



ÍNDEX

Editorial.....	3
La seguretat un dret per a tothom	
En portada.....	4
Taula d'Habitatge Oberta	
Reurbanització del carrer Tànger	
Ha començat el curs a escoles i instituts. Amb normalitat?	
Entre vinils i K7s	8
Sergio Flores, fotògraf de concerts a Sant Martí	
Mobilitat.....	10
Setembre de reivindicacions	
Espai violeta.....	12
Ecofeminisme	
Memòria i patrimoni.....	14
Efemèride per no oblidar	
Gent amb veu pròpia.....	16
Gemma Cernuda, feminista	
Apropem-nos / Pla comunitari.....	18
Projecte ASSERENA'T	
Receptes del món.....	20
Thieboudienne, la recepta d'arròs amb peix d'en Moussa	
Vida de barri.....	22
Reconeixement a la Beckett	
Gran èxit de La Traviata a l'Aliança	
ConnectHort, espacio polivalente	
19 anys donant suport a Amnistia Internacional	
Un Poblenou de Tots Colors	

Associació de Veïns i Veïnes del Poblenou

Rambla del Poblenou, 49, 08005 BCN Tel. 933 569 732
 elpoblenou@elpoblenou.cat www.elpoblenou.cat
 Secretaria..... dilluns, dimecres i dijous de 7 a 9 h
 Assessoria urbanística..... dimecres de 7 a 9 h (concerteu hora)

Fes-te soci/sòcia

Perquè els problemes del barri surtin a la llum i es resolguin ens cal ser una entitat forta, és per això que la teva aportació és important.

- La nostra entitat està formada de persones com tu, unes només aporten poc més d'un euro al mes de quota, altres hi dediquen part del seu temps lliure en la defensa del barri. De la manera que sigui, com més serem més força tindrem.
- Rebràs la revista *El Poblenou* a casa i tindràs dret a estar informat i a participar en la vida interna de l'entitat.
- Ser soci/a de la nostra entitat no comporta cap avantatge material: no som una empresa de serveis ni depenem de cap administració. Les quotes de socis són bàsiques per garantir la nostra independència.
- L'única condició per ser soci és que estimis el barri.
- L'únic benefici que tindràs és la satisfacció de contribuir a fer-lo més habitable.

Alta de soci/a

Nom i cognoms:

Adreça:

Població: CP:

Telèfon: @ mail:

DNI:

Quota anual: 20 € ☐ Quota de suport de € ☐

Domiciliació del pagament a través de la Caixa/banc:

IBAN:

(Signatura) 

Revista *El Poblenou* n.108
 Octubre - 2019

Edició:
 Associació de Veïns i Veïnes del Poblenou

Equip de Redacció: Salva Clarós, Montse Milà, Josep Pascual, Xavier Pegenaute, Joan Maria Soler, Estrella Pineda, Gemma Canela

Col·laboradors: Eva Martínez, Jaume Badenes, Irene Julve, Amador Pisabarro, Ernestina Ródenas

Coordinació: Josep Pascual

Fotografies: Salva Clarós, Joan Maria Soler, Sílvia Casorran, Pedro Esteban Pugés, Jordi Casademont, Sergio Flores

Portada: Pedro Esteban Pugés

Correcció: Josep Pascual

Disseny gràfic / maquetació: Joan Maria Soler

Impressió: Gràfiques Campàs
 Tirada: 3.000 exemplars

Publicitat: Carme Martínez (629 046 004)
 comercial@elpoblenou@gmail.com
 Dipòsit legal: B-48543-97

El Consell de Redacció i l'AVVP no es fan responsables de les opinions expressades en les col·laboracions inserides a la revista, que han de considerar-se com a opinions personals dels sotassignats, tret de l'editorial i tot allò que està signat com a Redacció. La revista és de distribució gratuïta i es finança a través de la quota dels socis de l'AVVP i dels espònsors i anunciant (la línia editorial és absolutament independent d'aquestes institucions i empreses).

La seguretat un dret per a tothom

La seguretat ciutadana ha de ser un dret fonamental per a tothom. A Barcelona ha esdevingut una de les principals preocupacions de la ciutadania, a vegades convertint-se en el tema més citat com a problema de la ciutat. L'estiu ha suposat una allau de notícies vinculades a problemes de violència, robatoris i altres aspectes que han posat en qüestió la seguretat dels nostres barris. Darrere d'aquests fets hi ha, per una banda, una realitat creixent de determinats delictes i conductes que objectivament suposen un problema greu i un repte col·lectiu. Per altra banda, també hi ha sectors interessats a maximitzar aquests problemes, estigmatitzar a determinats col·lectius i a exigir un ordre que passa sovint per davant dels nostres drets. És per això que, com a moviment veïnal, hem de respondre davant la inseguretat a la ciutat amb rigor, exigència, claredat i transparència.

En cap cas podem renunciar a una ciutat raonablement segura. Poder anar pels carrers i les places dels nostres barris amb tranquil·litat, no haver de viure amb l'angoixa de possibles incidents, poder estar a casa sense por..., són drets que han d'estar garantits per les administracions. Volem viure en una ciutat on tothom tingui reconegut el dret a viure sense por per culpa de la inseguretat ciutadana. La seguretat és un dret i el nostre barri del Poblenou ha viscut darrerament massa incidents.

Darrere dels problemes de seguretat (que són molt diversos), hi ha causes molt diferents. És per això que no es pot tractar com un tema que es resol solament amb increment policial o

amb altres mesures. Cal exigir una anàlisi rigorosa de tot allò que acaba generant inseguretat i aplicar les mesures que millor responguin en cada cas. No serveixen les solucions màgiques. Cal analitzar les causes a fons i abordar tot allò que provoca o ajuda a fer créixer la inseguretat a la ciutat (el turisme, la pobresa...).

I és per això que cal millorar la capacitat policial als nostres barris, cal impulsar molta més policia de proximitat, cal fer molta activitat de prevenció, cal treballar la seguretat en tots els àmbits socials. És molt important aspectes de prevenció com els educadors de carrer o la resposta a les situacions de major vulnerabilitat. I també cal impulsar mesures arquitectòniques i de manteniment que afavoreixin una ciutat més segura. El nou equip de govern municipal ha de saber respondre a aquest repte per fer de Barcelona i dels barris espais reals de convivència.

Però alhora exigim que la seguretat ciutadana es tracti per part de tothom amb responsabilitat i sense demagogia. No acceptem un discurs de la seguretat que estigmatitzi col·lectius o que tingui com a objectiu la retallada de drets de la ciutadania. Amb la mateixa contundència que reclamem una ciutat més segura, combatem tota forma de racisme o autoritarisme. És per això que fem una crida a parlar de la seguretat a la nostra ciutat de forma oberta, positiva i constructiva, per millorar la convivència a la nostra ciutat i alhora per evitar respostes que només contribueixen a la pèrdua d'aquesta convivència.

La Junta de l'AVVP

Espònsors:

Del document elaborat per la Favb bastant abans de l'estiu, *Mesures ineludibles pel dret a l'habitatge*, del qual ja vam fer un petit resum, en volem destacar ara la primera mesura, la creació de la Taula d'Habitatge Oberta (THO), per com és de necessari que es posi en marxa al nostre Districte. Reclamem aquest instrument perquè serà molt útil per seguir l'evolució de totes les qüestions relacionades amb l'habitatge: problemes en l'habitatge, desnonaments, augments de lloguer inassolibles, assetjament immobiliari, llistes d'espera de la Taula d'Emergència, etc.

similars com és el cas de Nou Barris, Eixample i Ciutat Vella.

Aquesta Taula ha de tenir uns mètodes clars de diagnòstic i capacitat per activar les actuacions i protocols necessaris especialment en casos d'emergència habitacional. També ha d'establir un intercanvi i processament de dades referents a la crisi de l'habitatge i fer-les públiques. I és que considerem que una característica clau de la Taula és la connexió amb la ciutadania perquè li puguin arribar els problemes greus de la gent amb l'habitatge. En aquest sentit demanem:

■ Que la Taula convoqui de manera periòdica sessions obertes a les associacions veïnals i col·lectius de la

Quines dades del Districte i generals han d'estar a l'abast

- Nombre d'inscrits en el Registre d'Habitatge Protegit.
- Nombre d'inscrits a la Borsa de Lloguer.
- Nombre d'admissions d'ajudes al lloguer.
- Nombre d'ofertes d'habitatges per ingressar a la Borsa de Lloguer.
- Nombre de peticions d'ajuts en concepte de pobresa energètica.
- Nombre de subvencions en concepte de rehabilitació i les condicionades al lloguer assequible.
- Nombre de les peticions anteriors no

aquests pisos al parc de lloguer assequible. Malgrat que encara no han finalitzat els estudis, l'Ajuntament ha situat el nombre dels pisos buits de 17 barris de la ciutat censats, en un percentatge del 1,5% del total, en els quals seria possible una actuació segons la Llei 2007.

Per acabar, la constitució d'aquesta d'aquesta TAULA, doncs, ha de permetre fer el seguiment de molts casos de forma coordinada amb l'Administració municipal i que els veïns afectats se sentin més acompanyats i assessorats de forma conjunta per Administració, veïns i entitats socials.

Eva Martínez

Taula d'Habitatge Oberta al districte de Sant Martí

La reclamem amb caràcter urgent

Què ha de ser la THO

Ha de ser un organisme de l'Ajuntament d'àmbit de districte per coordinar totes les actuacions relacionades amb l'habitatge (Consellers, Serveis Tècnics, Oficina d'Habitatge, Guàrdia Urbana, PAE i Serveis Socials). Aquesta estructura transversal de districte ha de servir per detectar conflictes d'assetjament immobiliari, increments desmesurats dels lloguers, expulsió del veïnat, casos d'emergència habitacional i, en definitiva, recollir informació de tota la casuística que gira al voltant de la crisi de l'habitatge per poder establir una estratègia eficaç que faci front als processos de gentrificació. Prova de la necessitat d'aquest espai i de la demanda de les associacions veïnals, és que en alguns districtes ja s'han creat organismes

ciutadania organitzada per tractar la conjuntura sobre l'habitatge.

- La creació de la bústia única d'entrada de les denúncies d'assetjament immobiliari lligada a la proposta de la creació de l'Oficina Antimobbing.

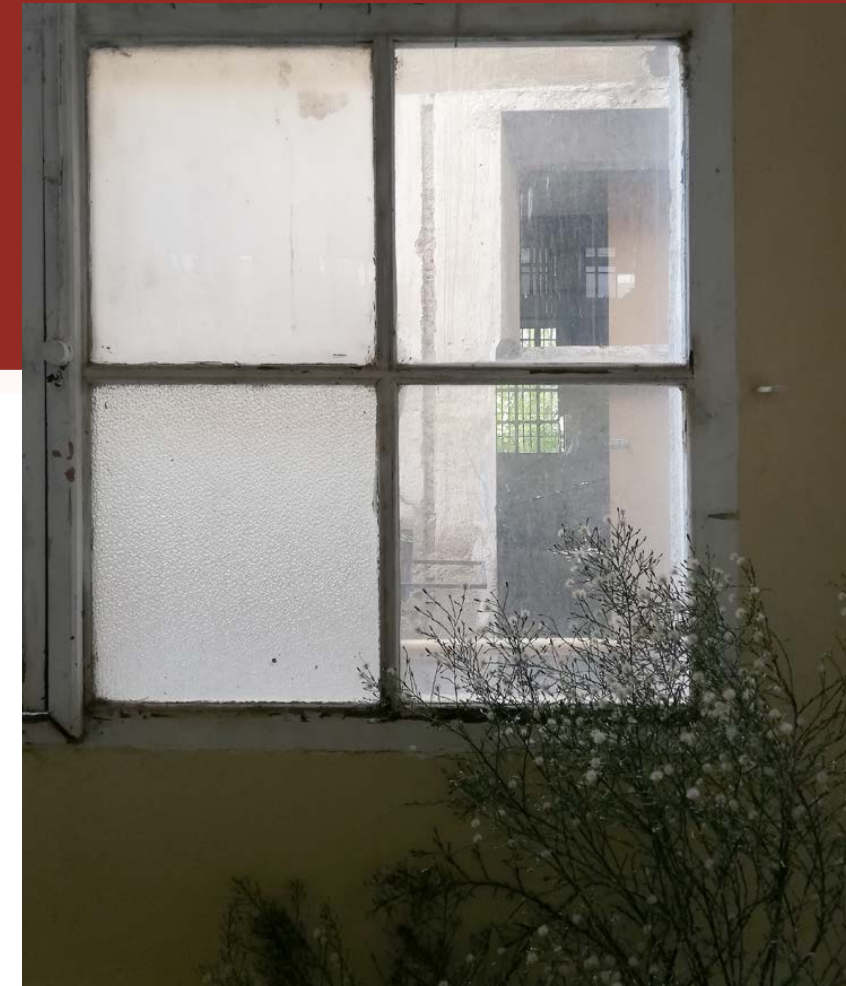
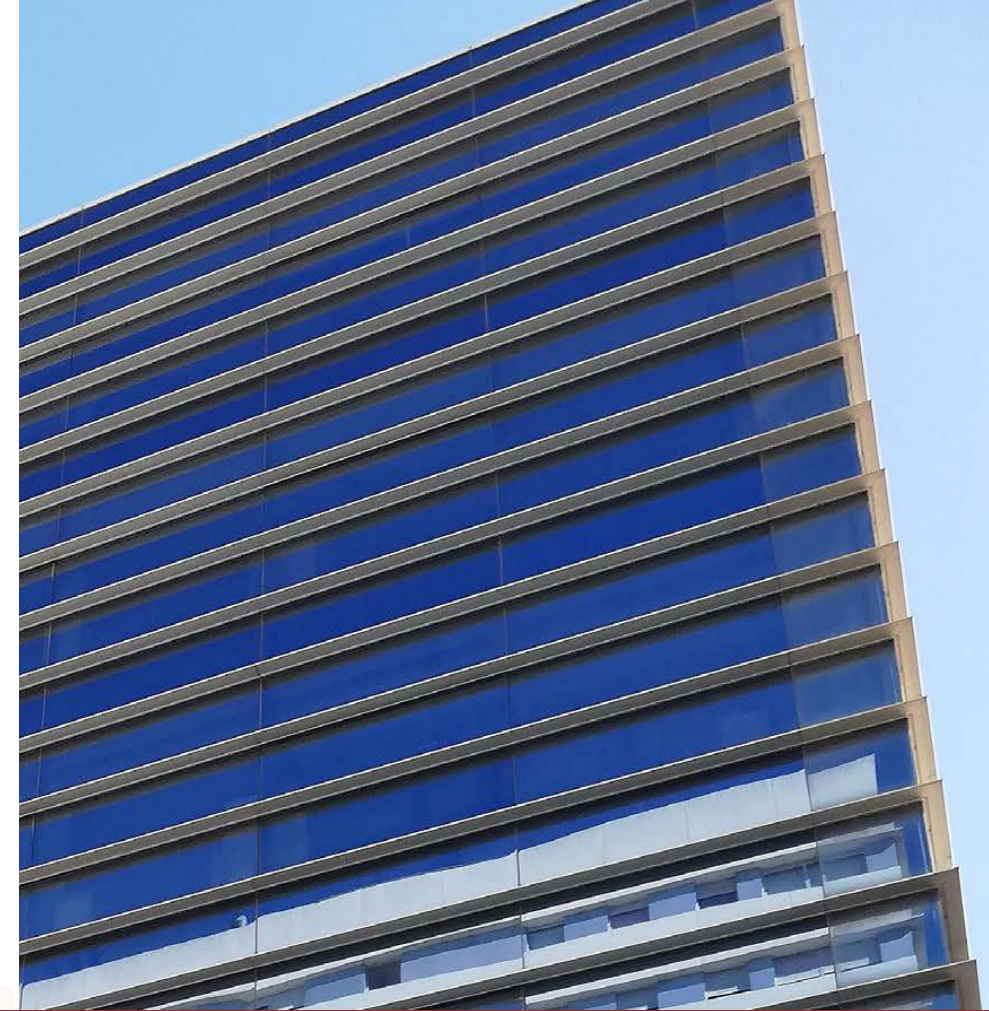
Les AVV reclamem saber quina és la situació de la crisi de l'habitatge en cada moment a través del processament de totes les dades que fan referència a l'habitatge i poder-les fer públiques, com podria ser el nombre de famílies del districte i de cada barri inscrites al Registre de sol·licitants d'habitatge de protecció oficial, al Registre de lloguer assequible, nombre de sol·licitants d'ajudes al lloguer concedides i rebutjades, etc. En definitiva, cal poder fer en tot moment un seguiment periòdic de l'evolució de la crisi de l'habitatge.

admeses i els motius.

- Nombre de conflictes d'assetjament immobiliari en funció del grau d'indici o d'evidències.
- Nombre d'habitatges buits i actuacions realitzades.
- Nombre d'habitatges protegits en tots els règims.

Pel que fa al nombre d'inscrits en el Registre d'Habitatge Protegit a tot el terme municipal de Barcelona, s'ha facilitat la xifra aproximada de 30.000 famílies, però no es disposa de la xifra per barris ni per modalitats.

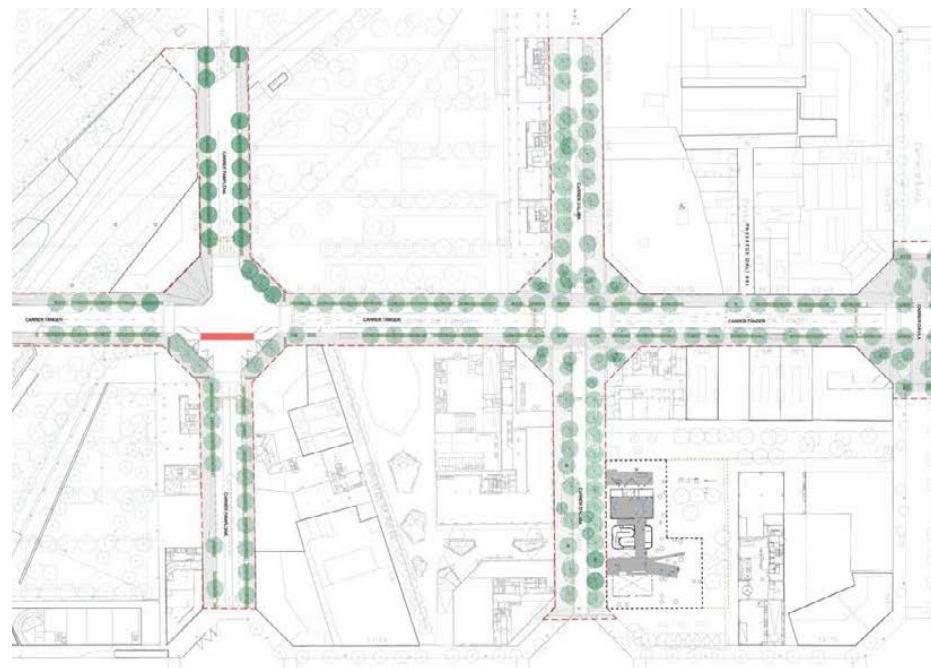
Una altra de les mesures que no està tampoc en vies de ser complimentada, malgrat estar prevista a la Llei 2007 del Dret a l'Habitatge, és el cens de pisos buits i les accions que pot fer l'administració local per incorporar





Reurbanització del carrer Tànger, entre Meridiana i carrer Àvila

L'Ajuntament ens va convocar el 25 de juliol passat a les quatre associacions de veïns que fem el seguiment de la transformació de les Glòries per anunciar-nos que havien aprovat el "Projecte d'urbanització i infraestructures del carrer Tànger entre avinguda Meridiana i c/ Àvila; carrer Pamplona entre avinguda Meridiana i c/ Sancho de Àvila; carrer Alaba entre Bolívia i Sancho de Àvila".



Sempre són ben vingudes les notícies que l'Ajuntament endegui projectes per resoldre les mancances existents en els carrers del nostre barri i, més aquest cas en què patim els inconvenients de la manca de continuïtat del carrer Pamplona i el carrer Castillejos, ocasionada per la presència històrica de les vies del ferrocarril. Les faraòniques obres que es van executar per les olimpíades van permetre la construcció de rondes i el tortell viari de Glòries, però la continuïtat dels carrers de la traça Cerdà sembla que no

tenia cap mena de prioritat, fins ara que ja han passat més de 25 anys.

Bé, doncs, la intervenció més destacada del projecte que acaben d'aprovar és precisament la connexió de Castillejos i Pamplona, fet que millorarà la comunicació del barri amb la resta de barris de la ciutat, permetrà ampliar les opcions de mobilitat i facilitarà el trànsit de la zona. Sembla que ja es disposa dels informes favorables de l'Adif (Administra-

cho de Àvila, serà de plataforma única (voreres i calçada al mateix nivell), i disposarà d'amplies voreres i una franja central de 5 m destinada a carril bici i carril de circulació.

Les obres previstes al carrer Àvila només afecten la cruïlla de Tànger i Àvila. Es preveu donar continuïtat a les voreres del carrer Tànger, reservant un espai central d'uns 5 m d'amplària per a l'accés de vehicles.

El pressupost de les obres és de 7.864.425,59€ i el termini d'execució és de 12 mesos. La licitació de les obres es preveu per al quart trimestre de 2019 per iniciar-les el primer trimestre de 2020.

Les actuacions previstes contemplen refer els paviments de voreres i calçades, clavegueram i drenatge, enllumenat, jardineria, reg, mobiliari i instal·lacions, entre elles la recollida pneumàtica de residus urbans.

Tot i que estem plenament d'acord que es facin les obres, hem manifestat la nostra queixa per la manca d'informació als veïns i a les entitats en el procés d'elaboració del projecte.

Hem de recordar que, a més, en el Compromís per les Glòries, l'Ajuntament es va obligar que hi hagués participació de la ciutadania en les actuacions i projectes que s'efectuessin en l'àmbit de les Glòries i Meridiana Sud.

Un dels aspectes que manquen en la proposta d'actuació és l'ampliació de les voreres de la Meridiana en aquest tram, ja que la seva reduïda amplària i la presència d'escocells no permeten el pas segur dels vianants.

Un altre inconvenient que hi veiem és l'eliminació de 69 arbres existents, que tenen una presència notable, i que només se'n conservin 33. Tot i així el projecte preveu plantar 12 arbres nous.

Jaume Badenes



Ha començat el curs a escoles i instituts. Amb normalitat?

No es pot dir que el 12 de setembre es comencés el curs amb normalitat a les dotze escoles i cinc instituts del Poble nou. Si fem un repàs dels centres veurem que:



- A l'institut Maria Espinalt: Van rebre les cadires el dia 12 mateix, amb les classes començades, amb el consegüent perjudici per a l'alumnat i el professorat. Els han obligat a fer jornada partida, i per això les famílies estan valorant d'enviar els fills i filles amb carmanyoles en senyal de protesta. I han enviat una carta de deficiències al Consorci.
- A l'escola Llacuna: Estan reclamant per la presència de l'amiant a l'edifici

del costat, i volen fer un projecte d'ús com a cooperativa de cuina.

- A l'escola L'Arenal: Es constata que hi ha molta mobilitat en alguns cursos pel trasllat de famílies per qüestions econòmiques: augment del lloguer...
- A l'escola Sant Martí: Encara els estan posant el tendal per a l'ombra del pati. I el muntatge durarà fins a mitjan octubre.



- A l'escola Mar Bella: La instal·lació provisional de l'escola als mòduls ha durat del 28 d'agost al 12 de setembre, fent hores extres les mestres i treballant els caps de setmana. Les obres de l'edifici nou poden acabar per Nadal, segons el Consorci, o per Setmana Santa, segons l'escola.

Per tant, s'ha acordat demanar una reunió amb el Consorci d'Educació per fer un seguiment i control dels temes pendents: Valoració de la matriculació i flux d'alumnat a escoles i instituts. Previsió i planificació a mitjà i llarg termini, previsió de demanda de places per al curs vinent i augment de línies de 1r d'ESO el 2022 i el 2025. Obres i barracons en escoles i instituts, perquè l'estada llarga en barracons perjudica la qualitat pedagògica.

Respecte a l'atenció a la diversitat/escola inclusiva: el Departament d'Educació ha elaborat una nova normativa, però si no hi inverteixen més recursos, no hi haurà millora. Hi ha algunes AFA que paguen vetlladores, que hauria de pagar el Departament d'Educació. En conclusió, es proposa treballar totes aquestes qüestions amb el professorat i alumnat, perquè és responsabilitat de tota la comunitat educativa la defensa de l'Educació Pública.

Amador Pisabarro





Sergio Flores, fotògraf de concerts a Sant Martí



Fotoclub Poblenou. Jordi Casademont

El Sergio Flores té clar ja de ben jove que vol ser bateria. El seu germà, músic, l'anima a aprendre a tocar-la, així que a onze anys comença a fer classes a la placeta Prim. S'hi aficiona tant que a tretze es compra la primera bateria i a quinze comença amb el primer grup. Però en un curs de ceràmica li cau a les mans una càmera de fotos i, per aquelles casualitats de la vida, troba la seva

segona vocació. Arran d'aquest curs, fa pràctiques a diverses productores com a noi dels encàrrecs i aprèn a poc a poc el que ha acabat sent la seva professió.

Però tornem al Sergio bateria. Dels grups de què va formar part en recorda especialment tres: ES-3, un grup de rock reivindicatiu, que toquen sovint en actes de Mili KK; Rayados, amb els qui re-

corda alguns concerts especials al barri, com a La Flor de Maig; i Gran Reserva, ja als 2000, que s'acabaran autoeditant un disc.

El Poblenou dels 90 està farcit de locals per assajar i tocar música. I el Sergio, que es mou habitualment en aquest ambient, comença a dur sempre la càmera. Primer fa una foto d'algun concert, després un amic li demana fotos de promoció de la seva banda, més tard ja va amb algunes còpies en mà i les ofereix per 500 pessetes als grups. Així que ja tenim el Sergio, com a fotògraf *freelance*, especialitzat en música. I amb uns ingressos més o menys estables com a fotògraf i professor de percussió, es pot dedicar a tocar la bateria.

Rayados era un dels grups que estava dins la Coordinadora de Rock de Sant Martí. Un col·lectiu de músics que es reuneix al Centre Cívic del barri veí. Allà assagen al "quarto del rock", munten cicles de concerts com les 6 Hores de Rock de la Verneda, editen una guia de grups per als promotors i s'arriba fins i tot a fer un disc conjunt: *Fent el salt*. Rayados, toquen a les Festes de la Mercè i al Mercat de Música Viva de Vic, on una discogràfica els veu i els ofereix fer un disc conjunt amb dues bandes més on ja editen cinc cançons, *Reality Rock*.

Però, mentrestant, la fotografia continua imparable. A principi dels 90 li han ofert una secció a la publicació mensual poblenovina *L'Espigó*, "La plana rock", on a més de publicar les seves fotos de concerts i bandes, fa cròniques musicals. També es converteix en el primer a fer



un taller de fotografia al Centre Cívic del Besòs i durant els 90 i els 2000 va ampliant els centres on fa tallers. Un d'aquests, el Casal de Barri del Poblenou, on troba un grup d'aficionats tan motivat que, un cop acaben tot el repertori de cursos possible, s'acaba convertint en una associació: el Fotoclub Poblenou.

A principi dels 2000, Joan Delgado, creador del web musical *Atiza*, li proposa col·laborar penjant-hi les fotografies que ha estat fent durant la dècada anterior. I així neix l'exposició virtual (i després física) *Rockimprès* amb fotos fetes a Garatge, Savannah, Mephisto, Bóveda, Zeleste... A *Atiza* fa de nou cròniques de concerts i arriba a coordinar un equip de fotògrafs i redactors. "Tot això és experiència, d'un concert feia una història: foto general del grup, els guitarristes bellugant la guitarra, que es vegi acció i dinàmica, el cantant..., estàs explicant una història. Ara quan faig fotos tinc aquest concepte: situació, lloc, la gent, els detalls...". Aquest aparador fa que revistes com *Rockdelux* o *RollingStone* li comprin fotos.

Finalment, el somni de ser bateria deixa pas al de fotògraf professional. I encara que ara té l'instrument aparcant, està dins el grup de percussió Atabalats de l'escola Les Acàcies amb els seus dos fills i així "bellugo una mica els canells".

Irene Julve Nieto

Arxiu Històric del Poblenou

Setembre de reivindicacions



Vaga pel Clima (20-27/09)

El moviment *Fridays for Future*, 'Divendres pel futur', va néixer durant el mes d'agost de 2018, després que la jove de 15 anys Greta Thunberg decidís durant tres setmanes canviar l'escola per seure davant del parlament suec per protestar davant la manca d'acció en relació amb la crisi climàtica. Al setembre la Greta va decidir continuar fent vaga cada divendres fins que les polítiques sueques garantissin el compliment de l'Acord de París de 2015 (signat per 197 països durant la 21a sessió de la conferència de les Nacions Unides sobre el canvi climàtic), que implica mantenir l'augment de la temperatura d'aquest segle molt per sota dels 2°C i reforçar la capacitat per afrontar els impactes del canvi climàtic. I molts i moltes joves d'arreu del món s'hi van unir durant el curs escolar passat.

El jovent barceloní també s'ha organitzat des d'inicis d'any per protestar davant la situació d'emergència climàtica que estem vivint. I és que els experts indiquen que tenim només 10 anys per

frenar les emissions abans d'arribar a un punt sense retorn. És a dir, si no apliquem mesures contundents abans de 2030 (que limitin l'escalfament global a menys de 1,5°C i que redueixin en un 45% les emissions de diòxid de carboni -CO₂- respecte de 2010), començarà el compte enrere, la fi de la humanitat com l'hem entesa al nostre planeta. Aquest canvi s'ha de produir abans de 2030 i caldrà que vingui acompanyat d'una disminució progressiva fins a arribar a una emissió de CO₂ nul·la l'any 2050.

La setmana del 20 al 27 de setembre va tenir lloc la Cimera de l'Acció Climàtica de l'ONU. Davant aquesta trobada *Fridays for Future* va convocar una setmana de mobilitzacions, que finalitza el 27 de setembre amb la Vaga Mundial pel Clima (#VagaPelClima #ClimateStrike).

Una de les accions organitzades pel jovent va consistir a tallar la Meridiana el dia sense cotxes (22/09), i durant l'acció van aprofitar per fer una classe de ioga mentre d'altres persones pintaven l'asfalt amb guixos de colors amb

diferents missatges com 'menys cotxes, més salut' o 'respirar es un derecho'.

La manifestació del 27 de setembre a la tarda va tenir una gran resposta social, amb la participació de més de 100.000 persones reivindicant un canvi de sistema que salvi el planeta de l'emergència climàtica. Les pancartes van ser ben nombroses i majoritàriament fetes en cartró, i molts dels participants eren gent ben jove i famílies preocupades pel futur dels seus infants.

Als webs emergenciaclimatica.net i barrispelclima.wordpress.com podreu veure les diferents accions realitzades, i us convidem a seguir *Fridays for Future Barcelona* a twitter (@f4f_barcelona), a instagram (@fridaysforfuture.bcn) i també a facebook.

Setmana Europea de la Mobilitat (16-22/09)

La mobilitat és un dels principals generadors de CO₂ (i per tant de canvi climàtic) a les ciutats, com també d'altres gasos contaminants que afecten la respiració i que causen centenars de morts cada any a Barcelona. El model

actual de mobilitat també genera contaminació acústica, accidents greus i mortals i una ocupació desmesurada de l'espai (en especial a la nostra ciutat, la més densa d'Europa). Durant la setmana de mobilitat es recorda la necessitat de canviar de model, de deixar el cotxe i la moto d'ús particular a casa i de passar-se al transport sostenible: transport públic, bicicleta, a peu, patinet i també vehicle compartit (millor si és elèctric de font d'energia verda).

La setmana de mobilitat la coordina la Generalitat, i podràs trobar la informació de les activitats realitzades al web http://territori.gencat.cat/ca/03_infraestructures_i_mobilitat/sem/

El dia 20 es va celebrar el *Parking*

Day, durant el qual més de setanta entitats van ocupar 120 places d'aparcament per fer-hi activitats. En el cas del Poblenou al BicicHub es va organitzar un debat sobre el futur de la mobilitat al nostre barri, en el qual vam participar com a Associació de Veïns i Veïnes i vam poder imaginar com seria el Poblenou si la velocitat es baixés a 30 km/h arreu i si el repartiment de mercaderies es pogués fer majoritàriament en tricycles de càrrega.

El dia 22 és el 'dia sense cotxes', ienguany ha caigut en diumenge. Tallar el trànsit en diumenge pot semblar una acció poc ambiciosa, però a Barcelona es va apostar per tallar tota la Via Laietana i aprofitar l'espai alliberat per fer-hi múltiples activitats familiars. Des de jocs de

taula, gaudir d'un concert de piano, passejar entre arbres, trepitjar fulles i gespa, generar energia amb una bicicleta, provar els tricicles de *En Bici Sense Edat*, calcular les emissions del teu desplaçament de casa a la Via Laietana o estirarte a la gespa i sentir els diferents sons d'una ciutat amb o sense trànsit..., entre moltes més activitats!

Per a l'any vinent, però, amb un dia sense cotxes en dimarts feiner, esperem que s'organitzin més activitats als barris, per tal de demostrar a la ciutadania com es pot viure millor si podem prescindir dels cotxes i de les motos per moure'ns per Barcelona.

Redacció

La revolta de les tortugues a la manifestació pel Clima del dia 27



El grup poblenoví "La Kaspà" va realitzar la coreografia "Ecofighters" a la manifestació per protestar contra la contaminació pels plàstics.

Ecofeminisme

Miraré de fer una breu presentació aproximada del que tenen en comú els dos moviments socials més potents i d'abast mundial d'avui dia: l'ecologisme i el feminisme, que proposen un nou paradigma de relacions de respecte i igualtat entre persones i amb la naturalesa, considerant que tota la vida del planeta és naturalesa, el bé més preuat que tenim, que hem de cuidar i preservar.

No és una moda ni una ideologia nova, és la visibilització de la feina que han fet sempre les dones per defensar la vida i els recursos que la fan

possible sense destruir-los (avui parlem d'economia circular).

L'ecofeminisme és una paraula que es va forjar per designar un saber antic, i es va desenvolupar a partir de diversos moviments socials —els moviments feminista, pacifista i ecologista— a final dels anys 70 i començament dels 80. Encara que la primera a fer servir aquest terme va ser Françoise d'Eaubonne el 1974, aquest es va fer popular en el context de les nombroses protestes i activitats contra la destrucció del medi ambient, arran de l'esclat de repetits des-

astres ecològics. La fusió accidental del nucli del reactor de Three Mile Island el març de 1979 va impulsar un gran nombre de dones dels Estats Units a reunir-se en la primera conferència ecofeminista —“Dones i vida a la Terra: Conferència sobre l'ecofeminisme als vuitanta”— que va tenir lloc a Amherst el març del 1980. A la conferència s'hi van estudiar les connexions entre el



feminisme, la militarització, l'art de la cura i l'ecologia.

Vandana Shiva, doctora en ciències físiques i filòsofa de la ciència, que prové del moviment ecologista, i Maria Mies, professora de sociologia que prové del moviment feminista, en el seu llibre *Ecofeminismo, teoría, crítica y perspectivas* (Icaria editorial), mostren l'ecofeminisme con un potent corrent de pensament i un moviment social que lliga l'ecologisme i el feminisme. Es tracta d'una filosofia i una pràctica activista que estudia com el model econòmic i cultural occidental es va constituir, s'ha constituït i es manté per mitjà de la colonització de les dones, dels pobles “estrangers” i les seves terres, i de la naturalesa. A partir d'aquest treball es fa palès que la subordinació de les dones envers els homes i l'explotació de la naturalesa són dues cares de la mateixa moneda i responen a unes lògiques comuns: la il·lusió de poder viure al marge de la naturalesa, l'exercici del poder patriarcal i el sotmetiment de la vida a l'exigència de l'acumulació.

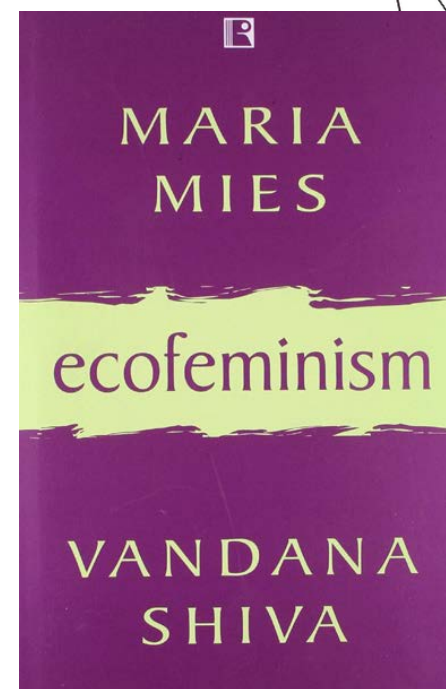
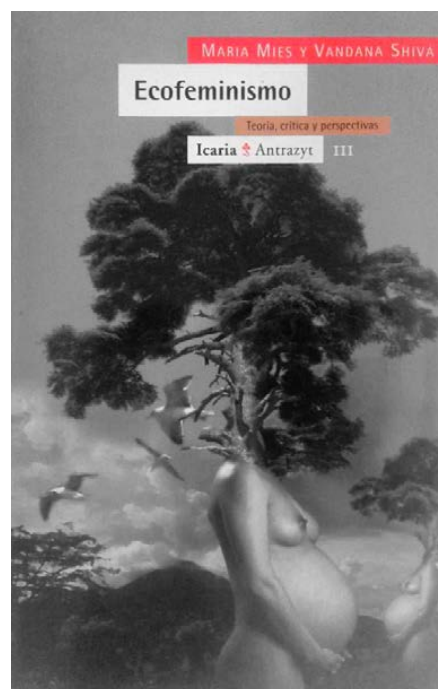
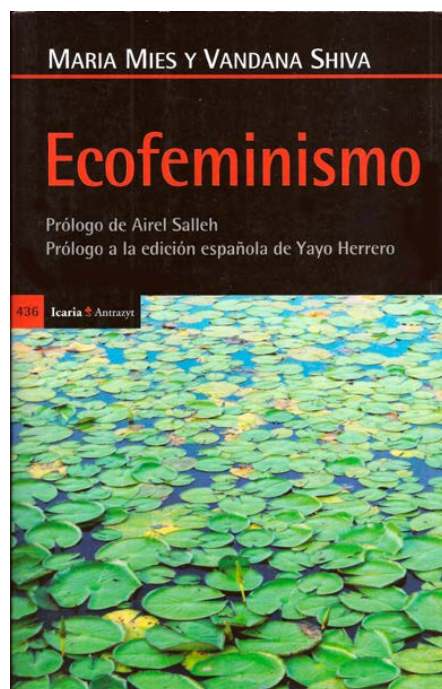
Una perspectiva ecofeminista propugna la necessitat d'una nova cosmologia i una nova antropologia que reconeguin que la vida en la naturalesa (que inclou els éssers humans) es manté mitjançant la cooperació, la cura mútua i l'amor. Solament així podrem arribar a ser capaços de respectar i preservar la diversitat de la vida en totes les se-

ves formes, incloses les seves expressions culturals, com vertaderes fonts del nostre benestar i felicitat. Amb aquesta finalitat, les ecofeministes fan servir metàfores com “recosir el món”, “curar les ferides” i reconnectar i interconnectar la “xarxa”. Aquest esforç per crear una cosmologia i una antropologia holístiques que englobin tota la vida han d'incloure forçosament un concepte de llibertat diferent del que hem anat fent servir des de la Il·lustració.

La perspectiva ecofeminista també qüestiona el mite del creixement il·limitat, un mite perillós que ens fa creure que estem autoritzats a violar i destruir la naturalesa; i igualment ens fa veure que la violència exercida contra la naturalesa justifica i inclou la violència exercida contra els cossos de les dones, considerades naturalesa, que, com la terra, es pot colonitzar, explotar i valorar únicament com a éssers reproductius que donen benefici.

Yayo Herrero (enginyera tècnica agrícola i antropòloga, entre altres estudis) és una de les veus ecofeministes més clares i pedagògiques de l'Estat espanyol i un referent europeu; és autora del pròleg a l'edició castellana del llibre esmentat abans, i d'ella trobareu moltes referències i conferències a Internet.

Ernestina Ródenas Campos



Maria Mies



Vandana Shiva



CLINICA VETERINARIA POBLENOU
 TELS. 93 300 8726 - 93 300 6021
 CAMÍ ANTIC DE VALÈNCIA 18 • 08005 BCN
 www.vetpoblenou.com/blog
 HORARI: dilluns a divendres, 9-14h i 17-20h / dissabtes, 10-14h

FARMÀCIA JAUME GIRÓ LOPERENA
 DERMOFARMÀCIA
 FÓRMULES MAGISTRALS
 HOMEOPÀTIA - FITOTERÀPIA
 DIETÈTICA - ELIXIRS FLORALS
 93 307 15 17
 Maria Aguiló / Pujadas

CLÍNICA DENTAL GLÓRIES
Dr. José Fco. López Alias
 DIAGNÓSTICO
 + PRESUPUESTO GRATUITO
 Rbla. del Poble Nou, 157-159 1º1º
 08018 BCN TEL. 93 485 37 93

Anuncia't
 Amb la teva presència
 a la revista del barri
 tothom hi guanya!
 629046004
 comercialpoblenou@gmail.com



El 22 d'abril de 2008, el Govern de la Generalitat va declarar bé cultural d'interès nacional (BCIN) un grup d'edificis del recinte fabril de Can Ricart, junt amb el santuari del Miracle, al Solsonès. En aquell moment, lluny de Barcelona, la crisi de les hipoteques *subprime* estava contaminant el sistema financer dels Estats Units, que es traslladaria a l'escena internacional i ocasionaria la gran crisi de la borsa mundial d'octubre de 2008.

La declaració de BCIN posava punt final a l'àrdua tasca de caràcter acadèmic, jurídic i reivindicatiu iniciada quan, als primers anys del segle XXI, l'AVV i l'Arxiu Històric del Poblenou sol·licitaren a la Generalitat la protecció del llegat arquitectònic fabril que resistia encara al tsunami de demolició que afectava el vell barri industrial del Poblenou. La gran transformació urbanística impulsada per plans com el del 22@, el Front litoral o l'obertura de la Diagonal afectaren la major part de les fàbriques que encara existien. L'acció coordinada entre el moviment ciutadà, el món acadèmic i professionals diversos amants del patrimoni industrial va constituir un front de resistència davant d'interessos econòmics molt potents, en plena efervescència de la bombolla immobiliària que es venia gestant i que esclataria a la tardor d'aquell any i desencadenaria la pitjor recessió econòmica des de 1929.

La crisi no la va predir ningú, però signes de malestar n'hi havia a Barcelona i arreu. La casualitat va fer coincidir l'ocupació de Can Ricart, en el moment més àlgid del conflicte per la preservació del patrimoni industrial, amb la visita a Barcelona del relator de l'ONU en matèria d'habitatge. El comissionat va entrar a Can Ricart acompanyat de Manel Andreu, president de l'AVV del Poblenou. Feia poques hores que els del col·lectiu La Makabra havien entrat a la fàbrica i s'hi havien fet forts. Una negociació amb la policia que havia muntat setge al voltant del recinte fabril okupat va permetre l'entrada de la delegació de l'ONU. A la sortida, després d'entrevistar-se amb els okupes, el relator, l'indi Miloon Kothary, va fer unes declaracions molt crítiques als periodistes que cobrien *on line*

Efemèride per no oblidar



l'esdeveniment: "Nadie en el ámbito municipal trata de frenar la especulación". I va concloure: "España atraviesa una crisis nacional en materia de vivienda, con una especulación desenfrenada y un nivel extremo de corrupción que impiden que entre el 20 y el 25% de la población acceda a una vivienda digna". La cita és textual de *La Vanguardia* del 4 de desembre de 2006 amb el títol "El hombre de la ONU en Can Ricart". La dificultat d'accés a l'habitatge era el principal motiu de preocupació encara que ni governants ni els bancs que es forraven amb les hipoteques, ni ningú semblava percebre, en aquella quietud que precedeix

la tempesta, que dos anys més tard d'un dia per l'altre aquell desori immobiliari deixaria a l'atur un milió de persones a Espanya amb l'esclat de la bombolla immobiliària.

El 24 de novembre de 2006, després d'anys d'intens debat i confrontació enmig d'una forta disputa d'interessos econòmics, urbanístics i culturals, l'Ajuntament havia aprovat definitivament un Catàleg amb 114 elements del patrimoni industrial del Poblenou. Onze anys més tard de la crisi que va estroncar el frenesí constructiu arreu, i de la qual encara no ens hem recuperat, l'habitatge continua sent inassequible per a la ma-

joria, les grues tornen a colonitzar el cel del Poblenou i Can Ricart es troba a l'espera d'un projecte prou sòlidament finançat per tornar a recuperar l'esplendor de fa un segle i mig, quan la revolució industrial va convertir Barcelona en el motor econòmic i cultural de la Catalunya i de l'Espanya contemporània. Hi ha efemèrides que convé no oblidar perquè el futur es construeix sempre sobre les traces del passat. Res és del tot nou. I res és del tot vell en la història que modula i articula la nostra memòria col·lectiva com a ciutadans.

Salva Clarós

Fons de Solidaritat de la Fundació Agbar

Font de solidaritat

AJUTS AL PAGAMENT DEL CONSUM DE L'AIGUA

El Fons de Solidaritat de la Fundació Agbar és una font solidària que brolla per arribar als qui més ho necessiten. Per això col·laborem amb Càritas, la Creu Roja i els serveis socials dels ajuntaments per ajudar les famílies que tenen problemes per pagar la factura de l'aigua i, d'aquesta manera garantir l'accés al consum bàsic d'aigua a tothom. Arribant allà on puguem ajudar. Des que aquest fons es va posar en marxa, hem beneficiat a més de 45.000 persones. Obrint-nos camí, com l'aigua.

Aigües de Barcelona
L'aigua de la teva vida

Agbar Fundació

Gemma Cernuda

Feminista



Vivim en una època en què emergeixen contrapoders i nous valors. Al món de l'empresa ara es parla de responsabilitat social, d'objectius de desenvolupament sostenible i de feminisme, entre altres. És que el capitalisme s'està rendint als principis d'igualtat i de preservació del clima per davant de l'afany de lucre? O només es deixa domesticar incorporant altres sensibilitats amb noves potencialitats de consum? Què hi ha de canvi i què de maquillatge i de patriarcat encobert? Són preguntes per a Gemma Cernuda, professional de l'àmbit de la consultoria empresarial, i veïna del Poblenou, que es defineix feminista. Diu que les dones decideixen molt més del que sembla, tot i que se les exclogui encara majoritàriament dels llocs de poder en les direccions i consells d'administració de les empreses: l'anomenat sostre de vidre. La seva empresa es diu Ellas Deciden. Ha publicat *Atrapados en el feminismo* (Urano, 2019). És terrassenca de naixement, i es va traslladar a Barcelona a la Vila Olímpica, on va viure amb el seu company, un fill i una filla quasi adolescents, però han acabat vivint al cor del Poblenou antic, a la barriada del Taulat. Els quatre carrers que separen el barri olímpic del clàssic Poblenou són un túnel del temps que et transporta des de la Barcelona moderna del 92 a la Barcelona

encara més moderna del 22@, que no ha perdut (encara) la calidesa de la relació veïnal. I on tot és possible, sobretot per a les dones que viuen ara el seu moment més reivindicatiu.

Per què ets feminista?

Per a mi el feminisme no és ni màrqueting ni filosofia, ser feminista és conseqüència del moment històric que m'ha tocat viure, i de l'educació..., la vida que he viscut i d'adonar-me que he de treballar per la igualtat.

La teva empresa es diu Ellas Deciden.

Des d'Ellas Deciden fa 17 anys que ajudem les empreses a connectar amb la dona perquè les dones, encara que no ho sembli, són el vuitanta per cent del poder de compra del mercat. El vuitanta per cent del poder de decisió, no només de la llista del súper sinó de tot. A més dels productes de la compra diària, que fan les dones majoritàriament, les dones també decideixen a l'hora de comprar un cotxe, a la universitat que portarem els fills, a on anirem de vacances, i moltes altres decisions de la família.

Què fan malament les empreses en relació amb les dones?

Les marques publiciten estereotips que no connecten. La publicitat ha estat creada per homes arrossegant els tòpics que les dones volen les coses de color de



rosa o més petites. O que cal adreçar-se a elles amb determinades paraules o valors. Això és el que es pensen perquè mai han preguntat a les dones el que volem. La indústria crea, publicita i distribueix allò que els homes pensen que volen les dones.

Quines empreses truquen a la teva porta?

Jo no faig tant el màrqueting (que seria la tàctica) sinó l'estratègia. Indicar a l'empresa què pot fer perquè la seva oferta respongui a allò que voldrien les dones. Adreçar un missatge que no sigui maquillatge, com és habitualment. Es parla molt ara de la dona però una altra cosa és que el que es diu sigui creïble.

Es pot dir que a Ellas Deciden feu la prova "del algodón" (abans se'n deia la prova del 9) desemmascarant si els missatges feministes són autèntics o simple maquillatge?

Sí, l'important no és posar la dona a la campanya publicitària per quedar bé sinó posar-la de veritat en el producte. Per exemple, el sector de les assegurances està molt feminitzat, però el que ven l'assegurança normalment és un home. És un sector que no s'ha parat a pensar què volen les dones.

Fa gràcia que a la majoria de navegadors GPS dels cotxes la veu acostuma a ser femenina, quan tòpicament sempre s'ha dit que les dones eren negades per llegir mapes i també per conduir!

... (fa cara de circumstàncies)

Les dones s'han enfilat de veritat en aquest tsunami d'apoderament a partir del moviment me too.

El feminisme és ara sobre la taula i fa dos anys no hi era. També s'ha transversalitzat: ara es pot ser conservadora, religiosa i de classe benestant i ser alhora feminista. Abans una feminista era una radical d'esquerres... Ara s'associa feminisme a llibertat, igualtat i a democràcia. Ara ja no el podem ignorar, tapar-nos els ulls, perquè això ja no tornarà endarrere.

Qui s'haurà de moure també, amb els problemes que té, és l'Església catòlica, no?

Sí, la dona ha estat sempre vetada a la cúpula directiva d'aquesta empresa que és l'Església. El papa Francesc, tot i que és molt més obert i progressista, encara s'hi resisteix.... Hi ha molta feina a fer...

Parlem del barri...

Què vols que et digui del barri?

"El feminismo no es un movimiento exclusivo de mujeres, es un movimiento inclusivo de hombres y mujeres."

Solo así será una revolución tranquila, sólida y transformadora. Y todas y todos tenemos el privilegio de ser parte activa en ella"

(Atrapados en el feminismo)

No ho sé..., explota per on vulguis. Et veig entusiasta també respecte del barri.

Soc terrassenca nouvinguda al Poblenou. Fa 17 anys que vaig venir a viure a Barcelona. He canviat de casa quatre vegades des de la Vila Olímpica i cada vegada m'he acostat més al Poblenou. M'agrada el nucli antic. Visc al voltant de la plaça Prim. M'agrada aquesta barreja de casetes baixes i gent de tota la vida com els de la Pubilla del Taulat..., junt amb els coworkings, els artistes, emprenedors, el mercat, que m'encanta anar-hi a comprar. M'agrada la barreja que té aquest barri i la seva tranquil·litat. Tot i que l'habitatge nou és caríssim. Això és un problema.

Digue'ns-ho a l'Associació de Veïns... Parles de gentrificació?

Aquest barri es mou en la frontera entre els segles dinou i vint-i-u. Només quatre carrers separen el Poblenou de la Vila Olímpica. La diferència és que aquí hi ha contrast, hi ha color, hi ha mescla, hi passen coses i funciona. M'encanta que el meu fill de 10 anys surti a jugar a pilota a la plaça. I que aquí ens saludem la gent perquè ens coneixem...

Salva Clarós



Projecte ASSERENA'T

ASSERENA'T es va començar a plantejar des de la Taula de Salut Mental del barri del Poblenou, en el marc de la Prescripció Social, un mecanisme a través del qual un professional de la salut i un pacient identifiquen junts activitats de la comunitat per millorar la seva salut i el seu benestar. La Taula de Salut Mental és una de les activitats del Pla de Desenvolupament Comunitari del Poblenou APROPEM-NOS.

Xavier, què és el Projecte ASSERENA'T?

És un projecte per ajudar a millorar el nostre estat d'ànim.

Des de la Taula de Salut Mental es va organitzar una subcomissió per buscar idees i veure què es podia proposar

na. Per a l'any vinent, el 2020, hi ha planificades tres edicions més.

Quina durada tenen?

Es fan setze sessions de dues hores, un dia a la setmana, durant tres mesos aproximadament. És un programa molt obert, molt inclusiu. Qualsevol persona que no estigui bé amb ella mateixa o amb la seva manera de pensar, hi pot venir. No és imprescindible una etiqueta de patologia de salut mental per participar-hi.

Com detecteu aquesta diversitat de malestar emocional en la gent?

A tots els candidats, abans de realitzar la intervenció grupal, els fem una

d'edats i tipologies diverses, sempre que estiguin en condicions de seguir les activitats del grup. Nosaltres no exclouem ningú, s'autoexclou la persona per horaris, disponibilitat, perquè no es troba prou bé en un treball de grup o perquè no li encaixa la informació que li donen de les característiques pròpies del grup. La diversitat és positiva per treballar els pensaments positius, potencia el pensament creatiu i el pensament flexible...

Quantes persones trebal·leu en aquests tallers?

Treballo amb la Ruth Cañadas, infermera referent de salut mental, i amb professionals del Centre d'Estudis de Budisme Tibetà del Poblenou.

Quina és la composició dels grups?

Els participants en el treball de les emocions són principalment dones. Quan vam començar no hi havia homes, però cada vegada n'hi ha més que hi participen. Actualment en un grup de trenta-cinc persones, set o vuit són homes. Està prou bé.

Així, doncs, el grup està format majoritàriament per dones d'entre trenta i setanta anys, tot i que hi podem trobar persones de vint anys i de vuitanta-cinc, només cal que estiguin en condicions físiques i mentals per poder seguir la dinàmica del grup.

Què aporta al grup la diferència generacional?

En les dinàmiques de grup la diversitat és un valor. Quan una persona planteja un dubte, si la composició del grup és del mateix sexe i d'una mateixa edat sovint tothom pensa de manera semblant i el pensament automàtic del grup és el pensament automàtic de tothom. Per trencar aquesta dinàmica cal que el grup sigui divers.

Trebal·leu conjuntament els trenta-cinc o dividiu el grup?

Algunes estones ens dividim en

Parlem amb Xavier Suárez, infermer del CAP Ramon Turró i membre de la Taula de Salut Mental del districte de Sant Martí

dues taules dins de la mateixa sala, durant aquestes estones utilitzem tècniques adients. Treballem sobretot els pensaments positius, el cos físic, la calma mental i la relaxació muscular i ho fem sempre, d'una manera o altra, amb la totalitat del grup.

Per treballar els pensaments positius se'ls lliura una documentació escrita que han de treballar individualment, durant deu minuts o un quart, setmana per setmana (allò que pensen que els ha creat malestar emocional). Els deures poden ser: escriure una o dues frases, o reescriure-les d'una altra manera, en positiu... Són exercicis molt senzills però que fan pensar.



Esteu en contacte amb altres entitats?

Amb el Departament de Psiquiatria CSMA, PIAD Sant Martí (punt d'informació d'atenció a les dones), Serveis Socials Can Felipa, Hospital del Mar (Unitat de Fibromiàlgia)... Cada vegada hi ha més punts del barri que ens envien candidats i candidates per participar-hi i, nosaltres, n'estem encantats. Hem fet molt poca difusió però, en els grups, està funcionant molt bé el boca orella.

Per què creus que és tan important treballar el pensament positiu?

El dia a dia ens porta diferents situacions que ens poden fer patir malestar emocional si no sabem enfocar-les de

manera positiva: podríem parlar de situacions polítiques que no ens agraden, mals resultats del nostre equip de futbol, atur, soledat, immigració, problemàtiques familiars, neguits laborals, malalties...

Aquestes situacions mantingudes i no resoltes ens poden abocar a altres malalties físiques com poden ser insomnis, dolors, augments de pes..., és a dir, ens fan anar més sovint a veure el nostre metge o infermera. El sistema de salut ha pres consciència de la importància d'engegar un bon programa de prevenció de les malalties mentals per reduir el cost econòmic i el cost social d'unes patologies cada vegada més freqüents a la nostra societat.



Genera interrelacions el programa ASSERENA'T?

Quan acaba un curs d'ASSERENA'T els i les participants poder crear diferents tipus de xarxes a través de les quals proposen activitats (anar a caminar un cop al mes, practicar meditacions, fer trobades...), no sempre hi coincideix tothom, a vegades són vint o deu, o potser dos que queden per xerrar una estona.

Nosaltres també hi seguim en contacte per mitjà del WhatsApp. Cada grup tria una persona com a portaveu i nosaltres l'afegim a un altre grup per mitjà del qual els enviem informació de coses que pensem que els poden interessar

i que ells reenvien a la resta. D'aquesta manera no perdem el contacte.

Els valors afegits d'ASSERENA'T respecte a experiències d'altres barris són: la interrelació, la consolidació de grups i l'ajuda mútua.

Quan comencen les properes edicions?

Les edicions d'ASSERENA'T són gairebé continuades. Estan programades per començar després de Reis, després de Setmana Santa i després de l'estiu.

Com que hi ha molta demanda necessitem un temps per a les entrevistes i els tests. A la primera entrevista no sols orientem per al projecte ASSERENA'T, valorem les necessitats de les persones i els oferim aquells recursos que els poden



ser útils i que poden trobar en l'entorn del barri (el suport del PIAD, un lloc per fer activitat física, taitxí, adreçem a la Fundació JOIA per a reinserció laboral...).

Les persones interessades, a on i a qui s'han d'adreçar?

Només cal que deixin el nom i el telèfon al taulell del CAP Ramon Turró, i la Ruth Cañadas o en Xavier Suárez s'hi posaran en contacte abans d'un mes.

Moltes gràcies, Xavier!

Estrella Pineda i Montse Milà



al barri que fos d'utilitat i arribés a un nombre important de gent. Vam treballar-ho la Iolanda (infermera de salut comunitària), en Jordi (farmacèutic) i jo. Fruit de la nostra activitat professional, vam detectar un elevat índex de malestar emocional per motius com ansietat, depressió, fibromiàlgia, fatiga crònica, solitud o senzillament perquè no s'està a gust amb un mateix. Per a aquest grup de gent, molt ampli, vam buscar una intervenció grupal, extensa i comunitària, que treballés aquest malestar emocional i ajudés a millorar-lo. Es va iniciar el gener de l'any passat. Aquest any n'hem fet dues edicions. Hi han participat entre trenta i trenta-cinc persones en cadascu-

entrevista individual i els passen uns tests que donen una idea de la percepció del nostre estat emocional i, quan acaba el grup, es fa una altra valoració de l'estat emocional, que es repeteix novament al cap d'uns tres mesos. Registrem dades per comprovar si la metodologia i les tècniques que s'utilitzen són efectives.

La base són les intervencions grupals psicoeducatives que es fan al nostre centre des de fa tretze anys. Partint d'aquí, hi hem fet unes modificacions perquè, més enllà de l'ansietat o la depressió, abasti tot tipus de malestar emocional. Volem que sigui més inclusiu i que hi puguin participar persones

Thieboudienne, la recepta d'arròs amb peix d'en Moussa



La recepta que ens proposa en Moussa és un plat típic senegalès per compartir a les festes, amb la família i amb amics.

En Mamadou Moussa Diallo té 24 anys i és el segon de tres germans. El seu pare era mecànic i va morir quan ell tenia 7 anys. Va ser un oncle patern qui es va preocupar de la seva educació.

En Moussa ha estudiat filologia francesa i anglesa; parla fula, la seva llengua materna, wòlof, segona llengua del país, francès, anglès, una mica d'italià, castellà i una mica de català, que entén i llegeix sense problemes.

Ens explica que al Senegal hi ha eleccions lliures, però molta corrupció i la

gent pateix molt. L'any 2017 va decidir marxar fugint d'unes relacions familiars conflictives i el seu viatge va ser especialment dur.

La seva ruta va passar per Mali, Burkina Faso, Níger, Líbia, Itàlia, França i Catalunya i va tenir una durada de gairebé dos anys. De Níger a Líbia va haver de travessar el desert. Es van quedar sense gasolina i van passar sis dies en què se'ls va acabar l'aigua i van veure morir persones a qui no podien socórrer. A Líbia van llogar una pastera que compartien amb 100 persones. Durant el viatge, la mala mar els va provocar un terrible mareig i van estar a punt de morir ofegats. Els va rescatar un vaixell, però es trobava tan malament que no recorda de quina or-

ganització era. Durant 10 mesos va estar en un camp de refugiats italià, a França va viure al carrer i va arribar a Barcelona el desembre del 2018. Des d'aleshores forma part de Casa Àfrica.

En Moussa és una persona positiva i creu que tot problema té solució. Vol formar-se, trobar una feina i lluitar pel seu somni. Té molt interès a aprendre i ha fet cursos de mosso de magatzem, manipulació d'aliments, forner i informàtica. Està fent classes de català i castellà a Apropem-nos.

Montse Milà

Si teniu una recepta amb història que us agradaria compartir, envieu-la a elpoblenou@elpoblenou.cat

Noves promocions de la cooperativa d'habitatges Fem Ciutat

Gardunya



El Turó



Fòrum Litoral



COOPERATIVA D'HABITATGES

www.femciutat.cat info@femciutat.cat

Thieboudienne

Ingredientes

Pescado fresco para 4 personas (tipo dorada)
Un pedazo de pescado seco (para dar sabor)
2 patatas medianas
1 berenjena
¼ de calabaza
1 nabo
1 yuca pequeña
¼ de repollo
2 cebollas
1 pimiento verde pequeño
3 o 4 tomates bien maduros
1 lata pequeña de concentrado de tomate
2 ajos
1 pimiento picante (tipo chile o guindilla)
7 o 8 pimientos de cayena
Pimienta negra (en grano o molida)
Perejil fresco

Presentación

Colocar el arroz en una fuente, poner encima el pescado y las verduras y servirse

Elaboración

Pescado y verduras

Pelar y limpiar las verduras. Echarlas en una olla con agua hasta cubrir las, cuando lleven ½ hora hirviendo incorporar el pescado seco. Majar bien en un mortero: 2 o 3 guindillas de cayena, un poco de pimienta negra, los dientes de ajo, un poco de perejil, media cebolla, un pimiento verde, sal y ½ pastilla de sabor. Los ingredientes deben estar bien mezclados y formar un puré. Hacer unos cortes en el pescado e introducir la mezcla. Salarlo por fuera, freírlo en una sartén hasta que esté dorado y reservarlo. Lavar los tomates, triturarlos y mezclarlos con el tomate concentrado. En el aceite del pescado pochar media cebolla picada. Cuando esté dorada añadir el puré de tomate, preparado previamente, dejarlo a fuego medio durante 10 minutos y cuando esté dorado echarlo en la cacerola con las verduras. Poner en el mortero 4 guindillas de cayena, media cebolla, una pastilla de sabor y majarlo bien. Echar una cucharada en la cacerola de las verduras. Sacar las verduras que estén tiernas y reservarlas. Añadir al caldo, el pescado que habíamos reservado. Cuando el resto de verduras y el pescado estén bien cocinadas, sacarlas y reservar junto a las otras verduras. Echar en el caldo el resto de la mezcla que hicimos en el mortero y rectificar de sal.

Arroz

Lavarlo bien hasta que pierda el almidón. Agregar al caldo de las verduras y dejar cocer unos 20 minutos, o hasta que esté listo.

Anuncia't
Amb la teva presència
a la revista del barri
tothom hi guanya!
629046004
comercialelpoblenou@gmail.com

Recollida
a domicili
d'electrodomèstics
i tota mena
de ferralla
Alencop
COOPERATIVA
SERVEI
GRATUÏT
Impulsat per:
Lab
COOP
Amb la col·laboració de:
Ajuntament de
Barcelona
936 119 201
www.alencop.coop

Reconeixement a la Beckett



La Sala Beckett, amb 30 anys d'història dedicats a espai d'exhibició, creació, formació i experimentació teatral, ha estat guardonada als Premis Catalunya de Teatre com a la Millor Sala de Teatre 2019 per la seva programació destacada, coherent, rellevant i innovadora.

La nostra sincera enhorabona per aquest reconeixement, totalment merescut, i la valoració d'una feina ben feta de la qual el veïnat del Poblenou gaudeix de manera privilegiada des de fa més de 3 anys.

L'art i la cultura formen part dels barris. Llarga vida!

Gran èxit de La Traviata a l'Aliança



Aquesta festa major l'Aliança, per celebrar els seus 150 anys, ens ha regalat una de les obres més famoses de la història de l'òpera: La Traviata, de Giuseppe Verdi.

Gairebé 800 persones van omplir el teatre, en aquesta estrena única al Poblenou d'una gran òpera a preus populars. El públic assistent va participar entusiasmat al final de la representació cantant i ballant, amb el regal sorpresa de la companyia quan va repetir el famós brindis de La Traviata.

Cal destacar la representació artística de l'Òpera Metropolitana de Barcelona, el Cor d'Amics de la Lírica de Catalunya i també la participació del grup de dansa professional del Petit Ballet de Barcelona, de l'Escola de Dansa Isa Moren de Sant Martí.

Agraïm a l'Aliança i a totes les entitats que hi han col·laborat que aquest espectacle hagi estat possible.

19 anys donant suport a Amnistia Internacional



ConnectHort, espacio polivalente



¡Hola! Somos ConnectHort, un espacio polivalente que involucra aspectos de la permacultura, la tradición natural ecológica, la sostenibilidad, el arte y la cultura.

ConnectHort es un proyecto que alberga varios subsistemas para dinamizar cada una de las propuestas que ofrecemos. El espacio se gesta alrededor de un huerto urbano y orgánicamente crece para dar propuestas más allá del mismo. Este nombre no es casual, ya que queremos ver ideas crecer, como lo hacen nuestras cosechas en el huerto y porque queremos crear lazos y contactos de difusión de ideas. ¿Cuáles son las partes que componen y conviven en este multiespacio?

■ **ConnectHort:** Son todas las plantas del espacio y el huerto propiamente dicho. Es nuestra pacha mama que cuidamos y ella nos cuida a cambio. Se nutre de voluntarios y ofrece talleres/cursos/clases de permacultura y sostenibilidad. Acoge también a las propuestas de arte y cultura como muralismo, música y danza entre otros.

• Instagram: @connecthort
• Facebook: ConnectHort

■ **BAM** (Bioarquitectura Mediterránea): Asociación que fomenta el conocimiento y las buenas prácticas en la arquitectura desde

la bioconstrucción. Ofrece talleres prácticos y charlas formativas en este tema. Tiene también su equipo de voluntarios motivados.

• Instagram: @connectbiobuilt
• Facebook: BAM

■ **Urban Temazcal:** Contamos con un temazcal en plena ciudad y con un tipi para albergar ceremonias de bienestar, meditaciones y baños sonoros. Es nuestra intención mantener vivas tradiciones milenarias que agudizan la conciencia.

• Facebook: Urban Temazcal

■ **AbonoKmo:** Es un proyecto de recolección y acopio de residuo orgánico de vecinos y comercios del barrio para tratarlos localmente con la ayuda de lombrices californianas generando de esta manera un abono sumamente nutritivo prácticamente sin huella de carbono.

• Facebook: Urbonera + ConnectHort

¿Quieres ser parte de nuestra historia? ¡Ven a conocernos, aprende a cuidar el medio ambiente, conectar con la tierra y ser parte del cambio!

Información general: connecthort@gmail.com
Dirección: Dr. Trueta, 100, Poblenou

Un Poblenou de Tots Colors



La parada d'Apropem-nos

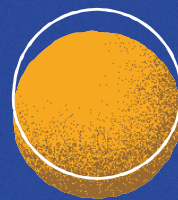
La festa major d'aquest any ha comptat novament amb la trobada al Parc del Centre d'una mostra de la diversitat cultural del barri, el districte i tot Barcelona.

Durant tot el matí vam gaudir de la varietat de colors de les parades en què entitats diverses ens mostraven els seus projectes solidaris, les seves artesanies i les cuines típiques dels seus països, mentre les criatures escoltaven contes i els grans sentíem música, vèiem mostres de balls d'arreu i aprofitàvem per retrobar-nos amb amitats.

Malauradament, el temps ens ha estat advers i les activitats previstes per a la tarda es van haver de suspendre.

Tot el reconeixement a la feina del Casal de Barri Bac de Roda i la seva Comissió de Festes Bac de Roda-Diagonal, que any rere any ens convida a viure i a compartir en la diversitat, signe del nostre temps.

Barcelona té el seu punt.



El .barcelona

www.elquevulguis.barcelona



I tu, tens el teu?

Registra'l a www.domini.barcelona

#puntbarcelona

Ajuntament de
Barcelona



novaicària
ESPORT & FIT

El cos t'ho demana!
#SOMNOVAICARIA



OMPLE'T DE VIDA A LA NOVA TERRASSA,
NOVA ICÀRIA AIR

Un oasi en mig de la ciutat per tenir el teu moment de relax!

 280 m²

 Solàrium

 Classes a l'aire lliure: Ioga, Pilates, Dona gym, etc.

Vine al club i consulta les nostres ofertes.



Av. Icària 167, 08005 Barcelona | Tel. 93 221 25 80 | rrpp@novaicaria.com
www.novaicaria.com

Ajuntament de
Barcelona

