Ressò de Montbau

Revista independent d'Horta Guinardó
Número 1
Any 1 Època IV
Setembre 2017

SUMARI

ARQUITECTURA

La reordenació de l'Hospital de la Vall d'Hebron

POESIA

Big Band de Montbau.

Ciència i tecnologia

#FotoMontbau

HARMONIA

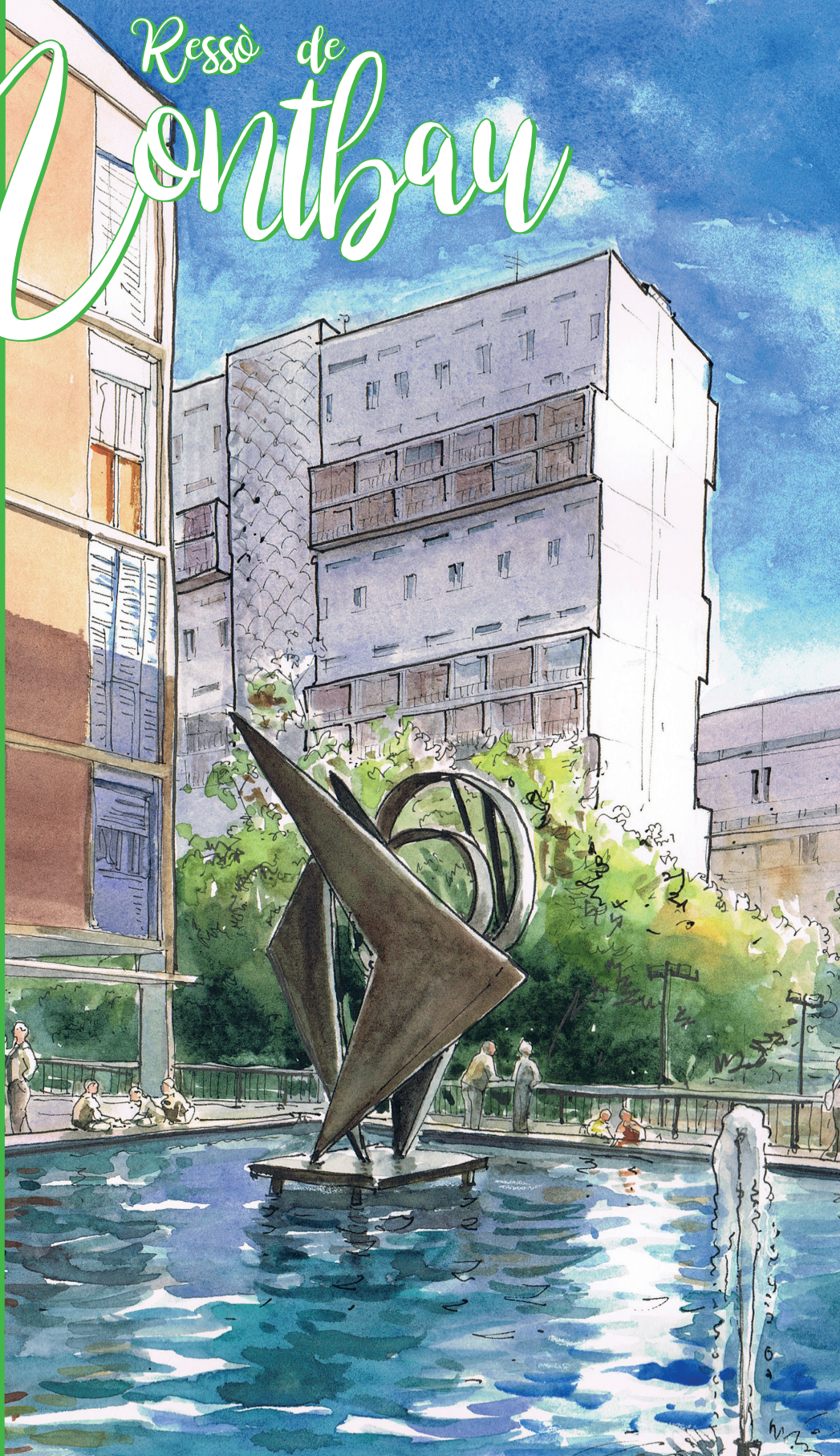
Restaurant Ginesta

Gent del barri

Projecte Radars

Entitats del barri

Bústia oberta



RESSÒ DE MONTBAU
Revista independent
d'Horta Guinardó
Número 1
Any 1 Època IV
Setembre 2017

EQUIP DE REDACCIÓ

Jordi Díaz
Guille Garcia
Toni Mateo
Neus Moyano
Anna Osset
Núria Planchart
Aleix Porta
Cristina Puigdomènech
Anna Roman
Marta Sánchez
Jordi Selma
Narcís Serrats

COORDINACIÓ

Neus Moyano

COL·LABORADORS HABITUALS

Toni Mateo i
Cristina Puigdomènech:
Associació de Veïns

Jaume Duran Barquet:
Espai de música

Jordi Díaz, Guille Garcia
i Tomás Muniesa:
Ciència, tecnologia

Fernando Marzá:
Arquitectura

Aleix Porta:
Fotografia

EDICIÓ I CORRECCIÓ

Marta Hernández Pibernat

IL·LUSTRACIÓ

Lucía Gómez Serra

DISSENY GRÀFIC I MAQUETACIÓ

Jordi Selma
Guille Garcia

PUBLICITAT I ESPONSORITZACIÓ

Narcís Serrats
639 77 13 62
associacioveinsmontbau@
hotmail.com

CARTES DELS LECTORS

Si voleu col·laborar en la revista, fer-nos arribar comentaris, queixes, fotos antigues ocurioses del barri, etc., us podeu posar en contacte amb nosaltres mitjançant l'adreça de correu electrònic info@ressomontbau.cat i el telèfon de l'Associació de Veïns,
639 77 13 26

DISTRIBUCIÓ DE LA REVISTA

La revista es distribueix gratuïtament a casa vostra. A més a més la podeu trobar a la Biblioteca Albert Pérez i Baró, al Local Social i a la Sala Polivalent de Montbau.

NOTA DE LA REDACCIÓ

La responsabilitat dels articles i les opinions publicats correspon de manera única i exclusiva als seus autors.

DIPÒSIT LEGAL
B-18795-2017

ISSN
2565-1706

IMPRESSIÓ

Ajuntament de Barcelona

TELÈFONS D'INTERÈS
Associació de Veïns
93 428 29 34
CAP de la Seguretat Social
93 428 95 41
Farmàcia Esplanada
93 428 27 29
Farmàcia Esquerrà
93 428 39 95
Farmàcia Ortopèdia
Montbau
93 428 01 94

PORTADA

Les il·lustracions d'aquest número han anat a càrrec de Lucía Gómez Serra, llicenciada en Belles Arts i veïna del barri. A part de la seva activitat com a artista i il·lustradora científica, amb diversos premis i exposicions, la Lucía és professora d'urban sketching al Centre Cívic Pati Llimona i d'enquadernació tradicional i dibuix naturalista al Centre Cívic La Sedeta de Barcelona, d'aquarel·la al Centre Cívic Casa Golferichs i de dibuix i pintura a l'Acadèmia Ravals Taller de Sabadell. Ha estat finalista en la 5a edició Il·lustraciència, premi internacional d'il·lustració científica. No deixeu de consultar les seves pàgines web i de meravellar-vos amb els seus dibuixos:

www.aladearce.com

www.luciagomezserra.com

ÍNDEX

PRESENTACIÓ:

ARQUITECTURA:

La reordenació de l'Hospital de la Vall d'Hebron,
per ***Fernando Marzá*** 03

POESIA:

El naixement de l'Associació Musical Big Band de Montbau,
per ***Jaume Duran Barquet*** 07

Ciència i tecnologia,
per ***Jordi Díaz, Guille Garcia i Tomás Muniesa*** 10

#FotoMontbau,
per ***Helena Castro*** 12

HARMONIA:

Amb veu pròpia: ***el Restaurant Ginesta,***
per ***Marta Sánchez*** 14

Gent del barri: ***Claudia y César, de Chile,***
per ***Neus Moyano*** 19

Entitats: 21

AFANOC
Associació Free Tech Free People
Associació de Veïns Montbau
Club de Petanca Armonía de Montbau
CSMA Horta. Centre de Salut Mental per a Adults
Diables de Montbau
Espai Social de Montbau
Los Bicharracos de Montbau
Joventuts Alternatives de Montbau. JAM
La Tribu de Montbau
Escola de Futbol TARR
Unión Deportiva Montbau

Projecte Radars,
per ***Núria Planchart*** 36

BÚSTIA OBERTA:

Voluntaris,
per ***Cristina Puigdomènech del Coso*** 37

Presentació

El consell de redacció està format per un grup de veïns que ens hem unit per reviure la revista del barri: l'antiga El Ressò de Montbau.

Una de les potencialitats del nostre grup és que està format per gent molt diversa que prové de camps i disciplines molt diferents; són els nostres interessos els que ens han portat a responsabilitzar-nos de cadascun dels camps que engloba la revista.

En Toni Mateo i en Narcís Serrats, de l'Associació de Veïns, ens van animar un dia a afegir-nos a aquest nou projecte, juntament amb una colla de veïns i entitats del barri. Els hem d'agrair que hagin posat tots els seus esforços en que es porti a terme.

En aquesta etapa, l'Aleix Porta, que és el dinamitzador de la Sala Polivalent de Montbau, s'ocuparà de reivindicar la fotografia.
La Marta Sánchez i la Núria Planchar s'aproparan a les persones i les seves realitats dins del barri.

En Jordi Díaz, professor de nanotecnologia a la UB, en Guille Garcia i en Tomàs Muniesa posaran al nostre abast la ciència i la tecnologia.

En Fernando Marzá, arquitecte, coordinarà tot allò que tingui a veure amb l'arquitectura i la història d'aquesta disciplina al barri.

En Toni Mateo i la Cristina Puigdomènech, de l'Associació de Veïns, són els qui coneixen els afers del barri de Montbau en relació amb l'Ajuntament, i com això pot permetre aconseguir les millores que ens explicaran a la revista.

En Jaume Duran, de la Big Band Montbau, portarà la secció de música.

Alhora, seran col·laboradors i redactors habituals:
En Jordi Selma, dissenyador, present en la maquetació.
En Narcís Serrats, responsable del finançament i la publicitat.
L'Anna Osset, que representa el grup de joves de la JAM.
L'Anna Roman i la Neus Moyano, amb qui podeu contactar si teniu fotografies curioses o temes interessants, o si voleu enviar una carta perquè es publiqui a la revista.

Totes aquestes persones coincidim en un punt comú: volem donar a conèixer el nostre barri i els seus habitants, la seva història i l'arquitectura. Volem fer valer la gent que som i demostrar així el que podem fer junts.

Arquitectura

La reordenació de l'Hospital de la Vall d'Hebron

Fernando Marzá

Vista aèria de l'Hospital de la Vall d'Hebron i Montbau el 1962.
Foto: TAF (Trabajos Aéreos Fotogramétricos). Arxiu Fotogràfic de Barcelona

La vessant de llevant de la serra de Collserola, que mira cap al barri d'Horta, va ser fins començats els anys cinquanta una superfície contínua per on baixaven diverses rieres; aquestes, a l'arribar a la vall, s'unien per formar la riera d'Horta. Alhora, hi havia camins que baixaven cap a la carretera de Cornellà a Folgars de Tordera, avui coneguda com a passeig de la Vall d'Hebron, travessats per d'altres que recorrien la serra en trams horitzontals.

Aquesta vessant, a partir dels anys cinquanta, va ser niu de diverses actuacions que es van projectar utilitzant les rieres com a límits: Sant Genís dels Agudells, l'Hospital de la Vall d'Hebron, Montbau –primera i segona fase– i les Llars Mundet es van crear seguint antigues rieres, però amb una estructura de carrers a l'interior dels barris que deixava de banda els camins transversals de la muntanya.

Com a conseqüència, aquesta sèrie de barris consecutius han quedat aïllats els uns dels altres, i es connecten essencialment per una via ràpida i sorollosa com és la Ronda de Dalt.

El projecte de reordenació de l'Hospital de la Vall d'Hebron és el resultat d'un concurs que té com a finalitat construir un nou edifici d'investigació i, alhora, crear el que rep el nom de Vall d'Hebron Barcelona Hospital-Campus, que fa atenció tant als pacients, els professionals i els veïns com a l'entorn.

Com que es tracta de projectar un nou edifici i transformar el campus, m'agradaria fer una reflexió: ens fixem moltes vegades si un edifici s'adequa al seu entorn o hi con-

trasta massa, si és alt, baix, massa modern, o d'un color o un altre. Aquests judicis que emetem normalment van encarats a l'estètica de l'edifici respecte al seu entorn proper; m'agradaria, però, donar èmfasi a altres aspectes que ens permeten valorar un edifici respecte del lloc on se situa.

A vegades la col·locació de l'edifici ve obligada: són aquells edificis que tenen la forma del solar que se'ls ha assignat. Altres vegades és el projectista qui en decideix la situació i la forma –si és rectangular o circular, si va aixecat o enterrat–, i d'aquesta manera escull alhora la manera com aquestes decisions afecten no només l'edifici, sinó també el seu entorn.

Es tracta de construir un gran parc connectat amb els barris adjacents i amb la ciutat, millorant l'accessibilitat del recinte i la seva permeabilitat

Em reuneixo amb Jordi Badia, autor del projecte juntament amb l'estudi Ubach Espinet Arquitectes, i només començar a parlar del projecte, la primera frase que em deixa anar és: «Per a mi, actualment el projecte d'un edifici és l'excusa per a la transformació d'un lloc». Dit això, passem a parlar de les estratègies fonamentals del seu projecte, que Badia detalla així:

Es tracta de construir un gran parc connectat amb els barris adjacents i amb la ciutat, millorant l'accessibilitat del recinte i la seva permeabilitat. Perquè això sigui possible proposem diverses estratègies fonamentals:

1. Esponjar el recinte enderrocant el màxim d'edificacions possibles i tornar-li així la seva condició de parc natural amb edificis.

2. Crear un nou eix d'accés vertical mitjançant escales mecàniques.

3. Construir passejos plans a diferents nivells que travessin horitzontalment el recinte i el connectin amb els veïns de l'entorn.

4. Eliminar els vehicles del recinte.

5. Crear una nova façana de l'Hospital de la Vall d'Hebron, mitjançant un nou vestíbul situat a la cota de la v orera de l'accés.

6. Construir un segon mur que dividirà l'edifici en dues zones: la d'investigació i l'hospitalària.

Posteriorment me n'ensenya els plànols.

El motiu del meu escrit és el judici personal que emeto sobre aquells temes que tenen relació directa amb el barri de Montbau, amb la seva connexió amb l'hospital i amb el barri de Sant Genís. No per això deixaré d'assenyalar la claredat amb què es resol el projecte de Jordi Badia i Ubach Espinet Arquitectes.

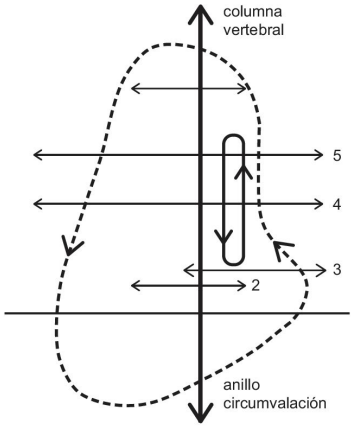
Continuant la conversa, li vaig indicar el meu interès per les vies de vianants paral·leles

Vista general del projecte, 2017.
Foto: Jordi Badia i Ubach Espinet Arquitectes

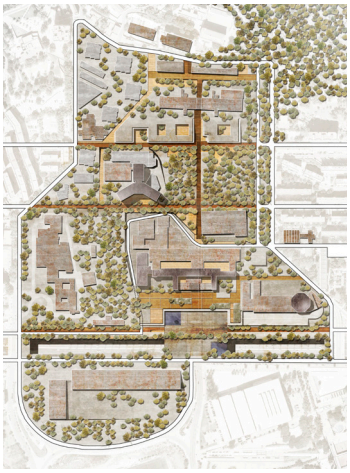
a la Ronda de Dalt que uneixen els barris de Montbau i Sant Genís; a la part que travessa els terrenys de l'hospital, una d'aquestes vies passa just per sota del nou edifici d'investigació. El meu interès va lligat a la preocupació perquè les vies de connexió siguin prou atractives i capaces d'unir.

Coincidim amb Badia a opinar que aquest atractiu donaria més fruit si hi hagués una activitat a prop de les vies de vianants, en contraposició a la proposta de baixar el bosc des de Collserola, que podria reforçar la separació del barri de Montbau.

La conversa va continuar, i va culminar amb la proposta d'eixamplament del pont que cobreix la Ronda davant de l'hospi-



Esquema de circulació.
Foto: Jordi Badia i Ubach Espinet Arquitectes



Planta general del projecte.
Imatge: Jordi Badia i Ubach Espinet Arquitectes

tal. Es crearia així una gran plaça que tindria l'hospital a un costat i a l'altre un nou edifici de consultes, el poliesportiu i, una mica més enllà, el Parc de la Vall d'Hebron i La Clota. Des d'aquesta plaça, una escala mecànica pujarà pel centre del campus de l'hospital fins a connectar amb els camins horitzontals que uneixen Sant Genís i Montbau.

Per tant, la relació entre els camins horitzontals, l'escala mecànica i la plaça connecta els barris que confluïxen a la Vall d'Hebron. La repetició d'aquesta solució pot ser una alternativa en l'estudi de cobertura de la Ronda.

El nou edifici d'investigació i, davant de l'edifici, el carrer horitzontal entre Sant Genís i Montbau.
Foto: Jordi Badia i Ubach Espinet Arquitectes

El naixement de l'Associació Musical Big Band de Montbau: "Un relat en primera persona" 1ª part

Jaume Duran

Vaig venir a viure a Montbau l'any 1996. O potser l'any abans, ara mateix no ho sé dir amb exactitud. Sé que era l'any en què el Club de Bàsquet Joventut de Badalona guanyava la Copa d'Europa. Recordo que vaig veure aquella final en un bar de l'Esplanada. També recordo que el Lleida jugava, aquella temporada, a la primera divisió de futbol. Vaig venir a Montbau perquè volia tenir el domicili a prop de la feina. Coneixia molt poques persones del barri, i cap estava relacionada amb el món de la música.

En aquella època formava part de dos projectes musicals que operaven fora de Barcelona: un quartet de fusió i una petita orquestra de ball. Part de les meves obligacions amb aquells projectes consistia a fer partitures. Les feia a mà, ja que en aquells anys els programes informàtics d'edició no eren ni assequibles ni manejables. Sovint necessitava fer fotocòpies, i me les feien en una copisteria que hi havia just als baixos de l'edifici contigu a aquell en què vivia.

Un dia em vaig trobar amb la persiana d'aquell establiment tancada i un cartell enganxat on hi deia que el negoci s'havia extingit. Algú va dir-me que al Pla de Montbau hi havia una botiga de premsa i llibres on també feien fotocòpies, i m'hi vaig dirigir. Només entrar-hi ja em va cridar l'atenció que hi sonava música de jazz, un fet gens freqüent en un establiment d'aquestes característiques.

Programació del sisè cicle de Jazz al Gimnazz:

13 d'octubre:
Gabi Ardèvol i Horacio Fumero.
10 de novembre:
Susana Sheiman Quartet.
15 de desembre:
Victor de Diego Trio.

Hi anava sovint, a fer fotocòpies, i per això no va trigar a trencar-se el gel entre aquell llibreter –en Xavier Sobregués– i jo. O bé ell em va fer un comentari sobre les partitures o jo n'hi vaig fer un a ell sobre la música de la seva botiga. Vaig saber que tocava el piano, i jo li vaig explicar que era baixista i feia petits arranjaments per a les formacions en què tocava. Un dia em va convidar a participar en unes sessions musicals que de tant en tant tenien lloc al local social de l'Associació de Veïns. Allà s'hi reunien uns quants amics i tocaven peces de jazz i de blues, d'una manera més aviat informal. Hi vaig assistir unes quantes vegades, i així vaig conèixer gent com l'Eliseo, en Jesús Blanch, en Michael, en Vicente, un baixista de nom Josep... i potser algú més que ara no recordo.

Si tocava jazz, això vol dir que ja era alumne de l'Aula de Música Moderna i Jazz de Barcelona –de les millors d'Europa en aquell moment–. M'hi havia apuntat, juntament amb la meva companya Cristina, per ampliar coneixements musicals. En aquella època l'Aula tenia l'edifici força a prop del nostre barri, i això era un avantatge que feia de molt bon aprofitar.

I entre una cosa i una altra, el rellotge va anar corrent fins més enllà del 2000.

Un dia es va produir un fet crucial. Justament a la botiga d'en Xavi, hi havia un paper penjat a la porta on s'anunciava un concert: feia propaganda de l'actuació de la Big Band de Montbau. Lloc: l'antic gimnàs de Montbau. La sorpresa fou majúscula: pel que es veia, Montbau tenia una big band!

El dia del concert arribà. Hi assistírem, amb tota la curiositat i l'interès del món. Allà, en aquell espai curiós –l'antic gimnàs, sense remodelar– hi havia unes quantes files de cadires amb força públic i una big band quasi completa dirigida pel saxofonista i arranjador alemany Peter Delphinich. Per a més sorpresa, alguns dels músics eren coneguts nostres, alumnes de l'Aula, amb els quals vam poder canviar impressions al final del concert. Vam saber que aquella big band assajava de manera regular en aquell espai. Efectivament, a Montbau hi havia una big band.

Unes setmanes més tard la meva companya Cristina es presentà a l'assaig de la Big Band, amb la idea de sol·licitar-hi plaça com a cantant. Delphinich no li va acceptar la proposta, però sí que li va ofe-

rir una plaça de saxofonista, instrument que ella també sabia tocar. Al següent assaig, doncs, ja hi assistí com a membre de la Big Band. Encara unes setmanes més tard, em trucà el contrabaixista, amic i excompany de l'Aula, per dir-me que deixava la Big Band i que li agradaria que la vacant la cobrís jo. Vaig acceptar encantat, ja que tocar en una big band era una de les aspiracions que havia tingut des de sempre. En un temps relativament breu, doncs, passàvem d'espectadors a integrants d'aquella formació musical. Tot això, recordo, passava a finals de l'hivern.

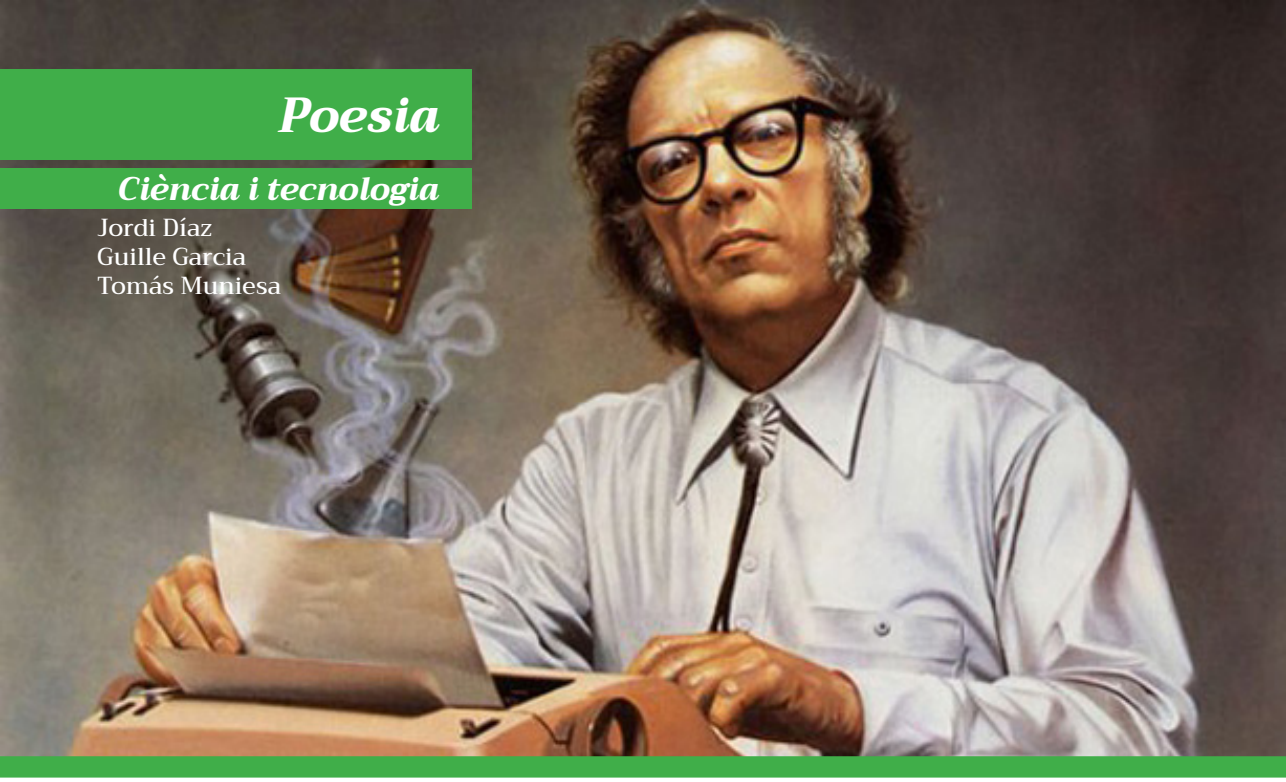
Amb el bon temps arribaren les actuacions. La Selva, Sant Boi de Lluçanès, festa major de Montbau, Port Olímpic... i segurament més. Es pot dir que la Big Band tenia una dinàmica, i fins i tot semblava que tenia una trajectòria. Això, però, emmascarava alguns problemes de fons que amb el temps s'evidenciarien de forma força clara.

El gran problema d'aquella big band era la inestabilitat. Quan s'acabava la temporada d'actuacions, molts músics que havien estat contractats només per als concerts no continuaven. De tant en tant, músics fixos marxaven, i es feia molt difícil trobar-los substitut. Molts músics ho provaven, però al cap d'un cert temps abandonaven. Durant els mesos d'hivern érem molt pocs els músics que assistíem regularment als assajos. A banda d'això –i en part per culpa d'això–, la Big Band no tenia una identitat ni una personalitat definida. De vegades fins i tot se'n canviava la denominació, en funció del lloc on anéssim a tocar. Sí, quedava clar que a Montbau hi havia una big band, però no quedava gens clar que fos la Big Band de Montbau. Per cert: entretant, i per curioses caramboles, en Xavi Sobregués també acabà sent-ne membre, ocupant-hi naturalment la plaça de pianista. Amb ell, amb la Cristina i amb altres músics, d'aquests problemes en parlàvem. Nosaltres crèiem en la idea que la Big Band havia de ser un projecte amb arrelament al barri. Però sobretot volíem que el projecte fos estable i il·lusionant.

Poesia

Ciència i tecnologia

Jordi Díaz
Guille Garcia
Tomás Muniesa



Isaac Asimov
Il·lustració: Rowena Morrill.

Inaugurem una secció en la qual parlarem de ciència i tecnologia, dues disciplines lligades i bàsiques, ja que els avenços científics i tècnics marquen tots els àmbits de les nostres vides i el nostre dia a dia d'una manera que cada vegada n'abasta més aspectes.

Som al 2017 i tots hauríem d'anar a teràpia. Almenys això és el que deia Isaac Asimov, un dels autors de ciència-ficció més coneguts del segle XX, que el 1964 va publicar un assaig en què predeia com seria el nostre món d'avui, un món que està dominat per la ciència i la tecnologia en pràcticament tots els aspectes de la nostra vida.

La tecnologia s'ha anat desenvolupant al llarg de la història per donar solució als nostres problemes quotidians, recolzada en gran mesura en el coneixement científic.

Un dels exemples més clars de l'avenç científic el tenim en la medicina, el progrés de la qual ha permès erradicar malalties que al seu dia van matar milions de persones o van causar greus trastorns, com la poliomielitis.

Segons Gro Harlem Brundtland, directora de l'Organització Mundial de la Salut del 1998 al 2003, el 1988 «la poliomielitis deixava paralítics més de mil nens cada dia». Els nostres avis explicaven que tots els veïns sortien a netejar

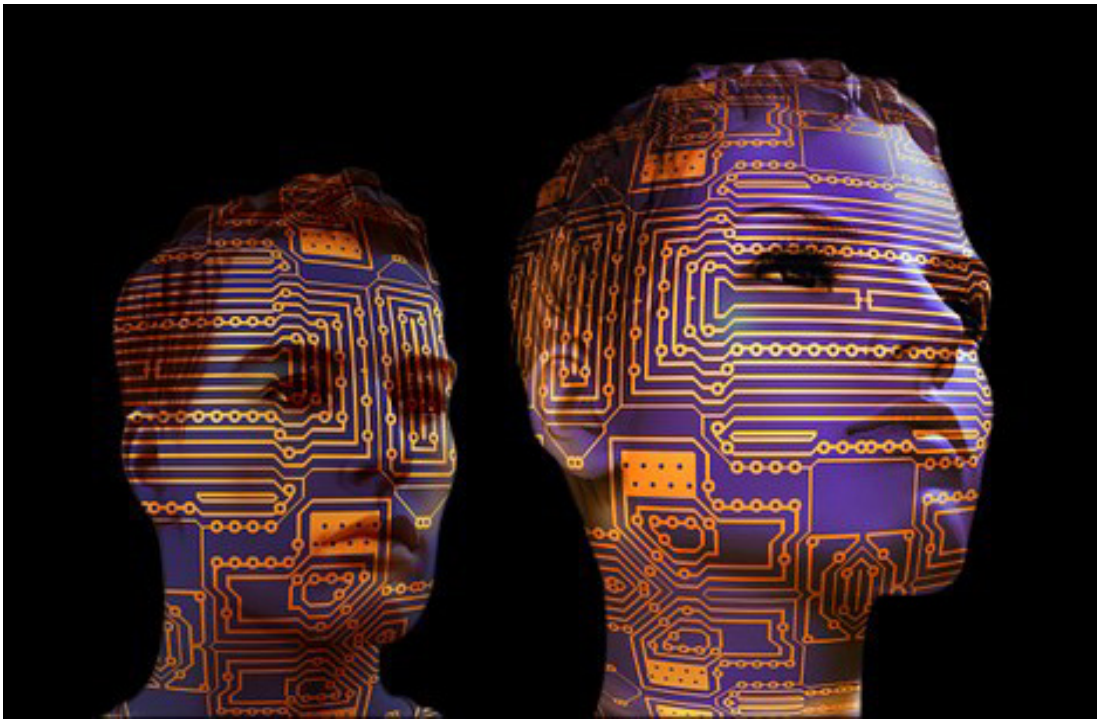
La tecnologia s'ha anat desenvolupant al llarg de la història per donar solució als nostres problemes quotidians, recolzada en gran mesura en el coneixement científic.

els camins i pintaven els arbres amb calç per matar els gèrmens, perquè, deien, estaven desesperats. Tot això fa temps que ha quedat enrere.

Els registres històrics de la vida de l'ésser humà mostren que la tecnologia ha estat la clau de l'evolució de les nostres societats. Sense les diferents tecnologies que ha desenvolupat l'home, la vida avui en dia no seria com la coneixem; probablement seguiríem vivint en coves i totalment a les fosques.

Des de les torxes amb les quals l'home va sortir de la foscor, l'agricultura, que va convertir l'home en un ésser sedentari, els sistemes de reg de l'antiga Mesopotàmia, les màquines de vapor del segle XVII, el primer focus de Thomas Édison i el primer automòbil construït per Karl Benz, fins als telèfons intel·ligents (smartphones) d'avui en dia, la tecnologia impulsa els canvis en la societat.

Benvinguts a la secció de ciència i tecnologia del Ressò de Montbau. Número a número ens endinsarem en aquest món i us parlarem dels avenços actuals i els que s'acosten. Ens hi acompanyeu?



La tecnologia pot comportar sorpreses.
Foto: Pixabay

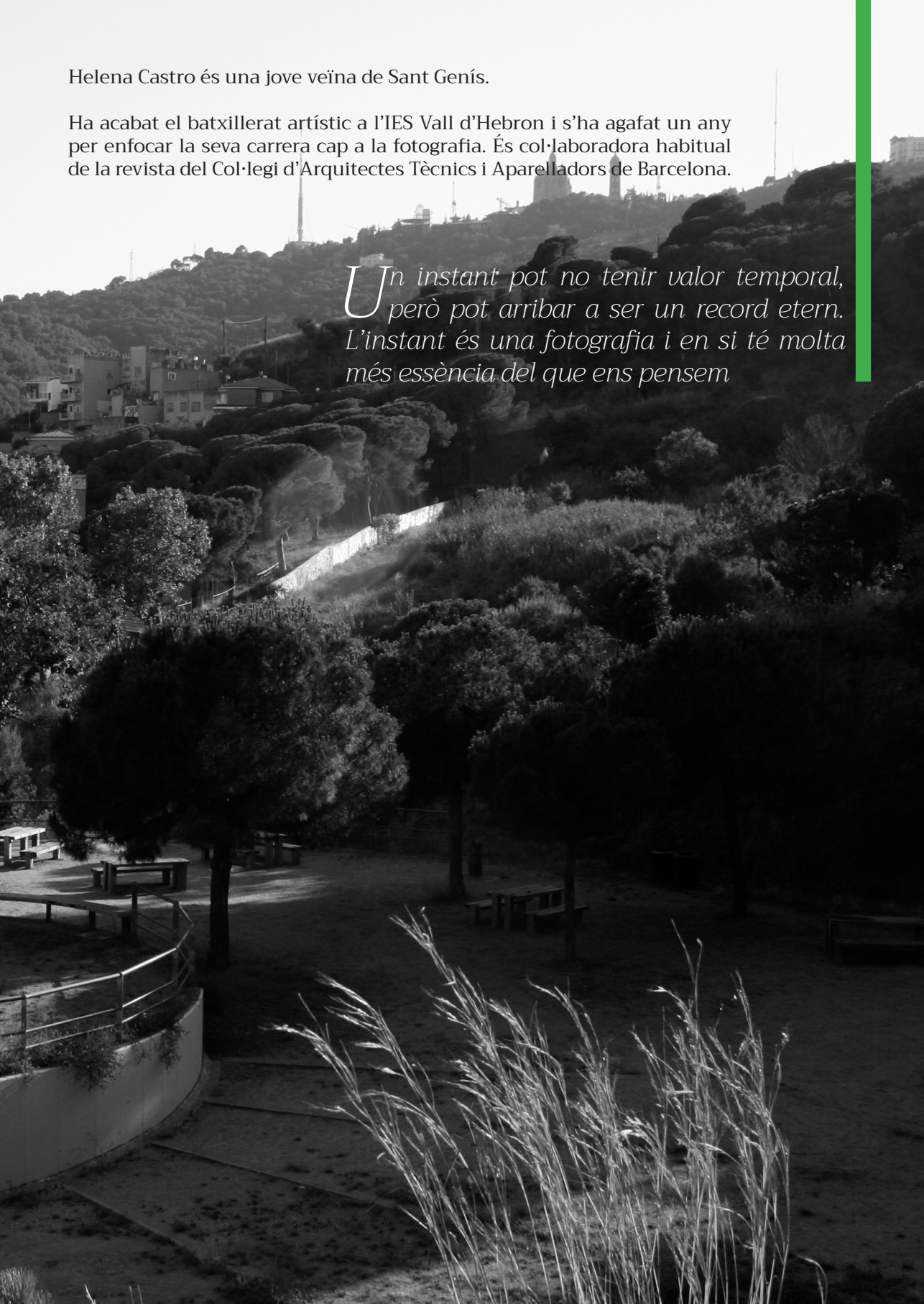
Poesia

#FotoMontbau

Helena Castro
Instagram: @le_i_nstant

Helena Castro és una jove veïna de Sant Genís.

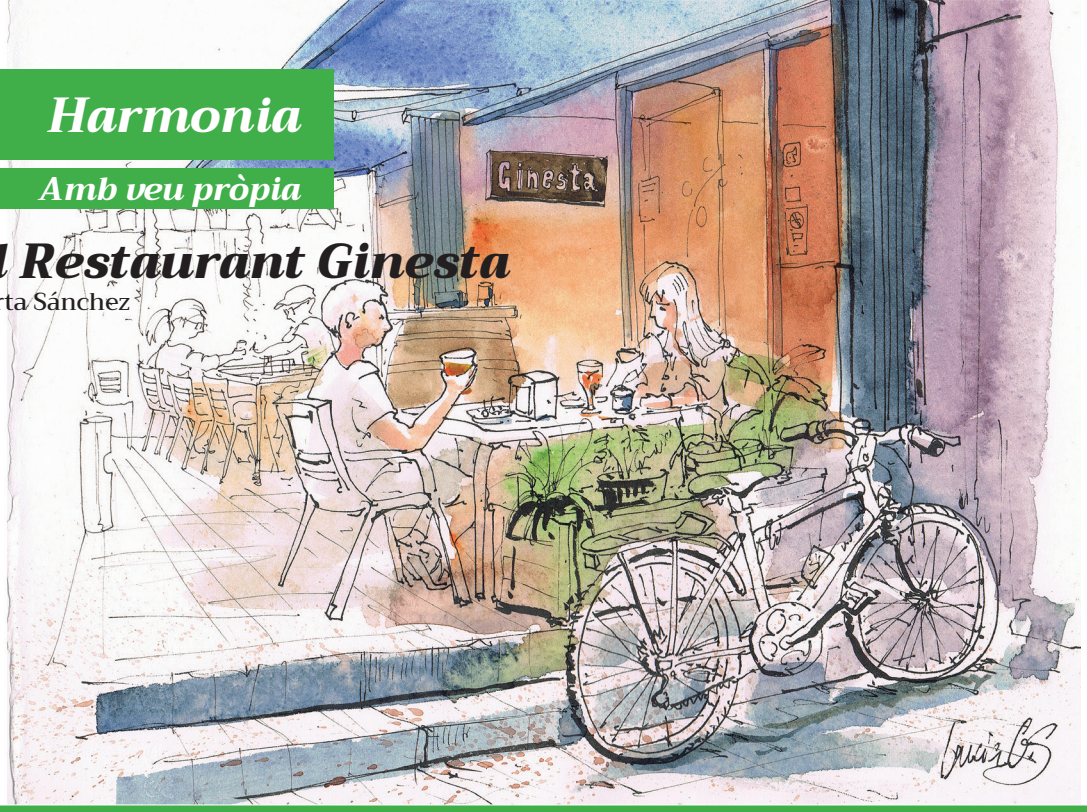
Ha acabat el batxillerat artístic a l'IES Vall d'Hebron i s'ha agafat un any per enfocar la seva carrera cap a la fotografia. És col·laboradora habitual de la revista del Col·legi d'Arquitectes Tècnics i Aparelladors de Barcelona.



Un instant pot no tenir valor temporal, però pot arribar a ser un record etern. L'instant és una fotografia i en si té molta més essència del que ens pensem

El Restaurant Ginesta

Marta Sánchez



Restautant Ginesta
Il·lustració: Lucía Gómez Serra.

Amb dos petons i una abraçada. Així em va rebre el Ramon, el petit dels Ginesta, quan vaig anar a fer-li l'entrevista, i és que segurament, a més de la cuina, el caliu familiar que es respira al restaurant és un dels motius per tornar-hi.

Però... quan va néixer el Restaurant Ginesta? Cóm és que una família del Priorat va acabar obrint un bar a Montbau? El Ramon fa venir la seva mare, la Rosita, que arriba de seguida, feliç i amb certa enyorança, a explicar-me que el 1967, amb 27 i 30 anys, ella i el Jaume, el seu marit, van sortir del poble de Marçà per anar a buscar-se la vida a Barcelona.

La idea era muntar una carnisseria, el negoci familiar que tenien a la planta de baix de la casa del poble i el que sabien fer, però mentre això no es feia realitat, vivien al Poblenou i treballaven a la casa de teixits Rosumell.

Quatre anys després, un bon dia un agent immobiliari els diu que hi ha un bar que es ven a Montbau, «un barri als afores de Barcelona, que està creixent», i que deixin estar la idea de la carnisseria, que el bar el tiraran endavant... Quanta raó!

El que era l'E. Juanico Bar es va passar a dir Bar Ginesta, fent honor al cognom de la Rosita. I és la Rosita qui m'explica entre rialles que no sabien ni fer un cafè, que el primer client que van tenir va ser el senyor Miquel, de la Ferreteria Sanklar..., i que l'hi van servir fred! Sort d'un amic de la família que tenia un bar, i quan no sabien fer alguna cosa li trucaven.
El 1972, després d'uns quants cafès ben fets, es van instal·lar al carrer Puig i Cadafalch de Montbau, i posteriorment es van traslladar a Harmonia. El 1975 va néixer el Ramon, el tercer fill de la família, que pràcticament s'ha criat al bar.
Marta: Ramon, tu tenies clar que acabaries al bar?

Ramon: Sí. Sempre m'ha agradat, el bar... És el que em va.

M: I què me'n dius, Rosita? Com es que al Jaume li va agafar per ser cuiner?
La Rosita torna a somriure i em confessa que la «culpable» que el Jaume estudiés cuina és la seva filla Maria Rosa, que és la que el va acompanyar al centre d'estudis i el va convèncer perquè s'hi apuntés. «Ja veuràs el que em diran els pares!», li deia el Jaume mentre tornaven cap a casa.

Amb molt d'orgull, la Rosita m'explica com el Jaume va començar al restaurant Can Travi i va continuar a Can Pintor. Em diu també que pels Jocs Olímpics i durant set anys més va treballar a l'Hotel Arts i que d'allà va anar al Barceló Sants. Que va passar a treballar com a xef a l'Hesperia Sant Just i després a l'Atenea Mar.

Fins que fa deu anys, el 2007, van remodelar el local del Bar Ginesta, en van renovar la distribució i la decoració, i aleshores el Jaume i el Ramon es van posar al capdavant del Bar Restaurant Ginesta, on formaven el tàndem perfecte.

M: Sou uns privilegiats, Ramon... L'horari que feu no és propi d'un bar.

R: No sempre ha estat així. Al principi fèiem jornades llarguíssimes, també obríem els divendres i dissabtes a la nit. La veritat és que la fidelitat dels nostres clients ens ha permès poder acabar fent l'horari actual, fins a dos quarts de set de la tarda.

M: I quins són, aquests clients?

R: Doncs depèn de l'hora. Al matí venen els jardiners, venen també de La Casa dels Xuklis, treballadors de la Diputació, veïns... A l'hora del menús, de la una a les quatre, comptem amb els de la universitat, mestres de les escoles i instituts de la zona, metges de l'hospital... El millor de tot és que qui ve, sempre torna, i a més ens recomana!

M: Quin és el plat estrella? Amb quin et quedaries?

R: És ben clar, qualsevol arròs. El de llamàntol, per exemple.

Hi ha un veí a prop que fa que sí amb el cap.

M: I no me'n donaràs la recepta, oi?

R: Com que no? Apunta:

Arròs caldós amb llamàntol (per a 10 persones)

Ingredients

5 llamàntols de 450 g
Arròs Carnaroli (1 kg)
Caldo de peix (8 l)
Marca d'arròs (500 g)
Sal (25 g)

Per fer el caldo de peix:

Ceba (150 g)
Pastanaga (100 g)
Porro (100 g)
Api (100 g)
Tomàquet fregit (150 g)
Peix de roca (1 kg)
Galeres (500 g)
Crancs (500 g)

Per fer la marca d'arròs:

Pebrot vermell (1 kg)
Pebrot verd (1 kg)
2 cabeces d'all
Ceba (2 kg)
15 nyores
Salsa de tomàquet (250 g)
Oli de girasol (2 l)

Per fer la marca, es posen tots els ingredients en una cassola a foc baix per confitar-los; una mitja hora després tot plegat es passa pel xino i s'obté una pasta que podem fer servir com a sofregit per a qualsevol arròs.

Es posa la marca a la paella i s'hi sofregeix una mica l'arròs. Després s'hi afegeix el caldo i s'hi posa sal, al gust de cadascú. Aleshores s'hi posen els llamàntols trossejats i s'espera que tot plegat bulli. Un cop bull, es fica la paella al forn a 180º durant 12 minuts, i bon profit!

M: Ets molt generós, Ramon. Segur que ho provaré de fer a casa!

Mentre parlem em va ensenyant fotos dels seus pares, de quan van començar amb el bar, d'ell quan era petit, de la resta de la família. A les fotos hi trobem amics comuns de quan anàvem a l'institut, de gent del barri, i és veritat el que diu el Ramon: hi ha gent que surt a les fotografies que encara, a hores d'ara, va al Ginesta.

La Rosita ja ha marxat cap a casa, emocionada i amb un somriure a la cara, agraïda per l'entrevista. S'acomiada fent-me una forta abraçada (tal com hem començat), i entenc perfectament per què el Bar Restaurant Ginesta s'ha mantingut durant tants anys. I és que, com diuen a can Ginesta:

El pa dona energia, l'amor és energia
El pa cura la gana, l'amor, l'ànima.
L'amor mou muntanyes i el pa masses.
L'amor fa miracles i el pa et fa ser sensat.

R: Al bar hi donem menjar amb amor.

Bar Restaurant Ginesta
C/ Harmonia, 2
08035 Barcelona
Tel. 93 428 25 78

Claudia y César, de Chile

Neus Moyano

La lectura del padrón municipal de 2016 destacaba que el 10,2% de la población de Montbau es extranjera y aportaba un dato curioso: la población extranjera más numerosa en Montbau es la chilena. Entre nosotros viven 62 personas de este país. Es, con mucho, el grupo de extranjeros más importante del barrio.

Claudia y César nos explican su historia. Empiezan diciendo que «Somos Claudia y César, de Chile. Llevamos doce años viviendo en Barcelona; nos hemos conocido en esta ciudad y hace diez años que vivimos en el barrio de Montbau». A continuación toma la palabra Claudia:

«Soy ingeniera civil industrial y vengo de una ciudad costera situada al lado del desierto de Atacama que se llama Iquique, en una región minera al norte de Chile, fronteriza con Perú y con Bolivia.

»Vine a España porque desde pequeña mi ilusión era vivir una temporada en Europa. En Chile lo tenía todo, pero mi vida era muy plana, tenía que haber algo más, quería encontrarle el sentido a la vida, y lo he conseguido. Ahorré y me tomé un año sabático recorriendo Europa, hasta que decidí venir a vivir a Barcelona y hacer un máster en recursos humanos. No fue tanto por las ganas de estudiar

como para tener permiso de residencia y no volverme aún a Chile.

»César es herrero y viene de la región de Valparaíso, de una ciudad del interior, cerca de Santiago de Chile, llamada Villa Alemana, que está rodeada de mar y montaña. Vino a España después de terminar una relación de muchos años con su anterior pareja. En el aspecto laboral, al tener un oficio, no le fue difícil encontrar trabajo y conseguir rápidamente un permiso laboral.

»Cuando nos conocimos nos hicimos muy amigos y decidimos alquilar un piso juntos. Una amiga nos comentó que había pisos más económicos en el barrio de Montbau y quisimos venir a conocerlo. Nuestra primera impresión al salir del metro fue muy positiva, sobre todo para César, que en Chile vivía en un entorno muy parecido, con la montaña y el mar muy cerca.

»El barrio de Montbau representa mucho para nuestras vidas. Aquí nos enamoramos y tomamos la decisión de ser un equipo, el uno para el otro. También hemos trabajado en el propio barrio. En el día a día, vivimos la vida del barrio y nos gusta mucho. En Chile hay más espacio y mucha gente vive en casas, y a veces esto impide que conozcas a tus vecinos. Aquí en Montbau conversamos con los vecinos, compartimos las cosas con ellos, participamos en las actividades del barrio. En fin, Montbau es perfecto para nosotros, tranquilo, con mucha belleza natural y donde podemos hacer “vida de barrio”.

»César siempre tuvo la inquietud de trabajar por su cuenta, porque viene de una familia de emprendedores. Es por esto que decidimos abrir un taller de construcciones metálicas, en el cual realizamos todo tipo de trabajos en hierro. El negocio se llama La Teixonera y está ubicado en la calle Cortada del mismo barrio, a diez minutos a pie de Montbau. Nuestros clientes van desde particulares y autónomos hasta empresas de obras. La experiencia ha sido dura en un comienzo, dado el momento económico de España, pero a pesar de eso vamos sacando adelante nuestro negocio y aprendiendo día a día. Estamos muy satisfechos con él y muy contentos en el barrio donde vivimos y con la vida que llevamos en Barcelona.»

AFANOC

Maite Golmayo Boada

L'Associació de Familiars i Amics de Nens Oncològics de Catalunya (AFANOC) la van constituir, l'any 1987, un grup de mares i pares que van veure la necessitat d'unir-se per treballar en la millora de la qualitat de vida d'aquests infants i les seves famílies. La seva missió és treballar perquè el desenvolupament afectiu i educatiu d'aquestes criatures sigui el més adequat a les seves circumstàncies especials. En les malalties de llarga durada, la salut psicosocial és fonamental, i per això AFANOC vol complementar el treball mèdic des de la perspectiva de les mares i els pares dels infants. L'experiència ens ha fet veure que la curació del càncer no és només una qüestió mèdica i que un entorn familiar estable és la millor influència.

Amb La Casa dels Xuklis, l'associació ofereix la possibilitat de mantenir l'estabilitat per contrarestar el fort impacte de la malaltia, que obliga a reorganitzar la vida familiar. La Casa dels Xuklis és un espai d'acollida per a pares i mares de nens i nenes que han de ser desplaçats a causa del diagnòstic de càncer, un lloc on puguin sentir-se acollits i compresos i on es puguin sentir, en la mesura del possible, com a casa.

L'AFANOC també desenvolupa la seva tasca als hospitals de Sant Joan de Déu i Vall d'Hebron, i té delegacions a Lleida i Tarragona per atendre les famílies al seu territori. L'associació té la sort de comptar amb un nombrós grup de voluntaris i voluntàries, sense els quals seria impossible fer la intervenció i l'acompanyament necessaris als hospitals o als domicilis i portar a terme les campanyes que s'emprenen.

L'allotjament a La Casa dels Xuklis, així com tots els serveis que ofereix l'entitat, són gratuïts. Per això hem de treballar molt per aconseguir els suports necessaris de les administracions, de diferents empreses i entitats i de la ciutadania en general. Amb aquest objectiu posem en marxa campanyes de sensibilització, com la de «Posa't la Gorra!», que són un exemple de participació ciutadana i una de les principals fonts de recursos de l'entitat.

Al llarg de l'any també s'organitzen altres esdeveniments, com ara el Xuklis-Festival, amb el suport i la complicitat de l'Associació de Veïns de Montbau.

Associació Free Tech Free People

Guille García

Web: aftfp.org
Mail: info@aftfp.org
Instagram : @AFTFP
Twitter: @ AFTFP

Amb el pas del temps, la nostra societat ha anat creixent en coneixement y ha desenvolupat noves tècniques per a realitzar qualsevol tipus d'activitat. Aquestes noves maneres de realitzar les coses son sovint, avenços tecnològics carregats de noves tècniques i en alguns casos, nous llenguatges.

Moltes d'aquestes tecnologies les fem servir de manera natural. D'altres ens costa més integrar-les degut a que no tots hem pogut assimilar aquests canvis de la mateixa manera, ni en les mateixes condicions, generant de vegades unes diferències i carències.

Free Tech Free People (AFTFP) neix de l'entusiasme per la tecnologia y les ganes de democratitzar-ne l'ús i comprensió, desenvolupant programes i contingut basat en programari lliure, amb la finalitat de poder ajudar a que les noves tecnologies siguin útils i fàcils de fer servir.

La nostre visió és aconseguir que tothom pugui dur a terme els seus projectes en qualsevol àmbit o disciplina, ajudant als qui necessitin un recolzament tècnic o tecnològic, fent que ningú quedi exclòs de les eines de progrés.

Si comparteixes aquests valors i vols participar-hi, o necessites que col·laborem amb tu, no dubtis en comptar amb nosaltres.

Aprèn, desenvolupa, contribueix.

Associació de Veïns de Montbau

Cristina Puigdomènech

Telèfon: 93 428 29 34
Web: http://www.veinsmontbau.org
Mail: associacio@veinsmontbau.org

L'Associació de Veïns de Montbau, constituïda l'octubre del 1963, és una de les primeres associacions de veïns que es van crear a Barcelona després de la Guerra Civil. L'associació va néixer amb un important caràcter català i com a primer nucli associatiu del barri.

Ja des dels primers moments d'activitat es va dedicar a resoldre els problemes d'habitabilitat dels habitatges que s'havien construït recentment al barri, com ara les humitats als pisos de Vayreda, els talls de subministrament elèctric i de telèfon, la manca de transports, etc., en estreta col·laboració amb l'Ajuntament de Barcelona i el Patronat Municipal de l'Habitatge.

Un altre dels vessants d'acció de l'associació va ser la reivindicació dels equipaments que faltaven al barri: piscina, camp de futbol, local social, cinema, forn...

Gràcies a aquestes reclamacions, el 1964 es va cedir al barri l'actual local social, per desenvolupar-hi tota mena d'activitats de caràcter associatiu: balls familiars, cinema, teatre, campionats de ping-pong, concursos de dibuix, cursos d'escacs, sardanes, programació d'excursions a les platges, etc. Tanmateix, algunes de les reclamacions històriques s'han satisfet molt tard, i un bon grapat encara no han estat ateses. A aquestes últimes se'ls han unit necessitats noves, nascudes dels canvis poblacionals i culturals, que han obert una escletxa important entre el que s'inverteix al barri i les actuacions que realment necessita.

Al llarg dels seus 54 anys d'història, l'Associació de Veïns de Montbau s'ha mobilitzat intensament a favor o en contra de projectes tan diversos com:
· L'abocador d'escombraries als barrancs pròxims de Collserola (1971): en contra (paralització del projecte).
· Les gestions per aconseguir una nova escola pública amb capacitat suficient per a les necessitats del barri (anys 70):

a favor (construcció de l'escola Enric Borràs, actual Baloo).
· La constitució d'una biblioteca popular: a favor (construcció de l'embrió de l'actual Biblioteca Albert Pérez Baró).
· La decisió que l'Orfenat Ribas es convertís en una escola de secundària: a favor.
· L'obtenció de més locals associatius per al barri: a favor
· La instal·lació del poliesportiu del carrer Arquitectura: a favor.
· L'organització de cursos de català: a favor.
· L'ampliació de l'institut Narcís Monturiol: a favor.
· La reivindicació de la cobertura del Cinturó de Ronda (1989): a favor. Tot i que la derrota en aquesta lluita ha quedat en la memòria col·lectiva del barri, ara ja fa tres anys que la reclamació ha tornat a prendre embranzida.
· La campanya «No a la narcosala per decret», contra la construcció d'una narcosala al recinte de l'Hospital de la Vall d'Hebron.
Actualment són membres de l'Associació de Veïns de Montbau 530 persones, xifra que representa un 10% del total d'habitants del barri, que és d'uns 5.000. L'associació dedica la seva activitat a dinamitzar el barri des de dos vessants:
· El vessant associatiu, des del qual intenta oferir als socis diferents activitats, tant socials com d'oci i lleure, esportives, culturals i festives.
· El vessant de supervisió de la vida del barri, per detectar les dificultats i les mancances quant a mobilitat, equipaments, serveis i qualitat de vida. En aquest sentit, l'associació fa un seguiment acurat dels temes pendents en relació amb l'arranjament de desperfectes al mobiliari urbà, els espais enjardinats i les obres a la via pública, així com la comptabilització i el control de les denúncies en matèria de seguretat, etc.

L'Associació de Veïns de Montbau té l'orgull de comptar, entre els seus associats i associades, amb persones vitals, reivindicatives, treballadores i implicades que només volen el millor per al barri; la seva activitat, tant dins de l'organització, a la junta, com en la participació del conjunt dels socis en la construcció de Montbau, és modèlica en molts aspectes, però sobretot en esperit associatiu.

No deixarem d'insistir que augmentar el nombre de socis ens fa més visibles i importants davant l'administració i ens permet tenir més força reivindicativa. Per això, sempre repetirem: «Fes-te'n soci, fes-te'n sòcia!»

Nota: Les referències històriques s'han extret del llibre Montbau, 50 anys, publicat amb motiu del cinquantè aniversari del barri.

Club de Petanca Armonía de Montbau

Gustavo Lavilla

Mail: armoniademontbau@gmail.com

El Club de Petanca Armonía de Montbau fue fundado en 1966 por un grupo de amigos del barrio.

Ese año se crearon unas cuantas pistas de petanca en la calle Armonía (hoy Harmonia; de ahí el nombre) junto al recinto de los Hogares Mundet (hoy Llars Mundet). Con los años, y a medida que se iba urbanizando el barrio, el club se trasladó a unos terrenos ubicados en la confluencia de la calle Arquitectura y la calle Vayreda, y actualmente seguimos ahí. El tesón y el esfuerzo de los socios de aquella época consiguieron levantar unas instalaciones muy singulares y llenas de vegetación en las que se crearon dieciséis pistas de juego.

A día de hoy el club goza de una segunda juventud, ya que en la actualidad contamos con el equipo de la junta actual y el equipo de liga, que en estos momentos juega en quinta división. La gran mayoría de los miembros del club tienen edades comprendidas entre los 25 y los 50 años de edad.

En la actualidad, además del campeonato de liga, de las competiciones interclubs y melées en que el club participa cada año, todos los sábados por la tarde disfruta también de nuestras instalaciones la Federación ACELL, que es la encargada de organizar la Liga Catalana de Petanca para discapacitados psíquicos.

Os invitamos a todos a descubrir y conocer las instalaciones de nuestro club y este maravilloso y desconocido deporte que es la petanca. Jugamos todos los domingos de 9 a 2: ¡os esperamos!

CSMA Horta
Centre de Salut Mental per a Adults

Emma Villegas

Adreça: Arquitectura 20-24 Baixos, Entrada per Vayreda
08035 Barcelona
Horari: Dilluns a Dijous de 09:00h a 18:30h
Divendres de 09:00h a 15:00h
Telèfon: 93 428 16 42

CSMA HORTA
Centre de Salut Mental d'Adults
Centre proveïdor del CatSalut

El Centre de Salut Mental per a Adults d'Horta (CSMA Horta) és un equipament sanitari gestionat per l'Associació de Salut Mental Horta Guinardó, una associació sense ànim de lucre, i està concertat amb el Servei Català de la Salut (CatSalut) des de l'any 1995.

El nostre equip està format per psiquiatres, psicòlegs, treballadors socials, infermers i personal administratiu.

Ens dediquem a l'atenció ambulatòria especialitzada en atenció psiquiàtrica i salut mental, i ens adrecem a persones de més de 18 anys que presenten un trastorn mental que per la seva gravetat i/o complexitat no poden ser atesos únicament des de l'àmbit dels serveis d'atenció primària del districte d'Horta Guinardó.

Vetllem per la teva salut. volem ser a prop teu!!

Des del CSMA Horta atenem les necessitats psicològiques i farmacològiques de les persones; exercim funcions de diagnòstic, orientació, tractament i seguiment, així com d'atenció a les famílies, de manera individual i en grup. Prioritzem l'atenció als trastorns mentals greus (TMG) i establim programes terapèutics individualitzats i familiars.

Així mateix, desenvolupem programes de prevenció de la malaltia i de promoció de la salut. Som activistes en la lluita contra l'estigma de la malaltia mental i la sensibilització de la comunitat; per aquest motiu organitzem jornades informatives, participem en els consells de salut del districte i ens ocupem de fer divulgació entre els professionals de la salut i els veïns.

Els nostres serveis estan integrats en el circuit assistencial de la xarxa pública i coordinats amb la resta de dispositius sanitaris, socials i comunitaris. Per rebre atenció al nostre centre, el pacient ha de ser derivat des de l'àrea bàsica de salut o per la xarxa hospitalària.

Diables de Montbau

Amanda García

Facebook: https://www.facebook.com/diablesdemontbau/
Instagram: @diablesdemontbau

Vam néixer al febrer del 2015, quan antics diables d'una altra colla ens vam ajuntar amb la idea de crear una colla de diables pròpia al barri. A partir d'allà tot va anar molt ràpid; al principi érem només quatre o cinc diables, i avui en dia tenim un cens de quasi seixanta cremadors.

A més a més, actualment també comptem amb una colla de diables infantils, els Diablons de Montbau, una secció fundada enguany en la qual els més petits de la casa gaudeixen saltant, corrent i ballant sota el foc.

I la música?
Els tabalers s'encarreguen d'animar la festa amb música i engrescar la gent a ballar sota el foc. La necessitat de música, doncs, ens va dur a posar-nos en contacte amb els tabalers de l'escola Baloo, per crear un vincle entre diables i tabalers i portar música a la nostra festa. D'aquesta manera van néixer el Tabalers de Montbau.

Però... sabeu què és un diable?
Els diables són una tradició popular molt arrelada a Catalunya que es remunta a l'època medieval, quan van aparèixer per acompanyar les manifestacions teatrals i els balls parlats.

D'altra banda, fa relativament poc que va aparèixer la figura dels correfocs, creada quan, a partir de la reinstauració de la democràcia, es van poder recuperar les festes populars al carrer i es va generar una gran complicitat entre els diables, la pirotècnia i el públic.

Actualment els correfocs i la participació dels diables als cercaviles s'han convertit en una part essencial de qualsevol festa major o festivitat.

Llavors, què fem els Diables de Montbau?
Com ja hem apuntat abans, fem correfocs... Però quins?
· El Correfoc de Sant Joan, el dia 23 de juny.
· El correfoc i l'espectacle final de la festa major, el primer cap de setmana d'octubre.
· El Girafoc, l'últim cap de setmana de maig o el primer de juny.

Espai Social de Montbau

Montserrat Rey

Adreça: Àngel Marquès, 14-18
08035 Barcelona
Telèfon: 93 428 05 77
Mail: bcnmontbau@espaisfcatalunyalapedrera.org

Fundació Catalunya La Pedrera

L'Espai Social de Barcelona Montbau ofereix recursos per a les persones grans i per a infants i adolescents. Aquest espai forma part de la xarxa de la Fundació Catalunya – La Pedrera, que contribueix a construir una societat amb més oportunitats per a tothom: ajudem els infants i els adolescents a assolir l'èxit educatiu, i les persones grans amb deteriorament cognitiu a millorar la seva qualitat de vida.

La xarxa d'espais socials de la Fundació està formada per 25 equipaments, repartits per tot Catalunya, que permeten la distribució territorial dels seus programes socials. Actualment l'Espai Social ubicat al barri de Montbau ofereix, entre altres programes, tres projectes clau que cobreixen diferents necessitats, adreçats al col·lectiu dels infants i els adolescents, a les persones grans que viuen soles i a les persones grans que presenten un inici de deteriorament cognitiu.

El programa d'acompanyament educatiu
Aquest programa s'adreça a infants d'educació primària (6-12 anys) i adolescents d'educació secundària (12-16 anys) que necessitin un acompanyament educatiu en horari extraescolar. L'objectiu del programa és millorar l'èxit escolar d'infants i adolescents reforçant i complementant la funció educativa de la família i l'escola. Des del programa s'acompanya els infants i adolescents per fer les tasques escolars i també per ajudar-los en el seu desenvolupament integral. D'aquesta manera, al mateix temps que els infants i els adolescents adquireixen estratègies d'estudi i d'aprenentatge, se'n facilita el desenvolupament emocional i creatiu integrant en les activitats les dinàmiques que estimulen la seva curiositat innata i l'experimentació, promovent la seva autonomia i preparant-los per al seu futur com a adults.
El projecte dina en companyia
Aquest projecte ofereix un servei de men-

jador per a persones grans que viuen soles o que comencen a tenir problemes per preparar-se correctament els àpats diaris, i que desitgen compartir aquest moment del dia amb altres persones que estan en la seva mateixa situació.
D'aquesta manera es garanteix un àpat diari saludable i equilibrat, que es prepara tenint en compte les necessitats nutricionals especials de les persones grans.
Les persones que freqüenten l'Espai Social descobreixen l'oportunitat de mantenir relacions socials i prevenir així les situacions de solitud i aïllament. El projecte està dinamitzat i organitzat per un equip de persones voluntàries, formades per oferir un servei de qualitat que contribueix al benestar emocional dels participants.

El programa REMS

El programa REMS (Reforçar i Estimular la Memòria i la Salut) té com a objectiu la millora de la qualitat de vida i el benestar emocional de persones grans amb un inici de deteriorament cognitiu, que pot ser provocat per malalties com l'Alzheimer o el Parkinson, entre d'altres. Aquest programa ofereix als participants un ampli ventall d'activitats que els ajuden a preservar les seves capacitats cognitives i físiques i molt especialment les relacions socials, per mantenir-los implicats i connectats amb tot el que els envolta.

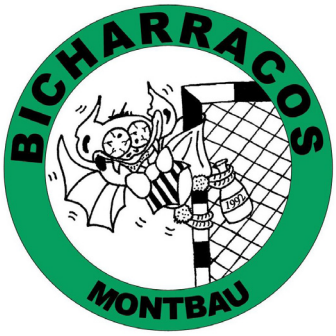
Totes les activitats s'adrecen a potenciar les habilitats de cadascú. Per tant, s'anima les persones que participen en aquest programa a triar lliurement l'habilitat que volen treballar en cada moment, i fins i tot se'ls estimula perquè s'atreveixin a dinamitzar ells mateixos alguna activitat, en funció de les seves professions o els seus gustos.

Els participants accedeixen a uns serveis innovadors, integrals, fonamentats en l'atenció centrada en la persona i oferts a uns preus socials molt assequibles. Les famílies també reben una atenció especial de l'equip de professionals que acompanya i condueix el programa.

Los Bicharracos de Montbau

Sergio Latorre

Adreça: Carrer de l'Harmonia n. 35, local 3
08035 Barcelona
Mail: bicharracos@movistar.es
Web: www.bicharracos.esy.es
Telèfon: 616 097 702



Los inicios del equipo se remontan a los años 70, cuando los entonces tiernos retoños que más tarde formarían el equipo originario jugaban míticos partidos múltiples en el patio del colegio y en las placetas del barrio, utilizando los bancos públicos como porterías.

Durante la adolescencia, sin un conjunto bien definido, disputan los torneos de la fiesta mayor contra equipos de los barrios colindantes, y es entonces cuando empiezan a surgir las rivalidades que se mantendrían para siempre. En el año de las Olimpiadas de Barcelona deciden formalizar un equipo con sede en el bar La Pineda, donde, gracias a un cliente, surge el nombre que bautizaría al equipo, el cual hacía referencia al carácter indómito, imprevisible y, por qué no, molesto de algunos de los integrantes.

Esa misma temporada se embarcan a disputar las ligas de más prestigio del área metropolitana: Géminis, Ballena Alegre, Brafa...Hasta acabar, veinte años después, su periplo futbolístico en la competición Acell, llevada a cabo en el mítico Campo Rojo y donde sus aficionados pudieron disfrutar de sus mayores gestas.

La disolución del equipo de futbol sala, lejos de desanimar al grupo, abre diversas secciones asociadas a las aficiones que todos comparten: se crean los Ciclobitxos, que disfrutan de salidas en bicicleta, y los Bugrunners, que participan en carreras populares. Cuando se reúnen todos para ir a cenar se convierten en los Gastrobitxos, siempre dispuestos a disfrutar de la oferta gastronómica de la Ciudad Condal.

Actualmente todos colaboran en la organización de la Caminata Nocturna de la Fiesta Mayor de Montbau, que este año celebrará su quinta edición, coincidiendo con el esperado 25 aniversario de la entidad.

Joventuts Alternatives de Montbau - JAM

Pau Salgado

Mail: jam.contacte@gmail.com

Qui som? Què fem? Què volem?
Des de fa uns anys deveu haver notat la presència d'una colla de joves amb samarretes de color rosa o dessuadores grises, amb un gran senglar al mig i tres lletres, JAM.

Si ens permeteu prendre-us una mica del vostre temps, us explicarem què és la JAM, qui som les Joventuts Alternatives de Montbau.

La JAM va néixer el 2014 com a col·lectiu jove, format per gent de fora del barri, amb l'objectiu de crear una proposta jove de festa major al barri. Aquest objectiu ha anat evolucionant durant els pocs anys de vida que tenim, fins a consolidar-se com a proposta cultural alternativa i jove que busca generar un espai on els joves del barri puguin portar, crear i gestionar els seus propis projectes, ampliant així la proposta cultural jove del barri, sense oblidar els altres col·lectius que conviuen amb nosaltres.

Amb el temps no només ha anat evolucionant el nostre objectiu, sinó que els membres de la JAM també han anat canviant. Vam començar com un grup de joves de fora del barri que vam agafar la missió d'organitzar la primera festa alternativa i jove a Montbau. Però no vam parar allà, al contrari: vam començar a fer més activitats, vam ampliar la nostra proposta cultural i, deixant la festa de banda, vam començar a organitzar cinefòrums i competicions de rap.

Amb aquestes propostes, la JAM es va començar a omplir de gent del nostre barri i de barris del voltant. Aquesta evolució no només ens va portar nous membres i nous objectius, sinó que ens va convertir en el que som ara: un casal de joves que busca ampliar-se, formar-se, ajudar, comprendre, crear, compartir i conviure amb tots els veïns de Montbau.

La Tribu de Montbau

Javier González

Mail: jamaxaca@gmail.com

La Tribu de Montbau la van crear un grup d'amics del barri l'any 2003, quan van decidir que calia tornar a fer salut mitjançant l'esport de la bicicleta de muntanya. Aprofitant el nostre privilegiat entorn natural, a prop de la serra de Collserola, es van preparar les primeres sortides dominicals, i la colla es va anar engrescant cada cop més, fins que les sortides es van convertir en una rutina esperada cada cap de setmana.

La majoria dels components de la Tribu, amb nens encara petits, s'adapten a les necessitats familiars i participen en les rutes dintre de les possibilitats de cadascú. A més a més, tothom hi hem anat incorporant amics, familiars, veïns, etc., i també hi han arribat nous membres d'una forma natural, fins i tot de fora de Montbau.

Pel que fa a l'organització, ja fa temps que hi vam posar ordre i vam incorporar a cada ruta un esmorzar per renovar les forces i enfortir la pinya d'amics que som la Tribu de Montbau.

També s'ha de dir que, a banda d'algunes pedalades puntuals fora de la nostra estimada Collserola, cada any intentem fer una sortida que impliqui més d'un dia de ruta. Tot i la dificultat de quadrar agendes, els darrers anys hem aconseguit assolir fites importants per al nostre ni-

Any	Ruta	Km	Desnivell +	Jornades
2015	Pedals del Pedraforca	113	3.500 m	2
2016	Bike Fosca	154	4.535 m	3
2017	Pedals de Foc	230	6.200 m	4

vell ciclista. Aquí teniu una mostra dels darrers tres anys:
Per acomiadar-nos, us recordem la importància de respectar la natura.
Salut i pedals.

Escola de Futbol TARR

Jaume Puignou

Mail: comunicacion@tarrcatalonia.com

33 anys respirant futbol a Mundet

L'Escola de Futbol TARR la van fundar l'any 1984 els ex-jugadors del FC Barcelona Torres, Asensi, Rexach i Rifé: el nom del centre prové de la inicial dels cognoms dels quatre fundadors. Des dels inicis l'Escola organitza cursos de futbol, amb el doble objectiu de la formació personal i esportiva dels alumnes, que actualment són nois i noies d'entre 5 i 12 anys.

Aquest 2017 la TARR ha celebrat el 33è aniversari de la seva fundació. Al llarg d'aquests anys l'Escola ha tingut més de 23.000 alumnes, entre els quals hi ha hagut centenars de futurs jugadors del futbol català, així com professionals de molts altres sectors. La tasca social de l'Escola és reconeguda per les famílies.

Durant el curs de l'Escola de Futbol, que va d'octubre a juny, els alumnes s'hi entrenen dues vegades a la setmana en dos torns diferents, els dilluns i dimecres o els dimarts i dijous, i els dissabtes al matí juguen un campionat intern, la Copa TARR. Actualment a l'Escola hi ha dotze equips, amb aproximadament un centenar de jugadors.

Els alumnes TARR, a la UB CATALÒNIA

Quan compleixen 12 anys, els alumnes de la TARR passen a jugar a la Unió Barcelonista Catalònia, club que participa en competició federada. El nombre d'equips federats del *Cata*, com se'l coneix familiarment, és quinze. En total, els jugadors federats del club són aproximadament 250.

Durant la temporada 2016-2017 el Catalònia –secció TARR– va tenir un equip benjamí, quatre d'alevins, quatre d'infantils, tres de cadets i tres de juvenils. La majoria van aconseguir molt bones classificacions, i destaca sobretot l'ascens del juvenil A a primera divisió juvenil.

Actualment l'Associació Esportiva TARR gestiona la instal·lació central del campus Mundet, que disposa de tres camps de gespa: camp 1 (90x50 m), camp 2 (60x30 m) i camp 3 (40x20 m). A més, hi ha un camp de sauló, una petita pista poliesportiva i el frontó, unes instal·lacions que són utilitzades per diverses persones del districte durant tot l'any.

Unión Deportiva Montbau

Jaime Delgado

Telèfon: 620 376 090
Mail: Alej1953@gmail.com

La Unión Deportiva Montbau es el equipo de fútbol del barrio, fundado en el año 1961 por los señores Tirso Suárez, Almeda, Mario Roquetas, Federico Montoliu, Juan Tejedor, Balarte, Javier Vizcaíno, Magín Matamala, José López y Pedro Peña.

Durante los primeros años el club jugó en la que entonces se llamaba «Liga de Educación y Descanso», y en 1964 pasó a estar inscrito en la Federación Catalana de Fútbol, en la que permanece hasta la fecha.

Sería largo detallar la lista de todas y cada una de las personas que han hecho posible la longevidad del club: presidentes, miembros de sus respectivas juntas, colaboradores, entrenadores, jugadores, etc., que desinteresadamente han colaborado con su dedicación y tiempo para mantener vivo el equipo.

Actualmente la entidad está pasando por grandes dificultades, ya que no disponemos de la gestión de ninguna instalación municipal que nos permita desarrollar una mayor actividad deportiva, como fútbol base, formativo y social, en el barrio, por lo que solo contamos con un equipo que milita en Quarta Catalana.

Sin temor a equivocarme diré que los barrios de Montbau y Vall d'Hebron son los únicos, dentro del distrito de Horta-Guinardó, que no disponen de campo de fútbol, por lo que tienen que desarrollar las actividades deportivas, en régimen de alquiler, en las instalaciones de las Llars Mundet, actualmente gestionadas por la Escola de Futbol TARR.

Aprovechamos esta oportunidad para agradecer a los socios, comerciantes y profesionales del barrio su colaboración desinteresada.

Projecte Radars

Núria Planchart

Segons una notícia publicada aquest 12 de juny passat a la web de l'Ajuntament de Barcelona, el projecte Radars s'implementarà als barris de Montbau, Horta i Sant Genís dels Agudells entre finals del 2017 i el 2019.

Aquest és un projecte que implica veïns, farmàcies, comerciants i personal voluntari, que es fixen en la vida quotidiana dels veïns de més edat del barri i actuen com a radars per poder avisar en el cas que detectin algun canvi de rutina. Als membres de la comunitat se'ls facilita un número de telèfon del centre de serveis socials i una adreça de correu electrònic perquè puguin comunicar-hi qualsevol incidència o anomalia.

És un projecte que implica veïns, farmàcies, comerciants i personal voluntari, que es fixen en la vida quotidiana dels veïns de més edat del barri i actuen com a radars per poder avisar en el cas que detectin algun canvi de rutina

L'equip de serveis socials de cada barri intervé quan és necessari, i prèviament es coordina amb la xarxa del barri.

El procés es completa amb el suport de la plataforma de seguiment telefònic de cada barri, des de la qual els voluntaris fan un seguiment del barri amb trucades personals. El projecte Radars, creat l'any 2008 a Gràcia, es consolida ara a 35 barris de Barcelona i arribarà a 53 d'aquí dos anys.

La prioritat és que les persones grans puguin continuar vivint a casa seva i gaudint de benestar. Es calcula que a Barcelona una de cada tres persones de més de 75 anys viu sola. Per poder ampliar el projecte a més barris és necessari implicar-hi més personal voluntari. Per això es començarà la tasca de sensibilització, difusió i adhesió a les noves zones d'implementació. En cada barri on es posi en marxa el projecte s'articularà una nova plataforma de seguiment telefònic.

Voluntaris

Cristina Puigdomènech del Coso

Per què ens fem voluntaris?
Hi ha gent que no es limita a veure passar la vida: hi vol participar!

En quin grau i en quina mesura? Cadascú es marca el seu límit. La meva mare deia: «Què està més ple, un ampolla plena o un didal ple?» Tots dos estan igual de plens. La diferència està en la seva capacitat. Doncs bé, el voluntari també ho és en la mesura de les seves capacitats.

L'objectiu, gairebé sempre, és doble: ajudar, construir, tornar a la societat el que t'ha donat i sentir-te útil i realitzat. Cada voluntari dona el més valuós que té, que és la dedicació del seu temps als altres. En una època en què costa menys donar que donar-se, hauríem de començar a valorar en el que val el privilegi que suposa que hi hagi gent que dediqui el seu temps i la seva energia a tenir cura dels altres.

Ser voluntari pot semblar una inversió temporal massa feixuga, i és aquest sentiment el que, sovint, tira enrere a l'hora de decidir implicar-se. Res més allunyat de la realitat. Si bé és cert que el voluntariat t'obliga perquè et compromets, a canvi ofereix múltiples sensacions: la de ser útil als altres, la de connectar-te amb el món en què vius; a més, et fa sentir viu i et proporciona una xarxa de coneixences, companys i companyes afins que acaben de completar la satisfacció per la teva tria.

La història més recent ens ha donat exemples clars del fet que les grans fites no s'haurien pogut assolir sense un voluntariat generós, implicat i desprès, que creu que pot deixar la seva empremta procurant el benestar i la satisfacció del seu entorn (per exemple, durant els Jocs Olímpics de Barcelona, l'any 1992). El sentiment de pertinença a un grup que es compromet amb un col·lectiu, sigui quin sigui, proporciona un plaer indescriptible que enganxa i que només pot comprendre un altre voluntari.

Jo us ho recomano: és la millor teràpia contra la desil·lusió, l'aïllament, l'avorriment, la soledat i la baixa autoestima. Reps molt més del que dones. Pensa-hi!

Ressò de Montbau

Revista independent d'Horta Guinardó