



EL GARRIC

BUTLLETÍ MUNICIPAL LA GARRIGA | FEBRER DE 2020 | Núm. 187

Què diuen, els barris?



©PepoSegura

ESPAI POLIVALENT CAN LUNA

Inauguració multitudinària del nou equipament | 4

CULTURA PER A TOTHOM

Musicals, circ i jazz entre les propostes del Teatre | 5

PROTECCIÓ INTERNACIONAL

Famílies que han sol·licitat asil polític s'allotgen al poble | 9

FOMENT DEL RECICLATGE

Campanya per promoure el bon ús dels contenidors | 10



TROBADES Veïnals

**El govern farà ruta pels barris
i convida als veïns i veïnes
a participar en les properes reunions**

La finalitat de les trobades és parlar
del què interessa al barri i prendre nota dels suggeriments
per tal de millorar la qualitat de vida de la Garriga

*Perquè ningú coneix el barri
tant bé com qui hi viu!*



Ajuntament de
LA GARRIGA

El butlletí municipal El Garric és una publicació mensual de distribució gratuïta que edita l'Ajuntament de la Garriga. Redacció, fotografia i coordinació: Organisme Autònom de Mitjans de Comunicació (OAMC) · Sara Riera · Berta Florés Luis Miquel Puertas (pràctiques) Consell d'Administració de l'OAMC. 3.000 exemplars. Dipòsit legal B-11655-07 Impressió: Impremta Pagès.



Ajuntament de
LA GARRIGA

Organisme
Autònom de
Mitjans de
Comunicació
la Garriga



**Diputació
Barcelona**



www.lagarriga.cat



@ajlagarriga



Ajuntament la Garriga



ajlagarriga





Conèixer de ben a prop la realitat de tots els barris

Les Trobades Veïnals volen facilitar una comunicació propera amb la ciutadania

Amb el convenciment que un contacte proper i directe amb la ciutadania pot afavorir i millorar el funcionament del municipi, l'Ajuntament inicia aquest mes les Trobades Veïnals. L'objectiu d'aquest projecte, impulsat des de l'Àrea de Participació Ciutadana, és celebrar trobades periòdiques amb la població per recollir les seves demandes in situ. Per aconseguir-ho, s'ha dissenyat –en col·laboració amb les associacions de veïns i veïnes– un calendari i una ruta que recorrerà tota la Garriga. Les trobades es faran mensualment i tindran lloc als diferents barris del poble, que s'han agrupat en sis zones d'acció.

S'hi convidaran veïns i veïnes de cada nucli i hi assistirà l'alcaldeessa, Dolors Castellà, el regidor de Participació Ciutadana, Lluís Marco, i altres regidores i regidors. Les trobades seran obertes a tothom i s'oferirà un servei de canguratge per a les persones que tinguin infants al càrrec (caldrà fer la reserva de plaça a participacio@ajlagarriga.cat).

Amb aquesta actuació l'Ajuntament espera reforçar el contacte amb el veïnat i detectar els problemes reals i concrets de la

gent que viu al poble, tot enfortint sinergies enriquidores per a la convivència i cohesió social. Alhora, vol facilitar una comunicació més fluïda entre l'administració i la ciutadania. També pretén crear nous espais per reflexionar i compartir punts de vista sobre el dia a dia a la Garriga.

La primera de les sessions tindrà lloc el 12 de febrer a les 19 h a l'Espai Polivalent Can Luna i s'adreçarà als barris de la Doma, les Roques, Santa Rita i Centre. S'hi tractaran tant aspectes genèrics del poble com qüestions concretes de cada barri. L'objectiu és que tothom tingui l'oportunitat de traslladar impressions i propostes a l'Ajuntament.

El calendari previst per a la resta de Trobades Veïnals és el següent: la dels barris de Ca n'Il·la, Montserrat i Passeig, es farà al març; la dels barris de Sant Ramon, de Dalt, Can Noguera, Queral i Querolt, a l'abril; la dels barris de Can Violí, Can Vilanova, Mercè i Can Poi, al maig; la dels Tremolencs, al mes de juny, i finalment, la del Gallicant, al juliol. Les dates concretes i els llocs resten, encara, pendents de determinar.

ELGARRIC | opinió dels grups polítics

ERC: "Posem en marxa les Trobades Veïnals. Ha de ser un instrument per a comunicar-nos, escoltar ciutadanes i ciutadans i resoldre problemes. Però també ha de ser un nou mitjà de difusió de l'activitat que afecti les persones de cada barri. Us vindrem a veure, utilitzeu les trobades per dir-hi la vostra!"

JUNTS: "És sabut que cada barri té unes necessitats i unes mancances. Fins ara, el canal tradicional de la instància era l'única via per poder arribar a l'ajuntament. Amb aquest nou projecte esperem que això millori. Sols esperem que en aquestes reunions no només hi assisteixin les associacions veïnals sinó que la resta de veïns també en formin part, ja que si no és així les persones que formen les associacions podrien arribar a cremar-se, ja que darrerament l'equip de govern els demana que participin en accions fins ara capitanejades i organitzades per l'ajuntament."

CUP: "Esperem que les Trobades Veïnals consolidin un nou model de participació a la Garriga. Que la participació en espais comuns faciliti l'entesa per a la resolució de problemes veïnals i per a fer de cadascun dels barris de la Garriga, places i carrers per viure-hi."

PSC: "Per nosaltres les Trobades Veïnals són un primer pas de la participació que defensem. Celebrem la iniciativa i estarem atents al seu desenvolupament!"

C's: "Vemos con buenos ojos el intentar acercarnos lo máximo posible a los problemas e inquietudes de quienes habitan en nuestros barrios. No obstante, somos cautos en cuanto al éxito de estas medidas. Que estas reuniones tengan sentido dependerá de cómo se publicita, la participación vecinal y de cómo se ejecutan las demandas que en esas reuniones propongan los asistentes".

L'antiga fàbrica de Can Luna s'omple de vida

L'estrena de l'Espai Polivalent aplega mig miler de veïns i veïnes



Unes 500 persones van omplir –a vessar– la sala polivalent de Can Luna amb motiu de la inauguració de l'equipament municipal, el 25 de gener al migdia. Entre el públic hi havia gent de totes les edats, membres de la família Luna, representants del consistori –tant actuals com d'altres legislatures–, entitats i associacions.

Des de l'equip de govern, el regidor de Participació, Lluís Marco, va assegurar que aquell era un gran dia per la Garriga i que Can Luna seria un espai que vetllaria, també, per preservar la seva memòria històrica, com a antiga fàbrica tèxtil garriguenca. “No deixarem que el temps s'emporti els records”, va afirmar el regidor. De fet, durant l'acte ja es va poder visitar una mostra documental que havien preparat els fotoperiodistes Ramon Ferrandis i Pepo Segura.

Al seu torn, l'alcaldesa, Dolors Castellà, va celebrar la posada en marxa de l'espai i va subratllar-ne, sobretot, l'oportunitat que representa per a la comunitat. “Can Luna és un macroprojecte no només per les seves dimensions sinó per les possibilitats que té”, va apuntar. Alhora, va recordar que aquest era només “un petit pas d'un gran projecte”, que seguirà creixent i desenvolupant-se més.

Des de la família, José Maria Luna, nét del fundador de la fàbrica, va voler recordar la gent i les famílies de la Garriga que hi havien treballat. “El meu avi estaria orgullós de veure que aquesta fàbrica passa a formar part del poble, de les seves entitats i associacions”, va expressar. L'acte, que va comptar amb la presència de la consellera de Presidència Meritxell Budó, com a exalcaldessa del municipi, va finalitzar amb un concert-vermut a càrrec del grup coral Kantikune.

Un espectacle emotiu

També dins la programació especial d'inauguració, la sala petita de Can Luna va convertir-se –dissabte 25 a la tarda i diumenge 26 al matí– en l'escenari de l'espectacle *Vida*, una obra multipremiada de la Cia. Javier Aranda que va exhaurir les entrades i emocionar el públic.

Des de la seva posada en funcionament, l'Espai Polivalent Can Luna ja acull diverses entitats i associacions, que compten, ara sí, amb un nou equipament per a la seva activitat.

A mitjà termini és previst que a l'antiga fàbrica s'hi concentrin, també, Ràdio Silenci i el futur Casal de Joves, entre d'altres serveis.

Nàdia Alsinet i Cesc Molins, millors esportistes de la Garriga

La Nit de l'Esport 2020 es va celebrar al nou equipament de Can Luna

La patinadora Nàdia Alsinet i el jugador de tennis taula Cesc Molins van rebre el títol de millors esportistes de la Garriga a la Nit de l'Esport 2020, el 24 de gener a Can Luna.

En la categoria de millor equip femení, va guanyar l'equip sènior femení de futbol sala de l'AEE Blancafort; i el premi a millor equip masculí va ser per al primer equip d'Hoquei la Garriga. El jurat va reconèixer Tania Montes com a millor entrenadora, i Jaume Solé com a millor entrenador.

“Aquest és un reconeixement a totes les persones esportistes: a les que tenen objectius grans i a les que en tenen de més petits, perquè totes, en algun moment, han posat per davant els valors dels esports”, va afirmar el regidor d'Esports, Jordi Musquera.



La informació ampliada de la Nit de l'Esport 2020, amb els noms de la resta de persones i empreses que van ser reconegudes, es pot consultar al web municipal.

Del musical a la *belle chanson*, tot passant pel circ o el jazz

El Teatre de la Garriga – El Patronat engega una nova temporada



El musical *Carmina Burana* inaugurarà la nova temporada del Teatre de la Garriga – El Patronat el proper 15 de febrer, en un concert que farà reviuire l'obra del compositor alemany Carl Orff. La nova programació també portarà a la Garriga l'espectacle d'humor *Stand Up and Fall Down*, de Peter Shub, un director d'escena i pallasso que ha treballat en alguns dels circs més coneguts del món. Shub oferirà, el 14 de març, una comèdia física minimalista que farà riure totes les generacions.

Altres propostes de la nova temporada seran el concert *La tendresse*, en què Anna Roig i Àlex Cassanyes retrans un homenatge a la *belle chanson* el 21 de març, dins el festival Terra de Sons. El jazz pujarà a l'escenari el 23 de maig de la mà del saxofonista malagueny Enrique Oliver que, convidat pel Festival de Jazz de la Garriga, interpretarà el seu treball *Incerteza*.

Tots tres espectacles comptaran amb el servei d'acolliment infantil del Teatre, on nens i nenes poden gaudir d'un taller artístic inspirat en la temàtica de les obres (cal reservar la plaça a info@teatrelagarriga.cat).

El concert *Lieder* del Cor Sarabanda, el 28 de març, i la representació d'*Els Porucs* del Grup Esplai Teatre, el 24 de maig, completaran una temporada farcida de propostes.

Cultura per a tota la família

Propostes teatrals per al públic infantil



Per seguir sensibilitzant i familiaritzant el públic infantil amb les arts escèniques, el Teatre torna a programar, aquest semestre, espectacles familiars de molta qualitat. El proper 1 de març acollirà *El viatge de Ulises*, una obra multipremiada i amb molt bones crítiques de Teatro Gorakada que s'adreça a nens i nenes a partir de 7 anys.

El 8 de març prepara una sessió molt especial i de proximitat, que es farà a l'Auditori de l'Escola de Música. Es tracta de l'obra *Conservando memoria* de El Patio Teatro, on els objectes cobraran vida en la imaginació del públic. L'obra, guardonada en nombrosos festivals, es recomana a partir dels 9 anys però inclourà una activitat complementària per a criatures d'edats més petites. I també dins les propostes infantils, el 26 d'abril serà el torn de *Planeta M. Art*, un espectacle a partir de 3 anys.

breus



Projecció de *Las muertas chiquitas*

La temporada del Teatre de la Garriga – El Patronat inclourà la projecció del documental *Las muertas chiquitas*, de l'artista Mireia Sallarès. Sallarès, que ja va ser a la Garriga l'any 2018 i a qui se li va dedicar la Mostra d'Art 2019, tornarà al poble per presentar la pel·lícula de no-ficció on aborda la relació de les dones amb l'orgasme. *Las muertas Chiquitas* ha format part de la recent exposició *Feminismes* del CCCB i, fa uns mesos, Arcàdia en va reeditar el llibre. L'activitat es farà el 30 de maig a les 17 h amb motiu del Dia Internacional d'Acció per la Salut de les Dones.



El SIAD fa 329 intervencions durant l'any 2019

Veïnes en procés de separació o divorci, entre les que més sol·liciten suport

El Servei d'Informació i Atenció a les Dones (SIAD) de la Garriga va realitzar un total de 329 intervencions durant el 2019, en què va atendre 59 persones (58 d'elles, dones).

Les dades registrades posen de manifest que el perfil mitjà de les usuàries correspon a dones catalanes d'entre 35 i 49 anys, amb estudis secundaris o universitaris, que es troben en procés de separació o que fa poc que s'han divorciat. De fet, moltes vegades, la violència masclista dins d'una relació es fa evident en el moment en què s'inicien els tràmits de separació, o quan la separació o divorci just s'ha dut a terme.

També s'observa que la majoria té 1,3 criatures i treballa, també, fora de casa. Les consultes i visites al SIAD s'han fet, en general, per iniciativa pròpia i de manera presencial.

Les dades també demostren que al 2019 es van fer un 23% d'atencions més que durant el 2018, segurament perquè aquest servei gratuït de l'Ajuntament és cada vegada més conegut. El SIAD de la Garriga ofereix orientació i assessorament, especialment en aspectes relacionats amb la violència masclista. Consta d'un servei de primera acollida i de seguiment, un d'assessorament jurídic i un d'atenció psicològica, i es troba ubicat a les dependències de Serveis Socials (c/ Sant Francesc, 1-3). Per contactar-hi cal trucar al 93 871 90 95 o escriure al correu electrònic pigualtat@ajlagarriga.cat.



breus



El temporal Gloria, intens



El Gloria va deixar, del 19 al 23 de gener, 175 litres/m² a la Garriga. La matinada del dia 22, el cabal del riu Congost va créixer fins a 209 m³/s: el nivell més des de la riuada de 1994. Es va activar, en alerta, el Pla local de Protecció Civil per risc d'inundacions i es van suspendre les activitats als equipaments esportius i a l'aire lliure. L'Ajuntament ha xifrat en 150.000 euros el cost dels desperfectes ocasionats pel temporal en béns públics. Durant l'episodi el consistori va informar, puntualment, de tots els avisos a través del seu compte de Twitter.

Jornada de neteja al riu



El proper diumenge 16 de febrer l'Ajuntament organitza una jornada popular de neteja dels marges del riu Congost, on després del temporal Gloria s'hi han acumulat encara més residus dels habituals.

La jornada és oberta a tothom i s'espera comptar amb la màxima participació possible. Començarà a les 10 h des de l'aparcament dels Pinetons i es recomana portar calçat de muntanya per caminar per terreny irregular i guants. Les inscripcions es poden fer a mambient@ajlagarriga.cat i al telèfon 93 860 52 91.

Cloenda del Programa Emergeix



La 6a edició del programa Emergeix va finalitzar el passat 22 de gener amb l'acte de lliurament de diplomes a qui hi ha participat. El projecte té entre els seus objectius la millora de l'ocupabilitat de l'alumnat, a partir de la reorientació de les seves competències professionals. Aquest 2019 han seguit el programa un total de 12 persones, i 8 més han participat a l'Emergeix Jove. En els darrers 6 anys, el percentatge d'inserció laboral d'aquesta iniciativa ha estat del 70%. De cara al 2020 se n'obriran noves convocatòries.

Les dones, usuàries del Servei d'Habitatge

La majoria d'ajuts per al lloguer a la Garriga els sol·liciten dones. Ho demostren les dades del 2019, en què el 75% de les tramitacions d'aquests ajuts van ser fetes per usuàries. També són elles, sobretot les que viuen soles i amb criatures al càrrec, les que demanen més ajuts municipals pe fer front a les despeses d'un nou contracte de lloguer.

De fet, durant el 2019, el 77% de les visites al Servei d'Habitatge de l'Ajuntament les van fer veïnes del poble, i només un 23% les van fer veïns. També són dones les principals usuàries del servei d'intermediació per a temes d'habitatge. I la tendència es repeteix a Serveis Socials de l'Ajuntament, on de les 2.628 persones ateses l'any passat, 1572 (60%) van ser dones.

La feminització de la pobresa –que té en la precarietat laboral femenina i la divisió sexual del treball algunes de les seves raons– és una de les causes que explica aquest evident biaix de gènere. En total, el Servei d'Habitatge va atendre prop d'un miler de persones al llarg de l'any 2019.

Mobilitzar el parc de pisos buits

Per mobilitzar el parc d'habitatges buits de la Garriga, la Borsa d'Habitatge brinda avantatges tant a persones propietàries com a persones que busquen un lloguer. L'objectiu és incrementar l'oferta de lloguer a preus moderats, i sempre amb garanties per a totes dues parts.

Les persones propietàries que confien en la Borsa d'Habitatge poden beneficiar-se d'una subvenció econòmica i d'un ajut per als arranjaments necessaris per poder llogar el pis. També disposen d'una assegurança multirisc i una assegurança gratuïta de depesa jurídica en cas d'impagaments. Les persones sol·licitants, per la seva banda, poden accedir a un lloguer a preu assequible i tenen assessorament jurídic gratuït. La signatura del contracte també es fa de manera gratuïta i l'Ajuntament ofereix l'acompanyament, la intermediació i l'assessorament necessaris en cada cas.

Per a més informació cal adreçar-se a l'Àrea d'Habitatge de l'Ajuntament de la Garriga (Tel. 93 860 52 85 - mail habitatge@ajlagarriga.cat).



De mica en mica S'OMPLE LA PICA

Sabríeu dir-nos quina de les tres opcions defineix la frase feta que us proposem al mes de gener?

CONÈIXER ELS COIXOS ASSEGUTS

- 1.- No mirar a la cara.
- 2.- Adonar-se de les males intencions de la gent.
- 3.- Conèixer l'edat de les persones de la gent.



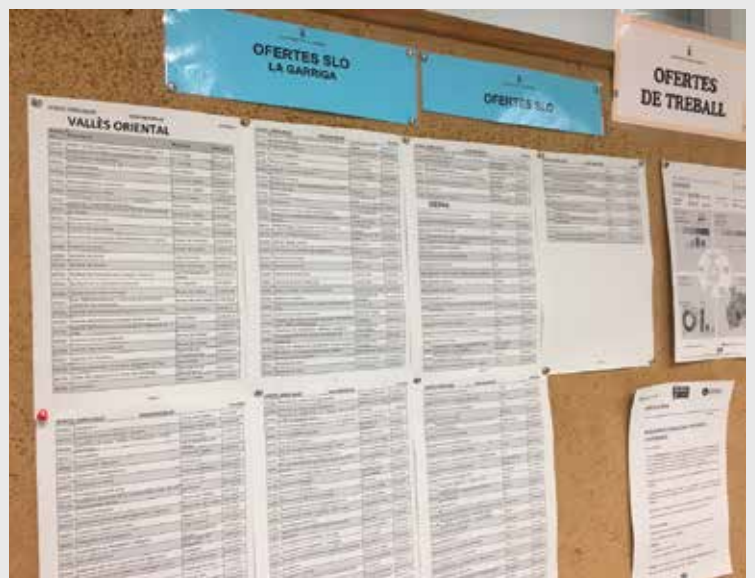
L'Oficina de Català de la Garriga es troba al núm. 79 del carrer Negociant (93 860 59 94). També s'hi pot contactar a través del correu electrònic lagarriga@cpnl.cat i del seu perfil de Facebook.

Solució: la resposta correcta és la número 2.

Més de 300 persones inscrites al SLO van trobar feina al 2019 L'atur afecta principalment les dones, que són les que més s'adrecen a l'Ajuntament

Un total de 247 persones van donar-se d'alta al Servei Local d'Ocupació (SLO) durant el 2019. D'aquestes, més del 60% van ser dones, que són, justament, les que més pateixen l'atur, també al municipi. De fet, al desembre l'atur femení al poble (10,56%) superava en més de 4 punts l'atur masculí (6,01%). Si ens fixem en les edats, el grup d'entre els 40 i els 49 anys és el que més recorre al servei.

Al llarg del 2019 van trobar feina 311 persones inscrites al SLO: 130 homes i 181 dones. Per acabar, al 2019 el SLO va rebre 176 ofertes de treball noves i va realitzar 365 tutories individuals, 247 entrevistes, 36 sessions grupals i 39 sessions informatives. El Club de Feina, on cada dilluns i divendres s'ofereix suport i acompanyament en la recerca activa d'ocupació, va registrar més d'un miler d'assistències.



breus



Totes les cares del Modernisme



El proper 8 de febrer es recupera la ruta guiada "El Modernisme Popular", que vol aprofundir, especialment, en l'impacte que aquest moviment va tenir en l'esfera social i cultural del poble, en les modes que va despertar i en la transformació del nucli antic. La visita sortirà a les 10 h des de Can Raspall (inscripcions 610 477 823 – info@visitalagarriga.cat).

Contes per a la revolta



Els contes de Gianni Rodari centraran l'activitat que es farà el 16 de febrer a les 11 h a Can Raspall, dins del cicle Foment de la Pau. Les narracions reivindiquen un món més senzill, més honest i, en definitiva, més pacífic. I el 23 de febrer, dins el mateix cicle, es farà el taller "Educació en temps de guerra", al refugi de l'estació. Més informació a l'agenda.

Curs d'estampació tèxtil



L'Escola Municipal d'Art i Disseny (EMAD) ofereix un curs d'estampació tèxtil, que es fa els divendres al matí. Les inscripcions són obertes (93 860 59 90) i s'hi aprenen tècniques com la serigrafia, els tampons, el linòleum, els *craquejats*, entre d'altres.

Noves xerrades sobre educació

Espais per reflexionar sobre la criança

L'Àrea d'Educació ha programat dues noves xerrades per a famílies. La primera tindrà lloc el 8 de febrer a les 10 h i, sota el nom "Valors per fer-los i fer-les créixer", tractarà qüestions com el respecte a la diversitat o la responsabilitat a l'hora d'educar. La segona es titula "Com puc motivar el meu fill o filla en els estudis?" i es farà el 27 de febrer a les 19 h. Totes dues xerrades aniran a càrrec de personal expert i es faran a la Sala de Plens. Inscripcions al correu aeducacio@ajlagarriga.cat o al telèfon 93 860 59 90.



Curs de costura modernista

Disseny i confecció de vestits d'època

El curs de costura modernista impulsat des de l'Ajuntament enfila una nova edició i es convida tothom a participar-hi. Es tracta d'un taller gratuït on s'ensenya a dissenyar i confeccionar vestits i complements d'època, que més endavant es podran lluir a les Jornades Modernistes. Les sessions es fan a Can Raspall, de febrer a juny, i les imparteix la mestra costurera Maite Batalla. Per a més informació i inscripcions cal trucar al 93 860 52 94 o enviar un correu a promocio@ajlagarriga.cat.



Joan Brossa, artista polièdric

Exposició sobre el poeta a la Torre del Fanal

Fins al 23 de febrer la Torre del Fanal acull l'exposició "Brossa polièdric", dedicada al poeta Joan Brossa i organitzada per l'Oficina de Català de la Garriga. La mostra vol donar a conèixer la trajectòria vital i professional d'aquest poeta, així com el seu procés creatiu.



breus

**Art urbà a Can Luna**

A les parets de Can Luna ja s'hi pot contemplar el mural que han elaborat les noies i nois del Taller d'Art Urbà del Casal de Joves, una obra col·lectiva que han dissenyat tot inspirant-se en el passat, el present i el futur de l'antiga fàbrica. El mural reflexiona sobre la idea de "teixir", tant robes com projectes culturals i socials. A més, també reivindica el nou equipament com un espai lliure de violències.

**Memorial Santiago Cucurella**

La Fundació Universitària Martí l'Humà homenatja aquest mes Santiago Cucurella, qui en va ser creador i director. El 5è Memorial Santiago Cucurella constarà d'un cicle de conferències al Teatre de la Garriga – El Patronat, amb ponents com la periodista i advocada Bea Talegón o l'advocat Andreu Van Den Eynde. Més informació a l'agenda.

La Garriga acull famílies refugiades

33 persones adultes i 17 criatures s'allotgen al poble

Una quinzena de famílies que han sol·licitat protecció internacional s'allotjaran, durant un mínim de tres mesos, a una casa del centre de la Garriga. La gran majoria procedeixen de Veneçuela, tot i que també n'hi ha de Geòrgia o Síria. El dret d'asil ofereix protecció internacional a persones, les vides, llibertats o drets fonamentals de les quals són objecte de persecució o violència, o es troben amenaçades.

El procediment d'acollida es fa a través d'un programa específic de la Creu Roja, que financen el Ministeri de Treball, Migracions i Seguretat Social i el Fons d'asil, Migració i Integració de la Unió Europea. I és dins d'aquest programa que s'ha habilitat la casa de la Garriga –que gestiona l'entitat Sociohabitatge– com un dels espais de primera atenció, acollida, allotjament i manteniment.

La casa acollirà 33 persones adultes (14 homes i 19 dones), que compten amb formació i disposen del permís de treball. També hi haurà 17 criatures, que s'escolaritzaran al poble. Les famílies es troben en una fase de primera acollida i estan pendents de rebre un destí definitiu. La seva estada a la Garriga serà, per tant, temporal.

Des del Servei Local d'Ocupació s'ha col·laborat en la selecció del personal que treballarà al centre, i s'han pogut contractar 5 veïnes i 2 veïns per a les feines que s'hi desenvoluparan.

El Consell d'Adolescents vol més espais per a joves

El grup busca un nom que el defineix i tindrà un logotip

El Consell d'Adolescents vol fer propostes i treballar perquè a la Garriga hi hagi més espais per a joves. De moment, i com a primer pas, elaborarà un mapa dels diversos punts del poble on es reuneix el jovent i a partir d'aquí desenvoluparà les seves aportacions.

Altres projectes del Consell d'Adolescents, que integren una quinzena de representants de 1r, 2n i 3r d'ESO dels centres de la Garriga, tindran relació amb la Festa Major i la programació de l'Estiu Jove. Els nois i les noies que l'integren també han decidit buscar un nom i un logotip per al grup.

L'última trobada del Consell, que es reuneix cada mes, va tenir lloc el passat 21 de gener a la Sala de Plens.



breus



Impost a vehicles vells



Les persones propietàries de vehicles de més de 25 anys d'antiguitat hauran de pagar l'Impost sobre Vehicles de Tracció Mecànica (IVTM), que es carrega al març. Així ho estableix l'ordenança de l'IVTM, que es va modificar al novembre. Amb la modificació es va suprimir la bonificació que rebien, justament, aquests vehicles de més de 25 anys, ja que són els que més contaminen. La mesura vol contribuir a la lluita pel medi ambient i contra el canvi climàtic. A partir d'ara, només rebran una bonificació del 75% sobre l'impost aquells vehicles catalogats com a històrics.

Nous jocs infantils



La renovació dels parcs infantils segueix endavant i, darrerament, s'han fet millores a la plaça Narcisa Freixas, on s'hi ha instal·lat una caseta multijoc i noves estructures. També s'ha canviat el gronxador doble de la plaça de Can Caralt i s'ha col·locat una caseta a la plaça de Can Berga, juntament amb un mòdul de joguines compartides. En aquest parc també es preveu millorar el sorral i les tanques de la zona d'edats més petites.

Saps reciclar bé?

Qüestionari virtual per posar-se a prova

Aprofitant el Dia Mundial de l'Educació Ambiental (26 de gener), l'Ajuntament ha engegat una campanya per recordar la importància del reciclatge i la recollida de residus. Per això ha preparat un qüestionari virtual, que ja corre per les xarxes socials i que també es troba al web municipal,



on veïns i veïnes poden posar a prova els seus coneixements sobre el tema. L'enquesta també permet adquirir nous coneixements i comprovar que es fa un bon ús dels contenidors i de les àrees de recollida.

El test estarà obert fins al 17 de febrer i és senzill de respondre. La campanya s'emmarca dins les accions d'educació ambiental que es duen a terme al municipi.

Actuació a la plaça Doctor Montal

Nou sentit de circulació i canvi de contenidors

Amb la finalitat de regular els moviments dels vehicles que accedeixen a la plaça Dr. Montal s'ha decidit canviar el sentit de la circulació d'aquest espai. La mesura vol evitar que els cotxes facin un gir en contra direcció quan busquen aparcament o quan es dirigeixen a la carretera Nova, a través del carrer Caritat.

En la mateixa actuació s'han reubicat els contenidors de reciclatge i d'escombraries de la zona i s'ha creat una nova àrea de recollida, a la cantonada entre la plaça i el carrer Sant Francesc. Aquesta nova àrea, de més capacitat, substituirà els contenidors que hi havia al davant de l'ascensor de la Sínia i els que hi havia davant del Casal de Joves, que es retiraran.



Arriba la reina Carnestoltes



La Garriga tindrà aquest any, com l'anterior, una reina Carnestoltes. La figura es construirà al taller infantil del proper 8 de febrer a l'Espai d'Infants de l'Escola Municipal d'Art i Disseny (EMAD), al núm. 3 del carrer Can Xic Corder. Serà a partir de les 10 h i també s'hi elaboraran màscares.

La rua de Carnaval arribarà dissabte 22 de febrer i sortirà a les 17.45 h des de davant del Teatre de la Garriga - El Patronat. Les inscripcions per participar-hi poden fer-se al web municipal fins al 14 de febrer.

El ButiTast, una nova proposta

La Fira de la Botifarra 2020, que es presenta amb un concepte revisat, comptarà amb la implicació del sector cansalader i productor, així com d'entitats i associacions. Una de les entitats que col·laborarà amb l'esdeveniment és Projecte Mexclat a qui l'Ajuntament, tenint en compte la seva dilatada experiència en l'organització de l'exitosa Ruta del Pintxo, ha confiat la gestió de l'espai gastronòmic de la fira. Aquest any l'espai gastronòmic s'anomenarà ButiTast i el públic hi trobarà, entre moltes novetats, tapes i platets d'establiments de la Garriga. La fira se celebrarà del 7 al 8 de març.



breus



Sessions d'acollida

Les persones nouvingudes i migrants que viuen a la Garriga tenen una cita, aquest mes, amb les sessions d'acollida que organitza l'Ajuntament. Se'n faran un total de 7 i s'hi tractaran diversos aspectes relacionats amb el coneixement de la societat i del propi municipi. Aniran a càrrec de personal tècnic de l'Ajuntament. La primera es farà el 10 de febrer a les 15.30 h a Can Raspall i hi assistirà l'alcalde i regidora de Serveis Socials, Dolors Castellà. Inscripcions al 93 871 90 95.

Premiada una alumna de l'EMAD



Txell Font, alumna del cicle de Gràfica publicitària de l'Escola Municipal d'Art i Disseny (EMAD), ha guanyat recentment el premi "Creació del logotip de la Taula Vallès Oriental Avança". El seu disseny serà, a partir d'ara, la imatge d'aquest òrgan integrat pel Consell Comarcal, ajuntaments de la comarca, sindicats i associacions empresarials.

Periodisme comunitari com a eina de resistència

L'Ajuntament subvenciona una escola de comunicació popular a Chiapas

La comunicació pot esdevenir una eina de transformació social i, per això, l'entitat La Garriga Societat Civil fa temps que acompanya el projecte d'una escola de comunicació comunitària i popular a San Cristóbal de Las Casas (Chiapas). La iniciativa ha rebut un dels ajuts de cooperació al desenvolupament de l'Ajuntament, que en la darrera convocatòria hi ha destinat una subvenció de 16.500 euros.

L'escola Votan K'op funciona com un espai permanent de formació i treballa la comunicació des d'una perspectiva de les relacions de poder, control i violència. Mitjançant l'aprenentatge de tècniques audiovisuals, narratives i d'escriptura amb



gent provinent de comunitats indígenes, l'escola apodera les persones que hi participen i demostra que les comunitats poden explicar la seva realitat i denunciar la vulneració sistemàtica de drets humans que pateixen.

El projecte es pot conèixer amb més profunditat a través del documental *Votan K'op, donde habita la palabra*, de Joan Giralt, que es va estrenar al novembre.



Perquè n'esperem molt de les entitats, farem molt més per elles

La Garriga és un poble culturalment ric, hi passen moltes coses. Una de les raons perquè sigui així, és l'impressionant teixit associatiu que hi ha. Moltíssima gent compromesa amb la seva entitat i disposada a donar un cop de mà o a organitzar una activitat oberta a tot el poble, fa que tinguem una oferta molt variada. Però cultura també és llegir, és sortir al carrer i parlar amb els nostres veïns i les nostres veïnes, és compartir els nostres coneixements amb la gent nouvinguda al poble i és participar del poble, això també ens enriqueix i alhora ens permet gaudir encara més de tot el que passa a la Garriga.

Compartir coneixements, moments i experiències ens fa més cultes, més lliures.

Des de l'equip de govern volem ajudar i acompanyar totes aquelles entitats i persones que treballen per la Garriga, volem posar al seu abast equipaments com el recentment inaugurat Can Luna, que ha de ser un punt de trobada per la cultura i les entitats, i també obrir-los la porta a participar en el disseny i programació de la Festa Major o repensar, juntament amb les entitats que hi participen, el Carnaval.

Som molt conscients que hi ha molta feina a fer, però estem segurs que entre totes ho farem!



Pressupostos 2020

Aquest passat mes de gener s'hauran aprovat els Pressupostos 2020 de la Garriga. Uns pressupostos que s'han tramitat, per primer cop, entrat l'any, i no com era habitual i recomanable abans de començar l'any del pressupost. Per què el govern d'ERC els ha portat al gener i no al desembre 2019? Doncs perquè són un govern en minoria i no aconsegueixen trobar els suports suficients en els terminis recomanables, entre els grups municipals que formem l'oposició.

Dit això, el Grup Municipal de Junts per la Garriga sabem que el govern d'ERC volia aconseguir, primer, el suport dels grups que els hi van donar suport amb les Taxes i Ordenances Fiscals pel 2020, és a dir, amb els ingressos del pressupost, i aquests no eren altres que la CUP i el PSC. Un cop constatat per part nostra que nosaltres no érem els seus socis "prioritaris", tot i que ens agradaria rebre el tracte que ens mereixem com a grup majoritari amb el mateix nombre de regidors que el govern, vam començar a treballar en unes propostes per si el govern ho creia oportú. El pressupost municipal que presenta ERC no és una revolució respecte al pressupost 2019 de l'anterior Govern, i no ho és ni ho pot ser per diversos motius: el principal, perquè la major part del pressupost són partides de despesa compromesa. El Capítol 1, el dels sous, ja és el 45% del total del pressupost, i les altres despeses fixes de funcionament deuen estar al voltant d'un 40% més, per tant queda poc marge per fer inversions i polítiques gaire diferents. Tampoc aquest Govern de 6 regidors ha tingut massa temps ni disponibilitat, amb tantes responsabilitats per tants pocs regidors al govern, per fer uns pressupostos trencadors. Gairebé a la fi del termini, i una setmana abans que el govern hagués de tancar els pressupostos per portar-los a la Junta de Portaveus, vam tenir una reunió amb el Govern. En aquesta reunió els vam transmetre que, tot i adonar-nos que no érem els seus socis preferents, nosaltres estàvem i estem disposats a col·laborar amb el Govern i vam fer unes propostes totalment assumibles per tal d'aconseguir el que el poble de la Garriga es mereix: tenir uns pressupostos quan abans millor perquè la ciutadania pugui tenir a la seva disposició els millors serveis que els podem oferir des de l'Ajuntament. Seguim pensant que un Govern amb només 6 regidors no pot fer la feina que no fa gaire feien 11 regidors; continuem oferint al Govern la nostra disposició per tal que situacions com l'actual, aquest endarreriment en la tramitació del pressupost municipal, no tornin a succeir. Aquesta és la prova que Governar en aquesta minoria i donant l'esquena a Junts per la Garriga només pot portar inestabilitat o a dependre de dos grups municipals que no sempre caminen en la mateixa direcció.



La negociació del pressupost municipal 2020

Fiscalitat i pressupostos públics són paraules sovint feixugues que solen generar escepticisme i rebuig a la població. Tot i això, des de la CUP, hem treballat perquè aquesta negociació del pressupost municipal 2020 assenti les bases per a millorar les nostres vides: una bona prestació de serveis municipals i, alhora, mantenir una bona capacitat d'inversió. Inversions que han de fer front als reptes actuals del nostre poble pel que fa a mobilitat, sostenibilitat, gestió dels equipaments municipals i l'espai públic i la remunicipalització de serveis.

Creiem indispensable aplicar criteris de fiscalitat progressiva, entenent-la amb l'objectiu de racionalitzar la recaptació d'impostos amb criteris de progressivitat, justícia social, cura del medi ambient, solidaritat i perspectiva de gènere. Ja vam explicar la nostra postura pel que fa al debat de les ordenances fiscals però s'entén molt millor si ho relacionem amb la nostra forma d'entendre el pressupost municipal. És a dir, entenent-lo com a eina clau en la redistribució de la riquesa. En aquest sentit hem proposat que els nous ingressos resultants de la modificació de l'IBI per als immobles amb alt valor cadastral es traduïssin en la creació d'una partida de 200.000 euros d'adquisició de sòl i patrimoni per a habitatge públic. Perquè creiem que l'accés a l'habitatge, més enllà d'un eslògan, ha de ser una prioritat d'aquest govern, tingui el color que tingui. És per això que també hem proposat una partida per l'elaboració d'un pla local d'habitatge, eina que ens ha de servir per fer front als ritmes de creixement dels preus de mercat i aplicar polítiques transformadores per garantir l'accés a l'habitatge digne.

Hem presentat d'altres propostes com l'elaboració del pla especial del Riu Congost per establir mesures de protecció i ordenació del nostre riu, un pla d'inversions per garantir que la Garriga avanci cap a un model de mobilitat molt més sostenible posant les persones al centre en detriment de l'ús del vehicle privat, o la necessitat d'aplicar la tarifació social a l'escola bressol i a la resta de serveis públics municipals entre moltes d'altres propostes.



Pla de Barris - Una aposta del PSC

Quan començava la legislatura ja vam deixar palès que el nostre grup municipal tenia una idea molt clara del paper que havien de jugar als barris al nostre poble. Nosaltres creiem que la participació veïnal en el dia a dia del nostre municipi es podia vehicular a través dels seus barris i així ho vam defensar durant la campanya i ara també des del Plenari.

Fruit d'aquesta idea i abordant-lo permanentment amb l'actual equip de govern vam aconseguir dos acords per tirar endavant aquest 2020, que seran la primera pedra en aquesta idea més ambiciosa que volem desenvolupar.

En primer lloc, la creació de les trobades veïnals que es posaran en marxa aquest any i que, com ja vam explicar en un altre article, per nosaltres són un primer pas. I en segon lloc, el Pla de barris.

Aquest Pla de barris dotat amb 100.000 euros per aquest 2020 ha de ser la clau per aquelles demandes veïnals que moltes vegades no arriben a executar-se. La nostra intenció és que aquests diners serveixin per poder arranjar els nostres barris, netejar-los i posar-los al dia. Som conscients que no arribarem a tots els llocs que ens agradaria amb aquests 100.000 euros, però considerem que anem per bon camí.

Seguirem treballant per dotar de més pressupost aquests plans i que cada vegada més serveixin a tots els nostres barris per tenir les eines necessàries per avançar. Mai més cap barri de la Garriga a de tenir sensació de deixadesa per estar més o menys allunyat del Centre, mai més volem manteniments que no arriben o tasques pendents.

Lluitarem per aquests reconeixements, i farem seguiment d'aquest primer Pla de barris, perquè n'estem convençuts que si empoderem els nostres veïns i veïnes a través de l'associacionisme aconseguirem uns actors fonamentals pel manteniment del nostre poble.



Propostes assenyades i factibles pels pressupostos de 2020

Avui volem utilitzar aquest espai per comentar quines han estat les 8 propostes, valorades en 79.000 euros, que hem fet arribar al Govern Municipal perquè siguin incloses en el pressupost municipal de 2020 que es debatrà el 29 de gener, una setmana abans d'enviar aquest article per a la seva publicació.

A Cs creiem que tenim un problema de salut pública amb les miccions i l'abandó dels excrements dels gossos a la via pública. Les mesures de conscienciació han resultat inútils i nosaltres proposem allò que ha funcionat en tants municipis com ara Parets del Vallès: modificar l'ordenança de tinença d'animals domèstics per poder sancionar les miccions que no són netejades i executar l'anàlisi dels excrements abandonats per castigar els incívics. Per això, hem demanat una partida de 30.000 euros que servirà per pagar, per període limitat, la mostra de sang de l'animal amb la qual quedarà emmagatzemada en un banc d'ADN. Si hi ha excrements abandonats al carrer es prendrà una mostra que s'ha de confrontar amb la del banc d'ADN i si l'animal està registrat es procedirà a la sanció econòmica al responsable del gos. És una inversió alta el primer any, però econòmica els següents un cop està en marxa.

Una altra partida de 30.000 euros es destinaria a la construcció d'una minipista esportiva (en un lloc a consensuar) com la que hi ha, per exemple, darrere de l'Ajuntament de les Franqueses. En un moment en què la pista núm. 2 ha deixat d'estar oberta a la ciutadania urgeixen espais per a la pràctica d'esports amb pilota en les nostres estones d'oci.

Hem demanat un augment de 5.000 euros de la partida per a les colònies de la gent gran perquè més jubilats puguin accedir-hi. A més, hem demanat dues partides de 1.000 euros. Una destinada a desenvolupar les ajudes als cèlfacs que vam proposar per moció en 2016 i una altra per combatre la plaga de la vespa asiàtica.

12.000 euros hem demanat per a fomentar naus i terrenys industrials en desús. A veure si així aconseguim motivar la instal·lació de noves empreses a la Garriga en un moment en què se les ha escanyat amb la pujada del 30% de l'IBI a moltes d'elles.

Finalment hem demanat una reconsideració dels pressupostos participatius ja que són francament millorables i també la fi de les subvencions nominatives perquè passin a ser per mèrit (concurrència competitiva). Volem evitar així el clientelisme i també que els diners públics vagin a parar a entitats polititzades.

La valoració del pressupost la deixem per al número d'El Garric del mes que ve.

DISSABTE 1

durant tot el dia, a Can Luna **Malhivern, Festa Popular d'Hivern**. Tota la programació als comptes de Facebook (@saligarda.lg) i Twitter (@SaligardaLG) de la Saligarda.
Organitza: Saligarda

a partir de les 10.25 h, des de Granollers
La Mitja 2020. A les 9.30 h sortirà la cursa 10 Km i a les 10 h El Quart.
Organitza: Associació Esportiva la Mitja

a les 11 h, al pàrquing la Doma **Activitat detectivesca a la Doma: "Desperta Holmes! El cas de la Doma"**.
Informació i preus a info@visitalagarriga.cat/ 610477823. Cal inscripció prèvia.
Organitza: Centre de Visitants

a les 12 h, a la Biblioteca Núria Albó **Hora del conte: Bona nit i tapa't**. A càrrec de Marta Arnaus.
Organitza: Biblioteca Núria Albó

a les 18.30 h, a la llibreria Strogoff **Presentació del llibre "Catalunya any zero, crònica visual de la desfeta", de David Iñiguez i David Gesalí**. Activitat del cicle de Commemoració del 81 aniversari del bombardeig i de Foment de la Pau.
Organitza: Ajuntament de la Garriga

a les 19 h, al Teatre de la Garriga – El Patronat **Esquix. Un fart de riure**. A càrrec de Toc Toc Teatre.
Venda d'entrades a La Perruqueria Montse (c. Calàbria, 30), a La Clau (c. Calàbria 176) i a la taquilla.
Organitza: Toc Toc Teatre

DILLUNS 3

a les 17 h, al Casal de Joves **Taller de Fotografia**. Activitat gratuïta. Es farà cada dilluns.
Inscripció prèvia al Casal de Joves (610169297-lgterritorijove@gmail.com/ @espai_jove_lagarriga).
Organitza: Casal de Joves

DEL 3 AL 21

a la Torre del Fanal
Brossa polièdric. Exposició sobre Joan Brossa.
Organitza: Oficina Català de la Garriga

DIMARTS 4

a les 16.30 h, al Casal de Joves **Taller de Break Dance**. Activitat gratuïta. Es farà cada dimarts.
Inscripció prèvia al Casal de Joves (610169297/ lgterritorijove@gmail.com/ @espai_jove_lagarriga).
Organitza: Casal de Joves

a les 18 h, al Casal de Joves **Taller d'Art Urbà**. Activitat gratuïta. Es farà cada dimarts.
Organitza: Casal de Joves

a les 18 h, a la Torre del Fanal **Conferència espectacle: "Joan Brossa i la màgia"**. I inauguració de l'exposició "Brossa polièdric", sobre Joan Brossa.
Organitza: Oficina Català de la Garriga

DIMECRES 5

a les 18 h, Casal de Joves **Taller de Beat Making (producció musical)**. Activitat gratuïta. Es farà cada dimecres. Inscripció prèvia al Casal de Joves (610169297/ lgterritorijove@gmail.com/ @espai_jove_lagarriga).
Organitza: Casal de Joves

a les 18 h, a la Biblioteca Núria Albó **Story Time: Hora del Conte en anglès!** *The Very Hungry Caterpillar*, a càrrec d'Eamonn Allison, professor d'anglès de Cambridge School.
Organitza: Biblioteca Núria Albó

DIJOUS 6

a les 16 h, al Casal de Joves **Trobades k-pop**. Activitat gratuïta. Es farà cada dijous.
Organitza: @kpop_dance_lg

a les 19.30 h, a la Biblioteca Núria Albó **Talk like a native**. "Unusual idioms & phrases: Feelings". A càrrec d'Adam Kirkman, professor de Cambridge School de la Garriga. Places limitades. Cal inscripció prèvia.
Organitza: Biblioteca Núria Albó

DIVENDRES 7

V Memorial Santi Cucurella
a les 18.30 h, al Teatre de la Garriga - El Patronat **Conferència de Bea Talegón: "Europa, on vas?"**.
Organitza: Aula de la Universitat a l'Abast de la FUMH.

a les 19 h, a la Sala Andreu Dameson **Inauguració de l'exposició de les obres de Parelles Artístiques**
Organitza: Associació El Far

DEL 7 AL 23

a la Sala Andreu Dameson
Exposició de les obres de Parelles Artístiques. Horari: Divendres i dissabtes, de 17.30 a 20.30 h, diumenges de 11 a 14 h.
Organitza: Associació El Far

DISSABTE 8

de 9 a 14 h, a la plaça Can Dachs **Fira Alternativa**
Organitza: Art-Aliment10 i Regidoria de Promoció de la Ciutat

a les 10 h, a Can Raspall **Itinerari guiat: "El Modernisme popular"**
Informació i preus a info@visitalagarriga.cat/ 610477823. Cal inscripció prèvia
Organitza: Centre de Visitants

de 10 a 14 h, a la Sala de Plens **Xerrada: Valors per fer-los i fer-les créixer**. A càrrec de Rosa Sellés (Coaching & PNL). Cal inscripció prèvia a aeducacio@ajlagarriga.cat o 938605990.
Organitza: Ajuntament de la Garriga

a les 12 h, al Refugi de l'estació **Visita guiada: refugi antiaeri de l'estació**. Informació i preus a info@visitalagarriga.cat/ 610477823. Cal inscripció prèvia.
Organitza: Centre de Visitants

DIUMENGE 9

a les 11 h, des del Refugi de l'estació **Itinerari teatralitzat: "1936-39. La Garriga plena de refugiades"**. Activitat del cicle d'actes de Commemoració del 81 aniversari del bombardeig i de Foment de la Pau.
Organitza: Ajuntament de la Garriga i Centre de Visitants

DILLUNS 10

a les 19 h, a la Biblioteca Núria Albó **Llegim el teatre**. Club de lectura: *Justícia*, de Guillem Clua. Sessions moderades per Francesc Viñas, professor de Literatura. Places limitades. Més informació, a la biblioteca. En escena al TNC: 13/02/2020 a 22/03/2020.
Organitza: Biblioteca Núria Albó

DIMARTS 11

V Memorial Santi Cucurella
a les 18.30 h, al Teatre de la Garriga - El Patronat
Conferència d'André Van den Eynde: "Després de la sentència, què?".
Organitza: Aula de la Universitat a l'Abast de la FUMH

DIMECRES 12

a les 19 h, a l'Espai Polivalent Can Luna
Trobada veïnal. Sessió amb els barris de Doma, les Roques, Santa Rita i Crta. Nova. S'ofereix servei de canguratge (reserva de plaça a participacio@ajlagarriga.cat).
Organitza: Ajuntament de la Garriga

DISSABTE 15

a les 20 h, al Teatre de la Garriga - El Patronat
Carmina Burana, de Da Capo Produccions Musicals (música).
Informació i entrades a www.teatrelagarriga.cat. S'ofereix un taller per a nens i nenes durant la funció (inscripcions a info@teatrelagarriga.cat).
Organitza: Teatre de la Garriga - El Patronat

DIUMENGE 16

de 10 a 13.30 h, des de l'aparcament de Pinetons
Jornada de neteja del riu
Organitza: Ajuntament de la Garriga

a les 11 h, a Can Raspall
Gianni Rodari: contes per a la revolta! A càrrec d'Assumpta Mercader. Activitat del cicle d'actes de Commemoració del 81 aniversari del bombardeig i de Foment de la Pau.
Organitza: Ajuntament de la Garriga

a les 11.30 h, a la sala Andreu Dameson
Taller artístic per a infants. Vine a conèixer el projecte Parelles Artístiques fent creacions a quatre mans!
Organitza: Associació El Far

DIMARTS 18

V Memorial Santi Cucurella
a les 18.30 h, al Teatre de la Garriga - El Patronat
Conferència de Joan Garriga: "Què en queda, del franquisme?".
Organitza: Aula de la Universitat a l'Abast de la FUMH

DIJOUS 20

a les 17.30 h, a la Biblioteca Núria Albó
Taller infantil: "Màscares de Carnestoltes". A càrrec d'activijoc.
Organitza: Biblioteca Núria Albó



DIVENDRES 21

a les 16 h, al Casal de Joves
Torneig de Fifa 2020. Inscripcions del 17 al 21 de febrer a lgterritorijove@gmail.com.
Organitza: Joves del Casal de Joves

DISSABTE 22

a les 17.45 h, des del Passeig Rúa del Carnaval. Sortirà de davant del Teatre de la Garriga - El Patronat i acabarà a la plaça de l'Església.
Inscripcions a www.lagarriga.cat fins al 14 de febrer
Organitza: Ajuntament de la Garriga

DIUMENGE 23

a les 9 h, a la plaça del Silenci
Anem a l'òpera! El jove barber de Sevilla, al Liceu. Preu 10 euros (inclou entrada i bus). Places limitades.
Organitza: Biblioteca Núria Albó

a les 11 h, al Refugi de l'estació
Taller: "L'educació en temps de guerra".
No recomanat per a menors de 12 anys. Places limitades. Cal inscripció prèvia (info@visitalagarriga.cat/610477823). Activitat del cicle de Commemoració del 81 aniversari del bombardeig i de Foment de la Pau.
Organitza: Ajuntament de la Garriga i Centre de Visitants

DILLUNS 24

a les 7 h, a la parada de bus de la Sínia
Esquiada Jove a la Masella!
Informació i inscripcions fins al 17 de febrer, o fins exhaurir places, al Casal de Joves (610169297/ lgterritorijove@gmail.com / [@despai_jove_lagarriga](https://twitter.com/despai_jove_lagarriga)).
Organitza: PICA (Ametlla del Vallès), Centre Cívic Figaró i Casal de Joves de la Garriga.

DIMARTS 25

V Memorial Santi Cucurella
a les 18.30 h, al Teatre de la Garriga - El Patronat
Conferència de Sebastià d'Arbó: "Existeix vida després de la mort?".
Organitza: Aula de la Universitat a l'Abast de la FUMH

DIMECRES 26

a les 19 h, a la Sala de Plens
Ple municipal. Retransmissió en directe per Radio Silenci (107.4 FM i Radiosilenci.cat).
Organitza Ajuntament de la Garriga

a les 19.30 h, a la Biblioteca Núria Albó
Club de lectura. Cicle "Viatge i literatura". Lectura del llibre *El Cor de les tenebres*, de Joseph Conrad. Sessió moderada per Rosa Solé.
Organitza: Biblioteca Núria Albó

DIJOUS 27

de 19 a 21 h, a la Sala de Plens
Xerrada: Com puc motivar el meu fill en els estudis. A càrrec de Carles Ventura (Coaching de joves). Cal inscripció prèvia a aeducacio@ajlagarriga.cat o 938605990.
Organitza: A juntament la Garriga

DIUMENGE 1 DE MARÇ

a les 11 h, al Centre de Visitants
Taller Familiar: "El cel de Rosanes ple d'ocells de ferro".
Cal inscripció prèvia (info@visitalagarriga.cat/610477823).
Activitat del cicle de Commemoració del 81 aniversari del bombardeig i de Foment de la Pau.
Organitza: Ajuntament de la Garriga i Centre de Visitants

a les 17.30 h, al Teatre de la Garriga - El Patronat
El viatge de Ulises, de Teatro Gorakada (familiar/teatre). Espectacle recomanat a partir de 7 anys. Informació i entrades a www.teatrelagarriga.cat.
Organitza: Teatre de la Garriga - El Patronat



Sebas Monsalve (educador físic)

“Fer exercici ens ajuda a envellir bé i de manera activa”



Sebas Monsalve és llicenciat en Educació Física i Esports. Imparteix la gimnàstica de manteniment per a persones adultes i la gimnàstica per a gent gran que organitza –i subvenciona– l'Ajuntament. Les classes es fan cada setmana a l'escola Puiggraciós i al pavelló de Can Noguera. Les inscripcions són obertes i es poden fer a l'Oficina d'Atenció Ciutadana. La informació sobre els cursos es pot consultar al web municipal i, també, a l'Àrea d'Esports (93 860 52 86).

Com trebal·leu als tallers de gimnàstica per a persones adultes?

Són tallers orientats a mantenir o millorar les diferents capacitats físiques. Es desenvolupen des de l'àmbit de l'entrenament funcional –treballs de força, resistència, velocitat i flexibilitat–, amb l'objectiu d'adaptar els exercicis a les necessitats de cada persona. El que diferencia un entrenament

funcional d'altres de convencionals és que no està orientat a la competició, sinó a millorar la salut i el benestar general.

I a les sessions de gimnàstica per a gent gran?

Aquestes sessions tenen l'objectiu d'ensenyar, orientar i fer practicar aquells exercicis físics fonamentals per mantenir el bon funcionament del cos. S'adrecen tant a persones actives com sedentàries que superin els 60 anys, i que amb l'edat van perdent certes qualitats físiques per al desenvolupament de la seva vida diària. Els exercicis estan dissenyats amb un caràcter especial i adaptat, tenint en compte que hi ha practicants que presenten patologies diverses, com ara sobrepès, hipertensió o artritis.

Per què és bo fer esport, també de grans?

L'exercici físic és important en totes les etapes evolutives. Entre molts altres beneficis, ajuda a regular les funcions fisiològiques del cos i a tenir-ne una millor autopercepció, redueix el risc de desenvolupar algunes malalties, millora la circulació sanguínia, la freqüència cardíaca i la tensió arterial. Especialment en la gent gran millora l'equilibri i la mobilitat articular, i endarrereix la descalcificació òssia, fet que evita les caigudes. Sobretot, ens ajuda a envellir bé i de manera activa.

L'exercici físic també ens aporta felicitat, diuen.

I tant! Des d'un punt de vista quí-

mic, les endorfines que s'alliberen durant l'exercici són les que generen aquesta felicitat. Però no es tracta només d'això. Si et sents millor físicament, el teu cos se sent bé i això et regala una dosi d'autoestima i de confiança. A més, si l'exercici es fa en grup, la interacció social també aporta grans beneficis a la nostra felicitat.

Quins efectes té l'exercici en l'estrès o l'ansietat?

Assolir fites o petits objectius ens ajuda a reforçar l'autoconfiança. Biològicament, les substàncies que es produeixen amb l'activitat física, com hem dit, generen un estat de benestar que ajuda a revertir aquests estats psicològics negatius. També revertim la pèrdua d'energia que produeix l'estrès, alliberem la tensió acumulada al cos i ens evadim dels pensaments. Un altre factor important és que l'exercici ens ajuda a agafar la son, i si descansem bé, reduïm l'ansietat.

A qui recomanaries els tallers de gimnàstica de l'Ajuntament?

A les persones que vulguin començar a practicar exercici o que tinguin ganes de mantenir-se actives i en forma. Ho recomano especialment a aquelles que vulguin fer activitat física en grup, i a les que en tenen ganes però no saben per on començar o quin tipus d'exercici els convé més. Als tallers hi trobaran algú que les orientarà tècnicament i les acompanyarà per assolir els seus objectius. Mai és tard per començar-se a moure!