

Nadal a Roquetes 2024

ANEM A BUSCAR EL TIÓ

Ds 14 desembre - 11 h

(Castell Torre Baró)

Inscripcions

toniguida@toniguida.org

ESPECTACLE PER FER CAGAR EL TIÓ

Dj 19 desembre - 17:30 h

(PI Roquetes)

Cia Més Tumàcat

CANTADA DE NADALES

Dill 16 desembre - 10 h

(PI Roquetes)

IE Antaviana i

IE Turó de Roquetes

RÀDIO NADAL

Dt 24 desembre - 12 h

(Plaça Cendrer)

ENCESA DE LLUMS DE L'ARBRE DE ROQUETES

Dill 16 desembre - 16:30 h

(PI Roquetes)

Tallers familiars, actuacions
nadalengues, xocolatada

CIRCUIT NADALENC I ENTREGA CARTES AL REI

MELCIOR

Ds 4 gener - 18 h

(PI Roquetes)

Casal Infantil de Roquetes, Casal de Persones Grans de Roquetes, Biblioteca Les Roquetes
Rafa - Juncadella, Associació de Veïns i Veïnes de Roquetes, Espai Polivalent, AFA Turó de
Roquetes, Servei Nou Barris Conviu, Castell de Torre Baró, Ton i Guida, Pla Comunitari de
Roquetes, AACC de Roquetes.

Districte de
Nou Barris

Ajuntament de
Barcelona



TROBADA DE BARRI DE ROQUETES

Com cada final d'any, ens agrada trobar-nos per poder compartir allò que estem fent a la xarxa comunitària de Roquetes, és a dir, allò que fem conjuntament les persones que habitem el barri, tant si hi vivim, hi lluitem o hi treballem. Durant l'any, ens trobem sovint a espais de treball, de reunions, anant d'un lloc a l'altra. És per això, que la Trobada de barri vol ser un espai més distès on puguem trobar-nos per compartir, però sobretot, per gaudir.

És per això que enguany, hem preparat unes activitats des del joc i l'experiència per compartir la feina feta durant aquest any i veure quins reptes tenim com a barri per l'any que ve. És per això, que el **dimecres 11 de desembre** us convidem a veïnat, entitats, serveis i professionals del barri a participar de la Trobada de Barri. Serà al **Ton i Guida** a partir de les **17.30h** de la tarda. No us ho podeu perdre!



TORNA EL CIRC D'HIVERN A L'ATENEU

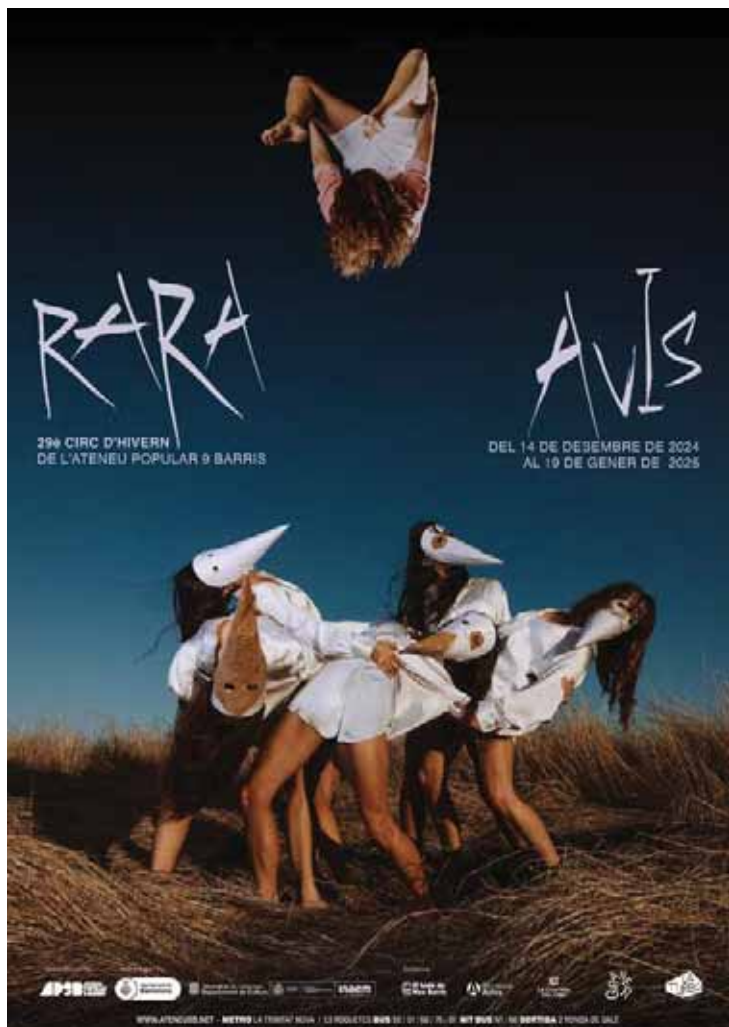
Desembre és sinònim de **Circ d'Hivern a l'Ateneu Popular 9 Barris**, un clàssic de les festes nadalenques i un dels moments més esperats al barri. Com cada any, el Circ d'Hivern ens sorprèn amb un nou espectacle, inèdit i únic, que ens captiva i ens transporta a un món de màgia i emoció. En aquesta 29a edició, ens endinsem en l'univers de **"Rara Avis"**, una proposta que celebra la singularitat i ens convida a descobrir com allò que ens fa únics pot ser també el que ens uneix.

Rara Avis és una expressió en llatí que significa "ocell rar" i que descriu allò excepcional, poc comú i especial. Tots i totes portem dins alguna cosa que ens fa diferents i irrepetibles. Amb aquest espectacle, reivindiquem la raresa i la necessitat de ser vistes i respectades tal com som, perquè la diversitat és un valor que ens enriqueix.

Dirigit per Natalia Barraza, Rara avis compta amb un equip artístic que combina circ, música i visuals per crear una experiència inoblidable. Les intèrprets Martina Covone, Lucia Heege, Sophie Núñez, Pia Bautista i Mariana Fernández, especialistes en aeris com la corda llisa, el trapezi fix i el trapezi balanç, donen vida a aquest món fascinant. La música de Marcel Bagés i David Soler i el disseny visual d'Octavi Brull completen una posada en escena única.

L'espectacle s'estrenarà el **14 de desembre del 2024** a l'Ateneu Popular 9 Barris i es podrà veure fins al 26 de gener del 2025. Amb una durada de 60 minuts, és una proposta recomanada a partir de 8 anys i pensada per a tots els públics. Com sempre, l'Ateneu treballa perquè el circ sigui accessible a tothom. Les entrades tenen un cost de 12 euros (generals) i 6 euros (menors de 14 anys), amb descomptes per a persones en situació d'atur i passis especials per a escoles i entitats del territori.

Aquest Nadal, no deixis passar l'oportunitat de descobrir el teu Rara avis i gaudeix de la màgia del circ a l'Ateneu!





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".

POLVORONS CASOLANS

Fa ja dies que els supermercats ens bombardegen amb missatges nadalencs. Torrons i polvorons que ens avisen que Nadal s'acosta. Amb aquesta recepta no volem parlar d'un Nadal capitalista marcat pel consumisme sinó un Nadal que ens convida a gaudir del solstici d'hivern, un moment per proveir-se de prou menjar i beguda per enfrontar l'època més freda de l'any. Una època per aprofitar per ajuntar-se amb familiars, amics i amigues o gent que estimeu. Us animem a aprofitar aquestes estones per elaborar conjuntament receptes, com la que us proposem a continuació de polvorons casolans.

INGREDIENTS

- 500 g de farina de blat (no ha de ser de rebosteria ni de força)
- 125 g d'ametlles crues o de farina d'ametlla. L'avantatge de triturar les ametlles a casa és que quedaran trossets que enriqueixen molt el resultat final.
- 150 g de llard de porc (imprescindible que estigui a temperatura ambient per poder manipular-la fàcilment i no sigui dura). Per fer-los vegans utilitza 200 ml d'oli d'oliva
- 100 g de sucre glaç, reservant una part per decorar. És el que marca la diferència i aromatitza el dolç. És habitual afegir una mica canyella o anís. Fins i tot es pot jugar amb la vainilla.

PREPARACIÓ

1. El primer pas és barrejar la farina de blat amb la d'ametlla i torrar-la en una paella amb compte perquè no es cremi.
2. Després, quan sigui freda, se li afegeix el llard o l'oli, el sucre i l'aroma que es decideixi. Es pasta molt bé fins que tots els ingredients estiguin ben integrats i es deixa reposar almenys una hora. En cas que hi posis oli, afegeix-lo a poc a poc per veure fins on et permet la massa.
3. Toca treure el corró i treballar la massa fins que tinguem un gruix d'un centímetre i mig. Els tradicionals tenen forma ovalada, però si la teva talladora de pasta és rodona, valdrà igual. Una mostra més que són casolans.
4. Una vegada disposats els dolços a la safata del forn i aquest preescalfat a 180 graus, s'introdueixen i es fornegen una mitja hora. Vigila amb el teu forn que no es cremi. Han de quedar daurats.
5. Quan es refredin només cal decorar amb sucre glaç i gaudir-los.

Tenint present la recepta clàssica, es poden anar aplicant algunes modificacions per ajustar-lo al teu gust.

Sense sucre. En cas de voler reduir el sucre, només cal substituir-lo per uns dàtils que es poden triturar com les ametlles. Per decorar es poden reservar unes ametlles picades i unes cullerades de canyella.

De llimona o taronja. Són més refrescants i fa la sensació que són, fins i tot, més lleugers. El canvi és senzill: a la massa se li afegeix una mica de ratlladura de llimona (l'aroma és inconfusible) o de taronja aprofitant que és la fruita de temporada per excel·lència, amb un alt contingut de vitamina C.

Amb xocolata. Per als més llaminers hi ha dues opcions. Es pot afegir una mica de cacau en pols a la massa o cobrir-los de xocolata una vegada acabats i deixar-los assecar unes hores. Utilitza xocolata amb un percentatge alt de cacau (més del 80%), ja que tenen menys greixos i sucres afegits.

POLVORONES CASEROS

Hace días que los supermercados nos bombardean con mensajes navideños. Turrone y polvorones que no avisan que Navidad se acerca. Con esta receta no queremos hablar de una Navidad capitalista marcada por el consumismo sino de una Navidad que no invita a disfrutar del solsticio de invierno, un momento para proveer de suficiente comida y bebida para afrontar la época más fría del año. Una época para aprovechar para juntarse con familiares, amigos y amigas o gente que queráis. Os animamos a aprovechar estos ratos para elaborar conjuntamente recetas como la que os proponemos a continuación de polvorones caseros.

INGREDIENTES

- 500 g de harina de trigo (no tiene que ser de repostería ni de fuerza).
- 125 g de almendras crudas o de harina de almendra. La ventaja de triturar las almendras en casa es que quedaran trocitos que enriquecen mucho el resultado final.
- 150 g de manteca de cerdo (imprescindible que esté a temperatura ambiente para poder manipularla fácilmente y no sea dura). Para hacerlos veganos, utiliza 200 ml de aceite de oliva.
- 100 g de azúcar glasé, reservando una parte para decorar. Es lo que marca la diferencia y aromatiza el dulce. Es habitual añadir una poco de canela o anís. Hasta se puede jugar con la vainilla.

PREPARACIÓN

1. El primer paso es mezclar la harina de trigo con la de almendra y tostarla en una sartén teniendo cuidado que no se queme.
2. Después, cuando sea fría, se le añade la manteca o el aceite, el azúcar y la aroma que se decida. Se pasta muy bien hasta que todos los ingredientes estén bien integrados y se deja reposar al menos una hora. En caso de que le pongas aceite, añádelo poco a poco para ver hasta donde te permite la masa.
3. Toca sacar el rodillo y trabajar la masa hasta que tengamos un grueso de un centímetro y medio. Los tradicionales tienen forma ovalada, pero si tu talladora de pasta es redonda, valdrá igual. Una muestra más que son caseros.
4. Una vez depositados los dulces en la bandeja del horno y este precalentado a 180 grados, se introducen y se hornean una media hora. Cuidado con tu horno que no se quemen. Tienen que quedar dorados.
5. Cuando se enfríen solo hace falta decorarlos con azúcar glasé y disfrutar.

Teniendo en cuenta la receta clásica, se pueden aplicar algunas modificaciones para ajustarlo a tu gusto.

Sin azúcar. En caso de querer reducir el azúcar, solo se tienen que sustituir por unos dátiles que se pueden triturar con las almendras. Para decorar se pueden reservar unas almendras picadas y unas cucharadas de canela.

De limón o naranja. Son las más refrescantes y da la sensación que son hasta más ligeros. El cambio es sencillo: a la masa se le añade un poco de rayadura de limón (el aroma es inconfundible) o de naranja aprovechando que es la fruta de temporada por excelencia, con alto contenido de vitamina C.

Con chocolate. Para los más golosos hay dos opciones. Se puede añadir un poco de caco en polvo a la masa o cubrirlos de chocolate una vez terminados y dejarlos secar unas horas. Utiliza chocolate con alto porcentaje de caco (más del 80%), ya que tienen menos grasa y azúcares añadidos.



Et volen fer fora de casa? No estas solx! SINDICAT D'HABITATGE DE NOU BARRIS. Fem assemblea cada setmana. Per a més informació: habitatge9b@gmail.com. Instagram i Twitter: [@habitatge9b](https://www.instagram.com/habitatge9b)

L'AGENDA

desembre

dilluns 2

18h **CÀPSULA AMIGURUMIS**

Tècnica de teixir d'origen japonès

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

dissabte 7

10.30h **BARCELONA CANVIANT**

Infants de 8 a 10 anys

Lloc trobada: Castell de Torre Baró. Gratuït.

Inscripció prèvia: 664044079 o castell_torrebaro@bcn.cat

dilluns 9

18h **CÀPSULA AMIGURUMIS**

Tècnica de teixir d'origen japonès

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

dimecres 11

17.30h **TROBADA DE BARRI**

Org: Pla Comunitari de Roquetes

Lloc: Centre Ton i Guida (c/ Romani, 6). Gratuït.

dijous 12

18h **ESPAI EMOCIONS GRAN**

Amb Miriam del Rio, infermera del CAP

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

divendres 13

18h **ASSEMBLEA FIDE CURSTON I GUIDA**

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

dissabte 14

11h **ANEM A BUSCAR EL TIÓ**

Org: Grup motor de Nadal a Roquetes

Lloc: Castell de Torre Baró. Gratuït.

Inscripcions prèvies: toniguida@toniguida.org

dilluns 16

10h **CANTADA DE NADALES**

Amb IE Turó de Roquetes i IE Antaviana

Org: Grup motor de Nadal a Roquetes

Lloc: Pl. Roquetes. Gratuït.

A partir de 16.30h **ENCESA DE LLUMS DE L'ARBRE DE ROQUETES**

Tallers de manualitats, actuacions i xocolatada

Org: Grup motor de Nadal a Roquetes

Lloc: Pl. Roquetes. Gratuït.

dijous 19

18h **ESPECTACLE PER FER CAGAR EL TIÓ**

Amb la Cia. Més Tumàcat

Org: Grup motor de Nadal a Roquetes

Lloc: Pl. Roquetes. Gratuït.

dissabte 21

10.30h **JO TAMBÉ FORMO PART D'AIXÒ**

Infants de 10 a 12 anys

Lloc trobada: Castell de Torre Baró. Gratuït.

Inscripció prèvia: 664044079 o castell_torrebaro@bcn.cat

dimarts 24

12h **RÀDIO NADAL**

Org: Ass. Comerciants Roquetes

Lloc: Pl. Cendrer

dimecres 25

BOLO BENÈFIC DEL KASAL

Possible ressopó de retorn punk al KJR

Org i lloc: Kasal de Joves de Roquetes (c/ Vidal i Guasch, 16).

dissabte 28

10h **ENTORN DEL CASTELL**

Excursió de dificultat baixa

Lloc trobada: Castell de Torre Baró. Gratuït.

Inscripció prèvia: 664044079 o castell_torrebaro@bcn.cat

i també...

Del 14 de desembre al 26 de gener

RARA AVIS, 29è CIRC D'HIVERN

Org i lloc: Ateneu Popular 9 Barris.

Preu: 12€ (generals); 6€ (menors 14 anys);

descomptes per a persones a l'atur.

Fins al 29 de desembre

EXPOSICIÓN: LES FONTS DE NOU BARRIS

Lloc: Castell de Torre Baró. Gratuït.

Dissabte 4 de gener - 18h

ENTREGA DE CARTES AL REI MELCIOR I CIRCUIT NADALENC

Org: Ass. Veïns i Veïnes de Roquetes

Lloc: Pl. Roquetes. Gratuït.

Diumenge 5 de gener - tarda

CAVALCADA DE REIS

Del 10 al 20 de desembre - de 10 a 13h

PARADETA DE NADAL MÉS AMB MENYS COSTURA

Org: Costura Més amb menys

Lloc: AVV Roquetes (C/ Cantera, 59)



Fins al 30 de desembre

RECOLLIDA DE JOGUINES

Org: Xarxa de Suport de Roquetes



Edició:

Gestionat per: Amb el suport de:

