

CARNAVAL 2024

Iniciem un nou any, el 2024, amb tantes coses viscudes i compartides. Qui ho diria 2024...

Amb un temps de bojos, una setmana fa fred, una altra calor, si tenim sort plou, si us plau que no sigui el dia que fem una activitat al carrer. Si només fos el temps, tenim la «cuesta de enero», com si a Roquetes no tinguéssim prou carrers que fan pujada, ens puguen els preus de tot la llum, l'oli, el pa, l'arròs, en general tot el carro de la compra. I com el món no tenia prou guerres afegim un altre guerra, un altre cop els poderosos contra els humils, on sempre li toca la pitjor part a la població. Si no fos poca cosa afegim gripes, constipats i d'altres virus. Les infermeres contractades en precarietat, on queden els aplaudiments de fa uns anys? Doncs en aquest barri donem suport i resposta per estar al seu costat i donar el nostre suport a les metgesses malaltes sense substitutes. Educació en precari, mestres exprimides, sobrecarregades de feina i on està la promesa de destinar el 6% del PIB. Discursos d'odi i d'enfrontament que venen des de aquelles persones que ja tenen la vida resolta per difamar en comptes de construir i gestionar... **Prou!!!**

Des del grup de veïnes que preparem el Carnaval a Roquetes vam dir que cal fer alguna cosa, l'any anterior vam triar reivindicar el preu del cost de la vida, però aquest any hem pensat que «Con la que nos está cayendo, siempre nos quedará la risa». Volíem una disfressa divertida, plena de colors, que animés a tothom a passar una bona estona, des de les més petites fins a les més sàvies del barri. Doncs ja tenim aquí l'Espectacle més gran del Món, el circ. Inspirades per aquelles professionals que inspiren la pau, que aposten per la cultura de conivir i com-

partir, que fomenten passar-ho bé i oblidar el dia a dia amb un somriure. Amb tants professionals que ens inspiren, distreuen i ens fan pensar.

Així que no oblidem allò que cantava la gran Celia Cruz:

«ay, no hay que llorar
Que la vida es un carnaval
Y es más bello vivir cantando
Oh-oh-oh, ay, no hay que llorar
Que la vida es un carnaval
Y las penas se van cantando»

Comissió Carnaval a Roquetes

Dijous 8

- Dia de la Truita-Matí: Caminada fins el Castell de Torre Baró on farem una classe de Zumba a les 11.30h al davant del Castell.
- Dia de la Truita-Tarda: Vine a les 17h a la Plaça dels Titellaires, porta la teva truita i participa en el sorteig d'una cistella de productes ecològics i després ball de disfresses al Casal de Persones Grans.

Dissabte 10

- Gran Rua de Roquetes: A les 17h a la Plaça de les Roquetes per participar en la nostra gran Comparsa. Recorda que pots inscriure't a l'AVV de dilluns a divendres de 17h a 20h fins el 2 de febrer.

Dimecres 14

- Enterrament de la Sardina: Cercavila des de les escoles del barri fins la plaça dels Titellaires on hi hauran tallers, espectacle i xocolatada per tothom.

SANT VIOLENTÍ: L'AMOR NO ÉS UN SALVAVIDES

Viure en aquest món no és gens fàcil. Ser feliç (si alguna sap què vol dir això), tampoc. Viure en un sistema que ens obliga a **estar explotades en una feina, que aixeca fronteres per seguir-se enriquint, que provoca guerres i genocidis no és gens fàcil**. Per això, és el mateix sistema el que s'inventa drogues de felicitat perquè puguem seguir sobrevivint sense queixar-nos massa. Per les dones, **la droga per excel·lència és l'amor romàntic**. Des que som petites ens eduquen perquè creiem que el més important és aconseguir algú que t'estimi (allò del príncep blau), amb qui formar una família i tenir fills i filles. Per les dones, sembla que només serà això el que ens donarà la felicitat. Si no ho aconseguim o no ho volem, sembla que la vida serà un fracàs o que som defectuoses. Trobar l'amor és com trobar un salvavides en mig de l'oceà quan t'estàs ofegant. El que passa és que **posar la teva vida en mans d'un únic flotador et pot acabar matant**. Buscar la droga de l'amor ens posa en perill a les dones. Ens posa en perill quan l'altra persona no ens cuida, no ens correspon, ens fa mal, ens controla, ens vol submises, no valora els nostres límits ni les nostres opinions. L'amor romàntic és el que fa que ens enganxem a relacions amb persones que no ens saben estimar i que ens maltracten. Així que sí, l'amor pot matar. I s'aguanta fent-nos sentir insuficients, insegures, lletges, sense amor propi i ens posa a competir entre dones per a veure quina aconseguirà l'atenció dels homes. El dia **14 de febrer** és Sant Valentí, però podríem parlar de **Sant**

Violentí. L'amor és una gran mentida i ens han fet creure que és el que ens omplirà de pau i felicitat. I, a més, ara s'ha inventat un dia perquè les **empreses segueixin guanyant més i més diners en nom de l'amor** i tot el que consumim per regalar i demostrar amor gastant diners. L'amor no és la fletxa de Cupido, no és l'enamorament. **L'amor sa és aquell que es construeix, que no idealitza a l'altra**. L'amor bonic és aquell que hem après més amb les amistats que ens donen suport quan la cosa se'ns complica, quan ens quedem fins a les tantes cosint disfresses, quan ens trobem per fer del nostre barri un lloc més just i habitable per totes. L'amor de la nostra vida som nosaltres mateixes, són les nostres amigues, les nostres veïnes, els nostres companys i companyes. I sí, també podria ser-ho la nostra parella conjuntament amb la resta de coses que ens fan sentir il·lusionades i ens agraden. **El que no és gens recomanable és construir una vida on la parella és el més important** perquè, quan marxi, com el salvavides, ens ofegarem en l'oceà. I és molt millor aprendre a nedar.

Per acabar, **recomanem llegir** a totes les dones, noies i identitats sexe-gènere dissidents el llibre de Pamela Palenciano "Si es amor, no duele". I als homes, una lectura important per no ser part del problema és "Hombres que ya no hacen sufrir por amor" de Coral Herrera.

Veïna de Roquetes

NEIX UNA NOVA COOPERATIVA A NOU BARRIS

La **Comunitat Urbana Nou Barris**, impulsada per la Fundació Pare Manel, i les entitats activadores Ètic Habitat SCCL, IGOP, Azimut SCCL, eXO, NOVACT juntament amb la participació de la Plataforma d'Entitats de Roquetes, Associació Veïnal del Verdum, Associació de Venedors del Mercat de Montserrat i amb el suport de la Generalitat de Catalunya i l'Ajuntament de Barcelona, té com a objectiu promoure projectes de suport mutu i iniciatives econòmiques basades en l'**Economia Social i Solidària**.

Durant els darrers dos anys, un dels eixos de treball ha estat la creació i consolidació d'un **servei de gestió ètica per a les Comunitats de Veïns i Veïnes**. Aquest esforç ha ajudat que tot un seguit de Comunitats de Veïns i Veïnes hagin acordat unir-se en aquest projecte, la qual cosa ha permès el naixement de la cooperativa GESTHÀBITAT.

GESTHÀBITAT serà una cooperativa sense afany de lucre que oferirà a

les **Comunitats de Veïns i Veïnes** serveis de qualitat, amb visió ètica i amb l'objectiu d'enxarxar-les amb l'economia social i de proximitat dels seus barris, en totes les activitats pròpies de la gestió de comunitats de veïns i veïnes. L'equip de **GESTHÀBITAT** el formen professionals en diferents camps com l'administració i gestió de finques, l'arquitectura, serveis jurídics i fiscals, la mediació veïnal i el Treball Social. És un equip amb una llarga trajectòria en projectes d'apoderament veïnal, el suport a la rehabilitació de finques i gestió subvencions per tot el territori català, així com una llarga trajectòria en l'**Economia Social i Solidària**.

Si la vostra Comunitat de Veïns i Veïnes està interessada, no dubteu a posar-vos en contacte al telèfon 934 61 96 18 o info@gesthabitat.cat o visitar el web www.gesthabitat.cat per conèixer de més a prop aquest il·lusionant projecte basat a enfortir la xarxa social als barris.

LA RECEPТА



Aquí compartim receptes de tot el món que ens porten salut, energia i bona taula, tan diverses com ho som els i les veïnes que fem de Roquetes un barri amb tanta riquesa cultural. Animeu-vos a cuinar-les! Podeu trobar més receptes al blog "A Roquetes Fem Salut".

POLLASTRE AL FORN AMB BOLETS

Aquesta recepta ve del grup de cuina del divendres del projecte Més amb Menys. La nostra companya Maria ens l'explica amb molt d'afecte. És molt fàcil i la pots adaptar al teu gust. Sigues creativa!

INGREDIENTS:

- 1 pollastre trossejat
- 400g de bolets variats en conserva o frescos
- 100g de bacó tallat a tires
- 2 cebes
- 1 got de vi blanc (opcional). Es pot substituir per caldo.
- Mitja culleradeta de cúrcuma
- Mitja culleradeta de farigola
- Sal
- Pebre
- 3 o 4 dents d'all
- Llorer
- Oli d'oliva

ELABORACIÓ:

1. Pelar les cebes i els alls i picar-los que quedi ben petit
2. Retirar la crosta del bacó i tallar-lo a tires
3. Netejar el pollastre
4. Posar oli a una cassola i daurar el pollastre. Retirar-lo quan estigui llest, deixar-lo escórrer i salpebrar-lo
5. Afegir la ceba i el bacó a la cassola. Sofregir durant deu minuts.
6. Escórrer els bolets i afegeix-los a la cassola.
7. Afegir els alls i afogar-los 10 minuts
8. Afegir el pollastre, el llorer, la farigola i el got de vi o caldo. Afegir la cúrcuma i remoure-ho tot.
9. Tapar durant 30-40 minuts fins que estigui fet.
10. Afegir un got d'aigua i rectificar de sal
11. Apagar el foc i deixar reposar 10 minuts abans de servir.

POLLO AL HORNO CON SETAS

Esta receta viene desde el grupo de cocina del viernes del proyecto Més amb Menys. Nuestra compañera Maria nos la explica con cariño. Es muy fácil y la puedes ir adaptando a tus gustos. ¡Se creativa!

INGREDIENTES:

- 1 pollo troceado
- 400 gr de setas variadas en conserva o frescas
- 100 gr de beicon cortado en tiras
- 2 cebollas
- 1 vaso de vino blanco (opcional). Puedes substituir-lo por caldo.
- Media cucharadita de cúrcuma
- Media cucharadita de tomillo
- Sal
- Pimienta
- 3 o 4 dientes de ajo
- Laurel
- Aceite de oliva

ELABORACIÓN:

1. Pelar las cebollas y los ajos y picarlos en pequeño
2. Retirar la corteza del beicon y cortar en tiras
3. Limpiar el pollo
4. Poner aceite en la cazuela y dora el pollo. Retirar cuando esté listo, déjalo escurrir y salpimiéntalo
5. Agregar a la cazuela la cebolla y el beicon. Sofreír durante 10 minutos
6. Enjuaga las setas y añádelos a la cazuela
7. Añadir los ajos y rehogar 10 minutos
8. Añadir el pollo, el laurel, el tomillo y el vaso de vino o el caldo. Añadir la cúrcuma y remueve.
9. Tapar durante 30 o 40 minutos hasta que esté hecho
10. Añadir un vaso de agua y rectificar de sal
11. Apagar el fuego y dejar reposar 10 minutos antes de servir



L'AGENDA

febrer

dijous 1

18h ESPAI EMOCIONS GRAN. ANSIETAT I NUTRICIÓ

Org: TiG i CAP Roquetes
Lloc: Centre Ton i Guida (c/ Romani, 6). Gratuït.

divendres 2

18h PRESENTACIÓ CÍTRIC

La història del circ anastacini. Art i llibertat
Org i Lloc: Ateneu Popular 9 Barris. Gratuït

20 i 21.30h OLVIDO FLORES. LAS MARAVILLAS DE JÚPITER

Cia. Estefanía de Paz Asín (Teatre d'objectes)
Org i Lloc: Ateneu Popular 9 Barris. 10€/12€

dissabte 3

10.30h JO TAMBÉ FORMO PART D'AIXÒ

Org i lloc: Castell de Torre Baró
Inscripció prèvia: 664044079 o castell_torrebaro@bcn.cat
Gratuït. De 10 a 12 anys

A partir 11.30h CALÇOTADA REIVINDICTIVA DEL KASÀL

Org: Kasal de Joves de Roquetes
Lloc: Amfiteatre de Roquetes.
Compra de tiquets al Kasal els dies abans

20 i 21.30h CÍTRIC: OLVIDO FLORES. LAS MARAVILLAS DE JÚPITER

Cia. Estefanía de Paz Asín (Teatre d'objectes)
Org i Lloc: Ateneu Popular 9 Barris. 10€/12€

dijous 8

DIA DE LA TRUITA A ROQUETES

Matí Caminada fins al Castell de Torre Baró

11.30h Activitat de Zumba
Lloc: Castell Torre Baró. Gratuït

17h Degustació de Truites i sorteig
Lloc: Pl. Titellaires. Gratuït.

18.30h Ball de disfresses amb Alex Peris
Lloc: Casal de Persones Grans. Gratuït.

CARNAVAL INFANTIL DE NOU BARRIS

17h Xocolatada i tallers
18h Espectacle infantil amb Trencamandres
Org: Coordinadora Cultural de Nou Barris
Lloc: Marquesina Via Júlia. Gratuït.

divendres 9

21.30h CARNAVAL JOVE

Org: Coordinadora Cultural de Nou Barris
Lloc: Casal de Joves de Prosperitat. Gratuït.

dissabte 10

10h CANVI CLIMÀTIC

Passejada de dificultat baixa
Org i trobada: Castell de Torre Baró. Gratuït.
Inscripció prèvia: 664044079 o castell_torrebaro@bcn.cat

CARNAVAL 2024

17h Gran Rua de Roquetes
Inici: Pl. Roquetes
Org: Comissió de Carnaval de Roquetes
Inscripcions fins al 2 de febrer a l'AVV Roquetes

19h Rua Central
Lloc: Via Júlia. Gratuït.

21h Patxangódromo: lectura de versots i entrega de premis
Lloc: Pl. Angel Pestaña. Gratuït

23.3h Gran Festa de Carnaval
Lloc: Ateneu Popular 9 Barris (c/ Port-Lligat, 11-15)
Org: Coordinadora Cultural de Nou Barris

dimecres 14

ENTERRAMENT DE LA SARDINA

Cercavila, tallers, xocolatada i animació infantil
Lloc: Pl. Titellaires (Inici cercavila: escoles del barri)

dissabte 17

10.30h CALCULADORA ENERGÈTICA: QUANTA ENERGIA UTILITZES A CASA?

Dia europeu de la lluita contra la pobresa energètica
Org i trobada: Castell de Torre Baró. Gratuït.
Inscripció prèvia: 664044079 o castell_torrebaro@bcn.cat

20h LOKAL DE RISC

Org i Lloc: Ateneu Popular 9 Barris (c/ Port-Lligat, 11-15). Taquilla inversa.

dilluns 19

17h PRIMERES PASSES. AQUEST DRAC ÉS UN CATACRAC

De 6 mesos a 3 anys
Org i Lloc: Biblioteca Roquetes - Rafa Juncadella (Via Favència, 288 B). Gratuït.

divendres 23

17.30h "FOFI EL CACHORRO"

Titelles - de la companyia La Baika
Org i lloc: Centre Ton i Guida (c/ Romani, 6). Gratuït. Aforament limitat.

21h CÍTRIC: EL MAR. VISIÓ D'UNS NENS QUE NO L'HAN VIST MAI

Xavier Bobés i Alberto Conejero (teatre)
Org i Lloc: Ateneu Popular 9 Barris. 10€/12€

dissabte 24

10h DEL CASTELL A LA FONT MUGUERA

Passejada de dificultat mitjana amb desnivells
Org i trobada: Castell de Torre Baró. Gratuït.
Inscripció prèvia: 664044079 o castell_torrebaro@bcn.cat

12h APERITIUS MUSICALS. JUGA I CANTA I BALLA

A partir de 3 anys
Org i Lloc: Biblioteca Roquetes - Rafa Juncadella (Via Favència, 288 B). Gratuït.

SORTIDA A LA NEU

Informació i inscripcions prèvies: Centre Ton i Guida (c/ Romani, 6)

dilluns 26

18h CÀPSULA: APRÈN A FER SUSHI

Org i lloc: Centre Ton i Guida (c/ Romani, 6)

i també...

Fins al 2 de febrer INSCRIPCIONS AL CARNAVAL DE ROQUETES 2024

Lloc: AVV Roquetes (c/ Cantera, 59). De 17h a 20h de dilluns a divendres. Preu: 8€ infants / 10€ adults

Dissabte 3, 10, 17 i 23 d'11 a 13h MIJAC

Activitats socioeducatives com a eina pedagògica el joc
Org: Mijac Roquetes
Lloc: Parròquia Santa Magdalena (c/ Llopiu, 9)
Inscripcions: el mateix dia de 10 a 11h. Gratuït.

Consulteu aquí el Calendari Festiu de Roquetes previst 2024

