

FARMÀCIES

Telèfon 93.244.07.10
www.farmacauticonline.com

TELÈFONS

Urgències mèdiques 061
Creu Roja 93.300.65.65

Clinic 93.227.54.00
Sant Pau 93.291.91.91
Vall d'Hebron 93.274.60.00
Sant Joan de Déu 93.280.40.00

Emergències 112
Mossos d'Esquadra 088
Guàrdia Urbana 092
Policia Nacional 091

Síndic de Greuges 900 124.124
Bombers-urgències 080
Serv. Funerari BCN 902.076.902
Inf. Renfe 902.24.02.02

Inf. aeroport 93.298.38.38
Inf. port 93.298.60.00
Ràdio Taxi 93.303.30.33
Taxi Minusv. 93.420.80.88



LLIBRES

Poesia Assumpció Forcada presenta *Univers Univers*, amb **David Jou** i **Maria-Lluïsa Pazos** i un recital de **Fina R. Palau**. La Casa Elizalde. València, 302. A les 19.30 hores.

MÚSICA

Trompeta Classe magistral de trompeta a càrrec de **Fredi Garrido**. Sala Àmbit Cultural d'El Corte Inglés. Portal de l'Àngel, 6. A les 19.00 h.

Ètnica Música ètnica a càrrec del grup **Black Market**. Espai cultural de Caja Madrid. Plaça de Catalunya, 9. A les 19.30 hores. 2,50 euros.

Girona

FESTES

Platja d'Aro Sardanes amb la **Cobla La Principal de la Bisbal**, al parc de Pau Casals (18.30 h) i la Sala Polivalent (20.30 i 23.00 hores).



ALEJANDRO HERMANN

10.00 a 14.00 h. La Galeria Silvia Sennacheribbo acull una exposició de pintures d'**Alejandro Hermann**, artista d'origen austríac nascut a Buenos Aires. Enric Granados, 106. Entrada lliure.

Olot Festa del Tura amb actes a:

- **Plaça de la Pia Almoïna.** Actuació del grup **Ambros Chapel**. 22.30 h.
- **Pl. Major.** Concert de l'**Orquestra Selvatana**. 18.30 i 0.00 h.
- **Palau Firal.** Sardanes amb la cobla **Principal d'Olot** (17.00 hores) i ball amb **Cocodrillo**, dj **Albert Malla** i **Frank Mercader** (1.30 hores).
- **Plaça del Rector Ferrer.** Concert amb la **Xaranga Damm-er** (19.30 h).
- **Hospici.** Recital de **Cesk Freixas**. Hospici, 8. 1.00 hores.

La Jonquera Sardanes a càrrec de la **Cobla Vila de la Jonquera** (Major. 17.30 hores); cercavila (20.30 hores), i actuació de **Discomòbil Platja d'Aro** (carpa. 0.00 hores).

JORNADES

Sant Feliu de Guíxols *Els secrets de Sant Feliu*, visita guiada pel poble i entrada al Museu de la Joguina. Oficina de Turisme. Passeig del Mar, 8. 18.00 hores. 5 euros.

LECTURES

Narrativa Club de lectura conduït per **Montse Unterhöfner**. Biblioteca Pública. Plaça Hospital, 6. 18.00 h.

Lleida

FESTES

Verdú Obre la festa major amb el concert del **10è Festival Internacional de Música Tardor**. **Orquestra de Ponent i del Pirineu**, amb **Eduard García**, **Mar Aldomà**, **Eduard Boleda**, **Eduard Comalada** i **Miquel González**. Església de Santa Maria. 22.00 hores.

Guissona Sardanes amb la cobla **La Triomfal** (plaça de Vell Pla. 13.45 h); espectacle itinerant amb **El Sidral** i **Els Mentiders** (18.00 hores), i concert amb l'orquestra **Cimarron** (Pavelló Nou. Pal de la Cerdanya, s/n. 19.00 i 21.00 hores).

Tarragona

CINE

Gastronomia En el cicle *Cinema i Gastronomia*, projecció d'**El festin de Babette**, de **Gabriel Axel** Fundació de Caixa. Cristòfor Colom, 2. 19.30 h.

MÚSICA

Cambrils Actuació de **Dukkun (La Banda del Surdo)**. Parc del Pescador. A les 22.00 hores.

al gra

Carles Capdevila
Periodista

19.30

CICLE 'CINE I HUMOR' CaixaForum. Marqués de Comillas, 6. Entrada lliure.



«Es pot fer comèdia sobre la mort sense drama»

Dirigeix el programa *Eduqueu les criatures*, a Catalunya Ràdio. Coordina *Cine i humor: la comèdia de la seva vida*, un cicle per comentar alguns films clau. Ell ha elegit *Planta 4º*, del guionista Albert Espinosa, que també assistirà a la sessió. El seguiran Àlex Gorina, Antoni Basas, Toni Soler i Empar Moliner.

–**¿La pel·lícula *Planta 4º* és la comèdia de la seva vida?**

–No, però demostra que es pot fer comèdia sobre la mort i el càncer sense dramatitzar.

–**Cine i humor, ¿què aporten?**

–Records inoblidables i referents vitals d'èpoques diferents.

–**¿És necessari l'humor?**

–Imprescindible, sobretot riure de les nostres pors. És sa per a la ment, fa fugir els esperits. Sembla que l'estat natural és estar malhumorats. Encara que tampoc crec en la risoteràpia, perquè necessito saber de què estic rient.

–**¿Què es necessita per aconse-**

guir provocar rialles?

–Connectar amb l'altre, complicat, no caure en excessos, que s'entengui i que no ofengui. El que fa més gràcia és parlar de nosaltres, dels poderosos, dels que ens manen, dels polítics.

–**¿De què depèn que segueixin vigents films clàssics d'humor?**

–Del guió i de grans actors. L'humor requereix diàlegs intel·ligents, *al dente*. És un treball de precisió, de mesurar cada paraula. Si s'excedeix, es trenca la màgia.

–**¿Ja no es fan pel·lícules tan gracioses, ara són insulses?**

–No puc opinar imparcialment, visc de l'humor. Em serveix de teràpia. Si no t'hi identifiqués, possiblement no et fa gràcia.

–**¿L'humor caduca?**

–Es tracta de demostrar que no. Alguns potsers no han vist les cintes programades al cicle; a altres els recordaran coses de la seva vida, però és segur que al veure-les tots somriuran. **SONIA GARCÍA**

els dilluns BENESTAR

Cinesiologia: el test de l'estrès

Les cèl·lules acumulen informació: és la memòria del cos. Com l'empremta del sol sobre la pell, la càrrega emocional a les cèl·lules també passa factura. Tensions acumulades propicien estats d'estrès. Hi ha un test muscular que mesura el nivell d'estrès, d'això se n'encarrega la cinesiologia. Els dies 20 i 21 de setembre, un dels centres especialitzats en aquesta tècnica fa una sessió de portes obertes per donar-la a conèixer. **c. e.**



www.mariademerce.com. Salut Integral. Sant Ramon, 3. Sant Cugat.

de temporada

FRUITES FIGUES

5,90 € x quilo

PER MIGUEL SEN

Les figues són un dels arbres característics del Mediterrani. Els romans les plantaven a totes les seves ciutats perquè creien que la seva ombra era propícia a la fertilitat. Les figues es menjaven tant fresques com seques. Aquestes últimes eren la fruita d'hivern. Les postres de músic és un record d'aquesta dieta bàsica. Des de l'agost fins a l'octubre als mercats es venen figues de diferents varietats. Una de les més apreciades és l'anomenada coll de dama, que pot ser blanca i de pell fina, o negra. Les primeres provenen sobretot de la vall del Tiètar, al costat de la serra de Gredos, mentre que les segones tenen el seu origen a Lleida, a l'Alt Empordà o a les hortes d'Eix i Crevellent. El preu varia segons la qualitat i la mida, des de menys de 4 euros per a les verdes anomenades *pajarero* fins als 8,40 i els 14,91 euros el quilo d'algunes coll de dama, grans i de perfecta maduració. Són ideals per servir amb pemil.

ALS FOGONS

Filet amb figues



Ingredients per a quatre persones

2 filets de porc, 2 ells, una branca de romaní, un got de vi blanc, 150 grams de béicon fumat, 200 de pastanagues a rodanxes, 200 de monges tendres i 300 de figues. 4 cebes, una cullerada de mantega, oli, sal, pebre negre.

L'elaboració

Salpobreu els filets i impregneu-los amb els dos ells aixafats, emboliqueu-los amb el béicon. Poseu-los en una safata de forn amb les 4 cebes. Adobeu-los amb oli i vi. Fiqueu-ho al forn preescalfat a 200°, 10 minuts, abaixeu a 180° i continueu la cocció 20 minuts. Regueu amb la salsa. Coeu les verduretes al vapor i en una paella daureu les figues partides per la meitat amb la mantega. Serviu-los juntament amb les figues i les verduretes. Ruixeu amb la salsa.

LÍNIES REGULARS DE Sagalés 902 13 00 14 · www.sagales.com

MOLLET - BARCELONA
1a Sortida MOLLET (PL. Borrell): 4:40
CADA 15 MINUTS 1€* 25 SORTIDES PER AUTOPISTA ***
Darrera sortida BCN (Sagrada): 22:45
Feiners de Dilluns a Divendres
METRO INCLÒS

PARETS - BARCELONA
1a Sortida PARETS: 5:27
CADA 30 MINUTS 1€* 25 SORTIDES PER AUTOPISTA ***
Darrera sortida BCN (Sagrada): 21:05
Feiners de Dilluns a Divendres
METRO INCLÒS

* Preu per trajecte amb la T-50/30 de 2 zones. *** Entre els dos sentits.

LOGUER D'AUTOBUSOS I MICROBUSOS
FÀBRQUES, ESCOLES, CLUBS, ASSOCIACIONS, EXCURSIONS, COMIATS DE SOLTER I CASAMENTS.

TRANSPORT GRATUIT Tel. 902 13 00 14 Sagalés