OCTUBRE 2008
17
www.radioteletaxi.com

REVISTA INDEPENDIENTE
DEL GRUPO TELETAXI
publicación gratuita

lo nuestro

la radio escrita

25 ANYS 1982-2007

Manolo Giménez

De la policía a la televisión

Tema del mes

Los balnearios urbanos, una opción para escapar del estrés.

Eventos

VII Travessa de Cotxes d'Època de Expocoloma.

¿HASTA CUÁNDO PIENSAS AGUANTAR TU COCHE?

TE DAMOS HASTA 500 € POR TU COCHE VIEJO **

Conchita presenta: TARIFA PLANA 2008

Por sólo 99 €* al mes
Puedes llevarte un Seat Ibiza, Opel Corsa, VW Polo, Skoda Fabia, Peugeot 207, Citroen C3, Renault Clio

Por sólo 120 €* al mes
Puedes llevarte un Seat Leon, Altea, Opel Astra, VW Golf, Peugeot 308, Citroen C4, Renault Megane, Ford Focus

Por sólo 160 €* al mes
Puedes llevarte un Opel Zafira, VW Touran, VW Jetta, Renault Scenic, Peugeot 407, Ford Mondeo, Ford C-max

Conchita
LA PRIMERA VERDADERA MULTIMARCA
Joan Torras, 5 y 11-15 • 08030 Barcelona
Ventas 902 200 260 • Seguros 933 128 014 • Fax 933 128 003
E-mail ventas@autosconchita.com

*Financiación para vehículos nuevos y seminuevos al 100% sin entrada, cuota plana para las 12 primeros cuotas y 84 meses siguientes a cuotas resultante del tipo 7,49% T.I.N. Cuota de 99 € financiando 15.000 €, cuota 120 € financiando 18.500 € y cuota 160 € financiando 24.800 €. Oferta válida hasta el 30 de Noviembre de 2008.
** Oferta válida para vehículos nuevos y seminuevos. Los vehículos de 8 a 10 años serán tasados hasta 500 euros, más de 10 años hasta 300 euros. Oferta no compatible con otros descuentos o ofertas según fabricante del vehículo.

Edita: **Ràdio Tele-Taxi**
C/ Sant Carles, 40
08922-Santa Coloma de Gramenet
Barcelona
Tel: 93 466 56 56
Fax: 93 466 15 34
www.radioteletaxi.com
radioteletaxi@radioteletaxi.com

Realitza: Medigrup Digital, S.A
Jordi Girona, 16
08034 - Barcelona
Barcelona: Tel. 93 280 00 08
medigrup@medigrup.com
Fotografies interior:
RTT, M. A. Chazo, David Fernández i Diego Calderón.

Dipòsit legal: B-47171/2007

¿Hacia dónde vamos?

Quizás nuestro Ministro de Trabajo se atrevió a decir lo que muchos piensan pero que nadie se atreve a decir en público: que se deberían eliminar las contrataciones en origen mientras haya paro en España. A los grupos parlamentarios en la oposición les ha faltado tiempo para decir que paro e inmigración es un pésimo mensaje o tildarlo de "propagandista de la xenofobia". A la vicepresidenta De la Vega le faltó tiempo para desautorizar al Ministro, y a él para echar marcha atrás. Qué lejos quedan aquellos tiempos en que nuestros conciudadanos tenían que emigrar a Francia, Suiza o Alemania pero, eso sí, con contrato de trabajo, certificado de penales, vacunados y dispuestos a dormir donde se les mandara después de hacer un trabajo que nadie quería. No me vengan ahora a decir que el caso es el mismo pero al revés.

A nuestro President Montilla no le deben salir las cuentas. Con una enseñanza que no va, una seguridad que tampoco, unas oficinas de consulados de Catalunya en el extranjero, que para qué... Así están las cosas y sin un duro en la caja la solución quizás sea llamar al Presidente Zapatero para decirle que está en juego el pacto constitucional, mientras que el Institut d'Estudis Catalans sostiene que los catalanes están "perplejos" al ver que Catalunya ya no es el motor de la economía ni de la modernidad de España por el impacto de los flujos migratorios y por las transformaciones derivadas de la revolución tecnológica. El President dijo que compartía el diagnóstico pero que discrepa de las causas y de la atribución de responsabilidades que hace el informe que asegura que Catalunya se ha dormido en los laureles en los últimos 13 años. Seguramente esas no serán las causas, pero es que llevamos tantos y tantos años hablando del Estatut y del modelo de financiación para Catalunya que los demás nos han pasado sin poner el intermitente. Ahora nuestro President ha constatado que el punto más débil de Catalunya en esta negociación es la incomprensión y el rechazo general que sus demandas despiertan en el resto de España. "Necesitamos aliados fuera de Catalunya", proclamó el President después de felicitarse por el consenso básico alcanzado por su Gobierno y la primera fuerza de la oposición catalana. Exhortó a los suyos a buscar complicidades exteriores con argumentos, razones y datos objetivos que den cuenta de la lealtad y la solidaridad catalana, no sin antes haber reconocido la "gran dificultad" de esa empresa a causa de la "semilla del anticatalanismo". Supongo que a nuestro President no se le escapa que el tema de la financiación nunca saldrá favorable a Catalunya, entre otras cosas porque en España no nos pueden ni ver y en Catalunya le aprietan porque no es catalán, y sino, ¿cómo se justifica que los que hablan ahora hayan callado durante 23 años teniendo las necesidades que tenia el país? ¿O es que no hemos llegado hasta aquí ahogados? Hombre, no le den ahora toda la prisa al señor Montilla que él ya hace, y hace bien, pero da la sensación de que ahora nos hemos vuelto intransigentes, quizás al ver la realidad, la falta de comunicaciones, infraestructuras, puerto, aeropuerto. .. es decir, 23 años haciendo autopistas de pago.

A todo esto, nos llegó la Mercè. Deberían de haber sido unos días de sosiego, que bien nos los merecemos, pero un atropello múltiple tiñe las fiestas de sangre. El chófer de un autobús urbano perdió el control del vehículo tras una riña de tráfico y arrolló y mató a una niña de 10 años y una señora de 38.

La bolsas, con unos altibajos que ni ellos entienden y el señor Botín diciendo que al final del ejercicio él obtendrá los mismos beneficios. Aquí nuestro Presidente, Sr. Zapatero, se va a EEUU para asistir a una cumbre de líderes mundiales sobre la crisis sabiendo que deberá mejorar la imagen española ante empresas de EEUU. Mientras, aquí, hay alarma en el Govern por la falta de unidad con CIU y el temor a que arrastre a ERC, aunque estos rechazan salir del ejecutivo como exigen sus críticos.

Del MD-82 y sus indemnizaciones aún nada de nada, aunque los abogados de EEUU dicen que le darán a Boeing donde más les duele: en el bolsillo. Mientras, su Señoría está más que cabreado por la utilización de los videos y su redifusión y ordena a la Guardia Civil requisar las imágenes del rotativo de Prisa.

Por si todo esto fuera poco, Tele 5 inicia una nueva edición de *Gran Hermano* y el primer expulsado es un catalán de Sabadell. Creo que sólo por ser catalán.

Balnearios urbanos: remansos de paz

¿Has pensado alguna vez que entre coches, gente y tiendas puede hallarse un lugar en el que desconectar y relajarse totalmente? Pues sí, son los balnearios urbanos y están más cerca de lo crees. En ellos puedes hacer un alto en tu camino, decir adiós al estrés y volver renovado a tus quehaceres diarios. El culto a la belleza y el conocido dicho "mente sana in corpore sano" está más en boga que nunca, por ello, tales centros son un regalo para nuestra salud.

Texto: Marta Burgués
Fotos: Guillermo Pérez

Los balnearios urbanos son centros, ubicados preferentemente en las grandes ciudades, que proporcionan al usuario los beneficios terapéuticos y preventivos del agua para obtener el bienestar personal. El agua utilizada proviene de la red general de abastecimiento, y es tratada adecuadamente, además de en otros aspectos, en sus condiciones higiénico-sanitarias, tal como exige la normativa en vigor.

España es el sexto país en el ranking mundial de consumo de este sector, con 5 millones de usuarios en 2006, por detrás de EE.UU., Japón, Italia, Alemania e Inglaterra y por delante de Francia, Canadá, Australia y Tailandia, etc., según el primer estudio realizado por la ISPA y la ITEC France, publicado por la revista *Quality Spa*.

Términos confundidos

Para que un centro sea catalogado como balneario urbano o spa ha de cumplir una serie de normas y requisitos establecidos por la Asociación Española de Balnearios Urbanos AEBU, "ya que este término ha estado mal utilizado mucha veces. Hoy en día, muchos centros de estética que tienen un spa (bañera de hidromasaje) ya se denominan balnearios urbanos cuando no cumplen con todos los estándares de calidad exigidos", explica Alejandra Romano, directora del centro Spabilate, ubicado en el corazón de la ciudad de Barcelona.
Las dimensiones de tales balnearios suelen ser reducidas al estar ubicados en las urbes, y "su objetivo principal es poder desconectar del ritmo frenético de la ciudad, a través de los tratamientos en hidroterapia".

Los balnearios urbanos proporcionan los beneficios terapéuticos y preventivos del agua para obtener el bienestar personal.

Estándares de calidad. ¿Qué podemos encontrar?

Los circuitos de agua que ofrecen los balnearios urbanos han de establecer unas exigencias mínimas que requiere AEBU. Así, podemos encontrar piscinas de hidromasaje a 36 º C de temperatura, con chorros en camas y asientos y chorro cervical, piscina de tonificación, a 10 º C, terma climatizada, a 50 º C y con un 70 % de humedad relativa, pediluvio bitérmico, ducha escocesa, ducha de aceites esenciales, cabina para masajes bajo la ducha de agua o Vichy, cabina de masajes y vestuarios diferenciados por sexos.
También puede haber un spa turco, climatizado a 45 º C y 99 % de humedad relativa, lodarium local a 45 º C y con una humedad relativa del 75 % para aplicar algas, barros y parafangos, flotarium de hormigón con agua a 38º C y un 30 % de sal y chorro Jet.

Además, el avanzado diseño de construcción de tales centros está acorde con sus objetivos: el relax total. Para ello se emplean luces de colores para dar tranquilidad, música de fondo, aceites aromáticos y todo lo que esperas de un lugar en el que despertar todos los sentidos. La Asociación también pone normas en cuanto a los materiales empleados para la realización de los circuitos de agua: tanto las piscinas como las termas, turcos y cabinas de duchas deben construirse "de obra", evitando los materiales porosos, así como que los fondos de las piscinas sean en colores claros, y los suelos antideslizantes.
Los servicios han de contar con unas dimensiones compatibles con un flujo adecuado de las personas y el sistema de ventilación y climatización ha de ser proporcionado a las distintas áreas del centro.

Además de los tratamientos de agua, estos centros amplían sus servicios: masajes, técnicas orientales, estética...

También se establece que en los balnearios no se puede sobrepasar la cifra de una persona por cada 15 m2 y 90 minutos, así como que no concurra más de una persona por cada dos m2 en las piscinas. "Los servicios se han de prestar de forma guiada, a la vez que se explica al cliente todo lo que se está haciendo y sus beneficios", cuenta Alejandra.

Un sinfín de servicios

Los balnearios urbanos ofrecen muchos servicios para la salud y la belleza de las personas. "Lo básico son los circuitos de bienestar de hidroterapia. Se empieza por las piscinas calientes, con chorros que masajean todo el cuerpo desde los pies a las cervicales, después pasas a la piscina fría y luego al pediluvio, donde se realizan masajes podales. Nuestro circuito básico es de una hora de duración", explica Alejandra Romano, directora de Spabilate.

Pero dependiendo del centro, se realizan distintos circuitos donde las beneficios para el cuerpo son muchos. De normal cuentan con más de 10 circuitos de agua adaptados a las necesidades de cada usuario.

Además de los tratamientos de agua, el número de servicios en tales centros se amplía. Masajes y técnicas orientales, tratamientos especiales, estética, depilación, bronceado, chocolaterapia, vinoterapia... y todo ello reunido en un solo lugar. "Además, ofrecemos packs, bonus, productos de estética, tarjetas vips y algo que está muy de moda, como los cheques regalo, que están teniendo una gran aceptación", explica Alejandra.

Perfil de usuario

Aunque siguen siendo las mujeres las que prefieren tales tratamientos, cada vez son más los hombres que los eligen para desconectar de su trabajo. "En Spabilate contamos con usuario de edades entre los 25 y 70 años". Los balnearios urbanos están dejando de ser algo elitista, "para convertirse en servicios adaptados a todo el mundo, con distintas modalidades y precios". Según nos comenta Alejandra, cada vez miramos más por nosotros para sentirnos mejor interiormente; buscamos la paz, la espiritualidad y todo aquello que nos aporte bienestar. "Cuidarse es, hoy en día, tan importante que se antepone a otras necesidades sociales".

Asociación Española de Balnearios Urbanos

La Asociación Española de Balnearios Urbanos nace para fomentar el termalismo urbano, entendiendo el agua como un medio terapéutico. Entre sus objetivos está el de difundir las actividades y servicios que prestan en general los balnearios, spas y centros de termalismo, ubicadas en entornos urbanos, así como la cultura del termalismo, la talasoterapia y técnicas afines, para la mejora del servicio a los usuarios.

El poder del agua

La salud a través del agua es algo que viene de mucho tiempo atrás, desde la época romana. La concienciación de la población por la salud y la belleza, y el cuidado de uno mismo ha hecho que en pleno siglo XXI, la hidroterapia esté más de moda que nunca. Según la Asociación Española de Balnearios Urbanos AEBU, la hidroterapia es el método curativo mediante la utilización del agua, la crenoterapia es el mismo método, pero utilizando aguas con soluciones minerales, las conocidas como aguas minero medicinales. Por otra parte, la talasoterapia es el método que utiliza las aguas del mar. Lo cierto es que todos ellos tienen una gran aceptación.

Las principales ventajas que ofrecen los tratamientos con agua sobre nuestro cuerpo son "la tonificación, la activación de la circulación y masa muscular, la relajación, y el bienestar general", apunta Alejandra, del centro Spabilate.

TRATAMIENTOS DE AGUA Y BENEFICIOS

Cada tratamiento está orientado a las necesidades específicas de cada usuario. "Primero tenemos una charla con el cliente que nos cuenta qué quiere reafirmar o conseguir y le orientamos sobre cuál es el mejor para él".

El spa masaje consigue los mismos resultados que se obtendrían con un terapeuta en una hora de trabajo, lo que produce una acción sobre las contracturas musculares y el resto de tensiones, otorgando efectos sedantes.

El spa oxigenante está compuesto por burbujas que dan un masaje sobre la piel durante unos minutos, eliminando tensión y malestar. Está indicado para la fatiga muscular, el insomnio y casos de excitabilidad nerviosa.

El spa vitalizante consiste en una rápida inmersión que reposa en el organismo la energía agotada. Aumenta las defensas y, gracias al contraste térmico, se produce una reacción nervio-circulatoria que comporta la contracción de los vasos capilares, mejora la circulación de la sangre y la distribución del calor en el cuerpo.

El spa turco. El vapor producido por su alto índice de humedad facilita la hidratación del cuerpo y facilita una limpieza profunda del cutis.

El pediluvio es un recorrido terapéutico sobre piedras alternando agua caliente y agua fría. Es ideal para personas con problemas de pies fríos y piernas cansadas. Estimula la circulación, tanto a nivel local como general.

El spa contraste es una ducha con agua a presión que cuenta con salidas a diferentes alturas del cuerpo. Con ello se consigue eliminar las toxinas, mejorando el metabolismo y, además, actúa como reafirmante para el cuerpo.

El spa esencia es una ducha con un proyector grande sobre la cabeza con contrastes de termorregulación y que, en el último ciclo de agua fría, pulveriza todo el cuerpo con aceites esenciales. Proporciona un efecto relajante, estimulante, antiestrés e hidratante.

Sala Chill out. Una vez acabado el circuito básico, el cliente pasa a una sala relax acondicionada con luz de wood, que equilibra los iones positivos y negativos de la energía corporal. Con ello, recuperamos la temperatura inicial. Es el momento idóneo para tomar algún zumo, te o agua, o cualquier otro capricho, antes de reprender de nuevo el ritmo habitual.

TUSGsal

Àrea metropolitana de Barcelona
Entitat del transport
www.emt-amb.cat

Entrevista a Manolo Giménez, presentador

"Amenazo con volver"

Comenzó como portavoz de la policía y acabó siendo presentador de un magazín matinal diario en TVE. Manolo Giménez cuenta con una amplia experiencia en los medios de comunicación y su especialidad son los sucesos y la crónica social. Aunque muy atrás queda su currículum policial, Giménez siempre permanecerá en la memoria de nuestras retinas como un presentador con mucha autoridad. Así son las cosas.

Justo Molinero

¿Es usted un policía frustrado?
No, simplemente soy un mal policía.

¿Lleva usted pistola?
Ya no me queda ni para eso. Sólo de agua.

¿Cómo recuerda su época de portavoz de la policía?
Muy dura, durísima. Era una época difícil porque tenía que mediar entre lo que pensaban los políticos y lo que querían los profesionales. Yo era ese elemento que quedaba mal con los políticos y medio bien con los profesionales.

"La época de portavoz de policía fue difícil porque tenía que mediar entre los políticos y los profesionales"

¿Dijo muchas mentiras?
Mentiras no, pero no decía la verdad.

¿Qué es lo que más le costó decir siendo portavoz de la policía?
Lo más duro fue el atentado de Hipercor en Barcelona.

¿Recuerda el argot policial?
Sí.

¿Cómo se llamaba a la policía?
La policía nacional eran los maderos. Los policías municipales eran los tablillas porque eran menos que los policías nacionales, y los vigilantes de seguridad eran los astilla porque eran menos que los policías municipales. Los guardias civiles han sido toda la vida los aceitunos.

Cuando escribió el libro de los timos más populares, ¿tuvo aceptación? ¿Ayudó a mucha gente?
He escrito tres libros. Escribí el primero, me pidieron el segundo y ahora acabo de hacer un tercero que se llama *Los casos de Manolo Giménez*. Al final de cada libro se puede encontrar el diccionario del timador con 200 o 300 palabras del argot.

"Soy un hombre que mantengo las buenas amistades y al resto no los odio ni les tengo ningún tipo de rencor"

¿Qué tipos de timos están en la actualidad?
Los de alta rentabilidad, las ofertas de trabajo que nos ofrecen a través del e-mail, y también son timos los mensajes que recibimos a través del móvil diciéndonos que hemos sido agraciados con un viaje o un apartamento. Y si hablamos de los timos cachondos que se daban hace unos años y que ahora se vuelven a dar, como el timo de la cadena de la moto. Lo que hacen es poner un candado en la rueda de la moto donde el propietario no lo ha hecho, y en el momento que llega el propietario quita su cadena y enciende la moto, se da cuenta de que alguien le puso la cadena en la rueda contraria y al ir a llamar a una grúa o a buscar una cizalla para quitarla llega el caco, quita su cadena y se lleva la moto.

¿Quién es para usted Inés Ballester?
Una buena amiga.

¿Cómo se conocieron?
Trabajamos hace muchos años en *Sucedió en Madrid* y colaboré como experto en su programa. Después hicimos un magazín en TVE.

¿Siguen siendo amigos?
Seguimos siendo amigos. Yo soy un hombre que mantengo las buenas amistades y al resto no los odio ni les tengo ningún tipo de rencor, tan solo los olvido y paso de ellos.

¿Varios años al frente de las mañanas de TVE quema?
Once años. Hice 2.250 programas seguidos por la mañana y 380 por la noche. Había días que hacía un programa por la mañana y otro por la noche. Sí que quema mucho.

¿Cómo es la lucha por las audiencias?
Los primeros meses no tenía conciencia exacta de lo que eran las audiencias. Luego estuve un año obsesionado y un día me di cuenta de que era malo para mi salud mental y que no lo podía hacer mejor ni con mayor dignidad. Ese día dejé de preocuparme por las audiencias. Cuando llegó Inés, se preocupaba por la audiencia y volví a sufrir esa presión pero al poco tiempo me la quité. Ahora me da exactamente igual las audiencias que tenga.

¿Por qué ha dejado la TV?
Estaba quemado y decidí tomarme un año de vacaciones, que cumple ahora, así que amenazo con volver. No sé lo que haré, pero tengo claro que no quiero hacer un magazín diario ni tampoco una cosa larga. Me gustaría un programa técnico de cultura y libros.

"Cuando te metes en televisión es como un monstruo que te va comiendo poco a poco y te quita intimidad"

¿De qué come ahora?
Ahora como con la boca de los demás. Anuncio una empresa que se llama Unidental, tengo también una empresa de publicidad con otros socios en Barcelona y una empresa de informática donde hacemos software a medida para grandes empresas, para optimización de recursos humanos... y vivo de eso estupendamente. Tengo tiempo para escribir y hago lo que quiero. Eso es muy importante.

¿La televisión era su vida?
Cuando te metes ahí es como un monstruo que te va comiendo poco a poco y te quita mucha intimidad.

¿Le hacía olvidar la realidad su trabajo en televisión?
No. En la televisión se gana mucho dinero y se tiene mucha fama, pero esa gloria se acaba y tienes que ser muy buen administrador. La televisión es una herramienta peligrosa.

¿Qué era lo que menos le gustaba de la televisión?
Cuando me ponían pegas para hablar con claridad o al no dejar expresarte con sinceridad.

¿Llegaron a pagar a algún entrevistado?
Nunca jamás.

¿Vuestra oveja negra era Ana Rosa Quintana?
No, la guerra la teníamos con la Campos.

¿Cómo conoció a Arturo Pérez Reverte?
Yo lo conocí cuando era portavoz de la Dirección General de la Policía en Madrid y me vino a pedir una autorización para hacer un reportaje sobre el tráfico de drogas en el estrecho. Nos hicimos amigos, colaboramos mucho y convivimos 5 años. Fue él el que me animó a escribir. Es muy buena persona.

¿Qué le contaron los muertos?
Es lo mejor que he hecho. De las 6.000 intervenciones de radio y 3.000 en televisión tan solo conservo 3 entrevistas de televisión y los 13 capítulos de *Lo que me contaron los muertos*, porque estaba espectacularmente bien hecho.

¿Se puede vivir del cuento o cada día es más difícil?
Hay más de uno que vive del cuento, sobre todo algún político, pero creo que cada día es más difícil porque la sociedad cada día está más descreída.

Cuéntenos lo que no le he preguntado pero que quería contarnos.
He venido a ver a un amigo y he tenido la suerte de poder estar aquí. Aprovecho la ocasión para saludarles a todos ustedes y decirles que les quiero muchísimo. Pero no me ha preguntado por una cosa: yo recuerdo a Justo Molinero de la época en que Radio TeleTaxi no era una emisora legal. No sé si era inmoral, "alegal", ilegal... no lo sé. Agradezco muchísimo a Justo porque tuve una buena escuela aquí, aprendí mucho a hacer radio y por lo tanto estoy muy agradecido. Así que, un beso para las señoras y un abrazo para los señores.

Fundació Tallers, "Con las personas / Para las personas"

263 personas con nómina y 150 personas atendidas por la Fundació Tallers

La Ley de Integración Social de Minusválidos (LISMI), exige que todas las empresas con más de 50 empleados reserven el 2% de su plantilla a personas con algún tipo de discapacidad. Ni tan sólo el 10% de las empresas que deberían cumplirla lo hacen. Según el Informe Equipara del Observatorio para la inserción laboral de personas con discapacidad (http://www.equipara.org/v5/docs/Informe_Equipara_08.pdf), la mitad de las empresas ni siquiera se lo han planteado.

Pascua

Ricard Matas es el Gerente de la Fundació... Sr. Matas, ¿cómo surgió la idea de poner en marcha la Fundació Tallers y quién o quiénes fueron sus impulsores?

Fundació Tallers (FT) nació con la voluntad de intentar ayudar a todos aquellos centros especiales de empleo que estaban en diferentes sitios de Catalunya y que tenían problemas económicos y productivos para desarrollarse e implantarse. En ese sentido, FT nace gracias al impulso de la Administración Pública concretamente la Generalitat de Catalunya y se implanta en una serie de municipios. Con el cambio de legislación de las fundaciones, pasó a ser una fundación privada con un grupo de personas en el patronato pero que es completamente independiente de la Generalitat de Catalunya y ahora funcionamos como una fundación, como una entidad sin ánimo de lucro completamente privada.

Entiendo que se financia de forma absolutamente privada...

Una parte importante de la facturación de nuestros diferentes servicios procede de la jardinería, de la limpieza tanto de espacios como viaria, de obras y servicios, de pintura viaria, de manipulación y envío postal y de otros manipulados industriales, mientras que la otra parte procede de aquellos servicios que prestamos, por ejemplo con el centro ocupacional o la oficina de inserción laboral que funcionan a través de subvenciones obtenidas en concursos públicos en concurrencia con otras entidades.

¿A qué personas ayuda o acoge la FT?

FT trabaja con todo tipo de persona que tenga certificado de discapacidad. Contamos con personas con todo tipo de discapacidades que trabaja con nosotros y nuestros servicios se estructuran para poder dar cobertura a las personas en cualquier tipo de circunstancia inhabilitante o de discapacidad que sufran. Tenemos el centro ocupacional, que da servicio a las personas con unos niveles de afectación más altos, el centro especial donde hay una relación laboral y

> **"Tenemos personas con discapacidad física, enfermedades orgánicas y sobre todo, discapacidad intelectual"**

donde se da una capacidad productiva de aquellas personas y, finalmente, contamos con la oficina de inserción laboral y formación, que da soporte a las personas para que encuentren trabajo en una empresa.

Cuando usted habla de diferentes tipos de discapacidad, entendemos que se refiere a discapacidad tanto física como mental...

Exacto. En nuestras estructuras se pueden encontrar tanto a personas con discapacidad física, enfermedades orgánicas y sobre todo, discapacidad intelectual y trastorno mental.

¿A cuántas personas da trabajo, directa o indirectamente la FT?

Actualmente, FT tiene 263 nóminas y da cobertura a 150 chicos y chicas en el centro ocupacional. Es decir, un total de 413 personas repartidas en los tres centros que tenemos: Barcelona, Santa Coloma de Gramenet y Badía del Vallès. El de Santa Coloma es el centro más grande.

> **"Cualquier empresa que quiera incorporar a una persona con discapacidad puede pedirnos soporte"**

Conviene decir que la FT facilita a las empresas cumplir con la Ley de Integración Social de Minusválidos (LISMI)...

Exactamente. Uno de nuestros servicios productivos está vinculado a las empresas privadas. Toda la facturación que nosotros hagamos como centro especial ayuda a cumplir la LISMI, igual que toda inserción laboral en la empresa ordinaria también ayuda a su cumplimiento.

¿Qué requisitos son imprescindibles para poder formar parte de su colectivo?

Básicamente son dos: tener certificado de discapacidad en cualquier grado y estar en edad laboral, puesto que nuestras salidas son siempre de ese tipo.

En el caso de las personas con discapacidad intelectual de alto grado, ¿cómo contempla la Ley la edad real, en contraposición a la edad mental, a efectos laborales?

Actualmente los parámetros de medición de la discapacidad en general, y por extensión, la discapacidad intelectual en la dimensión laboral no se computan por años de edad mental. En el apartado laboral, el sistema de medición se centra en un porcentaje de discapacidad expresada en el certificado. Además, los centros como el nuestro realizan pruebas específicas centradas en conocer las capacidades: autonomía, capacidad de soportar esfuerzo físico, imaginación espacial, sedestación (posición del cuerpo estando sentado), bipedestación (capacidad de locomoción y mantenerse parado en ambos pies), etc. Nos centramos en la capacidad para desarrollar uno u otro puesto de trabajo.

Y, básicamente, ¿qué servicios ofrece la FT a la sociedad o a las empresas?

Los servicios proporcionados a las empresas son, por un lado, todo lo concerniente a la inserción laboral en empresa ordinaria, dicho de otra forma, cualquier empresa que quiera incorporar en su estructura a una persona con certificado de discapacidad, puede pedirnos que le demos soporte en este sentido: presentarle candidatos, orientarles e informarles. Después tenemos todos los servicios de centro especial que se basan en jardinería, limpieza de espacios, pequeñas obras y servicios, manipulación y envío postal e incluso montajes industriales, sin olvidar el proceso de enclave laboral, que se resume en que una parte de nuestra estructura productiva va a trabajar a la empresa interesada para que así se pueda conocer de primera mano la capacidad productiva de estas personas y con la esperanza de que después se queden en la empresa de destino. También tenemos una línea de actividad artesanal a la que hemos dado un fuerte impulso en Expocoloma 2008 y que esperamos que próximamente en diferentes tiendas podáis encontrar nuestros productos.

> **"Nuestras postales son muy bonitas y las ofrecemos tanto a empresas como a particulares"**

Ahora que se acercan las Navidades... Creo que hacen unas postales personalizadas impresionantes y que además, están hechas manualmente...

Si. Éste es uno de los servicios que ofrecemos en nuestras actividades artesanales. En nuestras postales navideñas hemos logrado una calidad en los acabados que podríamos calificar como espectacular. Nuestras postales son muy bonitas y las ofrecemos tanto a empresas como a particulares. Para poder obtenerlas, en el caso de las empresas simplemente tienen que ponerse en contacto con nosotros, bien por teléfono, bien a través de la web. En el caso de los particulares, sobre todo en Santa Coloma de Gramenet, este año podremos ver estas postales en diferentes puntos comerciales de la ciudad. Estamos negociándolo todavía, así que no puedo adelantar en qué centros.

Debemos entender que esas postales habrá que comprarlas...

Efectivamente. Estarán a la venta a

"El 100 por cien de los recursos que obtiene la organización se destinan a sus propias estructuras"

disposición de quien desee comprarlas.

¿Qué obtiene la FT a cambio de sus servicios?
Primordialmente una facturación del sector empresarial privado o de las administraciones. El beneficio obtenido se reinvierte en la entidad, ya que al no tener socios capitalistas, el 100% de los recursos que obtiene la organización se destinan a sus propias estructuras.

Creo que ofrecen unos servicios de manera gratuita... ¿Cuáles y a quiénes?
Todo el centro ocupacional es un servicio social que es completamente gratuito para las familias que forman parte de este servicio. Aparte de eso, todo lo concerniente a la orientación a la empresa para el cumplimiento de la LISMI es también un servicio gratuito. Y después, utilizamos la fórmula de formación ocupacional para preparar a las personas para después poderlas colocar... Pues bien, todos los servicios de formación son también gratuitos.

¿Sus servicios son contratados sólo por la empresa privada o también por la pública? En este caso, ¿a qué Organismo Público atienden sus trabajadores y trabajadoras?
Dentro de nuestra estrategia como empresa, la mayor parte de nuestra facturación del centro especial de empleo está vinculada a administraciones públicas. Trabajamos mucho con la administración local y esto es comprensible porque las personas que forman parte de nuestro centro, suelen ser del mismo municipio en el que tenemos el centro, por lo que la relación con los ayuntamientos acostumbra a ser muy intensa. Por ello, tanto en Badía como en Santa Coloma, un gran cliente nuestro sería el Ayuntamiento. En Santa Coloma hacemos la limpieza viaria los días festivos y fines de semana y en Badía, donde tenemos el otro centro especial, nos ocupamos del 75% u 80% de la jardinería del Municipio.

Tienen tres delegaciones en Barcelona. ¿Alguna más en Catalunya? ¿Alguna fuera de Catalunya?
La estructura de FT la componen los centros de Badía del Vallès y Santa Coloma de Gramenet, además de la oficina de inserción laboral que está en Barcelona. Por otra parte, nosotros pertenecemos a una asociación denominada SINERGROUP que engloba a nueve entidades especiales muy parecidas a la nuestra, con la que colaboramos para mejorar los servicios que ofrecemos y para mejorar la relación entre nosotros, porque como es fácil suponer, en una economía tan global, los centros como el nuestro no tienen muchas posibilidades de sobrevivir si no colaboran entre ellos. Nosotros colaboramos para competir, lo que nos da una cobertura de prácticamente todo el territorio catalán, ya que esos nueve centros están distribuidos geográficamente por toda Catalunya. Además, FT también forma parte del GEIE (Grupo Europeo de Interés Económico), y que es un grupo de colaboración con otros centros de toda Europa para compartir experiencias y conocimientos.

"Nuestro interés se centra en consolidar la vinculación que tenemos con los territorios a partir de los servicios"

¿Tienen constancia de que haya otras entidades como la suya en territorio español?
En Catalunya hay 200 centros como el nuestro y a nivel español no le sabría decir, pero en todas las comunidades autónomas hay servicios como el nuestro.

¿Cómo se reparten el trabajo interno en los tres centros de atención?
El centro ubicado en Barcelona es básicamente la que se ocupa de la intermediación con la empresa ordinaria, es decir, que es una bolsa de trabajo y un centro de formación, que también presta servicio en Badía del Vallès y Santa Coloma de Gramenet. Los centros especiales y los centros ocupacionales de empleo son los de estas dos últimas ciudades.

Cuéntenos los proyectos a corto y medio plazo de FT.
Se nos presenta un año con muchas incertidumbres, dado el contexto económico en el que nos movemos, así que se hace difícil hacer una estimación de qué actuaciones tendremos en un futuro inmediato, porque todo dependerá de cómo evolucione la economía. Al margen de eso, nuestro interés se centra en consolidar la vinculación que tenemos con los territorios a partir de los servicios externos, conseguir que la gente visualice la importancia de la actividad que estamos desarrollando a favor de las personas con discapacidad e introducir toda la parte de actividad artesanal de FT porque eso nos permite llegar a las personas y no tanto a las empresas, que han sido hasta ahora nuestros grandes clientes juntamente con las administraciones públicas. Con este servicio, tenemos la oportunidad de ponernos en relación con el ciudadano.

¿Hay paro entre sus trabajadores y trabajadoras?
En el colectivo de discapacidad, el paro es acuciante. Las tasas de inactividad y de paro en nuestro colectivo es muy alto; sobre todo porque en muchos casos estas personas no se plantean trabajar. Nosotros les animamos a que se movilicen y vengan a nuestros centros, porque podemos darles oportunidades laborales.

¿Se han producido despidos por la crisis?
En nuestros centros precisamente, no. Durante el último año hemos crecido; hemos incorporado al mercado laboral a unas 13 personas en el centro especial y hasta final de año haremos lo mismo con 10 personas en el centro ocupacional. A pesar de estos datos nuestros, debo decir que nuestro sector pasa por una crisis importante, sobre todo porque está muy vinculado al sector industrial en general y el proceso de deslocalización hace que muchas de las actividades que nosotros hacíamos, se estén marchando a países asiáticos o a la Europa del Este. Me consta que en otros centros la situación es más complicada y se han producido expedientes y despidos por parte de empresas.

"En otros centros la situación és más complicada y se han producido expedientes y despidos"

Para finalizar, díganos lo que desee.
Lo primero es agradecerles este espacio en la revista, creo que es muy importante para poder difundir nuestra actividad y por otro lado animar, sobre todo, a todas aquellas personas de Santa Coloma de Gramenet a que se acerquen a Fundació Tallers, a que nos conozcan y a que sepan qué es lo que hacemos, porque nuestra intención es que se sientan orgullosos de que Badía y Santa Coloma tengan un servicio como éste, gracias al cual, las personas con discapacidad van a estar muy bien atendidas por nosotros.

Más información:

Fundació Privada Tallers de Catalunya: 902 02 69 19
http://www.ftcat.org
ftcat@ftcat.org

Entrevista a Presuntos Implicados

El tridente más dulce de nuestro pop

El nuevo disco de *Presuntos Implicados* salió a la venta el 9 de septiembre. El mismo día lo presentaron en Radio Teletaxi en el programa *El Pont de la tarda* de Juan Carlos Puente.

Redacción

El grupo vuelve al panorama musical con una imagen renovada y nueva cantante. *Presuntos*, una de las mejores bandas de la historia del pop de este país se recicla con la voz de la solista Lydia.
Después de una parada temporal, la banda valenciana estrena repertorio en un disco que retoma el espíritu del pop fresco de *Presuntos* dándole un carácter más joven y renovado.
El primer disco de Lydia como cantante de *Presuntos Implicados* se llama *Será* y es, sin duda, un disco lleno de vitalidad y composiciones tanto de Juan Luis Giménez como de Nacho Mañó.
"A la hora de elegir la cantante, Juan Luis y yo coincidimos en una cosa, queríamos que fuera una cantante que nos emocionara" ha declarado Nacho Mañó, en referencia al proceso de selección de la que será la nueva cantante de *Presuntos*. Y sin duda han conseguido su objetivo, ya que Lydia se adapta a la perfección a las nuevas composiciones, que vuelven a la esencia del grupo y a la fórmula de álbumes como *Ser de Agua*, *El pan y la sal* o *Alma de Blues*. Un sonido muy natural, muy acústico, basado en el tándem Juan Luis / Nacho.

En definitiva, buenas noticias para la música de nuestro país en particular y para la música en nuestra lengua en general ya que podremos volver a disfrutar de un grupo con unas composiciones que marcarán, de nuevo, nuestras vidas.

Después de una parada temporal, una de las mejores bandas de la historia del pop de este país se recicla con la voz de la solista Lydia.

Lydia, que ahora cuenta con 28 años, se dio a conocer con tan solo 16, cuando le dedicó una canción a Alejandro Sanz que consiguió hacer que su primer disco vendiera más de 100.000 copias.
En 1999 representó a España en el Festival de la Canción de Eurovisión que se celebró en Jerusalén, con la canción *No quiero escuchar*.
Tras esa experiencia, su carrera ha discurrido por otros campos como la televisión –ha puesto la voz a populares spots– y el musical.
En la entrevista mantenida el pasado día nueve en nuestra emisora Radio Teletaxi, respondieron a las siguientes preguntas de Juan Carlos Puente.

La publicación de este nuevo disco es como adentrarse en nuevas aventuras en vuestras vidas personales y profesionales. ¿Cómo se plantea ahora el momento que vive la banda?

Juan Luis: "Durante la grabación hemos tenido muchas emociones, muchas lágrimas, mucha química entre los músicos y risas"

Juan Luis: Es un capítulo nuevo efectivamente, el reencuentro con nuestro público, escenarios, promociones en los medios, después de una etapa larga de ausencia en el panorama musical, en la que no teníamos claro resucitar este proyecto. Al final en parte a las canciones y a la impecable voz de Lydia ya es una realidad.

***Será*, el título de vuestro nuevo trabajo, es un título que da mucho juego ¿Qué será?**

Nacho: *Será* es un nombre que mira al futuro, un futuro que creíamos que sería perfecto y nos dimos cuenta que era imperfecto. Las cosas imperfectas pueden darte muchas alegrías como el estar hoy aquí. *Será*, podemos decir que es un paso adelante, al futuro, no recreándose en el pasado, ya que la gente que nos ha seguido durante tantos años es lo que quería, cositas nuevas.

¿Con este disco *Presuntos* retoma sus orígenes?

Nacho: En el reencuentro, nos dimos cuenta que había una mágica esencia, juntar las guitarras, ponerle todo el alma a las canciones, a la forma de los temas, con la voz de Lydia... esto conecta con los principios del grupo, de la historia de *Presuntos*.

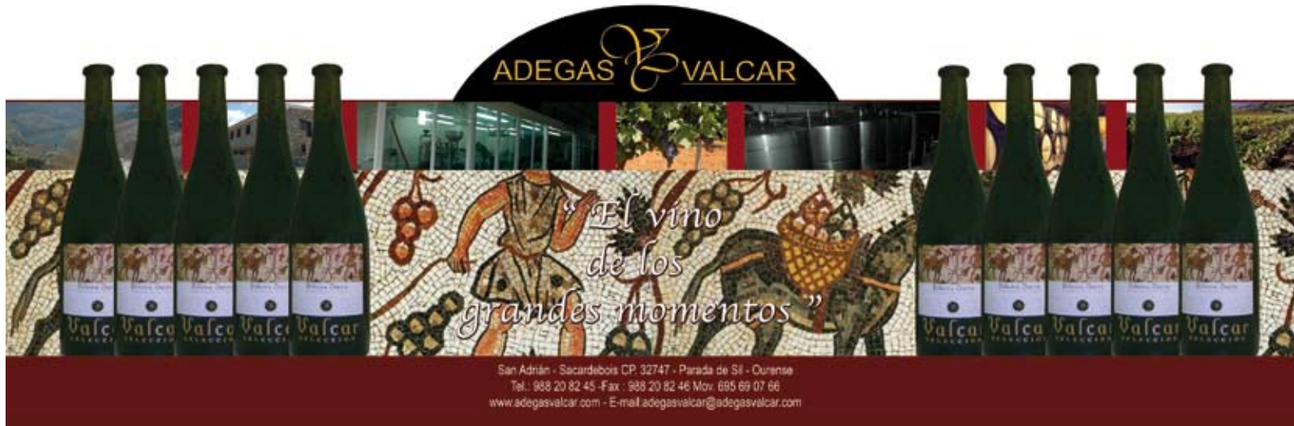
Será un disco con mucho sentimiento muy meloso verdad...

Juan Luis: El disco tiene de todo, medios tiempos, canciones más rápidas, con músicos reales, batería, mucha guitarra y muchas voces todas ellas con una calidad que se nota en el disco, desde la primera canción. Durante la grabación del disco hemos tenido muchas emociones, muchas lágrimas, mucha química entre los músicos y risas como no; ha sido increíble.

Lydia: "Me siento muy feliz de formar parte de este sueño, he caído en las mejores manos"

Lydia, resume la experiencia de trabajar con Nacho y Juan Luis.

Lydia: Fue como un reencuentro de amigos, tocando muy ilusionados, a los tres meses me comunicaron que fui la elegida, soy una seguidora de la banda desde hace muchos años, y me siento muy feliz de formar parte de este sueño, he caído en las mejores manos y además me siento muy mimada por los dos.



El hermano del deportista Antonio Pinilla, también premiado, recogió el galardón.

Lucas Masciano actuando.

El cantante Javier Estrada.

Manuel Carrasco saludando.

Antonio Orozco.

Justo Molinero entregando el premio al joven empresario Francisco Ortega Blanco.

El grupo musical OBK agradeciendo el premio.

Un momento de la actuación de Andy & Lucas.

Entregamos los Premios Pentagrama 2008

El pasado 18 de septiembre, Santa Coloma de Gramenet se disponía a inaugurar una nueva edición de la feria del comercio y la industria de la ciudad, Expocoloma. Ya son 20 ediciones. Una feria que ha ido creciendo como ha podido, con más ilusión que medios y mejorando resultados año tras año.

Coincidiendo con este evento, la emisora hermana Grama Radio (107.4 F.M.) entrega los Premios Pentagrama con los que pretende reconocer a las personas, artistas o instituciones que han destacado en el pasado año por su labor social en beneficio de la comunidad.

Todos los premiados estaban puntuales a la cita aunque el tiempo no estaba dispuesto a dejarnos celebrar el evento, suerte que al final clareó un poco y pudimos celebrar la fiesta.

El primero en recoger su galardón fue el President de la Diputació de Barcelona, el Sr. Antoni Fogué que lo recibió de manos del Alcalde de la ciudad, el Sr. Bartomeu Muñoz. Recibió el premio a la Mejor Labor Socio-Política. Si en algún momento hubo alguna duda referida a sus relaciones, en ese acto se fundieron en un abrazo que disipó cualquier duda.

Acto seguido el Sr. Antoni Antonijoan, Presidente de la A.C.I., entidad organizadora del evento, hizo entrega al Deportista Mejor Valorado. Dicho galardón fue para el colomense Antonio Pinilla Miranda, actualmente en el Nàstic de Tarragona.

El premio a la Mejor Labor Empresarial recayó en el joven empresario Francisco Ortega Blanco pues desde la muerte de su padre tomó las riendas de la empresa Construcciones Ortega dispuesto a tirarla para adelante y darnos la satisfacción a todos de que nada se termina. Este galardón se lo entregó el también empresario radiofónico Justo Molinero quien destacó su fuerza, juventud y empeño por seguir la obra de su padre.

En el apartado artístico, un diez, tanto para los compañeros de Grama Radio, locutores, periodistas de informativos, su director el Sr. Eusebio Burgos, los compañeros de Radio TeleTaxi y Radio RM que en todo momento estuvieron presentes para colaborar a favor de la fiesta, como para los artistas. Tuvimos con nosotros a Andy & Lucas, Shaila Dúrcal, Javier Estrada, Antonio Orozco, Manuel Carrasco, Lucas Masciano, Beatriz Luengo y OBK. Debo decir que, además de no faltar nadie, vinieron con sus mejores trajes y ganas de trabajar y triunfar.

Es cierto que son muchos los eventos que hemos organizado pero con las ganas, con la simpatía, con la colaboración de todos los artistas, como esa noche ninguna. No sé si será la crisis que nos tiene a todos asustados, no sé lo que será pero sí puedo decir que fue una noche mágica de entrega y gratitud por parte de todos para todos. El público, como siempre, lo mejor de lo mejor. No había más gente porque no cabían, entre 4.000 y 6.000 personas según los entendidos, entregados desde horas antes de la fiesta, coreando las canciones de todos los artistas y aguantando hasta el final.

Con la fiesta de entrega de los Premios Pentagrama algo tenemos que hacer porque cada año es mucho más grande.

Felicidades a todos.

Beatriz Luego se entregó a un público que vibró durante todo el evento.

La premiada Shaila Dúrcal también actuó.

El President de la Diputació de Barcelona, Antoni Fogué, con su premio.

Tengo una idea...!

El "Soporte Biberón" consiste en un brazo articulado que sostiene el biberón del niño.

Decían de Thomas Alva Edison que era una persona muy entusiasta, no importaba cuántos intentos fallidos tuviera, difícilmente se desanimaba. De allí su famosa frase: "No fracasé, sólo descubrí 999 maneras de cómo no hacerlo". Era la respuesta que solía dar cuando le preguntaban sobre sus casi mil fracasos previos antes de dar con la bombilla eléctrica, que en realidad fue su actitud clave para dar vida a más de 1.300 inventos por él patentados. El camino para que una idea tenga éxito puede ser muy largo desde que empieza siendo un boceto en el papel.

Diego Calderón

El mejor lugar para ver un despliegue de ingenio es asistir a una feria donde se presentan inventos. Los pasillos pueden recordar la sala de "gadgets" donde al agente 007 le entregan el último grito en artículos de espionaje. Se pueden encontrar ideas tan originales como descabelladas, todas esperando la gran oportunidad para ser comercializadas en masa, y es que un buen invento puede significar el principio de un gran negocio. Cada invento de los que allí suelen exhibirse, encierran además una historia donde a veces la familia entera del manitas acabó involucrada.

Un inventor en casa

El gran consumo de agua en cada colada, llevó a Diego Hervás a investigar si habría posibilidades de ahorro. El resultado lo tuvo al cabo de tan sólo tres meses y eso sí, mucha inventiva. La "Lavadora Ecológica" vista por fuera es un electrodoméstico común y corriente, pero cuenta con un dispositivo interno que logra un ahorro de 12 a 16 litros de agua corriente por lavado, dependiendo del modelo y fabricante de la lavadora. "Consiste en la reutilización del agua "casi limpia" de los últimos ciclos de lavado, para los primeros ciclos del lavado de la siguiente colada, donde la ropa aún esta muy sucia", comenta orgulloso Iván, hijo del inventor. Actualmente la idea ya está patentada y es presentada con gran aceptación en las ferias de inventos.

La "Lavadora Ecológica" logra un ahorro de 12 a 16 litros de agua corriente por lavado, dependiendo del modelo.

El croissant líquido se sirve en copas.

El bozal denominado "Muzzle-Free".

Manejar una familia numerosa obliga a los padres a ser muy creativos. Cuando Benito Monedero, paleta de profesión con 44 años de edad tuvo su cuarto bebé, a él y a su esposa le faltaban manos para atender a los hijos. El "Soporte Biberón" fue su gran inspiración, consiste en un brazo articulado que sostiene el biberón y que se puede fijar en la sillita del niño para que pueda beberlo por sí solo y con seguridad. "Luego de pensármelo un rato, en dos días pude sacar la idea y en catorce meses ya tenía hecho un producto final." El invento ya lo tiene patentado a nivel internacional y en muy poco tiempo saldrá al mercado.

Las ferias dedicadas a los inventos no sólo sirven para dar a conocer los proyectos sino que además son muy importantes para realizar contactos claves para su comercialización. "La feria de ATTIC 08 en Vilanova i La Geltrú, significó el gran empuje para mis inventos. Allí pude dar con una distribuidora que se encargará de llevar mis productos en España y Portugal, de lo contrario sólo serían buenas ideas que no dan ganancias." Comentó Josep Sarmiento Gavaldá, que presentó el bozal de extracción rápida para perros "Muzzle-Free" y un práctico dispositivo para recoger las cacas de los perros sin necesidad de tocar la bolsa con las manos, además de otro par de inventos.

¿Comer el café y beber el croissant?. Es lo que tiene ser un chef inventor como Francesc Ferrero, del Club Gastronómico del Garraf, que presentó en esa misma feria de inventos tal curiosidad. Los visitantes se quedaban pasmados en la barra del bar frente al croissant líquido en una copa de martini, elaborado con cada uno de los ingredientes de los croissants de toda la vida. Y como compañía de la bebida, pues un café sólido que lleva leche líquida en su interior. Todo elaborado con productos naturales y una capacidad creativa capaz de voltear cualquier rutina.

El chef inventor del llamado croissant líquido lo elabora con cada uno de los ingredientes de toda la vida.

Ramón Serrano es un abuelo que con sus 80 años de edad tiene problemas para agacharse. "Yo salgo temprano a trabajar y no quería despertar a mi mujer para que me ayudase a ponerme los calcetines, así que estuve averiguando si había algún tipo de aparato pero no conseguí nada. Entonces a fuerza de darle vueltas al asunto, empecé a trabajar en secreto para desarrollar mi idea. La gente creía que se trataba de algo para colocar botellas, pero una vez lo patenté fue cuando desvelé el secreto." Así fue como nació "Kalzatines", dedicado a gente mayor y ciertos casos de impedimentos físicos, que luego de presentarlo en ferias y demostrarlo repetidas veces ante las cámaras, no sólo se ha topado con un inesperado éxito mediático sino que ya está en trámites para comercializarlo.

"Lo más importante es el empeño, creer en la idea que se quiere desarrollar y no desanimarse, porque en el camino el inventor se topará con numerosas dificultades y nadie regala nada. Tener la capacidad de insistir, es la única manera de seguir adelante. Es el principal consejo de Ramón Galindo, barcelonés con más de veinte inventos patentados. Una vez desarrollado el proyecto, quizás el camino más difícil es dar con el patrocinador, el fabricante o el inversor que tire adelante la idea, es un camino que el inventor suele desconocer y se topa con situaciones muy difíciles." Galindo fue el inventor del primer filtro de cigarrillo en 1959. Sus creaciones han tenido que ver con las áreas de educación, medicina e industrial. Es uno de los inventores españoles más premiados, dentro y fuera del país. Su "hijo" más reciente es el "Modular Star Chess", un ajedrez donde pueden participar 3, 4, 5, 6 o más jugadores a la vez en un mismo tablero. El gran reto fue que al ampliar el tablero, siguiera cumpliendo estrictamente con las reglas del juego. Por ello ha recibido el reconocimiento hasta del mismísimo campeón mundial Garry Kasparov y numerosos premios internacionales.

Por todo ello, cualquier avezado inventor puede entender lo que quiso decir Thomas Alva Edison referente a la perseverancia: "El genio es uno por ciento de inspiración y noventa y nueve por ciento de transpiración".

El "Modular Star Chess". →

Spinning: el fitnness més en voga

Apuntar-se al gimnàs s'ha convertit en una activitat tan habitual com desapuntar-se'n. Fer esport i, per què no, millorar la nostra imatge acostuma a ser un d'aquells propòsits que tots ens hem fet alguna vegada, sobretot a la tornada de les vacances. Però, fet el primer pas, cal molta voluntat per no deixar la feina a mitges. Per evitar que les bones intencions no es converteixin només en això, els centres esportius ofereixen activitats cada vegada més variades. Una de les que han fet més fortuna és l'spinning. Analitzem els motius que l'han convertit en tot un fenomen

Dídac Peyret

Els gimnasos acullen centenars de persones immerses en el seu particular *tour de force* per assolir, en el mínim temps possible, aquests cossos esculturals que formen part de l'imaginari col·lectiu. El temps de calma, repòs, i sobretot de les temptadores tapes i altres delícies culinàries típiques de l'estiu, ja és història. Enrere queden les canyes, el pinxo de truita i els excessos varis de la nit. Ara és hora de cuidar-se, de fixar-se nous propòsits més saludables i que ens ajudin a recuperar el tipus. Les cartutxeres, mixelins, varius, cel·lulitis, panxetes i altres enemics acèrrims de la moda apunten com a amenaça durant aquestes dates de retrobament amb els companys de feina, els amics desapareguts durant la canícula i els familiars que no dubtaran, si és el cas, en recordar-nos l'augment del nostre volum corporal. Alguns arriben millor preparats que uns altres, això sí. N'hi ha que han anat cultivant el seu cos a consciència sabent que per lluir cal patir molt. Són pocs; els que porten acudint religiosament al gimnàs, durant l'hivern i també en l'època estival, sabedors que el més important per aconseguir una silueta estilitzada és la constància i no abandonar-se al pecat de la gola.

Per a ells la tortura ha valgut la pena: es passegen en plena forma i lluiran roba que avalotarà hormones al seu pas. Els altres, la gran majoria, serren les dents en una àrdua batalla que just comença ara, contra els quilos. Francament, el mal ja està fet (no somiïs amb la figura d'Elsa Pataky a aquestes alçades quan t'has passat tot l'estiu conreant el mixelín) però encara hi ha opcions de salvar els mobles a última hora. No obstant això, aquest homenatge alegre que t'has regalat amb l'excusa de la calor no serà fàcil de combatre si no hi poses obstinació i continuïtat. Pots picar-te amb les peses, embarcar-te en sessions maratonianes de piscina embotit en una gorra i amb l'espai just per no colpejar-te –amb sort– amb algú, i fins i tot fer flexions amb els ulls inflats de sang, però no semblen activitats gaire amenes. Més aviat tot el contrari, més encara si no trobes a algú capaç d'acompanyar-te amb assiduïtat. És per això que no és estrany que en els últims temps hagin proliferat tot tipus d'activitats grupals capaces de motivar als qui pateixen erupcions quan senten parlar d'anar al gimnàs.

A nivell de beneficis, es tracta d'una activitat molt completa on es treballa molt a nivell cardiovascular.

Mètode Pilates, Body Pump, Aquagym... són només alguns dels exercicis que practiquen diàriament persones de totes les edats, encara que si n'hi ha un que està cada dia més en voga, aquest és l'spinning. Podria sorprendre que una activitat així estigui de moda (muntar-se en una bici que no es mou encara que pedalegis com un posseït no sembla massa encoratjador) però si li sumes la música i, els seus reconfortants efectes, surten els comptes. Només cal fer un cop d'ull ràpid als programes d'activitats per veure que la seva legió de seguidors segueix augmentant. Els més voluntariosos poden començar a primera hora (abans d'anar a treballar, per exemple); els que vulguin dormir una mica més tenen opcions a mig matí... i, així, fins a entrada la nit (cap a les nou) per a aquells que vulguin desfer-se de l'estrès del treball diari i la rutina habitual.

I, amb tot això, què té l'spinning que no tenen altres reductes del fitnness? Desenvolupat pel ciclista nord-americà Johnny G. el 1987, el paper de la música és un dels elements que ajuden a motivar al personal. Si a això li sumem la figura d'un monitor que condueix la sessió i el factor motivacional de participar en una activitat grupal, trobem alguns dels 'secrets' del seu èxit. En el cas de la selecció musical, n'hi ha per a tots els gustos: des de sessions de música electrònica fins a suggeridors temes de música ambiental que doten de més intensitat els exercicis. Un altre dels seus punts forts és que pot exercir-se al gust de l'usuari. És cert que el monitor tracta de marcar unes pautes, però cadascú pot determinar el grau de resistència del pedaleig i la velocitat que estigui disposat a imprimir-li. A nivell de beneficis, es tracta d'una activitat molt completa on es treballa molt a nivell cardiovascular, així com alguns dels grups musculars més importants. A més s'aconsegueix perdre pes en temps rècord. En una sessió normal d'spinning una dona perd prop de 600 calories i un home 800. Una sessió comuna dura prop de 45 minuts i consta de tres parts molt diferenciades. Els primers 10-15 minuts són una espècie d'escalfament amb pedaleig lent en el qual anem preparant el terreny per a la pujada que s'apropa. La segona etapa és la que té més càrrega de treball: per fer un símil amb el ciclisme seria la part dels ports més durs. Aquí es combinen exercicis tant de peu com asseguts i es va pujant la intensitat al ritme de la música. Nosaltres tindrem aquí l'opció d'anar sumant resistència al treball de pedaleig, encara que és molt important mantenir-nos hidratats en tot moment per no sufocar-nos i evitar la temptació d'abandonar. El monitor de la sessió acostuma generalment a emprar tècniques de motivació en aquesta fase. Entre les més habituals, col·locar-nos en situació i fer-nos partícips, o almenys intentar-ho, d'un viatge imaginari per muntanyes, camins i espais oberts. L'ús de les llums (de vegades treballarem gairebé a fosques), el volum de la música i els crits d'ànim són unes altres de les tècniques més comunes per aconseguir mantenir la tensió. Per últim, la tercera fase, centrada en relaxar els músculs i fer uns estiraments que ens evitaran els sempre molestos cruiximents del dia següent. Després de finalitzar la sessió ja només ens queda gaudir d'una d'aquestes dutxes reconfortants que ho curen tot.

Consells indispensables per als no iniciats en l'spinning. Més enllà de les qües-tions merament estètiques, l'elecció del vestuari pot ajudar o dificultar la sessió de l'spinning. Es tracta d'una activitat on sabem prèviament que suarem. Així doncs és important no carregar-se de peces innecessàries i anar amb el que és estrictament necessari. Si podem anar amb pantalons

Es combinen exercicis tant de peu com asseguts i es va pujant la intensitat al ritme de la música.

curts i samarreta curta molt millor. Als qui tinguin la temptació d'abrigar-se fins a les celles i suar com pollastres a l'ast, cal avisar-los que corren el perill de patir

Una de les millors coses que té l'spinning és que pot ajustar-se al gust del consumidor: des d'estudiants a jubilats.

una bona lipotímia. Més val, doncs, perdre aquests quilos de més en diverses pràctiques que passar-se de frenada en les sessions primerenques. Un altre element que no pot faltar en el kit de l'spinning és la tovallola. En cas contrari, el degoteig suós serà el teu company de viatge durant tot el 'trajecte'. Tampoc és gens recomanable anar a la sessió sense cap tipus de líquid amb el qual hidratar-se. L'aigua és el més sa, encara que també serveixen els sucs o begudes energètiques. En qualsevol cas, els despistats sempre podran beure aigua a les instal·lacions, encara que per a això hauran de baixar de la bici, tallar el ritme i tornar a agafar-lo.
Una de les millors coses que té l'spinning és que pot ajustar-se al gust del consumidor. Això fa que sigui fàcil veure perfils molt diferents a les classes. A continuació, repassem alguns dels més habituals:

Estudiants: Després d'una jornada de llibres, professors exigents i deures, res millor que una escapada al gimnàs en companyia i una bona jornada d'spinning. Ideal per aquells estudiants que estiren més del compte les hores de 'tele' i Internet. Amb una bona sessió d'spinning et quedaràs fregit a les primeres de canvi. El teu cos i la teva ment de ben segur que t'ho agrairan el dia següent. Els estudiants són un dels perfils més habituals, encara que també dels menys regulars. Es guien per batzegades: poden passar-se una bona temporada sent habituals per més tard desaparèixer i tornar a l'estiu quan les classes escolars s'han acabat.

Treballadors: Són la majoria. L'spinning contribueix no només a cremar calories, sinó que també és una bona medecina per desconnectar dels problemes diaris i mitigar els efectes de l'estrès. A més, tots aquells que tenen problemes per conciliar el son o amb símptomes de decaïment trobaran balsàmics resultats en aquestes sessions. Els treballadors són un perfil que acostuma a ser bastant fidel a la seva cita amb el gimnàs. Alguns dediquen cada dia un temps per anar a aquestes sessions. Normalment agafen aquests hàbits i no falten a aquesta cita setmanal.

Jubilats: Són una minoria. Freqüenten més un altre tipus d'activitats que s'adapten més a les seves característiques. És el cas de l'aquagym o el ioga, en que practiquen exercicis més relaxats. En qualsevol cas, en edats compreses entre els 50 i el 60 l'spinning és igualment recomanable i ajuda a prevenir problemes de cor i mantenir la forma.

Avantatges i desavantatges: L'spinning té molts avantatges. És una activitat en què entrenes cos i ment. Et permet perdre qui-

És una activitat que et permet perdre quilos en relativament poques sessions.

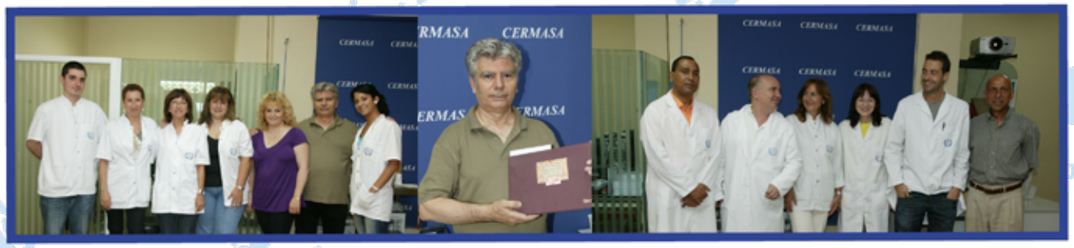
los amb poques sessions i tonifiques els músculs. La música fa que l'activitat sigui més amena i resulta divertit participar de la recreació d'un viatge en bicicleta per camins, paratges naturals, muntanyes etc. També ens permet treballar el sistema cardiovascular i et fa sentir amb més energia. Entre els desavantatges, podríem anomenar el fet que es practica en un recinte tancat i podem arribar a patir calor. A més, no és recomanable per a dones embarassades o persones amb problemes de cor.

Johnny Golberg, l'ideòleg

Nascut a Sud-àfrica, Johnny Golberg traça un d'aquells perfils de superació que casen perfectament amb l'esperit que projecta d'spinning. Ja de petit va patir la bel·ligerància dels problemes racials i ben aviat va interessar-se pels reptes que li plantejava l'esport. L'any 1979 va marxar a Califòrnia on va entrar en contacte amb el World Gym, on es va fer un nom dins el bodybuilding, el gimnàs més prestigiós del món. Paral·lelament comença a dedicar-se al ciclisme de resistència i es converteix en l'entrenador personal de celebritats com Victoria Principal o Kenny Rogers. El contacte amb proves de resistència fa que s'interessi molt per la capacitat de superació i comença a pensar en allò que més tard es coneixerà com spinning. L'any 1987 enregistrarà el nom i serà considerat el pare i ideòleg d'aquesta disciplina. El propi Golberg subratlla el caràcter espiritual d'aquesta activitat. "El meu objectiu és estimular l'ésser humà a trobar el campió que té dins seu..., no necessàriament per a la competició, com altres programes d'entrenaments, sinó per trobar un equilibri interior", assegura.

Gerente

CECILIO BURÓN RODRÍGUEZ
Nacido el 26 de febrero de 1.942
en Villanueva del Duque (Córdoba)
Visiten mi pueblo : www.villanuevadelduque.org
www.valledelospedroches.es



Horario :
De lunes a viernes
de 8.00 h. a 13.30 h.

CERMASA 25 ANIVERSARIO 1983 - 2008

MIERCOLES
ABIERTO
DE 8 de la mañana
a 7 de la tarde
ININTERRUMPIDAMENTE

CERMASA CON LA SEGURIDAD VIAL

NUESTROS SERVICIOS
EMISIÓN DE CERTIFICADOS MÉDICOS PARA :
* PERMISOS DE CONDUCIR
* LICENCIAS DE ARMAS
* SEGURIDAD PRIVADA
* GRUISTAS
* TENENCIA DE ANIMALES PELIGROSOS
* OFICIALES
* TRABAJO
* RESIDENCIA
* NÁUTICA
* BUCEO
* DEPORTES NIVEL 1

25 años gracias a la fidelidad de nuestros clientes y amigos

NOTICIAS:
Cómo recuperar su carnet de conducir caducado hace tiempo...!
Infórmese en www.cermasa.com

GRAN VÍA DE LES CORTS CATALANES 162 - 08038 BARCELONA (JUNTO A JEFATURA DE TRÁFICO)
TEL : 93 431 41 40 - WWW. cermasa.com - Email: secretaria@cermasa.com

Parc del Garraf: un ecosistema únic

A un pas de Barcelona, el Parc Natural del Garraf protegeix un territori singular on podem trobar paisatges sorprenents, formes de vida en perill d'extinció i un abundant patrimoni arquitectònic.

Text: Joaquim M. Pujals
Fotos: Josep Cano

A mitja hora del centre de Barcelona podem gaudir d'un dels paisatges més extraordinaris de Catalunya. Muntanyes arrodonides de blanca roca calcària, esgarrapades i foradades per la força de l'aigua, cobertes de palmeres i matolls i que, al Litoral, s'aboquen a la Mediterrània en abruptes penya-segats. Es tracta del massís del Garraf, que s'aixeca entre la comarca a la qual dóna nom, les planes del Penedès i del Baix Llobregat i el mar. El Parc Natural del Garraf, creat l'any 1986, protegeix una superfície de 12.376 hectàrees d'aquest ecosistema únic, força malmès en alguns sectors per l'activitat humana, però que encara conserva una gran quantitat de punts d'interès natural, històric i cultural.

El massís rep anualment una quantitat de pluja superior al que fa pensar el seu aspecte majoritàriament àrid, a vegades gairebé lunar –tot i que a l'interior hi ha boscos de pins i alzines–. Les característiques de les roques sedimentàries que el formen fan que l'aigua, que les desfà amb facilitat, s'escoli ràpidament cap a les profunditats de la terra –de fet, sota la serralada hi ha un gran riu subterrani–. La sequedat de la minsa capa de terra ha condicionat les formes de vida que hi tenen la seva llar, moltes més de les que sembla a simple vista.

La palmera europea i la tortuga mediterrània, ambdues en perill d'extinció, habiten al massís del Garraf.

En destaquen dues. Una de vegetal, el margalló, l'única palmera europea, i una d'animal, la tortuga mediterrània. Ambdues es troben en perill d'extinció. El rèptil és objecte des de fa anys d'un ambiciós pla de reintroducció al parc. A les coves que foraden les muntanyes també hi viu una notable fauna cavernícola, amb abundants ratpenats i algunes espècies d'invertebrats úniques al món. La resta de la fauna és l'habitual al nostre país: senglars, guineus, genetes, teixons, nombroses aus i serps.

El que ha anat desocupant el Garraf és l'ésser humà. L'abandonament progressiu de l'activitat agrícola des de finals del segle XIX –s'hi conreaven cereals i vinya i s'hi criaven cabres– va anar fent minvar la població d'aquestes muntanyes, avui força deshabitades malgrat estar envoltades per àrees de molt densa urbanització. En queden nombrosos vestigis, com les runes del poble de Jafra, masos i ermites, murs de pedra seca, barraques de vinya o forns de calç.

En temps més recents, l'home va retornar al massís amb intencions més agressives: hi va fer urbanitzacions, pedreres, l'abocador metropolità, camps de tir, una cimentera i infraestructures de transport. Aquesta pressió va dur a la declaració del Parc Natural, que la Diputació de Barcelona gestiona conjuntament amb el d'Olèrdola, que n'és una prolongació natural i amb el qual

està unit per un corredor biològic. De tot això ens en podem assabentar al Centre d'Informació del parc, situat a la finca La Pleta, antic pavelló de caça de la rica família Güell, els mecenes de Gaudí –de fet, l'edifici és obra d'un col·laborador del geni modernista–. Posteriorment es convertí en mas ramader –una pleta és un tancat per guardar el bestiar–. En arribar-hi, crida l'atenció la construcció cònica a la dreta de la façana principal. Indicava el nivell de l'aigua a la cisterna que cobreix.

Des d'aquest lloc podem iniciar diferents rutes pel Parc Natural. Una d'elles porta al cim de La Morella, que amb 592 metres és el punt més alt del massís. Les vistes valen la pena, tot i que per una banda tenim a tocar l'abocador, afortunadament ja clausurat i en fase de restauració (es cobreix la brossa amb terra fèrtil i s'hi planta vegetació autòctona al damunt).

La ruta entre La Pleta i La Morella –dues hores i mitja a peu– permet conèixer alguns dels paratges més interessants del parc. Es passa vora l'avenc d'Emili Sabaté, una de les 300 cavitats censades al massís, territori que va esdevenir fa un segle el bressol de l'espeleologia catalana. Té una fondària de 46 metres i un recorregut de 62, i des de la boca del pou vertical que hi dóna accés es pot veure, sense necessitat d'entrar-hi, un sostre d'estalactites.

Més endavant, el camí travessa el sorprenent paisatge del Pla de Querol, format per milers de rasclers (formes

La tortuga mediterrània és objecte d'un ambiciós pla de reintroducció al Parc Natural del Garraf.

capritxoses, foradades i punxegudes esculpides a la roca per l'aigua de la pluja, i també per dolines –superfícies arrodonides lliures de roques, que l'aigua va desfer i convertir en una capa de terra on poden arrelar les plantes–).

Per tot el massís del Garraf hi ha escampades força masies.

Per tot el massís hi ha escampades força masies. Unes poques mantenen la seva activitat agrícola i ramadera. Altres s'han reconvertit en allotjaments rurals o cases de colònies. Moltes més resten abandonades. Entre les primeres trobem La Fassina o l'imponent Can Suriol. Entre les segones, Can Grau o el Corral Nou. També val la pena pujar a l'ermita de la Trinitat, dalt d'un turó vora el mar al qual es puja des de la carretera de les Costes, prop de Vallcarca. Els sitgetans hi van a fer aplecs.

Al bell mig del Parc del Garraf hi trobem el Palau Novella, una gran mansió encarregada a finals del segle XIX per un indià andalús enriquit a Cuba. Des de 1997 acull un monestir on viuen una vintena de monjos budistes que segueixen les creences d'una branca tibetana d'aquesta religió. L'edifici, que es pot visitar, reuneix l'interès de la seva arquitectura i jardins i el d'un museu de cultura tibetana creat pels monjos.

Al Parc d'Olèrdola, que connecta amb el Parc del Garraf, hi ha una muralla iberoromana.

L'ermita de la Trinitat està dalt d'un turó vora el mar al qual es puja des de la carretera de les Costes.

Al pintoresc poble costaner de Garraf es troben el Celler Güell, una construcció que alguns atribueixen a Gaudí, i unes antigues casetes d'estiueig de fusta a peu de platja. I, a l'encara més petit poble d'Olivella, al cor del massís, la sòlida església de Sant Pere i Sant Feliu, dels segles XV al XVII. A la banda del parc propera al Baix Llobregat destaquen les runes del castell d'Eramprunyà i l'hospital medieval d'Olesa de Bonesvalls, un dels millor conservats del país.

El Parc del Garraf forma un conjunt natural amb el d'Olèrdola.

El Parc del Garraf forma un conjunt natural amb el d'Olèrdola, situat en un turó inclinat en el límit entre el massís i la plana del Penedès, al qual s'arriba per la carretera entre Vilanova i la Geltrú i Vilafranca del Penedès. La seva situació el va convertir en un lloc estratègic per a tots els pobles que hi van passar des de fa 4.000 anys fins a l'Edat Mitjana, quan es va abandonar.

Una prova d'això és l'important llegat arqueològic que conserva, amb vestigis prehistòrics, ibers, romans i medievals. En arribar, impressiona la gran muralla romana. A l'interior, trobem un sistema romà de recollida d'aigua de la pluja, amb un seguit de canals i una enorme cisterna, tot excavat a la roca. Més amunt, l'església de Sant Miquel d'Olèrdola i la necròpoli que l'envolta, i al cim, les restes del castell del segle X, des d'on es domina tot el Penedès.

Més al sud, el Parc del Foix, que envolta l'embassament del riu del mateix nom, és un altre espai natural connectat amb els dos anteriors. Es tracta d'una de les poques zones humides d'aquesta part de Catalunya, cosa que l'ha convertit en l'hàbitat de nombroses espècies. A la vora del pantà s'aixeca Castellet, dominat per la imponent i restaurada fortalesa del segle X, que un dia va defensar la frontera entre Catalunya i Al-Andalus.

El Parc del Foix també connecta amb el Parc del Garraf.

Com arribar:

El Parc Natural del Garraf es troba uns trenta quilòmetres al sud de Barcelona.

En cotxe: per l'autovia de Castelldefels o l'autopista C-32 fins a la sortida 42 d'aquesta darrera. En arribar al peu de les Costes, girar a la dreta cap a la urbanització Rat-Penat i seguir els indicadors del parc. Després d'una rotonda, una pista asfaltada porta a La Pleta, oficina del mateix.

En autobús: Mon-Bus (tel. 93 893 70 60 i www.monbus.cat), La Hispano-Igualadina (tel. 93 488 26 21 i www.igualadina.com), Mohn (tel. 977 221 030 i www.baixbus.cat) i Soler i Sauret (tel. 93 632 51 33 i www.solerisauret.com) porten de Barcelona als diferents municipis que voregen el parc.

En tren: Línia C-2 de Rodalies-Renfe, estacions de Garraf –queda a uns 3,5 km de La Pleta– o Sitges.

On menjar:

- Hostal Les Piques. Av. Turiols, s/n. Urb. Les Colines. Olivella. Tel. 93 896 81 80. A 3 km del poble. Caps de setmana i festius. www.posada-piques.com.
- Masia Segarrulls. Ctra. C-15, km 10,200. Pujada al Castell. Sant Miquel d'Olèrdola. Tel. 93 890 37 99. www.masiasegarrulls.com.

Més informació:

- Parcs del Garraf i Olèrdola: Ctra. Rat-Penat a Plana Novella, km 3,5. Tel. 93 597 18 19
http://www.diba.es/parcsn/parcs/index.asp?parc=10
http://www.diba.es/parcsn/parcs/index.asp?Parc=11&Submit=Anar
- Parc del Foix: Tel. 977 670 326
http://www.diba.es/parcsn/parcs/index.asp?Parc=12&Submit=Anar
- Recinte arqueològic Olèrdola: Tel. 93 890 14 20.
http://www.mac.es/olerdola/
- Palau Novella: Tel. 902 503 353 i www.sakyapa.org
- Jafra Natura: Activitats al parc. Tel. 627 978 566 i www.jafranatura.com

lo de NUEVO
Guillermo
¡ Míralo bien, no es otro colchón !
es el mejor colchón
VISCOELASTICA
* efecto memoria
* regulador de temperatura corporal
* indeformable
* antialérgico
* antiácaros
* adaptación total

+ calidad, + centímetros 21= menos precio
Ofertas sensacionales
TE MERECES UN DESCANSO
TE MERECES ESTE COLCHÓN
Te informaremos sin compromiso
Tel : 93 435 55 37

Cròniques de la veritat oculta

Miquel Miralles

Setembre ens ha deixat a les portes de la recessió. La crisi financera dels Estats Units ens continua arribant amb tota la seva magnitud. El curs escolar s'ha iniciat amb algunes novetats com són les aules de benvinguda per als nens que ens arriben de mar enllà. La cançó del finançament estatutari continua ocupant planes i planes de diari i hores de discussió inútil.

Res no serà igual

Aquesta crisi econòmica és com un túnel, a la sortida del qual, moltes coses ja no seran al seu lloc de sempre. Després de l'enorme fallida financera nord-americana, molts aspectes de l'economia contemporània es posaran en qüestió. Costarà assumir que hem viscut un miratge; tots plegats ens hem arribat a creure que érem més rics del que realment som. L'economia acaba sempre aplicant la seva lògica. Tenim el que tenim i si volem més ens hem d'endeutar. Quan el que tenim per respondre a aquest deute val molt menys del que devem, esclata la bombolla, la crisi, o com li vulguem dir.

Vaques magres

A nivell col·lectiu els comptes tampoc quadren. El nou finançament de Catalunya que recull l'Estatut està encallat i ben travat. La distància entre el que ofereix l'estat i allò que la majoria dels polítics catalans demanen, és abismal. Tot això arriba quan s'han d'aprovar els pressupostos generals de l'estat i els indicadors econòmics auguren un 2009 complicat. Mentre, moltes conselleries de la Generalitat han de replantejar-se les seves inversions a la baixa o, fins i tot, paralitzar-ne algunes. Els ajuntaments també fan sentir la seva veu d'alarma, amb la caiguda de l'activitat de la construcció, les arques municipals no podran mantenir les espectatives d'inversió ni garantir la prestació d'alguns serveis bàsics. Que fàcil és gestionar l'abundor.

El luxe regalat

Massa sovint assistim a la cerimònia d'ostentació de molts càrrecs públics. Fa pocs dies, amb motiu d'una trobada multitudinària d'alcaldes catalans al palau de la Generalitat per, precisament, parlar de l'impacte de la crisi amb el president Montilla, vèiem la plaça Sant Jaume convertida en un saló de l'automòbil. Encara recordo un sopar de Nadal convocat per una institució catalana. Feia pocs dies que havia entrat en vigor la prohibició de circular a més de vuitanta quilòmetres per hora per evitar accidents i rebaixar el nivell de contaminació. Doncs bé, durant tot el sopar, els cotxes oficials van romandre amb els motors en funcionament per mantenir la temperatura de confort de l'interior, no fos cas que en acabar el sopar els insignes ocupants trobessin el seient fred.

Malditos norteamericanos

Miguel Ángel Rodríguez
El Sevilla

Lo que no ocurre por culpa de la crisis ocurre por culpa del calentamiento global. Y por la misma regla de tres, lo que no ocurre por culpa del calentamiento global ocurre por culpa de la crisis. Crisis, crisis y más crisis. Crisis hasta en la sopa, y si la sopa está tan caliente que te despelleja la lengua, es que el planeta se está calentando más de la cuenta.

Si se inundó tu barrio después de una noche de tormenta tan terrible que hasta el Hombre Lobo se quedó en su casa por miedo a salir, al día siguiente siempre sale en el telediario un abuelete diciendo que no había visto llover así en los últimos 50 años, comentario al que el presentador de turno añade que la culpa es del Calentamiento del Globo.

Si el Madrid no ha fichado este año a ningún súper mega Galáctico es porque la crisis ha llegado también al fútbol y si el Barça no juega como tendría que jugar, la culpa es del cambio climático, pues la tierra se está calentando más de la cuenta y en Holanda hace cinco grados centígrados más que hace unos años, por lo que la tierra de los tulipanes ya no da esos magníficos futbolistas holandeses que tanta gloria le dieron a los azulgranas.

Los que tienen hipotecas se comen las uñas, los que tienen trabajo aprietan el culo, los que tienen coche se santiguan antes de echar gasolina. Estamos en crisis, pero la culpa no es nuestra, la culpa es de los norteamericanos, que están en crisis. Por eso ahora estamos todos tan pendientes de las elecciones en los EEUU. O por lo menos eso parece, ya que hasta hace un par de semanas, yo era de los que pensaba que Obama era el nombre de Bin Laden, y resulta que no, que el moro se llama Josema Bin Laden y que el Obama es el que puede ser presidente. Por cierto, esto no tiene nada que ver con la crisis ni con el Calentamiento del planeta, pero hay una pregunta que ronda por mi cabeza, ¿y si entra un negro en la Casa Blanca, seguirá siendo Blanca, o se llamará la Casa Negra? Malditos norteamericanos.

Negro me vi yo el otro día cuando mi novia se encontró un tanga en mi cama. Era incluso de su talla, pero mi novia no usa tangas. Le dije que era de una inspectora de sanidad que había venido a hacer una revisión de las tuberías del agua caliente y que al agacharse al suelo se ensució la ropa por lo que tuvo que quitársela para lavarla y al cambiarse, le dejé mi habitación para que tuviera más intimidad, olvidándose allí el tanguita rojo de encajes. No se lo tragó. Por eso, cuando le dije que la culpa fue de que atravieso por un periodo de crisis y que el calentamiento global me estaba afectando directamente, no se lo creyó. Malditos norteamericanos.

Crisis, ¿de qué?

Justo Molinero

En una sociedad que ya no se espanta por nada, ¿de qué crisis nos hablan? ¿Qué estamos haciendo mal? O mejor dicho: ¿estamos haciendo algo bien?

Un padre discute con su esposa, se lleva a la hija de seis años y después de almorzar juntos la coge y la lanza por un precipicio: ¿hay alguna cosa más desvalida que una hija junto a su padre? A lo mejor la niña creía que su padre estaba jugando con ella. ¡Qué pena siento! Dios la tenga en su gloria.

En L'Hospitalet, el otro día un padre fue capaz de estar esperando en la puerta de su ex hasta que llegó el hijo de corta edad para asestarle varias puñaladas a la madre y como el niño intentó protegerla, también probó el sabor del acero. La madre murió. El niño, afortunadamente, se salvará.

Es raro el día que abrimos la prensa o vemos el telediario sin noticias de violencia de género. ¿Hacia dónde caminamos? Hemos creado una sociedad en la que la difusión de valores no se lleva. El niño putea al maestro con permiso de los padres. El padre putea al empresario con permiso del gobierno. El gobierno nos putea a todos al hablar de lo que no nos preocupa o al menos no en ese orden de prioridades.

Entre todos le hemos perdido el valor a todo, incluso al dinero, claro que siempre podremos decir: "¿por qué no nos advirtieron de que esto podría pasar?" Y claro, ya está pasando.

Con todos mis respetos: ¿de qué crisis hablamos ahora cuando hemos visto como un albañil cobraba más del doble que un médico? ¿Y cuando sabíamos que un lampista cobraba más del doble que un buen abogado?, ¿o es que no es verdad que un vendedor de una inmobiliaria cobraba de comisiones vendiendo pisos de papel más del triple que el comprador?, ¿o es que no decíamos con orgullo cuando un vecino vendía su piso por diez o quince millones más de lo que le había costado: "¡ya hemos ganado quince millones!"? Aquellas lluvias traen ahora estos lodos. Y a todo esto, ¿qué dice el gobierno? Pues que tenemos lo que nos merecemos. El Ministro Solbes dice que la crisis dejará las cosas en su sitio, aunque la pregunta es: ¿sabe el Ministro Solbes cuál es el sitio? Perdonen pero yo ya lo pongo en duda. Llevamos meses que nos niegan la realidad, nos comen el coco con el tema de la memoria histórica, que sí que es importante pero ¿es prioritaria? La nueva ley del aborto, ¿es lo que la gente en la calle demanda? ¿No será que nos toman por tontos y creen que nos pueden engañar con un pistolín? ¿Dónde estaba nuestro Ministro de Economía cuando veía que los bancos no sólo hipotecaban a los jóvenes con pisos ridículos sino que permitían que aquella financiación fuera avalada por los padres y suegros? ¿Y ahora qué? A trabajar todos para pagar un piso que en el mercado vale la mitad de lo que tenemos que pagar al banco.

¿Es que no recordamos ya lo del famoso café del Presidente Zapatero? Qué ridículo lo veíamos todos pero ninguno dijo que la entrada del euro lo encareció todo automáticamente el 67%, ¿o no es verdad que un periódico costaba 100 pesetas y al día siguiente de la entrada del euro costaba 1 euro? Ahora *El Periódico de Catalunya* ya cuesta el domingo 2,20 euros. ¿Se atreverían a pedir por el periódico su equivalencia en pesetas (366 ptas)? ¿Y que un menú en un restaurante de 800 o 900 pesetas pasó a costar 8 o 9 euros? ¿Esta es la crisis económica de la construcción?, ¿la financiera?, ¿la que ha traído hambruna a la Ciudad Condal? Porque, ¿no me negarán que hay hambruna? Hay gente que pasa muchas dificultades, pero a esto, nuestros políticos, nada de nada, no les interesa. "El que no pueda que se joda", eso es lo que deben decir. Ah, eso sí, el PP tiene soluciones ahora para todo. Antes no las tenía.

De la crisis de valores, de la verdadera crisis, hablaremos otro día porque hoy no les quiero comer más el coco.

Hagas lo que hagas, te equivocarás

María José Cordero

Aún no tengo hijos. Por eso, los que sí sois padres y leáis esto, al finalizar muchos diréis: cuando seas madre podrás hablar, no antes. Y a lo mejor tenéis razón. Pero como hablar, (o escribir en este caso) es gratis, digo lo que pienso.

Educar a un hijo es lo más difícil del mundo. Y en cada etapa de la historia, se han marcado pautas de cómo debe hacerse.

En tiempo de nuestros abuelos, a los padres se les llamaba de usted. Existía un respeto, en muchos casos miedo a los progenitores (sobre todo al padre) que hacía que el hijo o hija ni se planteara llegar tarde a casa, contestar de mala manera o hacer la mínima cosa que se saliera de las normas.

Después, se consideró que un padre no debe llamarse de usted, puesto que debe ser alguien cercano al que tutear y plantear tus dudas, inquietudes, miedos y alegrías. Y los padres pasaron a querer ser amigos de sus hijos.

Y los pequeños amiguitos se subieron a las barbas. No podía un padre negarse a comprarle a su amigo tal cosa, o que hiciera tal otra. Si el papá osaba insinuar que le parecía mal que llegara a las claritas del día, el hijo-amigo no se cortaba un pelo en gritarle, contestarle de mala manera y decirle al viejo que chochea. Y se crearon pequeños tiranos que pasaron a llevar la voz cantante en la casa.

Afortunadamente, ahora la corriente que se lleva es la de ser padres, con cierta autoridad pero con cariño, dejando que los amigos sean los amigos. Pero eso sí, los padres se muestran abiertos a dialogar con los hijos sobre temas que antes eran peliagudos de tratar, intentando aconsejarles lo mejor para ellos.

Si eres padre o madre, espero que consigas educar a tus hijos lo mejor posible. Sabiendo que, como dice la sabiduría popular, hagas lo que hagas te equivocarás.

Cada cosa en su sitio

Rosa Rodríguez

Hace unos días vi por televisión una noticia que me dejaba perpleja. Aún hoy me hago cruces de cómo pueden salir tan mal las cosas. La noticia se refería y hablaba sobre una presa enferma terminal que, aún estando en el hospital y con la certeza de que no saldría de allí con vida, el juez que llevaba el caso no autorizó a la familia, aunque le imploraron, a visitarle y darle el último adiós. Sé que estamos hablando de una persona que estuvo en prisión, que estaba privada de libertad por algún delito que en el transcurso de su vida cometió, pero también hablamos de un ser humano que incluso equivocándose en la vida, tiene derecho a morir junto a alguien que lo quiera. La indignación ante la noticia fue mayor al saber que ese mismo juez que impidió que un ser querido le cogiera la mano antes de morir en una habitación, era el mismo que dejó salir de permiso a un abogado, famoso por sus fraudes y engaños, y que en estos momentos está desaparecido y fuera de nuestro país.

Unos días después nos enteramos que al juez que no metió en la cárcel al pederasta que había abusado de su propia hija e intentado a través de internet volver a intentarlo con otra niña, y que gracias a que disfrutaba de esa inmerecida libertad consiguió presuntamente matar a la pobre niñita Mª Luz, le han impuesto una multa de 1500€. Parece de risa ¿verdad? y desproporcionado si lo comparamos con lo que le han impuesto a la secretaria de dicho juez, seis meses de inhabilitación y una multa de 3000€. Pero por si esto fuera poco, a este señor no le ha parecido justa la multa y la ha recurrido. No me puedo imaginar lo que sentirán los padres de Mª Luz ante semejante injusticia. Una vida no puede costar tan barato. Ya sabemos que no quería que esto pasara, pero si pasó gracias a su ineficacia en esos momentos, que lo asuma y que no tenga la desfachatez de recurrir esa ridícula multa.

Un juez es una persona que como tal puede equivocarse, pero en estos casos no estamos hablando de a quien le pertenece el coche o los muebles en una separación, estamos hablando de vidas que se han perdido por la negligencia de otras personas. Ellos también tienen que responsabilizarse de sus actos. Cada cosa en su sitio. Los jueces son los que nos juzgan, pero ¿quién les juzga a ellos?

¿Plagio o contagio?

Eusebio Burgos

Los poetas de hoy recogen las palabras que los viejos poetas recogieron de otros. Todo vuelve, cosido al ir y venir de las olas del tiempo. Lo vivido y lo leído. Todavía llovizna cuando regresamos juntos al patio de la casa de verano. Olor a heno y tierra mojada. Una extraña mansedumbre cubre huertos y campos. Contemplo la lluvia en tus cabellos mientras una paz interior me obliga a abrazarte. Podría explicar lo sentido este verano con un hermoso poema de Antonio Machado.

Escribo este párrafo mientras descubro que el nuevo disco del cantante aragonés Enrique Bunbury se titula "Soy el hombre delgado que no flaqueará jamás". Son los versos más famosos del malogrado poeta madrileño Pedro Casariego. El líder de *Héroes del Silencio* no se disculpa por el plagio. Al contrario, ataca recordando que todos hacen lo mismo (Dylan, Cohen, Lennon...) y que si alguien quiere acusarle que vaya a los tribunales.

No seré yo quien juzgue a Bunbury. Nadie duda que la obra de Machado o Miguel Hernández no sería tan popular si Joan Manuel Serrat no hubiese musicado sus versos. Muchas han sido las aportaciones en ese sentido, con o sin reconocer paternidades.

En la vida los ruidos no nos dejan escuchar el silencio. Y cuando alcanzamos a poner música a una historia nos faltan las palabras. Esas mismas palabras que muchos otros expresaron. La vieja luna sigue ahí colgada de melancolía. Como un parpado que se abre o se cierra, perfecta coartada de la noche. Como una enorme bola de nieve que se quedó a la distancia justa, casi prendida de los árboles. La luna que miles de poetas han descrito como metáfora de pasiones solitarias, de promesas incumplidas.

De niño la observabas hipnotizado, queriendo encontrar respuestas. Al final de la vida aparecen las preguntas, porque es entonces, cuando aprendes a callar cuando estas solo. De esa esfera blanca como un sueño, con los años te miras y reconoces. Una vida escrita en su borrosa mirada.

La creación no es un acto de soledad. Contamos las cosas para ahuyentar la angustia y no llorar a escondidas. Se escribe para que la sonrisa de un niño se contagie. Para que un grito se convierta en un eco imparable.

La creación no es un acto de soledad. Contamos las cosas para ahuyentar la angustia y no llorar a escondidas.

La palabra está para ser robada, para trazar las líneas de la vida, para que el agua envenenada pueda beberse.

"Esta vida demasiado plácida me extingue. Estas horas solemnes sofocan los incendios imprudentes y los papeles en llamas. Ansío el terremoto particular que alguien me ha prometido". Son versos póstumos de Pedro Casariego, epilogo de su pronto suicidio. Hace bien Bunbury en recuperar a un poeta maldito. En hacer suyo un grito olvidado. Copiemos lo que sentimos y no alcanzamos a expresar. Juntemos sentimientos, sensaciones, palabra. Sintamos la vida unidos con la enorme fuerza de la poesía.

Las cosas por su nombre

Según los informes de Sanidad, el cáncer se ha convertido desde 1999 en la primera causa de muerte global en España. Un 24% de las defunciones de este país, o sea, prácticamente una de cada cuatro personas fallecidas, lo son a causa de una enfermedad tumoral; se estima que uno de cada tres hombres y una de cada cinco mujeres padecerán cáncer en algún momento de su vida.

Solo con estos datos ya sería suficiente para explicar que debemos tratar la palabra cáncer con respeto y consideración por todas las personas directa e indirectamente afectadas por esta enfermedad, que afortunadamente hoy, tienen un porcentaje de curación superior al 50%. No hace tantos años, cuando se fallecía de cáncer, la familia del finado como máximo comentaba "ha mort d'un mal dolent"; vaya... ni que hubiera alguna enfermedad que fuera buena. Todavía hoy, en las necrológicas ponen "ha fallecido tras larga enfermedad". Qué más da si es larga o corta.

Ya nadie mira al que tiene o ha tenido cáncer como un apestoso, ya se ha detectado científica y clarísimamente que no es infeccioso, no es contagioso etc. Pero imaginaros cuando al que está bien de salud le comunican que tiene cáncer. Después le vienen las pruebas, intervenciones quirúrgicas, estancias en hospitales y clínicas, quimioterapia, radioterapia, en definitiva, muchas horas libres y enfermo, que se trata de pasarlas lo mejor posible dentro de esas circunstancias de dolor, sufrimiento e incertidumbre. Como uno no tendrá muchas ganas de fiesta ni de salir, escucha la radio y oye literalmente "ETA ha cometido un atentado en Bilbao con el resultad de siete muertos y trece heridos". Esta es la noticia y el comentarista añade "esa banda asesina es un cáncer que tiene este país que no hay manera de parar". Se cierra la radio y se acude a la televisión, donde hacen un programa sobre los robos de los albano-kosovares y las bandas urbanas latin king. Tras mostrar imágenes de una extraordinaria violencia y agresividad, el comentario es "este cáncer que nos invade, y las autoridades no consiguen atajarlo de ninguna manera". Se cierra la televisión y se acude a la prensa, la noticia es la violencia de género. "Un hombre ha matado a cuchilladas a su pareja dejándola muerta en un gran charco de sangre". El comentario: "en lo que llevamos de año, las fallecidas son 60 y esto es como un cáncer que se ha enquistado en nuestra sociedad sin posible solución a la vista."

Con la sensibilidad tan a flor de piel que se tiene en esos momentos de la enfermedad, llamemos a las cosas por su nombre, al asesino, asesino, al hijo de mala madre, hijo de mala madre, al terrorista, terrorista y así todo. El cáncer es cáncer y no otra cosa. No hagamos sufrir a gente que no merece ni tiene por qué verse comparada con esos elementos. Haríamos bien entre todos recordárselo a los medios y a las personas que no llaman a las cosas por su nombre.

Marina Rossell al Teatre del Liceu

Justo Molinero

El pasado 11 de septiembre tuvimos la oportunidad de ver en concierto en el Gran Teatre del Liceu a Marina Rossell. Interpretó canciones atemporales. Cantó más de un siglo y medio de nuestra historia. Revalorizó nuestro patrimonio cultural.

Después de grabar más de 20 cd, Marina Rossell volvió a sus orígenes.

Si en el año 1976 fue cuando editó su primer disco *Si volíeu escoltar* con arreglos de Lluis Llach en el que recopilaba canciones populares catalanas actualizadas, fue el día 11 en el Liceu, al interpretar *L´emigrant*, cuando el público se puso de pie para aplaudir, y así hasta que Marina finalizó el concierto. La conexión entre la artista y el público que abarrotaba el Liceu fue total.

Marina Rossell: petita història d'una veu exquisita

Optimistas, sinceros y apegados a las marcas

El acceso a Internet y una vida hasta ahora fácil han hecho de los jóvenes menores de 20 años una nueva generación que cuestiona la autoridad, es crítica y se cree influyente. Valoran la autenticidad, otorgan el respeto a quien se lo gana y tienen la felicidad como centro vital. Eso se traslada después al mercado laboral, donde quieren opinar y tienen más fuerza que nunca para negociar. Prima el talento. La originalidad. Cada cual es único. Irrepetible. Y eso se paga... si bien el dinero no es lo realmente importante.

Artur Zanón

"Las cosas no son como antes", "Cuando tu padre era joven, esto no lo podíamos hacer", "¿Hace falta que sea de marca?". Son sólo tres ejemplos de lo que un joven nacido desde 1988 puede escuchar en boca de sus padres, aunque podrían poner otros muchos casos de sus discusiones diarias en familia. Diez años de trabajo y conversaciones con público infantil y juvenil han servido a Jeroen Boschma, experto en comunicación en ese nicho de mercado, para trazar las pinceladas de esa generación que ahora se forma en institutos o universidades y, sí, también pagará las pensiones en el futuro. Les bautiza como la Generación Einstein. Y olvídese, nada de botellón, de drogas o de adicciones: son "más listos, más rápidos y más sociales".

Para esta generación, Internet forma parte del paisaje; y eso marca: la información (y las cosas) se piden y se consumen ("Lo quiero ya") en cualquier lugar, a cualquier hora y de cualquier manera. Tampoco han padecido dificultades económicas. La vida es fácil. El futuro está ganado.

El autor considera que estas diferencias tienen unas consecuencias bien definidas: cuestionamiento de la autoridad, son prácticos, se socializan de otro modo y su consumo es influyente.

Para la Generación Einstein, Internet forma parte del paisaje y esto marca su forma de vivir.

Ni religión, ni maestro, ni padres, ni políticos. Tampoco los medios de comunicación. La autoridad es cuestionada. El acceso a más fuentes de información de las que nadie podría pensar hace una generación que ha desautorizado a los "monopolios". La tele o el profesor son una vía más de información. Valdrán las pruebas, pero no las imposiciones.

Los jóvenes se definen como prácticos y críticos. Ante el gigantesco flujo de información, reconocen que será imposible asumirlo todo. Siquiera una pequeña parte. Así es que hay que discriminar, filtrar, elegir. Ellos marcan qué es importante y relevante. Eso desarrolla su espíritu crítico en una sociedad en la que una imagen vale más que mil palabras. Para la Generación Einstein, muchísimo más.

El ordenador es... una extensión del cuerpo. Quizá un brazo con el que escribir mensajes instantáneos, crear comunidades virtuales, actualizar blogs, participar en chats. En resumen, amplían las formas de comunicación pero no destierran las tradicionales.

El Internet 2.0 les permite revolucionar el sentido de la comunicación: de receptores pasivos pasan a ser además emisores. Enviando correos a los amigos, éstos a los suyos, y así sucesivamente, se puede castigar a aquella empresa que no respeta los derechos infantiles en China o popularizar una marca. Son conscientes de que la información es poder. Lo aprovechan y actúan. Por primera vez las quejas pueden generar efectos reales.

El desarrollo personal, que pasa por la felicidad personal y el disfrute del momento, es el valor en torno al cual gravita la vida de estos jóvenes.

En este contexto, el dinero es secundario. Lo material se desenfoca para poner en primer plano la felicidad. Para Jeroen Boschma, la Generación Einstein es auténtica: las opiniones se expresan con claridad, sin miedo; también esperan lo mismo de sus amigos, y que las empresas que se presentan como modernas actúen como tales. Ser fiel a uno mismo o demostrar día a día la capacidad es la manera de ganarse el respeto; no se lleva obedecer a ciegas a los mayores o a los jefes por su edad o por su cargo.

En consecuencia, el desarrollo personal, que pasa por la felicidad personal y el disfrute en cada momento, es el valor en torno al cual gravita la vida de todos estos jóvenes.

Los países avanzados se decantan por trabajos en los que prima el valor personal, el talento, la fidelidad. Esto les favorece porque incrementa su capacidad de negociar con un empleador. Si de verdad lo quiere (a él, trabajador irrepetible), quizá la empresa estará dispuesta a ceder, a negociar. La creatividad y el conocimiento son los puntos fuertes de la economía actual.

Efectivamente, los recursos humanos son lo primero en las firmas. Ellos quieren influir sobre ellas. También en el trabajo. Necesitan que sus opiniones sean tenidas en cuenta, visto que el dinero no es lo más importante. Necesitan transparencia y diálogo con los superiores. De un paso (con un correo electrónico) están en contacto con él. Las jerarquías suenan a rancio. Como miembros de la generación mejor formada, conocen mejor que nadie la legislación que les afecta, piden sus derechos. Cada vez más (así lo corroboran también los reclutadores) anteponen la felicidad. Sí, esa que guía sus vidas. Tienen claras las prioridades. Ningún trabajo les hará renunciar a su concepción de felicidad. La pasión y la satisfacción personal van por delante.

Así se creen y así les han descrito.

Lo que cambia en medio siglo

Los valores de la Generación Einstein se diferencian notablemente de los de sus hermanos mayores y más aún de los de sus padres. Los baby-boom (mundialmente va del 1945-55; aquí un poco más tarde) les marcó la reconstrucción de la posguerra, tenían muchísimos ideales (y de ahí que se les asocie con la protesta), esperaban un futuro diferente al presente de entonces y su identidad se construía por independencia de los padres y la autoridad. En cambio, los hijos de la generación X, concebidos entre 1960 y 1985, sufrieron de pleno la depresión económica de los 70: negatividad, vacío ideológico, relativistas, ningún futuro... Su identidad equivale a pertenecer a un grupo y las marcas, que surgen entonces pero tienen una presencia más que secundaria. La Generación Einstein, optimista y que sólo ha conocido prosperidad, se cree seria, sostiene ideas tradicionales, espera un buen futuro y convierte a las marcas en algo omnipresente. Lo importante es ser sincero con uno mismo.

El circuit d'agilitat i equilibri exigeix molta velocitat; però no per córrer molt s'arriba abans...

"Mama, de gran vull ser bomber"

"Jo vull ser bomber des que era petit", diu l'Albert. "Amb el meu pare sempre perseguíem les sirenes dels camions i, si els vèiem treballant, ens aturàvem a veure'ls". A molts nens, quan se'ls pregunta què volen ser de grans, responen que bombers. Però, tot i que amb el pas dels anys són cada vegada menys, els que de veritat volen assumir l'esforç que exigeix preparar-se les oposicions, alguns ho tenen molt clar.

Carlos G. Cano

L'Albert ja s'ha presentat un parell de vegades i ara té dipositades totes les seves esperances en el procés de selecció que, tant l'Ajuntament de Barcelona com la Generalitat de Catalunya tancaran aquest mes d'octubre.

Però l'Albert no és pas l'únic. Per les 45 places que ofereix l'Ajuntament de Barcelona s'han presentat 1.852 aspirants. I per les 110 convocades per la Generalitat, més de 2.100.

Un d'ells és el Dimas, un jove d'Alacant que es va replantejar què fer a la vida fa un parell d'anys, i va decidir que volia ser bomber: "havia fet coses relacionades amb el tema, com treballar de socorrista aquàtic, a les ambulàncies..." Però fins que l'any passat va fer de forestal, on va veure de prop la feina dels bombers professionals, no va poder dir "amb certesa 100%" que aquesta seria la seva feina.

La qüestió és: què atrau tants joves a aquesta professió? Segur que és la vocació? En Joan Pedreny, director del Servei de Prevenció, Extinció d'Incendis i Salvament de l'Ajuntament de Barcelona, creu que "abans hi havia un component genètic, fins i tot. Hi havia famílies que generació rere generació anaven passant pel cos de bombers", i tenint en compte la compensació econòmica que rebien, "sense entendre el perquè".

Ara, en canvi, més aviat lligaria els motius a l'existència d'un "opositor professional: gent que el que vol realment és optar a una feina fixa, i si aquesta està en la línia de les seves expectatives, doncs millor. La part vocacional també hi és", diu en Joan Pedreny, "però en comparació al que hi havia abans, no tant".

Les respostes dels joves aspirants són força menys pragmàtiques que la del responsable dels Bombers de Barcelona. L'Albert, per exemple, parla d'ajudar els altres, i de "treballar amb el propi cos i no des d'un despatx, sinó que directament amb qui ho necessita".

El Juanjo, que és un altre opositor a bomber, també ha passat, com el Dimas, per les campanyes estiuenques de forestals. Ja en porta vuit, de fet. Però no va ser fins que va acabar INEF que va decidir que volia ser bomber. I hi ha un fet que el va marcar: "baixant de Viella vaig tenir un accident de cotxe molt fort, i van ser els bombers qui em van treure".

Superar entrebancs

Però tant se val si els motius tenen res a veure amb la tranquil·litat laboral o el romanticisme. Les proves són les mateixes per a tots, i són molt dures, per cert. Primer cal passar el tall de l'examen teòric i el psicotècnic. Després vénen les proves físiques, l'examen de camió, la revisió mèdica i, finalment, una entrevista personal.

I totes són importants, és clar, però n'hi ha una que, probablement exigeix més esforç que la resta. El Jesús Aguilar ho sap perfectament. Des de fa set anys treballa com a preparador físic al gimnàs Badrena de Barcelona, on entrenen prop de 40 joves que volen ser bombers, i sosté que "no hi ha una prova més difícil. Això depèn de la persona".

I és que per a bé o per a malament, hi ha prou varietat com per poder triar. Ara, Ajuntament de Barcelona i Generalitat tenen les mateixes cinc proves: la tracció sostinguda –o *pajarito*– que consisteix a aguantar el màxim temps possible penjat d'una barra horitzontal; la *course navette*, que mesura la resistència fent córrer el personal cada vegada més de pressa, fins que ja no poden més; la tracció general, que serveix per mesurar els quilos de força que poden aixecar; el circuit aquàtic, en el que cal demostrar cert domini del mitjà en una piscina; i el circuit d'equilibri i agilitat, que és al que se li dedica més temps d'entrenament perquè, diu el Jesús, "requereix un grau d'aprenentatge més alt que la resta de proves".

El Jesús, l'entrenador dóna ànims, motiva... i de tant en tant esbronca.

En aquest circuit, en el mínim temps possible, els aspirants a bombers han de pujar d'un salt a la barra d'equilibris, fer un gir de 180º, caminar cap enrere fins que l'examinador els digui cap a on han de girar, dreta o esquerra, seure cap al costat que els han dit, fer una palmellada per demostrar que han deixat anar la barra, i sortir cap al circuit. Llavors fer una voltereta, passar per sota d'una valla, saltar el *plinton*, passar per sota d'una altra valla, i fer un salt. "Quan un peu toca el terra, s'atura el cronòmetre".

Com a mitjana, des que el Jesús es dedica a ajudar els futurs bombers, d'uns 40 que es presenten, arriben a fer les proves físiques poc menys de la meitat, i al final aconsegueixen aprovar entre 5 i 9. L'índex d'èxit no està pas malament, però "ja pots tenir unes proves físiques de 10, que si no passes el psicotècnic..." El Jesús diu que "quan algú entra és perquè ho fa fet tot notablement". L'Albert afegeix que qui ho aconsegueix és "perquè no té cap anècdota a explicar".

L'Ajuntament de Barcelona i la Generalitat de Catalunya tenen les mateixes proves.

El 2006, dos dies abans de les físiques, després de passar el primer tall i estar molt ben situat, va tenir un accident de moto i es va trencar la cama. "No cal fer res de superheroi. Som gent normal. Senzillament s'ha de tenir sort, no cagar-la en res, no tenir cap *pinyo*, no descuidar-te res... I ja està. Requereix molta preparació però no és pas impossible. S'ha d'insistir". I hi ha qui insisteix molt i hi ha qui no tant, és clar. El Dimas diu

Ressistint amb la barbeta per sobre de la barra.

que la majoria de gent que ha conegut "normalment sap el que vol. Sempre hi ha qui ho ha deixat, però perquè ho volia provar, ha vist que és dur i ha acabat marxant". L'Albert és força radical, en això: "no es pot intentar ser bomber. O ho tinc claríssim i faig tot l'esforç necessari, o ho deixo".

També és cert que tot depèn del temps que se li dediqui. "Hi ha qui en un any ha entrat", explica el Jesús. "Com la Míriam, la primera noia del cos de Bombers de Barcelona. Ella, en 10 mesos només va faltar dos dies: el més important és la constància". També hi ha casos totalment oposats, però, com "el d'un que va entrar l'any passat i que portava opositant amb mi sis anys. I ell tenia família, treballava i havia de pagar una hipoteca".

A banda de l'esforç físic, però, també cal tenir en compte la despesa econòmica: l'Albert fa números i conclou que, entre el carnet de camió, que és obligatori, i els de tràiler i autobús, que donen punts, s'ha gastat uns 3.500 euros. "I després el gimnàs: cada mes, 100 euros". Hi va des de l'octubre del 2005... Però no només són les despeses. Deixar de treballar per poder-te preparar més intensament pot suposar "deixar de guanyar un sou mitjà de 1.000 euros durant dos anys", diu l'Albert. "I això són molts euros".

L'entorn familiar

Però el fet de preparar-se les oposicions no només afecta els propis aspirants. L'Aïna, la companya de l'Albert, és metge i s'està preparant el MIR, així que entén molt bé certes coses. Però diu que fa sis mesos que no poden planejar un viatge "perquè hem d'estar pendents de quan sortiran *les opos*". A més "si marxem, ha de ser en un lloc on ell pugui entrenar. I és clar, cada dia sopem amanida i carn, o amanida i truita, o amanida i peix a la planxa..."

La companya del Dimas, la Vicky, ha acabat optant per anar-se'n de vacances amb les amigues, en comptes de fer-ho amb ell. "Mai hauria pensat que aquesta decisió afectés tant la nostra vida", diu. I de fet, a diferència de l'Aïna, que valora molt "la família que s'ha creat a partir d'això", la Vicky prefereix no fer vida social amb la gent del gimnàs, "perquè l'oposició ja planeja prou sobre les nostres vides. I si quedéssim amb ells seria tot un monotema".

Aquest any les proves físiques de l'oposició de la Generalitat es van fer el mateix dia que l'examen teòric de l'Ajuntament. I tot i que un canvi d'horari pactat de mutu acord va fer possible que qui es presentava a totes dues oposicions pogués fer-ho tot, l'Avelino Agud, secretari general de l'Agrupació de Bombers de CCOO a Barcelona, titlla la situació de "legal però lamentable". De fet, aquestes coses, com també haver d'esperar la convocatòria durant molts mesos, mantenint-se sempre en plena forma, fa que molts opositors es posin nerviosos. El cas del Juanjo és especialment difícil. Aquest any farà els 35, l'edat límit per aconseguir una plaça de bomber a Catalunya, de manera que té "més motivació i més pressió". Si no ho aconsegueix, ho intentarà un o dos anys més a València, on no hi ha límit. I la seva mare el recolza: "si fa quelcom que li agrada, doncs mira: *más vale mil pesetas a gusto que cinco mil a disguto*".

El fet de preparar-se les oposicions no només afecta els aspirants, sinó també els familiars.

Però de vegades, no n'hi ha prou amb el que et diuen a casa. Per això el Jesús, els dilluns i els divendres, arriba una mica abans al gimnàs. Perquè "moltes vegades, hi ha gent que també arriba una mica abans i parlem. Des de qüestions personals, que influeixen a l'hora d'entrenar, fins a dificultats tècniques o temes d'ansietat".

Per rebaixar la tensió, tampoc va malament una mica d'humor. Però cap dels protagonistes d'aquest reportatge diu saber-se un acudit de bombers. En comptes d'això, el Dimas m'explica que, a Barcelona, pràcticament a diari reben trucades de gent que s'ha deixat les claus dins de casa i el foc encès. I que, sovint, els bombers arriben, obren, comproven que allò del foc no era pas veritat, i tornen a tancar. *Idees de bomber*, com diu la dita que recorda el Joan Pedreny: "el que ningú empraria per resoldre un problema" –en aquest cas la barra d'un ciutadà despistat– "un bomber ho utilitza".

A més de preparar-se físicament, cal estudiar: una mica de física, de legislació, de teoria del foc...

Veritats i mentides del Vi

Julieta Domènech

Les ampolles de vi s'han de guardar en horitzontal.

Cert. L'ampolla de vi s'ha de conservar en posició horitzontal perquè, quan està dreta, el tap deixa d'estar en contacte amb el vi, el suro s'asseca i llavors entra aire a l'ampolla i el vi es pica. En canvi, quan l'ampolla està estirada, el tap està sempre humit perquè el vi hi està en contacte. Així, el suro està expandit i ni surt el vi de l'ampolla ni hi entra l'aire, i el vi conserva totes les seves propietats.

El vi blanc va bé per acompanyar el peix i el negre, per la carn.

Cert. Però aquesta norma d'or no cal seguir-la sempre sinó que hi ha gustos a mig camí que donen espai per innovar i provar altres combinacions. Per exemple, hi ha peixos greixosos, com l'orada i la llobarro, que podrien anar perfectament amb un vi negre jove (és a dir, que només ha estat sis mesos en bóta i encara conserva el caràcter afruitat), i aus, com el pollastre i l'ànec, que es poden acompanyar d'un vi blanc.

Quan una ampolla de vi queda a la meitat, cal guardar-la amb una cullereta enlloc del tap.

Fals. El vi evoluciona en contacte amb l'aire. Quan l'ampolla de vidre està tancada, el contacte amb l'aire és mínim i el vi manté totes les seves característiques. Un cop s'ha obert l'ampolla, posar-hi una cullereta enlloc del tap no serveix per res perquè l'aire segueix entrant dins l'ampolla i el vi va perdent les seves propietats. El millor, doncs, és acabar-se l'ampolla un cop s'ha obert.

El cava s'ha de treure al final de l'àpat.

Fals. El 60% de la producció nacional de cava a Espanya ens la bevem a les festes de Nadal. I, de fet, la majoria de consumidors relacionem el cava amb la celebració. Però el cava no s'hauria d'utilitzar només per brindar, com a colofó final d'una celebració especial, sinó que és un vi idoni per acompanyar un àpat sencer, ja que va bé amb gustos molt diferents. Així, per exemple, en un pica-pica o un dinar molt ampli, la millor manera per no marejar el comensal canviant de vi a cada plat és acompanyant tot l'àpat amb un cava o un vi rosat.

Cal conservar el vi blanc a la nevera i el negre, fora.

Fals. Un cop escollit el vi, és molt important tenir cura de l'ampolla perquè mantingui totes les seves propietats. La norma bàsica per la bona conservació de qualsevol vi és la constància en la llum, la humitat i la temperatura, que idealment hauria de rondar els 15º, tot i que tampoc passa res si es manté a una temperatura més elevada. El que és important és que l'ampolla, sigui de vi blanc o de vi negre, mantingui sempre la mateixa temperatura. A l'hora de servir-lo, el blanc caldrà refredar-lo una mica fins arribar als 8 o 10º (no cal que se serveixi gelat), mentre que el negre té una temperatura òptima de servei de 18º (tampoc no s'ha de servir calent).

El cava no només s'ha d'utilitzar per brindar, sinó que és idoni per acompanyar un àpat sencer, ja que va bé amb gustos molt diferents.

A l'hora de servir-lo, el vi blanc cal refredar-lo una mica fins arribar als 9 o 10º, mentre que la temperatura òptima del negre se situa als 18º.

Cada vi té la seva copa.

Cert. Tant el vi negre com el blanc se serveixen en copes tipus tulipa, és a dir, en copes lleugerament allargades i que tenen la vora una mica corbada cap a l'interior. El vi negre, però, necessita més espai que el blanc que, a més, evoluciona diferent. Per això, la copa pel blanc i pel negre tenen la mateixa forma però no la mateixa mida: la copa pel vi blanc acostuma, doncs, a ser la més petita. Pel cava, abans s'utilitzava la copa Pompadour però el carboni s'hi evaporava massa ràpidament, així que en els darrers anys s'ha substituït per una copa més allargada, l'anomenada copa tipus flauta, que facilita un recorregut més adequat per les bombolles, que tenen l'espai òptim per anar pujant de mica en mica.

El color del vi depèn del tipus de raïm amb què es fa.

Fals. El color que pren el vi depèn no del tipus de raïm sinó exclusivament de la pell del raïm que s'ha usat per elaborar-lo. Els vins negres adquireixen el seu to fosc quan, en el procés de maceració del vi, el most es manté en contacte amb la pell violada del raïm negre fins que adquireix la intensitat de color desitjada. En canvi, el vi blanc, que es pot fer tant amb raïm blanc com amb raïm negre, el most mai es deixa en contacte amb la pell del raïm. Així, el raïm blanc dóna vi blanc però el raïm negre pot donar tant vi blanc com vi negre.

El tap de suro és català.

Cert. Des de sempre, Catalunya ha estat capdavantera mundial en la producció de taps de suro. De fet, actualment el 60% dels taps per a vi espumós que es fabriquen al món es fan a Catalunya. Només els taps de suro per cava sumen un total de 1.300 milions cada any, a més dels 1.400 milions de taps per a vi tranquil que també es produeixen en terres catalanes anualment. La majoria d'aquests 2.700 milions de taps de suro que tanquen ampolles d'arreu del món vénen de les comarques de l'Alt Empordà, el Baix Empordà, el Gironès i la Selva.

Els vins amb denominació d'origen són més bons.

Cert. La reglamentació europea utilitza el terme "denominació d'origen" (DO) per referir-se a vins de qualitat produïts en una regió determinada. De fet, una denominació d'origen és una indicació geogràfica que garanteix l'origen i la qualitat d'un vi, elaborat a partir de certes varietats i seguint pràctiques vinícoles, enològiques i d'envelliment determinades prèviament. A Espanya hi ha 72 DO, onze de les quals són a Catalunya. D'entre les més conegudes al Principat, destaquen les Denominacions d'Origen Penedès i Priorat.

El vi ha d'acompanyar gustos que li són molt semblants.

Cert. A l'hora d'escollir el vi que haurà d'acompanyar un bon àpat, la idea que sempre cal seguir és la dels maridatges, és a dir, casar gustos que són o bé molt semblants o bé molt diferents. Amb un pastís de fruites, per exemple, hi va molt bé un moscatell, perquè s'uneix dolç amb dolç. Però també es pot triar l'altra opció i acompanyar un pastís de xocolata amarga amb un licor dolç com un caramel creant, així, un contrast que funciona molt bé.

Beure una copa de vi al dia redueix el risc de patir un atac de cor.

Cert. Sense que hi hagi acord entre els científics sobre la quantitat exacta que cal ingerir, el tipus de vi que és més beneficiós, i el motiu dels efectes positius del vi sobre el sistema cardiovascular, sembla que el consum moderat de vi negre, és a dir, una copa al dia, ajuda a protegir el cor, disminuint el risc de patir un atac cardíac.

Som el que mengem

La relació entre salut i alimentació es perfila com una de les preocupacions de les societats opulentes, assotades per les malalties que generen els mals hàbits de nutrició com el colesterol, l'obesitat o l'anorèxia. 'Som el que mengem', proverbi del filòsof alemany Feuerbach continua tenint vigència 100 anys després. A dia d'avui cuiners, educadors i metges no són aliens a aquesta inquietud creixent.

Mònica Villanueva

L'estil de vida modern, la implantació del fast-food junt amb l'augment de casos d'hipertensió, d'obesitat o trastorns alimentaris com l'anorèxia i la bulímia, fan cada cop més necessaris posades en comú com el III Congrés Internacional de Gastronomia i Salut que s'ha celebrat a Pamplona entre el 29 de setembre i el primer d'octubre. Una trobada entre reputats cuiners i metges especialitzats que han tractat temes com la relació entre el menjar i el càncer, la gastronomia apropiada per a malalts i els trastorns com la hierfàgia (desfici per menjar) i la hiporèxia (dejuni).

Plats lleugers

Entre els ponents ha estat el científic Manuel Toharia que en el seu últim llibre *Confieso que he comido. Mis memorias metabólicas*, sosté que es pot menjar d'una forma saludable sense renunciar al plaer gastronòmic. En aquesta mateixa direcció, el prestigiós cuiner Martín Berasategui treballa colze a colze amb dietistes i nutricionistes per aconseguir menús sans, d'ingesta equilibrada i fàcil digestió. Aquesta tendència de "cuina saludable" que avui arrasa entre les societats posmodernes va ser iniciada pel cuiner francès Michel Guerard a partir de la publicació del llibre *La grande Cuisine Minceur* (La gran cocina adelgazante), la primera concreció culinària que explica com aprimar-se menjant. Avui no és difícil d'imaginar la magnitud de l'escàndol que va afrontar Michel Guerard en aquell moment (1976) en aconseguir moure els ciments de l'alta cuina amb l'única arma de la lleugeresa dels plats.

Qualitat versus Quantitat

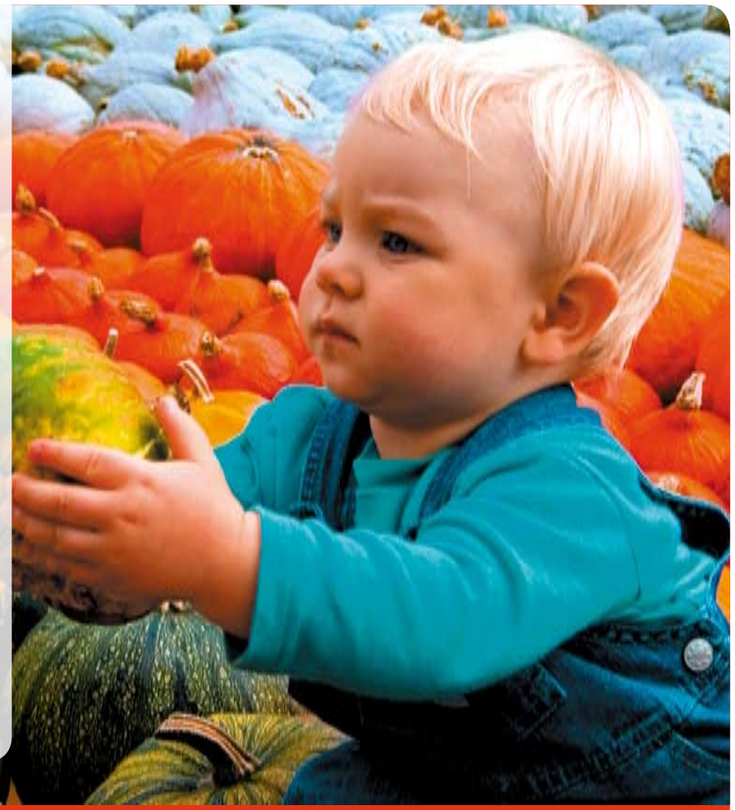
Quin és el secret de la bona alimentació? D'una banda, tots els experts coincideixen al dir que menjar bé no significa menjar molt. D'altra banda, el doctor Grande Covián, gran defensor de la dieta mediterrània, va dedicar molts anys de la seva vida a advertir sobre els perills que representen per a l'organisme certes dietes d'aprimament i insistia en la necessitat de "menjar de tot en petites quantitats". Per això, els cuiners actuals amb certa sensibilitat i amb sentit de responsabilitat es preocupen per aconseguir plats dietètics, lleugers, amb el greix just i adequats nivells tant de sal com de sucre.

Curar-se menjant

Sabies que menjar una pastanaga al dia redueix en més d'un 50% el risc de patir càncer de pulmó? O que menjar 30 grams diaris de peix blau redueix a la meitat el risc d'infart miocardi? Per la seva part, el te verd és una infusió excel·lent: protegeix de diferents tipus de càncer (especialment el de pell), així com de la caries i té propietats antibacterianes, anticoagulants, antivirals i diürètics, a més de protegir les artèries. Sabies que l'artritis reumatoide i la fatiga crònica sovint són una reacció al·lèrgica a determinats aliments? I la pinya? Les seves propietats antiinflamatòries són notables, així com l'absència d'efectes secundaris en ingerir-la.
Darrera d'aquests estudis i conclusions es troba la nord-americana Jean Carper, una autoritat en les àrees de salut i nutrició i autora de nombrosos llibres, entre ells el bestseller *La farmacia en tu despensa*. Segons aquesta reconeguda especialista internacional i columnista de vàries publicacions nord-americanes, "en els aliments trobem la medicina que necessitem per a cada moment". Per afirmar-ho, Jean Carper es basa en una informació extreta de centenars d'estudis realitzats en diferents universitats, així com nombroses converssacions amb investigadors de la matèria.

Sabies que...

- Que la pega dolça és excel·lent per a les infeccions pulmonars.
- Que el clau és una espècia antisèptica i un analgèsic quan ens fan mal les genives i les dents.
- Que prendre civada a diari baixa el nivell de colesterol i és excel·lent per la pell.
- Que el lli porta grans quantitats d'estrògens i per tant és un ingredient ideal per a les dones, sobretot pel temps de la menopausa.
- Que l'alvocat ajuda a la recuperació dels convalescents i és idoni pels problemes sexuals. A més de ser un antioxidant excel·lent.
- Que per tractar les berrugues de la pell és molt eficaç aplicar-se figues.
- Que la ceba és diürètica i expectorant. Ajuda a tenir una bona circulació, així com també és un bon relaxant muscular.



Comença la tardor amb energia!

El canvi de temperatures i d'estació pot resultar dificultós per al cos. Per això és important preparar-nos per l'hivern i ho podem fer a través del nostre rebost. Només cal seguir alguns dels següents consells:

- **És el moment de prendre 'sopes de verdures rodones': carabassa, coliflor, ceba i cols.**
- **Augmentar el nivell de cereals (cous-cous, civada, mill, arròs de gra rodó...)**
- **Les herbes aromàtiques millor prendre-les seques que no pas fresques.**
- **La tardor és l'estació dels fruits secs: albercocs secs, panses, avellanes i també de fruites com la poma o la magrana. Atreveix-te a combinar ingredients per fer gustoses amanides!**
- **És millor suprimir les begudes fredes.**

Nen o nena?

Seguint amb la idea de 'Som el que mengem', la bioquímica argentina Adriana Baretta defensa una teoria curiosa i interessant sobre el sexe dels bebès en relació amb el que mengen les mares.
Sosté que combinar una dieta determinada durant els mesos (o anys) previs a la gestació amb el control dels cicles menstruals pot ajudar als pares a triar de forma natural el sexe dels seus bebès, i aconseguir així un nen o una nena. Segons aquesta especialista, si se segueixen els seus consells, els pares i les mares tindran més d'un 90% de possibilitats d'aconseguir l'èxit.
Segons el seu llibre *¿Niño o niña? Ya puedes elegir*, els aliments que ajudarien a buscar una nena són aquells amb un alt nivell de calci i magnesi: productes làctics (llet, iogurts, formatge), les bledes o els flocs d'avena. En canvi, si el que es busca és un nen, s'haurà d'incrementar el consum d'aliments amb sodi i potassi, com ara: els llegums, el peix i la fruita.
El llibre d'aquesta bioquímica ofereix una espècie de manual, tot i que si es vol dur a terme correctament cal un control dels cicles menstruals i un diagnòstic per conèixer el rang de la dona, entre altres aspectes.
Per a més informació, es pot consultar la pàgina web: *www.abif.com.ar*.

La Travessa de cotxes d'època de Expocoloma

Es toda una clásica. La Travessa de cotxes d'època de Expocoloma, que se celebró el pasado sábado día 20 de septiembre, ha alcanzado ya su séptima edición. Organizada conjuntamente por Expocoloma, Radio Tele Taxi y el Antic Car Club de Catalunya, se ha convertido en el estandarte de la filosofía que preside la feria de nuestra ciudad.

Esteve Serrano Ortín
Regidor de Promoció Econòmica i Comerç de l'Ajuntament de Santa Coloma

Expocoloma, la feria multisectorial de Santa Coloma de Gramenet, que este año ha celebrado su 20ª edición, es actualmente el evento ferial más relevante del Barcelonés Nord. Es una feria mayor de edad. Refleja el dinamismo de la actividad económica y comercial de nuestro municipio, y manifiesta la firme voluntad y el compromiso de nuestro consistorio por el desarrollo de la actividad productiva y económica local. Pone a disposición de sus visitantes un gran número de actividades lúdicas con el fin de complementar los más de 7.500 m2 de exposición que ocupan empresas, comercios y entidades, mayoritariamente de Santa Coloma. Es un modelo para todos los públicos basado en el equilibrio entre el ocio y el negocio. Es por este motivo que afirmo, sin riesgo a equivocarme, que la Travessa de cotxes d'època ocupa un lugar muy importante en las preferencias de nuestros visitantes y por ello todos los años es esperada con anhelo.

La VII edición

Este año el recorrido de ida y vuelta entre Santa Coloma de Gramenet y Cardedeu ha sido, sin lugar a dudas, muy gratificante. Pero vayamos por partes.
La concentración de los más de 60 vehículos que han participado en esta edición tuvo lugar en la Rambla de San Sebastià, en el corazón de Santa Coloma. Y no existe mejor escenario. A medida que paseaba entre los coches americanos: Buicks, Cadillacs, entre Mercedes de los años 60, entre Hispano Suiza y Rolls Royce, no pude sino recordar que fueron las Ramblas clásicas de nuestras ciudades las que vieron antaño circular por sus calzadas, entre ufanos y orgullosos, a estas verdaderas piezas de museo. Contemplar esta imagen en un espacio urbano tan cargado de simbolismo, como nuestra recién recuperada Rambla San Sebastià, representa encontrar el eslabón entre la tradición y la modernidad.
Después de obsequiar a los participantes y a sus acompañantes con un delicioso desayuno (es justo felicitar a la organización por el esmero con el que año tras año acometen tal menester) iniciamos el recorrido que nos debía llevar hasta Cardedeu.
Las caras de asombro de la ciudadanía que observaba la caravana atravesar las calles de Santa Coloma y sus saludos espontáneos responden a la admiración que aún despiertan estos veteranos de la carretera.

Camino de Cardedeu

Escoltados por la Policía Local y los Mossos d'Esquadra que velan en todo momento por la seguridad y la integridad de la caravana y por un buen número de voluntarios riders, comandados por el pirata (un personaje peculiar pero imprescindible que a lomos de su Harley y ataviado con su chupa y su característico pañuelo a la cabeza se aposta en rotondas y cruces y colabora desinteresadamente con la policía para prevenir cualquier percance), enfilamos la carretera de la Roca con destino a Cardedeu.
La modesta velocidad y la ausencia de música en el interior de estos vehículos animan a disfrutar del viaje, tanto del paisaje (a destacar la pulcritud que presentan al viajero los bosques entre Osrius i Cardedeu bajando por Dosrius), como de la compañía. Las charlas y conversaciones se suceden sin descanso. Viajar en un coche de época es un regalo para los sentidos. Desde el momento en el que entras te impregnas de los olores que desprende la tapicería, observas con fruición hasta el más mínimo detalle: el volante a la izquierda, las anacrónicas manivelas que suben y bajan los cristales, las alfombras, hasta un mueble bar (huérfano de alcohol por supuesto). En nuestro caso disfrutamos de un Rolls Royce, que según nos contó su propietario había pertenecido a Sir Alec Guinness. No pude reprimir entonces entonar mentalmente la famosa tonadilla de la película *El Puente sobre el río Kwai* y evocar con placer recuerdos de mi infancia: aquellas sesiones dobles de cine, por desgracia ya desaparecidas.

La ausencia de música en el interior de estos vehículos anima a disfrutar del paisaje.

La ciudad de Cardedeu se vuelca con la Travessa

La caravana discurre habitualmente no exenta de pequeños contratiempos. Algún vehículo ha tenido algún problema mecánico. A la llegada a Cardedeu desde la carretera de Dosrius, nos recibe la Policía local montada a caballo y nos escolta hasta el Ayuntamiento. Durante el breve recorrido por las calles de Cardedeu, se asoman las mismas caras de asombro y expectación que dejamos atrás en Santa Coloma. Sin embargo, el municipio de Cardedeu ha invertido muchas dosis de ilusión en este evento. Ha cuidado hasta el último detalle. Ya por las ordenadas, elegantes, señoriales e impolutas calles de la villa sorprende encontrar a la policía local engalanada

Durante el recorrido por Cardedeu, se asoman las mismas caras de asombro y expectación que dejamos atrás en Santa Coloma.

con trajes de época, algunos de ellos incluso cubren su cabeza con una especie de salacot. Encomiable, sin duda.
La hospitalidad es un signo inequívoco de civismo. La alcaldesa de Cardedeu, junto a buena parte de los miembros de su consistorio, presidió una recepción, donde amén del frugal refrigerio, nos hizo disfrutar de un entorno natural inigualable. El Parc dels Pinetons, junto a la riera de Vallforners, presidido por

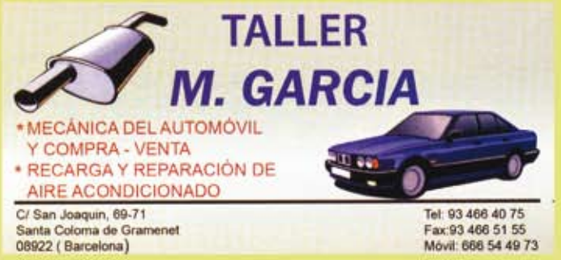
Cardedeu nos obsequió también con la mejor de sus tradiciones. Todos los participantes recibieron una caja de deliciosos borregos.

frondosos plataneros, albergó el merecido descanso de los verdaderos protagonistas de esta historia: los coches de época. Allí en ese parque las tradiciones se entremezclaron. A los coches de época se le sumaron la presencia de la Publilla y el Hereu que recibieron amablemente (sonrisa perenne) a toda la comitiva. Cardedeu nos obsequió también con la mejor de sus tradiciones. Todos los participantes recibieron una caja de deliciosos borregos crujientes, toda una tradición y probablemente un símbolo que dota de identidad a la ciudad. Cabe agradecer la diligencia y el celo con el que Cardedeu y sus autoridades han acogido la VII Travessa.

Vuelta a Expocoloma

Y vuelta a casa. Nos espera una opípara comida gallega. Me pregunto cómo son capaces de conseguir esos enormes chuletones que nos sirven. Es el momento de relajarse y disfrutar y de realizar precipitadas valoraciones. En este caso todas positivas. Es de recibo felicitar a todos los que han contribuido a este éxito. A todo el equipo del grupo Tele Taxi, comandado por Manolo Valdés, a Francesc Palau, alma máter del Antic Car Club de Catalunya, a la dirección de la Expocoloma, y a todos y cada uno de los colaboradores, Policía Local y Mossos d'Esquadra a la cabeza, que hacen posible la realización de este evento. Y porqué no también, de empezar a pensar en la VIII Travessa de cotxes d'època de la Expocoloma. Toda una clásica.

Guia de servicios



Haga rentable su negocio

Dpto. de publicidad

Tel : 93 466 56 56

Programación RADIO TELE-TAXI

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
00:00 La Noche Mágica	**00:00** Les nits de Mónica Mónica Dego	**00:00** Les nits de Mónica Mónica Dego	**00:00** Les nits de Mónica Mónica Dego	**00:00** Les nits de Mónica Mónica Dego	**00:00** Les nits de Mónica Mónica Dego	**00:00** Esta noche, ¡Nos la comemos! Robert Espada
04:00 Lleva't amb nosaltres* Javier Díaz	**04:00** Lleva't amb nosaltres* Javier Díaz	**04:00** Lleva't amb nosaltres* Javier Díaz	**04:00** Lleva't amb nosaltres* Javier Díaz	**04:00** Lleva't amb nosaltres* Javier Díaz	**04:00** Què fas? Miki Cazorla	**04:00** Vamos contigo
07:00 Arranca Miguel Ángel Molinero	**07:00** Arranca Miguel Ángel Molinero	**07:00** Arranca Miguel Ángel Molinero	**07:00** Arranca Miguel Ángel Molinero	**07:00** Arranca Miguel Ángel Molinero	**08:00** Tal com sona Paco Barrera	**07:00** El Dominguero José Luís Rouco
08:00 El Jaroteo Justo Molinero	**08:00** El Jaroteo Justo Molinero	**08:00** El Jaroteo Justo Molinero	**08:00** El Jaroteo Justo Molinero	**08:00** El Jaroteo Justo Molinero	**13:00** Entre tú y yo Paco Carrasco	**10:00** El Jaroteo Miguel Ángel Molinero
13:00 Lo Nuestro es así Carol Sánchez	**13:00** Lo Nuestro es así Carol Sánchez	**13:00** Lo Nuestro es así Carol Sánchez	**13:00** Lo Nuestro es así Carol Sánchez	**13:00** Lo Nuestro es así Carol Sánchez	**17:00** Llénate de radio María José Salvador	**14:00** Què fas? Miki Cazorla
15:00 El pont de la tarda Juan Carlos Puente	**15:00** El pont de la tarda Juan Carlos Puente	**15:00** El pont de la tarda Juan Carlos Puente	**15:00** El pont de la tarda Juan Carlos Puente	**15:00** El pont de la tarda Juan Carlos Puente	**20:00** Lonxe da Terra Manuel Valdés	**17:00** Llénate de radio María José Salvador
17:00 Tal com sona Paco Barrera	**17:00** Tal com sona Paco Barrera	**17:00** Tal com sona Paco Barrera	**17:00** Tal com sona Paco Barrera	**17:00** Tal com sona Paco Barrera		**20:00** Caravana Musical Guillem Alférez
20:00 Punt de trobada Guillem Alférez	**20:00** Punt de trobada Guillem Alférez	**20:00** Punt de trobada Guillem Alférez	**20:00** Punt de trobada Guillem Alférez	**20:00** Punt de trobada Guillem Alférez		
22:00 Flamenkitos somos todos Robert Espada	**22:00** Flamenkitos somos todos Robert Espada	**22:00** Flamenkitos somos todos Robert Espada	**22:00** Flamenkitos somos todos Robert Espada	**22:00** Flamenkitos somos todos Robert Espada		

*durante las vacaciones de Javi estará Miki Cazorla

PROGRAMA EN CADENA CON RADIO RM

Programación RADIO RM

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
00:00 La Noche Mágica	**00:00** Les nits de Mónica Mónica Dego	**00:00** Les nits de Mónica Mónica Dego	**00:00** Les nits de Mónica Mónica Dego	**00:00** Les nits de Mónica Mónica Dego	**00:00** Les nits de Mónica Mónica Dego	**00:00** Esta noche, ¡Nos la comemos! Robert Espada
04:00 Lleva't amb nosaltres* Javier Díaz	**04:00** Lleva't amb nosaltres* Javier Díaz	**04:00** Lleva't amb nosaltres* Javier Díaz	**04:00** Lleva't amb nosaltres* Javier Díaz	**04:00** Lleva't amb nosaltres* Javier Díaz	**04:00** Què fas? Miki Cazorla	**04:00** Vamos contigo
07:00 El Despertador Juan Carlos Borrego	**07:00** El Despertador Juan Carlos Borrego	**07:00** El Despertador Juan Carlos Borrego	**07:00** El Despertador Juan Carlos Borrego	**07:00** El Despertador Juan Carlos Borrego	**08:00** Vamos contigo	**07:00** El Dominguero José Luís Rouco
08:00 El Jaroteo Justo Molinero	**08:00** El Jaroteo Justo Molinero	**08:00** El Jaroteo Justo Molinero	**08:00** El Jaroteo Justo Molinero	**08:00** El Jaroteo Justo Molinero	**13:00** Entre tú y yo Paco Carrasco	**10:00** El Jaroteo Miguel Ángel Molinero
13:00 Vaya Lío César Biosca	**13:00** Vaya Lío César Biosca	**13:00** Vaya Lío César Biosca	**13:00** Vaya Lío César Biosca	**13:00** Vaya Lío César Biosca	**17:00** Richard Bertomeu	**14:00** Què fas? Miki Cazorla
16:00 Quédate conmigo María José Cordero	**16:00** Quédate conmigo María José Cordero	**16:00** Quédate conmigo María José Cordero	**16:00** Quédate conmigo María José Cordero	**16:00** Quédate conmigo María José Cordero	**20:00** Què fas? Miki Cazorla	**17:00** Llénate de Radio María José Salvador
19:00 Cita a las 7 Richard Bertomeu	**19:00** Cita a las 7 Richard Bertomeu	**19:00** Cita a las 7 Richard Bertomeu	**19:00** Cita a las 7 Richard Bertomeu	**19:00** Cita a las 7 Richard Bertomeu		**20:00** Caravana Musical Guillem Alférez
21:00 Entre tú y yo Paco Carrasco	**21:00** Entre tú y yo Paco Carrasco	**21:00** Entre tú y yo Paco Carrasco	**21:00** Entre tú y yo Paco Carrasco	**21:00** Entre tú y yo Paco Carrasco		

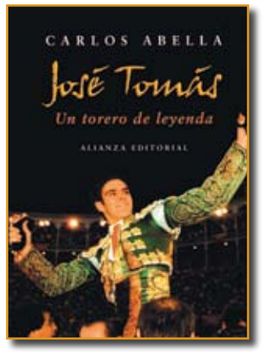
*durante las vacaciones de Javi estará Miki Cazorla

PROGRAMA EN CADENA CON RADIO TELE-TAXI

Libros

El dragón y los demonios extranjeros: China y el mundo a lo largo de la historia, **Harry G. Gelber**

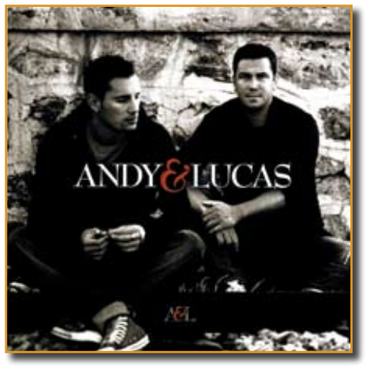
El resurgimiento actual de China como potencia mundial es tema de apasionante interés. El desarrollo explosivo de la economía china y la posibilidad de que la República Popular sea pronto una de las superpotencias mundiales, con hegemonía de Asia oriental e influyente en el resto del mundo, suscita admiración y envidia universal; pero también alarma. La mayoría de los historiadores abordan la historia de China según la crónica de sus dinastías, los conflictos por la defensa de sus fronteras y su política interna. *El dragón y los demonios extranjeros...* cuenta la historia de China desde fuera y desde dentro, gracias a su excelente narración de la red de relaciones del proceso.



José Tomás: Un torero de leyenda, **Carlos Abella**

José Tomás es el último torero de leyenda que ha dado el toreo. Es también uno de los diestros más importantes de la historia y uno de los que más ha sido capaz de entusiasmar a los mejores aficionados de todos los ruedos, porque, José Tomás, ha reunido en sí mismo las grandes virtudes de los toreros de arte y de los de valor. Además, su nombre está en la historia del toreo con letras de oro porque ha unido a su personalidad taurina el hado de los toreros legendarios, capaces de dar miedo al mismo miedo, de parecer que despreciaban su propia integridad física, de ser capaces con sólo un quite de poner boca abajo la plaza más importante. De ser heroico. En piñón de la gran mayoría de toreros de su tiempo, ha sido José Tomás el diestro más valiente que han visto y el que más miedo les ha hecho pasar en un ruedo.

Música



Andy & Lucas
Con los pies en la tierra

Andy & Lucas publican su nuevo disco. Es el cuarto grabado en estudio del dúo gaditano y, sin duda, su trabajo más inspirado, más sólido, completo y rico musicalmente, con una producción ascendente en calidad, quizás más cercano musicalmente a sus dos primeros álbumes. Es la progresión de un dúo que se mantiene como estandarte del pop sureño o pop con raíces y que lanza su álbum seis meses después de recibir un premio especial por haber superado el millón de discos vendidos (exactamente 1.150.000 ejemplares) de toda su discografía.
Con los pies en la tierra contiene 12 canciones, de las que siete están compuestas por Lucas González .

Rosa
Promesas

Promesas, el nuevo disco de Rosa, es la quinta esencia de una selección exquisita que reúne diez grandes clásicos del pop-rock internacional adaptados al español. La artista los ha cantado en el disco aportando a cada uno de ellos su propia personalidad. Este quinto álbum de Rosa es un disco de auténtico lujo con un repertorio excepcional que incluye canciones con títulos inolvidables que forman parte de la historia del mejor pop mundial de las últimas décadas.
Rosa abre su *Promesas* con el single titulado *Júrame*, la versión del tema *Promise me* de la británica Beverly Craven, una bellísima balada que en la voz de Rosa se va a convertir en una canción de referencia.

Manuel Carrasco
Inercia

Poco a poco, paso a paso, canción a canción, Manuel Carrasco se ha forjado una de las carreras musicales más estables y exitosas de las surgidas en los últimos años. En esto tampoco hay secretos; el autor e intérprete está volcado en un mundo que le apasiona, la música, dedicado durante buena parte de su tiempo a componer, y ha demostrado lo que disfruta en un escenario. "*Inercia* empezó a tomar forma casi sin darme cuenta, sin guiones que seguir, dejándome llevar por las emociones que golpeaban sin tregua a mis sentidos, transcribiendo el universo que estallaba dentro". Para el cantante andaluz este trabajo supone el cuarto álbum de su discografía.

MOVAL mp music
93 246 91 82

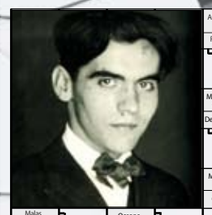
Horarios de Atención
De lunes a viernes:
Mañanas de 9:00 a 14:00 h. Tardes de 16:00 a 20:00 h.
Sábados y domingos: de10:00 a 14:00 h.

Tu tienda de música

C/ Consell de Cent, 616 - 08026 Barcelona
www.movalmusic.com

Pasatiempos

AUTODEFINIDO

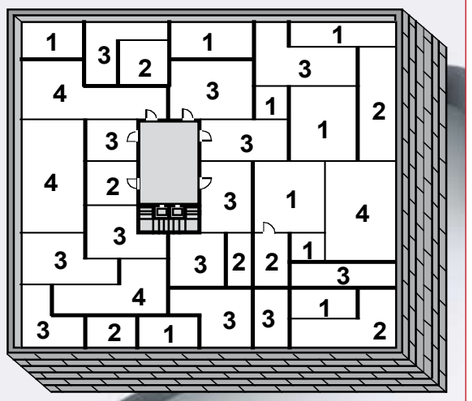


Autor de El Quijote
Repulsivo
Signos de escritura
LIBRO PÓSTUMO DE LORCA
Quitar la humedad
Uva de grano grueso
Servicio público
Primer mes judío
Movimiento giratorio
Desperfectos
Santo abreviado
Gol en inglés
Martillo de herrero
Caminas
Malas costumbres
De enorme estatura
Océano
POETA DE LA FOTO
Brotase
Da una capa de oro
Neodimio
Verificada en el aire
Impar
Astato
Amoratada
Nave espacial rusa
Alga flotante
Bajase la bandera
Hiciera barricadas
Repugnancia
Ladrón
Cubrir de azulejos
Gansos
Mujer de Osiris
Pájaro ladrón
Enreden
Cabezas que idean
Embustero
Mirar lo escrito
Cárcel
Onda marina
Descenso con skis
Toma el color que le es propio
Dais más intensidad
Mamífero plantígrado
Marchar
Palo de la baraja
Vuelve loco
Noticias de sociedad
¡Quieto caballo!
Libro sagrado musulmán
Escayolarán
Todavía
Félido americano
Entrega
Me vine al suelo
Pintura
Tener el atrevimiento
Antes fue Persia
Fue capital de Etiopía
Voz de arrullo

DE LÓGICA

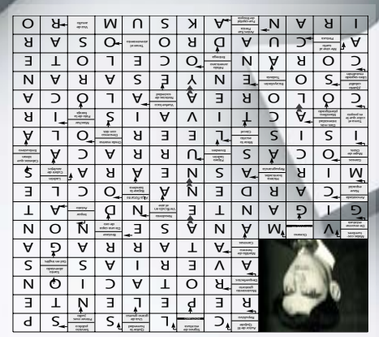
¿Qué número sustituye a la interrogación?

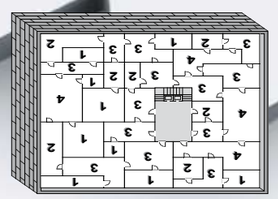
LABERINTO



Debes colocar las puertas que faltan, teniendo en cuenta que cada cifra indica el número de ellas que hay en cada habitación y que no hay más de una puerta entre dos habitaciones contiguas.

SOLUCIONES





De lógica: Número 13. Se van restando 17 y 5, alternativamente, a partir de 96 y en el sentido de las agujas del reloj.

Encara no tens el **carnet** de la biblioteca?

Xarxa de Biblioteques Municipals de la Diputació de Barcelona
185 biblioteques a 121 municipis i 9 bibliobusos a 100 municipis

Podràs consultar i emportar-te en préstec tota mena de documents, fer ús de bases de dades, accedir gratuïtament a Internet, utilitzar les zones wi-fi, apuntar-te a activitats i obtenir descomptes en entrades a museus, teatres i cinemes i en la compra de llibres i discos.

Més informació:
www.diba.cat/biblioteques

Diputació Barcelona
xarxa de municipis

Periòdic mensual d'anàlisi econòmica i empresarial en català, únic amb OJD

Plural, independent i amb la informació imprescindible

www.monempresarial.com