ESPAVILA

#214
ESPAVILA A CASA
ABRIL 2021

ESPARREGUERA · COLLBATÓ · EL BRUC · ABRERA

LLIBRES ROSES I TAPES

editorial

Les vermut en punt

Per Gerard Bidegain Figuerola | Espavila

Tornem a tenir l'abril aquí, amb aquell sol que ja apunta maneres. Després d'una primavera de 2020 confinada, encarem aquesta època de flors i d'esclat de vida amb molta il·lusió. Les caramelles de Pasqua Florida 2021 s'apropen a Esparreguera, aquest any en un format adaptat a la pandèmia i una cantada a l'interior de l'església diumenge dia 4, amb control d'aforament.

També viurem una nova Setmana Santa, amb una *Passió d'Esparreguera* renovada amb projeccions d'última generació, un format reduït i moltes novetats. L'entitat ha sabut adaptar l'espectacle esparreguerí als difícils temps de pandèmia i els laberíntics protocols de seguretat i deixarà sorprès a tot aquell qui entri a la sala. Enguany, el miracle de La Passió és, també, que es pugui aixecar el teló i fer-ho amb seguretat. Tot això no seria possible sense l'esforç de molta gent durant tant de temps. Cal aplaudir aquesta bona feina des de la platea, ara més que mai, i mirar d'omplir l'aforament a cada festa per demostrar que la cultura és segura i necessària.

El dia 14 també farà noranta anys que es va proclamar la República de 1931. És més necessari que mai recordar aquells temps de llibertat i d'esperança per fer front als discursos d'odi i intolerància que es van instal·lant a les nostres institucions. Sempre hem d'estar amb la mirada endavant, però recordant els encerts i aquell món millor i just que volien construir els nostres avis i àvies per tal de fer-lo, ben aviat, possible.

I què me'n dieu de Sant Jordi? Sense deixar de tenir prudència sembla que ara ja podrem tenir un Sant Jordi menys telemàtic i més similar als que recordem... Gaudim-ne com cal.

Tot plegat ho podem celebrar en una hora molt concreta: a les vermut en punt, en qualsevol terrassa (respectant les mesures que ens indiquen les autoritats sanitàries) o bé a casa nostra. El vermut ens pot ajudar a gaudir de la primavera des de la calma i el repòs. Malgrat que no ens veiem els llavis a causa de les mascaretes de colors impossibles, la conversa ja no es fa tan feixuga com a les videotrucades. Mirem la part positiva!

consulteu la nostra www.agendaespavila.cat

edita **tdgproduccions** DL B 9370-2019 | **carme paltor** direcció | **eva ros** disseny i publicitat | **col·laboracions** gerard bidegain, daniela sanchez, mariona unzeta | **publicitat** agendaespavilas@gmail.com 618.313.899

Premsa Comarcal
Espavila és membre de l'Associació Catalana de Premsa Comarcal
#orgulldeserpremsacomarcal

fotografia ESPAVILA

El vermut a la terrassa del Tirol

Els llibres de la Màquina d'escriure

Les flors de GIT
ESPAI CREATIU

Pasqua de Resurrecció!

Durant els anys cinquanta, Torruella va adquirir una nova tasca cultural a la vila: di-
ver les caramelles de la Secció Coral Foc Nou per la Pasqua Florida. Un dels instigadors
quest grup coral va ser el senyor Jesús Guitart Jiménez (1900-1964), de l'Estrella, que
va animar a engegar la iniciativa. Al nostre protagonista se'l recorda dirigint, amb el seu
estil de cull característic, en una de les tradicions que encara es mantenen a Esparreguera.
Van ser bona part del jovent de l'època: els germans Batlle, Ramon Segura, Antoni
Vilella, Albert Soldevila i tants d'altres. Torruella, si bé no componia la música de les cara-
melles, sí que n'escrivia alguna lletra, com la d'una curiosa peça de l'any 1954, on podem
llegir versos que, anys més tard, reciclaria per escriure un dels passatges més célebres de
la seva Passió: «Serres, planes i boscúries...».

En qui van compartir amb ell la seva joventut en destaquen que era molt complet
musicalment i que cantava molt bé. Hi ha qui apunta l'existència d'una certa competència
amb el músic esparreguerí Angel Monné Monné (1921-1999), a qui Torruella coneixia de
prop, a l'hora de liderar l'oci musical de la vila.

Anys 50. A primera
fila, Torruella
dirigint un cor
de nanos. Darrere
d'aquests, Antoni
Vilella. (Font: Arxiu
Barberà)

Què fem? La Passió!

ABRIL-MAIG

Teatre de La Passió

«LA PASSIÓ D'ESPARREGUERA»

Ja estan a la venda les entrades per la nova temporada 2021 de La Passió, una temporada que arranca amb el desig de mostrar un cop més la representació de l'espectacle declarat d'Interès Nacional i que ha esdevingut una tradició molt arrelada al nostre poble. La tecnologia enguany guanya protagonisme a les representacions de La Passió. El ciclorama del teatre esdevé pantalla creant així profunditat a l'escena i complementant les escenografies.

No et pots perdre aquest espectacle!

DIES I HORARIS

27 de març | 19:00
2 d'abril | 19:00
11 d'abril | 11:00
17 d'abril | 19:00
25 d'abril | 11:00
1 de maig | 11:00

Durada de l'espectacle: 1 hora i 45 minuts
Preus: A partir de 18€

ARA, MÉS QUE MAI, LA PASSIÓ!

INFO I ENTRADES

Què fem? caramelles!

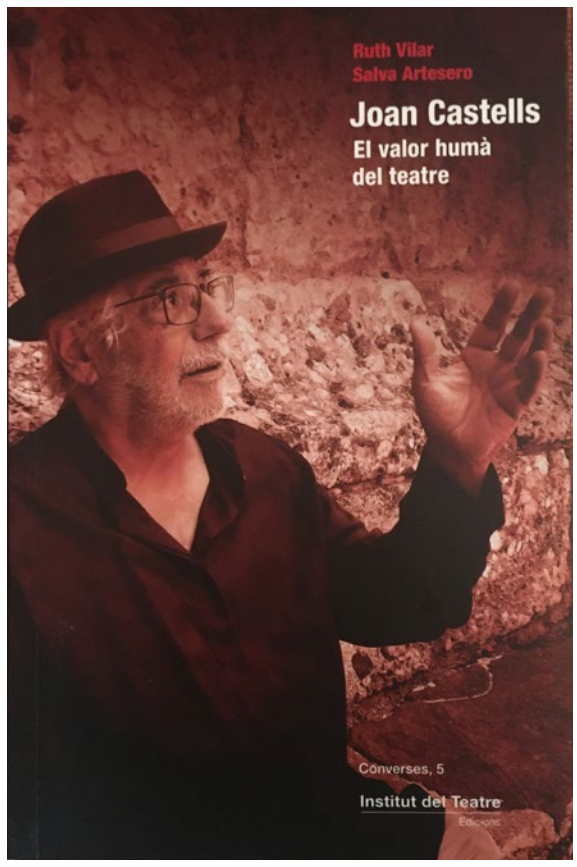
Diumenge de Glòria
4 d'abril | 12.45
Església de Santa Eulàlia
Cantada de Caramelles
Cantada amb el grup d'adults i infants en acabar l'ofici.
Aforament limitat a 150 persones

03 i 04 d'abril
19.00 (Ds) i 10.00 (Dg)
Ràdio Esparreguera (89.4 FM)
Concert "Caramelles patriòtiques"
Retransmissió del concert celebrat el 2014, amb música del Mestre Josep Borràs

De l'01 al 05 d'abril
Exposició itinerant
"Les Caramelles a Esparreguera"
Exposició per les diferents cases, portals i balcons on es canten les Caramelles.

De l'01 al 05 d'abril (itinerant)
Balcons florits
Decora el teu balcó.
Que es noti que la Primavera ha arribat i que és Pasqua Florida!
Org. Caramelles de La Passió d'Esparreguera

Info: Facebook i Instagram
@caramellesesparreguera



DIVENDRES | 9 ABRIL | 18:30 | BIBLIOTECA L'ATENEU

PRESENTACIÓ DEL LLIBRE «JOAN CASTELLS, EL VALOR HUMÀ DEL TEATRE»
De Ruth Vilar i Salva Artesero.
Coordina Carmina Bosch.
Places limitades.
Inscripció prèvia a la Biblioteca.
Org. Biblioteca Municipal l'Ateneu

DIVENDRES | 9 ABRIL | 20:00 | SALA PETITA

«PRESAS»
Prorroga l'obra d'Ignacio del Moral i Verònica Fernández dirigida per Maribel Balagué.
Venda d'entrades www.lapassió.net
Org. La Passió

DISSABTE | 10 ABRIL | 19:00 | TEATRE LA PASSIÓ | 18€

«¿SÓLO LO VEO YO?»
El MONAGUILLO per a tots els públics. L'has vist a El Hormiguero, Me Resbala, i molts programes més.
Et prometem que riuràs 100%!. Venda d'entrades
www.lapassió.net
Org. La Passió

DIUMENGE | 11 ABRIL | 18:00 | TEATRE LA PASSIÓ | 10€

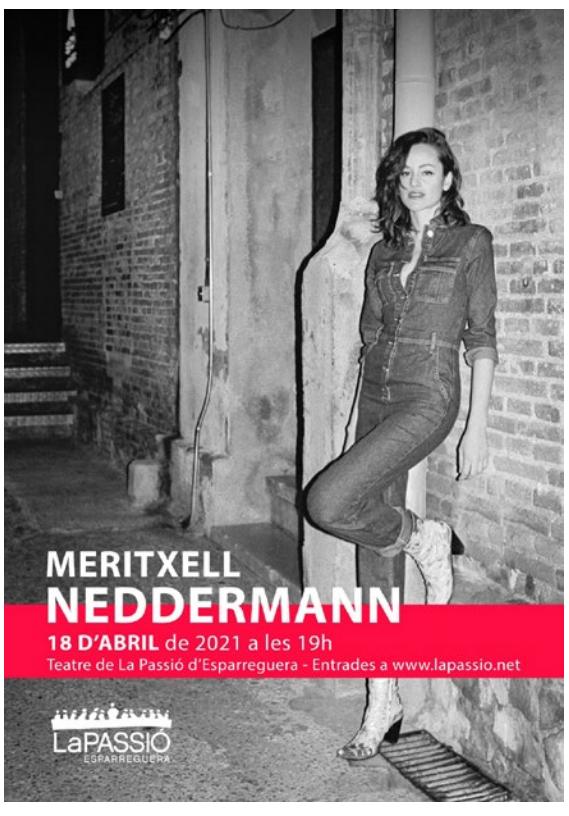
"XIULA: DESCONTROL MPARENTAL"
Emocions i electrònica en un espectacle interactiu amb més fibra que abraçar-te a un codony.. Venda d'entrades
www.lapassió.net
Org. La Passió

Què fem? Sant Jordi!

DIJOUS | 15 ABRIL | 19:00 | CAN PASQUAL

PRESENTACIÓ DEL LLIBRE «EL BALNEARI»

De Manel Ruiz Luis i Lluïsa Sallent Asensio.
Entrada gratuïta
Cal inscripció prèvia www.esparreguera.cat o per whatsapp al tel. 667933795
Org. Ajuntament d'Esparreguera



DIUMENGE | 18 ABRIL | 19:00 | TEATRE LA PASSIÓ | 10€ - 12€

MERITXELL NEDDERMANN

Ens oferirà un espectacle intimista i catàrtic que ens deixarà a tots corpresos.
Venda d'entrades lapassio.cat
Org. La Passió

DIJOUS | 22 ABRIL | 20:30 | BIBLIOTECA L'ATENEU

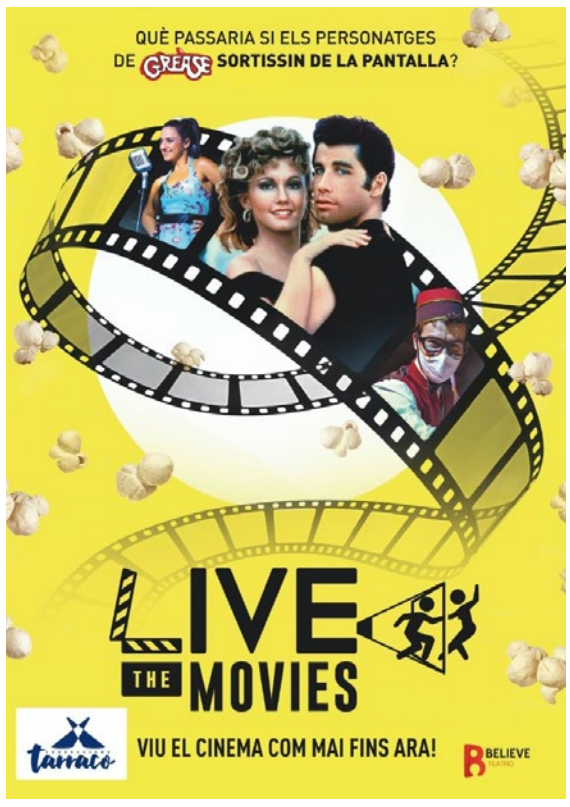
TAULA RODONA «AUTORS I AUTORES LOCALS»

Amb Joana Llordella i Laura Guevara | Joan Cifuentes | Lídia Quevedo, Josep Grau | Imma Mestre | Jordi Gobern | Gerard Bidegain | Lyona | Isidre Monés. Coordina Carme Parras.
Places limitades.
Inscripció prèvia.
Org. Biblioteca Municipal l'Ateneu

DIVENDRES | 23 ABRIL | 19:30 | BIBLIOTECA L'ATENEU

RELATS ERÒTICS «LAS TRAVESURAS DE EROS»

Amb Sandra Rossi.
Places limitades.
Inscripció prèvia.
Org. Biblioteca Municipal l'Ateneu



DISSABTE | 24 ABRIL | 19:00 | TEATRE LA PASSIÓ | 10€ - 12€

LIVE THE MOVIES: GREASE

Què passaria si els personatges de Grease sortissin de la pantalla? Descobriu-ho vivint el cinema d'una manera única, divertida i emocionant!
Venda d'entrades lapassio.cat
Org. La Passió

DIMARTS | 27 ABRIL | 19:00 | BIBLIOTECA L'ATENEU

CONTE PER A ADULTS

Amb Ada Cusidó.
Places limitades.
Inscripció prèvia.
Org. Biblioteca Municipal l'Ateneu

Què fem? teatre!

El joc del teatre dins del teatre, el límit subtil que separa la realitat real i la realitat escènica que, sota l'aparença de quotidianitat, deixa al descobert la vida de dues dones

Autor Toni Cabré **Intèrprets** Núria Sáez Feixas i Queralt Sáez Feixas **Escenografia** Rafa Haro **Llum i so** Marc Carcassona **Imatge** Carme Paltor **Regidoria** Carme Sánchez **Direcció i adaptació** Carles Reynés **Producció** Tramateatre

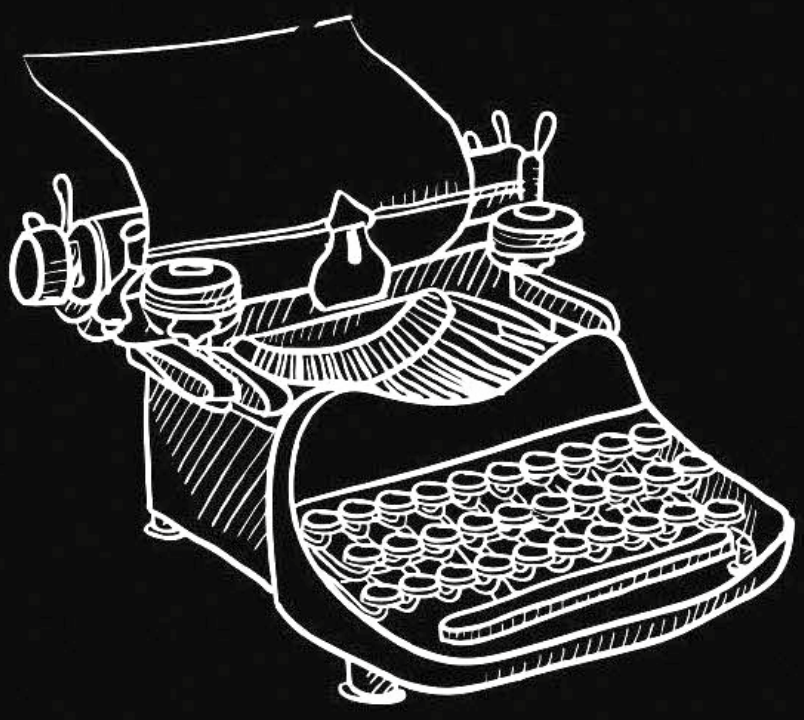
Toni Cabré i Masjuan (Mataró, 1957) és dramaturg i enginyer, guionista de televisió i cinema i gestor cultural. La seva producció teatral és variada, però manté dues constants. Una de realista, en la que tracta la relació de l'home amb el món tecnològic «Oh, bit!», o la complicitat amb el poder «Els camaleons també paguen». La segona constant fa referència al món de la paradoxa: realitat i somni, veritat i mentida, el teatre dins del teatre… **«Estrips»** , «La metamorfosi», «Històries d'amor», «L'efecte 2000»... Com a guionista, Cabré, ha format part de les sèries de TV3, «Poble Nou», «Secrets de família», «Nissaga de poder», «Laberint d'ombres», «La Riera» i «Olor de Colònia». Ha obtingut diversos premis teatrals.

Què fem? excursió!

Recomanació de Lídia Quevedo i Josep Grau. Del llibre «Descobrint Esparreguera»

Clica aquí per veure la ruta completa

De La Puda al Coll de les Bruixes, la Socarrada, el Coll del Roure i les Carboneres



La Màquina d'escriure...

llibres
llibres per encàrrec

i també:

- revistes
- premsa
- loteries
- material escolar
- material d'oficina
- enquadernacions
- fotocòpies

678.001.334 . @la.maquina.descriure
Carrer de Sant Joan, 35 . Esparreguera, Barcelona

SANT JORDI

Una de les festes més celebrades a Catalunya, i curiosament, la celebració es materialitza pel costum de comprar llibres. Acostuma també a ser una diada radiant, la primavera avança, i permet gaudir d'un sol gratificant i bondadós. Aprofitem aquest dia i gaudim del passeig mentre triem llibres, comprem la rosa per a la persona estimada i fem la tapa a la terrassa del bar.

LLIBRES ROSES I TAPES

No compris el llibre per les tapes.
Les tapes fes-les al bar!

A LES VERMUT EN PUNT!

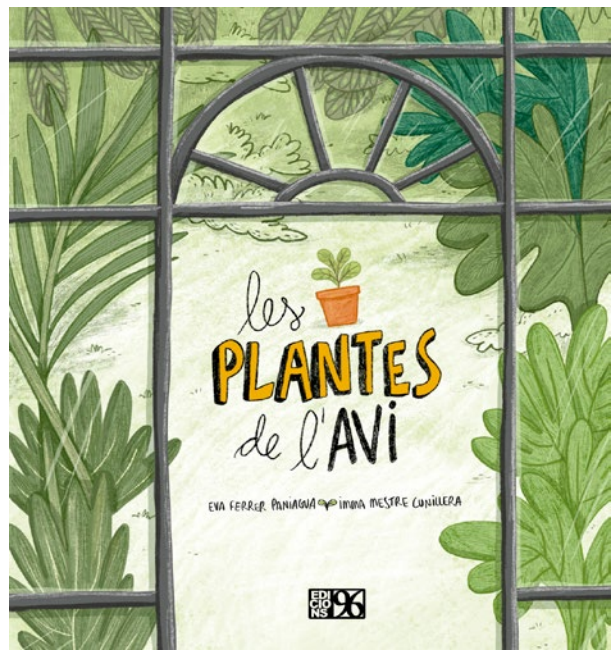
Us volem recomanar onze
troballes d'autoria local.
Sí, perquè si una cosa té
d'interessant passar un Sant Jordi a
Esparreguera, remenant llibres en
els taulells de les llibreries locals,
és que podem descobrir llibres
que parlen de nosaltres, del nostre
entorn, de la nostra història... llibres
que ens ajuden a conèixer-nos com
a poble, o que ens apropen a la
modernitat. La majoria, llibres que
no trobarem a cap altra llibreria del
país. Una quinzena d'esparreguerins
i esparreguerines ens demostren
que la creativitat hi és i és a les
nostres mans descobrir-la.

Deixem-nos dur entre les seves
pàgines per descobrir camins
amagats, històries no escrites,
personatges emblemàtics, imatges
del passat, músiques guardades,
contes per explicar als menuts i
algun per a grans, també.

Llibreries locals: @la.maquina.descriure, @nuriapaperllibre, El diari, L'Espinguet

LES PLANTES DE L'AVI

Eva Ferrer Paniagua i Imma Mestre Cunillera



L'Imma Mestre és esparreguerina i ha col·laborat amb Eva Ferrer (Súria) il·lustrant el seu conte. Una història emotiva que parla de l'amor.

Ets il·lustradora i et dediques això professionalment?
Sí. Vaig estudiar il·lustració i, abans, disseny gràfic. De forma professional, combino les dues disciplines.

És el primer llibre que il·lustres?
Que s'hagi publicat sí. Anterior a aquest, tinc un àlbum infantil que vaig escriure i il·lustrar i que va quedar entre els finalistes del Premi Apila de primera edició, però no s'ha arribat a publicar. Ara m'has fet pensar que potser el puc moure per altres editorials.

Hem vist que l'autora no és d'aquí, qui és? Ens la descrius una mica?
L'Eva és una noia de Súria, a qui vaig conèixer en un taller on apreníem a pintar en aquarel·la. Per a ella, també és el seu primer llibre, tot i que escriu des de sempre i té un do per les lletres. És molt crack. És intel·ligent, espavilada, propera i molt eficient. A ella li dec la gran oportunitat que em va donar, sense conèixer-me, d'il·lustrar amb total llibertat, aquest conte tan especial i poder obrir-nos en el sector de l'àlbum infantil, que era un dels meus somnis.

I li vas dir que sí de seguida?
Al cap d'una setmana d'aquell taller, l'Eva em va passar el text, i va ser impossible negar-m'hi. És tan dolç, bonic i entranyable que de seguida vaig sentir les ganes d'il·lustrar-lo. És un llibre molt emotiu i no et deixa indiferent.

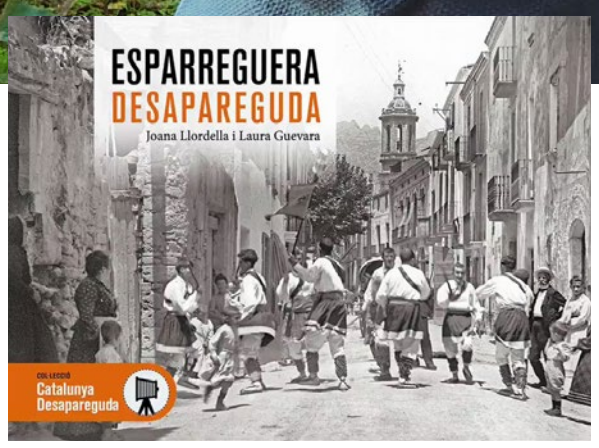
Quan podrem veure el teu llibre il·lustrat?
Això m'encantaria! Fa temps que li dono voltes i vaig apuntant idees, tant per àlbum il·lustrat com també per un llibre de vinyetes còmiques (que és un altre dels registres on em sento còmode i gaudeixo molt dibuixant). En un futur, són projectes que vull veure assolits, però ara mateix, les altres feines no em permeten dedicar-li massa temps.

Hi ha futur professional per als il·lustradors?
Crec que hi ha diferents camins professionals dins el món de la il·lustració. No tot són els àlbums infantils. Es tracta de buscar quin d'aquests camins va més amb tu. Per altra banda, crec que aquí, costa obrir-se pas en aquest sector i que en altres països europeus, la il·lustració està molt més acceptada. Però sóc optimista i ara, potser perquè hi ha molta oferta, sembla que es comenci a tenir més en compte. Com en tot, crec que tenint clars els objectius i treballant per aconseguir-los, pots crear el teu futur professional com a il·lustrador.

«Les plantes de l'avi» . @imma_mestre @laferragua
Edicions 96 / Col·lecció Patracol Il·lustrat / 15,00€

ESPARREGUERA DESAPAREGUDA

Joana Llordella i Laura Guevara



La Joana i la Laura són esparreguerines i entre l'una i l'altra han fet «Esparreguera Desapareguda» que permet aturar el temps per recordar allò que un dia vam ser i, alhora, somniar allò que volem ser.

La Joana Llordella ha estat professora i catedràtica de Llengua i Literatura Catalana. La Laura Guevara és periodista.

Joana, és l'editorial Efadós qui us fa l'encàrrec per a la col·lecció «Catalunya Desapareguda»?

La proposta va ser de l'editorial, però nosaltres li vam donar la nostra mirada particular. Sempre m'ha interessat la història i el patrimoni local. A l'hora de començar el llibre vaig pensar que em complementaria molt bé amb la Laura, ja que ella aportaria la mirada de qui no ha viscut sempre a Esparreguera i, sobretot, perquè és una periodista rigorosa en la seva feina.

Laura, què va suposar per a vosaltres?

Era una oportunitat per aprendre i donar a conèixer la riquesa que hem perdut i allò que hem de reivindicar per al futur. El llibre ens ha permès treballar amb unes dues mil fotografies per mostrar les transformacions que han sofert places i carrers de la nostra vila, i hem tingut en compte tradicions, establiments i indrets avui inexistents.

Joana, has escrit algun altre llibre?

Vaig iniciar una col·lecció, quan era responsable de recerca al Centre d'Estudis Comarcals del Baix Llobregat, que es diu «Coneix…» –ara tot just acabo de prologar l'última publicació. En aquesta mateixa col·lecció vaig escriure «Coneix Dialectologia a través de la parla del Baix Llobregat» conjuntament amb Maria Àngels Massip. Des del 2005, amb Blanca Mampel i un equip del CECBLL, publiquem històries de vida i altres materials relacionats amb la repressió franquista, en un web del Memorial Democràtic del Baix Llobregat, dins del projecte «De les experiències personals a l'èxit col·lectiu». He escrit amb altres autores, el llibre «Ensenyem casa nostra!», publicat en diverses llengües de la Unió Europea. Comenius. Quaderns pedagògics europeus. Actualment estic escrivint un llibre sobre les dones d'Esparreguera i un parell més de projectes que acabo de començar.

Creieu que Esparreguera hauria de cuidar, o divulgar, més el patrimoni documental?

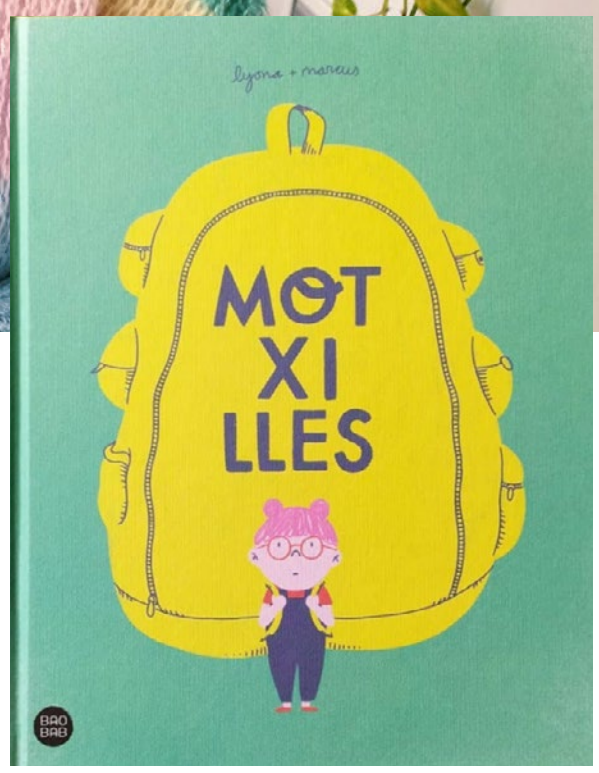
Ens hauríem d'emmirallar més en altres poblacions similars a la nostra, com Abrera o Olesa de Montserrat. Últimament s'ha fet un esforç, però cal treballar més en aquesta línia. No es tracta de començar un projecte i deixar-lo morir, cal que tingui continuïtat. Des de l'arxiu municipal es fa el que es pot, però no és suficient. Un exemple que ens pot servir és el que es va fer a la Biblioteca Beat Domènec Castellet al llarg de la seva història, si l'estudiem, veurem que no és només qüestió de recursos, sinó de voluntat, treball i interès per divulgar aquest patrimoni.

«Esparreguera desapareguda» . @llordellazamora i @laura_guemo
Editorial Efadós / Col·lecció Catalunya desapareguda / 22,00€

MOTXILLES

Lyona i Marcus

La Lyona (Marta Puig) és esparreguerina i juntament amb el Marc Torrent (barceloní), acaben de treure aquest llibre. Una història per combatre el bullying. Amb el Marc ja havien fet «Monsieur Gargot».



A què et dediques, Marta?
Em dedico a realitzar videoclips, spots publicitaris i a il·lustrar contes i llibres.

Què us ha empès a tu i al Marc a escriure sobre l'assetjament escolar (bullying)?
L'assetjament escolar és un problema massa present i habitual a les escoles, i juntament amb el Marc Torrent i la nostra editora, l'Anna Casals, volíem fer un conte que ajudés a parlar d'aquest tema a les aules i que pogués aportar solucions per encarar-lo, sobretot entre els mateixos nens i nenes.

Com a il·lustradora has editat diversos llibres propis i n'has fet d'altres amb col·laboració, on et sents millor?
La veritat és que gaudeixo molt més compartint els projectes, la feina de realització és una feina d'equip, i quan il·lustro, moltes vegades em sento massa sola, em falta gent amb la qual compartir dubtes i idees, així que si puc, prefereixo molt més col·laborar també a l'hora de fer els llibres.

El cinema és un altre dels mitjans en el que t'hi trobes bé, sobretot el videoclip musical. Creus que hi ha alguna cosa cinematogràfica en les teves il·lustracions?
Al final, dibuixar o fer cinema són maneres molt similars d'explicar històries a través d'imatges, moltes vegades quan il·lustro ho encaro com si estigués fent un storyboard cinematogràfic.

Entre nosaltres, què hauria de fer Esparreguera per divulgar millor les propostes creatives de la població?
Penso que és quelcom que ha de començar des de la base, és a dir, primer oferint a les persones que vulguin dedicar-se a la creació, espais i mitjans per poder desenvolupar la seva feina, incentivant que es puguin realitzar en aquestes professions que moltes vegades son menystingudes o poc valorades, i vistes simplement com a "hobbies". Pel que fa a visibilitzar la creativitat penso que hi hauria moltes possibilitats per a donar veu a totes aquestes persones: organitzar cicles d'exposicions, xerrades, presentacions, festivals de creació, concerts… Al poble hi ha un munt de gent que es dedica a l'art i trobo que es visibilitza molt poc.

«Motxilles» . @lyona_ivanova i @marc.torrent.illustration
Editorial Estrella Polar / Col·lecció BaoBab / 14,90€

EL BALNEARI

Manel Ruiz Luis i Lluïsa Sallent Asensio

La Lluïsa i el Manel són parella i esparreguerins, aquesta vegada han elaborat el llibre conjuntament. Ha estat un treball a quatre mans que els ha sortit bé.

No sou escriptors, què feu a la vostra vida professional?
La Lluïsa treballa al departament de servei al client en una multinacional nord-americana i jo sóc el conserge de l'escola Les Roques Blaves des de la seva creació.

No és el primer llibre que fas, aquest el fas amb la Lluïsa, que és també la teva parella.
No, no és el primer llibre que faig, el primer "Fins al final! 1714" el vaig escriure juntament amb el Xavi Moreno i el vam publicar el 2014, després, el 2018, vaig publicar en solitari "Dins les pedres" i també l'any 2018 el conte "El passeig d'en Tibu" amb il·lustracions d'Empar González.

Què us ha motivat a escriure sobre el Balneari de La Puda?
Realment va ser de sobte, concretament el diumenge 10 de juny de 2018 mentre fèiem el dinar, va sortir a la conversa que just feia un mes havien donat la notícia del robatori a La Puda, jo li vaig proposar a la Lluïsa escriure una novel·la de misteri que tingués lloc a La Puda i que podríem lligar-la a "Dins les pedres" i ella, sense pensar-s'ho, va acceptar.

És doncs, la seqüela…?
Efectivament, "El balneari" és seqüela o continuació de "Dins les pedres" on la història va d'un secret que qui el posseeix pot dominar el món, la lluita entre protectors que vetllen per la seva seguretat i personatges que el cerquen amb intencions no gaire bones. A "El balneari" la història continua, de la mà dels descendents d'aquells protectors, a l'època de la novel·la, on tenen lloc una sèrie de crims relacionats amb la recerca i salvaguarda del secret .

Novel·la negre, ficció o hi ha alguna font d'inspiració real?
Sí, es tracta d'una novel·la negra, un "thriller" amb misteris, assassinats, amor i amb cabuda per a l'humor.
Tot és totalment fictici excepte alguns fets històrics i el nom i càrrec d'alguns dels personatges, tota la resta, tant de trama com de personatges, és ficció encara que alguns dels personatges estan inspirats en persones reals.

Recordo quan de jovenet vas accedir a sortir a La Passió perquè et vam deixar dissenyar els vestits dels soldats de Sanedrí. Sempre t'ha agradat aquesta imatgeria romàntica, no?
De jove vestia de manera peculiar, de fet, era de la tribu urbana o moviment "New Romantic". M'ha agradat vestir-me i disfressar-me, imaginar i crear. Recordo aquells temps de La Passió amb moltíssima estima.

Creus que Esparreguera hauria de conèixer millor els seus creadors?
És evident que Esparreguera té una força creativa exuberant; tenim gent que actua, canta, balla, toca, compon, escriu, pinta, dibuixa, filma... crec que tot aquest potencial cal impulsar-lo, donar-li suport i, encara que hi ha moltes iniciatives privades, seria necessari que es portés a terme des de l'administració, ja que és qui té els mitjans per fer-ho.

«El Balneari» . @manelruizluis
Nova Casa Editorial / 18:00€

EL SOMNI D'EN LIAM

David Navarro i Isidre i Marc Monés

David és jugador de bàsquet, esparreguerí, que s'ha decidit a publicar un conte sobre esport. Els il·lustradors Isidre i Marc, pare i fill, també són esparreguerins. És la història d'un nen a qui l'apassiona el bàsquet. Vol jugar amb l'equip del seu poble, però és massa petit encara.

Ets jugador de bàsquet, què et mou a escriure aquest conte?
La idea del llibre surt quan el meu fill gran tenia dos anys. Ens agrada explicar un conte als fills abans d'anar a dormir i jo en buscava un que parlés de bàsquet que és l'esport que he practicat i al qual hi he dedicat tota la vida, i no en trobava cap, així que vaig decidir que l'escriuria jo.

Tu vas començar molt jove a jugar?
Sí, vaig començar amb 5-6 anys a l'escola de bàsquet d'Esparreguera.

Què hi ha d'autobiogràfic en aquesta història?
En «El somni d'en Liam» sí que hi podem trobar una part autobiogràfica i segur que molts nens també s'hi poden sentir identificats. Sí, quan era petit també era prim i jugava a l'equip del poble i portava la samarreta verda i el número 15… Per altra banda, més gran, sí que m'he trobat temporades on les coses no anaven com a mi m'agradarien, però no he deixat de lluitar i entrenar i perseguir el meu somni, que finalment he aconseguit.

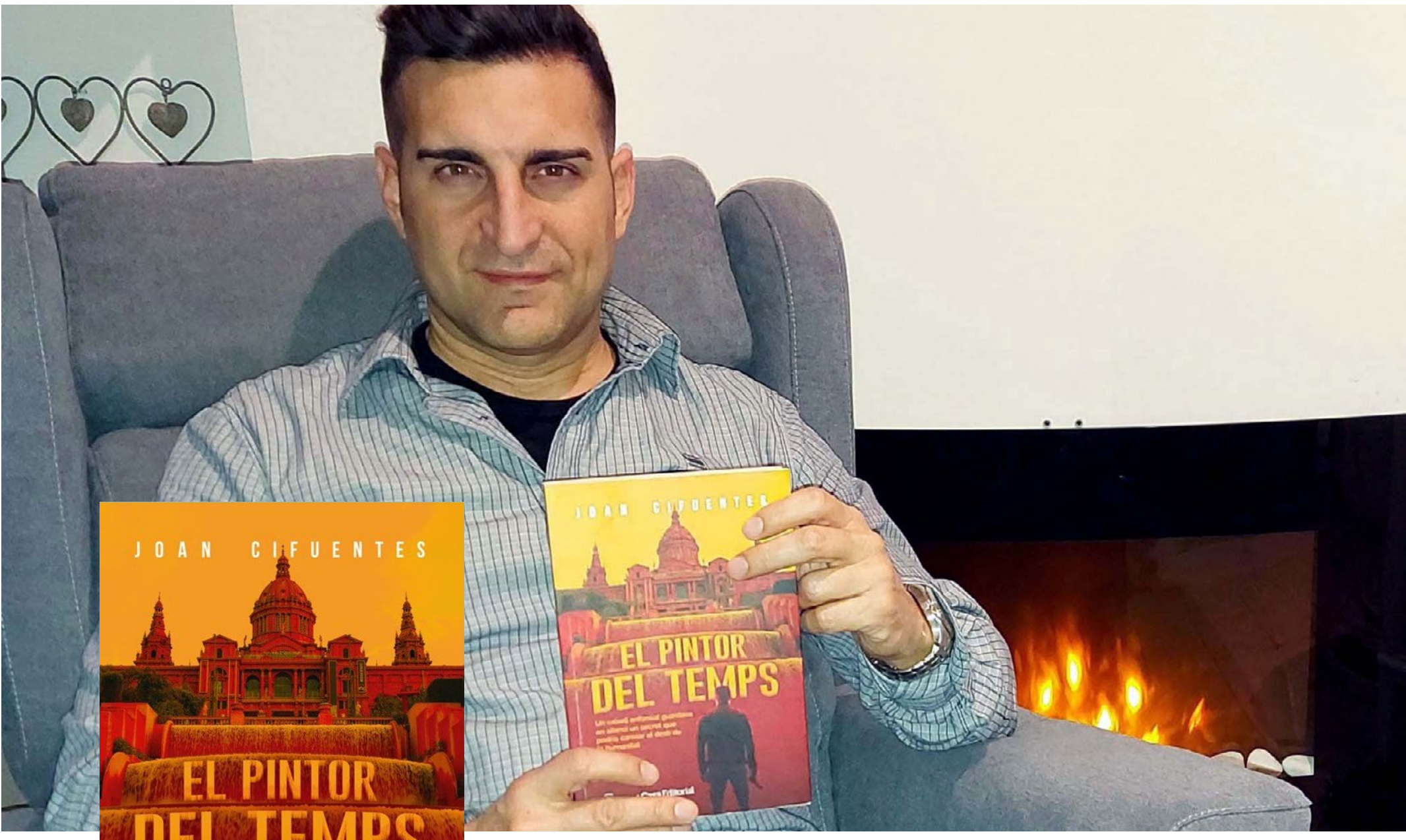
Ets tu qui va decidir qui faria les il·lustracions?
Quan anava a l'escola hi havia una companya de classe que el seu pare dibuixava molt bé. Quan vaig tenir la idea de fer el conte va ser la primera persona que em va venir al cap.

Estàs acostumat a treballar en equip i ells acostumats a il·lustrar per a altres, ha estat fàcil treballar junts?
La veritat que va ser tot molt fàcil. Tant amb els il·lustradors com amb l'editorial. Els uns i els altres em van ajudar en tot moment, fins i tot l'Isidre Monés, per la seva experiència, em va donar consells importants pel que fa al text. Hi estic molt agraït.

«El somni d'en Liam» . @dnd._20 . @marcmonescera
Excellence Editorial / 11,40

EL PINTOR DEL TEMPS

Joan Cifuentes Mesa



Joan és esparreguerí i l'apassiona escriure. La seva novel·la parla del caporal dels Mossos d'Esquadra Dani Rando que haurà d'investigar dos homicidis, en principi sense cap relació.

A què et dediques professionalment?
Sóc Mosso d'Esquadra des de fa 14 anys, i en fa 10 que treballo a la branca d'investigació.

No és el primer llibre, què t'empeny a escriure?
És una inquietud personal, em relaxa i em satisfà. Es canalitzen sentiments i s'allibera la ment. Per mi és una manera de volar amb la imaginació.

Els teus llibres estan entre la investigació i la ficció. Hi ha alguna semblança amb la realitat?
Les meves novel·les barregen fets reals amb ficció. Sobretot, «El Pintor del temps», on l'entramat succeeix en el decurs d'una investigació policial, un camp que conec prou bé donada la meva professió. A més, els personatges, a banda de la ficció, afronten problemes reals i quotidians. Es reflecteixen els seus sentiments amb els quals el lector es pot sentir, fins i tot, identificat.

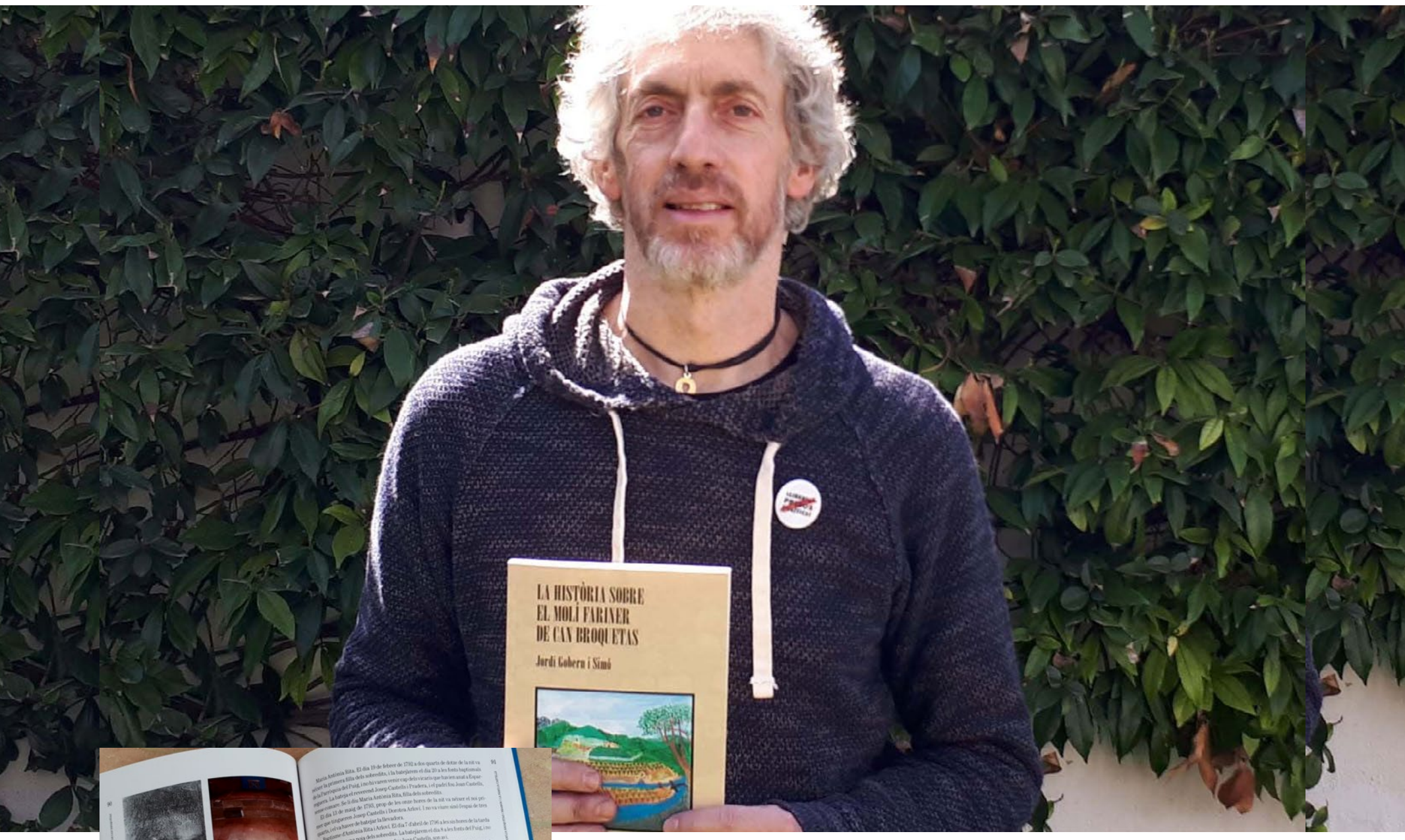
Et veus a tu mateix com el protagonista?
No sóc el protagonista, i no ho vull ser, però, en tot cas, és inevitable que els teus personatges sempre tinguin alguna cosa de tu mateix. Parlen a través de les teves expressions i el seu fil conductor són les teves pròpies idees. Així que per molt diferent que sigui un personatge del seu autor, crec que en algun moment poden aflorar detalls comuns.

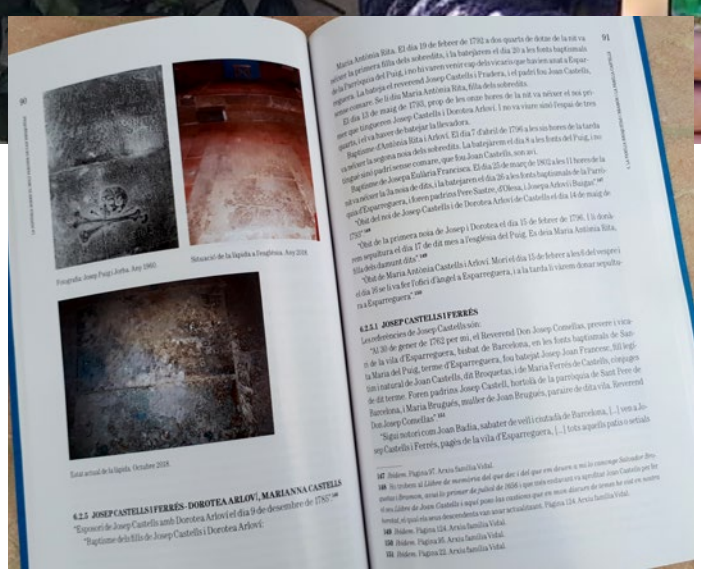
Què podria fer Esparreguera per donar a conèixer més als seus autors literaris?
Suposo que des d'alguns sectors es podrien fer més coses, però sóc una persona agraïda, i estic molt content amb el suport que he rebut d'entitats del nostre poble. La Biblioteca l'Ateneu, amb la Carla i la Cecília al capdavant m'han organitzat presentacions, rutes literàries, club de lectura propi i a altres poblacions, vídeos i entrevistes promocionals de la Diputació de Barcelona i molt més. D'altra banda, L'IES el Castell han tingut a «Montorch i la Llàgrima del Sol negre» durant tres anys com a lectura obligatòria i m'he sentit molt a gust amb el professorat i l'alumnat, que em van sorprendre per l'originalitat dels seus treballs. He fet diverses entrevistes a Ràdio Esparreguera, les llibreries del poble em van obrir les portes, com la Llibreria Núria que han venut molt més exemplars dels que jo hauria somiat i em van fer una entrevista brillant a parer meu. A vosaltres i al 777, que sempre heu comptat amb mi i m'heu ajudat a fer-ne promoció, i als lectors del nostre poble. A tots aquells que han llegit una de les meves novel·les, sempre els estaré agraït.

«El pintor del temps» . @joancifuentes17
Nova Casa Editorial / 16,35

LA HISTÒRIA SOBRE EL MOLÍ FARINER DE CAN BROQUETES

Jordi Gobern Simó





En Jordi és esparreguerí i la seva investigació ajuda a conèixer el passat del nostre municipi i origen d'allò que després seria la Colònia Sedó. Per preservar el patrimoni és necessari conèixer-lo.

Què fas a la teva vida professional?
Actualment sóc pensionista i faig d'entrenador de waterpolo .

El llibre és fruit d'un treball d'investigació o coneixes la història i després investigues?
A casa tenim documentació antiga de la família i s'havia d'ordenar i el fet de presentar-me al Premi de Recerca era l'excusa perfecta per fer-ho.

Què et motiva a escriure aquest llibre?
La principal motivació va ser que ara què es vol recuperar la memòria de l'antiga fàbrica de Can Sedó i la seva importància a la nostra vila, sembla que ja s'ha oblidat que aquesta neix a partir del molí fariner de Can Broquetes.

Rebre el premi, Recerca Vila d'Esparreguera, què suposa per a tu?
No ho sé, perquè a mi no m'han donat el premi Vila d'Esparreguera. Jo em vaig presentar al premi del 2018, i el premi d'aquell any li van donar al senyor Enric Gili pel seu llibre «El temps a Esparreguera». En el mateix acte de lliurament del premi des de l'Ajuntament em van dir que encara que no hagués guanyat el premi tenien interès a publicar el meu llibre i excepcionalment aquell any se'n publicarien dos.

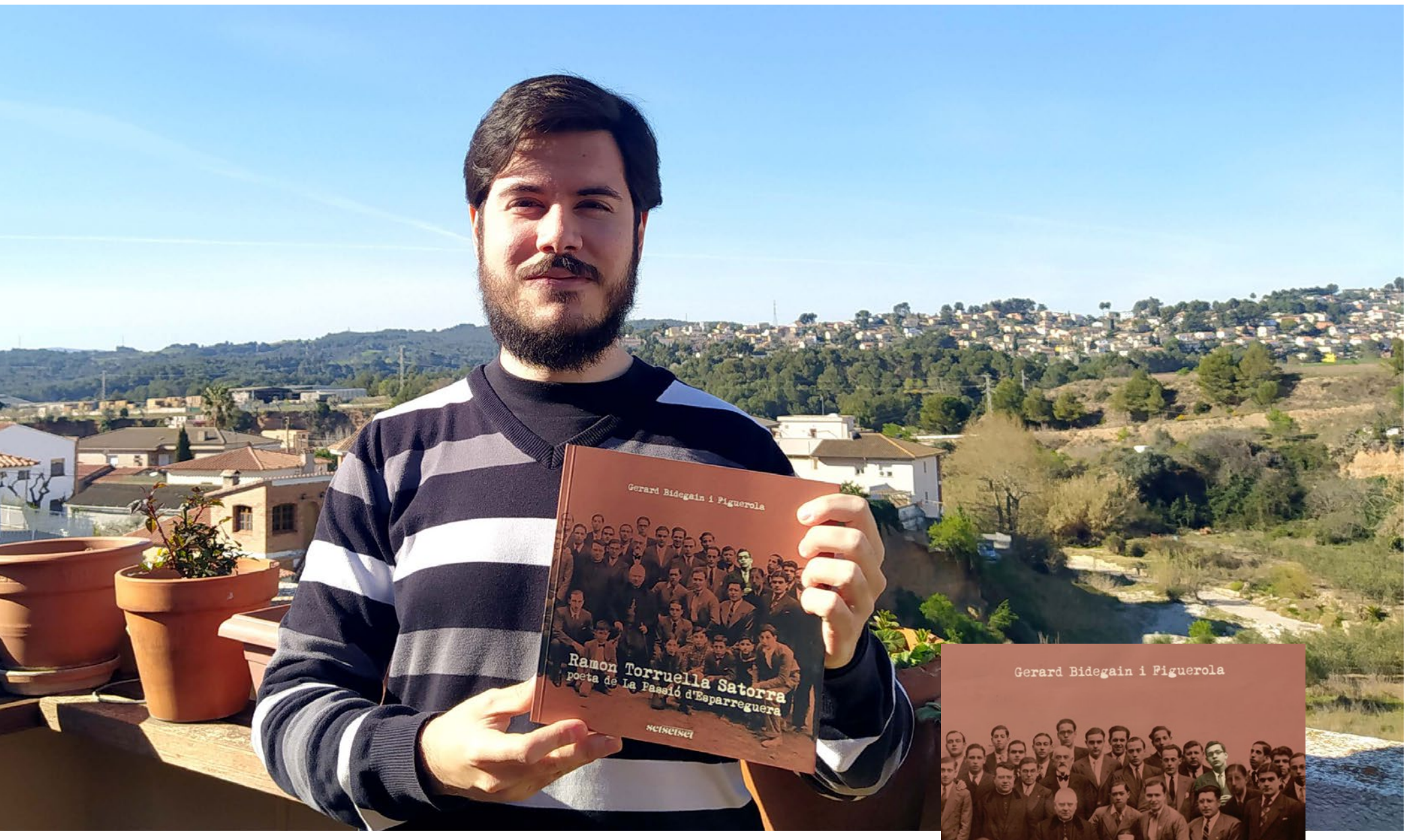
Vaja, anàvem errats. Has escrit algun altre llibre?
No; però tinc un parell de projectes mig embastats.

Creus que Esparreguera hauria de preservar millor els valors patrimonials?
I tant, a vegades sembla que vivim d'esquena al nostre patrimoni i no es fan prou accions per preservar-lo i donar-lo a conèixer. Posaré un parell d'exemples l'antic Castell d'Esparreguera veiem com es va degradant el poc que en queda. Els antics molins de la Gorgonçana, al llarg de les escales d'anar a Olesa i l'antic hospital.

«La història sobre el molí fariner de Can Broquetes»
Nova Casa Editorial / 18,27€

RAMON TORRUELLA SATORRA
POETA DE LA PASSIÓ D'ESPARREGUERA

Gerard Bidegain Figuerola



En Gerard és esparreguerí i ha volgut rescatar de l'oblit la vida d'un poeta de la vila amb una biografia de pel·lícula, plena de llum i ombres. El llibre, publicat pel Setsetset, ja va per la seva segona edició.

Compagines la feina com a dramaturg, actor i director de teatre amb la de tècnic de Patrimoni Cultural i Memòria Històrica.
He tingut la sort de poder donar sortida professional a les dues carreres que he fet, Història i Art Dramàtic, i estic molt content de poder-les exercir i combinar.

Què t'empeny a escriure aquest llibre, el teatre o la història?
Les dues coses. Vaig tenir ocasió de formar part de l'equip de la direcció artística de La Passió d'Esparreguera les temporades 2017 i 2018 i de fer una proposta de recuperació del text original de Ramon Torruella Satorra de l'any 1960. Trobo que s'havia perdut l'essència del text i s'havia anat desfigurant perillosament... D'aquí em va venir l'interès per conèixer més coses sobre la vida del poeta que en va escriure els versos.

Com a dramaturg has escrit unes quantes obres a més d'algun monòleg. A part d'això has escrit també algun altre llibre. Et sents còmode a l'escriptura?
M'hi sento molt còmode. M'interessa molt aquest mitjà d'expressió perquè permet reflexionar, deixar dormir els textos per reprendre'ls al cap d'uns dies... m'ajuda a endreçar el pensament. Sovint quan veus les coses escrites entens que el món és més difícil d'explicar del que sembla a primer cop d'ull.

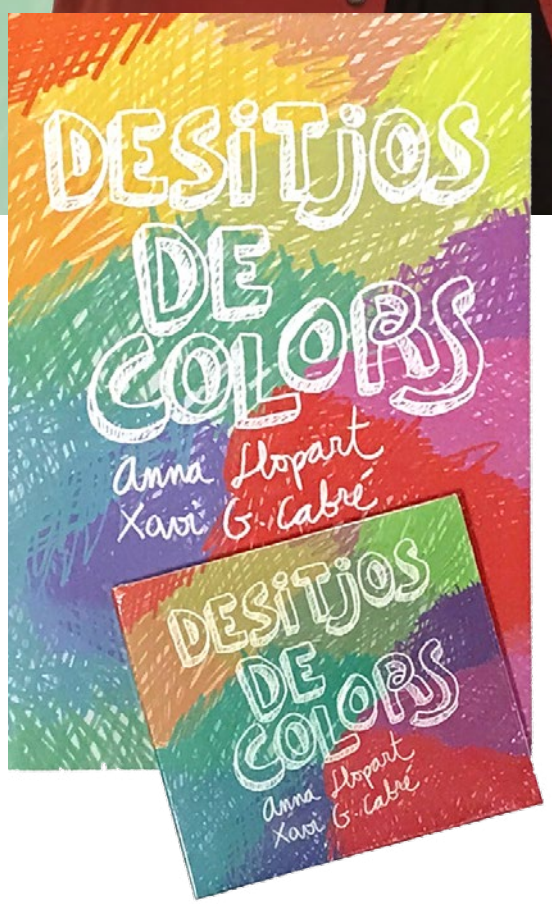
Quan de teatral hi ha en els teus textos documentals i a l'inrevés.
Tot, en cert sentit, té un fons dramàtic i teatral. Els simbolismes ens envolten a la nostra vida quotidiana. Quan entres en un procés creatiu o de recerca històrica (l'escriptura teatral també em suposa una recerca en molts sentits) passa quelcom màgic: tot sembla que tingui relació entre si, mil casualitats es creuen en el camí de «l'investigador», el dia a dia s'inunda de coincidències. No pretenc semblar místic o esotèric. Però, si ho semblo, tampoc no em molesta pas.

Entre nosaltres, creus que Esparreguera hauria de preservar millor el patrimoni documental?
És una assignatura pendent de molts pobles i ciutats. En general Catalunya ha estat una nació que ha donat molta importància a la documentació (pensem en l'època medieval i moderna i el gavadal de papers que es van generar i emmagatzemar). El problema ve amb la restauració, conservació i divulgació social que se'n fa amb els segles. Això és tot un altre tema. Genera una despesa gran, però, com moltes coses, requereix que la societat cregui en la seva importància i, també, en una voluntat política d'invertir-hi.

«Ramon Torruella Satorra, poeta de La Passió d'Esparreguera»
@gerardbidegain / Setsetset Editorial / 12,00€

DESITJOS DE COLORS

Anna Llopart Mestres i Xavi González Cabré



L'Anna és esparreguerina i el Xavi manresà, els dos ha compost i enregistrat aquest llibre musical que recull gustos, desitjos i il·lusions dels infants. El llibre es completa amb un CD per sentir les cançons cantades per la mateixa Anna i acompanyada de 12 músics.

Què feu a la vostra vida professional, us dediqueu a la música?
En Xavi es dedica professionalment a viure de la música, fa arranjaments i produccions musicals. Jo sóc mestra de música d'una escola de primària (actualment en sóc la directora) i em dedico a la música a les meves estones lliures.

No és el primer llibre, podríem dir-ne musical, que feu, ja havíeu fet «L'hivern de colors», d'on surt aquesta idea.
La idea surt de la necessitat de crear nou repertori pels meus alumnes a les aules, de poder experimentar amb ells noves melodies i veure la motivació que els provoquen les cançons.

Com heu fet l'enregistrament?
Hem gravat a diferents estudis i amb diferents músics, principalment a l'estudi TM Studio de Tossa de Mar. La mescla i masterització l'ha fet en J. A. Castaño "Nyanyo".

Què conté el llibre, partitures? Hem vist que està il·lustrat per Imma Mestre…
El llibre conté 10 cançons amb les seves 10 partitures i acords per poder-les interpretar. Cada cançó té una il·lustració molt bonica en blanc i negre per poder-la pintar, feta per l'esparreguerina Imma Mestre.

Què et sembla que s'hauria de fer perquè a Esparreguera poguéssim gaudir de més música i conèixer els músics locals.
Penso que estaria molt bé fer un cicle de concerts amb músics locals per donar a conèixer les seves músiques al poble, promocionar els cafè-concerts o sopar-concerts, en els quals la gent pogués escoltar música en directe mentre fa un bon àpat.

«Desitjos de colors» . @anna_llopartm @xavigcabre
Espiral de records / 20,00€

DESCOBRINT ESPARREGUERA

Lídia Quevedo i Josep Grau

El Josep i la Lídia, els dos esparreguerins, han volgut posar a l'abast de tothom el seu coneixement del territori i patrimoni natural d'Esparreguera perquè el gaudim.

A què us dediqueu en la vostra vida professional?

Josep Grau: Vaig iniciar la meva vocació per la natura fent espeleologia per continuar en el món de l'escalada. He estat auxiliar tècnic de Medi Ambient a l'Ajuntament d'Esparreguera. Vaig ser fundador de l'ADF Esparreguera i hi segueixo col·laborant com a voluntari.

Lídia Quevedo: He estudiat Ciències Ambientals a la UAB i posteriorment, em vaig doctorar en Biologia (especialitat Ecologia). Treballo com a tècnica de Medi Ambient a l'Ajuntament d'Esparreguera i també sóc professora d'Ecologia a la UAB i col·laboro amb el Centre de Recerca Ecològica i Aplicacions Forestals. Sóc voluntària de l'ADF Esparreguera des de fa més de 15 anys.

Per la vostra feina coneixeu bé el territori i el patrimoni paisatgístic. Què us mou a escriure aquest llibre?

Vam sentir la necessitat de transmetre aquests coneixements a la ciutadania, especialment als infants de les escoles, ja que si coneixes el teu patrimoni, te l'estimes. Ens hem adonat que hi havia un gran desconeixement sobre el patrimoni natural i històric d'Esparreguera, la gent tendeix a marxar a fora per conèixer llocs meravellosos, quan en realitat Esparreguera té uns grans valors naturals, geològics, botànics, històrics, etc.

Què ha suposat Rebre el premi, Recerca Vila d'Esparreguera?

Ens va omplir d'alegria especialment perquè es va valorar positivament la nostra inquietud de transmetre els nostres coneixements a les esparreguerines i esparreguerins.

Heu escrit algun altre llibre, junts o per separat?

Al llarg de la nostra vida professional hem escrit nombrosos informes tècnics relacionats amb el medi ambient. Per part meva (Lídia) tinc 5 publicacions en revistes científiques internacionals i he participat en la redacció d'un capítol del llibre «Post-fire management and restoration of Southern European Forests». Escriure la meva tesi doctoral va ser el com el meu primer llibre.

El llibre està distribuït en 20 etapes que es poden fer a peu i amb calma. La gent s'anima a emprendre aquests camins?

Sí, de fet el llibre ha tingut una gran acollida. Molta gent ens diu que abans no s'atrevien a sortir per indrets nous per por de perdre's. D'altres, ens comenten que fa molts anys que fan excursionisme i que, fins i tot així, han descobert racons nous que ens regala el municipi. Per efecte de la pandèmia que estem vivint, molta gent ha aprofitat el confinament municipal per recórrer els nostres boscos. Aquest entusiasme que comparteix la gent amb nosaltres ens fa molt feliços.

«Descobrint Esparreguera»
AutoEdició / 20,00€

EL LLEGAT DELS MÚSICS MONNÉ D'OLESA I D'ESPARREGUERA

Montserrat Castellví, Teresa Soler i Rafel Mitjans

La Montserrat, és esparreguerina i apassionada de la música i també de la història musical d'Esparreguera

Què feu a la vostra vida professional?
Sóc mestra d'escola i, en condicions normals, treballo d'especialista d'Educació Musical. Els altres dos autors, el Rafel i la Teresa, són flabiolaires i també mestres d'escola.

Què us ha empès a escriure aquest llibre?
Els Monné d'Olesa i d'Esparreguera han estat durant més d'un segle intèrprets, compositors, copistes musicals, directors i empresaris d'orquestres i mestres de música. La família n'ha conservat pràcticament tot el material musical, en l'inventari del qual hem treballat llargament; sigui dit de passada que *pro gratia et amore*, tant per part de la família com nostra. El fons és extensíssim, es tracta de milers de documents: partitures, fotografies, programes de mà, cartells, targes, liquidacions d'autors, etcètera. Acabada aquesta feina, ens va semblar que calia no sols publicar que el fons existeix i que ha estat dipositat en arxius públics, a l'Arxiu Municipal d'Olesa i al Museu de la Música de Barcelona, sinó fer-ne conèixer algunes de les seves característiques. Els Monné són un exemple paradigmàtic del que ha estat l'ofici de músic en els darrers cent-cinquanta anys. Des de la formació musical dels seus membres fins a la composició o arranjament dels repertoris, passant per l'evolució de l'instrumentari utilitzat. En el llibre hem volgut ressaltar la feina de les dones de la família, que ja el 1914 interpretaven públicament. Com a esparreguerina, m'ha interessat molt el que a Olesa i a Esparreguera anomenem "músiques de Passió", i aquesta és la part del fons de partitures que hem estudiat amb una mica de detall i a la qual dediquem la segona part del llibre.

Qui són la Teresa i el Rafel?
Sós uns amics de Matarò des de fa molts anys i compartim moltes inquietuds i aficions. Anteriorment ja havíem treballat junts en la recerca del flabiolaire Josep Carbó (del cal Beco) acompanyant els antics balls de bastons d'Esparreguera i Masquefa; i Pau Orpí, flabiolaire de Sant Llorenç d'Hortons, que tocava en els aplecs, organitzats pels veïns del carrer de l'Hospital, a Sant Salvador de les Espases. No em va costar gaire d'embolicar-los en això...

Com a poble preservem bé la memòria documental dels qui ens han precedit?
Preservar la memòria documental no és senzill, i és en tot cas poc aparent. Tot i la seva importància (que ningú, d'entrada, no negaria), es tracta sempre de processos llargs, que no surten de franc i que, sobretot, no llueixen a curt termini; les institucions, si no tenen les coses molt clares, solen preferir actuacions més immediates i visibles.

«El llegat dels músics Monné d'Olesa i d'Esparreguera»
AutoEdició dels coautors del llibre / 17,00€

A LES VERMUT EN PUNT!

El vermut és l'aperitiu més tradicional i més famós de casa nostra i segurament és l'única beguda que té una hora pròpia: 'l'hora del vermut' o com l'ha batejada el nostre col·laborador, Gerard Bidegain: 'les vermut en punt'. Una hora feliç dirien els anglesos.

El vermut sempre està de moda, ja que és un producte tradicional, de proximitat i de qualitat. Però ara més, ja que, en la situació actual, ens hem vist obligats a passar de l'oci nocturn a l'oci diürn i això al vermut li ha anat de primera perquè és el seu espai natural i, de pas, li ha anat bé a la restauració per ajudar a refer-se una mica.

En aquest moment de l'any el sol és molt agraït i ve de gust seure a la terrassa d'un bar i fer el vermut la teva bombolla o sol. La gràcia del vermut és que s'acostuma a prendre acompanyat de tapes i els bars i restaurants s'esforcen per oferir-ne les millors.

Els 'torreznos' del Garitu

El plat de la casa del Bonvi

Les braves del Tirol

Els seitons del Picaro

Les infinites tapes del Rincon Charro

El deliciós ibèric del Gust de Gla

El clàssic A Paniagua

Què fem? el vermut! També fem esmorzars.

937.709.459 @el.tirol
Carrer de Baix, 45 . Esparreguera

PANIAGUA

CUINA FREESTYLE

937.774.314 . @paniagua_rest

C/ Camí de Can Comelles, 9 . Esparreguera

Què fem? el vermut! i l'esmorzar de forquilla o el dinar ...

EL RINCÓN CHARRO

tapes i platillos

Què fem? el vermut! **i l'esmorzar o el dinar i també per emportar**

655 466 438 **@elrinconcharro**

Via del Mil·lenari, 14 . Esparreguera

TREBALLEM
LA XOCOLATA DES
DE FA 140 ANYS !!

calferran

Pastisseria
Carrer Gran, 52-54
T. 93.777.29.52
629.045.469
Esparreguera

Serrà
XARCUTERS

COSTELLADA PER PASQUA: EL XAI

Us heu preguntat mai, per què mengem xai per Pasqua? Es tracta d'una vella tradició gastronòmica mediterrània, que a casa nostra es manté gràcies al costum de sortir a fer la costellada durant diumenge i dilluns de Pasqua. Diuen, des del gremi de majoristes de carn, que els xais que neixen a principis d'hivern prenen una llet molt rica en proteïnes a causa del fred i s'alimenten més. Diuen que la carn és més gustosa i suau i que està punt quan arriba la Pasqua Florida. Us deixem una recepta per fer-la al forn, si no sou de sortir al camp. Compreu les costelles que necessiteu, tot d'una peça. Feu una picada d'all i romaní i unteu la carn amb ella. Marqueu-la a la planxa primer i després porteu-la al forn a 160ºC durant 20 minuts. Traieu-la i unteu-la amb el suc que ha després i poseu el forn a 200ºC, coeu 2-3 minuts fins que quedi daurada. Acompanyeu-la de verdures.

ARTESANIA ALIMENTARIA

937.709.845

ESPARREGUERA: -CARRER SANT JOAN, 3
MARTORELL: -CARRER DEL MUR, 32
-MERCAT (PARADA 30)
RAMBLA DE LES BÒBILES

Serra
XARCUTERS

I PER SANT JORDI, LLIBRETS!!

No us diuen sempre que per Sant Jordi s'ha de comprar llibres i roses?
És clar, és la nostra tradició. Ens encanta! I si portem la tradició a la taula?
SERRA XARCUTERS els tenen preparats per si aneu depresa i no teniu temps de fer-los vosaltres. Els tenen de diferents sabors i els podeu acompanyar de mil maneres. Amb salsa: maionesa, una crema de goronzola, ceba caramelitzada, salsa de tomàquet, una romesco… Amb patates fregides, amb arròs blanc, amb verdures al vapor o… A casa ens agraden amb un plat de verdures escalivades com aquestes.

Deixeu-vos portar, imaginació i assaboriu-ho!

ARTESANIA ALIMENTARIA

937.709.845

ESPARREGUERA: -CARRER SANT JOAN, 3
MARTORELL: -CARRER DEL MUR, 32
-MERCAT (PARADA 30)
RAMBLA DE LES BÒBILES

Estem a la Quaresma i a nosaltres ens agrada menjar peix i marisc durant aquests dies, també aprofitem per fer una dieta lleugera: verdures i llegums i arròs ben combinat es poden fer plats deliciosos i sense gaires sofisticacions.

ARRÒS DE BACALLÀ I PÈSOLS FRESCOS

20 minuts - **podeu afegir altres verdures: bròquil, tirabecs, espàrrecs…** - una paella

Ingredients
- bacallà
- pèsols
- alls tendres
- porro
- ceba
- arròs
- safrà
- oli, sal i pebre

1 A la paella amb un bon raig d'oli posar el porro, la ceba i els alls, tallat ben petit i deixar que quedi daurat.

2 Afegir un bri de safrà i una tassa d'arròs per persona, remenar perquè l'arròs quedi ben napat i tot seguit abocar un got d'aigua per persona. Millor si està calenta.

3 Sacsejar la paella perquè s'adapti l'aigua i l'arròs i deixar coure 15 minuts. Quan faci 10 minuts que cou, afegir el bacallà esqueixat ben menut, que hem tingut en remull, i els pèsols, que haurem escaldat, en l'aigua que hem tirat a l'arròs. Treure del foc i posar la paella damunt una baieta mullada i tapar amb un drap. Deixar reposar tres minuts.

Aprofitem encara el temps de carxofes, és la meva verdura preferida. Les pots fer de qualsevol manera, sempre són bones. A casa ens agrada la combinació amb el peix i el marisc. Aquest plat és molt senzill i molt bo.

CARXOFES AMB TELLERINES

25 minuts - **una carxofa per persona com a mínim** - una cassola fonda - coure a foc lent

Ingredients
- 1/2 porro
- 1 ceba tendra
- tellerines
- carxofes
- aigua
- vi blanc
- oli d'oliva i sal
- safrà
- pebre recent molt

1 Netejar i tallar les carxofes, a una mida petita. Tallar el porro i la ceba ben petits. Posar-ho tot junt a la cassola amb un bon raig d'oli un polsim de sal i pebre i deixar coure a foc mitjà. Remenar sovint perquè no es cremi la ceba.

2 Netejar amb aigua i sal les tellerines i posar-les en un cassó a foc viu, fins que s'obrin. Conservar el brou.

3 Al cap de 15 minuts afegir a les carxofes un bri de safrà, remenar i posar mig gotet de vi blanc i deixar obert perquè evapori l'alcohol. Deixar coure uns 5 minuts i afegir el brou de les tellerines. Després de 5 minuts més afegir les tellerines, remenar i deixar que cogui tot junt dos minuts.

ET TORNEM FINS A

150€ PER ASSEGURAT

EN SALUT AMB DENTAL

75€ PER ASSEGURAT EL PRIMER ANY + **75€** PER ASSEGURAT EL SEGON ANY

Adeslas

Converteix casa teva en el lloc més segur del món

patxiborràs

assegurances

Carrer Gran, 9 | Esparreguera | Tel. 93 777 73 93

Somriure a la primavera!!

Clínica dental Tenim la tecnologia més avançada per oferir el millor servei. Estaràs en bones mans. A Mima ens ocupem de la solució més estable, duradora i amb la màxima qualitat per als nostres pacients. Realitzem tots els tractaments odontològics. Fem més fàcil el pagament i finançament a mida. Descomptes especials en tractaments d'estètica dental: carilles, emblanquiment i ortodòncia invisalign

Estètica Dental
Carilles estètiques
Emblanquiment
Ortodòncia Invisalign
Bruxisme

Cirurgia Oral
Implant Dental
Periodoncia
Odontogía General
Endodòncia
Odontologia Infantil
Pròtesi Fixa i Removible

Higiene Oral
Halitosis
Àcid hialurònic

Clínica dental
Espai de salut integral

937.708.571 **www.dentalesparreguera.com**
C/ Sant Antoni, 56 . Esparreguera . mima@dentalesparreguera.com

Ball, exercici, tonificació, entreteniment...

BODY BLANCE Treball corporal suau que ajuda en la reeducació de la postura, coordinació, flexibilitat, tonificació, equilibri, capacitat de concentració i respiració.

Dilluns de 20.30 a 21.30

Dimecres de 8.30 a 9.30
Divendres de 9.30 a 10.30

espiral 108

Amb Meritxell

BODY BALANCE

NOUS HORARIS

ARA TAMBÉ ALS MATINS*

Amb Meritxell

ZUMBA

ZUMBA fitness

ZUMBA consisteix en una activitat cardiovascular que combina exercicis de tonificació amb passos de ball llatins. Pensat per posar-se en forma.

Dilluns de 8.30 a 9.30
Divendres de 10.30 a 11.30

Dimecres de 20.30 a 21.30

619.736.660 @espiral108
Avda. Francesc Macià, 135 . Esparreguera

Zhi

Acupuntura xinesa i japonesa
Naturopatia
Quiromassatge
Reflexologia podal
Flors de Bach
Teràpia Gestalt
Doula
Lactància

Atenem urgències: lumbàlgies, cervicals…
A Instagram i Facebook podeu veure casos reals sobre les nostres teràpies i tractaments.

Paràlisi de Bell o facial

La paràlisi de Bell, també coneguda com a paràlisi facial perifèrica aguda de causa desconeguda, pot aparèixer a qualsevol edat. No es coneix amb exactitud la causa.

Es creu que és resultat de la inflor i inflamació del nervi que controla els músculs d'un costat de la cara. També pot ser una reacció després d'una infecció viral.

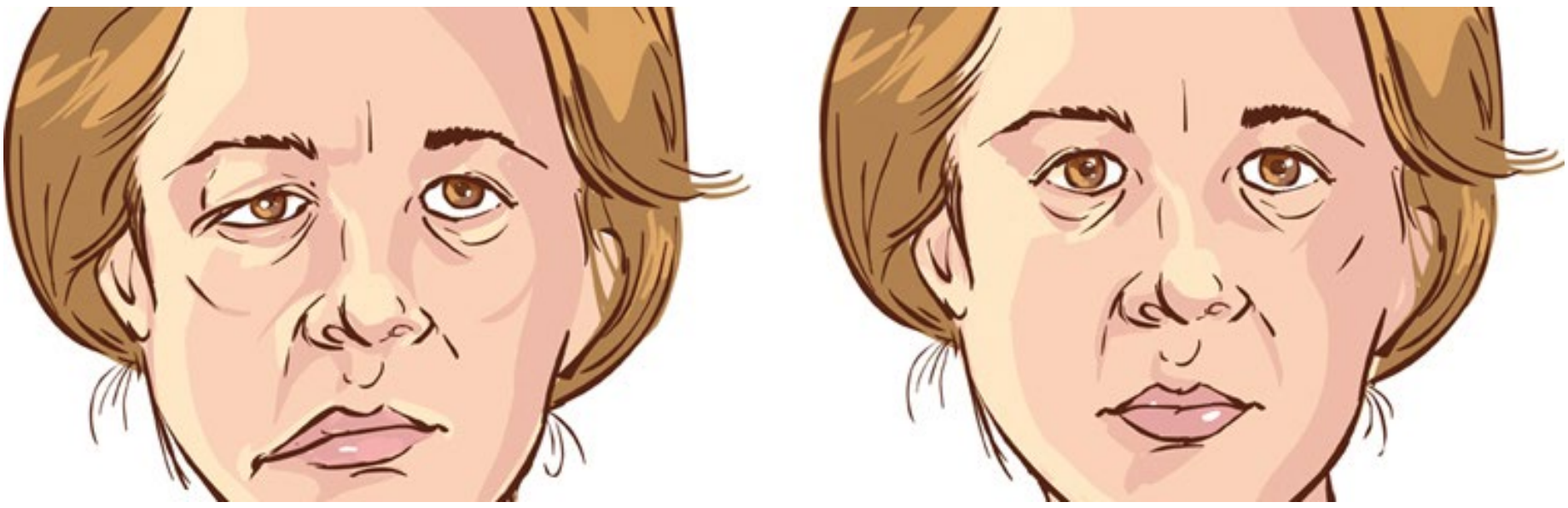
És una feblesa sobtada en els músculs facials. En molts casos la feblesa és temporal i va millorant amb les setmanes.

Aquesta feblesa fa que la meitat de la cara es vegi caiguda. El somriure és d'un sol costat i un dels ulls no tanca per complet.

SÍMPTOMES:

Els signes i símptomes de la paràlisi de Bell apareixen de sobte i sense cap ordre. Encara que poden variar, els principals són els següents:

- Començament sobtat des de feblesa lleu a paràlisi total d'un costat de la cara, podent ocórrer en qüestió d'hores o dies.
- Després d'una operació pròxima a les zones afectades.
- Caiguda d'un costat de la cara i dificultat per a fer expressions facials, com tancar un ull o somriure.
- Baveig.
- Producció excessiva o escassa de llàgrimes i saliva.



En què et pot ajudar l'acupuntura?

L'acupuntura, com sempre, atén cada cas d'una manera suau i respectuosa.

No sempre reacciona igual a l'hora de la recuperació, influeix la situació personal i el temps que dura el problema.

La finalitat del tractament amb l'acupuntura és ajudar a recuperar el moviment. En l'acupuntura es tracta el símptoma, en aquest cas la impossibilitat de moure la musculatura pel motiu que sigui. L'acupuntura mou allò que està quiet, generi dolor o no, estigui inflamat o no. En aquest cas, hi ha alguna cosa que necessita un estímul per a tornar a funcionar. Les agulles d'acupuntura generen l'activació d'energia en aquest lloc.

El tractament és totalment indolor i molt relaxant.

QUÈ ACONSEGUIRÀS AMB L'ACUPUNTURA?

- Recuperació notable en la mobilitat d'una forma natural i **sense efectes secundaris.**
- Total compatibilitat amb el tractament mèdic habitual.

Com sempre, amb ganes de poder-te ajudar.

Zhi

Acupuntura xinesa i japonesa
Naturopatia
Quiromassatge
Reflexologia podal
Flors de Bach
Teràpia Gestalt
Doula
Lactància

segueix els directes a instagram dissabtes

936.637.655 @acupuntec
Av. Francesc Marimon, 22 . Esparreguera

17 ANYS

Cuidant dels vostres somriures!

CLÍNICA DENTAL UNZETA

Emblanquiment dental

Demana cita

Què és l'emblanquiment dental?

L'emblanquiment és el conjunt de tècniques encaminades a aclarir el color de les dents compromeses estèticament o bé d'una sola dent que pugui haver-se enfosquit després d'una endodòncia o trauma dental. L'emblanquiment dental pot ser: intern (en dents no vitals únicament) o extern.

Com s'emblanqueixen les dents?

Si parlem d'emblanquiment extern, existeixen tres tipus de tècniques: Emblanquiment Ambulatori (a casa), en Clínica o Mixt.

- **Emblanquiment Ambulatori** Es confeccionen unes fèrules i se li lliura al pacient un kit amb diversos gels blanquejadors. El gel s'introduirà en la fèrula i serà el pacient qui ho farà sota les instruccions del dentista.
- **Emblanquiment en Clínica:** Es col·loca damunt les dents el producte blanquejador i s'activa mitjançant una llum especial. El tractament dura una hora i els resultats són visibles al moment.
- **Emblanquiment Mixt:** Combina sessions en clínica amb l'emblanquiment domiciliari. Té l'avantatge que el pacient pot veure els resultats des de la primera sessió.

937.708.256 **@dental_unzeta**
Pl. Constitució 2 . Esparreguera

TELÈFONS D'INTERÈS A ESPARREGUERA

112 emergències

POLICIA LOCAL
93 777 55 77

agrupació defensa forestal (ADF): **937776644**
aigües vidal: **937772431**
ajuntament d'esparreguera (OAC): **937771801**
ambulàncies: **061**
ambulatori (CAP) **937708100**
asepeyo: **937766980**
atenció violència de gènere: **900900120**
àuria fil: **937708410**
bàsquet esparreguera: **937774811**
biblioteca l'ateneu: **937771339**
bombers: **112 / 937751080**
cabalbaix: **937702911**
cal trempat: **937777935**
can pasqual: **937777571**
cat salut: **061**
centre obert la fulla: **937774653**
club tennis: **937773636**
correus i telègrafs: **937771087**
creu roja: **937750550**
deixalleria: **937777944**
coloraines: **937708331**
cucuruga: **937771039**
escola roques blaves: **937776446**
escola muntanya: **937771561**
escola montserrat: **937771139**
escola pau vila: **937771315**
escola taquígraf: **937771195**
escola el puig: **937772276**
escola adults: **937776043**
escola estel: **937772296**
escola de música: **937774601**
escola arts plàstiques: **937778456**
exfun (funerària): **902365954**
gencat: **012**
hidronet: **937776570**
hispano Igualadina: **902292900**
hospital comarcal martorell: **937742020**
consultes externes: **937751142**
institut el cairat: **937774012**
institut el castell: **937777640**
jubilats i pensionistes: **937775506**
jutjat de pau: **937777659**
mossos: **112 / 93 693 51 10**
museu de la colònia sedo: **937775221**
notaria: **937777811**
patronat parroquial: **937771098**
pavelló esports: **937776801**
piscina coberta: **937777836**
ràdio esparreguera: **937771876**
residència can comelles: **937771097**
servei local de catala: **937729292**
teatre de la passió: **937771587**
teatret: **618313899**
taxis: raúl: **666410281**
francisco oña: **608491993**
carles ceballos: **659894013**
javier hernández: **607330366**
francesc navarro: **610340949**
joan romogosa: **659798620**

OBERT TOT L'ANY
laborables
09.00 - 13.30 | 16.30 - 21.00
festius
09.00 - 21.00
FÀCIL APARCAMENT P
Farmàcia La Plana
Llic. Francesc Taulé
Carrer dels Prínceps d'Espanya, 70 | Barri La Plana | 08292 Esparreguera
ESPARREGUERA LA PLANA 937 77 40 54

FARMÀCIES DE TORN ESPARREGUERA
ABRIL 2021

Servei d'urgència diürn:
De 08:00 a 00:00 hores,
de dilluns a diumenge.
Servei d'urgència nocturn:
A partir de les 00:00 hores el
servei es deriva a **Martorell.**

			1 COS	2 TAU	3 ESC	4 TAU
5 TAU	6 FLO	7 GUA	8 PLA	9 COS	10 CAM	11 ESC
12 GIL	13 GUA	14 FLO	15 GIL	16 PLA	17 COS	18 TAU
19 ESC	20 CAÑ	21 GIL	22 FLO	23 GUA	24 PLA	25 COS
26 CAM	27 ESC	28 PLA	29 GIL	30 FLO		

GIL= **GILABERT**: Plaça Sant Magí 14. **937771435**
COS= **COSTA**: c/ Barcelona 65. **937708472**
ESC= **ESCARRER**: Francesc Macià 27. **937708552**
FLO= **FLORENSA**: c/ Gran 33. **937771189**
GUA= **GUARC**: Pl. Ajuntament 14. **937774505**
PLA= **PLA**: c/ Barcelona 32 - c/ St. Joan. **937709996**
CAM= **CAMPABADAL**: Camí Ral 12. **937772236**
TAU= **TAULÉ**: Pr. Espanya 70 (La Plana) **937774054**

Lafargue

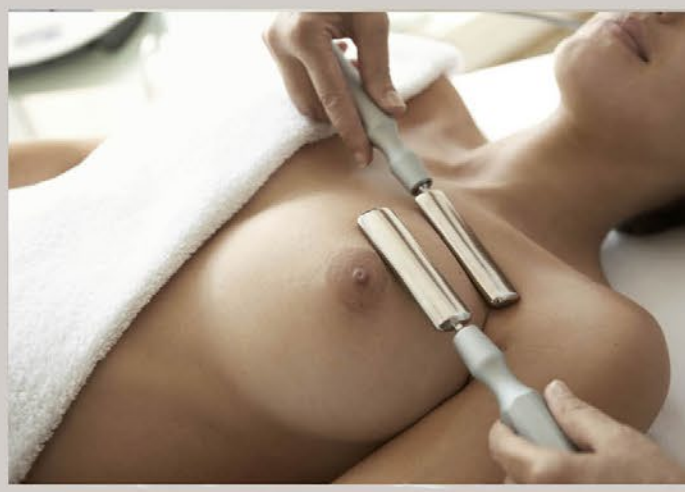
benestar i bellesa

Sistema que emet freqüències fisiològiques específiques que mitjançant l'efecte de ressonància, activen i reequilibren les funcions cel·lulars deteriorades pel pas del temps.

- Prevé l'envelliment
- Actua contra les arrugues
- Efecte tonificador i tensor
- Millora els problemes cutanis (psoriasi, acne...)
- Referma els pits i els glutis
- Redueix el volum corporal
- Disminueix la cel·lulitis
- Millora les estries i cicatrius
- Millora els problemes vasculars (capil·lars i aranyes vasculars)
- Efecte antiinflamatori general i post-quirúrgic
- Incrementa l'energia vital i el desig
- Produeix sensació de tranquil·litat i benestar.

PHYSIA® Plus

REGENERADOR CEL·LULAR



SISTEMA INTEGRAL DE REJOVENIMENT FACIAL I CORPORAL

pl. ajuntament, 6 | galeries 7 | esparreguera | 636 941 288 | rosalafargue@gmail.com