

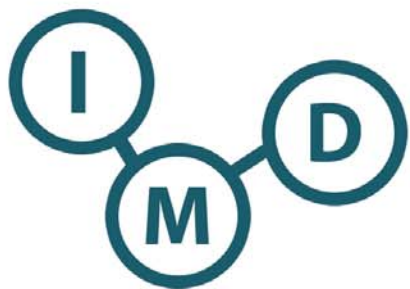
Sabadell informatiu

Revista quinzenal gratuïta
núm. **023** • 5 de octubre de 2018

 **Ràdio Sabadell 94.6**
www.radiosabadell.fm   



Sabadell 1-0: un any després



IMATGE MÈDICA DIGITAL

RESONÀNCIA MAGNÈTICA

TAC | Ecografia | RX Convencional | Mamografia
Densitometria | Ortopantomamografia

CONVENI AMB LES
PRINCIPALS
MÚTUES

RADIOLOGÍA
**SENSE
LLISTES
D'ESPERA**



C/ Illa, 52 • SABADELL • www.imdsd.es • info@imdsd.es

93 748 48 85



Obra nueva Sabadell

C/ de Alguersuari i Pascual, 43
sabadellcentro.es - 655 826 437

55%
vendido

Pisos de 2, 3 y 4 habitaciones
desde **190.000€**



CENTRE GENT GRAN BALLE SOL BARBERÀ

C/. Abad Oliba, 24 - Barberà del Vallès



BALLE SOL
★★★★★

SI PUC TRIAR, TRIO EL MILLOR

Amb la confiança i seguretat dels més experts

Altres centres Ballesol a Barcelona: **FABRA i PUIG - BADALONA - ALMOGÀVERS**



ballesol.es



93 747 90 49





Només un any

Només ha passat un any. Un any només, encara que ens pugui semblar que ha estat mitja vida. Un any, amb els seus 365 dies, des del referèndum de l'1 d'octubre de 2017 i fins avui. Un any, en el qual ha estat impossible no recordar dia sí i dia també tot el que vam viure en aquella jornada i les conseqüències posteriors. No hem pogut i tampoc no ens han deixat. I un any que, des de la perspectiva que sempre permet el temps, ha de servir per comprovar com hem canviat nosaltres i, sobretot, com gairebé no ha canviat res a l'escenari que ens envolta.

Un any per no pair que es tanquin les ferides provocades per les escenes de violència de les quals la ciutat va ser testimoni directe. Un any per valorar que, malgrat els suposats esforços de molts, seguim, si fa o no fa, on érem fa dotze mesos. I el més important, un any per no acostumar-se a que gent de pau com els Jordis, el Sánchez i el nostre Cuixart, siguin encara a la presó de manera preventiva.

Sense ells -i d'altres- al capdavant, la història no és la mateixa. El rumb de cap a on ens volen portar no és gens clar. I sense ells estem vivim imatges que, ara fa un any, haguessin estat inimaginables. Dit d'una altra manera, amb la certesa que, amb ells al carrer, no haguéssim patit les escenes que dilluns vam patir a Barcelona.

És per això, que encara cal posar en més valor que aquí, a Sabadell, la gent també va tornar al carrer. Com fa un any. Aquesta vegada, per recordar i per reivindicar. I com llavors, de l'única manera que es pot entendre, amb civisme i seny.

Les finals no són per a l'octubre

Capítol al marge enmig d'aquest anomenat 'octubre calent' mereix el Centre d'Esports Sabadell. L'equip es troba en una situació tan inesperada, com complicada d'explicar. Si féssim una enquesta a peu de carrer, segur que per a la majoria dels arlequinats, poques preguntes són ara mateix més inoportunes que: i el Sabadell, què? Com va aquest any? Malament, oi? I sí, va malament. Després de sis jornades els de Toni Seligrat són penúltims, amb una única victòria, i molt lluny de l'objectiu de temporada il·lusionant que tots ens havíem imaginat a l'estiu.

Del somni a la realitat en mes i mig de campionat. I, sobretot, preocupats per allò d'haver de jugar 'finals' i que arribin les urgències a principis d'octubre. No és, ni de lluny, el millor dels escenaris. I més, quan l'alerta es manté activada, en tots els sentits, davant d'una hipotètica ensopegada contra el filial de l'Espanyol aquest diumenge. Que tot podria ser.

Un any per no pair que es tanquin les ferides provocades per les escenes de violència

Autor fotografia de la portada: Roger Bener

El proper número sortirà al carrer el 26 de d'octubre

Edita: Comunicacions Audiovisuals de Sabadell S.L.U. | www.radiosabadell.fm.

Cap de redacció: Sergi Garcés.

Redacció: Adrián Arroyo, Aleix Graell, Helena Molist, Karen Madrid, Marc Pijuan, Montse P.Creus, Núria García, Pau Duran, Pau Vituri, Pere Gallifa i Raquel García.

Maquetació: DBcoop, sccl | www.dbcoop.cat.

Publicitat: GPL, sccl. Trinitat Gutiérrez (654368974) trinitat@gpl.cat.

Imprimeix: Imprintsa S.A. 15.000 exemplars

D.L.: B - 24.043 - 2017

Si tens cap informació o alguna història que ens vulgui explicar, fes-ho enviant un correu a informatius@radiosabadell.fm o amb una nota de veu al 678775686

ÍNDEX



08. Dimissions, relleus i primàries al PSC

09. Saballuts torna al Concurs de Tarragona



11. L'OSV endega nova temporada

16. Els nois del CNS diuen adéu a la Champions



20. Maria Xinxó presenta el seu *Jo també porto el llaç groc*





CLÍNICA DENTAL
L'ART DE CREAR SOMRIURES

T'ajudem a somriure

Consulta la nostra financiació sense interessos



ESPECIALISTES EN IMPLANTS
10% DESCOMpte PER JUBILATS (+65 ANYS)

Ronda Europa 481, 08206 Sabadell 931 187 142 - 636 437 334 artisclinicadental.com







Sabadell manté el record de l'1 d'Octubre

1.500 persones reivindiquen la llibertat democràtica i condemnen la violència policial en una concentració a plaça Sant Roc

KAREN MADRID
@KMADRID_RIBAS

El record de l'1 d'Octubre, un any després de passar per les urnes, segueix ben viu a la ciutat, com han demostrat durant l'aniversari del referèndum les persones que han sortit al carrer per commemorar l'efemèride. Aquest 1 d'octubre, 1.500 persones s'han sumat a la concentració convocada per l'Ajuntament de Sabadell a la plaça Sant Roc amb un doble objectiu; recordar les accions impulsades per la ciutadania per poder votar quin futur volien per a Catalunya i condemnar la violència policial i l'empresonament dels líders independentistes. Les reivindicacions s'han plasmat en un manifest signat pels quatre partits que conformen el govern (UnitatxCanvi, ERC, Crida i Guanyem), i per Convergència i Unió i els regidors no adscrits. El document, que va llegir l'alcalde de Sabadell, Maties Serracant, manté les reivindicacions d'ara fa un any, com per exemple, que "la ciutadania pugui votar i tenir urnes amb les mateixes garanties que en qualsevol altre procés electoral". Així mateix des del consistori es fa una crida als ciutadans a "continuar manifestant-se contra la vulneració dels drets humans fonamentals",



L'escola Nostra Llar va ser un dels punts de trobada | Roger Benet

Des del CDR lamenten la gestió del Govern de la Generalitat de les demandes expressades per la ciutadania al referèndum i denuncien que els polítics independentistes "han abandonat el poble català". L'alcalde de Sabadell, Maties Serracant, insta les forces polítiques catalanes a trobar una solució a la paràlisi actual i fer efectiva la república.

assenyalant els enfrontaments policials que es van viure a l'escola Nostra Llar. A més, defensa una resolució dels conflictes per la via de la negociació i denuncia la "persecució" a la qual s'està sotmetent als líders independentistes. "Una democràcia no pot ser plena si empresona els màxims portaveus de la societat civil que han liderat les mobilitzacions més importants que hem viscut a la Catalunya del segle XXI. Una

Aquest 1 d'octubre, 1.500 persones s'han sumat a la concentració convocada per l'Ajuntament de Sabadell

democràcia no pot ser plena si empresona bona part del govern legítim únicament per haver defensat democràticament el dret a l'autodeterminació del poble català", exposa el manifest. La concentració va acabar amb l'Ajuntament reclamant l'alliberament immediat dels polítics empresonats; una demanda a la qual els assistents van respondre amb un llarg aplaudiment, crits de "llibertat presos polítics" i el cant de Els Segadors.

Accions dels CDR

A banda d'aquest acte central convocat per l'Ajuntament, també es va reivindicar el primer aniversari de l'1 d'octubre d'altres maneres a la ciutat. Els membres del Comitè de Defensa de la República (CDR) de Sabadell es van sumar al tall dels accessos del Centre Logístic CIM Vallès, a primera hora del matí, per tal que la mobilització

 **ANFER**
Clínica Dental

**creando
sonrisas sanas**
más de 26 años a tu lado

primera visita+revisión
gratuita

Te ofrecemos los mejores servicios

Odontología integral | Periodoncia | Cirugía implantología | Prostodoncia
Ortodoncia conservadora | Sedación | Estética dental | Relleno de arrugas buco labiales



C. Urgell, 2 · BARBERÀ DEL VALLÈS · 93 729 21 00

400 membres del CDR de Sabadell van tallar les vies d'entrada al CIM amb barricades

tingués un impacte en l'economia. En total, 400 membres de l'organització van tallar les vies d'entrada al CIM amb barricades. Tot i la forta presència policial, amb una desena d'unitats de la BRIMO dels Mossos d'Esquadra en el moment àlgid, la protesta es va tancar sense incidents al cap d'un parell d'hores.

Carta de Cuixart

La commemoració de l'1 d'Octubre a la ciutat, però, va començar diumenge, amb un programa d'actes impulsats per Òmnium, Sabadell per la Independència i el CDR que va aplegar més de 4.000 participants. La concentració davant l'escola Nostra Llar va ser un dels moments més emotius de la jornada, amb la lectura d'una carta de Jordi Cuixart, per part de Marcel Mauri, escrita expressament per a l'ocasió. En l'escrit, el president de l'entitat va tenir



Concentració ciutadana davant de l'Ajuntament | Roger Benet

paraules de record per a la jornada del referèndum: "A Lledoners tancant els ulls, veig la dignitat de tots vosaltres defensant l'escola Nostra llar. Impossible oblidar la gentada omplint carrers, els nervis, els crits, les abraçades després de plorar". Un cop van acabar els parlaments, representants del CDR van penjar un mural i una placa commemorativa a la façana de l'escola. Tot seguit, es va fer una marxa lenta fins a la

plaça Marçet, des d'on va començar la marxa de torxes pels carrers del Centre, fins arribar a la plaça Doctor Robert. En aquest punt de la ciutat es va fer l'acte central, on es van llegir diversos manifestos de les entitats independentistes sabadellenques. Per part del CDR, Xus Merino va carregar amb força contra els polítics catalanistes, assegurant que els comitès "sí que estan compromesos i exigeixen tenir uns polítics que compleixin

el que es va votar l'1 d'Octubre". En la mateixa línia, Teresa Mira, presidenta d'Òmnium Sabadell, va denunciar l'actuació dels Mossos d'Esquadra en la manifestació de dissabte a Barcelona, on el cos policial va carregar contra els manifestants: "Cal que algú amb autoritat els digui als Mossos que es dediquin a altres assumptes diferents dels de la república".

La plaça 1 d'Octubre haurà d'esperar



Sense acord per a la plaça de l'1-O | Roger Benet

K.M.

Es sabadellencs partidaris a posar el nom d'1 d'Octubre a una plaça de la ciutat hauran d'esperar, després que la moció per substituir la plaça Antoni Llonch pel del dia del referèndum no prosperés. La proposta, presentada al Ple municipal del mes de setembre per Esquerra Republicana, La Crida, Convergència i Unió i els regidors no adscrits, no va obtenir els suports necessaris. Tot plegat, perquè CIU va fer-se enrere i es va abstenir -amb l'excepció de la regidora Sílvia Renom-, al·legant que calia més consens.

Desde 1989 al servei del client

Serralleria Arc

Treballs metàl·lics | Panys de seguretat | Claus

93 711 90 18
687 84 66 67

c/ Joanot Martorell, 3 · 08203 Sabadell

Ocupa aquest espai, anuncia't al **SABADELL INFORMATIU**

Truca al **654 368 974**
www.gpl.cat

MÚTUES PARTICULARS ACCIDENTS DE TRÀNSIT

Centre Medicina Correctiva

Fisioteràpia i rehabilitació
Rehabilitació a domicili
Medicina esportiva
Incontinències urinàries/ Sòl pelvià
Estudis urodinàmics, fluxometries
Preparació maternal/ Massatge Infantil

Osteopatia
Logopèdia
Massatges (esportiu, terapèutic)
Diatèrmia
Acupuntura/ Homeopatia
Diètes personalitzades

C. Casanovas i Bosch, 44 Sabadell 93 727 09 06
www.cmcs.org



TOT EL QUE NECESSITES VIA SABADELL

www.viasabadell.es
DAVANT DE L'IKEA
c-58 sortida sabadell sud

NOTÍCIES BREUS

El Fessalut aterra a Sabadell

Fira Sabadell acull per primer cop al novembre el certamen Fessalut, “la gran festa de la salut i els hàbits de vida saludable”. La mostra vol donar a conèixer a un públic familiar productes i serveis que permeten millorar la salut des del punt de vista físic, mental i social. La fira planteja durant tot un cap de setmana tallers, conferències, demostracions, debats, classes de cuina saludable i de teràpies naturals o masterclass esportives per donar a conèixer tot aquest univers. “Aconseguir i preservar un estil de vida saludable ens ajuda a mantenir la salut i a prevenir malalties o complicacions de les mateixes durant totes les etapes de la nostra vida”, diuen els organitzadors. Des del Fessalut s’han marcat com a fita que el certamen es faci un cop l’any i arribi a convertir-se en el punt de trobada de referència d’empreses i entitats del sector al Vallès Occidental.

Nou medicament antisuïcida

A Espanya hi ha 10 suïcidis al dia i 3.600 l’any. A l’hospital sabadellenc treballen en un nou fàrmac que podria evitar les inspiracions suïcides amb només quatre hores. Aquest medicament és l’únic que actua sobre el glutamat, un neurotransmissor que actua sobre les emocions de les persones. Les proves són favorables i és possible que al llarg de l’any vinent s’aprovi a molts països europeus. El seu consum serà controlat per professionals d’hospitals i caps. Als Estats Units està a l’espera de comercialitzar-se.

El projecte del Taulí a punt de ser adjudicat de nou

La direcció del Centre rescindeix el contracte amb Acciona

NÚRIA GARCÍA
@NGARCIAMATAS

La Corporació Sanitària Parc Taulí és a punt d’adjudicar per segona vegada el projecte Frontal Gran Via, que preveu la construcció de dues plantes d’hospitalització noves a sobre del mòdul actual d’urgències per tal de poder descongestionar aquest servei en els moments de més pressió assistencial. El consell de govern de la institució va donar llum verda la setmana passada a la rescissió del contracte amb Acciona després que la companyia encarís el pressupost de les obres fins al 20 per cent de màxim que permet la llei i que a final d’agost s’aturesin els treballs. La necessitat del nou concurs endarrerirà l’entrada en servei dels 72 llits previstos per a malalts pendents d’ingressar a planta fins a l’estiu de 2020. El



La direcció del Taulí espera reiniciar les obres en breu | Roger Benet

director general del Parc Taulí, Joan Martí, explica a Ràdio Sabadell que s’ha descartat demanar una indemnització a Acciona per tal d’evitar un retard encara més important en els treballs: “Anar a una rescissió culpable implica problemes jurídics i retards i ens impediria treure el nou concurs. Vam optar per ser efectius perquè el que ens interessa és construir l’edifici el més aviat possible”.

cropilatge necessari per reforçar l’estructura de l’edifici. “La idea és posar-les en marxa al març, però ja seria amb el reforç de l’estructura fet, de forma que des del primer dia que es repleguin sigui per enlairar. D’aquesta manera guanyem una mica de temps”, comenta.

L’Ajuntament fa costat al Taulí
L’Ajuntament de Sabadell s’ha posat al costat de la direcció del Parc Taulí per haver rescindit el contracte amb Acciona per l’increment del cost pel qual es va adjudicar l’obra. Alhora, el consistori celebra que s’hagi decidit avançar de forma immediata una part dels treballs previstos amb l’objectiu de minimitzar al màxim l’impacte dels treballs en el servei d’urgències. L’Ajuntament assumeix el cost de l’ampliació de les urgències del Taulí amb una aportació de gairebé 4,5 milions d’euros.

Festa grossa en la presentació del documental del barri de Torre-romeu

Veïns i veïnes del barri van organitzar una jornada d’activitats per celebrar l’estrena del llargmetratge

HELENA MOLIST
@HELENMOLIST

els veïns del barri de Torre-romeu han produït un emotiu documental sobre la història del barri, “Torre-romeu: història de lluita i solidaritat”. El documental repassa la història del barri, des del seu naixement, el llargmetratge relata la creació i l’evolució de les diferents entitats i institucions del barri de la mà dels seus veïns i veïnes. També repassa aspectes com la convivència dins del barri o l’ensenyament.

La presentació del documental es va fer amb tots els honors

al centre de la ciutat, a la Fira Sabadell. En el recinte, entitats del barri van organitzar tota una jornada plena d’activitats per a petits i grans. El dia va començar amb una masterclass de ioga organitzada per la gent del Centre Cívic. Per l’escenari també hi van passar la Coral de la Gent Gran, l’espectacle del grup de ball U Move i també l’exhibició de country per part de Silvia’s Friend. Un dels moments àlgids de la jornada, però, va ser el dinar, on alguns dels veïns del barri van cuinar una paella per a més de 600 persones.

En aquesta jornada no hi van faltar personalitats polítiques. Joan



Imatge del DVD on es recull el documental del barri | Roger Benet

Mena, diputat al Congrés d’En Comú, i veï del barri, va voler destacar la importància del barri de Torre-romeu: “La història del barri és la història de la construcció d’un país que s’ha fet des de la diversitat, des de la pluralitat”. Per la seva banda, Roger Torrent, president del Parla-

ment de Catalunya, assegurava que “m’he emocionat en veure el documental perquè és la vostra història, un barri fet des de zero, construït amb les vostres mans”.

Maties Serracant, alcalde de la ciutat, va voler fer una crida a la cohesió dels diferents barris: “Volem que Sabadell sigui una sola ciutat, una suma de barris que generin una sola ciutat.”

La jornada també va comptar amb un bus llançadora, que traslladava els assistents des de la Fira a Torre Romeu. Precisament, Roger Torrent va aprofitar la seva estada a Sabadell per visitar aquest barri.



DES DE SABADELL EXPANDIM L'ÒPERA A TOT CATALUNYA

Inauguració de la Temporada d'Òpera 2018-2019
Teatre La Faràndula de Sabadell - Dies 24, 26, 28 octubre

Falstaff

G. VERDI
(1813-1901)



PAU MONTERDE. *Direcció d'escena.*

A *Falstaff*, Boito i Verdi acosten l'obra shakespeariana als seus antecedents mediterranis. Converteixen el protagonista en una metàfora de l'artista, un personatge barreja de marginació social, lucidesa, ironia, gust per la bellesa i el plaer, que posa en evidència les falsedats i les contradiccions de la seva societat. I fan una obra feminista en que les dones donen una lliçó als homes que volen imposar la seva autoritat menystenint-les.

DANIEL GIL DE TEJADA. *Direcció musical*

Verdi crea a *Falstaff* el seu gran testament musical: una partitura brillant, perfecta, amb una escriptura orquestral nova i original com no es coneixia fins aquell moment a l'òpera italiana. Música i text estan íntimament units, creant una obra que flueix amb vitalitat des del principi i que conclou amb una lliçó moral en forma de fuga:

"Tot en el món és burla".



CARLES DAZA
Mr. Ford



SVETLA KRASTEVA
Mrs. Alice Ford



TONI MARSOL
Sir John Falstaff



ALBERT CASALS
Fenton



MARGA CLOQUELL
Nannetta



MARÍA LUISA CORBACHO
Mrs. Quickly



ANNA TOBELLA
Mrs. Meg Page



JORDI CASANOVA
Dr. Cajus



CARLES ORTIZ
Bardolfo



MARC PUJOL
Pistola

Escenografia i vestuari: **ELISABET CASTELLS** - Il·luminació: **NANI VALLS** - Assistent de la direcció d'escena: **ANNA PONCES**

COR AMICS DE L'ÒPERA DE SABADELL – ORQUESTRA SIMFÒNICA DEL VALLÈS

Ciutats on serà representada

Octubre-Novembre 2018: Sabadell Teatre La Faràndula, 24, 26 i 28 oct. - **Reus** Teatre Fortuny, 30 oct.
Lleida Teatre de la Llotja, 4 nov. - **Sant Cugat del Vallès** Teatre-Auditori, 9 nov. - **Granollers** Teatre Auditori, 11 nov.
Manresa Teatre Kursaal, 18 nov. - **Tarragona** Teatre Tarragona, 25 nov.

Oberta la venda per a nous abonaments i localitats soltes a les taquilles del Teatre Principal C/. Sant Pau, 6
i a les oficines de l'Associació d'Amics de l'Òpera de Sabadell, Plaça Sant Roc, 22, 2n 1a
Tel. 93 725 67 34 - aaos@aaos.info - www.aaos.info - <https://sabadellcultura.kobin.com/index.php>

Patrocinen:



Amb el suport de:



Col·labora:



NOTÍCIES BREUS

Acord per construir el col·lector de Can Gorg

La construcció del col·lector del Torrent de Can Gorgs començarà durant el primer trimestre de 2019 després que els ajuntaments de Sabadell, Barberà i Badia, els tres municipis que comparteixen la infraestructura, hagin signat un conveni que permetrà reiniciar les obres, aturades des del 2015. Els treballs permetran acabar amb les inundacions del barri de Can Gorgs de Barberà.

300 persones recorden el nen assassinat pel seu pare

Sabadell ha mostrat el seu condol per la mort del nen de 6 anys assassinat, presumptament, pel seu pare en un accident de trànsit intencionat a França. Després del minut de silenci, s'ha llegit un manifest per condemnar aquesta enèsima mostra de les violències masculines de la nostra societat. La bandera de Sabadell de la casa consistorial va onejar a mig pal durant tot el dimarts.

L'atur baixa sensiblement al setembre

En xifres absolutes 191 persones s'han incorporat al mercat laboral i la ciutat té ara 12.550 aturats, una quantitat molt similar al mes d'agost. En percentatges, la taxa de desocupats no ha crescut els últims mesos tot i que hi ha una tendència molt lleugera a la baixa des dels primers mesos de l'any quan l'atur registrat a Sabadell superava el 13 per cent. Ara se situa en un 12,11 per cent.

Cristian Sánchez i Anna Carrasco renuncien a l'acta de regidors

Carlos Corcuera i Mercè Porràs els substitueixen després de la seva aparició a una de les peces del cas Mercuri

PERE GALLIFA
@PERE_GALLIFA

Els regidors socialistes Cristian Sánchez i Anna Carrasco ja han assistit al seu últim Ple municipal com a edils de l'Ajuntament. Ambdós van renunciar a l'acta dijous passat, arran de la seva imputació en la peça 28 del cas Mercuri. A través d'un comunicat han explicat que ho fan per complir amb el codi ètic del partit, poder preparar la seva defensa i per no perjudicar la formació socialista. De totes maneres, reiteren la seva innocència i asseguren que col·laboraran al màxim amb la justícia per donar explicacions i demostrar que no han comès cap delictes.

Per la seva banda, des de la formació municipal, han acceptat la renúncia immediata i l'han posat d'exemple per altres membres del consistori involucrats en processos judicials que, diuen, "constantment donen lliçons". Les al-



Sánchez i Carrasco parlant a un dels Plens municipals | Roger Benet

lusions són per a l'alcalde, Maties Serracant, i altres membres del govern municipal investigats arran d'una denúncia d'SMATSA per presumpta prevaricació.

Des del PSC creuen en la innocència dels seus membres i esperen que la justícia sigui ràpida per poder demostrar-la. A més, volen que Sánchez i Carrasco recuperin

el seu prestigi social i polític com més aviat millor. El partit també recorda que els fets investigats daten de l'any 2011, quan els dos implicats encara no eren regidors. A partir d'ara els prendran el relleu Carlos Corcuera i Mercè Porràs.

Farrés es postula
D'altra banda, les primàries del

PSC per a les municipals de 2019 arrenquen aquesta setmana. Avui acaba el termini dels precandidats per recollir els avals, que han d'arribar al 25% de la militància. De moment, només s'hi ha postulat l'exregidora Marta Farrés.

Més de 20 entitats i 25 actes per recordar la Gran Guerra

El programa va arrencar l'1 d'octubre i s'allargarà fins al 18 de gener

P.G.

Aquest 2018 se celebra el centenari de la fi de la Primera Guerra Mundial. Per aquest motiu, diverses entitats volen posar de manifest la influència de la Gran Guerra a la nostra ciutat, ja que va ser un moment de gran producció manufacturera i cultural. "Sabadell en aquells anys és quan arriben més forces de la industrialització. Afecta el liberalisme, es comença a formar una societat de masses, apareix l'obrerisme i hi ha el ressorgiment



En marxa el programa recordatori de la Primera Guerra Mundial | Cedida

cultural i polític del país...", detalla Joan Brunet, coordinador de la Taula d'entitats impulsores.

Conferències sobre història de la Gran Guerra, xerrades d'elements locals com la Torre de l'Aigua, projeccions de cinema, concerts amb músiques del conflicte o exposicions diverses. Activitats que envoltaran l'acte central del programa, l'11 de novembre. "La gent del teatre està muntant un espectacle per reviu l'armistici a l'estació de la Plaça Major. Quan acabi l'acte, hi haurà una cercavila", ha explicat Brunet.

Els Saballuts es provenen al Concurs de Castells de Tarragona

Després d'un any complicat per als camises verdes, esperen completar els castells que no van poder coronar durant la Festa Major

HELENA MOLIST
@HELENMOLIST

Aquest diumenge la colla castellera de Sabadell s'enfronta a un dels reptes més grans de la seva història: el concurs de Castells de Tarragona. Aquesta competició agrupa les dotze millors colles del país. En el cas dels camises verdes, l'any 2017 van tancar la temporada amb 14.895 punts, coronant-se així com la desena millor colla del país. Bea Jiménez, cap de colla dels Castellars de Sabadell, explica que participar en aquest concurs és una gran pressió, ja que "és una actuació que no s'assembla a cap altre i que ens motiva molt".

Aquesta temporada els Saballuts han tingut un any complicat, ja que alguns membres de la colla s'han donat de baixa i per tant han hagut d'entrenar nous castellers. Tot i això, Jiménez assegura que gràcies als assaigs d'aquesta setmana, "tenim la feina molt avançada i aquesta setmana, el que farà els assajos, és confirmar això".

Però els Saballuts no aniran sols cap a Tarragona. Tots aquells sabadellencs que són fans dels castells han tingut l'oportunitat d'assistir, durant aquesta setmana, a algun dels assaigs dels camises verdes i poder fer pinya en els castells. Tots aquests que hagin ajudat als Saballuts aquesta setmana viatjaran diumenge amb la



Els Saballuts tornen a la Tarraco Arena | Saballuts

colla cap al Tarraco Arena i faran pinya amb els camises verdes.

Els Castellars també han presentat les noves camises que lluiran a partir de la diada Saballuts, que té lloc a la nostra ciutat el pròxim 14 d'octubre. La nova equipació l'han elaborada junta-

La nova equipació l'han elaborada juntament amb el Gremi de Fabricants

però presenten novetats: primer de tot, s'ha volgut treballar amb un patró que s'adequa als castellers i que té la suficient elasticitat per facilitar el moviment i per afavorir-ne la transpiració. També s'han reforçat les parts de la camisa que pateixen més el treball dels castellers i, per últim, també s'ha treballat en les costures per tal que aquestes no es clavin a la pell dels castellers.



ENS VOLEM CASAR AMB TU

Tot el que necessites pel teu casament ho tens a Santa Perpètua

Sí vull que tot sigui perfecte el dia del meu casament
Durant el mes d'octubre una quinzena de comerços i empreses de serveis de Santa Perpètua de Mogoda posem a la teva disposició la nostra experiència i professionalitat per oferir-te productes i serveis amb descomptes, packs i promocions, pensats per aquest dia tan especial.



GUANYEU
UN CAP DE SETMANA A L'HOTEL COLON THALASSO TERMAL
I MOLTS ALTRES REGALS

MIA COMUNICACIÓ GRÀFICA

SEGUEIX-NOS



atrihost

08130 ESTUDI DE DISSENY

BEAUTY NEWS SALON

GRINAN SABATERS

calitas

MILAR

CR CAL BELLOTGER

SOL VISION

DIVERS ART FLORAL

fotoprix

Lulu

Yolanda Bartrina Estilistes



Bateguem

amb

FORÇA

Bateguem

amb
la **nostra**
Ciutat



Ràdio Sabadell 94.6

www.radiosabadell.fm   

L'OSV torna a la càrrega amb vuit concerts

L'orquestra sabadellenca portarà a La Faràndula la música de Chopin, West Side Story i Mozart

ALEIX GRAELL
@ALEIXGNN

La temporada de l'Orquestra Simfònica del Vallès (OSV) comença forta. Aquest cap de setmana obren foc a Sabadell amb el concert *Chopin, Polònia i Dràcula*, el primer dels vuit recitals que acollirà la ciutat. "Una orquestra simfònica pot interpretar qualsevol tipus de música sempre que estigui ben feta", ha afirmat, Jordi Cos, president de l'OSV i director del programa *L'espia de Malher* de Ràdio Sabadell. Una temporada que torna a ser una aposta pura i boja de l'OSV; una música simfònica, però sense cotilles.

Avui mateix es presenta el primer concert dedicat al compositor polonès i virtuós del piano Frédéric Chopin. Una representació que comptarà amb la direcció de Víctor Pablo Pérez i els dits del pianista Szymon Nehring, a més del Cor Jove de l'Orfeó Català. "Podrem escoltar la banda sonora de la pel·lícula *Dràcula*, una obra dedicada a Polònia i el compositor senyera de Polònia que és Frederic Chopin", ha explicat Cos.

Al novembre, el cinema torna a prendre el protagonisme quan es compliran 100 anys del naixement del compositor nordamericà Leonard Bernstein. La Simfònica el recordarà amb



Aquest cap de setmana tornen els concerts de l'OSV | Roger Benet

un particular homenatge a una de les seves composicions més cèlebres, la banda sonora de la cinta *West Side Story*. Serà el 30 de novembre en un concert a la Faràndula abans que per Nadal, l'orquestra ofereixi el seu Festi-

val de Valsos i Danses els dies 29 i 30 de desembre.

"Podem arribar al públic més melòman i més exigent, però també a d'altres que els agrada altres

tipus de música com les bandes sonores o els musicals. Els públics són molt diversos i nosaltres volem reflectir la societat en què vivim", argumenta Cos. El president de l'OSV creu que es podrà mantenir la xifra d'espectadors de la temporada passada, quan es van superar els 5.000 espectadors.

Per fer-ho confiaran la primavera a Beethoven i Mozart. El compositor austríac sonarà a La Faràndula al març amb les veus dels actors Roger Pera i Joan Pera a *Papà Mozart*. La temporada es tancarà amb Beethoven i la seva celeberrima setena simfonia, sense oblidar una gira de Setmana Santa amb el *Rèquiem de Fauré*.



Neinor
HOMES

Cuando piensas en **tu casa**,
piensa en **Neinor Homes**.

¿Cómo saber si por fin has encontrado tu casa?

**Eixample
Homes
Sabadell**

No busques más

Todo lo que necesitas
a 5 minutos del centro



*Obra en construcción

Infórmate en el **900 11 00 22** o en **neinorhomes.com**



FOTOGRAFIES DE ROGER BENET (@ROGERBR21)



La ciutat serà l'escenari d'un crim literari



Tot a punt per a la Trobadà de Novel·la Negra a Sabadell | Roger Benet

A.G.

Les Dames del Crim la llibreira La Llar del Llibre i l'Ajuntament han organitzat unes jornades per parlar de la novel·la negra: *Sabadell negre*, *La llar del crim literari*. El nucli central de programa seran una sèrie de taules rodones al Museu d'Història que tractaran la novel·la negra entre els joves, en el còmic, una especial sobre Sherlock Holmes i d'autores i protagonistes femenines. "La penúltima de les taules serà Criminals en sèrie. Bogeria o malícia. Diversos experts ens parlaran del personatge estrella de la novel·la negra, el psicòpata. Volem veure els diferents perfils d'aquests personatges, que per dolents que siguin, sempre ens atrapin", ha detallat una de les Dames del Crim, Mònica Baraut. Un altre dels punts a tractar seran un dels elements més atractius d'aquesta literatura d'aquest gènere: els psicòpates. La regidora de Cultura, Montserrat Chacón, ha destacat com la literatura negra és, en moltes ocasions, l'entrada a la cultura: "Sempre diem que les biblioteques són els equipaments que funcionen com a porta de cultura, i les llibreries també ho són. Crec que podem fer el paral·lelisme amb la novel·la negra, perquè sovint els gèneres que s'han vist com a menors acaben sent un dels majors introductoris de la literatura en el públic". El festival literari es completarà amb altres activitats complementàries com un club de lectura infantil, una exposició de Manuel de Pedrolo i la novel·la negra al Museu d'Història, i la construcció d'un escenari del crim al carrer Jesús.

La Sala vol trencar tòpics aquesta temporada

L'espai dedicat al teatre infantil ha dissenyat una temporada arriscada i sense tabús

ALEIX GRAELL
@ALEIXGNN

Aquesta temporada 2018-2019 de La Sala vol trencar els esquemes. "Pretenem parlar de tot, trencar el tòpic que hi ha coses que amb els nens no es poden parlar", creu Eulàlia Ribera, directora de l'espai. Aquesta temporada que ara arrenca compta amb vint espectacles, alguns multipremiats com *Laika* o la cantant Dàmaris Gelabert, que triomfa entre els més petits. Com sempre hi ha també noms i títols per descobrir basats en el teatre

Aquesta temporada que ara arrenca compta amb vint espectacles

i la dansa com el *Rei de la casa*, *Amigoo o Wax*, un muntatge sobre una matèria aparentment dòcil. Enguany, però, La Sala vol



Laika és un dels espectacles programats a La Sala | Cedida

fer un pas més. Per complementar les reflexions post funció dels espectadors –grans i petits– han programat conferències per tractar els temes que es presenten damunt de l'escenari com són el maltractament animal o el dol en els infants. En total s'espera que uns 12.000 nens passin per l'espai teatral aquesta temporada.

Aquestes, però, són algunes de les novetats d'enguany. L'espai de teatre infantil vol potenciar

de cara a aquesta temporada la relació amb les escoles de la Roureda. Per fer-ho impulsarà una proposta de treball personal amb els docents perquè puguin treballar temes a l'aula després de passar pel teatre. A més, s'incorpora una nova franja a la programació. Serà a les 20h dels dissabtes: "La idea és que no vinguin en horari de dotze del migdia o sis de la tarda d'un diumenge, que és quan has vingut sempre de petit.

Volem trencar això i venir els dissabtes a les vuit del vespre", ha explicat Eulàlia Ribera, directora de La Sala. Una de les novetats també s'ha teixit amb el Rebot Solidari. Es tracta d'apropar la cultura a totes les famílies adherides a l'entitat perquè puguin visitar el teatre. "També necessitem alimentar-los culturalment", ha explicat Ribera.

La selva del Sant Vicenç fa el salt el Poliorama

El musical del Teatre Sant Vicenç arriba a Barcelona aquest mes d'octubre

A.G.

El musical basat en la història del Mowgli, el nen de la selva, que estrenava enguany el Teatre Sant Vicenç fa el salt a la cartellera de Barcelona. Serà aquest mes d'octubre, els diumenges a les 12 del migdia. Carles Campoy i Marc Cañadell són els directors d'un muntatge que ha aconseguit tenir una bona rebuda entre el públic sabadellenc. Un dels seus punts forts és que han aconseguit traslladar l'espectador entre arbres i fauna de la selva.



El llibre de la selva representat a Sabadell | Roger Benet

"Aquest *Llibre de la Selva* que hem fet no és com les pel·lícules de Disney o el llibre. Sí que hi ha coses que t'ho fa recordar però les cançons són inèdites i el text també", ha explicat el codirector del muntatge, Carles Campoy. Confessen que estan il·lusionats i amb ganes però amb nervis pel canvi d'escenari. "Hi ha molta oferta (a Barcelona) i potser el públic és més primmirat, però crec que cridarem l'atenció. És una obra molt moguda, amb molta marxa i musicalitat", confessa l'altre codirector, Marc Cañadell.

OCTUBRE 2018



La botiga dels horrors. 6, 7, 13, 14, 20 i 21 d'octubre. Teatre Sant Vicenç. Dv i ds: 22 h / Dg 18 h



Sabadell i la indústria. Exposició. Fins al 29 d'octubre. Biblioteca dels Safareigs



Laika, Xirriquiteula Teatre. Dissabte 6 d'octubre a les 20 h. La Sala Teatre



La nova cançó. La veu d'un poble. Exposició. Fins al 30 de novembre. Espai Cultura Fundació Sabadell 1859



Kedades per teixir. Cada divendres a les 17.30 h. Biblioteca de La Serra



Atles Sabadell. Imaginar, representar, construir la ciutat. Fins al 24 de febrer. Museu d'Art de Sabadell



Activitats Espai Natura Fundació Sabadell 1859. Diumenges (excepte agost). Masia de Can Deu



Cicle d'activitats "Sabadell i la Gran Guerra". De l'1 d'octubre al 31 de gener. Diverses ubicacions



Astrobiologia. Curs. Del 25 de setembre al 23 d'octubre. Els dimarts de 20 a 21.30 h. Agrupació Astronòmica de Sabadell



La fi és el principi. Pràctiques funeràries a la Catalunya Prehistòrica. Fins al 17 de febrer. Museu d'Història de Sabadell

TMC

teatre municipal cooperativa

Tardor 2018

DIMARTS | DOCUMENTAL DEL MES
Auditori Maria Feliu. 19.00h

25 Setembre | OVER THE LIMIT. Marta Prus. 74 minuts

30 Octubre | EUGENIO. Xavier Baig i Jordi Rovira. 93 minuts

27 Novembre | OF FATHERS AND SONS. Talal Derki. 98 minuts

18 Desembre | LAST DAYS IN SHIBATI. Hendrick Dusollier. 58 minuts

Més informació: eldocumentaldelmes.com

Activitat gratuïta. Aforament limitat. Entrades disponibles al Casal de Cultura des de una setmana abans de la projecció. Persones menors de 16 anys han de venir acompanyades d'una persona adulta

teatre familiar
Dg. 7 octubre | 12.00 h
LA GALLINA DELS OUS D'OR
ZUM-ZUM teatre

teatre familiar - musical
Dg. 28 octubre | 12.00 h
ENCANTADES
PocaCosa Teatre

dansa teatre poesia
Ds. 27 octubre | 20.30 h
FEDERICO GARCÍA
GRAN ESPECTÁCULO SOBRE LORCA
Dirigit per Pep Tosar

teatre documental
Dv. 16 novembre | 21.30 h
CLAUDIA
Cia La conquesta del Pol Sud

VI mostra de teatre amateur
Tota la informació a:
www.tmcbarbera.cat

Punts de venda
A internet: www.tmcbarbera.cat
Taquilla del teatre: Dc d'11.30 a 13.30 h, dt, dj i dv de 17.00 a 20.30 h i dia de l'espectacle dues hores abans.
Pagaments només amb targeta bancària.
Telèfon 937 479 493

AJUNTAMENT DE BARBERÀ DEL VALLÈS

@TMCBarbera

Teatre Municipal Cooperativa TMC

10 de 10
del CNS
femení a la
Supercopa
d'Espanya



Imatge habitual per a les noies del Club | Roger Benet

P.V.

No hi ha competició domèstica que se li resisteixi a l'Astralpool Natació Sabadell femení. Les noies de David Palma estan disposades a seguir dominant el panorama waterpolístic estatal un any més i ho van demostrar aixecant la Supercopa d'Espanya. De fet, és el desè títol del Club en les deu edicions que s'han disputat d'aquesta competició. Més les setze lligues i les catorze Copes de la Reina. No hi ha qui qüestionari aquesta hegemonia sabadellenca en el segle XXI.

El Natació Sabadell havia accedit a la final després de superar amb claredat (16-9) el Mataró a les semifinals disputades a Can Llong i, a la final celebrada a València, esperava un Sant Andreu reforçat amb l'objectiu de donar algun ensurt a les de David Palma. Tot i no comptar encara amb les dues nord-americanes, Kiley Neushul i Maggie Steffens, les nedadores van fer gala del seu altíssim nivell defensiu per endur-se la final amb relativa comoditat (8-5). La rubinenca Bea Ortiz va ser escollida com a MVP gràcies als seus quatre gols.

"Pensem que pel potencial de l'equip, per la tradició que tenim, per les quatre Copes d'Europa que ja hem guanyat... tornar a guanyar una nova Copa d'Europa, per a nosaltres seria una fita molt important i ara centrarem les nostres il·lusions a nivell europeu en les noies", assegurava el director esportiu del Club, Xavi Balaguer, a l'Hotel Suís de Ràdio Sabadell.

Les de David Palma disputaran ara la Copa Catalunya i el dissabte 13 d'octubre (12:45h), a Can Llong i contra el Mataró, començaran a buscar un dels pocs reptes que tenen pendents: desempatar amb el Mediterrani i convertir-se en l'únic equip que guanya nou lligues de forma consecutiva.

Fora de la Champions amb "irregularitats"

L'Astralpool Natació Sabadell diu adéu a la màxima competició europea després d'empatar en el decisiu derbi contra el Terrassa

PAU VITURI
@PAUVITURI

La gesta d'ara fa un any no s'ha pogut repetir. L'equip masculí de l'Astralpool Natació Sabadell va quedar eliminat de la Champions League de waterpolo a la segona fase prèvia organitzada novament a Can Llong. I ho va fer enmig d'un clima d'indignació entre els dirigents de l'entitat nedadora. "L'equip masculí diu adéu a Europa en empatar contra el Terrassa malgrat disputar un gran partit a Can Llong en què l'establiment s'acaba excusant per la seva actuació, tota plena d'irregularitats", deia en una piulada el director esportiu del Club, Xavi Balaguer.

El Sabadell havia caigut clarament (4-12) en la seva estrena contra el favorit de la lliga, l'Sport Management. Tot i superar 24 hores després el Potsdam alemany (18-8), l'empat entre italians i Terrassa obligava els



Els nois es van quedar a un gol de la següent fase | Roger Benet

homes del 'Chava' Gómez a guanyar sí o sí el decisiu derbi de l'endemà contra els terrassencs. Tot i anar tres gols per sota en el marcador (3-6), Borja Fenoy va comandar la remuntada del Club i un gol de Sergi Cabanas a menys de dos minuts per al final posava per davant el conjunt nedador. A partir d'aquí, un penal en contra i una falta en atac van encendre els ànims locals i el gol de l'empat d'Alberto Barroso va deixar fora

de combat el Sabadell.

En una posterior entrevista a l'Hotel Suís de Ràdio Sabadell, Balaguer carregava contra la LEN per aquestes suposades irregularitats viscudes durant el cap de setmana a Can Llong: "El dia anterior, el jugador expulsat del Terrassa contra l'equip italià, molts dels que estàvem a la piscina coincidim a dir que no era

Des del Club esperen que aquest KO només hagi estat un "parèntesi"

finalment el que va ser sancionat. Nosaltres pensem que havia de ser un altre i no el Marc Salvador. A la taula arbitral, entre la segona i la tercera part, es va haver de canviar la noia que portava la possessió perquè era la parella d'un jugador del Terrassa. Ens va donar la sensació que, més que jugar a casa, jugàvem fora de casa". Tot això, segons Balaguer, va provocar les disculpes del màxim organisme waterpolístic europeu.

Des del Club esperen que aquest KO només hagi estat un "parèntesi" per apropar-se als millors equips del continent. Ara toca centrar-se en la lliga, que es posarà en marxa a la piscina del Real Canoe madrileny.

Esther Núñez, una escriptora amb el banyador encara moll

La nedadora ha redactat un llibre autobiogràfic un cop retirada de la competició

ADRIÁN ARROYO
@ADRIAN_ARROYO

La dos cops campiona del món de llarga distància, Esther Núñez, ha posat punt final a la seva carrera. Seguirà saltant a l'aigua, però ara com a afició, no pas amb afany competitiu. "Feia anys que ho pensava perquè sentia que competir no m'agradava, patia molt, m'es-

tressava, i entrenar si em segueix motivant", explica després de ser homenatjada pel CNS.

Promet no deixar mai de nedar: "El cos m'ho demana". Però ara que acaba de ser mare viu la transició cap a la seva nova vida: "Quan portes molts anys a l'elit és difícil retirar-se. He buscat la millor manera de fer-ho, de forma gradual perquè no sigui dolorós. Cal mirar la vida endavant però

només podem entendre-la mirant enrere". Una cita que serveix, i molt, per comprendre el que l'ha ocupat els últims mesos.

La sabadellenca compagina la seva tasca com a tècnica -entrena entre d'altres a la seva parella, Damián Blaum- amb la recerca dels diners per fer una edició del seu llibre. "He escrit la meua història perquè m'ha ajudat a tancar aquesta etapa. Està fet amb molt



La sabadellenca segueix vivint mig any a la ciutat i mig a l'Argentina | Cedida

d'amor", diu Núñez desitjant transmetre vivències a les futures generacions: "Amb l'esport he crescut molt com a persona. He après valors que ara aporto a la meua filla i als meus nedadors". Ha penjat el banyador "però encara està moll" i sembla que així seguirà, ni que sigui per gaudi. Molla de tinta també té la ploma després d'escriure un llibre que confia imprimir aviat.

La segona pitjor defensa de tota la Segona Divisió B

El Sabadell perd la seva identitat amb quatre derrotes en sis partits però el president Esteve Calzada ratifica Toni Seligrat

PAU VITURI
@PAUVITURI

El Sabadell 2017-18, una de les millors defenses de tota la Segona B, ha donat pas al Sabadell 2018-19, una de les pitjors defenses de tota la categoria. L'ensorriment de la reguarda de l'equip a Vila-real va obrir una ferida que s'ha de curar el més aviat possible. En el primer any amb Toni Seligrat a la banqueta arlequinada, l'equip rebia una mitjana de 0,76 gols per partit. En el seu segon any, la mitjana s'ha enfilat als dos per partit. Amb els dotze gols rebuts en contra, el

Calzada: "Mentre vegi l'entrenador amb ganes, té el suport del Consell"

Sabadell té la pitjor defensa del grup tercer i només el Durango, cuer del grup segon amb tretze dianes encaixades, empitjora els números arlequinats. L'altra sagnia són els gols rebuts a les primeres parts. La temporada passada, l'equip va trigar tretze jornades a rebre el primer gol en els primers 45 minuts. En total en van ser



La defensa, el principal maldecap de Seligrat | Crispulo Díaz



El Sabadell se la juga diumenge contra l'Espanyol B | Crispulo Díaz

cinc en tota la lliga. Aquest cop en van sis en sis jornades.

En definitiva, els quatre punts sumats dels divuit possibles i la penúltima posició del Centre d'Esports han acabat amb la paciència d'una part de la parròquia arlequinada, que demana el cessament immediat de Seligrat. El president Esteve Calzada, però, va sortir a esvaïr fantasmes després de la contundent derrota per 4-1 al Mini Estadi groguet: "Men-

tre vegi l'equip motivat i el míster amb ganes de tirar-ho endavant, tenen el suport total del Consell d'Administració. Si ara vingués i em digués que dimiteix, jo no li acceptaria".

L'altra gran assignatura pendent de Seligrat és la Nova Creu Alta. Des de l'arribada del tècnic de Torrent només s'han guanyat cinc dels 22 partits disputats al 'Temple'. Un bagatge massa pobre per a un equip acostumat a

fer, del seu estadi, un fortí en els últims anys i que tenia entre cella i cella conviure a la part alta de la classificació. El soci arlequinat reclama un canvi de rumb. El segon projecte de Calzada construït per dominar des del darrere i amb més pólvora al davant, de moment no funciona. Hi ha temps per reaccionar però cada jornada és una bala gastada.

Derbi de contrastos a Olímpia

Sabadell B i Sabadellenca s'enfronten empatats a set punts

ADRIÁN ARROYO
@ADRIAN_ARROYO

L'empat a punts amaga multitud de diferències entre Sabadell B i Sabadellenca. Els dos enfronten els seus estils diumenge (12h) a Olímpia en l'únic derbi enguany a Segona Catalana. Els taronges arriben desens, havent fet un 1 de 6 en els darrers partits. "Amb les nostres limitacions, jugar contra el Sabadell és un orgull", diu Jesús Rueda 'Betis', tècnic que va jugar al Sabadell els últims anys formatius i primers d'amateur.



Trobada entre Becerril i 'Betis' a Olímpia en la prèvia del derbi | Adrián Arroyo

Ell està convençut que el filial "lluitarà per l'ascens perquè sap al que juga".

En canvi Pablo Becerril, el seu homòleg arlequinat, defuig del cartell de candidat a la part alta "per pressupost i realitat" i contraresta l'argument: "Serà una prova per a la nostra competitivitat. La diferència d'edat és òbvia, som com un juvenil de quart any i hem d'acabar tenint el seu esperit. Jugar a la pilota és una cosa i competir una altra. Crec que ells són favorits perquè competeixen millor".

El Sabadell B és tretzè amb els

mateixos set punts, però a Olímpia encara no ha guanyat. "El Joanenc i el Parets van donar-nos la pilota i això ara ens penalitza, ens afavoreix jugar contra un rival que també la vulgui", confessa Becerril. Els dos coincideixen en el tipus de partit que esperen. "Si és aturat, sense ritme i amb contacte ens guanyaran segur. Si el portem al nostre terreny, tindrem més possibilitats. Serà la primera batalla", explica l'arlequinat. 'Betis' hi està d'acord: "Cada equip fa el seu joc". Una partida d'escacs amb Olímpia com a taulell.

NOTÍCIES
BREUS**Sandra Santanyes posa data a la seva retirada oficial**

La 'biker' sabadellenca Sandra Santanyes penjarà la bicicleta el pròxim 27 d'octubre. Ho farà a la Brasil Ride després de 28 anys de professional, i sumar 15 títols de campiona d'Espanya, entre molts d'altres. Una Santanyes que en l'última prova disputada, la Catalunya Bike Race, ha acabat en sisena posició. Mercè Pacios, l'altra sabadellenca en competició, va acabar al podi pujant al tercer esgló.

Derbi vallesà a la preferent femenina de futbol

L'Estadi Olímpic de Terrassa viurà aquest diumenge (12h) un derbi femení entre els primers equips del Terrassa i el Centre d'Esports Sabadell. Les arlequinades arriben a la cita després de la primera victòria de la temporada -5-1 a l'Atlètic Vilafranca- i amb la moral pels núvols. Per contra, l'equip egarenc encara no ha sumat aquesta temporada i arriba a la cita amb la necessitat de puntuar.

El Natació Sabadell de tennis taula debuta a Divisió d'Honor

Després de l'excel·lent temporada a Primera Nacional, els palistes del Natació Sabadell s'estrenen aquest cap de setmana a Divisió d'Honor. Pere Weisz, Ferran Brugada, Ramon Clivillé i Iván Ruiz jugaran dissabte, a partir de les 17h, a Can Llong, i contra l'Olot Gabinet Permar. El club aprofitarà també la jornada per fer la presentació oficial de tots els equips un cop finalitzi el duel.

Dani Salgado torna a apostar pel Club Natació Sabadell

Després d'un intens estira-i-arronsa, el veterà jugador seguirà gaudint del futbol sala a la ciutat

PAU VITURI
@PAUVITURI

Ha estat el culebrot de l'estiu a Les Naus del Club Natació Sabadell. A principis de juny, la continuïtat de Dani Salgado a l'equip de futbol sala semblava més aviat una quimera. Després d'un primer any a l'entitat que va anar clarament de més a menys, el fitxatge més mediàtic de la història de la secció del Club semblava fer les maletes, però la situació va fer un gir radical un mes després. Salgado confirmava la seva renovació per una temporada amb l'equip de Diego Blanco.

"Vaig mantenir unes converses amb el club, encara que l'entrenador digués que no li vaig agafar el telèfon. És veritat que vaig tenir altres ofertes però és el que deia quan jugava a Primera: el club que et cuida bé i en el qual estàs bé, tu també li has de demostrar la teva confiança", explica



Segueix l'idili entre Salgado i el CNS | Roger Benet

cava Salgado a Ràdio Sabadell. A punt de complir 38 anys, el jugador compagina el futbol sala amb la seva altra feina de regidor adjunt d'Esports de l'Ajuntament de Santa Coloma de Gramenet: "Estic jugant amb amics i això sempre agrada. Em trobo molt bé físicament i intentaré ajudar en tot el que pugui".

L'arribada de Salgado a Sabadell va ser la gran bomba de l'es-

tiu del 2017 en el món del futbol sala, no només a nivell local. El pivot era tota una institució a Santa Coloma, on havia estat en tres etapes. En el seu currículum de 20 anys a l'elit també destaquen les seves experiències a Martorell, Castelló, Benicarló o Múrcia, places on es respira futbol sala pels quatre costats. Salgado,

Salgado, a punt de complir 38 anys, ha estat 30 cops internacional

a més, sempre podrà presumir de les seves 30 internacionalitats amb la selecció espanyola i els tres títols de màxim goleador de la LNFS que té a les seves vitrines.

Amb la continuïtat de Dani Salgado ben lligada, les aspiracions del Club Natació Sabadell s'han disparat. D'entrada, l'objectiu de la secció és millorar la novena posició de la temporada passada al grup tercer Segona B i l'actual campanya ha començat amb dues victòries i una derrota contra el vigent campió, el Manresa. "Estem a un gran club però, com va dir Simeone, partit a partit. Ens deixarem la pell per aquest escut", promet Salgado.

David de la Cruz completa amb nota el Mundial d'Àustria

El sabadellenc va ser peça clau en la victòria final d'Alejandro Valverde

MARC PIJUAN
@MARCPIJUAN

David De la Cruz ha disputat el seu tercer Mundial en ruta. El ciclista de Campoamor ha contribuït, a més, a aconseguir la medalla d'or per a la selecció espanyola a Innsbruck. Després d'un treball excepcional del combinat dirigit per Javier Minguéz, Alejandro Valverde va imposar-se als metres finals al canadenc Michael Woods, tercer, i el francès Romain Bardet, segon. La feina del ciclista

local va consistir a sortir a tots els atacs durant les dues últimes voltes, protegint així les esquenes del líder de la selecció, Valverde. I De la Cruz va estar perfecte, sent un complement ideal en un equip format també per Jonathan Castroviejo, Omar Fraile, Jesús Herrada, Ion Izagirre, Enric Mas i Mikel Nieve. El sabadellenc va entrar finalment 44è a la línia de meta. Aquesta era la tercera participació del ciclista del Team Sky en una cita mundialista, després de les de Qatar (2016) i Bergen (2017).



La central elèctrica de la discòrdia | Sky

Carlos López s'estrena a la banqueta del Mercantil amb empat al camp del Nàstic

El fins ara director esportiu mercantilista assumeix el càrrec després de l'adéu de Dani Fernández

MARC PIJUAN
@MARCPIJUAN

Bon punt l'aconseguit pel Mercantil (1-1) al camp del Nàstic de Tarragona en l'estrena del nou cos tècnic. Els graciencs acaben així amb una ratxa d'un empat i quatre derrotes consecutives, en els cinc partits disputats fins ara a la Lliga Nacional. Una mala dinàmica de resultats que ha suposat l'adéu a la



Dani Fernández ha posat punt final a la seva experiència al Mercantil | Roger Benet

Una mala dinàmica de resultats que ha suposat l'adéu a la banqueta de Dani Fernández

banqueta de Dani Fernández. El fins ara tècnic gracienc marxa després d'ascendir l'equip, però motivat per temes laborals. "Se m'ha trencat un somni perquè pensava que tindriem un entrenador per sempre com pot ser Toni Carriello al Cerdanyola. A la casa tenim

un tàndem exitós -Carlos López i Isart Grané- i m'agradaria que continuessin ells. Ara governen el Mercantil i són molt bons, d'un nivell semblant al que teníem, que era la nostra preocupació", explica el president mercantilista sobre Dani Fernández i també sobre els seus successors. "Tots sabem que el futbol són inèrcies. Sabíem que el calendari d'inici era complicat. A vegades hem de buscar elements que trenquin les tendències", resumeix Grané.

El president també confia que tant Carlos López com Isart

Grané, amb diferents funcions dins l'organigrama mercantilista, puguin compaginar aquestes tasques amb la del cos tècnic del primer juvenil. Un López que es mostra il·lusionat amb aquesta nova etapa dins del club, "encara que no arribi pel motiu desitjat", admet, i afegeix: "La idea és mantenir les moltes coses bones que l'equip ha fet fins ara, que han estat moltes". El nou tècnic del Mercantil creu que l'empat a Tarragona és "un bon punt de partida".

Dani Fernández: "Crec que he pres la decisió correcta"

"Haviem perdut la confiança que teníem les dues parts. El club té bones persones, però la sensació no era la mateixa que abans, semblava que no tots anàvem en la mateixa direcció i crec que he pres la decisió correcta", comenta el ja extècnic blaugrana, admetent també que els motius laborals l'han conduït a aquesta

Dani Fernández: "Haviem perdut la confiança que teníem les dues parts."

decisió. Un Fernández que no descarta tornar "algun dia", al Mercantil.



L'equip lluita per sortir de la zona de descens | Roger Benet

El Panathlon reprèn l'activitat amb marxa nòrdica

El president de la Unió Excursionista, Josep Maria Manyosa, serà el protagonista dilluns de la primera trobada de la nova temporada

ADRIÁN ARROYO
@ADRIAN_ARROYO

Des de 1971 el Panathlon Sabadell recull una representació d'allò més àmplia de l'esport local. L'entitat compta amb uns 50 socis pro-

vinents de més d'una vintena de modalitats esportives. "Som un club format per persones que estimen l'esport i que volen divulgar el joc net", explica el seu president, Martí Sala. El primer dilluns del mes es reuneixen a l'Hotel Urpi per sopar i fer sobre-

taula parlant de qüestions relacionada amb l'esport.

Dilluns estrenen temporada amb Josep Maria Manyosa com a convidat. El nou president de la UES -fa més de tres dècades que és soci- tractarà la marxa nòrdica, modalitat de la qual n'és instruc-



Foto de grup de la trobada amb el periodista sabadellenc, Toni Padilla | PCS

tor. Serà la primera trobada, però Sala ja té al cap les pròximes: "Volem portar el Joan Soteras ara que és president de la Federació o el club de recent creació Hoquei Sabadell. Això sí, estem oberts a les idees dels socis".

Durant l'últim any van sopar al Panathlon el periodista Toni Padilla, Jordi Andreu (Cercle), el ciclista Toni Torrejón o Francesc Solanelles, l'últim en passar per

l'Urpí, exdirector general de les seccions professionals del Barça. A banda d'aquestes cites mensuals, l'entitat lliura cada any el Premi Esportivitat i el Premi Panathlon, que en l'última trobada va reconèixer el fundador del Servei General d'Informació de Muntanya, Carles Capellas.

She wore a yellow ribbon (Ella portava un llaç groc)

Maria Xinxó presenta *Jo també porto el llaç groc*, un símbol que no és independentista. Té a veure amb els presos

PAU DURAN
@PAUDURANIDEHARO

L'any 1949, el director nord-americà John Ford va crear una obra mestra cinematogràfica (una més!) que va titular *She wore a yellow ribbon*. La cançó principal de la banda sonora, del mateix títol, s'ha anat versionant fins a arribar als nostres dies. Casualitats de la vida; a casa nostra, en lloc de traduir el títol del film per *Ella portava un llaç groc*, van preferir posar-li *La legió invencible*. Qui li trobi el gust a les coincidències històriques, té camp obert.

Justament, la periodista saba-

dellenca Maria Xinxó va presentar el seu llibre *Jo també porto el llaç groc* a l'edició especial del programa *Al Matí* dedicat a l'1 d'octubre. L'obra és un recull de testimonis que expliquen què significa per a ells lluir el llaç groc i quins sentiments els desperta. La periodista de RAC1 va citar alguns dels entrevistats, entre els quals hi ha persones anònimes, personalitats del món polític-social i familiars dels presos polítics i exiliats. D'entre aquests, per a ella, destaca el pare d'Oriol Junqueras: "Totes les converses van ser meravelloses. Entenc que ha de ser molt dur tenir la parella o el pare o mare a la presó. Però



Xinxó presentant el seu llibre a Ràdio Sabadell | Pau Duran

el fill, ell, l'Artur Junqueras, que no sabrà si el veurà en llibertat en algun moment... Uf, parlar amb ell va ser un xoc", confessava l'escriptora. L'extreballadora de

Ràdio Sabadell també va qualificar el llaç groc com un símbol de solidaritat amb els empresonats i

exiliats, i aliè a la ideologia independentista.

Xinxó també va detallar que, en el seu moment, l'ANC va fer una pluja d'idees per decidir el símbol a utilitzar com a resposta. Evidentment, es van inspirar en els llaços contra el càncer o la sida, adaptant-lo al color de l'entitat, el groc. Però aleshores van començar a descobrir altres connexions, com ara, que "durant la Guerra de Successió, els borbònics van prohibir el llaç groc als seus enemics, els austriacistes. Els deien, que el llaç feia propaganda d'un bàndol i que dividia famílies", ha comentat, comparant-ho amb el context actual.

Programació							Ràdio Sabadell 94.6 www.radiosabadell.fm	
	dilluns	dimarts	dimecres	dijous	divendres	dissabte	diuenge	
7 a 9	Notícies en Xarxa					Fórmula Musical		
9 a 10 10 a 11 11 a 13:30	Al Matí -Mireia Sans i Raquel García-					Fes ta Festa		
13:30 a 14	Notícies Migdia -Núria García-					Parlem d'Òpera (R)		
14 a 15	Hotel Suís -Adrián Arroyo-					Fórmula Musical		
15 a 16	Quimèric (R)	Generació BSO (R)	L'Espia de Mahler (R)	Amunt el Teló (R)	Parlem d'Òpera (R)	Tr3tz3 (R)		Fórmula Musical
16 a 19	Connectats					Xarxa Media		Fórmula Musical
19 a 19:30	Notícies Vespre -Karen Madrid-					Llanterna Màgica (R)		
19:30 a 20	Sabadell Batega		Tr3tz3	Sabadell Batega	Sabadell Batega	Peluts		
20 a 21	Generació BSO	L'Espia de Mahler	Amunt el Teló	Parlem d'Òpera	Quimèric	Sabadell en Joc		
21 a 22	Xocolata Express -Pere Massagué-					L'Espia de Mahler (R)		
22 a 22:30	Notícies Vespre -redifusió-			La Llanterna Màgica	Vitamina Dance	En Joc		
22:30 a 23	Sabadell Batega					Vitamina Dance (R)		
23 a 24	Fórmula Musical					Quimèric (R)		
24 a 7						Generació BSO (R)		
						Fórmula Musical		

Tornen els tastets de ràdio per a estudiants

Una vintena de centres escolars de Sabadell ja han reservat plaça per a l'experiència radiofònica de SBD Ràdio Lab

SBD RÀDIO LAB

L'escola de la ràdio municipal, SBD Ràdio Lab, ha començat el curs amb l'agenda plena. Aquesta setmana han tornat l'activitat anomenada Visita i tastet de ràdio que s'ofereix a tots els centres escolars de Sabadell, a través del portal Ciutat i Escola de la web de l'Ajuntament.

L'activitat es divideix en dues parts diferenciades: la primera, més teòrica, consisteix en una visita guiada per les dependències de Ràdio Sabadell. Durant el recorregut, els estudiants tenen l'oportunitat de conèixer aspectes com la història del mitjà de comunicació local, el procés

Se'ls ensenya alguns exercicis per millorar el que s'anomena "una posada en antena correcta"

d'elaboració dels diversos continguts com ara les notícies pels butlletins horaris o els programes informatius. Així mateix, els alumnes coneixen els profes-



Grup d'estudiants de la Fundació Main a l'estudi de Ràdio Sabadell | MPC

nals que treballen a Ràdio Sabadell i la feina que fan.

La segona part de l'activitat que es duu a terme a les instal·lacions de Ràdio Sabadell, té com a objectiu la immersió dels estudiants en el procés de producció radiofònica. En aquest sentit, se'ls proposa d'enregistrar una falca promocional de l'emissora municipal. A partir del text que elabora la pròpia escola de ràdio, els estudiants adopten el paper de locutors i, amb les indicacions dels professionals de la ràdio, procedeixen a gravar la falca, també coneguda com a 'promo' en el llenguatge comú dels professionals radiofònics.

La responsable de SBD Ràdio Lab, la periodista i professora de periodisme audiovisual a la UAB, Montse PCreus, explica que "aquesta activitat és molt interessant perquè els nois i noies vegin i experimentin la feina que hi ha darrera de la producció radiofònica".

Correccions prèvies

I és que, abans de procedir a gravar, se'ls ensenya alguns exercicis per millorar el que s'anomena "una posada en antena correcta". Per exemple, es parla de la respiració abdominal per poder projectar correctament la veu o de l'exercici del llapis a la boca per

L'experiència és enregistrada en vídeo i posteriorment pujada al canal de Youtube de SBD Ràdio Lab

més, aprenen coses noves". Un punt de vista semblant és el que expressen els alumnes, mostrant-se contents de poder "sortir per la ràdio i al Youtube!".

Experiència que agrada

El curs 2017-18, més de 400 estudiants de primària i secundària van fer la visita i tastet de ràdio. Segons Montse PCreus, la idea va agradar als centres escolars sabadellencs perquè "ja tenim l'agenda plena fins al proper mes de juny". Aquesta activitat de l'escola municipal de ràdio és una de les que està recollint més èxits juntament amb el taller multimèdia que, enguany, s'està duent a terme conjuntament amb el Diari de Sabadell.

SBD Ràdio Lab va néixer a principis d'aquest any com a un servei més de Ràdio Sabadell amb la intenció de difondre l'ensenyament del periodisme radiofònic.

Ocupa aquest espai,
anuncia't al
SABADELL INFORMATIU

Truca al **654 368 974**
www.gpl.cat

dbcoop
scl

Solucions gràfiques

TARGETES DE VISITA

100 U.....	10.00 €
200 U.....	15.00 €
300 U.....	20.00 €
500 U.....	32.00 €

* Tamany 5x8 cm impreses a una sola cara
* Targetes a doble cara +60%
* No incloem muntatge ni transport.
Preus sense iva

c.Sant Lluís 11, bxs, Barcelona
93 242 01 99 · db@dbcoop.cat
www.dbcoop.cat

IMPULSA
salvaescales

Sense obres
Pressupost gratuït
Instal·lació en 24h.



La forma fàcil i econòmica de pujar i baixar escales

www.impulsa.cat | 93 325 80 03



Com protegir el vent de l'hort?

ESTER CASANOVAS, AUTORA DE "PAGESOS DE CIUTAT"
@PICARONABLOG

Es horts ubicats a les terrasses, poden patir problemes ocasionats pel vent. Aquest, no només afavoreix l'evaporació de l'aigua sinó que pot arribar a trencar algunes plantes. En els horts a terra i en zones on bufa la tramuntana o el mestral, és recomanable triar un lloc arcerat per cultivar. Si no ens és possible, ens hi ajudarà crear tanques vegetals espesses que podem aconseguir amb xiprers, enfiladisses o d'altres espècies.

En les terrasses, podem optar per estructures verticals de fusta, bruc, vímet o ràfia. El més important és que estiguin ben subjectes perquè es poden convertir en enormes veles i acabar tombant les jardineres o trencant les plantes. Un dels mètodes més senzills i econòmics per protegir del vent i de les gelades les plantes petites o acabades de trasplantar, és amb una garrafa d'aigua. Si la talleu arran de la base, n'obtindreu una mena de campana que podreu clavar a terra. Si a més, hi afegiu una canya que travessi la planta, us evitarem haver de recollir garrafes disseminades per l'hort el dia que el vent bufi fort.

I ja que parlem de terrasses, és molt habitual veure jardineres i testos que s'han col·locat penjant cap al carrer. Revisau les ordenances municipals de la vostra ciutat perquè normalment aquesta pràctica està prohibida, i per tant, podeu ser multats. No només existeix el risc que els testos es despenjin i caiguin al carrer, també pot passar amb els fruits. Si aquests queden molt a prop de la barana, una malla antiocells us pot ajudar a evitar-ho. Potser també us interessa protegir les plantes del fred de l'hivern amb l'ajuda d'un encoixinat. Durant l'estiu ens ha ajudat a protegir el sòl de l'evaporació i ara, ens permetrà escalfar-lo. Podeu utilitzar els mateixos materials: palla, escorça de pi, fulles seques, gespa tallada, restes de poda, i fins i tot, paper de diari o cartons tallats a trossos petits. Si el material és lleuger, com ara la palla, el fet de regar per sobre quan el col·loqueu, us ajudarà al fet que es vagi compactant i a evitar que marxi volant.



Aprèn a fer-te la teva pasta de dents de menta!

MARTA DUBREUIL, BIÒLOGA I RESPONSABLE DE FEMARRELS.CAT



La menta és una planta ben coneguda per tots nosaltres que, de fet, té una gran quantitat d'espècies, totes del gènere botànic *Mentha*: menta comuna (*Mentha spicata*), menta piperita (*Mentha piperita*), polioli (*Mentha pulegioides*)... S'usa principalment en casos de trastorns digestius (contra la flatulència, les nàusees i el malestar), refredats i contra les afeccions de la vesícula biliar. La recol·lecció de les tiges i les flors es pot fer durant la primavera i l'estiu, abans que la planta floreixi, ja que aleshores canvia la seva composició d'olis essencials. L'oli essencial té gran quantitat de mentol, que li dona les propietats refrescants.

La menta es pot fer servir a la cuina, fresca o cuita, en gran quantitat de plats, com per exemple amanides, sopes, truites, o simplement per aromatitzar estofats. També se'n pot fer licor, molt digestiu, a banda de ser un ingredient habitual a les ratafies catalanes. Una altra aplicació potser no tan coneguda és utilitzar-la per fer-ne pasta de dents. Es pot infundir i utilitzar aquesta aigua ben colada per barrejar-la amb argila blanca (i altres ingredients opcionals, com glicerina, bicarbonat o gomes) i obtenir la pasta de dents. La quantitat d'argila i infusió de menta dependrà de la densitat desitjada de la pasta de dents. A més, si hi afegim unes gotes de l'oli essencial ens donarà aquest toc refrescant a què estem habituats amb les pastes de dents. Si no hi posem conservant, és millor guardar aquesta pasta a la nevera i en algun recipient que hi entri poc aire per evitar contaminacions.

COORDINADORA DELS 'BATECS': RAQUEL GARCÍA. @RAQUELPETITA

30 ANYS FORMANT PROFESSIONALS EN EL CAMP DE LA SALUT

C.i.e.t.
STYL NATURA

CURSOS

Tècnic en Quiromassatge
Especialitats en Quiromassatge
Tècniques avançades en Quiromassatge I i II
Tècniques Viscerals
Tècnica Crànio-Sacral
Reflexologia Podal
Drenatge Limfàtic
Flors de Bach



50%
descompte

EN LA MATRÍCULA
PER AL CURS 2018/19

C/ Lacy 51 · 08202 Sabadell · 937 272 455 / 647 390 322 / 687 751 062



Què és la mediació i com funciona aquest servei a Sabadell?

MIREIA NUÑEZ COS, MEDIADORA DEL SERVEI DE MEDIACIÓ DE L'AJUNTAMENT DE SABADELL

Si teniu un problema de convivència, amb els veïns, la família, l'associació o a l'escola i no sabeu com resoldre'l, podeu demanar una mediació. L'Ajuntament de Sabadell té un servei de mediació que està a l'abast de tota la ciutadania de Sabadell.

Però, què és la mediació?

La mediació és una metodologia de resolució pacífica de conflictes on les parts de forma voluntària seuen a parlar per mirar de trobar una solució conjunta al seu problema amb l'ajuda de la persona mediadora.

Un procés de mediació té els següents principis que recull la llei de Mediació:

Un d'ells és la voluntarietat: La mediació és un procés voluntari. Per tant les parts son lliures participar-ho o no i, també, de

sortir-ne en qualsevol moment.

Un altre principi és la Confidencialitat: tot allò que es parla en una mediació és confidencial, les persones que participen de la mediació han de garantir que la informació que s'obté no serà utilitzada en un altre espai.

Un principi molt important és la Imparcialitat: que vol dir que la persona mediadora no pot donar o treure la raó a cap de les parts, no és un jutge i no decideix sobre

la solució del conflicte, sinó que ajuda que siguin les pròpies parts les que proposin la solució.

A través de la mediació, les persones en conflicte miren de trobar la millor solució per les seves diferències, respectant les necessitats de les dues, o més parts i on es busca que totes les parts col·laborin.

En definitiva, la mediació és un instrument que l'Ajuntament de Sabadell posa a l'abast de la ciutadania de forma gratuïta, amb el propòsit de facilitar l'abordatge dels conflictes de convivència, de manera dialogada, responsable i cívica.

Per demanar una mediació o informar-vos podeu trucar al 937453172, o través del web: www.sabadell.cat/mediacio o adreçant-vos qualsevol oficina d'atenció ciutadana



Terrina de bròquil i espinacs

MARTA TRIAS I JAVIER FIDALGO, DIRECTORA I XEF DEL RESTAURANT LA FRESCA @LAFRESCA

Avui us expliquem la recepta per fer una terrina de bròquil i espinacs. És un entrant fred molt bo i fàcil de fer i també facilíssim de menjar, perquè és molt lleuger.

El bròquil ara el tenim de temporada i cal aprofitar-ho doncs és un superaliment, ja que té una quantitat molt alta de vitamines, minerals, antio-

xidants i principis actius anticancerígens.

Per a fer-la necessitem:

2 peces de bròquil
150 gr. espinacs
8 ous ecològics
400 gr. de nata (pots utilitzar nata vegetal)
un polsim de sal i de pebre negre

Per a començar cal cuinar al vapor les dues peces de bròquil. Per a mantenir-ne els nutrients, no el cuinis més de 15 minuts!

Un cop cuit reserva'n uns trossets petits de la part més verda

per a decorar el pastís.

Afegeix el bròquil cuit i tota la resta d'ingredients en el vas de la batedora i tritura-ho tot junt fins a aconseguir una textura homogènia. No obstant no passa res si queda algun tros de verdura més gros.

Posa la barreja en un motlle de silicona, perquè sigui més fàcil desmotllar.

Finalment posa-hi per sobre els trossets de bròquil que has reservat abans.

Cal coure'l a bany maria. Per això, omple una font o safata amb un dit d'aigua i hi posarem el



motlle de silicona a dins.

Posa-ho al forn a coure 40-45 minuts a 160 graus.

Quan el treguis del forn, deixa refredar el motlle a temperatura ambient. Un cop fred, tapa'l amb paper film i deixa'l reposar a la nevera perquè quedi més compacte.

Passada una estona, ja està llest per desmotllar en una safata. Aquesta elaboració la pots utilitzar com a paté per a untar en torrades o xips/cruditis vegetals, com a un entrant fred acompanyat d'alguna salsa cremosa com maionesa o allioli. Bon profit!



MedicalGrass

MEDICINA ESTÉTICA LÁSER

Especialistas en Medicina Estética Láser y Cirugía Plástica Estética y Reparadora

☎ 722 29 57 57 · 722 23 81 81

Passeig de Rubió i Ors, 23, 08203 Sabadell · hola@medicalgrass.es · www.medicalgrass.es

“La experiencia y buen resultado es nuestra mejor garantía”





JARDINS DE CASTELLARNAU / SABADELL

Aedas Homes apostem per la sostenibilitat a les nostres promocions


+ ESTALVI
Menys consum i menys necessitat de manteniment


+ BENESTAR
Confort tèrmic, acústic, lumínic...


+ VALOR
Major valor de l'immoble


- CONSUM
% d'estalvi


- SOROLL
Quantificar la millora


- CO₂
Protegir el planeta

aedashomes.com



AEDAS
HOMES

La teva casa, per fi.