tots els participants, un trenta-closques il·lustrat amb el motiu d'una de les darreres pintades a terra.

Aquest és un element més que caracteritza la localitat del Gironès, com ho és igualment el de la música, per la seva llarga i reconeguda tradició de cobles, orquestres, conjunts i corals; o també, i passant al terreny laboral, el de la indústria del suro. A la localitat han existit i existeixen diversos col·lectius d'artistes, i actualment el referent de més projecció és segura-



ment el de l'Escola d'Art, que funciona des de fa tretze anys i que des de l'any 2003 té la seva ubicació al Centre Cultural Sala Galà.

Malgrat això, l'activitat contemporània pel que fa al tema pictòric, la va promoure l'artista cassanenc Josep Lloveras, iniciador de l'esmentat Concurs de Colors sobre l'Asfalt, i del Concurs de Pintura Ràpida, alhora que va convertir-se en el mestre, des del seu taller del carrer del Conill, de la majoria dels nous artistes apareguts a la vila durant els darrers trenta anys. Lloveras, als seus 86 anys, es podria considerar com el patriarca actual dels pintors i escultors cassanencs, i tota la seva trajectòria vital i professional, desenvolupada al llarg de tres continents, romandria per sempre més a través d'una Fundació, que portant el seu nom, es podria crear properament a Cassà de la Selva.

## LA REVISTA «PLECS»

El número 17 de la segona època de la revista *Plecs*, que edita l'Arxiu Municipal, es dedica monogràficament a «Cassà Art», als pintors i escultors dels darrers 130 anys. Sota la coordinació de l'arxivera Dolors Grau, i la col·laboració del coordinador de l'Escola d'Art, Carles To-

rent, i d'un bon nombre de persones, tant del GREC com d'altres estaments i els mateixos artistes homenatjats, s'ha pogut confeccionar un treball de recerca important i il·lustratiu.

La publicació obre les seves pàgines amb la referència a l'aniversari del Concurs de Colors sobre l'Asfalt; continua amb un breu ressum dels inicis mínimament organitzats de l'ambient pictòric a la localitat, i segueix amb les biografies de personatges com Benet Casabó, Lluïsa Botet, Joan Gener, Josep M. Rodà, Marià Pla, Josep M. Marlés, Francesc Ragolta, Ramon Prior, Ramon Dalmau; i traslladats ja a l'actualitat, continua la relació amb Joaquim Almeda, Josep Lloveras, Jordi Dalmau, Assumpció Mateu, Ció Abellí, Carles Torrent, Enric Mascort, Lídia Masllorens, David Serra, i els professors de l'Escola Municipal, Sergi Batlle, Mercè Ibarz, Mercè Kirchner, Anna-Dharma Pinós i Marta Rich.

En el capítol de la docència, es pot llegir informació igualment de l'Estudi d'Art Lloveras, del Taller de Kimeta Castañé, de l'Associació d'Amics de l'Art; i finalment, del Parc de les Arts Contemporànies, una extraordinària instal·lació i col·lecció promoguda per l'empresari i escultor cassanenc Jaume Roser.



Subministrament per a hosteleria



# Drogues al volant

Trànsit calcula que el 15% dels morts en accidents havia ingerit alguna droga il·legal o fàrmac.

Un total de 4.104 persones van morir en accidents de trànsit l'any 2006. Si, segons dades de la Direcció General de Trànsit (DGT), es calcula que fins al 15% dels morts al volant havia ingerit alguna droga il·legal o medicament amb efectes nocius sobre la conducció, es podria dir que més de 600 persones moren en accident de trànsit a l'any sota la influència del consum d'alguna d'aquestes substàncies. Segons el doctor Juan Carlos González Luque, assessor mèdic de l'Observatori Nacional de Seguretat Viària de la Direcció General de Trànsit, les drogues més consumides al volant són les mateixes que tenen més consum entre la població general, és a dir, cocaïna, cànnabis i opiàcis. Els problemes que es deriven d'aquest consum quan s'està al volant són greus pel perill que comporten. Un primer efecte és la desinhibició i per tant una conducta de risc que porta a una mala gestió de la velocitat. A més, la mateixa droga altera les capacitats cognitives necessàries per a una conducció correcta. Per exemple, altera la percepció visual, la noció de distància i de velocitat, i disminueix la capacitat de reacció.

El Dr. Javier Álvarez, director de l'Institut d'Estudis d'Alcohol i Drogues de la Facultat de Medicina de Valladolid, assenyala que, a més del gran risc que suposa l'ús de drogues per part dels conductors, també hi ha un percentatge important d'accidents de trànsit ocasionats per efectes d'alguns medicaments i la freqüent associació del seu consum amb l'alcohol. Es tracta, sobretot, de tranquil·lizants i psicofàrmacs, que alenteixen els reflexos del conductor. A més, se sol tenir escassa informació sobre la interacció amb les capacitats per conduir.

El consum (terapèutic o no) de substàncies psicoactives constitueix un dels principals factors de risc d'accidentalitat per trànsit. La transcendència que té no és prou coneguda, i per això molts països intenten conèixer la magnitud real del problema. A Espanya, la DGT està desenvolupant programes per detectar la presència de drogues en els conductors. Segons les proves realitzades el 2007, la mitjana estatal del consum de drogues en conductors a Espanya és un 3,8%. «El que s'ha aconseguit amb l'alcohol, que és que la gent prengui consciència que no se n'ha de beure quan s'ha de conduir, ho hem d'aconseguir amb el consum d'altres drogues», comenta el Dr. González-Luque. En aquest sentit, i per a la prevenció, apunta que el permís de conduir per punts aporta informació molt valuosa per detectar problemes d'addicció i hauria de servir per ajudar a solucionar els problemes de drogoaddicció més enllà de la prevenció d'accidents de trànsit.

## LES DROGUES EN LA CONDUCCIÓ

El consum de drogues i estupefaents és un greu factor de risc per a la conducció i, en conseqüència, per a la seguretat viària. Es calcula que aproximadament el 37% dels morts en accidents de circulació presentaven alcohol o alguna droga en el seu organisme. Les drogues més freqüents que s'associen a la conducció són alcohol, opiàcis –com l'heroïna– cànnabis,



cocaïna i amfetamines. Mentre que les drogues depressores del sistema nerviós, el cànnabis o els opiàcis, disminueixen la capacitat de reacció del conductor, la seva concentració i els reflexos, les substàncies estimulants, com les amfetamines, la cocaïna o els èxtasis generen una falsa sensació de control en la conducció. El resultat és descoordinació, falta de reflexos i dificultats per veure i escoltar. D'altra banda, les drogues al·lucinògenes com l' LSD canvien la percepció de la realitat i produeixen visions imaginàries. En general, els principals efectes dels medicaments en la conducció són: trastorns de somnolència, visuals (visió borrosa o doble), i alteracions neuromusculars i en el sentit de l'equilibri. A més, alguns produeixen un retard en el moviment de les extremitats. Tots aquests efectes es multipliquen si s'ha consumit, a més, alcohol. Els medicaments que més efectes secundaris tenen sobre la capacitat de conduir són els antihistamítics, els ansiolítics, els antidepressius clàssics, els antipsicòtics i els indicats per a la malaltia cardiovascular.

Sens dubte, els efectes de les drogues i alguns medicaments alteren el correcte rendiment mental, la presa adequada de decisions i la bona coordinació psicomotora. En línies generals, almenys el 80% de tots els accidents de trànsit són atribuïts al «factor humà», entre les causes principals del qual hi ha conduir sota els efectes de l'alcohol i altres drogues.

## L'ALCOHOL I ELS FÀRMACS

La població general no té prou informació sobre l'efecte de l'alcohol quan es consumeixen fàrmacs. Pot ser útil aquesta guia.

– **Analgèsics:** Potencia la possibilitat d'úlceres, perquè augmenta la secreció gàstrica. Amb paracetamol s'augmenta la toxicitat del fàrmac al fetge. Si és del tipus narcòtic potencia l'efecte depressor del sistema nerviós central sobre el centre respiratori. Disminueix reflexos.

– **Ansiolítics:** Augmenta els efectes depressors del sistema nerviós central (SNC).

– **Antiarítmics:** Redueix la vida mitjana del fàrmac.

– **Antiasmàtics:** N'augmenta la concentració en sang.

– **Anticonvulsivants:** Si són barbitúrics, té un efecte additiu de la depressió del SNC. No s'ha de prendre gens d'alcohol amb antiepilèptics perquè s'augmenta l'efecte sobre el SNC.

– **Antidepressius:** Si són tricíclics, l'efecte resulta impredecible, encara que augmenta la depressió sobre el SNC. L'alcohol inhibeix la seva metabolització amb la qual cosa augmenten els seus efectes secundaris. Si són del tipus IMAO pot ocasionar crisis hipertensives.

– **Antidiabètics:** L'alcohol augmenta el seu efecte hipoglucèmic.

– **Antihistamítics:** Augmenta la sedació que produeixen (si es tracta d'anti H1). En els casos d'anti H2 augmenta els nivells d'alcoholèmia i potencia els efectes tòxics de l'alcohol.

– **Antiinfecciosos:** En general es pot veure reduït l'efecte antibiòtic.

– **Antimaniacs:** Com el liti, pateix una disminució de concentració sèrica; és a dir, elimina l'efecte del fàrmac.

– **Antineoplàsics:** N'augmenta els efectes indesitjats.

– **Antiparkinsonians:** Incrementa l'efecte sedant o augmenta els efectes indesitjables com nàusees, o símptomes abdominals.

– **Antipsicòtics:** Efecte additiu i depressor del SNC

– **Antitussígens:** Augmenta la depressió del SNC i produeix pèrdua de reflexos i somnolència.

– **Hipnòtics:** Augmenta la depressió del SNC.

– **Psicoestimulants:** L'efecte de l'alcohol amb amfetamines és impredecible: augmenten l'estimulació o la deprimeixen doblement depenent de si s'està en fase d'excitació del SNC per l'alcohol, o en la fase contrària. Amb la cafeïna els efectes són similars però menors.

– **Vasodilatadors i antihipertensius:** Potencien els efectes de l'alcohol. Si són bloquejants adrenèrgics, disminueix encara més el to vasomotor. Si és un fàrmac contra l'angina de pit (nitrats) pot augmentar l'efecte dilatador i ocasionar una seriosa baixada de tensió.

– **Vitamines:** La C augmenta l'eliminació de l'alcohol. Amb les del grup B, especialment la niacina, poden sorgir episodis de deliri.

Salut

15 Dominical  
Diumenge 18  
de maig de 2008



Ramón  
Sánchez  
Ocaña



**EMPORDÀ NET**  
NETEGES I MANTENIMENTS

- NETEGES EN GENERAL (locals, indústries, oficines, neteges d'obres, etc.)
- NETEGES DE TAPISSERIES, CATIFES...
- NETEGES DE VIDRES
- ABRILLANTAT DE TERRES
- TRACTAMENTS DE TERRES RÚSTICS
- MANTENIMENTS

C/ Agudes, 47 - 17006 GIRONA - Fax 972 231 861 - Tel. 972 249 214  
e-mail: info@emporda-net.com



**No te la juguis.**  
El pròxim dia 26 de maig és el Dia Mundial de l'Euromelanoma, una jornada per conscienciar tothom (tothom!) que la pell no oblida les radiacions solars que ha rebut.

Fotos:

**1**  
Bronzejador en Pols, de la col·lecció Streamline d'E. Funkhouser

**2**  
Textura de Sublime Bronze, de L'Oréal.

**3**  
Antirides C Efecto Flash, d'OTC, tractament intensiu de la fatiga facial.

**4**  
Loció corporal Bronzage Progressif, d'Anne Möller, a més d'hidratar proporciona gradualment un bronzejat natural i uniforme.

**5**  
Oli de pastanaga, d'Alqvimia.

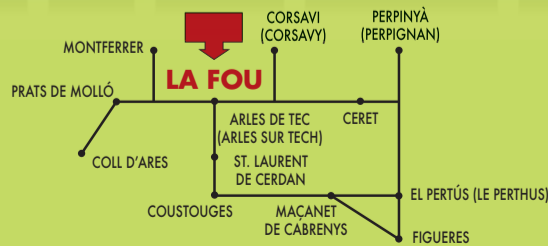
**6**  
Duo Zones Fragiles, d'Anne Möller. Crema de protecció per al rostre i els llavis.

**7**  
Llet IP25 i esprai SPF40, de la línia Dermo-Pédiatrie, d'A-Derma.

**8**  
Tovallolletes ioox: són dobles, una amb efecte peeling, i l'altra amb una solució bronzejadora.



## ARLES DE TEC «LES GORGES DE LA FOU» EL CONGOST MÉS ESTRET DEL MÓN



**DEL 21 DE MARÇ AL 30 DE NOVEMBRE DE LES 10 A LES 18 HORES**  
PÀRQUING - BEGUDES - RECORDS  
Tel. 0033/468 39 16 21 - FRANÇA





# Notes d'or a la pell

És la primavera, i dia sí, dia no, plou o està núvol; tenint en compte el temps que està fent darrerament sembla que serà difícil estar bronzejat aquest estiu, encara que hi ha productes que ajuden la pell a no presentar-se ni tan blanca ni tan indefensa sota els rajos solars.

A.R.



**Tendències**

**17** Dominical  
Diumenge 18  
de maig de 2008

**9** Splash Bronzant Fresh SPF6 y SPF15, d'Anne Möller. Per al cos i per als cabells.

**10** Complement alimentici d'Oenobiol Solaire: càpsules que ajuden a preparar, activar i prolongar el bronzejat.

**11** Filter OTC 20 Autobronzejador, d'OTC, una emulsió fluïda de protecció solar alta.

**12** Fluid amb autobronzejador per al rostre Sublime Bronze, de L'Oréal.

**13** Autobronzejador facial, de The Body Shop.

**14** Spray multiposició Sublime Bronze de L'Oréal.

**15** Llet especial per a nens 50+SPF, d'Avène.

**16** Gel amb autobronzejador, per al cos, de L'Oréal.

**17** Fluid facial i gel corporal Solarium phyAG de Dibi.

**18** Banyador, de Dos Mares.

**CORTINATGES ESTEBA**  
CasaStyl



**MATALÀS HR + VISCOELÀSTICA TEMPO**  
Amb nucli anatómic de dues densitats per a una més gran adaptació al cos.



**NUCLI ANATÒMIC DE DUES DENSITATS**

- Bloc perfilat d'alta densitat HR amb canals de ventilació per a una més gran fermesa i capacitat de suport.
- Plaques de material viscoelàstic situades en les zones de més pressió per a una millor adaptació del matalàs al cos i una més gran sensació de confort.



**DOBLE CARA DE DESCANS**

La composició interior del model TEMPO és totalment simètrica, de manera que el matalàs ofereix la mateixa qualitat de descans en ambdues cares, sent completament reversible.

**CasaStyl**

**Bandalux**

**BASSOLS**

**MODHO**

**LASA**

**PANIKER**

**PRAIA**

**L'OCCITANE**  
EN PROVENCE



C/ Rutlla, 11 - Tel. i Fax 972 20 34 23  
17002 GIRONA

C/ Maluquer Salvador, 3 - Tel. 972 22 33 43  
17002 GIRONA

Pl. Rector Ferrer, 4 - Tel. 972 26 20 98  
17800 OLOT

# El caramel de la diva

Madonna intenta redreçar la seva carrera amb «Hard candy», el seu onzè disc d'estudi, per al qual s'ha posat en mans dels productors de moda, Justin Timberlake i Pharrell Williams.

TEXT: HÉCTOR LLANOS MARTÍNEZ FOTOGRAFIA: LUCAS JACKSON/EFE



una compilació de rythm and blues, hip-hop i alguna cosa de rap adaptat a les necessitats de l'estrella del pop i, per tant, no aliè a la pista de ball. Perquè a *Hard candy* ha decidit confiar en els altres més que en el seu propi instint: «Estic acostumada a ser la diva i que la persona que està amb mi funcioni més aviat com un suport per a mi. Vaig haver d'acostumar-me a cedir part del meu espai. Va ser divertit però també van saltar espurnes, ja que tothom tenia les opinions molt clares», explica.

**E**n comptes de reinventar-se i avançar la tendència musical dels pròxims anys, Madonna ha preferit combinar sabors com el pop, el dance i els sons urbans per al seu nou àlbum, *Hard candy*, i es posa en mans dels productors de moda, Timbaland, Justin Timberlake i Pharrell Williams. Un títol com *Hard candy*, que significa un caramel dur però dolç a la vegada, explica a la perfecció el desig de la cantant de «transmetre al mateix temps una sensació d'urgència i diversió amb cançons que la gent no pugui treure's del cap».

Madonna, que sempre ha estat la principal beneficiada de tots i cadascun dels seus col·laboradors, oblida els sons electrònics de William Orbit, Mirwais o Stuart Price en els seus anteriors i exitosos *Music* i *Confession on a dance floor* i recorre en el que és el seu onzè àlbum d'estudi a Timbaland, Timberlake i Pharrell Williams. Ells conformen la tríada de músics que ha revolucionat la indústria els últims cinc anys, en especial la nord-americana, que és el mercat que es resisteix a la influència de la reina del pop en els últims temps i, en aquesta ocasió, és ella la que sona a altres artistes, com Nelly Furtado, Gwen Stefani o el mateix Timberlake.

El senzill *Four minutes*, cantat a duo amb Justin, és «l'eix sobre el qual gira tot l'àlbum»,

Amb Pharrell Williams, líder del grup de productors The Neptunes, va escriure *Candy shop*, el tema que obre l'àlbum i el favorit de la cantant. No tan orgullosa està de *Spanish lessons*, que va estar a punt de no incloure en l'àlbum, mentre que defineix *She's not me* com «un encreuament entre Debbie Harry i Glòria Gaynor» i considera *Beat goes on*, en la qual apareix el raper Kanye West, com «un homenatge a Marvin Gaye». *Give it 2 me* i *Miles away* es perfilen com evidents pròxims senzills mentre que reserva «els moments més profunds i reflexius» per al final del disc: *The devil wouldn't recognize you* i *Voices*.

A punt de complir els 50 anys, Madonna és sinònim de notícia. Els últims anys han estat contínues les informacions sobre les seves distraccions religioses o la seva vida marital amb el cineasta Guy Ritchie i fins i tot s'ha obert un debat a la premsa internacional sobre si la seva filla d'11 anys d'edat, Lourdes María, s'hauria de plantejar la depilació. Cap comentari perjudica l'artista, sobretot perquè l'interès per la seva vida personal disminueix a favor de la seva faceta professional, sempre en primera línia informativa, com ho va ser el mes de febrer passat el seu debut darrere de la càmera amb *Filth and wisdom*, cinta projectada al recent Festival de Berlín.

## Novetats

### Nacha Pop: «Tour 80-08...»



L'estiu passat, Antonio Vega i el seu cosí Nacho García Vega es van fondre de nou a Nacha Pop, gairebé 20 anys després del seu comiat, amb una gira que va culminar a Madrid en un intens concert recollit (en un doble CD i en un doble DVD) a *Tour 80-08. Reiniciando*, un àlbum que, a més de recordar el passat, anuncia una nova vida artística per al grup. «No ens hem ajuntat sobre l'escenari per explotar els èxits del passat, sinó per iniciar el procés del que serà una col·laboració artística que esperem que es prolongui en el temps», i al qual seguirà un molt probable pròxim disc amb temes inèdits del grup, explica Nacho García Vega.

### Aurora Beltrán: «Clases de...»

Quatre anys després de la dissolució del grup navarrès Tahures Zurdos, la seva cantant, Aurora Beltrán, debuta en solitari amb *Clases de baile*, en el que han col·laborat artistes com Carmen París, Enrique Bunbury i Loquillo. En el seus vint anys d'existència, Tahures Zurdos va editar vuit discos d'estudi –entre els quals hi ha *Tahures Zurdos*, *Tahuria*, *Nieve negra*, *Arido*, *La caza* o *Tak-*, així com dos recopilatoris i el directe publicat el 2004 *17 años. Directo*, que recollia un concert a Tudela (Navarra).

### La Fuga: «Asuntos pendientes»

La Fuga publica onze nous temes a *Asuntos pendientes*, el disc «menys acústic» del grup càntabre. Sobre el títol, expliquen que portaven ja tres anys sense treure un àlbum amb cançons noves i que tenien ganes de tornar a compondre. «Encara que hi ha hagut una acústica i un directe, portàvem molt temps fora del programa i teníem pendent un nou àlbum i una nova gira», apunten. A les lletres de les noves cançons, amb referències a Llatinoamèrica, hi ha denuncia social i amor nostàlgic.

## Bandes sonores

### Rolling Stones: Shine a light The Rolling Stones Polydor



La filmografia sobre els Rolling Stones és abundant, però sempre és benvinguda qualsevol aproximació a la llegendaria formació que pugui fer un director com Martin Scorsese. El realitzador d'*El último vals* sempre ha mantingut una relació molt especial amb la música –ell mateix tria les cançons de les bandes sonores de les seves pel·lícules–. Aquest documental és la crònica filmada –amb una vintena de càmeres– de les dues actuacions que els Stones van fer a finals de 2006 al New York City's Beacon Theatre. Scorsese ofereix un interessant document sobre l'edat i el pas del temps, intercalant entre tema i tema entrevistes i imatges històriques del grup. Aquest doble CD recull els 24 temes que hi van interpretar, alguns d'ells amb col·laboracions estel·lars com les de Buddy Guy, Jack White III o Christina Aguilera. **Lluís Poch**

La filmografia sobre els Rolling Stones és abundant, però sempre és benvinguda qualsevol aproximació a la llegendaria formació que pugui fer un director com Martin Scorsese. El realitzador d'*El último vals* sempre ha mantingut una relació molt especial amb la música –ell mateix tria les cançons de les bandes sonores de les seves pel·lícules–. Aquest documental és la crònica filmada –amb una vintena de càmeres– de les dues actuacions que els Stones van fer a finals de 2006 al New York City's Beacon Theatre. Scorsese ofereix un interessant document sobre l'edat i el pas del temps, intercalant entre tema i tema entrevistes i imatges històriques del grup. Aquest doble CD recull els 24 temes que hi van interpretar, alguns d'ells amb col·laboracions estel·lars com les de Buddy Guy, Jack White III o Christina Aguilera. **Lluís Poch**

## Els 5 més venuts

### ESPANYA

- 1 ▲ **Hard candy** Madonna
- 2 ▲ **Cómplices** Luis Miguel
- 3 ▼ **Tarántula** Mónica Naranjo
- 4 ▲ **Arde el cielo** Maná
- 5 ▲ **Parte de mi** Rosario

### REGNE UNIT

- 1 ▲ **Jumping all over the world** Scooter
- 2 ▼ **Hard candy** Madonna
- 3 = **Rockferry** Duffy
- 4 ▲ **Sam Sparro** Sam Sparro
- 5 ▼ **Third** Portishead

### ESTATS UNITS

- 1 ▲ **Hard candy** Madonna
- 2 ▼ **E=MC2** Mariah Carey
- 3 ▼ **Spirit** Leona Lewis
- 4 ▲ **Lyfe Change** Lyfe Jennings
- 5 ▲ **Songs from the sparkle lounge** Def Leppard

## FEM-LA VOLAR TOTS PLEGATS

ENCARA NO TENS L'ADHESIU AMB LA MOSCA DE GIRONA?

NO BADIS MÉS I VES CORRENT A COMPRAR-LA. T'ESTÀ ESPERANT AMB LES ALES OBERTES.

FES QUE VOLI AMB LLIBERTAT I GAUDEIX AL MÀXIM PORTANT-LA AL TEU VEHICLE.

Punts de venda a quioscos i a les següents llibreries de Girona: Carlemany, Llibreria 22 i Can Geli i en exclusiva pots demanar també l'Auca de Sant Narcís per tan sols 3 euros.

DVD

REC



**Directors:** J. Balagueró, J. Plaza.

**Intèrprets:** Manuela Velasco, Ferran Terraza.

**Distribuidora:** Filmax.

**Durada:** 85 minuts.

Plaza i Balagueró superen les seves respectives irregularitats i fan diana amb una esfereïdora cinta de terror que sap ser reflexiva i cohe-

rent amb el gènere a partir d'un escrupolós respecte del punt de vista narratiu. **P. P.**

### El sueño de Casandra



**Director:** Woody Allen.

**Intèrprets:** Ewan McGregor, Colin Farrell.

**Distribuidora:** DeAPlaneta.

**Durada:** 108 minuts.

En contra del que es diu des d'alguns sectors de la crítica, ens trobem davant d'un dels millors treballs de l'autor de *Manhattan*, un mirada àcida i inclement a les conseqüències de l'ambició

que apel·la al millor cinema negre. Entre Bergman i Patricia Highsmith, també destaca per un immens Tom Wilkinson. **P. P.**

### Novio por una noche



**Director:** Mark Helfrich.

**Intèrprets:** Dane Cook, Jessica Alba.

**Distribuidora:** Lionsgate.

**Durada:** 96 minuts.

Un individu pateix una maledicció: cada cop que s'allita amb una noia, l'endemà ella es compromet amb un altre home. Per tant, quan s'enamora de Jessica Alba, inten-

ta no tenir-hi sexe. Aquesta mala imitació del cinema dels Farrelly perd gas als 15 minuts. **P. P.**

### Bandes sonores

#### Joe Strummer: Vida y... Diversos Legacy



Després d'haver explicat la història dels Sex Pistols, el director Julian Temple aborda en aquesta cinta la trajectòria vital i artística del que va ser el líder de The Clash, Joe Strummer, mort el

2002 quan tenia 50 anys. La seva banda sonora inclou temes de Joe Strummer en solitari, però també de les diverses bandes de les quals va formar part: The Clash, The Mescaleros, The 101ers i Latino Rockabilly War. Alguns d'aquests temes són maquetes o extrems d'actuacions en directe que fins ara mai no s'havien editat. La resta de la banda sonora està formada per cançons d'altres artistes que agradaven a Strummer o que el van influir, com Elvis Presley –la seva primera època–, Eddie Cochran, Nina Simone, MC5 i els cantants folk Tim Hardin, Bob Dylan i Woody Guthrie, i una versió de The Clash del cantant algerià Rachid Taha. **Lluís Poch**

# Els perills del clima

Després de la incompresa «La joven del agua», el director M. Night Shyamalan suggereix més que mostra en el seu últim film, «El incidente», sobre els efectes del canvi climàtic.

TEXT: PEP PRIETO



**P**oques vegades s'ha vist en els últims anys un tracte més injust que el dispensat a *La joven del agua*, possiblement el treball més arriscat i personal –estava basat en els contes que explicava als fills abans d'anar a dormir– de M. Night Shyamalan. La principal causa del seu fracàs radica en què el director d'*El sexto sentido* havia acostumat el públic a no fer tan explícita la vocació fantàstica dels seus relats i, per tant, la història d'una sirena explicada de bon principi en clau de faula no va agradar als que s'esperaven un altre exercici de suspens amb final sorpresa. Segurament per això, el cineasta ha optat per tornar a l'art de suggerir amb *El incidente*, film

que s'apunta al subgènere de les catàstrofes naturals –modalitat canvi climàtic– però sempre des de la singular perspectiva de l'home que va refundar tota la iconografia superheroica amb una sola pel·lícula, *El protegido*.

*El incidente* sembla un compendi narratiu i conceptual de totes les cintes anteriors de Shyamalan. La història arrenca quan es comencen a succeir suïcidis col·lectius i morts en estranyes circumstàncies arreu del món. La comunitat científica no triga a establir un diagnòstic: es tracta de les devastadores conseqüències del canvi climàtic, especialment pal-

pables a les grans ciutats, i tot apunta que la cosa desembocarà en un cataclisme. Com que sembla que les seqüeles són menys visibles a les zones rurals, una sèrie de personatges, entre ells un professor i la seva família, s'endinsen en un bosc per poder sobreviure i, també, provar d'analitzar les coses amb calma. Però els perills de veritat no han fet més que començar.

A mig camí d'*El bosque* i *Señales* (amb les quals comparteix la idea de la naturalesa entesa com a últim bastió de l'individu davant una amenaça sobrenatural), *El incidente* serà un dels plats forts d'aquest estiu i, si es confirmen les bones vibracions, l'enèsima de-

### Cares velles i noves

L'equip tècnic torna a ser l'habitual del cineasta, que en canvi compta amb actors i actrius fins ara inèdits en la seva filmografia.

mostració del talent de Shyamalan per al fantàstic més agosarat.

Si bé l'equip tècnic és l'habitual del seu cinema –amb el magnífic compositor James Newton Howard al capdavant–, el repartiment incorpora rostres fins ara inèdits en la seva filmografia com Mark Wahlberg, Zooey Deschanel, John Leguizamo, Spencer Breslin, Betty Buckley, Victoria Clark, Cornell Womack, Tony Devon i Ashlyn Sanchez.

# Un malentès

JUAN JOSÉ MILLÁS

**A**ls cines, quan s'acaba la pel·lícula, acostumo a quedar-m'hi una estona, per veure els títols de crèdit mentre sona la banda sonora del film. La majoria de la gent se'n va. És lògic: no li interessa el nom de la persona que es va ocupar del vestuari, ni el del segon operador, ni el de la maquilladora... Cada vegada intervé més gent en les pel·lícules. Per això els crèdits es posen ara, al contrari que quan jo era jove, al final. Si vols veure'ls et quedés; si no, te'n vas. Jo em quedo perquè aquests instants em permeten assentar la pel·lícula, tant si m'ha agradat com si no, al lloc de la consciència des del qual més tard la regurgitaré per rumiar-la. També em quedo per respecte a la infinitat d'operaris que hi han participat i que apareixen en una lletra menuda i veloç. Imagino que un d'aquests operaris és fill meu. Cadascú té les seves manies.

Mentre jo m'estic assegut, tothom al meu voltant s'aixeca i comença a sortir de la foscor de la sala. A vegades observo els seus perfils. Fa cosa d'un any, em va semblar distingir entre aquests perfils la cara dels meus pares, cosa improbable, no ja perquè estiguin morts, sinó perquè anaven poc al cinema. Des d'aquell dia, indefectiblement, els veig sortir dels cines als que vaig. En certa ocasió els vaig seguir, però en travessar les portes de la sala es van convertir en els pares de qualsevol. El cas és que ja no vaig al cinema per veure pel·lícules, sinó per veure els meus pares. A penes comencen a projectar-se els títols de crèdit, dues persones grans —el pare i la mare— apareixen al passadís dirigint-se cap a la sortida. Si és hivern, ella porta una jaqueta fosca que li va durar molts anys (com durava la roba llavors). Ell surt posant-se l'abric gris de tota la vida, en un gest que era molt seu i que ara és molt meu, ja que em trec i em poso l'abric amb moviments idèntics als seus.

Encara que m'he acostumat a aquesta al·lucinació, sempre em sorprèn, sempre l'espero amb ansietat. En ocasions, intento descobrir-los a les butaques dels voltants, mentre passen la pel·lícula, però només es materialitzen en aquests instants finals. Sempre anant-se'n, el pare davant de la mare. A vegades, ell l'agafa del braç en un gest de cortesia, com per indicar-li el camí. A vegades ella es gira i mou breument els llavis, com si li

preguntés què li ha semblat la pel·lícula. Jo els espio des de la butaca, mentre per la pantalla desfila un nombre infinit de noms dels quals no en se res.

Li ho vaig comentar a la meua psicoanalista. Li vaig dir que des de feia un any veia els meus pares sortir del cinema i em va preguntar si em molestava. Molestar-me no, vaig contestar, però m'inquieta una mica; em pregunto si voldran dir-me alguna cosa que no sé interpretar. Potser, va dir ella, intenta vostè dir-se a si mateix alguna cosa que no sap interpretar. No en vaig treure res en clar, però aquella nit vaig somiar amb el meu pare. Me'l trobava en una gasolinera, mentre jo posava gasolina al meu cotxe i ell posava gasolina a la seva moto. M'hi vaig acostar, ens vam fer un petó i li vaig preguntar per què anaven als mateixos cines que jo, i a la mateixa hora. Em va preguntar el mateix que el meu psicoanalista: que si em molestava que veiéssim les mateixes pel·lícules. Li vaig dir que en certa manera sí. Ja no puc anar al cinema tranquil, vaig afegir, perquè estic més pendent de la vostra presència que de la pantalla. Li ho diré a la teua mare, va dir, mentre tancava el dipòsit de la moto amb gest de cansament.

El següent dissabte no van aparèixer. Vaig esperar fins que van acabar els títols de crèdit i es van encendre les llums de la sala, però no els vaig veure. Vaig sortir al carrer una mica trist. Imaginava el pare dient-li a la mare que havíem coincidit en una gasolinera i que jo li havia demanat que no anessin als mateixos cines que jo. Podia veure la mare enfadant-se. Doncs si tant li molestava veure'ns —hauria dit—, s'ha acabat. I es va acabar de veritat, perquè tampoc van aparèixer al següent dissabte, ni a l'altre ni a l'altre... L'al·lucinació, en el cas que es tractés d'una al·lucinació, em va abandonar. Ho vaig explicar a la meua psicoanalista i em va demanar que fos jo mateix qui intentés interpretar aquells fets. Li vaig donar moltes voltes sense arribar a cap conclusió, però el cert és que la història em va deixar al pit una mena d'angoixa, de pena, que s'ha quedat aquí, com un refredat mal curat. Sempre que poso gasolina, observo la gent dels altres assortidors, per si aparegués el meu pare amb la seva moto, per parlar amb ell i desfer el malentès. Però és impossible, és clar.

## En la profunditat de la nit

ISABEL COCH

**L**a nit pot ser per a algú fosca, profunda i aterridora, com l'assedegada gola d'aquell llop que es deleix per ensalivar i alhora per fruir el regust de la sang de la propera víctima a qui malgrat no haver-se-li encara llançat al coll, ja l'ensuma, la sent, ja la intueix...

No obstant, la nit també pot presentar-se clara, lluminosa, alligadora i fèrtil sota un cel atramuntanat ple d'estels suggeridors... Anem, doncs, per parts...

El món psicològic atorga una enorme importància, una significació cabdal, diria jo, a tot el que ens succeeix durant el dia, al llarg de la nostra corresponent jornada, no obstant resulta de gran interès, per al professional de la ment, la qualitat de les hores destinades al dit repòs nocturn. El cas és que aquest període que, en teoria, hauria de fer la sana funció de restabliment corporal i mental, no sempre porta a terme la seva tasca a la perfecció, aleshores és quan ens apareixen, entre d'altres fenòmens, les alteracions en el dormir. Parlem-ne.

Quan l'insomni irromp en la vida d'una persona, resulta fonamental tractar d'analitzar a partir de quina escaleta vital ha tractat d'infiltrar-se. Aleshores, un cop examinat el cas, com en tantes altres situacions de la vida, és molt important la valència que la persona atorga a aquest no poder dormir; de fet, aquest fenomen pot arribar a ser el nostre pitjor enemic i per tant acabarà debilitant-nos mentre que si sabem optar a fer-nos-el nostre, li'n sabrem treure partit i poc a poc el podem anar debilitant.

En el primer cas que he esmentat, la tortura esdevé quan contemplem la manca de son com una amenaça a mode d'angoixa anticipatòria de tal forma que moltes vegades la persona ja a mitja tarda o cap al tard s'obsessiona per aquell no poder dormir que assegura s'esdevindrà al llarg de la nit i que assegura que li farà trontollar els esquemes nocturns i, de rebot, també sembla garantir-li una bona manca de qualitat a la propera jornada diürna que l'espera... Quan l'espectre de l'insomni ens sotja ocult rere les ombres de la foscor de la nit, resulta de cabdal importància saber donar-li la volta ja

que com més importància li atorguem, pitjor, ja que l'alimentarem en base a les nostres pors i temences i conseqüentment més poderós i enorme l'anirem elaborant. I parlo d'elaborar perquè si d'entrada aquest fantasma apareix, més aviat, per si sol, en general som nosaltres mateixos els qui ens encarreguem d'administrar-li la dosi necessària per a la seva supervivència i pel seu desenvolupament o enfortiment que, en darrera instància, correlaciona amb el nostre personal debilitament o amb la nostra pròpia destrucció.

Així les coses, potser el més convenient fóra tractar de portar a terme el que ens suggereix la segona idea propugnada en aquest article; em refereixo a tractar de donar-li la volta...

Quan el monstre de l'insomni es creu l'amo i senyor de la nit —i de rebot del dia de la seva víctima—, quan es considera la figura més poderosa de la franja nocturna del ser humà, aleshores amb una adequada supervisió d'un professional de la nostra confiança, és el moment de saber-li donar la volta. I llavors entenent que tot i que la nit sembla fosca, enmig de l'obscuritat resten calmosos els estels, les oportunitats per trobar una estona per a un/a mateix/a i poder aprendre a saber gaudir del que l'atapeïment de la claror del dia no ens permet fruir i pot ser aquell, l'instant adequat per compondre aquella cançó, per escriure aquell poema, per pintar aquell llenç, per agafar aquella lectura o si més no, per punxar la bombolla protectora que ens envolta de dia i així tractar d'entendre una mica més, dins del silenci, el repòs i la profunditat de la nit, qui sóc Jo. Aleshores, quan algú aconsegueix entrar en contacte amb la seva essència o amb el seu Jo vertader, la serenitat i la pau que emanen d'aquest estat resulten decisives per anar esmicolant l'espectre torturador nocturn que potser, en darrera instància, ja no serà contemplat amb valències tan negatives i probablement serà considerat «a posteriori» com el profund lament d'alguna cosa que no funcionava a la nostra vida i que, sense adonar-nos-en, ens va oferir la possibilitat de reconduir-la.

Gironins del segle  
**XIX**

Esteve  
Vivet

XAVIER CARMANIU

**T**erra! Terra! Ja som a Barcelona! Esteve Vivet va alçar el cap del petit devocionari, que llegia per encalmar la impaciència de saber pròxim el moment de l'arribada. «Vint-i-cinc anys», va mormoloar en veu baixa... Vint-i-cinc anys sense veure la seva terra. Bona part del passatge de l'embarcació, que llegia per encalmar la majoria homes com ell, s'havia anat acostant a la proa. En molts ulls guspirejava la il·lusió del retorn. Esteve Vivet va forçar la vista per intentar retrobar algun vell element del passat en aquella ciutat a la qual veia acostar-se, indiferent a la nau. Però tants màstils, tantes veles, tants edificis, tanta gent... el van sorprendre, sobretot perquè, amb el pas del temps, ara s'havia avesat a l'exuberància d'una vegetació que, de tan frondosa, aclaparava.

Esteve Vivet va néixer l'any 1789 a Olot. Tot i ser fill de les comarques gironines, quan tenia setze anys, és a dir el 1805, aquest jove garrotxí va ingressar a l'Orde de Sant Agustí professant al convent que aquella institució religiosa tenia a Barcelona.

El 1821, després del preceptiu període de formació, els seus superiors el van enviar a les Illes Filipines com a missioner. En aquells moments, l'arxipèlag asiàtic encara formava part de l'imperi espanyol, i els agustins hi tenien una presència molt destacada. Això era degut, en bona part, al fet que van ser la primera congregació religiosa que va arribar a alguns dels territoris filipins.

### PRIOR I DEFINIDOR

Pel que fa a l'olotí Esteve Vivet, va residir a la província de Bulacan, situada al nord de Manila. Concretament, va treballar a les ciutats de Guiguinto, Baliuag i, aleshores anomenada Quingua, i que des del 1936 es coneix com Plaridel. En aquests indrets, el religiós va ocupar els càrrecs de prior vocal i definidor en diverses ocasions, segons les necessitats de cada moment.

Esteve Vivet es va estar a les Filipines realitzant tasques de missioner fins al 1845. En va marxar poc després de publicar la *Oración fúnebre*, que havia pronunciat durant les solemnes exèquies en memòria de l'arquebisbe metropolità de Manila, José Seguí, mort el juliol d'aquell any.

Una vegada va haver abandonat l'arxipèlag, aquest religiós olotí es va tornar a instal·lar a la ciutat de Barcelona, on, el 1846, va escriure un recull de dades anomenat *Reseña estadística de las Islas Filipinas*.

Aleshores tenia cinquanta-set anys i la publicació d'aquest llibre és l'última dada biogràfica que es coneix d'Esteve Vivet, sacerdot de l'orde dels agustins nascut a Olot.



**Juan José Millás**  
Escriptor



**Isabel Coch**  
Psicòloga  
www.ddivan.com



**Xavier Carmaniu Mainadé**  
Historiador i periodista

# Els metges de la tele, a examen

Una popular revista nord-americana considera Gregory House («House»), Derek Sheperd («Anatomía de Grey») i Nick Riviera («Los Simpson») entre els 25 millors metges de la televisió.

TEXT: DdeG

**C**ridar «mil mil·ligrams de vicodina» mentre s'intuba un pacient en coordinació amb quatre metges més i mentre el pacient es troba entre la vida i la mort no és una situació gens fàcil i menys si els estudis centrals de la teva carrera són d'Art Dramàtic i Interpretació. I és que, avui dia, ser metge a la televisió no és només tenir la mala bava del doctor Gregory House o la cara bonica dels residents d'*Anatomía de Grey*, sinó que requereix una bona preparació en temes mèdics per tal de donar la talla davant els espectadors. Entre els que millor ho fan, del mateix doctor House, l'atractiu neurocirurgià Derek Sheperd i el poc fiable Nick Riviera, metge argentí de *Los Simpson*, segons la poñular revista nord-americana *Entertainment Weekly*.

Quan Lee Strasberg va dirigir el grup de teatre de Sidney Kingsley el 1933 a *Men in White* no podia imaginar que la seva idea que els actors del repartiment anessin a estudiar metges a la sala d'operacions aniria més enllà més de 70 anys després. Infermeres a plató, assessors mèdics, *xuletetes* amb complicats termes mèdics, llibres sobre experiències dels metges... ficar-se a la pell dels responsables de la nostra salut i, a vegades, de la nostra vida, no és un paper fàcil per als actors que cada dia fingeixen a la petita pantalla ser metges de gran experiència.

Així, Kal Penn, que interpreta un dels nous fixatges de *House*, el doctor Kutner, va estudiar manuals d'anatomia i farmacologia i es va emparar d'operacions quirúrgiques i altres procediments mèdics a través d'Internet. Yvette Freeman, una de les infermeres d'*Urgencias*, va seguir de prop les infermeres de l'Hospital de Los Angeles fins que li van ensenyar a utilitzar algunes de les màquines del quiròfan, realitzar vendatges o posar-se els guants de plàstic ràpidament, perquè «a la vida real tens temps, però en televisió has de fer-ho en segons», explica l'actriu.

## DOMINAR EL VOCABULARI

Però una cosa són els coneixements tècnics i una altra els personatges. Per saber què se sent essent un metge, Jennifer Morrison, la bella doctora Cameron a *House* es va emparar de llibres escrits per metges. «Va ser la clau que necessitava trobar per a ella (el personatge): la necessitat de ser perfecta i no ser perfecta», assenyala Morrison, que creu que la part més difícil de la seva feina és aprendre el vocabu-



lari mèdic necessari, ja que has d'entendre allò que dius i, a més, pronunciar-lo correctament, per tal que l'audiència sàpiga de què estàs parlant i es cregui el teu paper.

I ¿quins metges a la ficció són els millors o els favorits per l'audiència? Segons *Entertainment Weekly*, l'antipàtic però carismàtic doctor House (Hugh Laurie) no podia faltar en aquest rànquing d'«Els 25 millors metges de la televisió», igual que el neurocirurgià Derek

Sheperd (Patrick Dempsey) més conegut com «el doctor macizo» d'*Anatomía de Grey*. En aquesta llista també hi entra Richard Chamberlain, que va donar vida, a la dècada dels 60, al doctor James Kildare de la sèrie *Dr. Kildare* i el doctor Cliff Huxtable, paper que va interpretar Bill Cosby a *La hora de Bill Cosby*. Jack Shepard (Mathew Fox), de *Perdidos*, o Michaela Quinn (Jane Seymour), de *La doctora Quinn*, també estan en aquest curiós rànquing, en el qual tampoc podia faltar el doctor Doug Ross, a qui donava vida George Clooney a *Urgencias*. Alan Alda i el seu personatge de «Hawkeye» Pierce a *MASH*, els psiquiatres Frasier i Niles Crane (Kelsey Grammar i David Hyde Pierce) de *Frasier* o Leonard McCoy «Bones» (DeForest Kelley) de *Star Trek*, també estan esmentats en aquesta llista, que té lloc per a un personatge de ficció dins de la ficció, com ho és el doctor Drake Ramoray, interpretat per Joe Tribbiani (Matt Le Blanc) de *Friends*, i per a un altre que a més de fictici no és humà, sinó un dibuix, el doctor Nick Riviera, que aplica els seus heterodoxos mètodes a *Los Simpson*.

## PESCADOU MARÉE

### El Pescadou La Marisqueria de LE BOULOU

X Plats de Marisc per emportar

X Ostres de tot tipus

X Peix de costa totes les tardes, directe de les subhastes  
(a partir de les 18.30 h)

- VENDA A L'ENGRÒS I A PARTICULARS -

7, Avenue du Général de Gaulle - 66160 LE BOULOU / Tel. magatzem: 0033 468 83 36 57 - Fax 0033 468 83 46 75

### Els més vistos (del 7 al 13 de maig)

#### Catalunya

##### Real Madrid - Barça

Dimecres 7 de maig, Tele 5. 1.602.000 espectadors (50,3%).

##### Prèvia futbol

Dimecres 7 de maig, Tele 5. 1.226.000 espectadors (40,7%).

##### CSI: «La dulce nadie»

Dilluns 12 de maig, Tele 5. 1.016.000 espectadors (33,1%).

##### CSI: «Naturaleza muerta»

Dilluns 12 de maig, Tele 5. 837.000 espectadors (34,8%).

##### Camera Café

Dilluns 12 de maig, Tele 5. 832.000 espectadors (26,2%).

#### Espanya

##### Real Madrid - Barça

Dimecres 7 de maig, Tele 5. 9.264.000 espectadors (46,7%).

##### Prèvia futbol

Dimecres 7 de maig, Tele 5. 5.827.000 espectadors (33,9%).

##### Fórmula 1

Diumenge 11 de maig, Tele 5. 5.262.000 espectadors (44%).

##### CSI: «La dulce nadie»

Dilluns 12 de maig, Tele 5. 5.036.000 espectadors (26,6%).

##### Aída

Diumenge 11 de maig, Tele 5. 4.845.000 espectadors (25,4%).

### 09.25 **Cuatro**

#### Alerta Cobra

Durant una persecució, Anna Engelhardt estrella accidentalment el seu cotxe contra un pati i mata una dona i el seu fill. En el judici, Anna és declarada innocent, però el marit jura venjança.

### 16.45 **Tele 5**

#### Yo soy Bea

Álvaro està cada cop més atrapat en el seu doble joc: Diego no només el pressiona per tal que s'apliqui en el seu pla de seduir Bea, sinó que el manipula col·locant-lo en una situació compromesa. Alienada a aquesta situació, Bea busca la reconciliació amb el seu ex després de sentir-se en deute amb ell per haver-li salvat la vida.



### 18.55 **K3**

#### Domo

Una criatura estranya surt d'un ou misteriós i sent com un presentador de televisió saluda l'audiència amb la paraula «Domo». Immediatament la criatura adopta aquesta paraula com a nom propi. Domo ha nascut. Avui està molt content! I és que el senyor Usaji, el conill, li ha regalat una càmera. És una mica vellella, però per fer fotos ja va bé. En Domo vol retratar tots els seus amics, però, vols dir que hi ha ficat rodet, a la càmera?

### 22.15 **Cuatro**

#### Fama School

El programa aborda una nova fase classificatòria en la qual s'enfrontaran 6 nous ballarins i 6 grups. El jurat n'elegirà dos de cada categoria que es classificaran per a la gran gala del dia 26. A més, hi haurà les actuacions, entre d'altres, del jove raper Porta.

### 23.15 **Tele 5**

#### CSI

L'equip del CSI acudeix a un domicili on un home summament pelut ha estat assassinat d'un tret durant una nit de lluna plena. La víctima tenia una malaltia genètica, la síndrome de l'«home llop».



### 23.30 **33**

#### Segle XX: «Hitler i Mussolini»

Un doble documental d'Arte analitza les relacions entre els dos grans feixistes del segle XX. Excel·lents imatges d'arxiu i rotatges actuals dels escenaris de les seves trobades il·lustren la narració d'aquella estranya i devastadora amistat.

### 14.55 **laSexta**

#### Padre de familia

Brian té una visió després d'haver tingut un accident que l'ha obligat a estar hospitalitzat. Aquesta visió li farà canviar la seva forma de veure la vida, tant que ara dedicarà el seu temps a cantar, fins i tot arriba a actuar amb Frank Sinatra Jr. Serà en aquesta ocasió quan la família Griffin apreciï el valor de Brian i el seu treball. Mentrestant, Meg comença a tenir dubtes sobre la seva sexualitat.



### 16.40 **Cuatro**

#### Embrujadas

Els Titans són alliberats per eliminar els seus captors, els Ancians, després d'haver estat durant segles sepultats sota el gel de l'Àrtic. Mentrestant, Phoebe i Paige seran salvades d'aquests per un misteriós llum blanca del futur, Chris.

### 18.30 **TV3**

#### Mon père, ce héros

Versió original de *Mi padre, ¡qué lígüe!*, protagonitzada també per Gerard Depardieu. Véro és una adolescent que viu amb la seva mare divorciada. La noia va de vacances amb el seu pare a les illes Maurici i coneix Benjamin, un jove que li agrada. Per impressionar-lo, s'inventa històries sobre el seu pare, a qui farà passar pel seu amant.



### 22.15 **Cuatro**

#### House

House porta cada dia amb més mal humor la relació que manté Wilson amb la seva xicota Amber. El fet que una dona estigui robant l'atenció del seu millor amic és una cosa que no pot suportar. Mentrestant, House i el seu equip han d'atendre un pacient que entra a l'hospital amb esvaniments i altres símptomes que poden revelar rastres de ràbia o neurosífilis, tot i que les primeres proves no desvetllen cap incògnita. Enmig d'aquesta situació, House farà tot el possible per no complir les ordres que li imposa Cuddy.

### 01.15 **Telecinco**

#### El chat de OT

El director de l'acadèmia d'*Operación Triunfo*, Àngel Llàcer, presenta les converses en directe que mantenen els nous «trionfites» amb els seus admiradors a través d'Internet i missatges de mòbil.

### 14.00 **Antena 3**

#### Los Simpson

Després de trencar-se una cama a la piscina que la família ha comprat per superar les calors estivals, Bart es passa l'estiu tancat a la seva habitació espiaant els veïns amb un telescopi. Tot és molt avorrit fins que observa el que ell creu que és l'assassinat de Maude Flanders a mans del seu marit, Ned.

### 17.00 **laSexta**

#### Me llamo Earl

Earl recorda amb penediment com sis anys enrere va espantar un nen fent-se passar per l'home del sac. Tot va succeir quan Earl, Randy i Joy van entrar en una mansió a robar i els amos van aparèixer de sobte. Tots van aconseguir escapar menys Earl, que es va amagar a l'habitació del nen i va ser sorprès per l'espantadís menor, el temor infantil del qual era trobar-se amb l'home del sac.

### 21.30 **33**

#### Quèquicom?

Mirant com es gasten les soles de les sabates es pot saber si una persona camina bé o malament. Al centre de l'estudi del peu del podòleg Martín Rueda ja fa anys que s'estudia com actua el peu en moviment. La reportera Samantha Vall descobrirà que camina malament a causa d'un mal encaix dels genolls.



### 22.15 **Telecinco**

#### Hospital Central

Un accident d'helicòpter obligarà Héctor a enfrontar-se al seu primer cas com a cap de transplantaments. D'altra banda, l'arribada d'una nena amb trastorns psicològics obligarà Vero i Maca a treballar juntes, una situació que els permetrà descobrir aspectes que fins aquell moment desconexien l'una de l'altra.

### 22.15 **Cuatro**

#### Entre fantasmas

Uns misteriosos grafitis apareixen repetidament a la façana de la botiga d'antiquitats de Melinda. Les causes semblen estar fora del cercle de Grandview. D'aquesta manera, Melinda es veurà forçada a enfrontar-se al costat més fosc de la ciutat per aconseguir que un esperit en trànsit passi a l'altre costat.



- ✓ Bolera amb 12 pistes.
- ✓ Promocions cada dia de la setmana.
- ✓ Festes d'aniversari.
- ✓ Tornejos d'empresa i grups.



- ✓ Parc infantil temàtic de 600 m2.
- ✓ Festes infantils d'aniversari amb animació i «festa dance».
- ✓ Entrades per hores: els nens estan vigilats per monitors i els pares gaudeixen d'una estona de tranquil·litat.
- ✓ Matinals especials per a escoles i grups.

**12.00** **laSexta**  
**JAG: Alerta roja**  
 Harm s'encarrega d'un nou cas, aquesta vegada ha de defensar un Seal de la marina. L'home està acusat de desobeir les ordres del seu superior i posar la vida de tot el seu equip en perill, per rescatar el cos d'un altre Seal.



**12.40** **K3**  
**La màgica Do-Re-Mi**  
 A la pel·lícula en què treballa l'Onpu els fa falta un nadó. L'escollida és la Flor, que ben aviat es farà famosa! En Tooru, que no perd mai pistonada, intentarà aprofitar la situació per segrestar-la. Se'n sortirà? O ho podran evitar les nostres amigues?

**15.15** **Cuatro**  
**Supermodelo 2008**  
 Quart dia de les noies i nois en el Centre de Formació. Després del seu periple pel Mediterrani, de mica en mica els espectadors estan coneixent els finalistes que han aconseguit superar les proves de selecció per convertir-se en models professionals. Alguns d'ells comencen a erigir-se com els favorits d'aquesta. Però encara cal lluitar molt.

**22.00** **laSexta**  
**Bones**  
 Brennan i Booth han d'investigar les restes d'un home que sembla haver caigut del cel. Els dos treballaran per identificar l'home i descobrir com va arribar allà, mentre Hodgins estudia dades sobre extraterrestres i secrets governamentals. Per altra banda, Hodgins es planteja demanar a Àngela que es casi amb ell.



**22.15** **Telecinco**  
**La que se acerca**  
 En el seu afany per aixecar el negoci hosteler d'Enrique, Maxi decideix llogar el bar a un club d'intercanvi de parelles per tal que celebrin una festa privada. Enganyat per Maxi, el regidor de Joventut i Temps Lliure de l'Ajuntament acudeix a l'esdeveniment desconeixent completament les intencions de la resta de convidats. El mateix conserge es presenta a la festa amb Nines, a qui ha convençut prèviament perquè es faci passar per la seva dona, igual que els Recio, il·lusionats amb la idea de fer nous amics.

**15.45** **TV3**  
**El cor de la ciutat**  
 El cas Paco Benjumea agafa una nova i sorprenent dimensió. L'Eli i l'Ivan continuen igual, però avui canvia alguna cosa... Efectivament, en Marcel serà un obstacle seriós per a en Fede i la Irene. En Paco, en Fidel i l'advocat s'han d'espavilar. El problema és que la Cecília troba les imatges gravades...

**19.00** **33**  
**Play**  
 Cada programa és un homenatge a un tema diferent, que engloba les cançons i la resta de continguts. En aquest cas, i amb el tema de la bellesa, sonaran temes com *Beautiful that way*, de Noa; *You're beautiful*, de James Blunt; *Beautiful*, de Christina Aguilera; i *Pretty woman*, de Roy Orbison.



**21.55** **laSexta**  
**El dinero es lo primero**  
 Franklin Hatchett és un estafador que compleix condemna amb Villard, un important traficant de diamants. Els homes de Villard rescaten el seu cap i amb ells s'escapa Franklin, que aconsegueix una enorme popularitat en ser acusat d'haver planejat l'espectacular fuga. Sense saber a qui acudir per desfer tot l'embolic, Franklin es troba amb un periodista necessitat de notícies amb ganxo.

**23.55** **laSexta**  
**Shark**  
 Jessica es veu involucrada en un escàndol quan la seva amiga, la forense Laura Fields, és descoberta falsificant proves en el cas de l'assassinat de la periodista Victoria Pearson. Quan es veuen les cares en el judici, la doctora acusa Jessica d'haver-la pressionat per donar fals testimoni.

**01.30** **Cuatro**  
**Las Vegas**  
 Al Montecito se celebra una convenció d'automobilisme amb la presència de Jimmie Johnson, un important corredor tot terreny. Paral·lelament, Sam i Ed han d'enfrontar-se amb un client amb un problema d'excés de sudoració a les mans. A més, sembla que una antiga llegenda urbana es fa realitat quan un hoste del Montecito s'aixeca sense un ronyó.



**12.35** **TV3**  
**Supernanny**  
 Robert i Evelina han perdut el control de la seva família i tot el poder està en mans del seu fill de dos anys, Adan. El nen constantment fa marraneries i no vol dormir al seu bressol, cosa que fa que la seva mare estigui pendent d'ell fins a altes hores de la matinada i descuidi els seus altres dos fills.



**15.25** **Cuatro**  
**Pressing Catch**  
 Aquesta setmana, els aficionats a la lluita poden seguir gaudint de més espectacle i més emoció, amb els millors lluitadors de *wrestling*, estrelles com Mr. Kennedy, Triple H, Jeff Hardy o com les fèmies Trish Stratus, Lita i Victoria.

**19.20** **Cuatro**  
**XV Campionat Estatal Futbol 7**  
 Amb prou feines dues setmanes abans de l'inici de l'Europecopa 2008, la cadena emet la 15a edició del Torneig Estatal de Futbol 7, on els Casillas i Torres del futur exhibeixen les seves millors dots. Els equips alevins dels 20 clubs que durant la temporada han militat a la Primera Divisió espanyola viatgen a Brunete per disputar el torneig, d'on han sortit jugadors que ara són figures com Xavi Hernández, Fernando Torres, Andrés Iniesta o José María Gutiérrez «Guti».



**21.00** **TVE 1**  
**Festival d'Eurovisió 2008**  
 Rodolfo Chikilicuatre, el representant espanyol en el Festival d'Eurovisió, que enguany se celebra a Belgrad, defensarà el seu polèmic *Baila el Chiki Chiki*.

**00.50** **Cuatro**  
**Psych**  
 L'enginyós i «contista» Shawn Spencer s'enfronta en aquesta ocasió a una desaparició i a la mort d'un astrònom. En el primer episodi, *Mira tiene algo*, el protagonista descobreix un sorprenent secret: el seu amic Gus està casat i la seva dona apareix de sobte a l'agència. Vol que els dos amics investiguin el cas d'una persona desapareguda. A *De la Tierra a Starbucks*, Lassiter, ebrí i vulnerable, comença a tenir dubtes sobre la seva habilitat per resoldre crims i Shwan decideix animar el detectiu ajudant-lo a resoldre l'estranya mort d'un astrònom.

**23 Dominical**  
 Diumenge 18 de maig de 2008



**Recomanem**

**Els 4 Fantàstics**

Divendres 23.  
**TV3, 21.45h.**  
 El doctor Reed Richards, inventor, astronauta i científic, és a punt de complir el seu somni: fer un viatge a l'espai, al centre d'una tempesta còsmica. El seu objectiu és desvetllar els secrets dels codis genètics humans per al benefici de la humanitat. Però les subvencions del govern pateixen una retallada i Reed ha d'acceptar que Victor Von Doom, antic rival seu, li financi el projecte. La tripulació, formada per Reed i 3 astronautes més, serà coneguda amb el nom d'«els quatre fantàstics».

**Any** 2005.  
**País** Estats Units.  
**Director** Tim Story.  
**Intèrprets** Ioan Gruffuld, Jessica Alba, Chris Evans, Michael Chiklis.

www.quefem.info Comiats solter/a Bodas Sopars d'empresa Tot tipus de celebració

www.festaventura.com Microbusos Barceló Restaurants Cambrers falsos Boys & Girls Polinesios Drag Queen

www.quefem.info

Tarragona : 977.24.23.38 Barcelona : 93.358.97.11 Girona : 972.51.43.97

# HoloVital **APRIMAMENT**

## Aprimar-se definitivament d'una manera natural, ràpida i duradora.

La ciutat de **Girona** disposa d'un centre d'aprimament HoloVital. A través d'un mètode natural utilitzat a França des de fa 15 anys en més de 55 centres i basat en antigues tècniques orientals, HoloVital aconseguix reduir el sobrepès sense patir gana i ajudant el pacient a incrementar el seu benestar general i el seu control d'ansietat.

### HoloVital

**E**l centre de tractaments naturals HoloVital va ser creat el 1994 a Barcelona per Ana Geli. A través d'un mètode completament natural utilitzat a França des de fa quinze anys en més de 55 centres i basat en antigues tècniques orientals, HoloVital aconseguix reduir el sobrepès.

Des de setembre de 2003 HoloVital s'ha establert a **la ciutat de Girona, al carrer Pare Maria Claret, 14 2n 2a**, des de l'abril de 2005 també els ofereixen les seves instal·lacions, on Patricia Ribera i el seu equip ja han solucionat el problema de sobrepès de molts homes i dones.

### El mètode

És un mètode molt antic en les societats orientals, que hem adaptat al sistema alimentari d'Occident. És un tractament tàctil, basat en antigues tècniques orientals que consisteixen en lleugeres pressions digitals sobre punts concrets del cos; no s'utilitzen ni agulles ni medicaments ni aparells. Activem els punts reflexos d'un òrgan i regulem el funcionalment de tot l'organisme mitjançant aquests punts.

Amb aquestes sessions, s'aconsegueix treure la gana, l'ansietat i regular l'organisme perquè realitzi millor totes les seves funcions. Durant el tractament millora la pell, el cabell, les ungles, la persona dorm millor, es normalitzen els paràmetres de colesterol i de glucosa, si estan alterats, i en els casos de menopausa es redueixen notablement les sufocacions, així com els dolors articulars.

Com a complement a la digitopuntura, és necessari seguir una die-

ta sana que cobreixi totes les necessitats nutritives amb el mínim aport de greixos.

Una dieta que, com que es treuen l'ansietat i la gana, no costa gens de seguir, sense carències, rumiada perquè la persona mantingui un to ànimo òptim. Es proporciona una llista d'aliments naturals de la dieta mediterrània que inclouen fruita, verdura, carn i peix; tot triat i combinat en funció del tipus de pacient.

### Els resultats

Depenent de cada cas el pacient pot sotmetre's a un tractament curt (de 4 a 6 setmanes) en el qual és possible perdre entre 8 i 10 quilos, o un de llarg (de 9 setmanes) en el qual es poden reduir de 15 a 18 quilos, sempre seguit d'una fase de manteniment de 3 setmanes, que tenen com a finalitat establir el pes adquirit. Finalitzat el procés, vostè podrà tornar a menjar normalment sense guanyar pes.

És un tractament que poden se-



guir dones (fins i tot aquelles que es troben en període postpart—sempre i quan no estiguin alletant—), homes i nens a partir dels 18 anys d'edat, sense contraindicacions. Amb dietes adaptades a persones amb diabetis o vegetarianes.

Es tracta d'un mètode que té en compte el binomi cos-ment, ajudant els pacients a incrementar la seva autoestima, el benestar general i el control d'ansietat. Per a HoloVital, el més important és la salut de la persona.

A HoloVital Aprimament, els resultats són ràpids i duradors. Les nostres tècniques són saludables. Ajudem a portar un control sobre el cos,

i, el que és més important, a trobar-se més dinàmic i amb més ganes de viure.

HoloVital té les seves instal·lacions situades al c/ Pare Maria Claret, 14 2n 2a. Aquesta és una bona opció per a aquelles persones que es vulguin aprimar sense passar-ho malament ni patir gana, i a la vegada gaudir d'un bon estat de salut i optimisme.



HoloVital té unes modernes instal·lacions al mateix centre de la ciutat de Girona.



**Patricia Ribera Riera**  
Directora

## HoloVital **APRIMAMENT**

Un mètode desenvolupat a França per un prestigiós especialista, basat en antigues tècniques orientals

Com aprimar-se i mantenir-se amb un mètode natural, agradable, eficaç i durador. Es poden perdre de 15 a 18 kg en 9 setmanes.

- Sense passar gana • Sense agulles • Sense medicaments ni altres productes
- Sense patir depressions. Amb massatges, digitopuntura i una alimentació equilibrada basada en principis energètics.

☎ 972 20 53 35 - Fax: 972 41 01 87

C/Pare Maria Claret, 14, 2n 2a - 17002 GIRONA

Primera  
visita  
gratuïta

