

TimeOut

BARCELONA



Kata!

En aquest establiment del Poblenou us apropiaran els hits de la cuina mediterrània en un bufet giratori



TE'L PODEM
REGALAR GRÀCIES
ALS NOSTRES
ANUNCIANTS



#585

20 - 26
DE FEBRER
2020



BUFET LLIURE!

8 restaurants ideals per als tastaolletes exigents que es volen menjar el món

Espai multicultural
#obert a tothom
Entrada lliure



PALAU ROBERT
Passeig de Gràcia, 107
08008 Barcelona
Tel. 932 388 091
palaurobert.gencat.cat

Segueix-nos a:



 Generalitat
de Catalunya

7,5 Milions
de futurs

Sumari

del 20 al 26 de febrer de 2020



'Barceloneta en guerra' Coses per fer, pàg. 18



Joana Gomila Música, pàg. 30



'Cruising. Historia íntima...' LGBTI+, pàg. 33



Le Fortune Tendències, pàg. 40

Reportatges

14. Tot el que vulguis

Hi ha dies de frugalitat i minimalisme, però també n'hi ha d'altres que ens ho cruspírem tot, que ho tastaríem tot, que ens llançaríem sense recança al noble art de fer feliç la nostra panxa. Quan tingueu un d'aquells dies, feu via a un dels vuit restaurants de bufet lliure que us recomana el Ricard Martín.

Seccions

- 02. Ara i aquí
- 18. Coses per fer
- 24. Cinema
- 27. Teatre i dansa
- 30. Música i nit
- 33. LGBTI+
- 34. Art
- 35. Menjar i beure
- 38. Tendències
- 40. Viatges

CONVERSA AMB NOSALTRES

 facebook.com/timeoutbcn

 @timeoutbcn

 @timeoutbcn

MIRA AIXÒ!

Per **María José Gómez**



Sense límits Amarats per l'esperit de la disbauxa, us recomanem les festes més divertides del Carnestoltes d'aquí (pàg. 12 i 21) i d'allà (pàg. 40), així com tres màscares per anar-hi d'incògnit (pàg. 39). Ens llancem de cara a barraca als pecats de la carn, en format gola (pàg. 14) i a una luxúria espontània i ancestral (pàg. 33). I també celebrem l'aniversari de quatre botigues que fa deu anys que van aixecar la persiana (pàg. 38).

Ara i aquí

Per Andreu Gomila, Erica Aspas i Ricard Martín
timeout.cat/barcelona

Menjador de la Beckett

Un relat d'Irene Solà

US PODEU IMAGINAR aquesta escena en un bar agradable, de sostre alt, cadires de fusta fosca, taules de marbre. Un bar que sembli de poble, o un bar que recordi que segons com Barcelona també és un poble. Un Menjador de la Beckett o una Violeta de Gràcia o el que vulgueu. La barra ha de ser grossa, les rajoles modernistes, amb motius florals que facin venir ganes de demanar un vermut o de berenar Cacaolat amb una pasta. Dit així. "Una pasta". Amb veu de nen de 6 anys que berena amb el seu avi, que es refereix a un croissant o un donut o qualsevol cosa que et puguin posar sobre un tovalló en un plat, com a "una pasta". Un avi que, objectivament parlant, no és un home vell. No només als ulls del net. També als teus, que seus a la taula del costat, prenent un vermut que ara canviaries per un Cacaolat.



És un home gran, atractiu, seriós, l'avi, que li parla al nen amb tendresa però com si fos un adult.

Has sentit la pregunta: "Què vols?", i la resposta: "Un Cacaolat i una pasta". L'avi ha deixat el berenar davant del net i tu, que l'observes, penses que el nen té cara d'esquirol, d'esquirol llest, que escolta i que aprèn i que per això diu "una pasta" i que voldries comunicar-t'hi. Saludar-lo. Conèixer-lo. Demanar-li alguna cosa, com ha anat l'escola?, pregunta terrible, adulta, avorrida, voldries que tornés a dir "una pasta", que t'expliqués què ha dinat, que digués el nom dels carrers d'aquí davant. I aleshores, el nen, amb el berenar a les mans, passeja els ulls pel bar, per les taules, per la gent i gira el cap i arriba a tu, i es queda palplantat així, fitant-te. Interessat. I tu que veus que et mira, voldries dir-li alguna cosa, voldries fer-li una broma,

Quin gest tan burro, tan terrible, tan adult, tan avorrit

fer-lo riure, o fer-li una gràcia, o picar-li l'ullet, o intercanviar alguna cosa, establir algun tipus de comunicació petita, existir, un moment de res. I li treus la llengua. I penses, quin gest tan burro, tan terrible, tan adult, tan avorrit. I et mira impassible i tu endreces la llengua, i l'avi lleigeix el diari al seu davant.

El nen engoleix el que tenia a la boca i encara et sotja, directe, amb els ulls rodons, gairebé freds,

entre encuriosits i repulsats per l'estranyesa i la ineptitud de la teva ganyota. I aleshores, quan sembla que amb una mossegada s'acabarà la pasta i girarà el cap, indiferent, i arribarà la seva mare i li explicarà com ha anat a l'escola i què ha dinat, i tu et quedaràs així una mica orfe, sense saber on posar la llengota repudiada, aleshores, aguantant-te la mirada, et treu la llengua. Ràpid. Seriós. De cop. Gairebé indignat. Amb les celles aixecades, com qui s'hi torna. I a tu, et fa molta felicitat, molt riure, molta alegria.

→ La setmana que ve... 'Depilació' per Marc Pastor.

QUÈ FER SI VOLS...

Tres coses que has de fer aquesta setmana



Veure

La Filmoteca sempre està atenta al cinema asiàtic i, aprofitant la tirada de *Paràsits*, programa un **cicle de cine coreà** que començarà divendres i que inclou *Flandersui gae*, el primer film del director de moda.



Plorar

Dimecres de Cendra és un dia trist perquè s'acaba el Carnaval i arriba l'**enterrament de la sardina**. Per tota la ciutat trobareu processons, però la més destacada és la de la Barceloneta, que acaba a la platja.



Estimar

Dilluns al Romea, una vintena d'artistes com Gisela, Alessio Arena i Jofre Bardají cantaran hits d'amor dels 80 a **Amor x Amor**, un concert solidari amb l'Obra Social Sanitària Cor de Maria, que té cura de la gent gran.

LA GRAN CALÇOTADA

ANTIGA FÀBRICA ESTRELLA DAMM
29 DE FEBRER 2020

13H SHOWCOOKING
DE ROMESCO AMETLLER ORIGEN MARIDAT
AMB CERVESA COMLOT IPA
13:30H LA GRAN CALÇOTADA
17H CONCERT DE LA GOLDEN BEAT
RESERVA LA TEVA ENTRADA A WWW.AMETLLERORIGEN.CAT

25€

EST. 1830
AMETLLER
ORIGEN

ESTRELLA
DAMM

#GRANCALÇOTADA
AMETLLERORIGEN.CAT



QUEDA'T AMB ELL

Van néixer després dels Jocs Olímpics i ja es fan sentir.
Recorda els seus noms

Raúl Moreno

Autor, 27 anys
@raultxaro

Ets autor i moltes altres coses...

Faig música com a cantautor, amb el projecte Txaro, toco la guitarra i canto temes intimistes i introspectius. A més, també faig interpretació. I des que vaig acabar la carrera de Comunicació Audiovisual he tingut els meus projectes tant de guió audiovisual com de dramaturgia teatral.

De fet, aviat s'estrenarà un curt teu.

Sí, es titula *Un adiós complicado* i, a més d'escriure'l, també l'interpreto. L'ha dirigit l'Àngel Andreu i ara estem en postproducció i amb ganes de començar la distribució.

A més, dirigeixes l'obra *Ya, ya*.

Aquest projecte va ser seleccionat per la Sala Becket per fer-ne una lectura dramatitzada l'abril passat i, a partir d'aquí, amb el grup d'actors ens vam animar i vam decidir produir-la. I gràcies a la residència Kinètic, hem pogut

tenir un espai d'assaig i un dia d'estrena, que serà el 21 de febrer al Centre Cívic Parc Sandaru. I, després, la volem moure!

El títol té a veure amb alguna iaia?

Sí! Són tres personatges, el pare, la filla i el fill adolescent, a qui donen vida el Marcos Llobet, la Martina Vilarasau i el Pau Escobar. I l'obra comença amb la desaparició de l'àvia de la família. Es parla de gent gran en condicions de dependència, que han de conviure amb els fills, i sorgeixen altres temes, per exemple, com afecta la ficció en la realitat.

■ Begoña García Carteron

Un cantautor:
Albert Pla, és genial
Un actor:
Sam Rockwell, a *Three billboards*!

SENTIT AL CARRER

Coses divertides (o no)
que hem sentit aquesta
setmana als carrers de
Barcelona

Una noia es lamenta
per fer anys:

**-Fixa-t'hi, tinc 37
anys i ara en faré 36.**

Un senyor mig sord:

**-Jo també tinc
alguna cosa a
l'orella; no hi sento
bé de prop, però de
lluny hi sento molt
bé.**

Un que filosofa a la
barra del bar:

**-El pasado es el
pasado, el presente
es el presente, pero
esto va a dejar de ser
así.**

Una mare renya el seu
fill petit:

**-Porta't bé, que vas
més tort que una
gaiata.**

Dos parlen de la
família d'un tercer:

**-Són gent rica,
tenen la cocaïna
al costat de la
rebosteria.**

Vas néixer després del 92? Has sentit alguna cosa curiosa al carrer? Escriu-nos a redaccio.cat@timeout.com

VOLCANS I GORIL·LES A LA BOIRA



amb *Edurne Pasaban*

UGANDA, RUANDA I CONGO



data de sortida

21 JULIOL 2020

10 DIES | 9 NITS

desde

4.555€

per persona*

*PREU SENSE VOLS INTERNACIONALS

EL VIATGE INCLOU



4x4
ENTRADA AL P.N.
DE BWINDI



TREKKING
BUHOMA -
NKURINGO



RASTREIG ALS
GORIL·LES
ORIENTALS DE
MUNTANYA



P. N. DELS
VOLCANS
ASCENSÍO AL
BISOKE



P.N. DE VIRUNGA
ASCENSÍO AL
NYARAGONGO



ARRIBADA AL CIM
DEL VOLCÀ
NYARAGONGO

VINE A LA BOTIGA DE VIATGES MÉS GRAN DEL MÓN

Rambla de Catalunya, 23.
BARCELONA - 930 185 123
www.pangea.es



PANGEA
THE TRAVEL STORE

Erica Aspas
Coscs per fer i Canalla



FIGHT!

María José Gómez
Directora

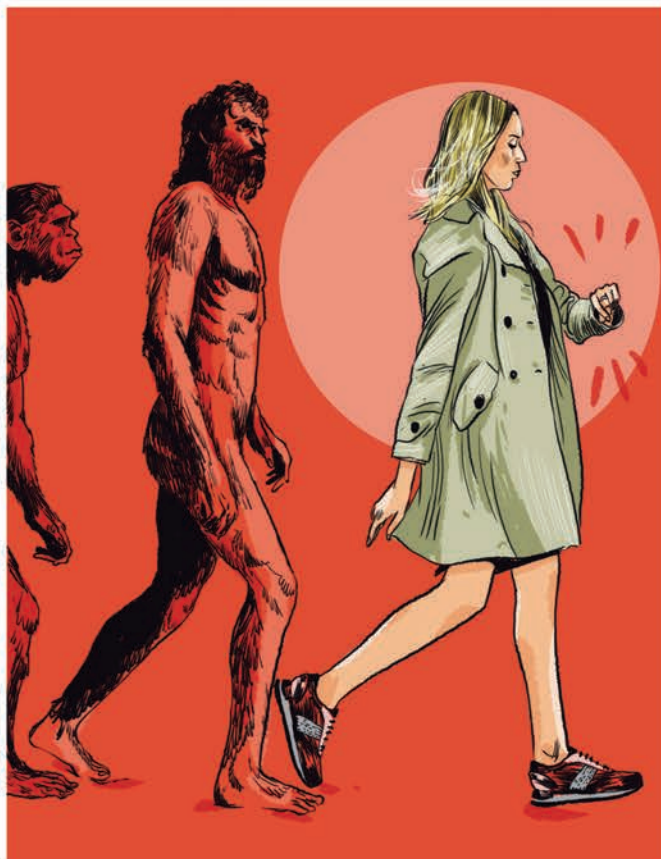


La puntualitat

(i la setmana que ve... Mirar la tele)

'Tempus fugit'

La mesura del temps és tan antiga com la humanitat. Fa més de 3.000 anys que els egipcis van dividir el dia en hores i van inventar un rellotge solar. Si aquesta civilització va veure que organitzar el temps era bo, per què hi ha gent que s'hi pixa? La impuntualitat és una falta de respecte descomunal vers la persona o persones amb les quals has quedat. En quin moment els impuntuals crònics van decidir que el seu temps és més valuós que el dels altres? Em faig càrrec que la vida està plena d'imprevistos -avaries al metro, embussos, que si el nen s'ha fet caca o t'has despistat- però ja sabem de qui parlo: aquella gent que sempre, sense excepció, arriben tard fins i tot quan ells han marcat l'hora de la cita. Me'ls imagino al sofà mirant el rellotge i fent temps per arribar tard. I el pitjor és que, com la desídia, la impuntualitat s'encomana i quan quedes amb ells arribes tard per no fer l'idiota i llavors el temps es dilata sense control i tot acaba sent un despropòsit.



Jo confesso

Sí, jo soc aquella que irromp al metro esbufegant un mil·lsegon abans que es tanquin les portes. La que demana disculpes en comptes de dir "bon dia" quan entra a la reunió. La que veieu arrossegant maletes mentre bat un nou rècord mundial de 200 metres obstacles a l'aeroport. Aquella que amics, companys i familiars mireu amb una barreja de commiseració i menyspreu cada cop que indefectiblement arribo fora de l'hora establerta. Em dieu que és una falta de respecte. Jo us dic que els rellotges me la tenen jurada. No importa com d'important sigui la cita, ni el temps amb què em prepari d'antelació. Acabaré corrent. Patint. En un moment miro el mòbil i tinc marge de sobres per arribar abans que ningú -"ahà, avui us menjareu els vostres somriures sorneguers!"- i quan el torno a mirar ja he de sortir a tota llet. Valgui aquesta columna per una disculpa *urbi et orbi* a tothom que he fet esperar algun cop. No soc jo: és el puto sistema sexagesimal. (Cola?)

GRRRR!

Grans coses que envegem d'altres llocs

Fruita pública als parcs com a Copenhaguen



Augmentar els espais verds i, a més, fomentar el consum de vegetals entre els habitants de la ciutat. Aquesta és la carambola que espera obtenir l'Ajuntament de la capital danesa amb la idea de replantar amb arbres fruiters diferents espais verds de la ciutat com parcs, cementiris i instal·lacions esportives. Les autoritats volen tornar a connectar la ciutadania amb les plantes, l'agricultura i els sabors tradicionals. S'hi podrà collir la fruita per a consum propi, amb mesura i civisme, esclar. Es podria plantejar alguna cosa semblant a Barcelona? ■ Manuel Pérez

Més coses que voldríem tenir a BCN a timeout.cat/grrrr



A Kave Home trobaràs mobles i decoració de disseny per a tots els estils.

Visita'ns a Av. Diagonal 488

10€ de regal* | codi: KAVETIMEOUTBCN

*10€ de dte. per a compres superiors a 100. Vàlid fins al 31/03/2020.

SÈRIES



Avenue 5

LES VACANCES DEL futur no seran en creuers pel mar, seran en naus espacials pel sistema solar. Un pla collonut si no fos perquè aquest futur de moment només existeix a bord de l'Avenue 5. La nova sèrie d'Armando Iannucci (*The thick of it*, *Veep*) narra les aventures d'aquest transbordador falsament capitanejat per Hugh Laurie acompanyat d'una tripulació penosa. Clàssic humor Iannucci però canviant els passadissos de *Veep* per un creuer interestel·lar. Tot molt més boig.

■ **Serielizados**

→ Disponible a HBO Espanya.



Ben fet

És fascinant el catàleg de personatges ineptes i dèspotes amb càrrecs respectats. Polítics, advocats, capitans... Iannucci és l'amo retratant la ineptitud de persones a priori respectadíssimes per la societat.



No cola

El president de la companyia. És impossible treure's del cap aquesta espècie de Brays Efe tenyit de ros amb un aire de Paquita Salas. Impossibile ser respectat amb aquest gat al cap i amb aquell to repel·lent des del minut 0.

DICCIONARI URBÀ

ARGOT PER A BARCELONINS XERRAIRES

Per Josep Pedrals

Escan-dit

Participi del verb 'escandir' que confirma que, per descompondre un vers amb el recompte sil·làbic, no hi ha millor manera que explorar-lo seqüencialment (escanejar-lo) amb les prolongacions terminals de les mans (dits).

3 RAONS PER LLEGIR...



EL CORAZÓN DE LA FIESTA

Gonzalo Torné

→ Anagrama. 240 pàg. 18,90 €.

1.

Els Pujol

Gonzalo Torné no està per orgues. Fill de la Catalunya pujolista, decideix passar comptes amb la família que va governar aquest país 23 anys amb una sàtira que, com totes les bones obres, diu tantes veritats que fa feredat. Els seus Pujol es diuen Masclans i no és gaire difícil fer paral·lelismes amb la història oficial.

2.

El Bastard i la Violeta

El motor de tot plegat l'encarna el Bastard, un home nascut d'una relació extramatrimonial del paterfamilias. Va per lliure. I és el contrapunt al germanastre Yúnior, la viva imatge de la corrupció a la catalana. Ell és qui introdueix el poble dins el clan, ja que es casa amb Violeta Mancebo, una noia que declara la guerra a la "normalitat".

3.

Les veus

Torné, un estilista de nivell, fica cullerada però deixa que tothom parli i digui la seva en un collage narratiu modernista (britànic) que, en mans de Violeta, ens deixa garratibats, com quan parla Molly Bloom a l'*Ulisses* joycià. Riureu segur, però també us donareu cops de cap. ■ Andreu Gomila



MARCO BORGGREVE

Jörg Widmann

Radiografies musicals

El Palau de la Música Catalana proposa 'Obertura: Temps moderns', un abonament de quatre conferències i concerts que s'endinsen en les avantguardes musicals del segle XX

1 Impressionisme

El Mirador del Palau serà escenari d'una trobada sobre l'impressionisme pianístic de principis del segle XX, representat per músics com Claude Debussy. Un artista del qual el 4 de març al Palau podrem escoltar dotze *Preludis* de la mà del virtuós Alexander Melnikov.

→ Trobada: Mirador del Palau, 27 de febrer.
Concert: Palau de la Música, 4 de març.

2 Convulsions

A l'Ateneu Barcelonès, Pere Andreu Jariod ens parlarà d'Igor Stravinsky, un compositor pioner i trencador que va visitar la nostra ciutat el 1924 i del qual el 20 d'abril podrem sentir *La consagració de la primavera*. Una obra subtil i violenta a parts iguals

que serà interpretada al Palau per Les Siècles sota la direcció de François-Xavier Roth.

→ Trobada: Ateneu Barcelonès, 16 d'abril.
Concert: Palau de la Música, 20 d'abril.

3 Esclat d'un nou món

El Mirador del Palau ens recordarà dos fets històrics: l'estrena mundial al Palau de *Concert per a violí* d'Alban Berg; i la visita de Richard Strauss a la joia modernista. El 24 de maig, la violinista Arabella Steinbacher, el baríton Matthias Goerne i l'Orquestra Simfònica del Gran Teatre del Liceu, sota la batuta de Josep Pons, celebraran aquestes dues efemèrides amb el concert *Europa 1900* al Palau.

→ Trobada: Mirador del Palau, 21 de maig.
Concert: Palau de la Música, 24 de maig.

DE QUÈ VA...

Un itinerari de concerts i trobades, de places limitades, per aprofundir en la música clàssica de principis del segle XX.

PER QUÈ HI HEU D'ANAR...

Per conèixer les avantguardes musicals des d'una òptica pedagògica.

→ Palau de la Música Catalana. M: Urquinaona. Diverses dates i espais.
120 €. palaumusica.cat



Igor Stravinsky

4 Límits de la música de cambra

Al taller del lutier Bagué & Fortepiano, a Gràcia, tindrà lloc una sessió sobre carn i esperit musical que ens parlarà de l'artesanía que fa possible la música. El 15 de juny al Palau Carolyn Sampson & The Heath Quartet oferiran un concert de música de cambra amb *Quartets* de Haydn, Schönberg i el compositor convidat de la temporada, Jörg Widmann. Una cita imperdible!

→ Trobada: Luthier Bagué i Fortepiano, 11 de juny.
Concert: Palau de la Música, 15 de juny.

GRATIS BCN

Gaudeix de la ciutat per la cara

FESTA

Carnaval: L'Arribo

Els reis Belluga i Tòtil Tocatdelala encapçalen la desfilada d'enguany, que surt de la plaça Reial amb els ministres, els gegants i capgrossos, i acabarà a La Virreina amb la Taronjada, la gran batalla de confeti (18.45 h).

→ Plaça Reial. M: Liceu. Dj. 20, 18 h.

XERRADA

Trap: música, filosofia i temps de crisi

El periodista musical Javier Blánquez i l'escriptor Ernesto Castro reflexionen sobre el trap i cantants com C. Tangana, Bad Gyal i Yung Beef, que s'han convertit en herois involuntaris d'un temps d'incertesa.

→ ImaginCafé.

M: Universitat. Dj. 20, 19 h.

ART

Exposició '101'

Una exposició i 101 artistes d'art urbà que es reuneixen a la

NO T'HO PERDIS

vegada en dos espais, Montana Gallery i l'Adda Gallery de París. Hi veureu obres de Chamo San, Zosen, Juan Francisco Casas, Mina Hamada i Miss Van, entre d'altres.

→ Montana Gallery. M: Arc de Triomf. Fins al 28 de març. De dl. a ds., de 10 a 21 h.

CINEMA

'Remember Spain'

El cicle Cinema Lliure a la Biblioteca projecta aquest documental sobre els espanyols que van fugir després de la victòria franquista el 1939. Un film ple de valors humanitaris i revolucionaris.

→ Biblioteca Sant Gervasi. FGC: El Putxet. Dl. 24, 19 h.

MÚSICA

Cor Blanc

Són Mireia Bernat i Sergi Serra i porten el seu folk sintètic als Vespres d'Hivern.

→ Universitat de Barcelona. M: Universitat. Dv. 21, 20 h. Gratis amb reserva.

Trobareu moltes més idees per fer sense gastar ni un cèntim a timeout.cat/barcelonagratís

TimeOut

BARCELONA

Fotografies de portada: IVAN GIMÉNEZ

Plaça Reial, 18, 1a planta
08002 Barcelona
Comercial i màrqueting T. 93 295 54 00
comercial.cat@timeout.com
Redacció T. 93 310 73 43
redaccio.cat@timeout.com
Administració T. 93 667 78 90

Conseller Executiu Eduard Voltas | Directora General de Negoci Mabel Mas | Directora General Financera Judit Sans | Director d'Operacions Digitals Àlex Martínez | Directora Maria José Gómez | Director d'art Diego Piccinino Disseny Anna Mateu Mur | Edició gràfica Maria Dias | Cap de redacció Borja Duñó | Redacció Andreu Gomila, Josep Lambies, Ricard Martín, Anna Pacheco, Eugènia Sendra, Aleix Cabau i Sebastià Portell (agendes) | Web en català Manuel Pérez | Web en castellà Erica Aspas | Web en anglès Jan Fleischer | Notícies Marc Andreu | Col·laboradors Laia Beltran, Gerard Casau, Irene Fernández, Santi Fondevila, Mireia Font, Violeta Kovacsics, Júlia Gamisans, Ivan Giménez, Maria Gorgues, Eulàlia Iglesias, Carlos Losilla, Oriol Malet, Beatriz Martínez, Aina Mercader, Iván Moreno, Juan Carlos Olivares, Josep Pedrals, Bernat Puigdollers, Bàrbara Raubert, Martí Sales, Sergi Sánchez, Martínez, Marc Serena, Nuria Vidal | Correcció textos Txell Coll, Rafael Soler | Directora de Solucions Creatives i PR Carlota Falcó | Directora E-Commerce i Comercial Aroa Cervantes | Responsable de Comunicació i Sponsor Clara Narvión | Cap de Branded Content Begoña García Carteron | Social Manager Alba Abelló | Responsable de Programàtica i Adops Digitals Enar Pérez | CRM Specialist TOS Quim Almansa | Adjunta Direcció General de Negoci Vanessa González | Màrqueting i Comercial Esther Andrés, Mercè Llubera, Carol Martínez, Marina Quer | Coordinació de publicitat Carme Mingo Fabregat | Administració i Finances Guillem Catena, Eduard Poch, Marta Tapia | Edita Time Out Spain Media SL. Reservats tots els drets. | Aquesta publicació no pot ésser reproduïda ni totalment ni parcialment sense consentiment del propietari. Tampoc no pot ésser transmesa per cap mitjà o mètode, ja sigui electrònic, mecànic o d'altre tipus. La revista no s'identifica necessàriament amb les opinions expressades pels seus col·laboradors.

Impressió Rotocobrihi | Distribució Suscrippress | Dipòsit legal B-44772-2010 ISSN 1888-3850 | Time Out Digital ISSN 2462-3385 | Exempler gratuït, prohibida la venda

Amb la col·laboració de la Generalitat de Catalunya

Generalitat de Catalunya Departament de la Presidència

Difusió controlada per:

pgd

Imprimim en paper reciclat i tractat amb materials 100% compostables



ORQUESTRA SIMFÒNICA DE BARCELONA I NACIONAL DE
CATALUNYA_MÚSICA DE CAMBRA_BANDA MUNICIPAL
DE BARCELONA_MUSEU DE LA MÚSICA DE BARCELONA_
MÚSICA ANTIGA_SIT BACK_AMPLIFICATS_ORQUESTRES
INTERNACIONALS_SERVEI EDUCATIU_JAZZ SESSIONS_
SAMPLER SÈRIES_ESCENES_APROPA CULTURA

L'Auditori

Altaveu de la modernitat musical

L'AUDITORI
auditori.cat

L'Auditori és un consorci de



Ajuntament de
Barcelona



Generalitat de Catalunya
Departament
de Cultura

Tot el que vulguis

El bufet lliure té mala fama: viu en la dualitat de les cantines afartapobres i els salons de gran luxe superior, d'aquells que malbaraten tones de menjar fresc d'alta gamma. Però no sempre és així: a Barcelona hi ha un grapat de bufets lliures on val la pena entaular-se sense deixar-s'hi el sou. I seguieu els consells de la dietista Júlia Farré per no petar en l'acte!

Per Ricard Martín Fotografia Ivan Giménez



PERTORNAR A SER UN NEN El Puma

Recordeu el bufet lliure de l'hotel de la vostra infantesa? Aquell tres estrelles de Roses amb tones de menjar boníssim, quan la verdura era un malson relegat a casa. topar de cara amb el bufet d'El Puma –obert el 1972, rebatejat com a New Puma– és proustià. I esclar, de seguida vols recuperar el temps perdut, a base de clavar-te un primer amb canelons, russa, braves, calamars i croquetes, i de segon un entrecot fet a la brasa de pedra davant dels teus nassos. L'oferta està ancorada al 87, però tot el que vaig menjar tenia una evident mà casolana. El local és tan gegantí i *vintage* que en qualsevol moment t'esperes que aparegui Jack Torrance.

→ Aribau, 44. M: Universitat.
93 454 19 13. 17,60 € (migdia) i 22 € (nit).

PER FER BONDAT SENSE PATIR Biocenter

Uns altres que no perden pistonada, des del 1980. La seva fórmula vegetariana –fusió entre bufet lliure d'amanides i plat calent *self-service*– és imbatible per menjar-sa i bé de preu al centre. Quantitat i qualitat: abans de decidir-vos pel segon, costa controlar-se i no repetir tres vegades de delícies senzilles i tendres, com quinoa amb remolatxa, hummus d'albergínia i l'amanida de col amb vinagreta de poma. I còmode: a diferència del veí –i també molt recomanable L'Hortet–, el local és enorme, i sempre hi trobareu lloc sense fer cua. Els segons –aquelles mandonguilles de carbassa amb salsa!– són per sucar-hi pa.

→ Pintor Fortuny, 25. M: Catalunya.
93 301 45 83. 9,95 €.



Pappa Sven

Artesans de la tradició sueca! Fumen el ren i el salmó, també fan les seves postres.



TOYO

Per pescar fresc

Veure-hi cada dia cues pot induir a pensar que regalen sexe i diners. Però no: el Toyo és un bufet lliure giratori de sushi: 11 euros al migdia! És –no exagero!– l'únic que he tastat en la vida que per aquest preu ofereix un sushi notable en lloc de morralla ultracongelada. La senyora Yen té clara la fórmula: "Oferta limitada però fresca. Quan vam començar, el 2010, la cuina japonesa era elegant i fresca però cara. Com ara, però aquí poden gaudir-ne tots". Mossego sorprèn *makis* i *nigiris* que poc tenen a envejar als de cases d'alta gamma. Cal ull de tigre i astúcia de mico: no us llanceu en planxa als arrebossats, espereu al sushi (fet en cuina oberta).

→ Torrent de l'Olla, 10. M: Diagonal.

93 459 26 30. 11 € (migdia) i 16 € (nit).

Do's & Dont's



SÍ

Amb seny

El concepte rere el bufet és aquest: sembla que si no menges molt no l'aprofites. Et predisposes a forçar la màquina i a endrapar més del que ho faries de carta o menú. Però si t'ho prens amb calma i assaboreixes en comptes d'acumular pots gaudir d'una gran experiència gastro.

No

Posar molts aliments al plat

Està demostrat que si ho fas, menges més quantitat que si tens un únic aliment: allò de la culleradeta de macarrons, de cloïsses, etc. Perquè ens motiva la varietat i el canvi a nivell de paladar. Una tàctica és mentalitzar-se a no tastar-ho tot. Evita tenir quatre primers i quatre segons al plat!

PERTORNARA L'ESCOLA

Fifteen

D'acord, això no és un bufet lliure (només l'amanida d'entrant) però per singularitat i preus mereix una ressenya: a la cantina del Parc Científic de Barcelona us podreu afartar com lladres de teca fresca i ben cuinada, per 8,21 euros (aigua i postres inclosos). A la cua ho pregunto: "Això és un bufet lliure?" "No, però jo et vaig posant menjar i tu em dius quan he de parar", em diu el cuiner, sorneguer. Em decideixo per una amanida de verds i un segon de peix espasa a la planxa amb patates rostides, fresc i amb el punt de graella just (ni cru ni ressec). La varietat de l'oferta és enorme, no us aclapareu.

→ Av. Dr. Marañón, 8. M: Palau Reial.
93 116 55 33. 8,21 €. fifteen-bcn.com

PERA UN 'SMÖRGÅSBORD' ORGÀSMIC

Pappa Sven

Pappa Sven fa deu anys en plena forma, brillant i cofoi en la seva posició d'únic restaurant suec de Barcelona (Ikea no compta). Al migdia hi trobareu un bufet d'entrants molt complet i segons, però per viure l'experiència *smörgåsbord* –bufet lliure suec– cal sopar-hi. "És una immersió en la cuina sueca, amb ren i salmó que fumem nosaltres, i tot fet aquí, pa i pastissos inclosos", explica la Nina Olsson: a Suècia, un bufet lliure és l'expressió pura d'un àpat festiu tradicional. Hi descobrireu delícies com la *skagen toast*, amanida de gambes servida en torrada. Llaminers: les postres són un deliri!

→ Villarroel, 22. M: Urgell.
93 292 82 39. 20 €. pappasven.es

Do's & Dont's



Sí

Barregeu aliments vegetals

D'acord, és un bufet lliure i hem vingut a jugar. Però si barregeu, feu-ho amb un mínim de sentit comú: si heu de fer mesclades de principals, privilegieu el món vegetal, bé siguin amanides, al vapor o en crema, en lloc de fer-vos el plat combinat de fregits.

No

Eviteu les plates ofegades en salsa

Els bufets són rics en plates ofegades en salsa, la manera més efectiva de fer que tingui bon sabor i es conservi un aliment que no està fet al moment. Per sort, molts bufets tenen zones de cuina oberta, quasi sempre al wok o en planxa, per exemple.



Pappa Sven



KATA

Per a predadors

Un secret al final de Pujades: el 2011 els socis del Kata van decidir obrir un bufet giratori a la catalana. El pas del temps no ha minvat l'efectivitat de la fórmula (un dilluns de febrer està a petar): per la cinta transportadora desfilen generoses mitges racions –quatre primers, quatre segons, quatre postres– que cacem al vol amb l'alegria d'un depredador. No són qualsevol cosa: uns boníssims cigrons especiats vegetarians, llom de porc amb curri, pastís de patata amb allioli suau o *cheesecake*, per exemple. La fórmula: quatre plats (12 euros amb aigua, generós) o un desfici sense límits per 16 euros. Podeu rebentar o menjar equilibrat.

→ Pujades, 316. M: Poblenou.
93 266 49 24. 12-16 €. kata.cat

Do's & Dont's



Sí

El millor moment, per esmorzar

La gent es conté més a l'hora d'esmorzar que no pas de dinar. Tenim menys gana, som éssers de costums, i en general fem allò del meu *café i la torrada*. Potser agafes alguna cosa més, però no tens la sensació d'haver d'aprofitar-ho tot que sí que tens a l'hora de dinar.

No

No et fustiguis!

Molt de tant en tant hi podeu anar a gaudir, sense remordiment. I cometre aberracions: com per exemple menjar proteïna animal de primer i de segon, abusar dels arrebossats i ofegar els fregits en salsa. Però ja sabeu que això només ha de ser un autoabús puntual. Més dieta sana a centrojuliafarre.es

PER FER COIXÍ DEL BO

Crazy Monkey

En aquest món no hi ha res que surti de franc. Bé, sí, dues coses: l'amistat desinteressada i l'aperitiu italià. Les podeu cultivar totes dues al Crazy Monkey, una cocteleria italiana d'excel·lent nivell i receptes d'autor. Cada divendres hi ha un assortiment il·limitat d'aperitiu italià de 18 a 22 h; res de xaronades que associem a la tapa gratis d'aquí, sinó pica-pica italià més que digne: bruschetta de tomàquet i mortadel·la de Bolonya, bocinets de pizza o amanida de pasta freda amb salsa de formatges... No sigueu garrepes, i demaneu almenys dues cerveses de tirador, pilsner suau decantada amb mà d'or. Al l'hora de l'aperitiu, tots els còctels d'autor baixen a 7 euros.
→ Rbla. del Poblenou, 117. M: Poblenou.
695 113 917. 3-7 € la copa amb aperitiu.

BRUNCH RETOX

Hotel W

D'acord, *bufet lliure* sol tenir connotacions d'afartapobres o de luxe dilapidador de menjar. Doncs bé, en el cas del *brunch* dominical del l'hotel W, ni una cosa ni l'altra. A 26 pisos per damunt de la Barceloneta –la panoràmica del litoral no talla l'alè, el desintegra!– tindreu un subministrament a demanda de platets que són meravelles de cuina en miniatura. Com un filet Wellington mida canapè, amb una *demi-glace* que t'esclata a la boca. Els *bao* de cansalada, l'arròs amb llamàntol o un porro confitat amb maionesa de romesco... Alta cuina d'hotel en petites racions. Luxe sí, però aquí no es desaprofita res. I tots els còctels que us pugueu empassar.

→ Pl. Rosa dels Vents, 1. M: Barceloneta.
93 295 28 00. Dg. a partir de les 13 h. 59 €.



Kata

Coses per fer

Coordina Erica Aspas
timeout.cat/que-fer

Primers
ferrocarrils de
Barcelona



Tal com érem, en blanc i negre

Quatre exposicions fotogràfiques
ens mostren moments clau del
passat de Barcelona i la seva gent.
L'Erica Aspas s'hi meravella



Miliciana a la
Caserna del
Bruc, el 1936

ARXIU CAMPANA

QUAN VISITEM ELS pares o els avis, a molts ens agrada treure de l'armari aquelles capsas de sabates plenes de fotos de la nostra família en blanc i negre i groguenques. Gent que ja no hi és, altres a qui ni vas conèixer i molts que s'han (ens hem) fet grans. Un joc ple de nostàlgia que ens ensenya com érem. Per això, quan coincideixen en el temps exposicions amb fotos històriques –algunes inèdites– del nostre passat i del de la ciutat, val la pena parlar-ne.

La Barceloneta en guerra

A una casa de Sant Cugat que tenia els dies comptats van

aparèixer dues capsas vermelles que atresoraven més de cinc mil fotografies que Antoni Campaña Bandranas (1906-1989) va fer a Barcelona durant els tres anys de la Guerra Civil Espanyola. L'editorial Comanegra les va recollir en un llibre i a la Casa de la Barceloneta –edifici únic– teniu l'exposició *La Barceloneta en guerra*, on s'exposen una trentena d'aquestes fotos amagades. Edificis del barri destrossats per les bombes, menjadors populars a la platja de Sant Sebastià, vaixells soviètics amb ajuda humanitària...

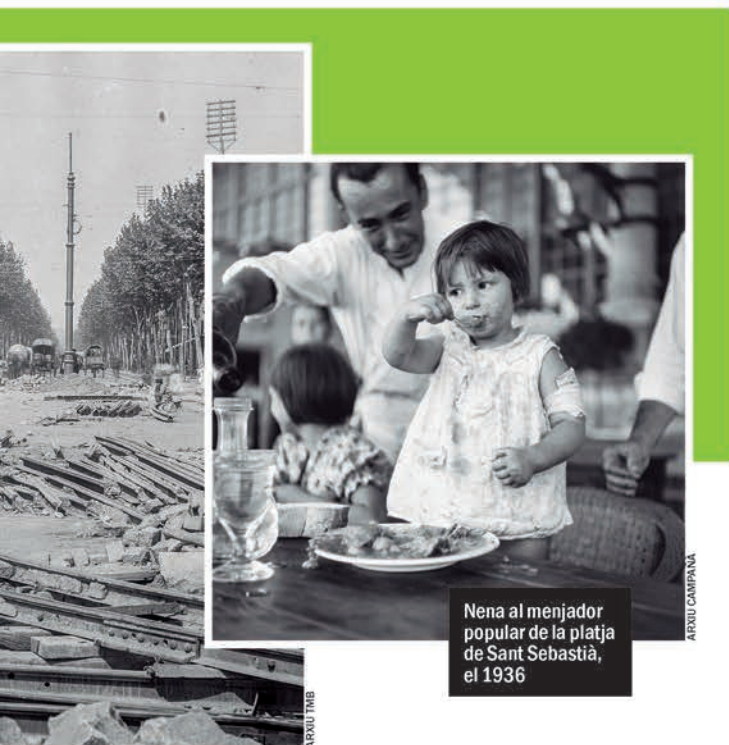
→ Casa de la Barceloneta. M: Barceloneta.
Fins al 28 de març. De dt. a dj., de 10 a 13 i de

16 a 21 h. Dc. i dv., a la tarda. Ds., de 10 a 14 i de 16 a 21 h. Gratis.

Negatius de vidre

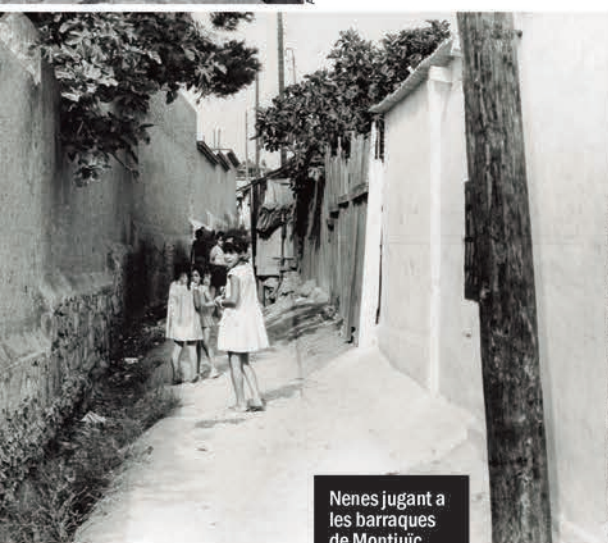
També per casualitat, a les dependències de TMB es van trobar unes capsas amb un centenar de negatius de vidre, que són els que es feien servir abans dels negatius de cel·lulosa en rodets i tenien una qualitat excel·lent. Van ser fets entre el 1877 i el 1940 i van captar moments molt importants per al transport públic de la ciutat, com els tramvies i autobusos de Barcelona del primer quart del segle passat. També n'hi ha de la construcció del Gran Metro, així

A la Casa de la Barceloneta veureu les fotos inèdites d'Antoni Campaña



Nena al menjador popular de la platja de Sant Sebastià, el 1936

ARXIU CAMPANA



Nenes jugant a les barraques de Montjuïc

TOMÁS RIVA. MUSEU D'HISTÒRIA DE LA IMMIGRACIÓ DE CATALUNYA

que, atenció, són les primeres fotos del metro de Barcelona.

→ Espai Mercè Sala. M: Diagonal. Fins al 31 de març. De dl. a dv., de 10 a 20 h. Gratis.

Gràfica anarquista

Milicians, joventuts literàries, una fàbrica de cànem socialitzada i material eclesiàstic per fondre. Totaixò i més van retratar Kati Horna, Margaret Michaelis, Pérez de Rozas i Antoni Campaña entre el 36 i el 39, i ara ho podeu veure a la mostra *Gràfica anarquista. Fotografia i revolució social* que recull fotos del fons de l'Oficina de Informació y Propaganda que la CNT-FAI va crear a Barcelona durant la guerra per difondre la

revolució social i la lluita contra el feixisme.

→ Arxiu Fotogràfic. M: Arc de Triomf. Fins al 16 de maig. De dl. a ds., de 10 a 19 h. Gratis.

Viure a Montjuïc

El 1957 a Montjuïc hi havia censades més de 6.000 barraques on vivien fins a 30.000 persones sense aigua corrent, calefacció, clavegueram i, fins als últims dies, electricitat. Un passat de la muntanya que la mostra *Viure a Montjuïc. Història d'un barri* que me oblidat vol recuperar.



→ Castell de Montjuïc. M: Espanya. Fins al 2 d'agost. De 10 a 18 h. 5 €.



BARCELONA DISTRICTE CULTURAL

El circuit cultural als barris

FEBR.-ABR. 2020



#BcnDCultural

Entrada gratuïta.

Més informació i reserva a:

www.districtecultural.barcelona

**BARCELONA
CULTURA**

Ajuntament de
Barcelona



TheProject*
LIVING LIVE MUSIC

Guitar
Bcn20



#We ♥ MusiQ

Núria Graham

27 de febrer
Apolo

Vetusta Morla

6 i 7 de març (exhaurits)
8 de març
Sant Jordi Club

Noa

7 de març
Palau de la Música

Second

14 de març
BARTS

La Sra. Tomasa

21 de març
Apolo

Nouvelle Vague

30 de març
BARTS

Pau Vallvé

2 d'abril
Bikini

Erlend Øye

20 d'abril
BARTS

Mastodonte

23 d'abril
BARTS

SUU

25 d'abril
BARTS

Lee Fields

6 de maig
Apolo

Carlos Sadness

16 de maig
Sant Jordi Club

Pat Metheny

16 de juny
Palau de la Música

Peter Frampton

18 de juny
Sant Jordi Club

Nil Moliner

21 de novembre
Sant Jordi Club

Venda d'entrades a guitarbcn.com



Nivell Publicitat

etnia O BARCELONA

LAVANGUARDIA

COFON-HOUSE

Núñez i Navarro



Generalitat de Catalunya
Departament de Cultura

inaem



CAP

DE SETMANA

IDEAL

Divendres



Suite Festival: Tequila

El 2018, Alejo Stivel (veu) i Ariel Rot (guitarra) van reformar el grup de cara a la gira *Adiós Tequila tour*, que ara defensaran al Gran Teatre del Liceu amb una selecció dels millors temes de la seva discografia.

Amunt el xarrup de comiat!

→ Gran Teatre del Liceu. M: Liceu. 21 h. 10-50 €.

COMÈDIA

'Los monólogos de la vagina'

Torna als escenaris aquesta comèdia sobre la sexualitat de les dones, els tabús socials, la repressió i la incultura sexual.

→ Club Capitol. M: Catalunya. 20 h. Des de 19 €.

DANSA

'After the party'

Solo de Thomas Noone que, a través de la dansa, titelles, clown i text, ens parla de les reflexions que ens fem quan tothom ha marxat de la festa.

→ Sat! M: Fabra i Puig. Dv. i ds., 20.30 h. 15,50 €.

TALLER

Nit d'astronomia

La constel·lació d'Orió va ser molt important per als egipcis. En aquesta sessió d'iniciació la coneixereu millor.

→ C. C. Vallvidrera. FGC: Baixador de Vallvidrera. 21 h. Gratis amb inscripció.

Tens moltes més idees a timeout.cat/cap-de-setmana

Dissabte

MÚSICA

La Donzella

El temporal Glòria va deixar La Donzella, a Badalona, molt malmesa, però ja han tornat amb els seus vermuts musicals. Aquest dissabte toca reggae, ska i soul amb Lluís Nutty.

→ La Donzella. M: Badalona-Pompeu Fabra. 12 h.

CINEMA

'La gran estafa'

Walter Matthau protagonitza aquest film del 1973 on un robatori, a priori senzill, s'acaba complicant ja que el banc en qüestió és on la màfia guarda els seus diners.

→ Phenomena. M: Sant Pau-Dos de Maig. 15.45 h. 6 €.



Rues de Carnaval

La disbauxa es viu als barris amb les rues de Carnaval.

Dissabte teniu, entre d'altres, el Carnavalassu del Gòtic (plaça del 8 de Març, a les 18.30 h), la rua de Sant Antoni (Cotxeres Borrell, 17 h) i la de Sants (carretera de Sants, 17.30 h).

BALLETS DE CATALUNYA

Diumenge



'The Sisters Brothers'

Joaquin Phoenix brilla en aquest western atípic del cicle *Els millors films del 2019*.

→ Filmoteca. M: Liceu. 21.30 h. 4 €.

FESTA

Bantú: Afrobeats Party

Festa dedicada a la cultura afrobeat, amb el *body art* de Montserrat Anguiano, el *showcase* de Prince Osito i el DJ Owey.

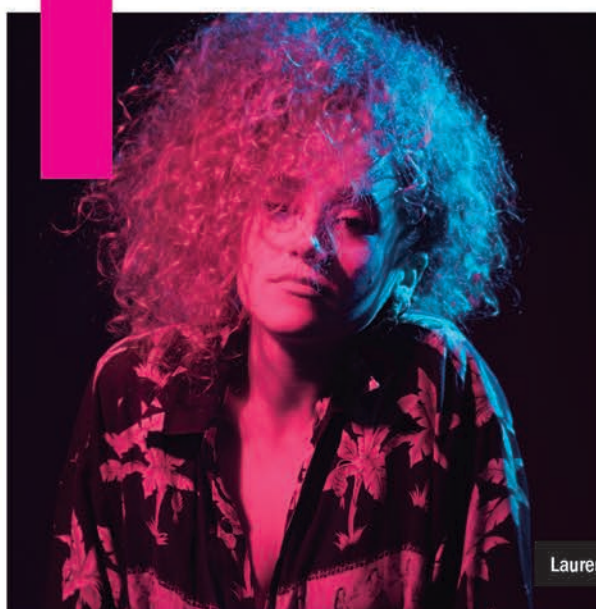
→ Atelier Güell. M: Liceu. De 17 a 22 h. 5 €. Aforament limitat.

MERCAT

Give'me 5

L'últim diumenge de mes teniu aquest mercat de segona mà on totes venen per menys de 5 euros!

→ Centre de la Vila. M: Ciutadella. De 10 a 15 h.



Lauren Nine

Art explosiu en femení

La nova edició del Palo Market Fest reivindica el lema 'woman's power'

EL PALO MARKET Fest, un dels festivals més alternatius i consolidats de la ciutat, també vol ser el més feminista. Ja ens té habituats a donar veu a artistes emergents i, en aquesta edició que se celebra el cap de setmana del 29 de febrer i l'1 de març, vol reivindicar especialment la creativitat de dones artistes. Ho farà programant pioneres de diferents disciplines, des de la música, el disseny i l'artesanía a la gastronomia.

Talent creatiu

Vibreu amb la música i la intensitat de la pianista Clara Peya, una de les artistes més atrevides i transgressores del panorama actual. Mentre es cuina un arròs, us podreu submergir entre versos amb l'emocionant història autobiogràfica d'Ana Cortés. Sonia Barba descobrirà, amb el *Prostíbulo poético*, la part més fosca de la poesia. També sentireu en directe les veus de Queralta Lahoz, que

presentarà el seu nou àlbum *1917*, i d'Aleesha Rose, amb el seu pop urbà que transporta directament al sud. I, per acabar, la jam session final on participaran cantants com Tonia Richii, Saphie Wells, Ahvin Bruno, Lauren Nine i Ester Wax. I tot, acompanyat de la millor gastronomia, disseny, joieria i, fins i tot, cosmètica natural!

DE QUÈ VA...

El Palo Market Fest dedica tota l'edició a artistes femenines.

PER QUÈ HI HEU D'ANAR...

Per descobrir talent femení que massa sovint queda invisibilitzat.

→ Pellaires, 30. M: Selva de Mar. Ds. 29 de febrer i dg. 1 de març. 3,5 €. palomarketfest.com

Amb la canalla

Coordina Erica Aspas
timeout.cat/nens

El misteri dins la capsa

SI VIVIU A Gràcia o voleu pel barri amb assiduitat, potser les heu vist. Petites capsas d'acer on hi havia les claus de pas d'aigua dels edificis i que, des de fa uns pocs mesos, s'han transformat en el Museu més Petit del Món.

Darrere d'aquest projecte hi ha la Noemí Batllori i la seva filla Gala. A l'edifici on la Noemí té el seu Hospital de Juguines – carrer de la Virtut, 14 – hi havia una d'aquestes portes antigues i la Gala i una amiga, l'estiu passat, jugaven a amagar-hi objectes. Així va quedar la cosa, mig oblidada, fins que al setembre van tornar a obrir aquesta porteta i mare i filla van tenir clar que aquell joc havia

de continuar. “Tot això és dels nens, és una manera de portar el joc als carrers, que no hagin d'anar necessàriament a la plaça, que els carrers se'ls sentin seus”, ens explica la Noemí.

Com que a l'escola la Gala estava estudiant els planetes,

la primera instal·lació es va titular *Entra a l'Univers* i hi havia planetes i satèl·lits plens de colors. També han homenatjat Sisa i reproduït granges i boscos màgics. Han trobat fins a deu capsas similars per Gràcia que han mapejat i intervingut elles i

la canalla que va participar en un taller que va impartir la Noemí i que repeteix per a adults. Si també voleu ser artistes d'aquest museu, a l'hospital de la Noemí podeu adquirir un kit amb la capseta de fusta de 9x13 cm i les instruccions per fer-ho bé. ■ Erica Aspas

Artista: MARTINA
Títol: LA PRINCESA
PETITA

DE QUÈ VA...
El Museu més Petit del Món, a Gràcia.

PER QUÈ HI HEU D'ANAR...
Perquè és un projecte màgic que us engrescarà.

→ Virtut, 14. M: Fontana.
noemibatllori.com/
el-museu-mes-petit-del-mon

EL TOP 3

Teatre infantil



Jo vaig amb mi

→ Poliorama. M: Catalunya. Diumenges fins al 15 de març, 12 h. 7-13 €. De 6 a 12 anys. En aquesta franja d'edat, entre els 6 i els 12 anys, és quan nens i nenes fan el canvi cap a la pubertat i pateixen una explosió física i psicològica, i l'autoestima de vegades en surt mal parada. Aquesta obra de teatre, adaptada i dirigida per Paco Mir (Tricicle), ens posa davant una situació que segur que hem viscut, canviar alguna cosa de nosaltres per agradar als altres. Una qüestió important que s'abordarà des de l'humor, la música i la dansa.

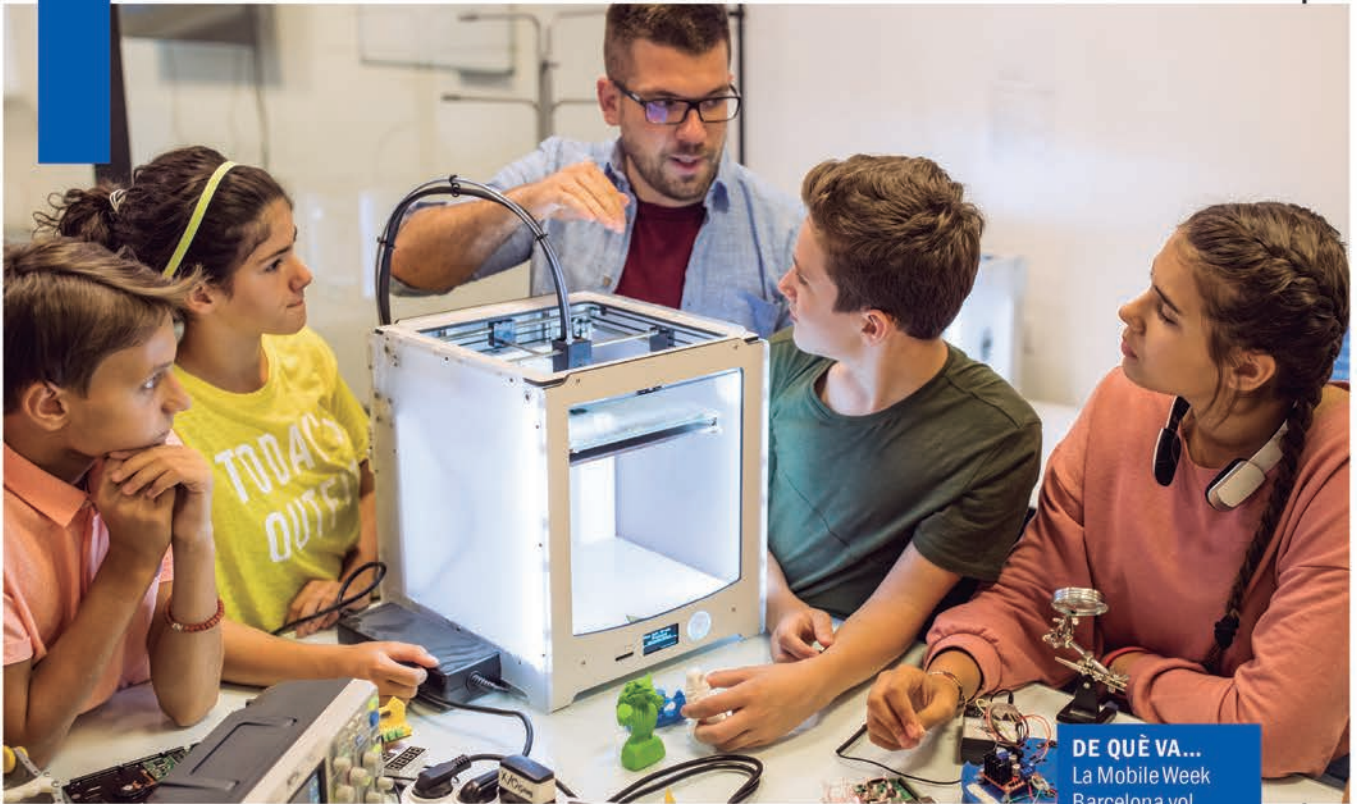


Marúncia

→ Sat! M: Fabra i Puig. Dg. 23, 12 i 17.30 h. 9,50 €. A partir de 5 anys. La Cia. Robert G. Alonso proposa aquesta peça de dansa familiar amb una imatge visual molt impactant, inspirada en Maruja Mallo – pintora surrealista gallega que va trencar cotilles – i en l'imaginari de la seva obra.

Pinta'm

→ Aquitània Teatre. M: Hospital Clínic. Dissabtes (16.30 h) i diumenges (12 h) fins a l'1 de març. 10 €. A partir de 7 anys. Comèdia musical perquè la canalla s'apropi al món de l'art. L'Helena ha reunit en una exposició les obres més grans de la història, però un accident les destrueix. Una màquina del temps l'ajudarà a recuperar-les.

**DE QUÈ VA...**

La Mobile Week Barcelona vol conscienciar sobre com la tecnologia transforma la societat.

PER QUÈ HI HEU D'ANAR...

Per adonar-vos de fins a quin punt convivim amb el món virtual.

→ Diversos espais.

Del 20 de febrer a l'1 de març.

mwweek.com/barcelona

Viure connectats

La Mobile Week Barcelona, que es manté, retalla distàncies entre la tecnologia i la ciutadania i uneix el món virtual amb el real

QUE VIVIM EN una societat connectada al món virtual és una realitat, i si dia a dia us feu preguntes com què passarà quan la tecnologia sigui més intel·ligent que nosaltres o com ens mourem per les ciutats d'aquí a cinc anys, la Mobile Week Barcelona us donarà totes les respostes. Del 20 de febrer a l'1 de març arrenca la quarta edició de l'esdeveniment, impulsat pel Mobile World Capital Barcelona i l'Ajuntament de Barcelona amb l'objectiu de conscienciar la ciutadania de com la tecnologia transforma la societat.

Per (a) tot Barcelona

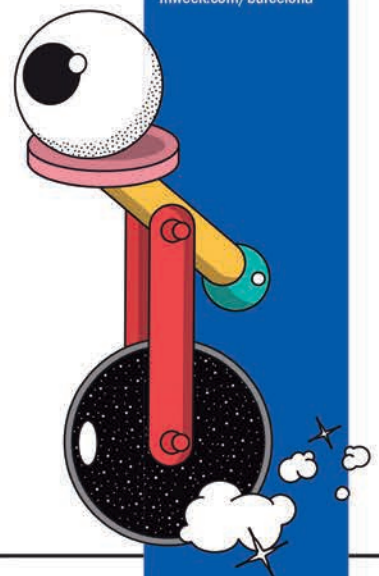
Sota el lema *Tecnologia per a la ciutadania*, l'esdeveniment començarà amb l'acte inaugural a l'auditori ONCE, on es presentarà el programa, els ponents experts en aquest àmbit i l'ampli ventall d'activitats, debats, conferències i tallers que es realitzaran al llarg de la setmana. Tots es duran a terme als diferents districtes de la ciutat per tal de fer-los accessibles a tothom.

Realitat i virtualitat

Els temes principals que es tractaran seran de robòtica, intel·ligència artificial, dades, ciberseguretat, mobilitat del futur i altres eines que ofereix la tecnologia digital, i es combinaran amb inquietuds i necessitats socials, culturals i ètiques, per tal de fer reflexionar sobre el nostre nivell de connectivitat amb la tecnologia. Per exemple, us implantaríeu un xip sota la pell per obrir la porta de casa vostra?

Innovació en família

Per acabar la setmana de la Mobile Week Barcelona de la millor manera, l'Antiga Fàbrica Estrella Damm serà l'escenari d'una jornada amb programació especial per a tota la família: el Family Day. Els més petits de casa experimentaran, aprendran i s'entretindran, mentre que els més grans coneixereu les claus per educar els vostres fills en el món digital, experimentareu amb realitat augmentada i gaudireu de *food trucks* i música!



Cinema

El top 5 a timeout.cat/
cartellera-cine



Múscul de guerra

Parlem amb el colombià Alejandro Landes de la brutal 'Monos'. Per Josep Lambies

HI HA PEL·LÍCULES que, de tan físiques, et fan sentir com si t'haguessin clavat una pallissa. En el cas de *Monos*, aquest dolor diabòlic ens porta a un estat de sublimació. "Està filmada des de les botes dels soldats, des d'una trinxera terrosa, que pertany a una guerra en què no saps si ets a l'avantguarda o a la rereguarda, en què no saps què significa guanyar, ni si ets a la banda dels bons o dels dolents", explica el director, Alejandro Landes, portant-nos de

la mà cap al cor de les tenebres, enmig d'una jungla terrible on despertem amb el soroll d'uns trets de fusell que, aixecat enlaire, es dispara a l'atzar dins la boira.

Tracta d'una guerrilla d'adolescents que s'entrenen, apartats del món, en un prat que fa olor de sang i llot. "L'atmosfera té alguna cosa mítica, en què no sabem en quin temps ens trobem, però en la llum podem veure els fantasmes del passat i els fantasmes del futur", diu Landes, magnètic. Veient la pel·lícula percebreu referències a *El senyor de les mosques* i als inferns literaris de Joseph Conrad. També als llops famèlics de Hobbes. "En una guerra hi ha moments de sacrifici heroïc, però també de barbàrie", rebla.

És impressionant com filma els cossos dels joves, barallant-se, sotmetent-se a pràctiques militars selva endins, submergeint-se en un riu tèrbol i enfangat. "L'aigua, com a element, em va donar

l'estructura de la pel·lícula, la columna vertebral –continua–. El camp que apareix al principi, quan duen els ulls embenats, és la gran reserva d'aigua de Bogotá. A mesura que va baixant pel riu, l'aigua perd transparència, de manera sinuosa, i va agafant velocitat". Diu Landes que volia que això es traslladés al ritme i els colors de la pel·lícula.

Per últim, hi ha la remor del paisatge a trenc d'alba, el brogit dels animals, la respiració dels soldats, les bales perdudes. "Vam contrarestar l'experiència barrejant sons elementals de la natura amb d'altres sons manufacturats, com el fet de bufar una ampolla, i fins i tot vam fer servir sintetitzadors. Amb tot plegat volíem generar una sensació única, desconcertant". Ens agafa pel clatell, se'ns fica a dins la pell



com un verí i ens arrossega entre la malesa, obrint camí a cop de matxet. ■

"Està filmada des de les botes dels soldats, des d'una trinxera"

Queen & Slim

★★★★☆

ESTRENA DE LA SETMANA



ELS AMANTS CRIMINALS a la fuga sempre han trobat refugi a les pantalles de cinema nord-americanes, un subgènere on directors tan diversos com Arthur Penn, Steven Spielberg i Terrence Malick s'han fet camí. Ara, Melina Matsoukas, coneguda pel videoclip *Formation* de Beyoncé, passa a formar part del grup amb aquest impressionant debut, que només falla per algunes petites eleccions de trama una mica ridícules.

Jodie Turner-Smith i Daniel Kaluuya –de *Déjàme sortir*– interpreten dos personatges sense nom que són detinguts per un policia racista en la seva primera cita. Després d'un tiroteig es troben fugint de la ciutat sense saber què fer. Els protagonistes fan un treball exquisit, inclús quan les circumstàncies els fan prendre decisions errònies o caure en estereotips. Amb un gran component de denúncia social, *Queen & Slim* té ressonàncies dels disturbis racials que hi va haver el 2014 a Ferguson, Missouri, i a altres llocs, i no demana perdó pel comportament dels seus antiherois, una postura molt estimulante.

Però en els moments d'estil Thelma i Louise conduint cap a la posta de sol (n'hi ha massa), desitges que la pel·lícula hagués tingut la sofisticació necessària per abordar la complexa injustícia que retrata aquest guió clàssic, cosa que hauria pogut donar lloc a una trama secundària on s'involucrés un advocat. No obstant això, crec en Matsoukas: ella és la que val aquí i sabrà com portar-nos millors coses. ■ *Joshua Rothkopf*

DE QUÈ VA...

Una parella en fuga després d'una detenció racista.

PER QUÈ HI HEU D'ANAR...

Perquè és el debut de la directora del *Formation* de Beyoncé.

→ Dir. Melina Matsoukas (EUA, 2019). 132 min.

Monos

★★★★☆

DE QUÈ VA...

Un grup de nens s'entrenen per convertir-se en guerrillers.

PER QUÈ HI HEU D'ANAR...

És una pel·lícula immersiva que sembla una revelació del futur.

→ Dir. Alejandro Landes (Colòmbia, 2019). 102 min.

EN UNA MUNTANYA, un esquadró paramilitar d'adolescents s'entrena per a una guerra sense nom. Juguen a futbol amb els ulls tapats i manipulen fusells carregats. Enfangats, prometen fidelitat a una organització abstracta i obeeixen les seves ordres a través d'un líder canviant. *Monos* t'atrapa tot i tenir una trama inexistent. Entre la música atmosfèrica de Mica Levi, alguna cosa pren sentit, un pensament, un malson. És aquest el nostre futur? Ja hem vist soldats infantils abans a la gran pantalla, però *Monos* no moralitza. Alguns dels personatges intenten escapar-se, però *Monos* no va d'això. S'infiltra dins teu per crear una ansietat profunda que serà difícil de treure's del damunt. Ha arribat l'hora d'allistar-se. ■ *J. R.*

Domino

★★★☆☆



DE QUÈ VA...

Una trama d'espies amb el rerefons del terrorisme islamista.

PER QUÈ HI HEU D'ANAR...

Per veure una seqüència d'acció delirant a dins d'una plaça de toros.

→ Dir. Brian De Palma (Dinamarca, Bèlgica, França..., 2019). 89 min

MALGRAT QUE TRACTA de renegar del seu últim film, Brian De Palma l'acaba amb una seqüència que resumeix la seva feina: una bogeria repudiable i, de vegades, meravellosa. És una escena taurina, reveladora del mateix art del director: una barbàrie sense sentit bombejada de falsa grandesa. Un terrorista negre pilota un dron bomba, i dos policies danesos (Nikolaj Coster-Waldau i Carice van Houten, *Joc de trons*) intenten detenir-lo, tot i que només poden córrer a càmera lenta. No ens diu res sobre terrorisme. Només volia fer *Domino* per aquest clímax delirant i imple. L'esgotament creatiu és palpable, un desinterès artístic gairebé total. Arriba a les dues estrelles perquè De Palma, de tant en tant, encara pensa visualment. ■ *J. R.*



DE QUÈ VA...

La història de dues parelles sota el règim dels talibans.

PER QUÈ HI HEU D'ANAR...

Per la delicadesa de l'animació.

→ Dir. Zabou Breitman i Eléa Gobbé-Mévellec (França, 2019). 81 min.

Las golondrinas de Kabul



HI HAURÀ QUI trobi discutible o innecessari escollir l'animació per donar forma a un film com *Las golondrinas de Kabul*, que toca qüestions preocupantment reals, com l'opressió patriarcal i el fonamentalisme religiós a l'Afganistan, però això significaria condemnar aquesta elecció expressiva a una mera funció escapista. Però també se li pot donar la volta a l'argument i comprendre les pinzellades d'aquarel·la que defineixen els escenaris i personatges de la pel·lícula com una manera d'acostar-se a unes localitzacions i circumstàncies difícilment accessibles per les càmeres. En adaptar la novel·la de Yasmina Khadra, les directores

Zabou Breitman i Eléa Gobbé-Mévellec van voler fer una obra d'emocions vives, rodant i escenificant primer les seqüències amb els actors que posen veu als personatges, per després trobar en l'animació la clau d'una lírica amb el punt just de distanciament. Així, les cineastes eviten que la denúncia frontal del règim del terror talibà eclipsi els aspectes dramàtics d'una proposta tenyida per la melancolia de dues parelles, una jove i esperançada, l'altra àrida i exhausta, que viuen les diferents fases del seu amor sota un sistema repressiu, on paraules com *progrés* i *alegria* són la runa d'un temps passat. ■ Gerard Casau

Q&A

Zabou Breitman: viatge a l'Afganistan d'aquarel·la

Sota el domini dels talibans, l'Afganistan se'ns apareix com un paisatge gris, en ruïnes, on qualsevol atreviment és reprimat a cop de culata. És aquest el context en què ens situa *Las golondrinas de Kabul*.

Feu servir l'animació per reconstruir un passat històric.

No és tan diferent de plantejar-te una recreació històrica, com Sam Mendes a

1917. El més important és que les imatges siguin d'una justícia absoluta. Toquem qüestions delicades. No podem mentir ni fer trampes. Alhora, l'aquarel·la ens donava una textura evocativa.

Com ha estat el procés d'animació?

Primer vam treballar en un estudi de so amb actors, que actuaven amb vestuari i tot. Vam fer alhora

l'enregistrament de les veus i una captura parcial de moviment, que havia de servir de guia per a l'animació. Era important que els personatges es moguessin d'una manera precisa i real, perquè no semblés que ens en mofàvem.

De fet, ens situeu davant d'un relat desolador. Com ha estat l'adaptació del llibre?

Volíem arribar fins al cor de la novel·la de Yasmina Khadra, despullar-la. Que hi hagués espai per a l'espectador i per als seus sentiments. ■ Josep Lambies



ENS AGRADA

El millor de la cartellera

VIDA OCULTA



Terrence Malick firma aquesta rapsòdia pastoral de camps daurats i núvols de plom que transcorre a l'Àustria de l'any 1938, quan l'ombra del nazisme plana sobre el paisatge.

PARÀSITS



Ja sabeu que és la guanyadora de l'Oscar a la millor pel·lícula, un fet inèdit. Per primer cop a la història, Hollywood ha dinamitat la barrera dels subtítols.

EL AMOR ESTÀ EN EL AGUA



Un anime efervescent, ple de màgia, que explica la història d'amor entre una *surfer girl* i el fantasma d'un noi que se li apareix ondejant sota l'aigua.

SINÓNIMOS



Tèrbola, enigmàtica i sorprenent en forma i fons, la nova pel·lícula de Nadav Lapid és un relat autobiogràfic sobre un jove exmilitar israelià que arriba a París fugint de la pàtria.



Teatre i dansa

Coordina Andreu Gomila
timeout.cat/teatre

Puresa i ritual en moviment

Sharon Fridman ha fet 'Erritu' per a Kukai Dantza, la gran companyia basca de Jon Maya.
Per Andreu Gomila

FA DINOU ANYS que Jon Maya va fundar a Errenteria (País Basc) Kukai Dantza, una companyia que volia fer dialogar la dansa tradicional basca amb les formes contemporànies, i que encara avui conserva els mateixos ballarins (amb afegits posteriors) que aleshores. En els últims temps, a més, han esclatat a escala europea, quan han posat en comú el seu univers amb el d'altres creadors, com l'*Oskara* que van construir amb Marcos Morau, i aquest *Erritu* ('arrels', en euscar), dibuixat pel coreògraf israelià resident a Madrid Sharon Fridman, una peça hipnòtica que va ser el gran èxit del Sismògraf d'Olot 2019.

"Volia que l'espectacle parlés sobre els rituals, tenint en compte tot el que és popular, però sempre amb la mirada d'avui", ens diu Maya. Per això també

hi ha un cor, que al Mercat de les Flors serà l'Orfeo Català.

El director de Kukai és qui introdueix els coreògrafs convidats en la dansa basca, els acompanya i els alimenta amb les millors fonts. De Fridman, diu, li interessava el *contact*, que la companyia no havia treballat fins ara, però que creia complementari a la

feina que havien fet. Respecte a la trajectòria del creador israelià, Maya diu que "viu tan en l'essència, tan en la veritat, que era qui millor podia encaixar amb nosaltres a l'hora de parlar dels rituals".

"*Erritu* té una factura molt contemporània, hi va fins al fons, però conserva molt l'essència de la dansa tradicional, en estat pur", afegeix el coreògraf basc. Els Kukais s'han acostumat a hibridar-se, a fer entrar altres universos dins el seu. Per

això Maya assegura que "conviuen amb la perversió". No deixen de ser, al final, ballarins de dansa tradicional que permeten contagiar-se d'altres formes. "L'universal també es troba en allò pur, local", diu Maya, que deixa clar que tan contemporanis poden ser ells com qualsevol companyia moderna.

Fa una dècada ja que Kukai Dantza convida elements externs a la tropa per treballar amb ells. Tot el que en sorgeix, apunta Maya, també és una mica seu. "Jo soc qui cuido la criatura i la trec a passejar", afirma. No ha tirat la tovallola com a creador escènic. I la prova és el solo que va estrenar al desembre, *Gauekoak* ('nocturns'), en el qual, acompanyat d'un músic i un cantant, balla peces d'Israel



Galván, Cesc Gelabert, Fridman i una de pròpia. ■

→ Mercat de les Flors. M: Poble Sec. Del dv. 21 al dg. 23. 18 €.



IGNACIO URRUTIA

"L'universal també es troba en allò pur, local"

Justícia



FA POC MÉS d'una dècada Guillem Clua estrenava *Marburg* al TNC. Producció ambiciosa. Deu intèrprets a l'escenari. Tony Kushner i *Àngels a Amèrica* explícitament presents. Ara estrena *Justícia* amb la mateixa set d'ofertir una gran obra al públic que busca reconèixer-se en la dramaturgia catalana contemporània en l'escenari de les consagracions. De nou una *dramatis personae* generosa. Reprèn les influències afins i sembla sumar-ne d'altres, com *Agost* de Tracy Letts o *Mirall trencat* de Rodoreda. Roman reforçada la transparència de les causes que considera dignes de defensa i reivindicació. Recupera la ductilitat del temps. I la tensió d'un número de plats xinesos. Malabars dramàtics que en algun moment semblen deixar caure un dels plats quan es deixa portar pel cop d'efecte fulletonesc.

Aïllats sobresalts en un intens drama irònic que esbudella l'ànima tartufa de les cristianes i patriotes famílies que han regit els designis d'aquest país. L'oportunisme erigit en ètica nacional. Al capdavant,



OBRA DE LA SETMANA

DE QUÈ VA...
Els secrets de les famílies respectables, de missa i convergents.

PER QUÈ HI HEU D'ANAR...
Per aplaudir el gran treball de Josep Maria Pou i Vicky Peña en un text ambiciós.

→ TNC. M: Glòries. Fins al 22 de març. 29 €.

el personatge torturat de jutge Samuel Gallart, un home –que Josep Maria Pou interpreta amb la grandesa trencada d'un rei Lear convergent– desconstruït. Al seu costat, una esplèndida matriarca. Una Vicky Peña que s'erigeix en enorme antagonista. Una brillant extravagància, entre la missa i l'albirament d'ovnis.

■ Juan Carlos Olivares

La espuma de los días



DE QUÈ VA...

Versió lliure de la novel·la de Vian.

PER QUÈ HI HEU D'ANAR...

No totes les obres mestres són fàcils.

→ T. Lliure: Montjuïc.
M: Poble Sec. Fins al 23 de febrer. 7-23 €.



QUAN CHICK ESCRIU a la paret "Esto no es París" podria haver-hi posat, sense problemes, "Això no és *L'escuma dels dies*". Perquè fa més d'una hora que la funció avança i, més enllà dels noms dels quatre personatges principals de la novel·la de Boris Vian, no n'hem vist gairebé ni les comes. María Velasco n'ha agafat el títol, alguns dels temes, i, amb quatre actors veterans, ha construït una peça inspirada a la qual li manca l'alè de l'original. L'ha portada als nostres dies, n'ha tret els paisatges, el surrealisme, i hi ha insuflat una contemporaneïtat que sobra, inclosos els discursos esquerranosos benpensants.

De tant en tant, Chloé (Lola Jiménez) fa enlairar una mica la peça, composta, principalment, per monòlegs, algun intent de moviment, música de tota mena (ni rastre de jazz) i les carns dels actors. Però els seus intents són de seguida tapats pel conjunt. No tinc res a dir sobre el fet que els personatges de Velasco puguin ser els pares dels de Vian perquè, en un teatre, fins i tot Biff Loman pot tenir la pinta d'un paio escanyolit. Però no entenc què ens pretenia dir l'obra més enllà del pamflet. Que hem construït un món de merda? Que morirem tots? Que és impossible fer *L'escuma dels dies*?

■ Andreu Gomila

ENS

AGRADA

Grans obres que no et pots perdre

VESPRES DE LA BEATA VERGE



Una obra d'Antonio Tarantino dirigida per Jordi Prat i Coll que ens farà adonar-nos que Oriol Genís no és d'aquest món.

→ Escenari Brossa. M: Jaume I. Fins al 8 de març. 15-20 €.

AQUEST PAÍS...



Un exercici de sinceritat escènica d'Àlex Rigola a partir de la mort del pare de l'actriu Alba Pujol.

→ Sala Beckett. M: Poblenou. Fins al 23 de febrer. 10-20 €.

AMY (& THE ORPHANS)



Comèdia sobre com una família assumeix o no la vida amb una filla amb síndrome de Down.

→ Versus Glòries. M: Glòries. Fins al 1 de març. 12-20 €.

AQUELLA NIT



David Selvas ha fet créixer escènica la peça per oferir una producció d'aire hipster amb una parella de músics.

→ La Villarroel. M: Urgell. Fins al 7 de març. 24 €.



Germanes



DE QUÈ VA...

Dues dones unides pel descens i la fortalesa.

PER QUÈ HI HEU D'ANAR...

Una obra intimista amb dues grans actrius.

→ Teatre Tantarantana.
M: Paral·lel. Fins al 8 de març. 15-21 €.



LA PARAULA I l'alè poètic de Wajdi Mouawad torna als escenaris amb aquesta obra que parla de l'exili interior. Una mena de fresc intimista que dona voltes a la pèrdua de la identitat, el fracàs de les relacions personals i la inutilitat dels intents de guarir les ferides dels conflictes bèl·lics a través de dues dones sense vincles de sang però unides tant pel descens com per la fortalesa.

Dues dones que l'autor fa coincidir en l'habitació d'un hotel d'Ottawa en moments diferents. Genevieve és una medidora internacional que ha de fer una conferència i que s'enfrontarà a l'hegemonia de l'anglès sobre el francès en una habitació domotitzada, que acabarà destrossant. Layla és la perita encarregada de valorar els danys. Filla d'immigrants libanesos sotmesa per la memòria del pare i les demandes de la família. A diferència de la impactant versió de l'autor que vam veure al Grec 2015, Roberto Romei ha mirat l'obra des d'una eficaç contenció en una posada en escena sobria al servei de dues grans actrius. Mónica López i Lluïsa Castell commocionen. ■ Santi Fondevila

Les millors obres a timeout.cat/millor-teatre

Només la fi del món



DE QUÈ VA...

Un home que sap que morirà retroba la família.

PER QUÈ HI HEU D'ANAR...

Per esbrinar per què el text forma part del repertori de la Comédie.

→ Biblioteca de Catalunya. M: Liceu. Fins al 29 de març. 25 €.



ENTRA UN HOME encara jove i explica que morirà. Que és mort. Així comença l'obra de Jean-Luc Lagarce, *Només la fi del món*, que Roberto Romei va presentar aquí per primer cop el 2003. Una proposta oposada a la visió que té Oriol Broggi d'aquest drama sobre la comunicació. En la producció de La Perla 29 domina la *gravitas* i la necessitat de subratllar la forma, les particularitats d'un llenguatge que fa del titubeig i la rectificació un recurs psicològic. Aquesta proposta prescindeix de la ironia que es podria llegir entre línies i força un to sever en unes relacions humanes que l'autor potser ha contemplat amb una mica més de quotidianitat.

Més enllà dels dubtes que podria despertar l'autoconscient direcció de Broggi, és just reconèixer la sòlida resposta del repartiment, lliurat a la intensitat exigida. No és l'únic repte a què s'enfronta en una obra articulada com una successió de llargs monòlegs. Excel·lent feina col·lectiva en la qual destaquen David Vert (el protagonista), Clàudia Benito (la germana) i Muntsa Alcañiz (la mare). ■ J.C.O.



Del 19/02 al 08/03/2020

DEMÀ

d'Helena Tornero

Direcció: Aleix Fauró
Amb: Patrícia Bargalló, Guillem Gefaell, Isis Martín i Marc Rius

COMPANIA RESIDENT



Concerts Familiars al Palau

Big Bang Beethoven



Explosió i revolució musical

Diumenge, 23 de febrer – 10.30 i 12.30 h

A partir de 6 anys



PALAU
DE LA
MÚSICA
ORFEO
CATALÀ

Consulta tota la programació
i compra d'entrades a:
www.palaumusica.cat/familiars

Música i nit

Coordina Borja Duñó
timeout.cat/concerts

Da Souza



El nou pop que ve de Mallorca

Aquests dies es presenten a Barcelona tres discos de músics illencs que ens fan tornar a mirar al país d'Antònia Font. Per Borja Duñó

SONEN MOLT DIFERENTS entre ells, però tots fan molt bones cançons. Això sí, tots tres són de Mallorca, comparteixen la deliciosa musicalitat de la llengua i acaben de treure disc –o el treuen aviat– amb Bubota, segell dirigit per Joan Cabot que publica i representa grups i artistes com Polseguera, Roigl, Saïm, F/E/A i d'altres.

Jorra i Gomorra

Tothom parla bé d'en Jorra Santiago, és per això que deduïm que és d'aquelles persones que es fan estimar, almenys dins l'underground mallorquí, on és molt conegut. És cèlebre aquella vegada que la revista digital *40putes* va repartir adhesius amb la cara d'en Jorra que deien "puto Jorra". "Un petit homenatge –diu–, és quesón de la broma i em tenen molta estima". Ara publica *Vellut i purpurina*, un segon llarg que arriba després de *Música sèria* (2017) i l'EP *A Manacor*

(2018). El disc comença amb una mena de tonada romàntica que recorda irònicament l'*Easy* de Lionel Richie i continua amb power pop i guitarrades a l'estil dels idolatrats Guided by Voices, però amb incursions als 70 i els 80. És música divertida, que s'inspira una mica en el glam –"David Bowie, T. Rex, Sparks, Roxy Music... m'agrada aquella innocència, era una música molt naïf i molt alliberadora", diu– i conté melodies glorioses, d'aquelles que fan levitar.

→ Ronda: Heliogàbal. Ds. 22, 21 h. 6-8 €.

Joana Gomila

Amb *Folk souvenir* (2016), Joana Gomila proposava una recuperació de la tradició musical de Mallorca a través de l'ús del

"Pots viure sense pensar que ets en una illa menys amb un temporal com el Gloria"

sampler i del free jazz. Una proposta estilísticament estimulante que a més servia per posar l'accent en la transmissió oral de la música. Si algú l'havia encasellat com una rara avis de la música tradicional, ara tindrà feina, perquè Gomila, al seu segon

disc, *Paradís*, fa un pas més enllà i canta a l'illa de Mallorca amb una estètica encara més transgressora. Compost i gravat a duo amb Laia Vallès, el disc està fet amb sintetitzadors i samplers, amb un resultat que recorda els experiments que fa Holly Herndon, però amb tecnologia analògica. A *Paradís*, la seva reflexió sobre l'illa va més enllà: "El punt

ENS AGRADA

Els concerts on
has de fitxar



Joana Gomila

DOROTHEE ELFRING



Jorra i Gomorra

Qui més toca? **timeout.**
cat/concerts-2020

de partida és que cadascun de nosaltres, com a individus, necessitem sentir-nos una illa, però també necessitem ser arxipèlags", explica. "Pots viure sense pensar que ets en una illa menys quan arriba un temporal com el Gloria", reflexiona, i diu que només va tenir consciència del seu origen insular quan va ser-ne fora, potser per això el seu retrat de Mallorca és tan vívid.

→ Tradicionàrius 2020: CAT. Dj. 27, 21.30 h. 8-12 €.

Da Souza

Són els més prolífics de la triada. *Salsa agredolça* és ja el seu cinquè treball, des que van debutar el 2013 amb *Flors i violència* (2013), molt més guitarrers. El

seu pop de caire poètic –realisme màgic musical, s'ha dit amb encert– s'ha anat alliberant de les distorsions i s'acosta més al minimalisme de Ferran Palau i El Petit de Cal Eril. "Té més a veure amb la producció del Jordi Matas, que és la ment pensant del pop metafísic, ha, ha, però crec que les composicions i les lletres van per una altra banda", diu Lluís Cabot, cantant, guitarrista i compositor principal. A *Salsa agredolça* juguen també amb samples, que duren al directe i que acaben donant al



conjunt un aire oníric com el de la portada, d'estil mironià.

→ Curtcircuit: La [2] d'Apolo. Dj. 19 de març, 21 h. 12-15 €.

TINDERSTICKS

Clàssics indiscutibles del pop de cambra, els de Stuart Staples arriben al 21è Festival Mil·lenni per presentar *No treasure but hope* (2019).

→ Palau de la Música.

M: Urquinaona. Dt. 25, 21 h. 18-30 €.

PATRICK WATSON

La veu dolça del quebequès inundarà la sala Apolo en una nit de folk oníric i vaporós. *Wave* (2019) és el seu últim treball.

→ Sala Apolo. M: Paral·lel.

Dj. 20, 20 h. 25-30 €.

BIG THIEF

Els de Brooklyn han tancat un 2019 de nota, col·locant no un, sinó dos discos al capdamunt de les llistes del millor de l'any: *Two hands* i *U.F.O.F.* Enhorabona si ja teniu l'entrada.

→ La 2 d'Apolo. M: Paral·lel.

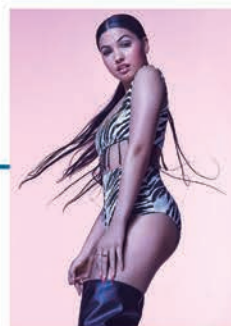
Dj. 20, 20 h. Exhaustides.

MABEL

La filla de Neneh Cherry s'està convertint en una de les estrelles més rutilants del nou pop britànic. Qui sap si la tornareu a veure tan de prop!

→ La 2 d'Apolo. M: Paral·lel.

Ds. 22, 20 h. 20-24 €.



LES MILLORS SESSIONS DE CLUB DE LA SETMANA

The Black Madonna

Quan ella punxa i tu ets al club, és com una sessió de càrdio al gimnàs. Marea Stamper és una selectora de house vigorós que sacseja la pista com un terratrèmol.

→ Nitsa Club. M: Poble Sec. Dv. 21, 24 h. 16 €.

Journeys: Palms Trax

Les sessions Journeys són un viatge de cinc hores sense aturades. Aquesta vegada, el guia serà Palms Trax, una de les novíssimes sensacions del techno profund i còsmic.

→ The Loft. Razzmatazz 2. M: Marina. Ds. 22, 24 h. 15 €.

Peter van Hoesen

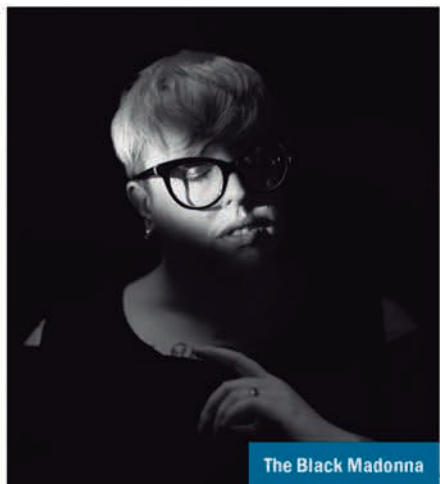
Amb constància i seguretat, Peter van Hoesen s'ha fet un nom com un dels artistes techno més sòlids d'Alemanya. Clàssic, rígid, sec, fosc i vibrant: dinamita als peus i aliment per al cervell.

→ The Loft. Razzmatazz 2. M: Marina. Dv. 21, 24 h. 16 €.

Derrick May

L'innovador del techno clàssic de Detroit és també un DJ incombustible que encara dona guerra. Eclèctic i sempre destil·lant funksintètic, les sessions de Derrick May són classes magistrals.

→ Input High Fidelity Dance Club. M: Espanya. Dv. 21, 24 h. 20 €.



The Black Madonna

Maurice Fulton

Mai va ser una superestrella, però Maurice Fulton tenia un superestil: un funk digital i elàstic, divertit i agitat, que va irrompre al clubbing londinenc

de fa més d'una dècada. La màgia encara la conserva. Completen la nit la suïssa Sassy J i el resident Arnau Obiols.

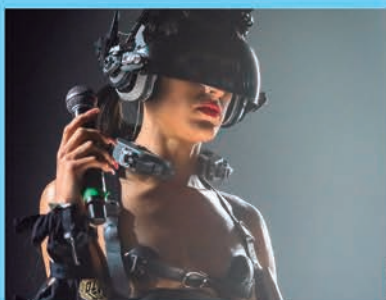
→ Nitsa Club. M: Poble Sec. Ds. 22, 24 h. 16 €.

PREN-NE NOTA

Doña Arca, quatre hores de sorpreses

L'última vegada que Arca va actuar a Barcelona va ser al Sónar, amb una proposta de cabaret electrònic on s'integraven l'abstracció digital, el bolero i una proposta visual inspirada en les festes drag. Ara toca aparcar el directe i posar-se als plats per punxar en una vetllada de quatre hores amb el mateix esperit experimental i trencador.

→ Razzmatazz 2. M: Marina. Dv. 21, 20, 30 h. 18 €.



SÓNAR

TOP 3 CLÀSSICA

Recitals, concerts, òpera... El millor de la setmana per *Pere Andreu Jarrod*



PASCAL VICTOR / ARTCOMPRESS

↑ 'La clemenza di Tito'

L'òpera de Mozart torna al Liceu amb una proposta escènica de David McVicar. Paolo Fanale, Myrtò Papatnasiu i Carmela Remigio encapçalen el repartiment vocal i Philippe Auguin dirigeix l'orquestra i el cor del teatre.

→ Gran Teatre del Liceu. Fins al 27 de febrer i del 17 al 29 d'abril. 15-207 €.



MARCO BORGREVE

↑ Rudolf Buchbinder

L'OBC ofereix la integral dels cinc concerts de piano de Beethoven, repartits en tres concerts durant el cap de setmana. Un *tour de force* a l'abast de pocs, i Buchbinder -que els dirigirà des del piano- és un d'ells.

→ L'Auditori. M: Glòries. Dv. 21, 20 h; ds. 22, 19 h, i dg. 23, 11 h. 12-59 €.



ANTONI BOJILL

↑ Festa coral

El Cor Anton Bruckner, el Cor Femení Voxalba, el Cor Infantil de l'Orfeó Català i el Cor de Cambra del Palau protagonitzen aquest concert de música coral, que inclou també la primera audició d'algunes obres premiades.

→ Palau de la Música Catalana. M: Urquinaona. Dg. 23, 17 h. 15 €.

LGBTI+

Coordina Sebastià Portell
timeout.cat/lgbti

El cruising és cultura

Tot el que volies saber sobre aquesta pràctica ancestral i no t'atrevesies a preguntar, en un llibre. Per Sebastià Portell

ALEX ESPINOZA NO sap si tots els escriptors relacionen el cruising amb l'escriptura. "Quan era jove vaig trobar un fort vincle entre la meua necessitat d'intimitat i el meu impuls com a escriptor per enfrontar algunes experiències molt personals", diu l'autor de *Cruising. Historia íntima de un pasatiempo radical*, que ara l'editorial Dos Bigotes publica en castellà amb una traducció de Carlos Valdivia Biedma.

El llibre traça un recorregut per aquesta pràctica ancestral i ressegueix el sexe esporàdic entre homes en espais públics, des del classicisme grecollatí fins al dia d'avui, condicionat per les lleis de les apps mòbils, tot passant per les *mollyhouses* de l'Anglaterra victoriana i les saunes d'homes russes.

DE QUÈ VA...

De la història del sexe esporàdic entre homes en espais públics.

PER QUÈ L'HEU DE LLEGIR...

Perquè el cruising també forma part de la nostra cultura.

→ *Cruising. Historia íntima de un pasatiempo radical*. Alex Espinoza. Trad. de Carlos Valdivia Biedma. Dos Bigotes. 216 p. 19,95 €.

"Gran part del nostre llegat com a comunitat gai i queer ha estat esborrat i, malgrat el que puguin pensar alguns, el cruising ha estat una faceta fonamental en la nostra història compartida", argumenta l'autor, que, a més de fer aquest repàs històric per un dels passatemps més vells del món, acompanya el seu text de testimonis reals de persones que l'han viscut, entre els quals, esclar, hi ha el seu. "Per què no celebrar-ho? Per què no reconèixer que el cruising forma part de la nostra cultura?".

El llibre també planteja què se n'ha fet, del cruising, en l'era de les aplicacions. "La pràctica ha evolucionat; internet va canviar la manera que tenim de relacionar-nos amb el món, i això també afecta el cruising. Hi haurà qui es queixarà que això li resta un dels seus trets crucials, que és l'espontaneïtat, però jo el veig com una eina més per tenir sexe anònim", respon.



Mentrestant, els parcs són oberts i els lavabos públics camp on córrer. ■



RAUL LAZARO

Art

Coordina Eugènia Sendra
timeout.cat/art

La Rambla exposa

La Virreina celebra 40 anys i obre noves finestres a la Rambla.
Per Eugènia Sendra

AL MARÇ FARÀ 40 anys que La Virreina va obrir portes amb una mostra dedicada a la pintura japonesa contemporània; l'Ajuntament havia adquirit el palau el 1944 i, malgrat els diferents usos museístics i els plans d'instal·lar-hi el museu d'art contemporani, el destí de l'edifici de la Rambla 99 va ser un altre. Per celebrar quatre dècades d'activitat, La Virreina recupera quatre sales d'exposició que toquen al passeig i hi obre

un aparador en un gest que el director artístic del centre, Valentín Roma, assenyalava com a institucional i polític. "No som només una façana, sinó que oferim continguts", argumenta.

Al centre hi han exposat Yoko Ono, David Hockney, Eugènia Balcells, Miralda i Muntadas, que el 1988 va fer transitable l'antic passatge que comunicava la Rambla amb la Boqueria. Roma també destaca propostes com *Inter/Zona*, comissariada per

DE QUÈ VA...

Quatre dècades d'art a la Rambla.

PER QUÈ HI HEU D'ANAR...

Revisen noms i n'actualitzen el relat i l'entrada és gratuïta (esperem que per molts anys!)

→ La Virreina. M: Liceu.
De dt. a dg., d'11 a 20 h. Grátis.

Manel Clot; *Parchumà*, d'Iván de la Nuez, i la mostra dedicada a Claude Cahun. "No hem de perdre l'ambició pel fet de ser un palau amb 600 metres quadrats per a exposicions", afegeix. Queda clar amb el programa del 2020, amb noms com ara Barbara Hammer, Pedro Costa, Helios Gómez, Manolo Laguillo i Susan Sontag, i



ensintonia amb la raó d'existència de La Virreina d'avui, atenta a la imatge expandida. ■

MÉS EXPOS GRATIS



NICOLÁS LAMAS. FOTO: PHILIPPE DE GÖBERT

Nadie sabe...

Col·lectiva que especula amb la idea de l'origen extraterrestre de la Terra. Amb els projectes d'Anna Dot, Nicolás Lamas, Lucía C. Pino, Domas van Wijk, Josie Perry i Momu & No Es.

→ Can Felipa. M: Poblenou. Fins al 17 d'abril.

Succeeix cada...

Jordi Mitjà va fer el projecte *Dispersió de la primera pedra* per al Canòdrom i ara estrena la Fabra i Coats com a centre d'art contemporani amb una revisió exhaustiva del seu treball.

→ Centre d'Art. M: Sant Andreu. Fins al 26 de juliol.



ROBERTO RUIZ

Unfixed...

La icona d'un forat, la wifi, dades, telecomunicacions. Mario Santamaria, artista resident a la galeria, tradueix els conceptes en una instal·lació sobre el cos interconnectat.

→ Blueproject Foundation. M: Arc de Triomf. Fins al 22 de març.

Barcelona Pla B

L'exposició produïda per Chiquita Room va convidar artistes a rellegir els mapes i reimaginar Barcelona a partir d'un dibuix cartogràfic del 1860. Aquests dies la mostra és a Casa Elizalde.

→ Casa Elizalde. M: Passeig de Gràcia. Fins al 27 de febrer.

Menjar

Coordina Ricard Martín
timeout.cat/restaurants

FOTOS: MARIA DIAS



Més bona teca a
timeout.cat/millors-restaurants



RESTAURANT DE LA SETMANA

Belleville



AIXÍ COM HI ha gastronomies extraordinàriament populars a escala internacional –la italiana, la nord-americana, la xinesa– perquè massa sovint ofereixen ranxo afartapobres a tort i a dret, l'escola francesa manté una gran solidesa en tots els àmbits culinaris: per antiguitat, literatura i solvència, dominen igualment la *nouvelle cuisine* i els bistrot de barri com el que ens ocupa.

En un espaiós i diàfan local del Poble Nou –quin gust l'aire dels sostres alts!–, el maig passat va obrir Belleville, projecte d'una parella de francesos, Aline i Gérald, que tenen molt clar que la seva proposta ha de ser assequible, ecològica, de temporada i de proximitat. El menú són 12,9 euros i el preu mitjà de la carta no arriba als 30. Ofereixen talls típicament francesos com l'*onglet* (en el seu cas, de vedella eco dels

Pirineus, acompanyat de camagroc), un paté de campanya amb prunes deliciós, *rilette* de sardines i unes postres casolanes exquisides (excel·lent el pastís de formatge). El peix el comprena La Platjeta de la Barceloneta, que fa moltes generacions que es dediquen a la pesca tradicional –llobarro amb verdures saltades, rogers arrebossats amb sèsam, escalivada i

arròs de carbassó o amanida de llenties amb xoriço i verat, per exemple–. El porc és ecològic, de Solsona, de pagès, porc gascò (la seva cansalada confitada amb kimchi no sona malament, oi?).

I com que n'és temporada, fan tempura de calçots: la qüestió és jugar amb la frescor i la inventiva i anar caçant el client amb noves pensades, perquè així vulgui tornar a veure quina nova s'han empecat. Tenen una bona carta de vins, molts naturals, que és d'agrair. ■ **Martí Sales**

DE QUÈ VA...

Bistrot de barri per dinar sa i bé o celebrar de nit.

PER QUÈ HI HEU D'ANAR...

Per plats com el Parmentier de galta de vedella.

→ Joncar, 17.

M: Poble Nou. 93 517 07
09. 25-30 €.



Ja és temporada de pèsols!

Si us encanten aquestes delicioses perles verdes, el Windsor és el vostre restaurant!

L'ÈPOCA DE PÈSOLS

ha arribat al restaurant Windsor amb unes jornades gastronòmiques exclusivament dedicades a aquests llegums. El restaurant aposta per demostrar que els pèsols no només es poden menjar saltats o amb patates, i ho fa amb un menú d'allò més original del qual podreu gaudir durant tots els dijous, divendres i dissabtes del mes de febrer i de la primera quinzena de març.

A taula!

El pèsol del Maresme és l'estrella d'aquest esdeveniment. Molt arrelat al territori, el seu principal tret diferencial és la dolçor, fet que el converteix en un aliment únic amb el qual poder experimentar i fer plats extraordinaris, fruit de la combinació de productes de mar i de muntanya.

Així, al Windsor trobem un menú molt complet i alhora sorprenent: des de la garota fresca farcida de pèsols i

tòfona negra o el tàrtar de pèsols i mango amb cranc reial, tot passant per l'arròs cremós de pèsols, coliflor i pil-pil i el rap amb guisat de pèsols, carxofes, callos de mar i botifarra negra, fins a arribar a les postres, amb una minestra de pèsols, fruites i flors que us en llepareu els dits!

DE QUÈ VA...

El restaurant Windsor proposa un menú de temporada dedicat al pèsol.

PER QUÈ HI HEU D'ANAR...

Pertastar plats d'allò més originals amb aquest llegum com a protagonista.

→ Windsor. Còrsega, 286. M: Diagonal.
restaurantwindsor.com

BUFET LLIURE

Temps de carxofa!

Ara és la millor època per menjar la deliciosa i fotogènica verdura



Marimorena Sant Boi

→ Sant Ramon, 151 (Sant Boi). 93 630 66 06.

QUÈ ÉSAIXÒ... L'Albert Mendiola, abanderat de la carxofa i Premi al Millor Restaurant del Baix Llobregat, fa un menú on mana el verd fosc.

PER QUÈ HI HEU D'ANAR... Per menjar-la com mai ho havíeu fet: bomba de xai amb cor de carxofa! Calçot amb romesco de carxofa!



Sant Joan

→ Passeig de Sant Joan, 65. M: Verdader. 93 265 71 80.

QUÈ ÉSAIXÒ... Una casa de menjars que ja regnava a passeig de Sant Joan dècades abans de l'eclosió del brunch i el vermut hipster.

PER QUÈ HI HEU D'ANAR... Les seves carxofes fregides -cruixents, gustoses- són una especialitat amb ressonàncies mítiques al barri.



Bonanova

→ Sant Gervasi de Cassoles, 103. FGC: El Putxet. 93 417 10 33.

QUÈ ÉSAIXÒ... Un dels grans restaurants de cuina catalana de Barcelona, puristes obsessius de la millor carxofa del Prat.

PER QUÈ HI HEU D'ANAR... La carxofa la fan confitada i a la brasa, badada com una flor: la primera de l'any i una delícia.

Beure

Coordina Ricard Martín
timeout.cat/bars

A Viva Voz

→ Aribau, 103.
M: Diagonal. 615 379 316.



AQUEST ANY ES complirà el 25è aniversari de l'obertura del primer A Viva Voz, al carrer Rocafort 187. La xarxa s'ha anat expandint amb un segon karaoke del mateix nom a Aribau 103, el més gran. Fa poc n'han obert un tercer a Muntaner 414, amb sales privades, a l'estil japonès per als que volen cantar

sols o només amb la seva colla. Ofereixen un repertori de milers de cançons en una quinzena d'idiomes. D'aquí que tan aviat es pugui sentir una balada russa com els Manel o Conchita Wurst.

De totes maneres, els clàssics indiscutibles són *Boig pertu* i el *My way*, encara que passin els

anys i la música llatina propulsada per Miami vagi fent forat. Ofereixen perruques i accessoris diversos per fer servir mentre es canta i l'entrada és gratis amb consumició obligatòria (amb el tiquet tens el dret de cantar).

Els divendres i els dissabtes a la nit, quan hi ha més gent,

s'hi poden fer cues per cantar i en cada hora hi ha temps per a només catorze cançons, on els intèrprets poden entonar bé... o tot el contrari. Tenen una vintena de ginebres que poden ajudar a resistir els embats o, directament, per animar-se a agafar el micròfon i contraatacar. ■ Marc Serena

BAR DE LA SETMANA

DE QUÈ VA...
Un local on anar a cantar qualsevol dia de la setmana, sense vergonyes.

PER QUÈ HI HEU D'ANAR...
Perquè hi ha milers de cançons i perruques, per si algú vol cantar camuflat.

IRENE FERNÁNDEZ

NICE SPICE

COCINA INDIO-PAKISTANÍ



Pide el postre gratis con el código TIMEOUT

CARRER DE PUJADES, 207 BIS, 08005 BARCELONA
933 08 95 48

RAVAL BRUNCH

25 !!!
EUROS

DOMINGOS
12:00 - 16:00H

¡JAMÁS HAS VISTO
UN BRUNCH IGUAL!
EN VARIOS AMBIENTES
Y CON DJ EN DIRECTO.
DISFRÚTALO TODOS
LOS DOMINGOS.
360° BAR TERRAZA
11ª PLANTA Y B LOUNGE
RESTAURANTE.

Hotel **Barceló** Raval
Rambla del Raval 17-21
08001 Barcelona
Tel: 93 320 14 90
barceloraval.com

Tendències

Coordina Eugènia Sendra
timeout.cat/botigues

Espais resistents

Us recordeu de la Barcelona de fa deu anys? Entre d'altres van obrir aquestes botigues, comerços que sobreviuen i es renoven per seguir fent anys. Per *Eugènia Sendra*

A GABRIELA PUJOL li diuen que la seva botiga és “un oasi en mig del no-res”. A Avinyó, han tancat Lluch, sabaters, i Humus, de moda sostenible. **Le Fortune** (Avinyó, 42) es converteix en una resistent, tot i que Pujol dubta de si la solitud potencia o afebleix. Va obrir portes el novembre del 2009, amb una acurada selecció de moda femenina de marques franceses i nòrdiques (en accessoris aposta per firmes espanyoles). Pujol s'ha anat reinventant, “hi ha una cosa energètica que t'ho demana”, diu, i adaptant-se a les exigències del mercat, tant pel que fa a preus com a comportaments de consum. La fórmula

per fidelitzar la clientela és la venda assistida, la peça única –de cada model, poques unitats– i la qualitat. “Es tracta que hi trobis la teva peça i l'apreciïs”, sintetitza.

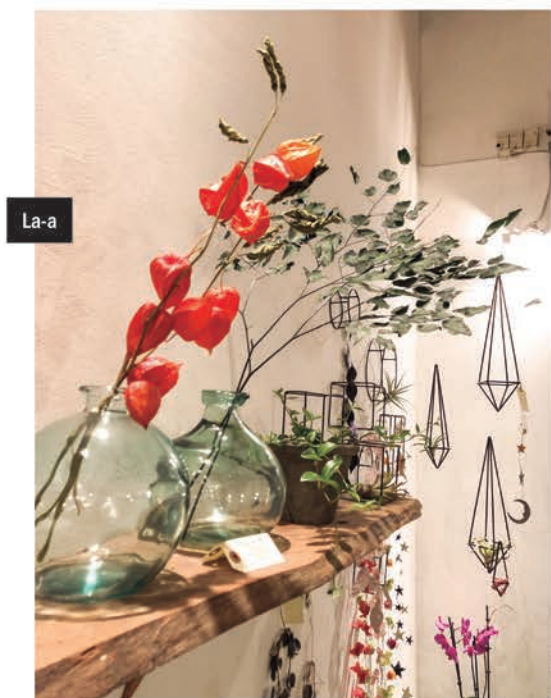
Passa com a **Fusta'm** (Joaquín Costa, 62), des d'on Lúdia Matos i Oriol Vila han alimentat la cultura vintage. Van arribar al

Raval el febrer del 2010 i al setembre van inaugurar; el carrer de vianants promès llavors encara no ho és del tot. “El comerç no és el que teníem al cap als anys 80, en què aixecaves la persiana i ja està”, reflexiona la Lúdia. Afegeix que el camí és l'especialització: en el seu cas, el mobiliari i objectes decoratius

dels 60 i 70, tot i que ara es decanten per objectes més petits i de proximitat, artesanía produïda per les mateixes cases que fa 30 anys, i dissenys emblemàtics i locals com els llums Fase i els de Josep Maria Mager. L'altre camí té transcendència política i passa per vincular-se amb l'entorn –especialment important en un barri com el Raval, amb diferents fronts socials oberts, segons la Lúdia– i fer xarxa amb la resta

de comerços. “També hem de reeducar la gent –sosté–. Qui se'n ressent de comprar des de casa? Demanem-nos-ho”.

A Gràcia hi ha locals buits, comerços de tota la vida sense relleu generacional o establiments que tanquen perquè, entre altres coses, no poden assumir els preus del lloguer. **Nudie Jeans**, que es va instal·lar a Torrent de l'Olla el gener de fa deu anys, ha traslladat



La-a

EUGÈNIA SENDRA

**“Qui se'n
ressent de
comprar
des de
casa?
Demanem-
nos-ho”**



Le Fortune

MARIA DIAS



Fusta'm

MARIA DIAS

l'acció al 33 de la rambla Catalunya en una estratègia de la marca per créixer. "Tenim bon producte i això ens ha ajudat a seguir, però les botigues que no pertanyen a grans cadenes s'han d'anar renovant, oferint experiències", explica Jordi Redó.

La-a (Torrent del'Olla, 86) continua on la vam conèixer, amb les seves lletres de fusta i els perfils de metall; amb el temps s'ha consolidat en el treball de la flor

seca i en el disseny de productes propis. "Els venem al major i arreu del món i aquesta ha estat la manera de tirar endavant", apunta Olivier Rodríguez, meitat de La-a. Són conscients del valor que té associar-se entre petits comerciants per moure el barri i de la vitalitat d'obrir-se a iniciatives com el Photogenic Festival, que a partir del 5 de març omplirà de fotografia el seu bonic local. ■

L'APARADOR

Amagueu-vos la cara i lliureu-vos al Carnaval. Per *Eugènia Sendra*



↑ Una joia

El maquillatge joia camufla i embelleix el rostre, però cal destresa i temps. Mentrestant, podeu emular Janelle Monáe amb el vel de la firma russa GetManJewelry.

→ 171,19 €. [etsy.com](https://www.etsy.com)



↑ El més pop

Quin preu posaríeu a un plàtan performàtic? S'accepten versions (i mems) de la peça que l'artista Maurizio Cattelan va presentar a l'última edició d'Art Basel Miami.

→ 21,32 €. [playandparty.co.uk](https://www.playandparty.co.uk)



↑ Última oportunitat

Per ser home i dona la mateixa nit, una màscara híbrida i treballada -dibuix, pintura, pa d'or- feta pels artesans d'Arlequí; aquest podria ser el seu darrer Carnaval.

→ 65 €. Arlequí Màscara (Princesa, 7).

Tota la festa a [timeout.cat/botigues-disfresses](https://www.timeout.cat/botigues-disfresses)

Viatges

Coordina Manuel Pérez
timeout.cat/viatges

Més disbauxa a
timeout.cat/carnaval

Essències de Carnaval

Més enllà de Venècia, Rio i Cadis, els carnestoltes agafen moltes formes en la festa global. Manuel Pérez es disfressa



1 Atàvic Entroido

Una guerra de draps bruts, terra, farina i formigues rabioses. La raixa és una llei ancestral que governa la petita vila de Laza en temps de Carnestoltes. És una de les tres poblacions –juntament amb Xinzo de Limia i Verín– que formen el triangle de l'Entroido d'Ourense, una explosió de color, soroll i disfresses atàviques l'origen de les quals es perd en la nit del temps. Atents, els *peliqueiros* us fuetejaran si no hi aneu disfressats.

2 Flors i moda

Sens dubte, una batalla de flors és una forma molt francesa de celebrar el Carnaval. Ens referim a un dels actes més populars del Carnestoltes de Niça, tot un esdeveniment cultural que aplega cada any milers de visitants. Però el punt àlgid són les espectaculars desfilades pel centre de la ciutat, senyorejades des de les altures per gegantines figures muntades en carrosses. Enguany, el tema protagonista serà la moda, ben gal també.

3 Gust de taronja

Si us escandalitza la falta de civisme de la tomatina de Bunyol, espereu a veure com se les gasten a Ivrea (al Piemont). Una bona tomata esclafada als morros us semblarà una carícia al costat d'una taronja llançada amb fúria. La batussa cítrica se celebra els tres dies previs a Quaresma i commemora el triomf de la vila contra la tirania medieval. Si no us va la marxa, tranquils, la taronjada només és un acte més d'un dels carnavals més antics del món.

4 Sincretisme festiu

Imagineu la síntesi festiva entre les tradicions religioses i paganes d'un i altre costat de l'Atlàntic. Declarats patrimoni immaterial de la Unesco, els carnestoltes d'Oruro a Bolívia estan dedicats a la Pachamama –mare terra– i la Mare de Déu del Socavón, i representen la lluita entre el bé i el mal. Danses africanes i folklore nadiu, màscares de dimonis i animals sagrats, teatre i màgia. El Carnaval ho accepta tot.

Tota la gastronomia de Barcelona a la teva mida.

Descobreix els locals 'top' de Barcelona ordenats per barris, preus i tipus de cuina.



La Guia de Restaurants i Bars 2020 ja és aquí!

La guia gastronòmica ideal per consultar o regalar amb més de 400 locals escollits pels nostres crítics perquè només hagis de triar, reservar i gaudir.

**Compra-la per 9,95 € al teu quiosc habitual
o a timeout.cat/guiarestaurants**



Foto del restaurant Boi Bao

La pots recollir a:

ÓBBIO

TimeOut

TimeOut

BARCELONA

Els millors
plans per gaudir
de la temporada de
neu amb bona teca,
DJs i birres per
brindar!

ESPAT PUBLICITARI

Tothom a la pista!



SanMiguel

MAGNA



Una golden lager
muy redonda.

San Miguel recomienda el consumo responsable. 5,7°

Pujar a la neu és tota una festa!

Tots els amants de la neu sabem que, després d'un dia intens lliscant per pistes de tots els colors, no hi ha res millor que descansar una bona estona i gaudir tranquil·lament d'una San Miguel ben fresca mentre contemplem un paisatge de somni. En teniu ganes només de llegir-ho? Doncs San Miguel vol que aquest somni es faci realitat i és per això que s'ha fet seva la neu i la podeu trobar arreu del territori. A més, aquest any organitzarà una sèrie de cites a sis de les millors estacions de la Península que no us podeu perdre. Un campament animat amb bona música, gastronomia de muntanya, una zona de jocs i tallers per a tota la família i les millors gammes de San Miguel. Com que no us ho podeu perdre, des de Time Out sortegem cinc caps de setmana d'esquí al nostre web. Concorreu i gaudiu de la neu!

Concurs i més informació a
timeout.cat/snow-beer



Cites imprescindibles

El San Miguel Snow Beer farà una ruta itinerant per sis de les millors estacions de tota la Península. A quina us apunteu?



Sorteig d'estades a la neu!

Al nostre web tenim un concurs on sortegem cinc caps de setmana amb allotjament i forfets a la neu per a dues persones. Participeu-hi!

6 pistes, 7 festes!

Aquest any, el San Miguel Snow Beer recorrerà sis de les millors estacions d'esquí de la Península per muntar-hi una gran festa amb gastronomia de muntanya, música, jocs, tallers i cerveses San Miguel



La carpa

Inspirat en l'estètica dels campaments base de muntanya, l'espai itinerant del San Miguel Snow Beer s'ubica als peus de les pistes de cada estació. Hi trobareu un lloc perfecte per refugiar-vos del fred, amb taules i bancs de fusta, barres de cervesa i una zona de cuina amb una barbacoa que despendrà una olor irresistible! Des de l'escenari, els músics i DJs seran els encarregats de crear un ambient musical ideal per amenitzar la tarda.



Jocs i tallers

Com a novetat d'enguany, al campament de muntanya s'instal·larà una zona de jocs en què podreu posar a prova la vostra punteria i precisió amb el cúrling i el shuffleboard. I també un taller *do it yourself* en què podreu personalitzar gorres amb pedaços inspirats en el món alpí i dissenyats especialment per a l'ocasió. Tres maneres diferents de viure la neu!

Les cerveses

Podreu tastar-hi les cinc referències estrella de San Miguel: la Magna, una golden lager d'un sabor intens, color daurat i elaborada seguint un procés de lupulació en tres temps; la Selecta, perfectament torrada, amarga i tot un clàssic; la Manila, una barreja entre IPL i lager d'una aroma floral; la refrescant Radler San Miguel, i la San Miguel 0,0, per als més esportistes. Quina serà la vostra primera opció per degustar en un entorn de conte?

La gastronomia

Esquiar ens fa obrir la gana (i molt!). És per això que quan vulgueu descansar després de lliscar per totes les pistes, us estarà esperant una oferta gastronòmica perfecta per recuperar tota l'energia gastada. Hi trobareu un autèntic menú de muntanya on podreu assaborir una escudella ben calenta, llepar-vos els dits amb unes broquetes de carn o devorar unes delicioses hamburgueses veganes. Tres opcions per a tots els gustos!

DJ Amable



Masella

→ 22 i 23 de febrer

Ubicada entre les muntanyes de la Cerdanya, l'estació de Masella té 65 pistes i 17 remuntadors al llarg dels seus 72 km esquiables. Temporada rere temporada ha anat guanyant importància el parc de neu de la Pleta: un espai on trobareu un *snowpark* amb *big jumps*, dos calaixos, dues baranes i una 'S' de 12 m, on podreu fer (i veure!) acrobàcies al·lucinants. A més, els dijous, dissabtes i festius, hi podreu practicar esquí nocturn, al llarg de 10 km de luxe.

Ballem?

Durant l'Snow Beer de Masella, la música anirà a càrrec de DJ Amable, el rei de l'escena electrònica alternativa de la ciutat i tot un clàssic del Razzmatazz; i DJ Viktor Ollé, que ens portarà una sessió carregada de *groove* i de rock. Us sentireu com en una discoteca!

Viktor Ollé

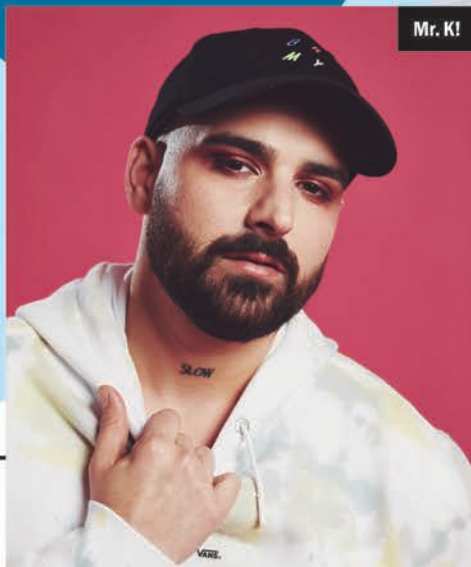


Concurs i més informació a
timeout.cat/snow-beer

A vibrar!

Fins a l'estació de La Molina pujarà la Ley DJ, que us farà ballar amb una barreja dels sons més alternatius, els ritmes pop més actuals i els hits de tota la vida. I també moureu els peus amb Mr. K!, un dels DJ de referència del *clubbing* barceloní, amb més de catorze anys d'experiència.

Mr. K!



La Molina

→ 29 de febrer i 1 de març

Situada al cor de la Cerdanya i a menys de 5 km de Masella, l'estació de La Molina és l'estació més antiga de tot l'Estat i una de les més populars. En els seus 71 km esquiables, té un total de 68 pistes, 16 remuntadors, un gran *snowpark* on divertir-se i provar experiències *freestyle* i el *halfpipe* més gran dels Pirineus. Encara en voleu més? Doncs els que no sou gaire fans dels esquís també hi trobareu pistes de trineus i de raquetes de neu, un circuit de conducció 4x4 i segway sobre neu.

Indie i pop 'top'

Aquí la música sonarà dos caps de setmana! El 7 i 8 de març, Axel Pi de Sidonie i Delafé, dos autèntics reis de l'indie, seran els encarregats de fer-la sonar. I el 14 i 15 de març, Ley DJ repetirà acompanyada de Guille Milkyway, el geni darrere de La Casa Azul, i els DJ de Nasty Mondays, la festa de rock'n'roll que enguany fa 15 anys a l'Apolo.



Delafé DJ Set



Grandvalira

→ 7 i 8 i 14 i 15 de març

Situada a Andorra, és l'estació més gran de tot el Pirineu i ofereix un total de 210 km esquiables. Impressionant! Hi trobareu 138 pistes de tots els nivells i 74 remuntadors. Compta amb tres *snowparks* (un d'ells és nocturn) i una acadèmia per millorar el vostre *freestyle*. I a més, també té diverses àrees per practicar esquí fora de pista i vuit circuits de muntanya. Sens dubte, una estació que va molt més enllà de l'esquí!

Concurs i més informació a
timeout.cat/snow-beer

De bon rotllo!

La carpa del San Miguel Snow Beer es trasllada al sud amb tota l'energia i el bon rotllo que la caracteritza. Hi haurà bona teca, tota la varietat de cerveses San Miguel per tal que ningú es quedi amb set, tallers i jocs. I, per fer que tothom continuï movent el cos després d'esquiar, també hi haurà molt bona música a càrrec de DJs sorpresa.



SHUTTERSTOCK

Sierra Nevada

→ 7 i 8 de març

Fem una escapada a les muntanyes d'Andalusia? Situada a Granada, l'estació de Sierra Nevada té un total de 132 pistes, 21 remuntadors i 110 km esquiables. Hi trobareu un ampli ventall de possibilitats esportives, com un *snowpark* per a *snowboarders* i esquiadors de *freestyle*, dos itineraris d'esquí de muntanya i una nova pista d'esquí de fons per als que busqueu noves sensacions. I per als més petits, també hi ha una zona de trineus magnífica!



Hits del moment

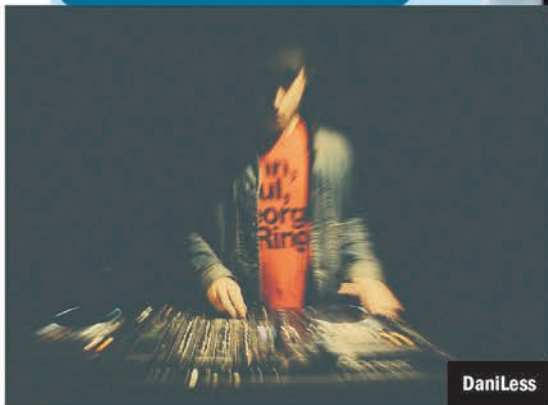
La música a l'estació de Formigal la posarà la peruana Yahaira, que sempre impressiona amb els seus directes i que aquests dies ho està petant amb el seu single *Cobarde*. I també, DaniLess, un DJ i promotor que ens farà moure els malucs amb mescles de temes de pop i rock de tota la vida i hits del moment.



Formigal

→ 14 i 15 de març

En terres aragoneses i a tocar de la frontera amb França, l'estació de Formigal té un total de 101 pistes en 141 km esquiables. Actualment, compten amb un telecadira d'última generació i al llarg i través dels seus turons podreu fer activitats diverses. Per exemple, a l'*snowpark*, on podreu innovar tot el que vulgueu; a les pistes de raquetes, on provareu noves maneres de lliscar per la neu, i a la zona de trineus, on gaudireu amb la canalla. L'opció ideal per fer una escapada fora de Catalunya!



DaniLess

Fred electrònic

En aquesta festa musical a Baqueira, vibrarem amb els sons electrònics d'Alexander Som -DJ i productor madrileny que ha col·laborat amb música d'arreu del món de la talla de David Guetta- i també de Ley DJ, per tercera vegada, que posarà punt final a aquesta edició de neu i festa.

Baqueira

→ 21 i 22 de març

Amb 115 pistes i 36 remuntadors repartits en els seus 156 km esquiables, Baqueira-Beret és l'estació més gran del Pirineu català i està situada entre les comarques de la Vall d'Aran i del Pallars Sobirà. Té un *snowpark* amb diversos nivells de dificultat, un estadi d'eslàlom, un de *boardercross* i una zona de *freeride*. Per a tots els gustos!



Ley DJ

AMADOR CAMARGO

