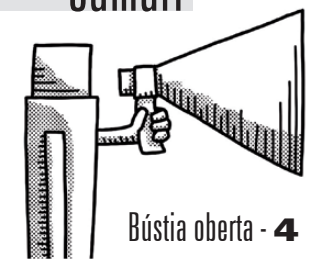




# GENT DEL MASNOU

Revista Gent del Masnou  
n. 431 | Juliol 2024





Bústia oberta - 4



Farmàcies de guardia - 5



Vivències - 6  
VIATGE A COSTA DA MORTE  
Pep Parés



Opinió - 8  
SANKISME I RAÓ D'ESTAT  
Joan Camps Ortiz



Histories de la vila - 10  
EL REAL MADRID  
VA VIURE AL MASNOU  
Joan Muray



12  
CONSOLAT DE MAR  
Lluís Valls



Urbanisme - 14  
DEL BARRI 11 SETEMBRE  
L'ESTACIÓ DE MASNOU?  
M. Fabregas



Fem poble - 16  
LA MÚSICA NEGRA  
ARRIBA AL MASNOU  
Núria Fusellas i Santi Duran



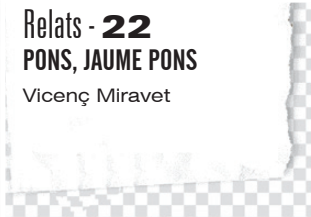
Passatemps - 19  
BUSCA AL FONS DEL MAR  
Elena Feliu



Veus - 20  
BON ESTIU!  
Joana Bofarull Cervera



Anècdotes històriques - 21  
LES FONDES DE 'SISOS'  
Albert Vidal



Relats - 22  
PONS, JAUME PONS  
Vicenç Miravet



Parlem de llibres - 23  
FETI I EL PESTICIDA MALEFIC  
Pere Martí i Bertran



Cròniques d'ultramar - 24  
LES NOCES DE SAMARCANDA  
Joan Muray



La cuina de l'Antonia - 27  
LLIMONADA I SUC DE PINYA  
El Cullarot  
El maridatge de l'Enric  
RON ABUELO AÑEJO I  
TEMPUS GIN.  
El Rebost dels Sentits



Activitats - 31  
GENT DEL MASNOU



Corresponsal del Brasil - 28  
CANOA HAWAIANA  
Joan Maresma



Som - 30  
DONAR EXEMPLE  
Dr. Oriol Lugo



Revista mensual de Gent del Masnou, associació cívico-cultural, recreativa i esportiva inscrita amb el número 7.669 al registre d'associacions de la Generalitat de Catalunya.

**Equip de Redacció** Joan Camps Ortiz, Joan Casals, Santi Duran, Joan Muray, Manel Pérez i Lluís Valls

**Correcció** Núria Duran, Assumpta Inglada, Berta Puig (Oficina de Català del Masnou) i Maria Pujol.

**Portada** Martí Duran - Bon estiu

**Disseny i maquetació** Estudi Santieleena

**Publicitat** Santi 699 775 558

**Imprimeix** Comgràfic

**Tiratge** 2.500 exemplars

**Edita** Gent del Masnou

**Dipòsit legal** B. 29.758-87  
GENT DEL MASNOU  
Dr. Agell, 5 baixos - 08320 El Masnou  
Tel. 679 036 893  
gentdelmasnou@gmail.com  
www.gentdelmasnou.cat

• L'entitat Gent del Masnou no es fa responsable, necessàriament, del contingut dels articles signats pels seus col·laboradors.

• El repartiment d'aquesta revista als socis es fa amb el suport de



**A RESULTES DE LES DARRERES ELECCIONS** al Parlament de Catalunya, som molts els qui estem decebuts, tant amb els polítics catalans com amb els del "reino".

A hores d'ara encara no tenim govern, ni se sap qui serà el 133è President de la Generalitat de Catalunya. Qui tindrà sobre les seves espatlles la responsabilitat i l'honor de ser continuador de la institució política més antiga de les existents a la península ibèrica. Qui serà la primera autoritat del país, prioritant el millor per a la ciutadania als interessos partidistes. Sens dubte, tenim el resultat d'allò que hem votat o hem deixat de votar. Molt probablement haurem de tornar a les urnes a principis d'octubre, tornant a la mateixa casella de sortida.

No puc entendre qui s'esquinci les vestidures quan es parla, no ja d'independència, sinó tant sols de finançament "singular" per a Catalunya, adduint que totes les comunitats autònomes han de tenir el mateix règim de finançament, argument que es deriva del principi que tots els espanyols son iguals davant la llei, amagant el veritable objectiu, o sigui, poder munyir Catalunya descaradament.

Ningú no es creu allò de la igualtat davant la llei. Es per aquest principi que hi ha espanyols que no se'ls poden jutjar, jutges d'alts tribunals que fan de polítics descaradament, no es procura la garantia d'un habitatge digne per a tothom, ni feina pels que vulguin i puguin treballar, ni totes les esglésies gaudeixen dels mateixos privilegis... (no segueixo doncs faria interminable aquest escrit). Doncs mentre duri el "café para todos" haurem d'empassar-nos que Catalunya tingui un finançament deficitari, una inversió estatal per càpita molt inferior als felïços ciutadans de Madrid, per exemple.

No voldria encomanar-vos el pessimisme que apuntava en el primer paràgraf i que hem de superar, ara que som en temps de festes majors, revetlles, vacances i ganes de carregar piles. Per això, la **Junta Directiva de Gent del Masnou desitja als seus socis i als lectors d'aquesta revista un molt bon estiu.** \*

El President

# M. Àngel Molina

Decoració d'interiors  
Estucats venecians • Pintura d'interior i exterior

606 077 808

Vols rebre  
la revista  
a casa?

fes-te soci de  
GENT DEL MASNOU

gentdelmasnou@gmail.com

ESTUDI  
SANTIELENA  
Disseny gràfic • Il·lustració



HEU VIST  
EL WEB?  
CLICA  
www.estudisantielena.com  
santi@studisantielena.com  
699 775 558



## Bústia oberta

Les cartes dirigides a l'espai Bústia Oberta és indispensable que portin: nom, cognoms, adreça, núm. del DNI i signatura de l'autor i es publicaran amb el nom i cognoms de l'autor. En cap cas no es publicaran cartes signades amb pseudònim o inicials. Per tal de donar la major oportunitat d'expressió als nostres lectors, recalquem que l'extensió dels escrits no podrà excedir els 1.600 caràcters, espais inclosos; en cas contrari, la Redacció podrà abreujar-les o rebutjar-ne la publicació. Data límit 20 de cada mes. Gent del Masnou no es fa responsable del contingut de les cartes, seleccionarà les que siguin d'interès general i no mantindrà correspondència amb els seus autors.

### APARCAMENTS DE PAGAMENT I TRANSPORT PÚBLIC

Darrerament s'han incrementat notablement les places d'aparcament de pagament a la vila en les diferents modalitats; zona blava, verda, i taronja. Els objectius s'exposen amb difusió en el fullletó de l'ajuntament i que no cal repetir en aquest escrit.

Evidentment aquests objectius suposen un pagament per part de l'usuari. La mesura pot estar bé i obliga a fer salut prescindint del cotxe i caminar per a qui estigui en condicions. Però cal unes compensacions a fi de facilitar la mobilitat pels

que en puguin sortir perjudicats.

En efecte, els vilatans del Masnou Alt i adjacents no tenen la mateixa facilitat d'accés als serveis i zones d'esplai; la Renfe, la platja, l'Ajuntament, centres mèdics... La mobilitat muntanya-mar transcórrer per una orografia costeruda que fa més necessari l'ús d'un vehicle, a diferència de la zona litoral on el terreny no és tan costerut, l'aparcament és gairebé garantit per 2€/mes, i pots adreçar-te als llocs caminant.... És raonable deduir que la zona alta contribueix en més mesura al finançament de les noves zones i la menys beneficiada.

Actualment l'autobús urbà té una

freqüència 30 minuts amb un horari totalment imprevisible. No tinc dades, però crec que els usuaris són en gran mesura els de la zona alta i dubto que la zona litoral el facin servir.

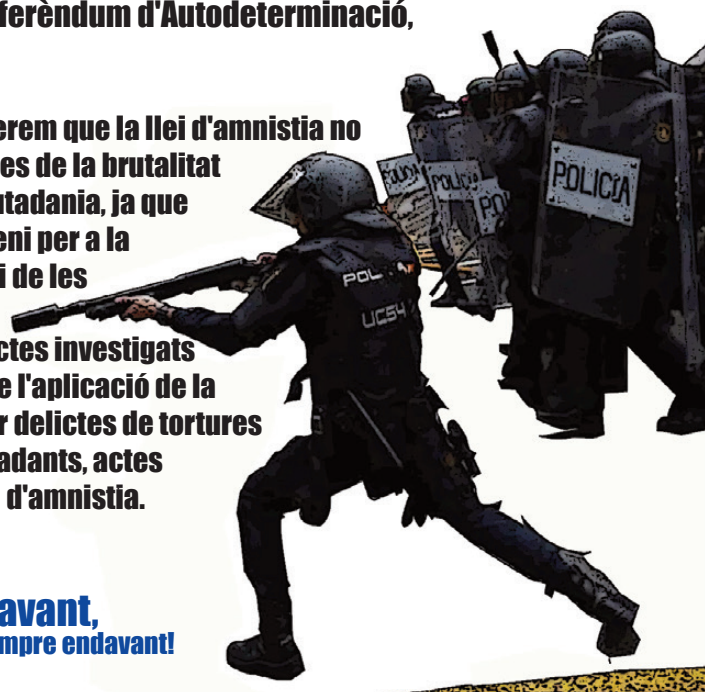
Tot l'esmentat fa pensar que la recaptació obtinguda amb els d'aparcaments en gran part han d'anar al transport públic de la vila AUGMENTANT LA FREQUÈNCIA I FENT GRATUÏT el servei, la qual mesura faria que la gent es bolqués a utilitzar-lo i, sobretot, el vilatà entendria la finalitat de la recaptació. Estic convençut que l'ajuntament trobarà una bona solució.

Jaume Boadella Vergés

**L'Assemblea, Òmnium Cultural i Irdia presentem un escrit d'al·legació exigint la no aplicació de l'amnistia pels policies que van cometre violència policial durant la celebració del Referèndum d'Autodeterminació, l'1 d'Octubre de 2017.**

**Les acusacions populars reiterem que la llei d'amnistia no pot beneficiar els responsables de la brutalitat policial exercida contra la ciutadania, ja que és incompatible amb el Conveni per a la Protecció dels Drets Humans i de les Llibertats Fonamentals.**

**De fet, argumentem que els actes investigats haurien de quedar exempts de l'aplicació de la llei perquè poden representar delictes de tortures o de tractes inhumans o degradants, actes exclosos a l'article 2 de la llei d'amnistia.**



**assemblea**  
El Masnou

**Endavant,**  
sempre endavant!



Farmacèutics del Masnou

**Farmàcia de guàrdia - El servei de guàrdia de les Oficines de Farmàcia del Masnou serà de 08 a 22 hores**

Juliol 2024		Juliol 2024		Agost 2024	
1	dilluns <b>Domínguez</b>				
2	dimarts <b>Riera</b>				
3	dimecres <b>Fàbregas</b>	17	dimecres <b>Viamar</b>	1	dijous <b>Ocata</b>
4	dijous <b>P. Nova</b>	18	dijous <b>Ocata</b>	2	divendres <b>Riera</b>
5	divendres <b>Viamar</b>	19	divendres <b>Aymar</b>	3	dissabte <b>P. Nova</b>
6	dissabte <b>Aymar</b>	20	dissabte <b>Fàbregas</b>	4	diumenge <b>P. Nova</b>
7	diumenge <b>Aymar</b>	21	diumenge <b>Fàbregas</b>	5	dilluns <b>Aymar</b>
8	dilluns <b>Ocata</b>	22	dilluns <b>P. Nova</b>	6	dimarts <b>Ocata</b>
9	dimarts <b>Riera</b>	23	dimarts <b>Fàbregas</b>	7	dimecres <b>Riera</b>
10	dimecres <b>Fàbregas</b>	24	dimecres <b>Domínguez</b>	8	dijous <b>P. Nova</b>
11	dijous <b>P. Nova</b>	25	dijous <b>Aymar</b>	9	divendres <b>Aymar</b>
12	divendres <b>Viamar</b>	26	divendres <b>Ocata</b>	10	dissabte <b>Domínguez</b>
13	dissabte <b>Domínguez</b>	27	dissabte <b>Riera</b>	11	diumenge <b>Domínguez</b>
14	diumenge <b>Domínguez</b>	28	diumenge <b>Riera</b>	12	dilluns <b>Ocata</b>
15	dilluns <b>Fàbregas</b>	29	dilluns <b>P. Nova</b>	13	dimarts <b>Riera</b>
16	dimarts <b>P. Nova</b>	30	dimarts <b>Viamar</b>	14	dimecres <b>Domínguez</b>
		31	dimecres <b>Domínguez</b>		

### Horaris de les farmàcies del Masnou

	telèfon	de dilluns a divendres	dissabte
<b>AYMAR</b> - C. d'Almeria 14	93 555 03 81	de 9 a 21 h	de 9 a 14 h
<b>DOMÍNGUEZ</b> - C. dels Enamorats 2	93 540 98 52	de 8 a 20.30 h	de 9 a 13.30 h
<b>FÀBREGAS</b> - C. de Navarra 68	93 555 19 79	de 9 a 13 i 16.30 a 20 h	de 9.30 a 13 h
<b>OCATA</b> - Av. del President J. F. Kennedy, 5	93 555 33 08	de 9 a 20.30 h	de 9 a 20.30 h
<b>P. NOVA</b> - P. Nova de les Dones del Tèxtil, Local 6	93 715 96 41	de 8.30 a 20 h	de 9 a 13.30 h
<b>RIERA</b> - C. de Josep Llimona 22	93 555 08 55	de 9 a 20.30 h	de 9 a 20.30 h
<b>VIAMAR</b> - Pg. de Prat de la Riba 23	93 555 04 03	de 9 a 20.30 h	de 9 a 14 h



## Finques Puig S.L.



COMPRAVENDA - ADMINISTRACIÓ  
ASS. JURÍDICA

Mossèn Jacint Verdaguer 14 - El Masnou  
**93 555 10 60 • 93 555 17 61**  
fax 93 555 28 90 • [www.finquespuig.net](http://www.finquespuig.net)  
[info@finquespuig.net](mailto:info@finquespuig.net)



### MULTISEP SERVEIS

CLIMATITZACIÓ - ELECTRICITAT  
AIGUA / ACS - LEGALITZACIONS  
MANTENIMENT / REPARACIONS LLAR

Josep Aguilar ☎ 666 496 333  
✉ [frigosep@gmail.com](mailto:frigosep@gmail.com) - El Masnou

# VIATGE A COSTA DA MORTE

Pep Parés

Tot i que el nom de Costa da Morte no convida gaire a anar-hi, quan hi ets, a mil kilòmetres de casa i a la part més occidental de Galícia, t'adones que el viatge ha valgut la pena. Un litoral atlàntic amb disset poblets mariners que encara conserven, en molts casos, un urbanisme acceptable que recorda estampes de la Costa Brava dels anys cinquanta

Però, a diferència d'aquí, el mar imposa més respecte, sobretot quan veus aquest seguit d'onades escumoses encadenades que es fonen a la platja o s'estavellen a les roques.

Veníem de Ribadeo, a la frontera entre Astúries i Galícia, on el mar encara és Cantàbric però les marees ja es fan notar. Diuen que hi ha marees ben marcades i marees irregulars. D'aquestes no te'n pots refiar perquè, malgrat estar en plena baixamar, sempre pots trobar una onada inesperada que et mulla o et tomba. Volíem veure la Platja de les Catedrals, uns arcs molt grans de pedra esculpits pel mar al costat de Ribadeo, però la marea no ens hi va deixar arribar per l'únic camí possible entre l'aigua i les roques. Malgrat tot, ens va sorprendre l'atmosfera on ens movíem en una cala tallada a la pedra i immersos en una barreja de pluja, sorra, onades, roca i el verd de l'herba que arriba fins al mar.

Continuem el viatge a Costa da Morte fins al poble de Muxía, amb un mar cristal·lí i mogut. Aquí ja parlem d'un oceà. 22 anys enrere l'enfonsament del petrolier Prestige va contaminar profundament la Costa da Morte i tot el Cantàbric fins a França. La paraula "chapapote" es va fer tristament famosa. Ara sembla que no hi hagi passat mai res, però va ser –o potser encara ho és– una bona sotragada per a la vegetació i la fauna d'aquest contorn.

A part de la bellesa natural d'aquests paratges, la presència de tants fars arran de costa es correspon amb la seva tràgica història de naufragis. El far de Finisterre, el far Vilan, el far de Punta Nariga, el far de Cabo Touriñan, el far de cabo Roncudo... Tota una

costa clivellada d'entrades i sortides, amb rocams que emergeixen del mar o pitjor, els que no en surten però arriben fins a dos o tres metres de la superfície i són capaços de trencar els cascots dels vaixells.

El far de Fisterra, com diuen els gallecs, és emblemàtic per significar la fi de la terra i ser una de les parts més a ponent de la península Ibèrica. Hi arribarem en un dia de pluja, mar moguda i vent. Aixoplugats per paraigües i capelines, tot just ens aturarem un moment davant del monument de la bota que ret homenatge als pelegrins del Camino de Santiago que volen acabar el trajecte just a la fi del món.

El far Vilan, amb cent metres sobre el nivell del mar, té una llarga història. Inaugurat l'any 1854 amb el nom de faro Vello, funcionava amb vapor però, després d'uns quants naufragis, el van reemplaçar el gener del 1896 per un far nou que funcionava amb electricitat i amb raigs de llum molt més potents. Fou el primer far elèctric d'Espanya. Era ben curiós perquè cap poble de l'entorn en tenia, d'electricitat. Potser va ser per la pressió d'Anglaterra que ja havia perdut tres vaixells importants en poc temps en aquestes aigües. La barreja de dubtes i imprecisions en la brúixola i el sextant, el vent intens del nord-oest contra la costa, les fortes tempestes i la poca o nul·la visibilitat solien ser les causes d'aquestes desgràcies. Un dels naufragis més sonats fou el del HMS SERPENT, el dia deu de novembre de 1890, que va picar contra els sortints de Ponta do Boi en una nit de tempesta. 172 morts i 3



El Cementiri dels Anglesos | foto TONI PINTAT |

sobrevivents. Només portaven vint salvavides per a tots els homes però sí que en duïen els tres mariners que es van salvar. Des d'aleshores, tots els vaixells HMS (His Majesty's Ship), vaixells de sa Majestat, estaven obligats a portar tants salvavides com tripulants hi havia a bord. Els cossos dels mariners i pertinències van arribar fins a la costa de Camariñas (diuen que el mar ho torna tot). Els naufragis van ser enterrats al Cementiri dels Anglesos, construït a ran de mar d'una manera bonica i senzilla. Pots llegir tots els noms dels mariners del SERPENT i els noms de dos vaixells més enfonsats, el SS IRIS i el SS TRINACRIA. Quan un paratge bell i solitari pren aquestes connotacions tan humanes sempre et toca el cor.

Un conegut gallec em deia que si vols sortir impressionat de la Costa da Morte, ves-hi a ple hivern en un dia rúfol i amb tempesta al mar: no ho oblidaràs "nunca mais"! ✨



El Far Vilán | foto PEP PARÉS |

# SANXISME I RAÓ D'ESTAT

Joan Camps Ortiz

Quan la tessitura de l'ultra dreta sobrepassa les octaves del piano polític avortat de la llarga gestació de quaranta anys de nacionalcatolicisme, potser cal valorar el sanxisme de Pedro Sánchez com el millor dels mals pitjors per aturar l'arrogància constitucional sotmesa als poders fàctics que el franquisme més ranci que representa el PP i VOX, volen restaurar.



Pensem per un moment què seria avui del PSOE si Susana Díaz hagués aconseguit guanyar-li les primàries a Pedro Sánchez. És evident que el seu currículum donava bastant més que ser talonera del programa TODO ES MENTIRA de TV CUATRO, on el talentós Risto Mejide instrumenta impecablement el càsting coral que l'aplaudeix quan pontifica els seus categòrics judicis de valor. Susana Díaz és una mostra més dels polítics professionals sacrificats i mal pagats, comparant-la amb lo ben remunerada que deu estar ara a la "Cuatro" i a la vegada fent-li la pilota a l'ex rival Pedro Sánchez.

Jo estic d'acord que Sánchez actua com un mentider compulsiu amb un sobrenatural cinisme, però és que algú pot mostrar-me algun líder polític del món mundial que no actuï com un cínic sobrenatural compulsiu i mentider? El parlamentarisme constitucional espanyol consisteix en mantenir grans mentiders partidistes rodejats d'una claca d'obediència deguda al farsant que els ha situat a la llista i si gosen contradir-lo tots sabem el què passa, desapareixen del mapa polític. Des de Maquiavel, mentir en política és l'acció més sacrificada de la Raó d'Estat. Comparativament, la inviolabilitat de la Corona ha servit perquè Joan Carles I, en moments irrefrenables de zel, agafés la moto per anar a fer un kiki, enganyant a tots els espanyols i burlar-se de la seva esposa Sofia. O, a veure qui és capaç de dir al Rei que fer un clau no és una Raó d'Estat.

M'agradaria que l'amnistia garantís la possibilitat de normalitzar la democràcia amb la presència de Carles Puigdemont optant a la investidura com a President de la Generalitat de Catalunya, però em pregunto amb quina ens sortiria aquesta vegada Pedro Sánchez si, el candidat Carles Puigdemont fos detingut i empresonat pels Mossos o per la Policia Nacional, o coordinats els dos cossos a la vegada posant-lo entre reixes i a les rodes de l'exemplar justícia espanyola, tan propensa a ser dirigida per la porta del darrere.

Doncs seguint Maquiavel, no sigui que se'm culpi de donar idees, Pedro Sánchez tindria dues opcions, la del lliure a la mà convocant eleccions per salvar els mobles i l'altre, la de llibre. Textualment no mentiria dient: "tal como prometí, he traído a Puigdemont para que rinda cuentas ante la justicia" pura i dura Raó d'Estat. \*

*La Magnòlia*   @LAMAGNOLIATAVERNA

**CUINA INTERNACIONAL AL MASNOU**  
Carrer de Buenos Aires, 22

**DIMECRES A DISSABTE**  
20:30 A 24 H  
**DISSABTE I DIUMENGE**  
13:30 A 16:30 H

 Take away amb GLOVO

 **MAPFRE**

**La teva oficina del Masnou sempre amb ATENCIÓ PERSONAL**

Agència d'Assegurances Exclusiva de Mapfre Familiar S.A.  
C/ Sant Miquel 49, Local 2 • 08320 El Masnou (BCN)  
T. 93 555 75 04 • F. 93 540 08 76 • [marquem@mapfre.com](mailto:marquem@mapfre.com)

dibuix  
pintura  
ceràmica  
escultura  
torn  
serigrafia  
fotografia

**Blanc de guix**

**#VITAMINESPELCERVELL**

Creació Artística per a nens i nenes.  
A partir de l'1 de setembre.  
[www.blancdeguix.com](http://www.blancdeguix.com)

**FEMflocs**  
fusteria en general

fusteries exteriors • dissenys propis personalitzats  
mobles a mida • portes i tarimes  
restauració fusteries nobles



630 462 904 • 937 566 168 • [femflocs@gmail.com](mailto:femflocs@gmail.com) • [www.femflocs.com](http://www.femflocs.com)

Joan Muray

Segur que per molts, aquest títol que encapçala les històries d'aquest mes, sonarà força estrany, però si us fixeu amb la data en què va passar, entendreu el perquè

Era l'any 1936 i havia esclatat la Guerra (dita) Civil Espanyola (1936-1939) i la Lliga Espanyola s'havia paralytat, però la Lliga Catalana no, i el Real Madrid volia jugar-hi com a equip convidat, però no ho aconseguí.

Anem a pams. Era l'octubre i feia tres mesos de l'esclat de la Guerra, Madrid estava a punt de ser assetjat i la lliga fou suspesa, però no a tot arreu de l'estat. Catalunya i València jugarien la seva i la selecció del País Basc marxaria de gira, la qual cosa els va durar dos anys.

El secretari general del club aleshores era Pablo Hernández Coronado, que fou qui va tenir la idea de traslladar l'equip a Catalunya i inscriure'l al campionat català.

El llavors entrenador del Real Madrid, que en aquell moment es deia Madrid C.F., en Paco Bru, va contactar amb la Federació Catalana de Futbol, demanant-los que incloguessin el seu equip com a equip convidat. Les relacions en aquell moment eren bones, ja que els blancs van retre un homenatge a Josep Sunyol, president del Barça, que el 6 d'agost havia estat assassinat a la serra de Guadarrama per les tropes franquistes.



Sobre aquestes línies l'Escut del Reial Madrid en temps republicans. I a la dreta El Madrid C. F. durant la República, el 1936.

# EL REAL MADRID VA VIURE AL MASNOU...

## el 1936, i volia jugar la Lliga Catalana

I una curiositat sobre aquell Madrid, que en temps republicans ja no era Reial, és que des del 1931, quan es va proclamar la II República Espanyola, l'escut del Madrid va incloure una franja morada en diagonal, d'esquerra a dreta, senyal que va perdurar tot el règim franquista i un bon tros de l'actual monarquia, concretament fins al 1997, quan canviaren el color morat pel blau.

Els equips catalans més petits, com el Club de Futbol Badalona, el Girona Futbol Club, el Centre d'Esports Sabadell Futbol Club i el Futbol Club Granollers ho veien bé, tenint en compte que podrien augmentar els ingressos, a l'Espanyol també li semblava bé, en canvi el Barça es va negar a deixar el seu estadi. El sindicat de futbolistes també ho acceptaria, per tant, tot indicava que la sol·licitud seria acceptada.

Aleshores, l'entrenador madrileny va apressar-se a cercar casa per hostatjar a tot l'equip, més tècnics, etc. i el lloc triat va ser el Masnou, però el fet no fou acceptat, i la Federació catalana de Futbol va declinar la demanda, segons un comunicat amb data 28 d'octubre de 1936. La vida esportiva del Madrid desapareixeria durant tres anys.

El Barça, per al seu costat i durant aquell període jugaria el Campionat de Catalunya 1936-1937, la Lliga Mediterrània el 1937, i aquell mateix estiu, se n'aniria de gira per Mèxic i els Estats Units.



Paco Bru, l'entrenador del Madrid C. F., el 1936



Retrat de Josep Sunyol i Garriga, president del Barça el 1935.



Sector del Masnou on podria haver-hi la finca esmentada.

Tornem a la vinguda de l'equip madrileny al Masnou. Vingueren els porters Espinosa i Alberty; els defenses Ciriaco, Quesada i Bonet; els mitjos Pedro Regueiro, Villita, Valle i Antoni Bonet; i els avanters Luís Marín, Luís Regueiro, López Herranz, Lecue, Malbo, Emilin Alonso, Alfonso Sanz i Emilio Sánchez.

I ara anem a on s'hostatjaren els futbolistes i tècnics madrilenys. Les cròniques de l'època només especifiquen que fou al Masnou i en una espaiosa finca, lloc on muntaren el seu quarter general i començaren els entrenaments.

Les indagacions fetes no han donat un resultat conclouent, atès que no s'ha pogut saber on era aquest espaiós xalet en què s'hostatjà l'equip madrileny.

Sembla que fou un xalet de l'actual carrer de Miquel Garriga i Roca, que era propietat d'un madrileny, carrer que durant el franquisme l'Ajuntament del Masnou va batejar amb el nom de José Antonio Girón de Velasco, un militar i polític falangista que, durant un temps, els estius els va passar en una finca d'aquest carrer, la d'aquest madrileny esmentat. Aquesta finca, per tant, tindria tots els números per ser la que va hostatjar l'equip del Madrid C. F., com es deia aleshores. ✨



Sector del Masnou on podria haver-hi la finca esmentada.

**FONS CONSULTATS** • Noel Eduardo / @noeleduardo • La Lliga Catalana que el Madrid no va poder jugar durant la Guerra Civil. • file:///J:/El Madrid al Masnou. • El último minuto, de Alfredo Relaño Estapé. Editorial Base 2022.

**FE D'ERRADES** A les anteriors Històries, se'ns va colar una errada, la que posava com a segon cognom de Manuel Rusiñol, que és PAGÈS, i no Rusiñol

# CONSOLAT DE MAR MÉS DE 750 ANYS D'HISTÒRIA

Lluís Valls i Marí

El Consolat de Mar té una història de 750 anys. Aquest estament de 1258 va aplegar els drets marítims per a regular els usos i costums del comerç en el transport nàutic. Tot i que el van crear els nostres avantpassats, és més conegut internacionalment que no pas entre nosaltres

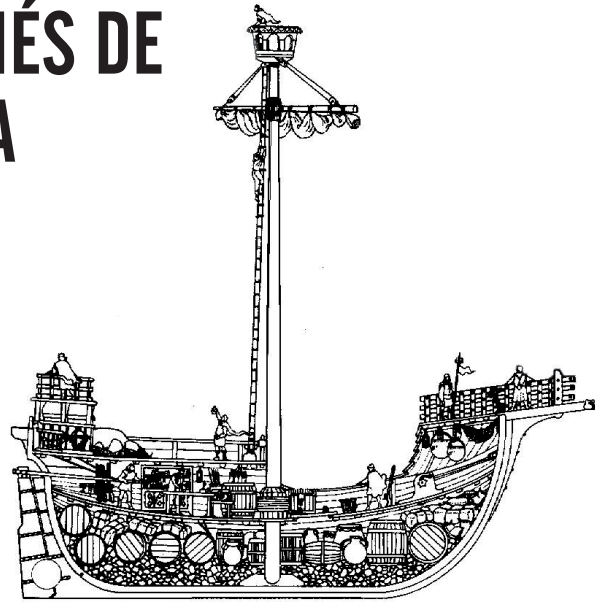
Avui en dia està reconegut com el bressol del dret marítim internacional i primer codi de comerç internacional arreu del món. Vigent en molts dels seus aspectes encara és, avui, pioner dels sistemes alternatius i es fa servir per a dictar resolució i solucionar conflictes.

El llibre del Consolat de Mar és un compendi de lleis de dret marítim que va regir durant segles el comerç a la Mediterrània. D'origen català, va ser traduït a gran quantitat de llengües i ha servit com a base per a la legislació marítima actual.

En establir el rei Pere el Gran el primer Consolat de Mar a València, va ordenar que apliqués els usos i costums marítims de Barcelona, que es deien costums de mar i que no havien estat encara ordenats, tot i que existia a Barcelona un altre recull de normes marítimes denominades Ordinacions de Ribera, que eren el que avui s'anomenaria Normes de Policia del Port i aigües litorals.



Coberta de l'edició del Llibre del *Consolat de Mar*, editat a Ciutat de Mallorca el 1320, on s'aprecien els escuts dels territoris de la Corona d'Aragó: Catalunya, Mallorca, Aragó i Sicília. Data 1320



Dibuix secció transversal del transport d'una coca.  
Coca: embarcació comercial medieval del segle XIII-XIV. Recreació extreta de l'exvot-maqueta descobert a l'ermita de Sant Simó de Mataró al 1928 per la qual cosa se la coneix com a Coca de Mataró.

El mèrit del llibre del Consolat de Mar és que, és la primera obra que recopila les lleis marítimes disperses dels drets romà, grec, d'orient, italià, francès i castellà, juntament amb els costums de mar tradicionals.

Al segle XIII, l'activitat marítima del comerç català era intensíssima. Hi havia mercaders i mariners catalans en països diversos i llunyans com el Magrib, Egipte, Palestina, l'Imperi Bizantí i els estats europeus. Malgrat que eren gent intrèpida i capaç de trobar solucions a tots els problemes, aviat van veure la necessitat de tenir suport en els conflictes que podien sorgir. Per aquesta raó es van anar recopilant totes les normes ètiques, morals i laborals dels ports i països coneguts, bàsicament a la Mediterrània, i se'n va fer un llibre compendi que intentava d'abastar, d'una manera indiscriminada però humana, tots els usos i costums de diferents llocs però amb el mateix comú denominador, el mar.

En aquesta sèrie d'articles que tenim programats, fent una mica d'història i amb l'ajuda de l'últim Cònsol Major del Consolat de Mar Excm. Sr. Jordi Domingo i Garcia-Milà, intentarem d'explicar, què era, què va fer, què pot fer i perquè no se li ha donat a aquesta institució històrica la transcendència que es mereix. Per què a aquesta entitat, podent fer molt per la concòrdia mundial, no ha estat recolzada ni valorada? \*



Fontseré Pintors s.l.  
657 889 214

## Homs

MATERIALS PER A LA CONSTRUCCIÓ:  
LA MILLOR OPCIÓ PER A PROFESSIONALS

**EXPOSICIÓ** avda. J. Roca Suarez Llanos, 43 - 08329 Teià - 935 403 769 - [exposicio@materialshoms.cat](mailto:exposicio@materialshoms.cat)

**horari** de dilluns a divendres: de 9 a 13 h. i de 15 a 19 h.

**OFICINA I MAGATZEM** Joan XXIII, 126 - 08320 El Masnou - 935 559 753 - [Info@materialshoms.cat](mailto:Info@materialshoms.cat)

**horari** de dilluns a divendres: de 7 a 17 h. (no tanquem al migdia)



Ramon  
Clemente  
GLASS

La fàbrica de vidre de El Masnou Ramon Clemente orgullosos de ser masnovins. Més de 125 persones d'El Masnou fent flascons per tot el món; de perfumeria, cosmètica, llar i alimentació.

Cuidem el nostre poble i el nostre món amb economia circular, indústria sostenible, amb el vidre com a element principal

[rclemente.net](http://rclemente.net)

## Urbanisme

“El límit és el vertader protagonista de l’espai, com el present, un altre límit, és el vertader protagonista del temps.”

Eduardo Chillida

# COM ÉS L’ESPAI PÚBLIC DEL BARRI 11 SETEMBRE – ESTACIÓ DE MASNOU?

Montserrat Fàbregas Flò



Aquest mes descobrirem l’espai públic del barri 11 de Setembre – Estació de Masnou. En la imatge adjunta es mostra el límit del barri (segons el PGOU) i també les zones verdes (verd fosc) i les zones de reserva (verd clar).

Si ens hi fixem, podem distingir varis tipus de teixits urbans amalgamats entre ells, com per exemple la regularitat que caracteritza l’eixample; la versatilitat del barri antic i l’esponjositat de les cases unifamiliars aïllades. El principal eix que estructura aquesta zona seria el conformat pels carrers Pintor Fortuny – Pompeu Fabra – Torrent Umbert que enllaça la Plaça Onze de Setembre amb la carretera N-II.

El desnivell del barri és un dels més accentuats, ja que va del punt més baix a 4 metres sobre el nivell del mar, situat a peu de la carretera, al més alt que arriba fins a 70 metres d’altitud en l’estacionament davant del Cementiri (font: google earth). Segons la modificació del PGOU del 2021, en el barri hi ha 3.921 habitants i uns 16.711 m2 de superfície d’espais lliures, o sigui que la seva relació seria de

4,26 m2/hab. Aquesta dada mostra la superfície d’espai verd que disposa cada habitant i es sol utilitzar com un indicador per mesurar i comparar amb altres zones la qualitat de vida urbana. Ara bé, en aquest cas, cal remarcar que més de la mitat de l’espai reservat com a “sistema d’espais lliures” està inhabilitat com a tal, ja sigui perquè està tancat (solars del Carrer Mare de Déu del Pilar i el de darrera de Can Xala) o perquè dos d’ells s’utilitzen com estacionament. Per tant, la relació de l’espai públic per habitant canvia notòriament a menys de la meitat.

La varietat d’estils constructius i dels tipus d’habitatge del barri generen captar l’atenció i la curiositat mentre s’hi passeja, com també els tipus de carrers que el conformen com els cul de sac de Vilassar de Mar, Premià de Mar i Tiana (entre d’altres) que contrasten amb carrers estructurals com els de Navarra i en Silveri Fàbregas.

El principal espai públic interactiu del barri seria la Plaça de la República en la que es destaquen diverses zones d’estar i altres de pas. La seva ubicació estratègica davant de l’escola Ferrer i Guàrdia remarca la importància d’aquests espais de lleure al costat d’equipaments educatius.

Continuant pel mateix eix cap a la carretera, trobem diferents espais que s’adapten al desnivell del Torrent Umbert i creen varis tipus de parcs. Un d’ells és l’àrea de jocs infantils que queda al nivell del CAP i la resta es divideix en una zona verda on hi ha un petit i curiós rocòdrom i, en l’altra, un espai per a gossos.

En la zona alta del barri, contraresta l’estil de la emblemàtica Plaça Onze de setembre que actua més com a rotonda distribuïdora de la mobilitat, tant pels cotxes com pels vianants.

Feta aquesta breu descripció, ens convido a recórrer i a descobrir els carrerons i els espais verds del barri. Quins estan sent més utilitzats i quins no tant? Com és el recorregut entre ells? Quines sensacions registrem passejant en els diferents espais? \*

# La pastisseria fresca de l’estiu de les pastisseries del masnou

**david**  
pastisser

MMACE02 (Millor Mestre Artesà Xocolater d’Espanya 02)  
Medalla de bronze MMAPE03 (Millor Mestre Artesà Pastisser d’Espanya 03)  
Mestre Pastisser  
Finalista (Millor Pasta té d’Espanya 15)  
Navarra 100 • 93 555 34 75 • El Masnou  
pastisseria@davidpastisser.com  
www.davidpastisser.com



**La Moreneta**  
PASTISSERIA • CONFITERIA  
Itàlia 31 - El Masnou  
935 553 564

PASTISSERIA DEGUSTACIÓ  
GRANJA



**Matalí**

Prat de la Riba 4 - El Masnou  
93 555 04 60



Fem poble

# LA MÚSICA NEGRA ARRIBA AL MASNOU

Núria Fusellas i Santi Duran

MasSoul és el primer projecte d'Anima Masnou, i vol portar la Música Negra al poble. Raül Ruiz ens ho explica



**CULTURA LLIURE, SENSE CENSURA NI RESTRICCIONS. AIXÒ ÉS ANIMA MASNOU. Bona definició. Raül, ets del Masnou?**

No, hi visc. De fet, aquesta és la segona etapa de la qual ara porto cap a quatre anys.

**I la primera? Com vas aterrar aquí?**

Perquè vaig conèixer l'Ester, la meua parella. Vam fer un parèntesi per motius laborals i vam decidir tornar.

**I aquí esteu, a donar-ho tot i més! Ara ja sou Masnovins implicats en la vida social i associativa del poble. Anima Masnou no és el vostre primer projecte, oi?**

Una de les coses que vaig fer quan vam tornar és buscar una associació de jocs de taula, i en aquell moment se n'estava muntant una. El tema és que el confinament me'l vaig passar jugant a jocs de taula, ja que estava permès i podíem reunir-nos per fer-ho. Se'm va despertar el cuquet. I, quan vaig tornar aquí, vaig començar a buscar com fer-ho.

**Va ser fàcil?**

En aquell moment, fa tres o quatre anys, vaig trobar una associació que s'estava muntant, i es va constituir oficialment. Ple de Rol.

**Però això no acaba aquí. També formes part d'un grup de DJs, no?**

Si, tot va començar per fer la broma d'aniversari a un amic, en Sergi, que ara també és part d'Anima Masnou. Em va demanar que punxés en el seu aniversari perquè sabia que a mi m'agrada molt la música. I ja que ho feia, ho havia de fer bé. Em vaig comprar una taula de mesclades. Arran d'això, em vaig ajuntar amb en Santi, ja el coneixia, i amb la Carla, que era amiga d'ell.

**D'aquí surt la Santa Fiesta?**

En Santi ja ho tenia al cap, li estava donant voltes feia temps. Volia fer "tardeos" al Masnou. Ja tenim una edat i ens costa cada vegada més sortir a la nit, tenim família, etc. Volia fer una festa per la gent que es mou entre els 30 i més. Ja tenia el nom i tot "La Santa Fiesta". Així que ens vam ajuntar els tres a veure si funcionava, si hi havia interès, i la veritat és que sembla que sí.



La Santa Fiesta - Raul Carla i Santi

**I tant! Se us veu en tardeos, en vermuts, en fires..., de moment pel gust de fer-ho, sense ànim de lucre?**

Quan rasquem alguna cosa és per invertir, millorar equips. No volem viure d'això. La nostra idea és moure a la gent amb la música...

**I aquí ja enfilem amb Anima Masnou**

La nostra idea és fer moure activitats musicals i culturals al poble. El tema d'Anima Masnou va sortir penjant de la idea del festival, MasSoul.

**I la cosa s'ha embolicat, ja, ja, ja.**

Jo vivia a Palafolls, abans d'acabar aquí al Masnou, tenia una associació cultural allà...



Els integrants d'Anima Masnou a la presentació a l'Entitat a Blanc de Guix

**Això de muntar associacions ja et ve de lluny doncs!**

Sí! Movia el tema de promoure la cultura lliure. Pensem que la cultura és el que ha de desenvolupar una societat.

La cultura ha de ser lliure, i no dic que hagi de ser gratuïta. Algunes coses sí que seran gratuïtes, el festival serà gratuït, però pot ser que altres activitats no ho siguin. El que ha d'estar és a l'abast de tothom. Sense censura ni restriccions. La cultura és una part molt important de l'educació i ens fa pensar. És un motor que crec que és necessari per a una societat que vulgui créixer i vulgui millorar.

**Veig que ho tens molt clar.**

A Palafolls tenia un programa de ràdio amb un amic, que era d'entrevistes a grups de música locals. I amb això va sortir la idea de fer una entitat cultural que es deia Bang! Cultura.

**"Bang" com en els còmics?**

Bang perquè és l'onomatopeia d'una explosió, una explosió de cultura a Palafolls. I allà vam començar amb un festival, després cicles de festivals... i quan vaig marxar de Palafolls de mica en mica em vaig anar deslligant, cada vegada costava més. El meu company va començar una carrera política, així que Bang! Cultura va acabar. Amb uns amics de Masnou es va constituir Ple de Rol pels jocs de taula, però...

**Et faltava la música?**

El tema era tornar a involucrar-nos d'una manera més directa en la música. Hem començat amb La Santa Fiesta, però no n'hi havia prou.

**I així va sortir la idea de MasSoul?**

Un dia era a Premià de Dalt, a l'Endofest, i em va agradar molt com unien solidaritat i música. Hi havia música, però també xerrades i activitats destinades a conscienciar, en aquest cas, sobre un tema de salut femenina, l'endometriosis. Així que tot pren un sentit més ampli.

**És una idea rodona.**

Vaig sortir eufòric, amb moltes ganes de portar-ho al Masnou. Li vaig parlar, en principi a l'Ester i es va engrescar. Vam posar-nos en la planificació, a fer números. I ho vàrem portar a la regidoria de cultura per veure possibilitats.

**I qué tal?**

El tema és que, com ja he dit, no volia que es quedés en només música, volia que hi hagués una repercussió social, que fos una miqueta diferenciador. I aquí va sortir el concepte del MasSoul, un festival pensat al voltant de la música negra, perquè crec que és una música d'arrels, una música que comporta moltes més coses socials i que pot ser molt transversal en temes de reivindicacions, per exemple.

**Molt interessant, reivindicatiu i solidari.**

Havia de contactar amb algú que ens ajudés a portar el terme social, algú amb experiència. A mi, el tema de recaptar diners, em feia una mica de por, pel tema de la transparència que s'ha de tenir aquests assumptes. I vaig contactar amb Vida Significativa, amb el Xavi Caparrós, li vaig proposar la idea i li va encantar.

**Vida Significativa a què es dedica?**

Fan programes d'integració social amb persones amb risc d'exclusió, des de gent gran que està sola i els hi fan companyia, a dur joguines per Nadal a nens i nenes de cases d'acollida, també programes d'integració d'emigrants, etc.

**Ja teniu qui gestioni la recaptació, però havies dit que era gratuït?**

No tindria lògica que fem un festival de música cobrant entrada si estem parlant d'integració. No volem excloure a ningú que no es pugui pagar una entrada i vam decidir que el festival havia de ser gratuït. Totalment gratuït. Aleshores havíem de pensar activitats per recaptar diners. Més enllà de



### Però...

Al cap de dues o tres setmanes ens van tornar a trucar i ens van dir que podríem tenir un dels concerts de Vallmora.

### Una alternativa!

Espera: vam fer una contraproposta. "Si amb aquests diners podem muntar un mini festival, si no ens passem de pressupost, ho podem fer?" Ens van dir que sí i que ens ajudarien en el que poguessin. Aleshores, el que hem fet és estirar aquest pressupost, tirar de contactes del món de la música, entitats del poble, com les Flappers de Ple de Swing, l'Isant de la Picanya, els dels Jocs de Taula, els de Blanc de Guix, i també, comptar amb voluntaris, per fer estirar aquell dia com sigui!

### Finalment, un Festival!

Bé, al festival que teníem pensat, hi havia un eix transversal que baixava des del Parc de Vallmora, fins a la platja, amb fira, fira gastronòmica, amb música, amb DJs, un Festival per tot el poble.

### Molt ambiciós.

Ara hem fet una cosa molt més concentrada a Vallmora. Al matí un tema més familiar, que serà aquest Bingo Chow i alguna altra cosa més, i els concerts quedaran a la tarda. El pressupost ens ha arribat per dos concerts i una DJs. Molt interessants tots tres. El primer concert serà d'un noi cubà: fa una barreja de reggae amb rumba espanyola, i és ballarí, a més, a més. Un espectacle visual. Després, segurament, això encara ho estem acabant de tancar, una banda de Barcelona que fa soul, rhythm-and-blues. I ja a la nit, a Angel Johnson, la primera dona que va punxar música House a l'Ha-cienda, a Manchester. Ara, veïna d'Ocata.

### Un regal! Sabem quan serà, per anar escalfant?

No encara, a l'octubre sembla.

**Genial, el Masnou obrirà la tardor amb Música Negra, al Festival MasSoul. Gràcies, Raül i a tot l'equip d'Anima Masnou per fer-ho possible. ✨**

les barres de bar o del sopar. De fet, per aquest tema ja hem engrescat a La Picaña i al Pati de Casa.

### Havia de ser un altre tipus de coses.

Vam pensar a fer alguna activitat lúdica, jugar a alguna cosa per augmentar la participació, que fos una mica més interactiu. I vam pensar en el que li hem denominat el Bingo Chow

### Un Bingo?

Bingo Chow. No és res més que un bingo musical. Ara està de moda. S'han d'encertar cançons, és molt divertit. En el camí volem involucrar més col·lectius de Masnou i voluntaris d'Anima Masnou.

### Uauh! Tot rodat. Que et van dir a la Regidoria de Cultura?

Els va encantar perquè uneix cultura amb un tema social. Però no hi havia diners. Ens vam quedar una mica desanimats.



### RAS I CURT a Raül

**El primer que fas quan et llesves** Posar la ràdio per escoltar les notícies **Menjar preferit** Espaguetis a la Siciliana **Estació de l'any** Tardor **Mar, muntanya o ciutat** Sempre muntanya, encara que m'encanta viure a la vora del mar **Quin superpoder t'agradaria** Aturar el temps sempre que volgués! **En el temps lliure...** Gaudir de la meua parella, la cultura i els amics. Sempre falta temps! **Tens algun mestre** Sempre tinc molt present una frase d'un oncle meu: "Quan parlis amb algú, pensa que aquesta persona és, com a mínim, tan intel·ligent com tu"; així que intento aprendre de tothom **Pel·lícula o sèrie, quina?** "La nit dels morts vivents", de George A. Romero **Actor/actriu favorit?** Vincent Price **Tatuatges: sí o no i on?** Sí, sis, i tots als braços **Un llibre** "Chavs: la demonització de la classe obrera", d'Owen Jones **Música...** Black Music! Com la que tindrem al MasSoul, hehehe **Tens una vareta màgica, que faries pel poble de Masnou** Preus de lloguer assequibles per als veïns i més obra pública **Color** Negre, tot i que m'encanten les camises hawaianes per vestir!

### Al nostre mar, allà on viuen els Marlinets...

Troba: 6 🐠 6 🐠 6 🐠 6 🐠

### Passatemps

Elena Feliu



Del conte Marlinets. Text d'Elisenda Guu, il·lustració Elena Feliu

# BON ESTIU!

Joana Bofarull Cervera

L'ara és l'estiu, com diu el poeta, i arriba la calor, i estem frisant per gaudir d'unes vacances, segurament ben merescudes, i anar de viatge, fer una escapada a la platja, escoltar música, o asseure's a l'ombra d'un arbre amb aquell llibre que estava adormit a la lleixa. En definitiva, tenir un temps d'esbarjo, descansar sense horaris i sortir de les obligacions quotidianes que sovint ens afeixuguen; escampar la boira, que diria la meva àvia, i amararnos de l'espai lluminós que ofereix aquesta estació.

Sí, i al mateix temps reflexionar. El canvi climàtic ens obliga a fer-nos preguntes i a censurar les males pràctiques que malmeten el nostre entorn. En el temps de lleure, podem incorporar ensems tenir cura de la nostra salut i la del nostre planeta, perquè la inacció d'avui pot ser conclouent de cara al futur. Així, doncs, faig un cant a la complicitat per tal de

Ara és l'estiu,  
l'estiu massís i una mica absurd  
però intensament bell,  
que arriba sobtadament  
una nit qualsevol de principis de juny  
i que se'n va, també sobtadament,  
una nit qualsevol de finals de setembre

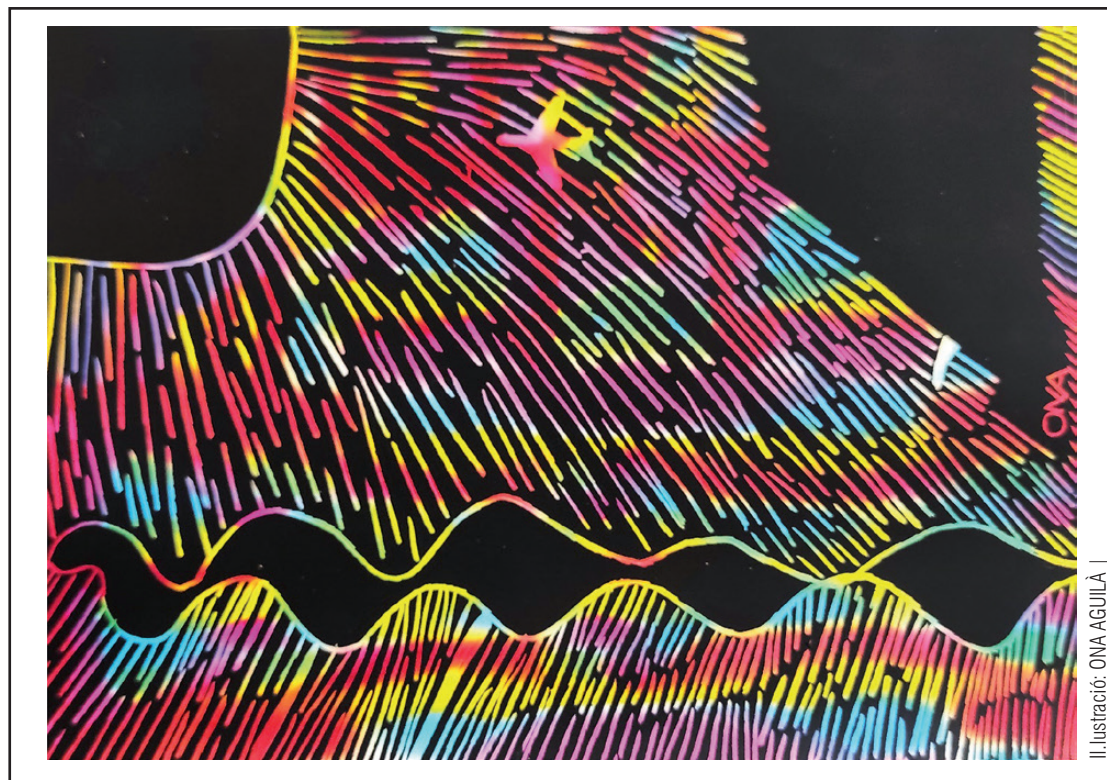
Miquel Martí i Pol

conservar els nostres boscos, platges i ciutats i protegir-los/nos d'aquest futur incert que tenim a tocar.

A l'estiu, els cantaires ens quedem orfes d'assajos i concerts fins que arriba el principi de curs, el setembre. Ara ja estem pensant en el desig de començar a cantar, quan encara ens queda un concert pendent a Sant Jeroni de la Murtra el 7 de juliol a les 11:30 h per acomiadar aquest curs. Dir-vos també, que la coral Xabec ja té a la carpeta noves propostes pel curs vinent que esperem que siguin del vostre grat.

Que passeu un bon estiu és el meu desig i, que en aquest impàs, gaudiu de la família i les amistats, tant com pugueu, que a la tardor ja tornarem a enfilar la rutina.

Bon estiu! ✨



Il·lustració: ONA AGUIJÀ

## Anècdotes històriques LES FONDES DE 'SISOS'

Albert Vidal

Les fondes, establiments on es podia menjar i dormir per preus mòdics d'ençà del segle XIX, van proliferar a molts indrets de Catalunya com a hereves dels antics hostals establerts als camins propers a les poblacions, com locals entremig d'aquests i les tavernes.

Els hostals havien estat molt sotmesos a lleis i normatives força restrictives que limitaven en bona part la seva activitat. Per exemple, una prerrogativa de Pere IV datada a Lleida el 24 de juny de 1375 ordena que, quan una prostituta entra en un hostel, hi menja i s'hi queda, si després es nega a satisfer l'import dels serveis, no se la castigui a ella sinó a l'hostaler, que havia de pagar cent florins d'or de multa.

Un dels més coneguts, situat a l'accés a Barcelona per la banda d'Horta, fou l'Hostal de la Peira, del qual encara queda algun record en l'anomenat, justament, Turó de la Peira.

En el seu inici, a finals del segle XVIII, les fondes encara van mantenir alguna restricció pel que fa a les condicions d'allotjament de viatgers, però, òbviament, van ser més permissives que els seus antecessors, els hostals, en estar situades als nuclis urbans i ocupades per estadants de caire més cosmopolita en certa manera, com ara els anomenats viatjants de comerç, artistes, altres treballadors itinerants, etc.

Però les fondes també acollien ciutadans locals que hi anaven a fer alguns dels seus àpats fora de casa, tant pel tracte familiar i distès que rebien com pels preus força assequibles per una societat sense gaire recursos.

N'hi havia en les quals només se servia menjar i d'altres en les quals també es podia dormir.

Tant fou l'èxit d'aquests establiments que només al carrer de la Boqueria de Barcelona n'hi havia prop d'una dotzena molt freqüentats per obrers i menestrals que havien arribat per les obres de l'Exposició Universal de 1888 i s'havien quedat a la ciutat en trobar-hi bona feina.

Foren extraordinàriament populars les que es van conèixer com a fondes de sisos, dites així perquè s'hi podia menjar cuina tradicional correctament i de manera abundant i quedar-s'hi a la nit per poc diner. Sopar i dormir per sis rals i només menjar per dos rals. És a dir, al valor d'avui, per 1 cèntim d'euro i una tercera part d'un cèntim (per 1 cèntim actual podien menjar, doncs, tres persones d'aleshores).

Una simpàtica característica de les fondes era el nom dels plats que responien a un vocabulari pintoresc i humorístic, aliè al seu contingut. Així, les serradures eren sopa de sèmola; metralla, cigrons; un pagès amb barretina, col fregida amb una arengada; un guàrdia civil, una arengada amb amanida; peus de ministre o de senyor, peus de porc amb naps; una noia del país, botifarra a la graella; una bicicleta, un parell d'ous ferrats; sopa amb bales, sopa de mandonguilles; seques, mongetes soles (veu que ha perviscut fins avui, entre d'altres)... i, així, fins a un centenar de denominacions de plats.

Els cambres, amb llargs davantals, cantaven així els plats afegint-hi alguna descripció del client, per exemple, tal plat per a un senyor que es porta el pa, o tal plat per al senyor del bigoti cargolat. Aquestes cases de menjars populars van anar decaient fins a desaparèixer empeses, en part, per la creació d'altres establiments amb nom més refinat i desconegut fins aleshores: els restaurants. El perquè d'aquesta denominació, un altre dia. ✨

# FINQUES MESLLOC

LLIGOÑA CAYETANO

La seva immobiliària del Maresme

93 555 69 03 • www.meslloc.com

## Relats

Vicenç Miravet

Continua l'aventura del curiós agent secret de la Generalitat que, instal·lat a Masnou, desvelarà els secrets més ben guardats del poble. (0 no)

# Pons, Jaume Pons

## L'agent del Masnou

El Masnou, 30 de juliol de 2024. Segon informe expositiu.

*Aquí li entrego el segon informe oficial sobre la meva introducció «secretax» al poble del Masnou. Aquest és un informe expositiu, perquè cada cop estic menys positiu. Quina calor!*

*Recórrer el Masnou a peu, d'incògnit, és molt més difícil del que imaginava. Tracto de ser un bon agent secret, però pujar pels carrers del Masnou a ple sol de juliol, amb les ulleres fosques, el barret i la gavardina per no aixecar sospites, m'ofega. I més quan faig una incursió rutinària per la platja. M'acosto a la riba per sentir una mica de vent, esquivant les tovalloles, però sovint m'he espantat quan algú m'ha cridat per darrere, pensant que era un delinqüent. En girar-me, sempre és un nen que es pensa que estic venent gelats.*

*Quan treballa de nit, sempre d'incògnit, els clients asseguts a les terrasses del Camí Ral em somriuen al passar. Jo els faig un gest amb el cap i mostro el palmell de la mà per indicar que estic de guàrdia i no em vull descobrir, però res, tothom riu.*

*Pel que fa als sospitosos, l'altre dia vaig seguir un tipus que semblava un gran delinqüent. Feia més de dos metres d'alt! Portava uns pantalons de tirants vermells, una samarreta marinera massa gran, un barret de copa verd i uns cabells llargs i arrissats de color groc palla. Darrere seu, un grup de músics tocaven melodies alegres. Encara que ell somreia, a mi em feia por. Però una pila de nens i nenes (i els seus pares) ballaven i gaudien al seu pas.*

*El misteriós individu va fer parada a la plaça de Marcelina Monteys, encara que una senyora gran em va dir que en realitat era la plaça dels cavallets i, mentre la banda continuava*

*tocant, el sospitós va baixar les escales del final. Però aquí ve el detall: ja no era tan alt. Era com jo. Amb aquesta nova igualtat, em vaig acostar per donar-li l'alto. Ell va amagar la cigarreta que s'havia encès i va somriure. Quan el vaig intentar subjectar, va reaccionar violentament i se'm va escapar torrent avall. Als meus quaranta-cinc anys encara corro prou bé, però quan vaig arribar al passeig, vaig dir prou. No el veia ni a dreta ni esquerra. No podia haver travessat la carretera plena ni saltat a la via. Només podia haver-se amagat al Vins i Divins. No el vaig poder trobar. Ho sento, però se'm va escapar.*

*El final del recorregut dels músics va ser a la platja, on hi havia una congregació de públic de totes les edats. Si algú volia fer algun acte criminal, aquell era el lloc ideal. La gent estava contenta mirant un espectacle dalt un escenari on, per sorpresa, va aparèixer el camallargues somrient. Una senyora gran i emocionada em mirava aplaudint-lo i dient-me que el seu net era molt trempat. No vaig voler crear pànic entre els espectadors i no vaig actuar, però li vaig fer una foto amb el mòbil per si de cas.*

*Ah, un altre cop vaig pensar que patíem un atac terrorista, però era la traca final de fi de festa del festival Ple de Riure.*

*Continuaré informant tan bon punt la calor i el veí de la música forta em deixin*

*Pons, Jaume Pons,  
l'agent del Masnou. ✨*



## Parlem de llibres

Pere Martí i Bertran



**Títol** Feti i el pesticida malèfic

**Autor** Neus Cáceres

**Il·lustradora** Gemma Zaragüeta

**Editorial** Pol·len edicions

**Col·lecció** "Pol·len còmics"

**Lloc i any d'edició** Sant Cugat del Vallès, 2024

**Pàgs.** 108

### Ciència amb humor i rigor

Neus Cáceres és una professora de biologia, molt preocupada pel medi ambient i pels efectes desastrosos que els pesticides hi provoquen. Aquesta preocupació l'ha portada a escriure un

text per conscienciar-ne infants i joves. I ho ha fet de la mà de la il·lustradora Gemma Zaragüeta, que a través del còmic ha donat vida a personatges tan difícils de representar i de fer actuar com els cucs, els bacteris o pesticides com el DDT o el glifosat.

Cáceres ha escrit una aventura, que podem qualificar d'iniciàtica, protagonitzada per una colla de personatges que, sense tenir res d'humans, hi actuen com en la tradició faulística. El principal és un cuc de laboratori, Feti, que la resta de cucs menyspreen i anomenen esguerrat i tot (p. 6), perquè ha nascut amb ulls, com més endavant sabrem que també caracteritzava el seu avi Sasha, un cuc savi mestre d'alguns companys de viatge de Feti, que el protegiran i l'ajudaran per fidelitat i agraïment a l'avi.

Un dia que la doctora del laboratori experimenta amb glifosat en el menjar dels cucs, i gràcies als advertiments de l'Ona, una abella també de laboratori amiga de l'avi, s'escapa i només el segueix un altre cuc, la Nur, de la qual s' enamorà. La seva fugida i descoberta del món exterior aviat es convertirà en una aventura plena de sorpreses i de perills, que aniran superant gràcies als amics, com l'Ona, i altres que faran al llarg del camí: un bacteri, bon vivand, resistent al glifosat, que es fa anomenar Pepe, per les dues pes del seu nom científic (Pseudomonas Putida); i una partícula del pesticida més contaminant, el DDT, que gràcies als consells de l'avi Sasha, ha

canviat i s'ha convertit en un "pesticida honest" (p. 60), que es fa dir Mr. Te.

Aquesta colla no només s'ajudaran entre ells, sinó que també salvaran altres animals afectats pels pesticides i fins i tot n'advertiran els humans. I tot serà gràcies a la curiositat, base de tota la ciència, una característica de Feti, que comparteix amb la seva amiga Ona: "Jo m'hauria de dedicar només a fer túnels sota terra. Per això soc cuc de terra, però... Vull entendre el món." (p. 46) Aquesta curiositat, aquest sempre voler saber més, aquest superar les dificultats i lluitar per uns ideals seran les bases del creixement personal i de la transformació de Feti: "Jo no soc Feti del laboratori. He escapat de la gola d'un peix, he saltat enmig del riu desafiant la mort i he ballat a les mans d'un nen. Soc el nou Feti i... Ho aconseguiré." (p. 90).

Una aventura per introduir infants i joves en la ciència (el glossari final hi acaba d'ajudar, p. 101-104), amb humor i amb rigor, tant per part de l'autora del text, com de la il·lustradora, que dona vida a uns personatges, com he dit, ben difícils de representar; aconseguir d'apropar-nos-els; i els omple de vida i d'expressivitat. Un llibre més que recomanable, per compartir i per destacar-ne la conseqüència amb els ideals que defensa, perquè, com ens explica amb tot detall una nota final (p. 106-107), tot el procés d'elaboració del llibre s'ha fet seguint els criteris de l'ecoedició. ✨

**Títol** XALINAM

**Autora** Elisenda Chicot i Bosch

**Il·lustradora** Elena Feliu

**Lloc i any d'edició** El Masnou 26 de maig de 2024 **Pàgs.** 184

### Una experiència de vida on l'aprenentatge i l'agraïment són les lliçons protagonistes

La mort del seu fill petit l'any 2021 va fer que conegués el dolor més profund i la desesperació absoluta. Amb aquest recull de pàgines va posar ordre a les seves emocions i als seus sentiments tot convertint en AMOR allò tan difícil de sostenir. Aquest llibre és un homenatge a ell i a la família que van construir. Un relat que explica qui és, el que sent i com ho sent. Sense ser escriptora,

comparteix una experiència de vida on l'aprenentatge i l'agraïment són les lliçons protagonistes.

**Presentació del llibre** 19 de juliol a les 19 h **Lloc** Espai expositiu La Calàndria, c. Doctor Josep Agell, 5 baixos - El Masnou



Per qui no pugui assistir, podreu trobar alguns exemplars a la llibreria del poble: QuatreCincU situada al mateix carrer.

# LES NOCES DE SAMARCANDA

Samarcanda, una ciutat mítica poblada des de fa 40.000 anys, ja era una important ciutat de l'Imperi persa de la Sogdiana fa 2.500 anys.

Al segle IV aC, hi va passar Alexandre el Gran, que en va quedar enamorat, i va dir: «Tot el que he sentit sobre la bellesa de Samarcanda és cert, tret que, encara és més bella del que mai podria haver imaginat».

Aquesta ciutat, la que va elogiar Alexandre, fou arrasada l'any 1220 pel conqueridor Genghis Khan. El 1369, Tamerlà la va fer capital del seu imperi, embellint-la profusament, ell i els seus descendents, com Ulugh Beg, que hi feu construir el gran observatori astronòmic.

Durant segles, fou un important punt de la ruta de la seda entre Àsia i Europa. Actualment, és la segona ciutat de l'Uzbekistan, amb prop de mig milió d'habitants, la majoria de l'ètnia tadjik, que és l'idioma que parlen. Idioma d'origen persa, però que escriuen en alfabet ciríl·lic.

Des dels temps d'escola que en veure'n el nom als mapes me'n vaig enamorar, tot i que no sabia res i menys que un dia hi aniria i hi tindria una de les vivències més extraordinàries de la meua vida.

Hi vaig arribar amb un grup turístic, que fèiem un periple per Rússia, Uzbekistan i Sibèria. Al mateix vespre de l'arribada va començar la gran vivència. Estava sopant amb quatre companys de viatge i la guia quan s'acostà el director de l'hotel i demanà a la guia per parlar, s'apartaren un xic i mentre parlaven ens miraven, fet que ens inquietà. No sabíem si passava alguna cosa.

L'Olga, la guia, va tornar i en veu baixa ens explicà el que li havia dit. Resulta que aquella nit, als afores de Samarcanda se celebraven les noces d'uns cosins del director i li va dir que ens convidava a assistir-hi, ja que, segons una antiga tradició, si uns estrangers que es trobessin allà pel casament hi anaven, portava bona sort als nuvis.

Ens recomanà menjar poc, sortir per la porta del darrere de l'hotel i no dir res a la resta del grup.



No sabia el comportament que podien tenir, a nosaltres ja ens coneixia. A fora ens esperava ella, un rus que dirigia una fàbrica de wodka d'allà, el seu cotxe de luxe, un *chaika*, i el xofer. Era força gran, no com una limusina però poc n'hi faltava, ja que hi anàrem tots.

Arribàrem a la casa, una mena de masia envoltada de terres de conreu i un clos al seu entorn. Allà ens esperava el director de l'hotel, que ens presentà algun membre de la família, i ens van acompanyar a la taula que havien preparat per nosaltres.

Allò ens semblà de les mil i una nits. Les taules dels convidats les havien disposat a l'ampli jardí. Crec que érem uns dos-cents. A l'entrada de la casa, s'hi posaren, a part, les dones més grans de la família, que soparien a part segons la seva tradició. Presidint el conjunt hi havia la dels nuvis i pares, dalt d'una tarima de dos graons, que estava ornada amb una catifa d'aquelles que en diem

perses, penjada a la paret, com un tapís, i damunt la taula uns preciosos guarniments florals amb gladiols de tots els colors. Ja que era a l'aire lliure i allà no hi havia pol·lució, es veia un cel estelat impressionant per entremig de les parres que ens feien de resguard.

Aleshores, va arribar la núvia, vestida de blanc i amb vel de blonda que la cobria de cap a peus. L'acompanyaven els seus familiars i fou rebuda per la dona de més edat de la casa del nuvi a la porta del clos, on hi havia una foguera encesa, a l'entorn de la qual la dona, agafant la núvia de la mà li feu fer tres voltes a la foguera. Segons ens explicaren al llarg dels tres dies que duraven les festes hi hauria aquella cerimònia del foc «l'atar» i d'altres que eren reminiscències del culte a *Zoroastre* o *Zaratrusta*, l'antiga religió dels parsis (Pèrsia) del segon mil·lenni aC, que encara subsistien en aquelles terres.

Després, tothom va passar a ocupar el seu lloc a les taules i serviren el sopar. Si voleu saber-ho, no

sé ni el que vam menjar, ja que només tenia ulls per copsar aquella vivència que havia tingut la sort de viure. Per sort, també ens deixaren fer fotografies. Penseu que són espectaculars, ja que el vestuari femení era tradicional i d'uns estampats i brodats de mil colors, com mai havia vist. Els homes també anaven amb vestits tradicionals, però del tot discrets.

En acabar el sopar, començà el ball, tradicional, amb danses *uzbeks*, a les quals ens arrossegaren alguns convidats. Sort que el fabricant de wodka havia dut provisions per a la nostra taula, i això feu que hi participéssim sense la vergonya de no fer-ho bé. Afortunadament, eren uns balls en què els dansaires s'agafaven de les mans i formaven una cadena, com d'espiral, que quan arribava al centre es tornava a obrir.

A la taula, convisquérem diverses nacionalitats, com ara: uzbeks, russos, georgians i catalans. Com veieu, aquesta crònica és, de molt, més llarga que les altres, però és que s'ho valia. Vivències com aquesta no acostumen a passar. ✨

## Espai poètic

Enric Badal

Franc Guinart i Palet, com la majoria de nascuts a Capellades estima el paper "fet a mà" i com la majoria d'aprenents de poeta estima els mil i un significats de la paraula compromesa sobre un full de paper.



“El seu esguard davant la finestra silenciosament invocava la pluja, amb perseverança, nit i dia.

I quan l'aigua va mullar els vidres, ella es va aixecar de la butaca, deixant buida l'estança per a nosaltres.

Demà caminarà per les muntanyes, pregant al Sol que no s'allunyi, perquè comença a sentir fred al cor.”

Franc Guinart i Palet

**el cullerot** Sant Felip 45 - El Masnou  
93 540 97 41

**DE TOT PER A LA CUINA**

[www.elcullerot.cat](http://www.elcullerot.cat) • [elcullerot@hotmail.com](mailto:elcullerot@hotmail.com)

**Can Ventura**  
des de 1964

**60 ANIVERSARI**

Vedella • Xai • Porc  
Pollastre • Embotits

Pg. Romà Fabra 18,  
El Masnou / 935 557 395

**SERVIFRUIT**  
MES A PROP TEU

FES LA COMPRA ONLINE  
I TE LA PORTEM A CASA

RÀPID I SENSE COST AFEGIT  
MILLORANT PER TU

[WWW.SERVIFRUITMASNOU.COM](http://WWW.SERVIFRUITMASNOU.COM)

SERVEI A DOMICILI GRATUÏT A ALELLA, EL MASNOU I TEIÀ

C/. SANT MIQUEL, 41 - 08320 EL MASNOU - 93 333 05 70

**Construcció  
i manteniment  
de jardins**

**Jardineria  
Eloy Borrallo**

**649 700 551**



**TEMPUS** gin

EL REBOST DEL SENTITS  
El teu celler Gourmet al Masnou  
Passcig Roman Fabra, 25 · El Masnou  
[www.7devi.com](http://www.7devi.com) · Tel. 95178 2297

[@elrebot\\_7devi](https://www.instagram.com/elrebot_7devi)

TEMPUS COLLECTION creada pel Rebot dels Sentits



## LLIMONADA

**Ingredients** • 5 llimones • 2 llimes • 100 g de sucre  
• 1/2 litre d'aigua i gel

**Preparació** • Posem l'aigua i el sucre en un cassó amb unes escorces de llima i de llimona i portem a ebullició remonent fins a dissoldre el sucre. Després d'uns deu minuts a foc molt lent, obtindrem un xarop lleuger, que pràcticament no haurà espessit.

• Deixem refredar el xarop i el guardem. Haurem obtingut aproximadament uns 450 ml de xarop. Per a fer una gerra de llimonada, posem la meitat del xarop (225 ml) en el fons d'una gerra àmplia. Tallem les llimones i les llimes per la meitat. Espremem el suc dels cítrics i el tirem sobre el xarop d'aigua i sucre, emplenant la gerra amb una mica més d'aigua freda i remonent lleugerament. Afegim el gel i fem cinc minuts la gerra a la nevera perquè s'acabi de refredar abans de servir.

Pel secret fonamental d'aquesta llimonada casolana és no utilitzar aigua i sucre barrejat amb el suc dels cítrics sinó en el lloc preparar primer un xarop. D'aquesta manera, el sucre quedarà ben dissolt. Per això, veureu que és bona fins i tot, un dia després de preparar-se



## La cuina de l'Antonia

El cullerot

## SUC DE PINYA

**Ingredients** • 1 pinya mitjana (500 g una vegada Tallada i pelada) • 400-450 ml d'aigua freda • Suc de mitja llimona (opcional) • 1/2 cda de sucre blanc

**Preparació** - **1** Pela la pinya, llevant la tija i el cul de la pinya i després l'escorça **2** Posa la pinya en una batedora de got juntament amb 250 ml d'aigua comença a batre **3** Afegeix el suc de llimona i el sucre, si vols usar-los **4** Quan estigui triturat, decideix si ho vols més líquid, i afegeix aigua mentre segueixis el batut, fins a obtenir la consistència desitjada, ho veuràs ràpidament a ull. **5** Una vegada triturat, passa-ho per un colador (un colado fi, una malla de cotó o un colador xinès) i obtenir un suc net i líquid. Et recomano usar una gerra i guardar-ho en la nevera

Podeu variar una mica el gust del suc afegint o canviant la llimona per taronja, mango o inclús suc de coco. Però si el voleu una mica més cremós proveu el plàtan o un iogurt... Us sorprendrà!



## RON ABUELO AÑEJO TEMPUS GIN



## El maridatge de l'Enric

El Rebot dels Sentits

Amb aquestes recepta més que un maridatge podem fer combinats.

Amb la recepta del suc de pinya podem afegir 5 cl. del Rom Abuelo añejo, un rom negre que li aportarà dolçor i si tens la sort de poder gaudir-lo a les platges de Masnou farcides de palmeres i bon ambient, et transportarà al Carib.

Amb la recepta de la llimonada, res millor que el nostre gin Tempus de maduixes del Maresme, tot i que és una ginebra que no necessita complements, la barreja de llimona amb els aromes encisadors de les maduixes acabades de collir de l'hort i en ser una ginebra seca amb notes afrutades eleva la recepta de llimona fins al cel.

Ara que venen festes és moment de gaudir i deixar-se anar.

Bones Festes! ✨

**Tempus gin maduixes del Maresme** • 40% vol.  
• Elaborada per El Rebot dels Sentits • Zona El Masnou • Preu 32,95 €  
**Ron Abuelo añejo** • Zona Panamà • 40% Vol. • Preu 15,95 €

# CANOA HAWAIANA

Joan Maresma i Duran

Ja fa quasi dos anys que els dimarts i els dijous m'aixeco quan falten deu minuts per les cinc del matí per ser a la platja de Botafogo a les cinc i vint. Són els meus *maitines*

Botafogo



Entrada Botafogo



Copacabana

A la platja, amb un grup d'amics i coneguts muntem la canoa – o les canoes si hi ha més de set persones – i comencem a remar sobre dos quarts i mig de sis. Si m'haguessin dit fa dos anys que faria aquest esport i que el mantindria, no m'ho hagués cregut.

Diuen que si fem alguna cosa durant més d'un mes es converteix en costum. M'ha passat això amb la canoa.

A l'agost de 2022 ho vaig començar a fer amb dos companys de la feina. Una ho va deixar i amb l'amic Paco ho hem anat mantenint. El professor – un home amb molta paciència, metòdic, meticulós i bona persona – diu que aquest esport va bé per tot: per l'esquena, els braços, les espatlles, el cor, per la postura i per socialitzar. Li tinc enveja al Rodrigo: als matins treballa amb la canoa – existeixen tres grups: a les 05:20, a les 06:45 i a les 08:00 – i a la tarda dona classes de vela. Segur que la seva feina té també aspectes negatius... Allò de l'herba del veí, que sempre és més verda.

Els dissabtes també hi vaig. No tots. M'agrada també anar a la muntanya. Algun dissabte hem fet alguna sortida més llarga. Al febrer d'enguany vam fer una travessia de 34 quilòmetres – a la tarda vaig fer una becaina olímpica – a una illa que es diu *Ilha Rasa*, on hi ha un far que em va recordar la torre d'Hèrcules a Galícia. Una sortida d'unes sis

hores que va ser una miqueta incòmode, doncs l'illa és de la marina de guerra de Brasil i no s'hi pot desembarcar. Un altre dissabte ens vam arribar fins a la platja de *Itaipú*. Uns 28 quilòmetres. Almenys vam poder baixar de la canoa i estirar les cames.

Si en el passat la canoa va servir com instrument de locomoció per als habitants de la Polinèsia, l'arribada a Brasil va ser a partir del 2000 i escaig gràcies a un esportista olímpic. Actualment es pot practicar a un munt de ciutats de Brasil.

Cada vegada que remo, observo que hi ha moltes persones que fan aquest esport; gaudim d'uns paisatges fantàstics, veiem sortides de sol que paralitzen i amb colors que semblen irreal – sense manipular – núvols que envolten l'estàtua del Redemptor i sembla que estigui en un núvol. També veiem peixos voladors, dofins – jo no n'he vist; alguns companys sí – tortugues. Espero seguir.

Darrerament, sempre em pregunto qui s'ho pot permetre. M'ho pregunto en tot: viatjar en avió; anar a un restaurant una miqueta més car; pagar l'escola dels fills; tenir una assegurança privada de sanitat... Crec que anem cap a una societat on s'haurà de pagar per tot... quanta gent hi ha que

no es pot pagar la mensualitat del curs? – són uns 35 euros al mes. Quanta gent no pot ser a la platja de Botafogo a dos quarts de sis del matí perquè viu molt lluny i el transport públic no funciona massa bé? Quants persones no han vist la platja de Copacabana o d'Ipanema des del mar? Rio és un lloc de vistes inaudites. També un lloc d'una injustícia que fa por. ✨



Niterói



Entrada Botafogo

# DONAR EXEMPLE

En el dia a dia són moltes les famílies que ens consulten sobre tècniques, metodologies i estratègies que els ajudin a poder educar els seus fills. I si bé és cert que en psicoteràpia infanto-juvenil hi ha moltes pautes, exercicis i pràctiques que poden resultar d'ajut, n'hi ha una que és clau.



És un concepte que és transversal pel que fa a la criança, independentment de l'edat dels fills/es o de la situació en la qual es trobin.

I aquesta és la de: "donar exemple". Sí, pot semblar quelcom molt senzill o superficial, però en realitat és la millor opció per a poder educar. El gran problema que ens trobem actualment és que com a societat donem uns missatges als nostres infants i joves, però després no es compleix amb l'exemple real o les accions que es duen a terme per part dels adults.

Per exemple: ens queixem de què els infants o joves estan immersos tot el dia en les pantalles, però què fem els grans?

Dono conferències sobre la "prevenció del pantallisme", posant molt d'èmfasi en el perill de les addiccions, però després quan els hi consulto als pares i mares quantes hores dediquen a les mateixes pantalles, no és estrany que també em reconeguin que passen un bon grapat d'hores.

També succeeix el mateix amb altres hàbits com serien el fet de menjar sa, llegir o fer esport. Quantes rutines d'aquestes practiquem com a adults?

O un altre àmbit seria el de la gestió emocional. Demanem als nostres fills/es que es comportin, que sàpiguen reflexionar i gestionar les emocions d'una forma correcta i assertiva. Però com actuem quan estem cansats/des i venim tard de la feina? Ens costa estar tranquils i fer una bona gestió dels nostres sentiments?

Llavors per donar exemple ens hem de plantejar, en primer lloc, si tot allò que demanem en els altres, ho estem complint nosaltres. Si no és el cas, potser toca començar a reflexionar sobre com hem de comportar-nos abans d'exigir canvis en els altres. O dit en paraules de Mahatma Gandhi: "Si vols canviar el món, canvia't a tu mateix".

Serà una gran sorpresa veure els teus fills llegir quan et posis a llegir davant d'ells; a fer esport i que ells vulguin acompanyar-te o menjar saludable o meditar i també vulguin participar en les mateixes rutines. Una família que comparteix hàbits i rutines és una família que es manté unida i amb una bona vinculació. És vital compaginar tant les activitats d'oci com aquelles que poden ser considerades com a obligacions. Aquí resideix l'element clau perquè puguem tenir una bona convivència. \*

## PRESENTACIÓ DE LLIBRE



### XALINAM

de l'Eisenda Chicot i Bosch  
Divendres 19 de juliol, a les 19 h.  
Espai expositiu La Calàndria

## EXPOSICIÓ

### "Posidònia roja"

Pintures de Maria M. COLUCELLI  
Fins el 26 de juliol



## CONCERT CORAL XABEC

### II Concert al monestir



Capella del monestir de Sant Jeroni de la Murtra (Badalona)

Amb el suport de la

## ADRECES DE CORREU ELECTRÒNIC

A fi i efecte de poder mantenir informació àgil i puntual de les activitats de Gent del Masnou, recordem als socis que ens poden facilitar la seva adreça de correu electrònic. Només cal que ens enviïn un correu amb aquest text:

"Autoritzo a Gent del Masnou a utilitzar aquesta adreça de correu electrònic per a informació i comunicacions de l'entitat".

## CLASSES DE IOGA

Classes de meditació, respiració i relaxació impartides per **Jordi Berrocal** professor de Kundalini-ioga. Cal portar una estoreta (o matalasset), tovallola, coixí petit, pareo i roba còmoda.

**Els dimarts de les 18,30 a 20 h.**

**Preu trimestral 80€, socis 70€**

**Inscripcions** jordiona@hotmail.com

tel. 695 389 304

**Lloc** Gent del Masnou -  
c/ Dr. J. Agell 5 - El Masnou





FOTOGRAFIA ESPORTIVA I D'ESDEVENIMENTS

# dufefoto

MARTI DURAN FELIU  
@DUFEFOTO  
DUFEFOTO@GMAIL.COM







## Siegfried El Masnou: líders en fabricació de productes oftàlmics estèrils

El Grup Siegfried és una companyia de fabricació de productes farmacèutics amb plantes de producció a Suïssa, Alemanya, França, Espanya, Malta, Xina i Estats Units. La planta de Siegfried El Masnou, amb quasi 100 anys d'història i més de 400 empleats, és una de les plantes líders en fabricació i desenvolupament de productes oftàlmics estèrils que **milloren la qualitat de vida de milers de persones arreu del món.**