

Revista de Vidreres
Primavera 2020

Parlem de...

**EL LLIBRE DE COMPTES DE LA CONFRARIA
DEL ROSER DE VIDRERES**

Parlem amb...

ARNAU CALL

Actualitat

ESPECIAL COVID-19

Pàgines centrals

**LA FESTA DEL RANXO I EL
CARNAVAL 2020**



El Rec Clar 89



Telèfons d'interès

Emergències

Centre d'emergència de Catalunya.....	112
Informació ciutadana.....	012
Mossos d'Esquadra.....	112
Bombers.....	112

Ajuntament

Oficines municipals.....	972.850.025
Fax oficines municipals.....	972.850.050
Polícia Local.....	972.850.000
	670.067.740
Assistent social.....	972.850.170
Llar de jubilats.....	972.850.907
Jutjat de Pau.....	972.058.780
Biblioteca Joan Rigau.....	972.851.285
Centre cívic Francesc Llobet.....	972.850.067
Piscina municipal.....	972.850.027
Pavelló municipal.....	972.058.752
Deixalleria.....	637.759.060

Ensenyament

Llar d'infants Sant Iscle.....	972.850.917
Llar d'infants El Sorrer.....	646.571.809
Col·legi Sant Iscle.....	972.850.103
Preescolar Sant Iscle.....	972.850.836
Col·legi Salvador Espriu.....	972.850.808
IES.....	972.850.711

Sanitat

CAP(Centre d'Assistència Primària).....	972.850.156
Farmàcia Vilardell.....	972.875.009
Farmàcia Biraud.....	972.875.666
Farmàcia Moré.....	972.850.575
Farmàcia Eduard Rico.....	972.851.515

Consell comarcal

Oficines.....	972.842.161
Fax oficines.....	972.840.804
Recaptació.....	972.840.178
Recaptació (oficines Vidreres).....	972.851.094
Protectora animals (Tossa de Mar).....	972.342.030

Transports

SAGALÉS.....	902.130.014
TEISA.....	972.260.196
SARFA.....	972.850.157
Taxi Rafael Vico.....	972.851.139
	609.316.932
RENFE.....	902.240.202

Altres serveis

Funerària (24 h)

La Selva de germans Blanquera i Albarracín	
Telèfon.....	972.850.663/699.460.133

Rectoria.....

ENHER (avaries).....	900.770.077
----------------------	-------------

Comissaria Sta.Coloma de Farners

Telèfon.....	972.181.675 / Fax.....	972.842.201
--------------	------------------------	-------------

Bombers Maçanet Selva.....

Veterinari.....	972.850.114 / 972.858.785
-----------------	---------------------------

Correus i telègrafs.....

Oficina de treball de Salt	
Telèfon.....	972.942.950

Fax.....	972.942.953
----------	-------------

Notaria Vidreres

Telèfon.....	972.875.957 / 72.875.958
--------------	--------------------------

Fax.....	972.875.959
----------	-------------

a/e.....	notariavidreres@notariasilviamartinez.com
----------	---

Normes per a les col·laboracions

Tothom que vulgui pot enviar la seva col·laboració a la revista, sempre i quan l'article en qüestió no superi els 3.300 caràcters, inclosos els espais, el que representa unes 40 línies a cos 12, a El Rec Clar, c/Girona, 3, 17411 Vidreres, o a elrecclar@gmail.com. Una altra norma és que els articles han d'estar signats amb el nom i els cognoms de l'autor i un telèfon o adreça de contacte. En el cas d'entitats o associacions legalment constituïdes poden signar amb la seva denominació oficial. Els articles poden acompanyar-se de fotografies i, en aquest cas, el Consell de Redacció es reserva el dret de publicar-les o no en funció de l'espai disponible. El Consell de Redacció no s'identifica necessàriament amb els articles que apareixen firmats.

Farmàcies

Farmàcia Moré

Carrer Catalunya, 48.....	972.850.575
---------------------------	-------------

Farmàcia Vilardell

Carrer de Girona, 37.....	972.875.009
---------------------------	-------------

Farmàcia Biraud

Carrer Josep Pla, 84.....	972.875.666
---------------------------	-------------

Farmàcia Eduard Rico

Carrer Costa Brava, 65.....	972.851.515
-----------------------------	-------------

Farmàcies de guàrdia

Moré	del 18 al 24 de maig
Vilardell	del 25 al 31 de maig
Biraud	del 8 al 14 de juny
Rico	del 15 al 21 de juny
Moré	del 29 al 30 de juny
Moré	del 1 al 5 de juliol
Vilardell	del 6 al 12 de juliol
Biraud	del 20 al 26 de juliol
Rico	del 27 al 31 de juliol
Rico	del 1 al 2 i 15 d'agost
Moré	del 10 al 16 d'agost

Horaris de serveis

Oficines municipals

De dilluns a divendres,
de 8 a 14 h

Biblioteca municipal

Matins de dimarts a divendres de 9.30 a 13.30 h i tardes de dilluns a divendres de 16 a 20 h. Dissabtes de 10 a 13 h

Serveis tècnics

Arquitecte: Arcadi Boix, dimecres de 9 a 14 h i Josep Ruhí Serra, dimarts i divendres de 9 a 14 h

Arquitecte tècnic: Jordi Llinàs i Joana, cada dia de 9 a 14 h

Enginyera: M. Luisa Rubio Gómez, dimarts i dijous de 9 a 14 h

Tècnic Medi Ambient: Caterina Moret Falgas, dilluns, dimecres i divendres de 9 a 14 h

Serveis Socials

De dilluns a divendres de 9 a 14h

Jutjat de Pau

Dilluns i dimecres de 9 a 14 h

Deixalleria

Dimarts, dimecres, dijous i divendres de 9 a 13 i de 15 a 18 h. Dissabtes de 9 a 14 h

Recollida de voluminosos

Dimarts: Voluminosos (trastos)

Divendres: Esporga (restes vegetals)

Germans Alum: 937653151 - 615392146

Regidories

Regidor d'Hisenda, Recursos Humans i Governació: Jordi Camps Vicente

Regidora de Benestar Social, Esports i Habitatge: Margarita Solé Ferrer

Regidor d'Urbanisme, Sostenibilitat

Mediambiental i Energètica:

Enric Gual Viñas

Regidor d'Ensenyament, Cultura i Fires,
Serveis i Festes:

Francesc Baltrons Lloveras

Regidora de Sanitat i Igualtat:

Eva Madrenys Biarnés

Regidor de Cooperació Ciutadana, Turisme i Juventut: Gerard Morgado Mateu

Regidor de Sostenibilitat Medi Natural:

Pere Raset i Miquela

Regidor de Reactivació Econòmica, Joventut i Barris i Urbanitzacions:

Lluís Galobart Vilamitjana

sumari

SERVEIS	02
EDITORIAL	03
PARLEM DE...	04
PARLEM AMB...	06
ACTUALITAT	09
ANEM A ESTUDI	36
ESPORTS	39
PÀGINES CENTRALS	44
MEDI AMBIENT	50
ENTRETENIMENTS	51
CURAR-SE EN SALUT	52
VIATGE	54
OPINIÓ	56
FEM UNA QUEIXALADA	58
EL REC CLAR PEL MÓN	59

CRÈDITS

Edita: Ajuntament de Vidreres

Consell de redacció: Ramon Garriga, Joan Martí,
Helena Xirgu, Francesc Aldrich, Josep Caimel,
David Amores.

Col·laboradors: Josep Formiga, Àngel Teixidor,
Josep Borrell, Assumpció Moré, Júlia Vilardell,
Narcís Gascons, Arnau Call, Joaquim Bayé, Damien
Biraud, Eduard Rico, Arià Bayé.

Foto portada: Jaume Mos

Impressió: Impremta Pagès

**Producció, coordinació periodística, disseny i
maquetació i correcció lingüística:**

Aida Fuentes
Francesc Ruhí
Gerard Vilaplana

Dipòsit legal . GI-235-98



Diputació de Girona

Algunes cares del coronavirus

Teniu a les mans el Rec Clar d'aquesta primavera. Una primavera, malauradament, inoblidable i que, a hores d'ara, no sabem fins quan durarà.

Abans de tot, des del Consell de redacció us volem explicar la rutina que tenim quan comencem a treballar per confeccionar els continguts i temes de la revista. Un cop el Rec Clar arriba als domicilis, s'esborra tot el contingut d'aquell número a les carpetes digitals on anem desant els articles. Esborrem allò fet, donem pas i deixem lloc perquè passin els nous continguts que formaran el proper número. I així, un número rere l'altre. Quan tenim les carpetes buides, sense contingut, alguns cops et preguntes: què passaria si les associacions, les escoles, el Centre Cívic, la Llar de jubilats, els clubs esportius...no enviessin cap article?

Doncs, és evident, que no hi hauria revista. Tanmateix, aquesta resposta, més o menys ràpidament, queda escombrada, perquè de mica en mica la revista es va alimentant, va creixent fins que arriba el dia de tancament. I a vegades, la criatura té més gruix, a vegades en té menys, a vegades té alguna errada i a vegades no en té cap. Per què us hem explicat això? Perquè alguns membres del Consell de Redacció, estàvem ben convençuts que ara sí, ara les carpetes es quedarien buides, les associacions, les escoles, el Centre Cívic, la Llar de jubilats, els clubs esportius...no enviarien article, no perquè no volguessin sinó perquè no podrien. Qui pot escriure un article per a la revista quan està confinat? O quan estàs pendent de la salut dels teus familiars, amics i coneguts de manera diària? O quan l'estat d'alarma i la quarantena ja dura més de quaranta dies? O bé quan ja no saps quina activitat pots fer amb els teus fills i filles? O quan portes massa dies sense poder treballar...?

Doncs alguns estàvem equivocats. Les carpetes no només no s'han quedat buides sinó que s'han omplert més que mai. I des del Consell de Redacció us volem donar les gràcies per la vostra col·laboració i implicació en la vostra revista. Moltes gràcies.

Aquest número, quan va arribar el seu dia de tancament, tenia molt bon aspecte, es veia un número que havia crescut a bon ritme, amb rècord de pàgines inclòs, però sobretot se li veu qualitat humana. Té escalf. Diverses associacions, grups, institucions i persones individuals han escrit, desinteressadament, sobre el Coronavirus. Des de la seva vessant respectiva, han aportat el seu coneixement i experiència per compartir la informació. De manera que trobareu un apartat especial sobre el Coronavirus dintre la secció d'actualitat. Hi podreu llegir des de les ajudes a pimes i autònoms, fins a la carta de Mn. Jordi Pascual, passant per un article de la immunòloga Elena Gómez i un de l'Àlex Sirera, a qui agraïm especialment el seu escrit sobre la seva experiència personal com a infectat pel COVID-19. Cuideu-vos, cuidem-nos. I com diu l'Àlex "hem de ser optimistes, positius i sobretot, fer les coses bé, a consciència".

El Consell de Redacció



+ REC CLAR

Descarrega't aquí la versió
interactiva del **Rec Clar!**
Amb continguts extres i
més info!



El llibre de comptes de la Confraria del Roser de Vidreres (1674-1808)

L'any 2012 el filòleg i estudiós gironí Pep Vila va informar al veí de Vidreres i arxiver de Lloret de Mar, Joaquim Daban, de que havia localitzat en un llibreter de llibres vells de Vic el llibre de comptes de la confraria del Roser de Vidreres, que comprenia dades entre els anys 1674 i 1808. Aquesta informació es traslladà a la regidora d'ensenyament i cultura, Genoveva Mor, i l'ajuntament decidí comprar el llibre. El qual fou exposat uns dies a la biblioteca municipal, i després ingressà a l'arxiu municipal que està dipositat a l'arxiu comarcal de la Selva, a Santa Coloma de Farners.

Les confraries religioses són associacions per fomentar el culte públic del propi patró, i practicar diverses obres de caritat i pietat, segons les prescripcions dels seus estatus. Les confraries del Roser es van estendre a partir del segle XVI en el marc de la contrareforma catòlica, i estaven dedicades al culte marià. En el segle XVIII la majoria d'esglésies parroquials del bisbat de Girona tenien una confraria del Roser.



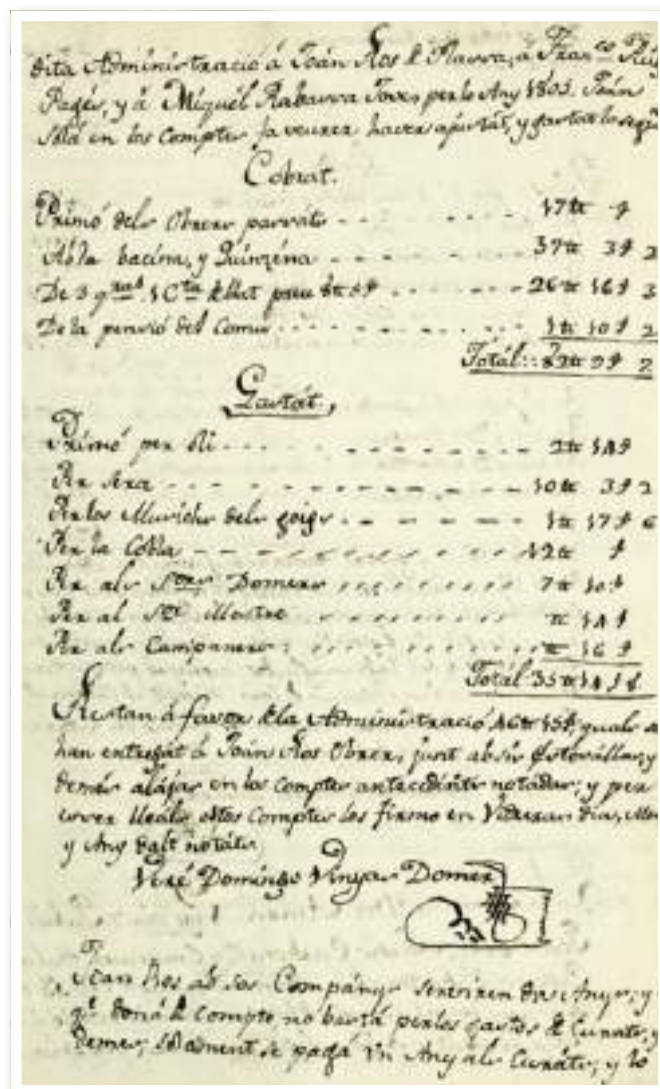
La primera dada de la confraria a Vidreres és del 1589 quan es donà llicència per celebrar missa al nou altar del Roser i als confreres per fer una capella on posar-lo. Aquesta capella es va beneir el 1598. Les confraries disposen de dos llibres per la seva gestió: un llibre on es relacionen els confreres, i un altre de comptes on s'anoten les despeses i ingressos que tenia cada any. En el cas de Vidreres només es conserva aquest segon.

Després de la guerra civil la imatge de la Verge del Roser estava situada en una capella de la part dreta en direcció a l'altar major.

(Procedència: Josep Formiga)

Un cop fet l'estudi del llibre de comptes es troben diverses aspectes a ressaltar. Cada any per gestionar la confraria s'anomenaven a dos homes anomenats obrers, que rendien comptes als obrers nous. La rendició de comptes no es feia en un dia fixe sinó que variava, així al llarg del 234 anys que abasta el llibre, es troben dates compreses entre els mesos de maig i octubre.

Un any normal les despeses comprenien els diners a pagar al rector o sacerdots que s'encarregaven de celebrar els diferents actes del Roser: les processons, les misses, les vespres i els goigs. Una altra partida import era la destinada a la cera i les llànties d'oli, que proporcionaven la il·luminació indispensable del culte, i també havien d'estar a disposició pels confreres que visitaven la capella individualment. També es pagava als campaners, als músics per la festa del Roser, al mestre pel la festa del Roser i per les professons de cada primer diumenge de mes, per les neules que es donaven per les festes de Nadal. De l'any 1745 al 1747 el músics eren de Blanes.



Liquidació de comptes de l'any 1805.

(Procedència: Josep Formiga)

El nombre de neules varià entre les 300 del 1775 i 1788, les 200 de 1745 a 1767, 150 el 1741 i 75 el 1803. El 1746 el campaner es deia Josep Romeu. El 1745 la cera es va comprar a Pius Estrada adroguer de Santa Coloma de Farners, el 1747 a Josep Baell i el 1754 a la botiga d'Alenyà de Tordera.

El ingressos ordinaris provenien de la venda de blat que donaven el confreres, les recol·lectes a través del bací, les quotes anuals per devolució de dos préstecs fets a l'ajuntament, per la revenda del refús de cera, i la quinzena. La confraria de Vidreres era de les anomenades de número en que quinze del confreres constituïen la junta i controlaven la confraria. A diferència dels altres confreres, havien de pagar anualment una quota, la quinzena, que els hi donava com a dret, gaudir d'un aniversari en el moment de la seva mort.



El 1693 aquest 15 confreres foren Salvador Castells, Pere Cornellà, Josep Francesc, Miquel Francesc, Iscle Fullà, Joan Fullà, Jaume Gener, Mateu Llobet, Francesc Masferrer, Josep Massa, Jaume Puig, Baldiri Raig, Josep Roca, Joan Roura i Jaume Tió,

Els diners, llibres i objectes religiosos es guardaven en una calaix de la caixa del la confraria tancat amb diverses claus que custodiaven diverses persones. Pel llibre de comptes s'han conegut el material litúrgic i joies que anà comprant la confraria al llarg dels segles, entre elles un imatge de plata de la Mare de Déu del Roser, 2 corones de plata amb pedres encastades; 2 anells d'or un amb perles i l'altre amb set pedres vermelles, 4 canelobres de llautó, estovalles, 1 pal·li de drap amb serrell, etc. El 1694 Marianna Vilar va donar uns corals amb tres fils. El 1704 van comprar a Feliu Bartomeu, argenter de Girona, 1 corona de plata i una alta de llautó. El 1753 es van comprar teles per confeccionar quatre garnatxes, vestit talar amb sobrecoll gran, cosits gratuïtament per Margarida Rosa i Lloreta.

El 1765 es va pagar la construcció d'un tabernacle a Josep Barnoya i Rius, escultor de Girona. Els Barnoya fou una destacada nissaga giro-nina d'escultors en fusta que exercí entre els segles XVII i XIX. En Josep Barnoya i Viñals, fill de l'anterior, a Vidreres el 1778 va fer un dos-ser per encàrrec del sr. Esteve Mazó i el 1786 l'església parroquial li pagà per una caixa amb ornaments per posar mitjos cossos i reliquiari. El tabernacle podia ser el sagrari, però en aquest cas es refereix a la caixa on es col·locava la verge del Roser guarnida amb vestits i joies per la processó mensual. Fou daurat per Gabriel Vidiella, daurador de Girona. També fou l'encarregat de daurar el retaule de Sant Elm a Lloret de Mar. Per guardar el tabernacle s'encarregà la construcció d'una armari a Joan Buadas. Tots aquest elements van costar 100 lliures, quan normalment les despeses anuals eren unes 30 lliures. Per fer-hi front altres confraries van ajudar amb 54 lliures i l'ajuntament va pagar 7 quotes endarrerides dels préstecs per import de 12 lliures. El 1776 es van gastar unes 130 lliures per la compra de diversos teixits a Girona i Barcelona per confeccionar per part del sastre Jaume Gros capes pluvials i casulles. El 1791 contribuï amb 36 lliures en la construcció de la nova església parroquial. Tot aquest mobiliari com la resta d'altars, vestimenta litúrgica i ornaments de l'església parroquial foren destruïts i cremats en esclatar la guerra civil el juliol del 1936.

Un cop acabada la guerra civil el 1939 l'església es va anar omplint d'altars i imatges, entre elles una Verge del Roser que estava situada en una de les capelles de la part dreta en sentit a l'altar major, actualment aquesta imatge no està exposada. Es va reprendre la festa del Roser que tenia lloc el tercer diumenge del mes de maig, amb la celebració de missa acompanyada d'orquestra, acabada la qual les noies de la confraria llençaven pètals de rosa a la plaça de la Església i tot seguit es ballaven sardanes. A la tarda se celebrava ball a la Sala de Baix. Aquesta festa fa dècades que ja no se celebra a Vidreres però sí a altres poblacions.

Josep Formiga i Bosch



Per la festa del Roser venia algun fotògraf i la gent aprofitava per retratar-se. En aquesta imatge del 1944 hi apareixen Carme Mazó, Teresa Mas i Dolors Alucó.

(Procedència: Montse Llobet)

Referències

1. Arxiu Diocesà de Girona, Lletres U-59-1011, llibre U-59, f. 223v.
2. Arxiu Diocesà de Girona, Lletres U-15-1417, llibre U-215, f. 74v.
3. Informació facilitada per Francesc Miralpeix Vilamala, historiador de l'art i professor de la Unirvesitat de Girona. Coautor juntament amb Gabriel Martín Roig del llibre Del taller a l'escola de Dibuix. Josep Barnoya Viñals i el "Llibre de comptes de todas las faynas que tinch ajustadas (1773-1816)".
4. Informació facilitada Lúdia Daranas que l'explicà la seva tia Dolors Pla i Vilà, Juanita Jovanet i Calvet, i Vicenç Mateu i Serra. Juanita Jovanet.

Parlem amb: Arnau Call



Què fa un vidrerenc al Japó?

Aquesta pregunta me l'he feta moltes vegades, sobretot quan estava al Japó. La veritat és que és un país on no hauria pensat mai d'anar. Tot va començar quan durant la realització de la meua tesi doctoral vaig participar en un congrés de Honolulu (Hawaii). Quan vaig acabar la xerrada sobre la meua recerca, el científic japonès responsable d'organitzar la sessió se'm va presentar i em va proposar anar a sopar perquè em volia fer una proposta de treball. I bé, durant el sopar em va preguntar si estaria interessat a continuar la meua recerca en forma de postdoctorat al Japó. Realment la proposta era molt llaminera: em facilitava tota la infraestructura, m'oferia estudiants de màster i doctorat perquè em donessin un cop de mà i el que per mi era el més important: poder realitzar el projecte que jo volgués. Sorprès per la proposta, li vagi comentar que era una decisió molt important i que necessitava meditar-la bé, no només perquè representava passar uns anys lluny de casa, sinó que, a més a més, Japó era un país molt diferent per la seva cultura, llengua i costums totalment diferents dels que jo estava acostumat. Conscient de la dificultat de prendre una decisió com aquesta, em va convidar anar al Japó dues setmanes perquè pogués veure com era aquest país tan desconegut per a mi, com serien els meus futurs companys de feina i, sobretot, com era el laboratori en el qual hauria de treballar. I així va ser. Aquesta visita em va canviar la perspectiva que tenia del Japó. Em vaig adonar que el que tenia al davant era una gran oportunitat que no podia deixar escapar. M'oferia la possibilitat d'enriquir-me científicament i personalment. De ben segur que, en treballar en un país tan diferent i avançat com és el Japó, podria aprendre moltes coses i podria ser una experiència extraordinària. A més a més, durant aquesta visita al Japó vaig descobrir l'amabilitat, l'hospitalitat i la gastronomia japonesa i, com et pots imaginar, em van acabar d'ajudar per dir: "sí, vaig cap al Japó!".

Què destaqués de la teua estada?

De la meua estada de tres anys al Japó et podria explicar mil i una coses. Segurament el que em va marcar més va ser la dificultat inicial per adaptar-me a viure i treballar al Japó, perquè és tot molt diferent. Realment no va ser gens fàcil realitzar un projecte científic des de zero tenint en compte, per exemple, que alguns ordinadors en què havia de treballar estaven en idioma japonès. Realment la meua ignorància de l'idioma va ser una barrera molt gran. Malgrat això, crec que el fet que no fos gens fàcil em va ajudar a ser més fort com a persona, a no tirar la tovallola davant les dificultats i que davant d'un problema un s'ha d'espavilar per trobar solucions i seguir endavant. Crec sincerament que aquesta etapa m'ha posat a prova i ara em sento més fort i preparat com a científic i com a persona. No vaig tardar a entendre una frase que em varen dir abans de marxar: "si superes viure al Japó, quedes immunitzat per a qualsevol circumstància".

També puc destacar moltes més coses. Deixant de banda la rica i variada gastronomia japonesa, em va impactar molt la manera de relacionar-se que tenen els japonesos. Ells entenen l'amistat i la relació amb els companys de feina de manera molt diferent de la nostra. Aquest fet em va costar bastant d'entendre i vaig necessitar uns quants mesos per trobar l'estratègia d'encaixar en la societat japonesa.

A banda de tot això, el que m'agradaria destacar més és que el Japó és un país extraordinari, capdavanter en moltes coses, on tot funciona a la perfecció sense que a vegades entenguis "el perquè ho fan així". Però funciona. És dels països més segurs i nets del món, i amb indrets espectaculars. Això sí, és un país de normes per a tot! Animo a tothom a visitar-lo perquè val la pena.

Fins ara has estat fent una recerca postdoctoral. Què has investigat?

La meua recerca està dins del marc de la fotosíntesi artificial. Alguns em preguntareu, què és això de la fotosíntesi artificial? Doncs bàsicament és imitar de manera artificial la fotosíntesi natural de les plantes verdes: a partir de diòxid de carboni (CO₂) de l'aire i aigua (que absorbeixen a través de les arrels) produeixen carbohidrats i oxigen utilitzant la llum solar. Probablement aquesta reacció química és la més important de la natura. Per tant, podríem dir que la fotosíntesi artificial inclou tots els processos químics que, inspirats en el procés natural, pretén utilitzar l'energia solar per fer nous productes rics en energia. Els nous enllaços químics que es generen en aquest procés emmagatzemen aquesta energia. D'aquesta manera podem emmagatzemar l'energia solar de forma neta, segura i eficient. Imaginem-nos tot el que podríem aconseguir si poguéssim controlar aquest procés. Podríem obtenir gran quantitat de productes orgànics útils per les nostres necessitats utilitzant l'energia lluminosa, evitant així l'ús de combustibles fòssils (petroli, carbó...) i, al mateix temps, utilitzant el diòxid de carboni de l'atmosfera com a font de carboni! Imaginem-nos que poguéssim produir medicaments, plàstics biodegradables, aliments... de forma completament neta a partir del diòxid de carboni que hem generat amb la combustió del petroli.



Gisela Bigas



Seria donar-li una utilitat a aquest gas que tants problemes mediamambientals i climàtics ens està causant. Seria ideal des del punt de vista pràctic, econòmic i ecològic, però no és gens fàcil.

És tant la importància d'aquest procés que actualment s'estan invertint molts diners en aquesta investigació. La idea no és reemplaçar les plantes, perquè les plantes són els reactors fotoquímics més eficients que hi ha, i prou falta que fan, sinó redirigir el nostre model energètic i industrial. Tot això canviaria el paradigma energètic actual i podríem trobar-hi multitud d'aplicacions de forma ambientalment sostenible.

Per tant, la nostra tasca com a químics comença per la part més elemental: estudiar els àtoms i les molècules, per tal de dissenyar i desenvolupar nous sistemes fotoquímics que permetin capturar la llum i utilitzar-la per activar altres sistemes que permetin convertir el diòxid de carboni en un producte útil. La nostra recerca és ciència elemental. En ser un primer pas, no ens interessa fer un sistema que ja sigui molt eficient, sinó que ens centrem a estudiar quin paper juga l'estructura molecular en l'activitat, en entendre com reaccionen les molècules, quins factors clau controlen els processos químics, com es mouen els electrons en les reaccions, com ho podem modular, etc. Aquesta informació bàsica pot servir més endavant (a altres investigadors) per entendre i millorar sistemes funcionals. Com que aquest camp és molt extens i complex, és important estudiar els diferents processos que hi intervenen per separat. D'aquesta manera, un cop optimitzats, es podran ajuntar en un futur.

Durant la meua estada postdoctoral al Japó m'he centrat a desenvolupar nous catalitzadors basats en el metall cobalt que permetin transformar el diòxid de carboni en monòxid de carboni (CO) mitjançant la llum. És una petita peça dins de tot el trencaclosques de la fotosíntesi artificial, però cabdal. Vull aclarir que un catalitzador és una molècula que dissenyem els químics que fa una transformació química. Sense aquest catalitzador les reaccions anirien molt lentes o no es produirien. Per tant, modificant el catalitzador, podem millorar l'eficiència del procés i el tipus de producte. I aquesta és la meua feina, estudiar els catalitzadors.

Tot i que abans d'iniciar la meua estada no havia treballat en processos de transformació del diòxid de carboni, els meus coneixements previs dins del camp em van permetre endinsar-me en aquesta nova química. A més a més, he tingut l'oportunitat d'aprendre tècniques noves i d'interpretar i raonar els resultats des d'un punt de vista diferent. N'estic molt content de l'experiència i dels resultats obtinguts.

També has realitzat altres estades de recerca externes. A on i què vas investigar?

Gràcies a una beca que vaig obtenir durant el doctorat, vaig poder realitzar la meua primera estada a Phoenix, a Arizona (Estats Units), durant tres mesos. A Arizona State University hi vaig realitzar un projecte de disseny i creació d'enzims artificials. El nostre cos, per exemple, funciona a base de complexes reaccions bioquímiques catalitzades per enzims. Cada enzim té una funció concreta en el nostre organisme i està format per una part proteica que protegeix i per un centre a on és dur a terme la reacció bioquímica. Inspirats en aquests sistemes naturals, la nostra idea va ser introduir i unir un catalitzador que prèviament havia desenvolupat per produir hidrogen a partir de l'aigua, a dins d'una proteïna. D'aquesta manera el catalitzador podria dur a terme la seva activitat dins d'un entorn proteic, creant així una espècie d'enzim artificial per produir hidrogen (que és un combustible net). A la natura existeixen diferents enzims capaços de produir hidrogen. El nostre enzim artificial, en canvi, suposava un enzim completament diferent dels ja presents a la natura, i funcionava! Quan aquest enzim l'il·luminaves, generava hidrogen que podies veure en forma de bombolles a l'aigua. Va ser molt emocionant el dia que ho vaig veure. Tant és així, que l'emoció em va fer perdre enmig de Phoenix quan aquell dia tornava a casa amb la bici! Aquest treball ens va portar molta feina i es va publicar finalment l'any passat a la revista ACS Catalysis. Espero que aquest treball serveixi per a futures investigacions.

Per últim, també vaig realitzar una estada de dos anys a l'Institut Català d'Investigació Química (ICIQ, Tarragona), on vaig realitzar els meus últims estudis del doctorat. Va ser una gran experiència, perquè l'ICIQ és un centre de referència a escala mundial i, a banda d'aprendre molt, vaig fer grans amistats. Durant aquesta estada també vaig desenvolupar catalitzadors per dur a terme transformacions químiques a partir de la llum, d'on vam descobrir una nova transformació química que obre una nova àrea d'investigació dins de la fotosíntesi artificial. Probablement és el meu descobriment com a científic més important que he fet fins ara. Part d'aquests resultats ja estan publicats i tenim alguns estudis en procés de patentar.

D'on ve la teua vocació per la química i la recerca?

Realment ve de ben petit, ja que sempre m'agradava fer experiments, provar, descobrir coses noves, barrejar per veure què passava... Això m'apassionava. A casa tenia el meu petit laboratori rudimentari. Sempre estava explorant coses noves i alguna vegada el resultat va ser desastrós per a les meves mans. Quan vaig acabar el batxillerat vaig tenir molt clar que el que m'agradava era la química, i és el que vaig triar. Realment durant la carrera, poca recerca pròpia vaig poder fer,



ja que la majoria d'assignatures eren teòriques. Quan vaig iniciar els estudis de màster em vaig adonar que el que t'expliquen a classe no és tan senzill i que, les reaccions químiques són molt més complexes del que m'imaginava. I com que hi ha infinitat de combinacions entre molècules, els productes que pots formar són infinits. Només falta trobar la combinació adequada pel que vols fer. I això a mi m'apassiona perquè és un repte i durant aquesta experimentació pots descobrir altres coses que no t'esperes. Moltes vegades el que trobes per serendipitat és més important que el que estàs buscant.



Has viatjat molt. Amb quin indret del món et quedes?

Tot i que les Filipines em van agradar molt, em quedo amb el Japó, ja que m'ha marcat una etapa molt important en la vida. He pogut visitar els racons més inhòspits de les illes de Kyushu, i he recorregut les ciutats més importants de la gran illa de Honshu (com Hiroshima, Osaka, Kioto, Nara, Nagoya, Sendai i Tòquio), així com els espais més allunyats de les metròpolis (Mont Fuji, Shirakawago, Nikko...). També he pogut visitar l'illa de Hokkaido i les illes d'Okinawa. Tot plegat m'ha proporcionat una visió global de la gran diversitat gastronòmica, cultural, arquitectònica i natural d'aquest magnífic país.

Vidrerenc autèntic, perquè també ets ranxer!

Sí, per a mi ser ranxer de Vidreres és un honor molt gran, perquè com tots sabeu, el Ranxo és la tradició més important del nostre poble i que s'ha dut a terme ininterrompudament durant més de cent d'anys. Estic molt content de poder participar en aquesta festa i formar part d'aquest equip extraordinari de ranxers i ranxeres.

Quan fa que estàs vinculat amb el Ranxo?

Aquest any ha fet onze anys. Quan tenia divuit anys, un dels actes del pubillatge era participar en la festa del Ranxo. Personalment la vaig viure molt i vaig pensar que aquesta experiència la volia repetir més vegades. Va ser quan juntament amb dues amigues, l'Anna i la Sandra, vàrem demanar poder entrar a la Comissió del Ranxo. Després d'una època de prova, finalment ens varen acceptar com a ranxers.

I fins al dia d'avui.

En quin estat de salut està la tradició del ranxo? Teniu joves ranxers?

L'estat de salut és molt i molt bo. Som un grup de ranxers i ranxeres molt divers, amb una franja d'edat molt àmplia, que sent la festa amb el cor i que s'implica al màxim de manera altruista. És emocionant veure com el poble s'implica per tirar endavant aquesta festa. Esperem que segueixi així molts més anys.

Quan jo vaig començar, la veritat és que érem pocs joves dins de la Comissió. A mesura que han anat passant els anys, ha tingut una bona incorporació de jovent amb empena. Això garanteix que el Ranxo tingui un futur assegurat. Tenim ganes de seguir endavant i continuar amb l'esperit i els valors que ens han transmès els ranxers amb més anys d'experiència. Aquesta diversitat que hi ha al Ranxo, tant pel que fa a les edats com en la forma de veure i fer les coses, enriqueix molt com a grup.

Triomfaria una tradició com el Ranxo al Japó?

La festa del Ranxo triomfaria al Japó, i molt! El Ranxo, tal com l'entenen aquí, no es celebra al Japó, però sí que elaboren un tipus d'escudella amb fideus anomenada ramen. Per exemple, a la ciutat on jo vivia, a Fukuoka, el seu ramen típic era el ramen d'ossos de porc, anomenat tonkotsu ramen o Hakata ramen. La idea és similar; és a dir, bullir lentament i durant moltes hores els ossos i afegir-hi els altres ingredients. Per tant, és un cuinat comparable a les escudelles, ranxos i sopes que elaborem a Catalunya.

De fet, recordo que vaig visitar un poblet de les illes d'Okinawa on també elaboraven un tipus d'escudella en una perola d'aram! Desconec si l'origen també es remunta a èpoques medievals. El que sí que no en tinc cap dubte és que coneixent l'interès que tenen els japonesos per la gastronomia, de ben segur que si celebréssim el Ranxo al Japó, seria un gran èxit!

Alguna recomanació pels joves que es volen dedicar a la ciència?

La meua principal recomanació és que estudiïn el que els agradi i que, sobretot, entenguin els conceptes. Una feina que es fa a gust i amb il·lusió sempre es fa molt millor. També recomanaria que no renunciïn mai a aprendre coses noves i que, si poden, que facin una estada en un país estranger. Sempre és molt enriquidor i aprens noves formes de treballar. Per últim, pels que estiguin interessats a fer recerca, recomanaria que no perdin mai la curiositat, que no deixin de preguntar-se el perquè de les coses, per més insignificants que siguin. En tota recerca sempre s'ha de posar molta atenció, fins i tot quan no s'obté un resultat previst, ja que en pots aprendre i descobrir moltes coses. Mai s'han de tenir prejudicis ni valoracions negatives abans de fer comprovacions i, òbviament, no voler córrer. Per últim, no oblidar que al cap i a la fi, som persones, i un dels pilars de la nostra feina ha de ser ajudar a fer un món millor.



Ajuntament de
Vidreres

Serveis d'emprenedoria de l'Ajuntament de Vidreres



Línies de subvencions per al comerç, l'artesania i la moda

El Departament d'Empresa i Coneixement ha activat un paquet de subvencions destinades a empreses del comerç al detall, artesania i moda, especialment aquelles que han estat obligades al tancament arran de l'estat d'alarma. Els ajuts se centren en finançar el cost de les actuacions i inversions necessàries per a reprendre l'activitat. Per a més informació cliqueu aquí.

Ajut per a microempreses i professionals del sector turístic

El mateix Departament d'Empresa i Coneixement ha activat una línia d'ajuda per a professionals i microempreses del sector turístic, afectades pel COVID-19. Es tracta d'un ajut de 2.500€ en un únic pagament destinat a establiments d'allotjament turístic, guies de turisme, empreses turístiques de mediació, agència de viatges, DMC, OPC, establiments i activitats d'interès turístic. Aquest ajut es compatible amb qualsevol altre, a excepció d'aquells que hagin estat per motiu de tancament definitiu de l'activitat. Per més informació cliqueu aquí.

Flexibilitat en el pagament de les quotes de la Seguretat Social per empreses i autònoms

El Consell de Ministres, a 31 de març, a aprovat una moratòria de 6 mesos en el pagament de les quotes de la Seguretat Social. La sol·licitud s'haurà de fer durant els primers 10 dies naturals del mes d'abril. D'altra banda, es flexibilitza l'accés a la percepció de la prestació extraordinària per cessament de l'activitat als professionals del camp i la cultura. Per veure altres mesures acordades cliqueu aquí.

Declaració responsable per als treballadors de sectors essencials
El Ministeri de Sanitat ha publicat com annex al Reial Decret - llei 10/2020, de 29 de març, la declaració responsable que les empreses de serveis essencials hauran d'emetre als seus treballadors i que aquests hauran de dur a sobre quan es desplacin al seu lloc de treball. Per més informació cliqueu aquí.

Sol·licitud de la compensació econòmica de fins a 2.000 € per treballadors autònoms

El Departament de Treball, Afers Socials i Famílies ha obert una convocatòria d'ajuts per als treballadors autònoms - persones físiques - que acreditin una reducció dràstica i involuntària de la seva facturació durant el mes de març, per culpa del COVID-19. Des de principis d'abril es podran sol·licitar l'ajut econòmic fins un màxim de 2.000 €, a través del següent link.



Línies tresoreria COVID-19

ASSOCIACIÓ GIRONINA D'ORIENTACIÓ EMPRESARIAL



Línia extraordinària liquiditat 100%

AVALIS



Préstec circulant:

- L'entitat concedeix el préstec i Avalis garanteix el 100%

Termini del préstec:

- Entre 24 i 60 mesos podent incloure fins a 12 mesos de carència.

Préstec entitat financera:

- Entre 50.000 € i 1MM €

Garantia:

- Aval d'Avalis pel 100% de l'operació (Subjecte a 1% d'adquisició del capital "mutualitat").

Comissió de l'aval
0,65% anual

+

Preu màxim entitat
EUR + 2,35%

=

Preu màxim total
EUR + 3,00%

Sense comissió d'obertura ni amortització anticipada per part d'Avalis o entitat

Condicionants:

- Compromís manteniment llocs de treball (no ERO's, si ERTO's)
- Addicionalitat. No reducció línies ni amortitzacions anticipades.
- Fons que aporta el banc triat per l'empresa.
- Línia de tresoreria addicional, sense reducció dels límits en vigor.

Delegació Comercial Comarques Gironines:

vicenc.ribas@avalis.cat



ICF Avalis liquiditat COVID 19

ICF - INSTITUT CATALÀ DE FINANCES



Institut Català
de Finances

Préstec amb aval del 100% d'Avalis de Catalunya per cobrir les necessitats de liquiditat de les pimes catalanes a conseqüència de la situació derivada del COVID-19. Les empreses s'hauran de comprometre a mantenir llocs de treball.

PRÉSTECES I.C.F.

Condicions financeres



Import:

- Entre 50.000€ i fins a 1M€, amb l'aval d'Avalis pel 100% del principal.

Termini:

- Entre 2 i 5 anys amb fins a 1 any de carència inclòs.

Interès:

- EURIBOR a 12 mesos més un diferencial del 1,85%.

Comissions:

- Per part d'Avalis, Comissió d'Administració i Risc (CAiR) del 0,65% anual. Sense comissió d'obertura, d'estudi ni de cancel·lació anticipada.

Mes informació a:

<http://www.icf.cat/ca/productes-financers/prestecs/icf-avalis-liquiditat-covid-19/>

Caixabank - Nova línia ICO Covid-19 Préstecs

ICO - INSTITUTO DE CRÉDITO OFICIAL



Les principals característiques d'aquesta nova línia, que està dotada amb 20.000 milions d'euros, són:

Públic Objectiu:

- Autònoms, microempreses i empreses de tots els sectors econòmics.

Finalitat:

- Necessitats de tresoreria (pagament salaris, factures, circulant, obligacions financeres i tributàries,...)

Termini:

- A escollir entre 1 i 5 anys, incloent 1 any de carència

Tipus d'Interès:

- Definit per ICO segons Conveni i tipologia de client

Sense comissions d'obertura ni amortització:

- Sense comissions d'Obertura i Estudi i Comissió d'amortització anticipada de l' 1%.

Plaços	Carència	TAE
1 any	Sense carència	2.346
1 any	1 any de carència	2.346
2 anys	Sense carència	4.097
3 anys	Sense carència	4.097
4 anys	Sense carència	4.097
5 anys	Sense carència	4.407

Hi ha dos línies ICO d'aval per donar suport a la situació derivada del Covid-19:

ICO COVID-19
ICO AVALS COVID-19

La primera no té comissió de formalització i si cancel·lació anticipada.

La segona poden aplicar la comissió d'obertura o estudi en funció del que determini cada banc.

Espai Jove Can Torronet



El mes de març estava carregat d'activitats xules, però vam haver de tancar l'Espai Jove per ordre de les institucions a causa de la pandèmia del COVID-19, el coronavirus.

Vam començar el mes amb un Mural pel Dia de la Dona, facilitat des de la Regidoria de la Dona de l'Ajuntament. Els/les joves havien de respondre quatre preguntes:

- 1) És la societat actual feminista?
- 2) Són els homes i les dones iguals?
- 3) Quin és l'objectiu del feminisme?
- 4) Per què es celebra el Dia Internacional de la Dona?

A més a més, des de l'Ajuntament, se'ns va demanar col·laboració amb la realització de 200 punts de llibre, per donar a les activitats fetes el cap de setmana 7 i 8 de març, arrel del dia Internacional de la Dona.

Així doncs, durant dos dies, vam fer el "Taller de Punts de llibre pel dia Internacional de la Dona". Vam triar entre tots i totes 7 frases que creiem adients i les vam plasmar en els punts de llibre:

- a) Si tu ens eduques igual, serem iguals.
- b) Ens volem vives.
- c) De camí a casa vull ser lliure no valenta.
- d) El feminisme és la idea radical de que les dones som persones.
- e) La igualtat és l'ànima de la llibertat.
- f) No soc la teva dona, soc la meva.
- g) El masclisme és la por dels homes a les dones sense por.

El dijous 5 de març vam fer la Sortida a la Bolera de Salt, en la qual vam ser 16 joves. Els/les joves van jugar en 3 pistes i després van tenir temps lliure per anar a berenar i mirar botigues a l'Espai Gironès. A més a més, a la bolera, vam rebre la visita de la dinamitzadora que esta de baixa per maternitat, la qual va venir amb la seva recent filla, l'Arlet. Els joves la van rebre amb molta emoció i alegria ja que feia temps que no la veien.



En els guanyadors de cada partida, se'ls hi van donar 2 tiquets per jugar dues partides gratuïtes a la mateixa bolera qualsevol dia abans del 13 de març. A més a més, el divendres 6 de març, un grup reduït de joves van portar cartrons i vam preparar entre totes cartells i pancartes per portar a la manifestació de Girona el diumenge dia 8 de març Dia de la Dona.

Aquella setmana, els mitjans van fer un alt ressò de la pandèmia que s'estava expandint per tot el món a causa del COVID-19, el coronavirus, i l'afluència dels joves va ser més baixa. Tot i així, com que les temperatures eren més elevades i ja començava a fer calor, els joves que van venir, van fer ball i esport a la terrassa de l'Espai Jove.

El dijous 12 de març, les institucions van informar que l'Espai Jove tancava fins a nou avis, en principi fins el dia 30 de març, a causa de la pandèmia mundial.

El divendres 13 de març, arran de la pandèmia mundial pel COVID-19, el virus anomenat coronavirus, l'Espai Jove, seguint les indicacions de les institucions va tancar les seves portes.

La setmana següent, el dilluns i el dimarts, es va mantenir el contacte amb els joves via Instagram, ja que l'estat espanyol va declarar l'estat d'alarma i tota la població es va haver de confinar a casa. Es va crear una gimcana online, on es proposaven activitats cada dia.

Així doncs, la gimcana online va començar el dimecres 18 i consistia en fer 8 proves, una cada dia de la resta de setmana, i de la setmana següent. Els i les participants obtenien 5 punts per fer-la i 10 punts si guanyaven, i havien de enviar el resultat via Instagram. Hi van haver premis pels 3 primers classificats:

- 1er, val de 30 euros a comerç del poble
- 2n, val de 20 euros a comerç del poble
- 3r, val de 10 euros a comerç del poble

Les activitats van ser les següents:

- 1) Fer el màxim de tocs amb 10 segons amb la mà amb un rotlló de paper de vàter.
- 2) Buscar per casa el producte (menjar, beure, medicament...) amb la data de caducitat més antiga.
- 3) Triar entres una de les tres opcions, la més original seria la guanyadora:
 - a. Fer una rima de l'estil d'una #BatallaDeGallos.
 - b. Fer un ritme fent "Beat Box".
 - c. Fer un poema de 4 o 8 línies sobre el que estàvem vivint (Coronavirus, Confinament, Espai Jove Online...).
 - d. Fer un ball sol/a o amb algú de la família.
- 4) Fer un ball amb algun familiar o sol/a.
- 5) Fer un dibuix, i el que fos més original guanyaria la prova.
- 6) Respondre un qüestionari de 10 preguntes sobre l'Espai Jove.
- 7) Fer un plat de menjar.
- 8) Mirar un vídeo sobre processos migratoris (Documental 18+1 – capítol 1) i enviar a la dinamitzadora una reflexió.



Centre Cívic de
Vidreres



Els/les 3 primers classificats/es de la gimcana online. En primera posició i guanyador del val de 30€ per gastar en qualsevol establiment de Vidreres va quedar en Pol Romero, en segona posició i guanyadora de 20€ la Kristina Kovshova, i en tercera posició i guanyadores de 10€ cada una ja que van empatar, l'Andrea Sánchez i la Carla Moyano. Els premis, s'entregaran un cop acabi el confinament, el primer dia d'obertura de l'Espai Jove.

Així mateix, durant els dies de confinament també els hi vam recomanar als joves diferents recursos com la pàgina web de "Radio Garden", en la qual pots escoltar la radio del món que vulguis, amb cents de ràdios a triar de tot el món, l'obra de teatre "Plou a cobert" oberta a tothom via Youtube, i es va recordar que no hi érem físicament, però si online, i estàvem allà per qualsevol dubte o inquietud que tinguessin. També se'ls va proposar de fer un Scape Room que feien online i gratuït des del compte d'Instagram de @exitroomescape, o el llibre "Ocell Blanc de R.J.Palacio" que van recomanar des del compte de la Biblioteca municipal (@bibvidreres).

Per últim, l'últim dia abans de les vacances de setmana santa, es va fer un "Directe" per Instagram, amb l'actual dinamitzadora i la dinamitzadora de baixa per maternitat, on es va parlar amb els joves sobre música, sobre la sèrie de tv3 "Les de l'Hockey", i se'ls/les va recordar que l'Espai Jove seguia en marxa tot i el confinament, i que podien comptar amb l'acompanyament i el suport de la dinamitzadora en l'horari habitual de l'Espai Jove, això si, essent responsables i de manera virtual i #desdecasa.

El confinament de l'EOC

Des del 13 de març que la situació va canviar, tot l'equip ens vam reunir per poder plantejar el funcionament de les activitats. Així que via xarxes socials i correu electrònic vam iniciar-nos en aquest ambient del teletreball. Havíem d'aconseguir arribar al màxim nombre de famílies possibles i aquests eren els canals que teníem a l'abast per oferir-los no desprendre'ns de l'EOC.



L'EOC és un espai d'orientació cultural, on treballem amb tres disciplines: les arts plàstiques, les arts escèniques i psicomotricitat i la música. Mitjançant el joc, els infants aprenen diferents aspectes de les tres disciplines. Així que a simple vista i només d'una repassada a la definició del projecte, sembla força difícil plantejar quelcom que permeti a les famílies realitzar les activitats i no perdre el contacte entre infants i les professionals.

Després de la poca eficàcia del correu, amb l'equip vam decidir muntar diferents grups de Whatsapp, dividits per grups de P3, P4 i P5, i així comunicar-nos de manera més propera.

Els dilluns fem les propostes d'arts escèniques i psicomotricitat. Des de l'equip vam plantejar aquesta disciplina com la de "moure's a casa", i per tant proposar activitats dinàmiques i de molt moviment.

Per poder transmetre-ho no ens quedava una altra que fer vídeos vistosos i que també tinguessin aquest componen de les arts escèniques, així que fins ara hem fet un campionat de punteria amb paper de vàter i d'espies de veritat.

Els dimecres fem les propostes d'arts plàstiques, i ho fem mitjançant un vídeo explicatiu per seguir els passos fins aconseguir el resultat final, com un Art Attack des del mòbil. Hem fet propostes de tot tipus: des de representar la família amb rotllos de paper de vàter, fer un peix de colors o dibuixar un regal amb una sorpresa a dins. Us sorprendria com de creatius i creatives som a l'EOC!

I per últim, els divendres llancem la proposta de música. I seguim el mateix mètode, un vídeo explicant l'activitat amb una proposta escrita per fer les activitats. Des de construir instruments, picar ritmes, seguir una cançó fent-la ràpida i lenta..

Sense la participació de les famílies les nostres propostes no transcendirien massa, però amb l'ajuda de tots i totes hem aconseguit mantenir el vincle amb els infants, que era un dels nostres objectius, així com que es puguin seguir enriquint d'activitats més lúdiques, com les de l'EOC, però en un context familiar.



El Centre Obert confinat

Al Centre Obert de Vidreres treballem dia rere dia en contacte amb els infants, joves i famílies que venen de les diferents escoles de primària i l'institut. Dos dies a la setmana amb cada grup que al final desencana en una gran família. Ara ens ha tocat separar-nos per poder-nos agafar amb més ganes a la tornada! I per això, tot l'equip s'ha reinventat per poder mantenir aquest vincle tan prevuat que hem anat forjant durant tot el curs.

Amb l'enllaç dels tallers, que els realitzem amb les famílies durant tot el curs, hem fet grups de whatsapp per poder comunicar-nos amb els infants i joves. Tenint en compte que la tasca del Centre Obert és crear hàbits i acompanyar els nostres usuaris en un creixement personal, hem fet un recorregut per activitats que tinguessin sentit en el context el qual treballem. Des dels challenges més virals de la xarxa, com fer experiments de com reacciona el virus davant el sabó de mans, o fins i tot que ens enviessin una foto amb la seva família amb qui estaven passant el confinament. Així doncs, va quedar ben clar que amb la resposta que van anar mostrant, ens van deixar clar les ganes i entusiasme per participar, i també, de fer noves propostes, hem fet fins i tot una mascareta!



Ara que comença el nou trimestre, hem fet un nou plantejament, la part de l'acompanyament a les famílies, i els hàbits acadèmics. I les professionals hem passat a ser un recolzament en un aspecte més de les seves vides, igual que fèiem presencialment, per donar una empenta en aquest procés d'aprenentatge nou i molt diferent al que teníem fins ara.

Tanmateix, seguim fent propostes lúdiques mitjançant vídeos i ells i elles també ens responen, i així, com a mínim, ens podem anar veient les cares. Intentem divertir-nos essent conscients de la situació que vivim. Una oportunitat més d'aprendre coses noves.





Centre Cívic de
Vidreres

El CFA de Vidreres es confina, però no s'atura!



El COVID-19 ens ha obligat a romandre a casa durant setmanes i a tancar les portes de Can Xiberta, però això no vol dir que s'hagi acabat l'activitat a l'Escola d'adults, sinó tot el contrari.

Ara més que mai, ens hem posat les piles i tots els professors del CFA de Vidreres hem buscat noves vies per comunicar-nos i estar en contacte amb els alumnes: WhatsApp, Mail, Moodle, videotrucades...

Des del dia 13 de març ens hem hagut de replantejar com seguir amb les classes i amb les activitats que estàvem fent fins al moment del tancament, ja que hem passat d'estar en una aula amb una pissarra al menjador de casa amb el mòbil o l'ordinador.

Aquestes primeres setmanes, tant alumnes com professors, ens hem anat adaptant a la situació: alguns grups han fet classes per videoconferències, altres han fet activitats a través del WhatsApp o correu electrònic, altres es comuniquen i treballen mitjançant el Moodle de l'escola...

A partir del 14 d'abril, intentarem fer la majoria de classes en línia, així tornarem a la rutina amb l'horari habitual de les classes. Som conscients que hi haurà algun curs que no es podrà fer per videoconferència, ja sigui perquè no tothom disposa de la tecnologia adequada o, simplement, per les necessitats del grup.



Malgrat tot, el que tenim clar és que volem arribar a tothom i, per tant, farem tot el que sigui possible per atendre les necessitats dels nostres alumnes i ajudar-los a seguir formant-se i a preparar-se per les proves finals i/o externes.

Seguim...





Arts plàstiques

Des de l'Escola d'Arts Plàstiques de Vidreres, ens hem adaptat a la nova situació en la qual ens trobem. En el cas de la plàstica, hem de dir, que hi ha molts motius que són molt interessants per practicar, en dies de confinament.

Mitjançant el dibuix i la pintura, es poden expressar quantitat d'emocions i sentiments, que moltes vegades no són senzills de comunicar verbalment.

Té molts beneficis físics i mentals, tant per nens com per adults, que ens permet comunicar-nos en un llenguatge diferent i que ens allibera en condicions adverses.

És per això, que aquestes primeres setmanes a casa, hem intentat estirar del fil de l'activitat individual, i deixar que cada alumne, des del seu entorn, segurament ple de possibilitats, estimuli la seva part creativa. Això els permet aïllar-se positivament de la realitat i que a la vegada els genera un descans mental.

Tots els grups han participat amb dibuixos de totes les tècniques, olis, acrílics, aquarel·les o llapis, obtenint un molt bon resultat final.

Amb els més petits, ha estat senzill cridar-los l'atenció, dibuixant el que veuen des de la finestra o terrat, fins a pintar amb cafè, com a pigment natural, ja que hem de treure rendiment a tot el que tenim a casa.

Per tant, aconsello a tots els que us agradi la Plàstica, a dedicar-hi unes hores i comprovar que el temps passa sense donar-nos.



Confinament amb l'escola de música

Tots som coneixedors que estem davant d'un moment excepcional donada la pandèmia del COVID -19, això ha fet que totes les famílies, alumnes i professors de l'Escola Municipal de Música de Vidreres estiguem confinats a casa.

És un moment complexa per tothom a nivell personal, familiar i laboral. Els professors de l'EMM de Vidreres, Sils i Hostalric creiem que ara tots necessitem sumar esforços per poder seguir atenent a les persones que més ho necessiten. Tots nosaltres tenim dies forts, dies fluïdos, dies grisos però hem de poder donar una mica de color a tot això que està passant.

Els Ajuntaments de Vidreres, Sils i Hostalric han fet una aposta per la cultura musical dels seus municipis i han decidit que els professors facin classes de música on-line i d'aquesta forma els alumnes poden continuar gaudint de la música.

Des del 13 de març tot el professorat de l'escola de música s'esforça per acompanyar, jugar i educar musicalment als alumnes mitjançant ordinadors, tauletes, telèfons, etc. Tot això és una oportunitat perquè professors i alumnes vegin que totes aquestes tecnologies també poden ser una eina d'aprenentatge que ajuden als alumnes a ser més autònoms i a aprendre de les seves capacitats i possibilitats.

Cada setmana els alumnes de P3, P4 i P5 (EOC i sensibilització) reben per correu electrònic, o whatsapp diferents vídeos i activitats musicals per cantar, ballar, potenciar la seva creativitat rítmica i melòdica, així com conèixer els instruments de l'escola.

Els alumnes d'E1 (6 anys) fins a Pas de Grau (12 anys) segueixen on-line les seves classes de llenguatge musical, cant coral, instrument i orquestra. Tot el professorat de l'escola s'ha adaptat a les necessitats de cada família i dels alumnes per rebre una atenció individualitzada mitjançant el correu electrònic, whatsapp o duent a terme les classes per videoconferència. D'aquesta forma els alumnes continuen amb el seu aprenentatge musical i es diverteixen estudiant i jugant amb la música a casa enviant vídeos de com estudien a casa i de com es diverteixen fent música aquests dies de confinament.

Els alumnes de nivell professional continuen fent les classes d'harmonia, llenguatge, cant coral, orquestres, combo i big band mostrant interès per fer la feina ben feta i fent que els professors estiguem contents i orgullosos de veure com estan apostant per estudiar música en aquets moments tant difícils on la majoria del jovent es passa hores davant de les pantalles amb l'instagram i els videojocs.

Una altra activitat divertida que ofereix l'escola de música de Vidreres i que ha estat tot un èxit, és que, els nens i nens del municipi que fan el seu aniversari aquests dies de confinament, si ho sol·liciten a l'ajuntament de Vidreres, reben un vídeo dels professors de l'escola felicitant el seu aniversari tocant o cantant una cançó.

També cal remarcar que els professors de l'escola de música volen agrair a les famílies, els alumnes i als ajuntaments l'esforç que tots estant fent perquè la música ens acompanyi i ens faci més agradables tots aquests dies de confinament.



Un mes convivint amb Covid-19

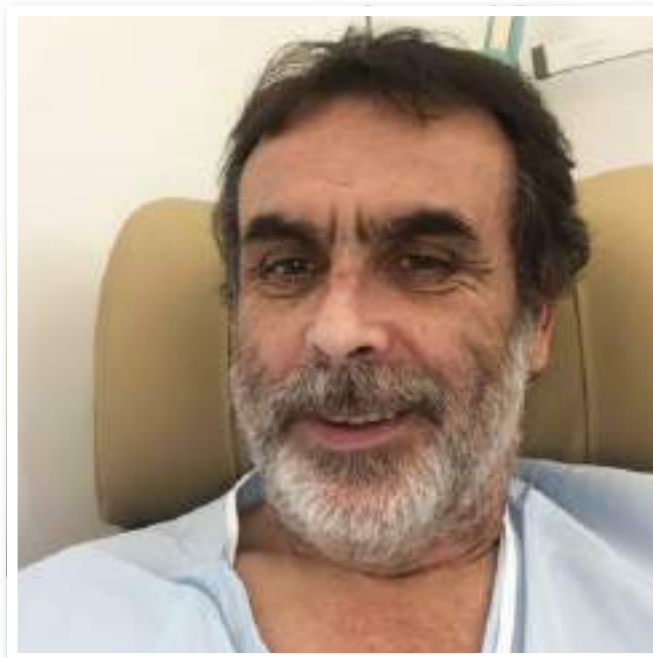
ÀLEX SIRERA

Sóc l'Àlex Sirera, un veí vostre. Amb uns quants de vosaltres ja ens coneixem i parlem quan ens trobem. Amb altres potser només ens coneixem de vista, no és endebades que porto vivint amb vosaltres des de fa ja més de trenta anys. De fet, quan em pregunten d'on sóc ja no se massa que contestar. Com aquell de la tele que deia allò de "¿De donde soy o de donde vengo?", en fi, un vidrerenc més ja suposo.

Us escric aquestes quatre ratlles perquè he estat, crec dels primers aquí, a passar una infecció de Covid-19, en la seva versió més crítica. Sóc d'aquells als quals el virus ens ha acabat portant a la UCI. Per sort per tots, crec som una part de la població petita (entre un 10-20% diuen), en que el nostre sistema immunitari no acaba de reconèixer el virus com un enemic, encara que si munta un bon pollastre pel seu compte. D'aquesta manera, malgrat els esforços d'una colla de gent meravellosa, que lluiten amb tú, amb tot, i sense defallir; en els meus pulmons es va produir una pneumònia per inflamació, que va anar minvant la seva capacitat de forma força ràpida. Cada cop fou més difícil aconseguir que l'oxigen arribés, en quantitat suficient, als meus òrgans, i per tant, arriba un punt on es compromet els eu correcte desenvolupament, osigui, la meua vida. Així, després de quatre dies de provar caretes i airejadors diversos, medicacions,..., faig cap a un punt on la única manera de continuar viu és fent que els meus pulmons es parin. Que la seva funció passi a un pulmó artificial extern, a una màquina que farà allò que els meus pulmons ja no són capaços de fer. És a dir, a sedar i entubar. Això és agafar el camí del no saber què passarà, de a veure com reaccionaràs,..., però no hi ha més a fer, no hi ha res més per provar, és el darrer recurs.

Tot comença el dia 11 de març, un dia afortunat per mi. Dic això perquè tot i trobar-me una mica malament, no crec que al matí tingués més d'un grau de febre, vaig acompanyar al meu fill Aran a l'Institut, com cada dia. Com que ja es començava a parlar d'alguns casos de contagi de Covid, no ens vàrem fer cap petó, ni tan sols ens vàrem tocar. Després, a la feina, estava fent tasques que em mantenien apartat dels meus companys, al migdia vaig anar a Girona a ferme una radiografia que tenia programada, per tant, no vaig dinar al menjador de l'Escola, ni enlloc. A la tarda, tot i fer dues hores de classe, fou en una aula gran, a peu dret i suposo que prou apartat de tots els participants. Al vespre, em van substituir a l'hora de fer un trasllat de caixes d'abelles,... Al arribar a casa ja estava a 39 graus de febre. Aquell dia jo podia haver provocat un gran contagi, per sort, no va ser així.

Al matí següent truco al CAP i explico la situació, en aquells moments la consigna, des de salut, no era tant la febre sinó les dificultats per respirar. Jo no tenia cap problema de respiració, per tant la recomanació fou: a casa i un paracetamol cada sis hores. Sis dies més tard, aquell 38-39 graus de febre baixen a 37-38, durant un dia, per fi comencem a millorar! Però són molts dies ja amb febre. Trucada al 061 per demanar que em facin la prova. A la pregunta de "tens problemes per respirar?" ja no sabia que contestar, però vaig dir que si, una mica si. Van agafar-me les dades i em van dir que continues confinat a casa, que em trucarien per dir-me a quina hora vindrien a fer-me la prova. Ni aquella tarda ni al dia següent van venir, ni van trucar. Aquell vespre em vaig prometre que si al matí següent no em trobava millor, havia d'anar a algun lloc ja!



En aquells moments encara podia pujar i baixar escales, in-clús de forma ràpida, sense massa problema, més enllà dels lògics després de vuit dies amb febre alta. Això sí, sentia dins meu un malestar estrany, nerviós. Aquella nit tot va canviar en poques hores, el meu malestar va anar en augment i a les sis del matí estava trucant al 112, força nerviós. A la pregunta "tens problemes respiratoris", si, contundent. En menys de mitja hora hi havia una ambulància a la porta de casa. Dos nois molt amables em diuen quan puc sortir i on he de seure a ambulància. Ja de camí em diuen "el portem al Santa Caterina però no se si li faran la prova, possiblement nosaltres ma-teixos el tornem a portar a casa", ells encara em veien prou bé. Abans de sortir del passadís de l'entrada de casa, em vaig adonar que la meua respiració havia canviat, ja no era normal.

La entrada a urgències fou ràpida i un equip de gent començà a agafar mostres per la prova del covid en un braç, mentre que en l'altre comencen a preparar per l'ingrés, ràpids i molt eficients. Placa toràcica complicada, saturació oxigen ja baixa, moltes proves i anàlisis, comença el festival... Comença el període de quatre dies a pneumologia. Poc temps de ser allà, que en un moment, sol, m'adono que el meu pit no puja ni baixa al respirar, desesperant. Treballen amb diferents respiradors, caretes de venti-lació, diferents estratègies, intensament. Després de portar una careta respirador que injecta vapor d'aigua a més de l'oxigen, una veritable andròmina de tortura, durant vint-i-dues hores, no n'hi va haver prou. Tantes esperances com hi havíem posat! Tampoc va funcionar les ulleres d'oxigen d'alt flux, res és suficient, amb res ho aconseguim. Dilluns al vespre en un llit baixat gairebé a ras de terra, "Àlex, ho hem estat estudiant i creiem que cal sedar i entubar, ja..." I el cel et cau a sobre de cop, i creus ja que tot s'acaba.

Des de que em van despertar, sis dies després de la sedació, penso que si l'experiència del mal tràngol que havia passat podia servir per algú o alguna cosa, que havia de fer el que calgués perquè fos així.



Àlex Sirera

Quan des del Rec Clar em proposen fer aquest escrit, em poso a pensar que puc aportar que serveixi realment, més enllà del simple relat dels fets, d'explicar una història "amb final feliç", una que afortunadament us he pogut explicar ara. Així, penso que hem de ser optimistes, positius i sobretot, sobretot, fer les coses bé, a consciència. Pot ser que qualsevol persona, tot i ser prou curós amb la protecció personal, s'acabi contagiand del virus. Si és del grup dels asimptomàtics, dels que passen del virus (perdoneu la broma), segurament no sabreu mai si l'heu passat. Seguint el ventall de possibilitats, trobem un altre grup de població, força nombrós, que passa la malaltia amb símptomes força lleus. De fet, potser menys i tot que un grip normal i només els cal medicació i aïllament a casa, per no encomanar-lo a la resta. Després restem els que quan arribem a urgències ja se'ns queden i iniciem un procés de curació, més o menys llarg, però que acaba amb moltes altes hospitalàries sense massa complicacions. Finalment i dins d'aquest darrer grup, hi ha els que sense altre remei hem d'acabar passant per la UCI, entubats o no.

Tot i així, som molts els qui aquests fantàstics professionals acaben curant i no se si això ho tenim prou present. Sí que és veritat que el nombre de persones mortes es molt alt, dolorós i insuportable, que la mort esdevé amb solitud malgrat els esforços dels cuidadors i que, com a mínim, pots passar molta por, però fins hi tot d'aquest darrer subgrup, som molts als que han aconseguit sal-var, molts als que ens han dedicat un aplaudiment a l'hora de tornar a casa, increïble. Fent les coses bé els estem ajudant i ens ajudem entre tots i hem de confiar en ells. Els que ens salven la vida ho neces-siten i s'ho mereixen.

Àlex Sirera

Nota: estic escrivint un relat més acurat de la meua experiència, per explicar-la als meus fills, per no oblidar-la i per compartir-la amb qui li pugui interessar, espero tenir-ho aviat si us interessa, és per vosaltres també.

Llar de Jubilats

Activitats realitzades

Mes Gener 2020

Berenar-ball

El divendres dia 31 el músic Francesc Mas ens va oferir un bon repertori, ball molt animat.

Mes Febrer 2020

Reunió Junes Casals Veïns

Ens vam reunir al nostre Casal de Vidreres el dijous dia 6 amb tots els representants dels Casals Veïns.

30e. Aniversari Casal

El vam celebrar el dissabte dia 15. Després d'una missa cantada per la nostra Coral, oficiada per mossèn Jordi i en sufragi dels socis difunts del Casal, vam anar a dinar al Pavelló Municipal. Com sempre fem, la parella de socis de més edat que es trobaven al dinar de germanor van tallar el pastís d'aniversari. Una bona sessió de ball va posar fi a la nostra festa.

Ball disfresses

El diumenge dia 23, Carnaval, en el nostre Casal vam organitzar un ball de disfresses, molt animat i participatiu, la gent va disfrutar molt.

Berenar-ball

El divendres dia 28 amb el músic Altarriba.

Cantada de Corals

Al Teatre Ateneu de Sant Celoni es va celebrar el passat dia 29 una cantada de Corals amb la participació de La Veu de la Gent Gran, la nostra Coral, junt amb les restants Corals van fer gaudir a tot el públic assistent.

Mes Març 2020

Sense activitat.

Arran de l'epidèmia del coronavirus, a partir del dijous dia 12 de març totes les activitats al nostre Casal han quedat suspeses com a mesura de prevenció. Esperem i desitgem que tots els nostres estimats socis/es estiguen be de salut i fer cas de totes les recomanacions que l'Ajuntament adopti.

Expressar el nostre més sentit condol a tots i totes els socis i sòcies que en aquests dies ens han deixat.

Salut per a tothom.

Cuideu-vos.



Casal del Jubilat i Pensionista "La Llar" de Vidreres



Oncolliga Vidreres

Benvolguts vidrerencs,

Són temps d'incertesa i en el moment de rebre aquesta edició del Rec Clar no sabem en quin punt ens trobarem. Tanmateix volem enviar-vos un missatge d'ànim i solidaritat en aquests moments difícils que estem vivint. Esperem que estigueu tots i totes bé i que ens puguem retrobar per compartir abraçades i reptes solidaris.

Us volem informar de les accions que s'han dut a terme des d'Oncolliga Girona i la delegació de Vidreres. Malgrat que les oficines de l'entitat estaven tancades i es van haver de suspendre els serveis domiciliaris i hospitalaris, així com moltes activitats benèfiques previstes, hem continuat treballant des de casa per oferir als malalts de càncer i els seus familiars el millor servei possible dins de les circumstàncies que ens ha tocat viure.

Un petit resum de les diferents accions i iniciatives que s'han dut a terme en les setmanes de confinament:

L'equip de psicooncòlogues ha continuat atenent els pacients i familiars que ho han sol·licitat, per telèfon o per videoconferència. També han estat disponibles per atendre afectats de Covid-19 o a familiars que ho hagin necessitat, ja sigui per gestionar una situació d'aïllament, com per ajudar en el procés de dol per la pèrdua d'un familiar en aquestes circumstàncies tan excepcionals i difícils. Les consultes han arribat derivades dels hospitals comarcals i del Col·legi de Psicòlegs de Catalunya.

El servei de préstec de material específic (cadires de rodes, llits articulats, alces de WC, etc.) ha continuat operatiu. Us informem de que aquest servei també el podem oferir des de Vidreres, on l'Ajuntament ha cedit un local on s'ha establert un magatzem de material.

També s'ha tingut en funcionament en serveis mínims el banc de perruques.



Un dels pisos del servei de llar-residència del barri de Sant Ponç de Girona, a tocar de l'Hospital Dr. Josep Trueta, ha continuat operatiu per a familiars d'afectats de càncer ingressats a l'hospital. L'altre s'ha posat a disposició de l'Hospital i l'han utilitzat personal sanitari que ho ha necessitat durant aquesta situació de crisi sanitària.

Algunes de les nostres voluntàries han participat activament en les campanyes solidàries que s'han posat en marxa per cosir mascaretes.

Oncolliga sempre és i serà al vostre costat, sempre ben a prop.



Jaume Mos

ANC



La resposta independentista, a Vidreres i a Catalunya, enfront el COVID19

Escrivim aquestes paraules a mitjan abril. Estem superant col·lectivament els moments més complicats d'aquesta pandèmia, quan aquesta revista arribi a les vostres mans, tot esperant que l'esforç col·lectiu actual ajudi a millorar les condicions del futur. Des de la nostra territorial de l'ANC, voldríem fer arribar tot l'escalf a aquells que hagin perdut un familiar o conegut durant aquesta crisi, així mateix compartim l'esperança d'aquells que se n'han sortit.

L'ANC Vidreres té com a objectiu fundacional la independència del país que, entre d'altres objectius, servirà per a la millora de les condicions de vida de tothom. Per això, en moments com els que estem passant, ens enorgulleix la resposta popular de solidaritat i d'organització que ha proliferat arreu del país, liderada en moltes ocasions per l'independentisme, des d'ÒMNium a la INTERSINDICAL-CSC, passant evidentment per l'ANC, organitzacions que han treballat colze a colze amb tantes altres entitats que no han volgut quedar-se de braços plegats davant la situació d'emergència.

Des de l'Assemblea Nacional Catalana es va llançar una campanya de fabricació i distribució de centenars de milers de mascaretes (de gruix de 220 g i cotó 100 per 100, amb un tractament hidròfug per augmentar-ne la seguretat), amb l'objectiu d'arribar al milió, de la qual l'ANC Vidreres no en vam voler quedar al marge. Així doncs, hem rebut material i gràcies a moltes cosidores i voluntaris de repartiment i coordinats amb l'Ajuntament de Vidreres, hem aconseguit confeccionar i distribuir un miler de mascaretes per a tot Vidreres.

Així mateix, l'ANC també ha fet arribar mascaretes a través de la cadena de supermercats Bonpreu-Esclat, venent packs per un 1€, els beneficis dels quals es destinen a la investigació, recerca i tractament de la COVID-19 als hospitals catalans.

Aquesta iniciativa es suma a d'altres accions de l'ANC per fer front a la crisi, com el servei gratuït d'atenció i suport psicològic per a malalts de la COVID-19 i persones del seu entorn de convivència, així com pel personal sanitari.

Malgrat l'onada solidària de l'independentisme i molts sectors de la societat catalana i la prioritització per part del

govern català de la salut de tots els catalans i catalanes, l'estat espanyol s'ha manifestat, una altra vegada, impotent alhora de gestionar una crisi i incapaç d'adoptar un model descentralitzat per fer més eficient el desenvolupament de totes les mesures de control de la pandèmia impulsant, des del minut zero, una ofensiva política contra el govern català, adoptant mesures de recentralització i militaritzant la resposta tan pública com sobre el terreny. Moltes de les mesures preses pel govern espanyol són, als ulls de qualsevol ciutadà, una temeritat. Esperem que el govern català estigui a l'altura de fer tot allò que calgui perquè l'afectació sobre la població catalana sigui la mínima.

Davant dels efectes de la crisi que vindrà, construïm República dels drets laborals. Contra la precarització de la vida, avancem cap a la República de la justícia social. Fem aprenentatge de la millora dels ecosistemes naturals durant el confinament i treballem per una República sostenible. Davant l'evidència de la necessitat de garantir serveis públics per a tothom, treballem per una República on l'educació i la sanitat pública i universal estiguin garantides.

Davant les prioritats i interessos de l'estat espanyol en la defensa del règim, nosaltres posem sempre per davant LA VIDA. Davant la militarització, posem sanitaris i professionals de la salut al servei del poble. Davant la recentralització, més sobirania. Construïm una resposta popular a la crisi actual i a la que vindrà des de d'independentisme. Hem sigut i hem de ser l'esperança i la força que empenyi tota la societat a fer realitat la República, a una sobirania plena que ens pugui garantir una vida millor, també a una gestió de les crisis, com la que estem vivint, que respongui als interessos de la majoria de catalans i catalanes.

El Grup d'Esplai Vidrerenc confinat

Primer de tot, voldríem en nom de tots els monitors i monitores del grup esplai Vidrerenc, expressar la nostra més sentida solidaritat amb totes aquelles persones que han perdut un familiar, amic o conegut a causa del COVID19. I també per a totes aquelles persones que estan passant una situació complicada a causa de la crisi. I evidentment, molts ànims a tots els nens i nenes, que esperem, que puguin fullejar aquesta revista a una època de desconfinament o com a mínim, de relaxació de les mesures de confinament.

Escrivim aquestes línies sense saber si podrem tornar a fer esplai aquest curs i si podrem fer un estiu mínimament normal. En tot cas, ens estem preparats per tots els escenaris per tal, que d'una forma o altra, puguem oferir activitats de lleure per a tots els nens i nenes del poble durant el juliol i l'agost.

Però en aquest escrit volem parlar sobretot de coses positives. És per això que hem aprofitat el confinament per fer unes mini-entrevistes als nous monitors i monitores del Grup Esplai Vidrerenc. Si, si, els nous fitxatges, la majoria dels quals han sigut nens i nenes participants, ara s'han convertit amb un dels elements fonamentals perquè l'esplai sigui una realitat. Els hi hem demanat tres paraules que descriguin el que és per ells l'esplai, les podeu veure en aquesta magnífica foto. També els hi hem demanat per un record i els hi hem fet una pregunta de difícil resposta. La primera monitora és la Júlia, ens vols explicar un record de l'esplai, casals, sortides... com a monitora o participant?

JÚLIA

- Jo des de ben petita que he vingut a l'Esplai i tot el que en tinc són bons records, precisament per això, aquest any m'he engrescat per fer de monitora. Un moment molt especial per mi han sigut les meves primeres colònies com a monitora aquest Nadal a Sant Martí de Llémana.
- Creus que les persones són bones o dolentes per naturalesa? Jo penso que les persones són bones per naturalesa però que és aquest sistema egoista i cobdiciós que les corromp.

PAULA

- El millor record que tinc és de fa dos o tres anys, quan vam pintar una de les parets d'una de les habitacions de la casa de l'esplai. Vam fer aquella habitació nostra i és on ens trobàvem molts dels dissabtes d'esplai. Com a monitora, el millor record és de les primeres colònies que vaig anar assumint el nou rol; hi vaig aprendre moltíssim. Vaig percebre de tots els nens i nenes de cada unitat tot l'amor, afecte i estima que tenien cap als monitors. Em vaig sentir en un ambient molt familiar i vaig sentir moltes emocions en un sol cap de setmana. Amb el nou rol de monitora, em vaig trobar amb moltes situacions noves i això va fer, que gràcies a l'ajuda de la resta de monitors i monitores, n'apregues molt. Va ser molt especial i me'n vaig adonar que vull continuar molts anys a l'esplai, que és molt bonic veure com



els meus antics monitors passen a ser ara els companys i amics i es crea una família. És molt maco i especial això.

- Totes les llunes de l'univers conegut tenen nom, menys la de la terra, que es diu Lluna. Quin nom li posaries? Estela

ARNAU

- D'entre els milers de records que tinc de l'esplai n'hi ha un en especial. Fa 4 anys a la unitat de joves vam anar d'acampada amb un altre agrupament, la Unió Muntanyenca Eramprunyà (UME), a passa tres dies plegats a Tarragona. Va ser bestial.
- Preferiries ser un infant tota la vida, o ser adult i no haver tingut infància? Ser un infant tota la vida no estaria tan malament, però no tenir infància seria lo pitjor.

AINA

- D'ença que tinc 3 anys he anat a l'esplai i els casals d'estius, per tant, tinc centenars de records guardats. Un dels que més m'ha marcat va ser fer el pas de nena a monitora, concretament a la trobada que vam fer a Sant Maurici, quan molts joves entràvem i jo personalment els coneixia a tots, però no havia tractat mai amb ells des d'una relació de monitor-monitor. Aleshores vaig començar a descobrir que ser monitor és molt més que està amb els nens, preparar activitats, etc. Hi ha molt més darrere, hi ha el fet de ser una família, i això em va agradar molt des del primer dia. Nosaltres érem els petits, no ens coneixíem gaire bé no obstant, em vaig sentir com si fos una monitora més de tota la vida; em vaig sentir molt còmoda i em va agradar molt. I aquell dia vaig començar a perdre la vergonya i a poder ser més jo, i em va encantar.
- Som lliures? No. Ningú és del tot lliure. Només quan neixes. Sempre estem sotmesos a deures i restriccions. Tot i que viure en plena llibertat no crec que sigues quelcom totalment beneficiós per la societat, perquè molts gent necessita està sotmesa a lleis. Amb la llibertat que ja tenim, amb més o menys graus, considero que estem bé.



ELOI

- Quan estava a joves (de participant) vam anar a Sadernes i ens vam quedar a dormir, aquella sortida per mi va ser una de les més memorables
- Perquè normalment donem valor allò que és més car? Li donem valor allò que és més car pel simple fet que costa més aconseguir-ho

POL

- Un dels records més macos que tinc de l'espai va ser quan érem a la unitat de joves i durant una setmana santa vam marxar de campanyes a Tarragona amb la UME.
- Perquè mai has pogut esternudar amb els ulls oberts? Mai he pogut esternudar amb els ulls oberts perquè és un acte reflex que fa el meu cos, si pogués esternudar amb els ulls oberts seria una senyal de que algo va malament al meu cos. Potser a la propera vida soc una granota i ho puc fer, tot i que no tinc clar si les granotes tanquen els ulls quant estornuden. De fet, estornuden?

ANNA

- Un record.. quan era participant i amb el meu grup vam anar d'excursió durant 3 dies per la muntanya amb un altre espai, em va agradar molt conèixer gent nova i ens ho vam passar molt bé.
- Qui creus que és més feliç, un nen o un adult? Crec que els dos poden arribar a ser igual de feliços, però quan som petits és una il·lusió constant.

ÀLEX

- A les colònies a l'hora de jugar tant monitors com nens teníem el mateix rol; jugar. També quan vam fer una rotllana per valorar el primer trimestre.
- Si poses una rentadora a 90 graus la llana es fa petita. Les ovelles també s'encongeixen quan plou? No, no ho fan. Si la pluja està a 90 graus llavors sí.

BERNAT

- El primer dia que vaig fer casal, la meua primera experiència com a monitor i potser un dels dies més macos i divertits de la meua vida, en veure com tot funcionava bé i la dinàmica que hi havia.
- Si alguns diuen que lluiten per la pau; no seria legítim també fer l'amor per la virginitat? És molt clar, la virginitat és un estat desitjable i és completament legítim i raonable que es faci l'amor per aconseguir-lo, és palès.

JAVI

- De records de moment en tinc pocs, el meu recorregut a l'espai és molt breu, però el poc temps que hi he estat, ha sigut una experiència nova positiva per a mi. Per això, espero que en un futur pugui gaudir de més moments amb els monitors i participants.
- Si poguessis triar entre saber-ho tot i saber el que saps ara, què preferiries? Triaria saber el que se ara... saber-ho tot ha de ser molt avorrit, no t'equivoques i per tant no aprens. I descobrir i conèixer coses noves cada dia és gratificant.

20è Concert al Casino la Unió de Vidreres

Des d' el confinament l'objectiu és poder celebrar tots junts el 20è Concert al Casino la Unió de Vidreres.

Encara m'es difícil assumir el que està passant, des d'els meus començaments a la Nova Cançó al voltant de meitat dels anys 70, cantant per mig món, en diverses formacions o sol, amb els mes de 25 anys com a promotor turístic i responsable de comunicació i protocol i esdeveniments, sento que per tot el que he lluitat i estudiat es despenja com un castell de cartes, però tal com diuen les dites de la gent de les arts (musics, escriptors, actors, pintors etc) busquem fins el fons la inspiració que ens faci sentir, crear i omplir-nos de sensacions a nosaltres mateixos i a la gent que ens envolta.

Avui amb aquest escrit portem 41 dies de confinament, va haver un impàs en el que vaig decidir portar a les xarxes socials un concert diari per a tothom que vulgues escoltar i interactuar, fins avui ja són 39 concerts i més de 160 cançons en directe sense cap mena d'aparell, només guitarra i veu, com si tornes als començaments de la meua carrera.



Voldria pensar que ha estat de profit i de companyia per a tota la gent que dia a dia els va seguint, i particularment a mi m'omple moltíssim com a persona, com a comunicador i com a music el preparar cada mati les cançons que oferiré a la tarda. Aquest any SERÀ un aniversari especial per a mi, desde que vam començar amb en Josep (Tigre) a fer aquests concerts d'estiu, i ara amb l'Agustín (Niño) que ha recolzat la seva continuïtat per no perdre el que s'ha convertit en una tradició del nostre poble.

Així doncs, seguirem preparant amb moltes ganes i il·lusió perquè el proper 22 d'agost puguem celebrar tots junts el 20è concert a Vidreres.

Salut i Llum!



Un Empordanès i Vidrerenc adoptiu

SAM



Centre Cívic de
Vidreres



Promoció de la salut

Pilates, slow gym i tonificació des de casa

Les classes de pilates, slow gym i tonificació les hem pogut anar treballant des de casa. Hem intentat dedicar 1 hora cada dia i ho hem aconseguit!

És necessari que agafem rutines esportives i evitar el sedentarisme. La situació en què vivim ens obliga a tenir certa voluntat i establir pautes diàries que ens ajudaran a nivell mental, físic i psicològic.

A través de whatsapp hem anat enviant exercicis de diferents nivells perquè tots els alumnes de pilates, slowgym i tonificació puguin escollir els exercicis que prefereixin segons les seves necessitats. Per altra banda, hem rebut moltes fotografies i vídeos dels alumnes amb els exercicis fets a casa.

Aquesta interacció ha permès poder resoldre dubtes i corregir i perfeccionar mals hàbits posturals.



Jaume Mos





Centre Cívic de
Vidreres

Teatre infantil i juvenil

Amb el grup de Teatre Infantil, ens comuniquem a través de whatsapp amb vídeos i propostes a les mares per fer amb els peques i continuar una amb la rutina "d'inventors d'històries de contes". Hem rebut vídeos i fotografies dels més petits de casa amb maquillatges o interpretant algun personatge.

Amb el grup de Teatre Juvenil tenim un grup de whatsapp en el que el contacte és diari. Ells continuen les coreografies dels balls del musical que estem preparant a nivell individual, estudiant el guió i preparant els personatges tinguent en compte el vestuari de l'època en què es situa la història.

La situació dels alumnes és diversa ja que alguns han de preparar la selectivitat, altres preparar-se per passar de curs o cicles i tenen molta feina estudiant o fent videoconferències amb els seus professors. Continuem pensant part de l'escenografia amb el tècnic també que es una part molt important del espectacle perquè surti tot rodat; llums, decorat mòbil, cànons de Co2, de confeti...

Malgrat haver de canviar la data prevista de l'estrena que teníem al juny, esperem que sigui el més aviat possible.



Jaume Mos



La història d'en COVID per grans i petits

ELENA GÓMEZ MASSA

COVID-19, Coronavirus SARS-Cov-2, pandèmia, PCR, antigen, anticossos, pneumònia, EPI... Què són totes aquestes paraules que ens han bombardejat últimament?

Les sentim moltíssimes vegades en els mitjans de comunicació però... Ens han explicat què volen dir aquestes paraules? Com és aquest virus que tan se'n parla? Què fa el nostre cos quan s'infecta?

Per començar hem de tenir clar què està passant:

Hi ha una pandèmia provocada pel SARS-Cov-2 que produeix el COVID-19. Quin embolic oi? Anem a pams.

- Una pandèmia és una afectació per una malaltia infecciosa dels humans en una àrea geogràficament extensa.
- El SARS-Cov-2 és el nom del virus responsable de la pandèmia que estem vivint i és de la família dels Coronavirus.
- El COVID-19 és el nom de la malaltia provocada pel virus SARS-Cov-2 i es manifesta principalment amb un síndrome respiratori agut.

En aquest escrit no us parlaré de símptomes, de tractaments ni de mascaretes sinó que us parlaré de com és el virus, com ens ataca i com ens defensa el nostre sistema immunitari. Per fer-ho senzill i més familiar, "en COVID" serà el nostre personatge que representarà el SARS-Cov-2.

Qui és?

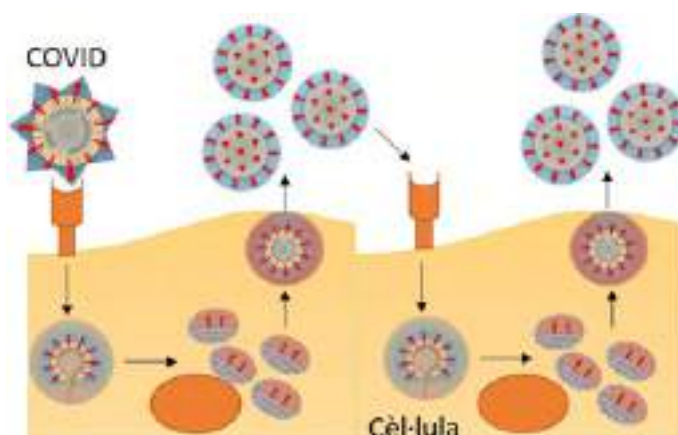
En COVID és un patògen (agent infeccios que provoca malalties) però tots ho entendreu molt millor si us dic que és un "bitxo". Hi ha principalment dos tipus de patògens: els bacteris (que es tracten amb antibiòtic) i els virus (que es tracten amb antivírics, si cal).

En COVID és un virus, concretament de la família dels Coronavirus. En honor al seu nom, tots els virus d'aquesta família tenen una closca envoltada d'una corona de punxes. A dins d'aquesta closca hi ha el material genètic, on hi ha codificada tota la informació per poder multiplicar-se i fer més COVID idèntics a ell.

Però en COVID té un problema molt gros... No sap multiplicar-se tot sol! Per això, necessita infectar-nos!

Com ens infecta?

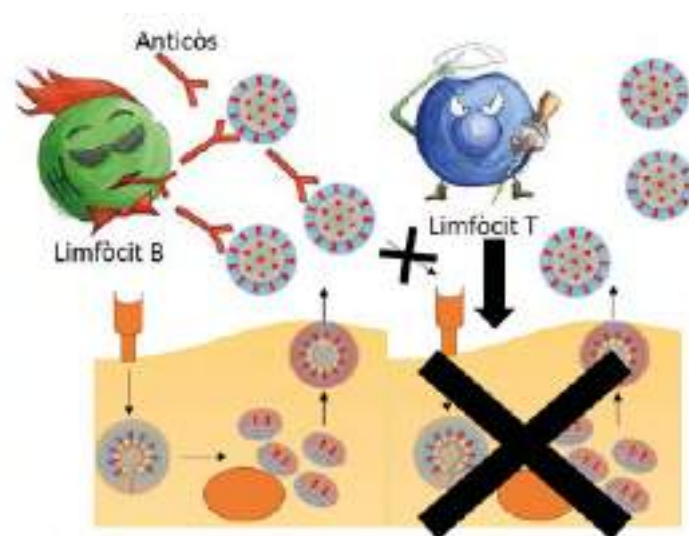
Les punxes d'en COVID tenen la clau per obrir la porta de les nostres cèl·lules, i la porta que més bé obre és la de les cèl·lules dels pulmons. Un cop ha entrat, en COVID allibera tot el seu material genètic i aprofita que les màquines de les nostres cèl·lules vagin fabricant molts COVID iguals que ell. Aquests nous COVID surten de la cèl·lula que els ha fabricat i van a infectar-ne d'altres.



Però la història no s'acaba aquí perquè les nostres cèl·lules se n'adonen que en COVID s'està aprofitant d'elles! I per això avisen als seus amics del sistema immunitari.

Com l'ataquem i com ens defensarem?

El sistema immunitari (o les defenses) està format per un conjunt de cèl·lules encarregades de lluitar contra les infeccions i les més importants en la defensa dels virus són els limfòcits.



Hi ha dos tipus de limfòcits:

Els limfòcits T són claus per combatre la infecció perquè són capaços de detectar quan una cèl·lula està infectada per un virus i matar-la. D'aquesta manera, la maquinària de la cèl·lula s'atura i el virus no es pot seguir multiplicant.

Els limfòcits B no són tan importants per lluitar contra la infecció però sí per prevenir-la gràcies als anticossos que fabriquen. Els anticossos tenen forma de Y i la seva funció principal és neutralitzar, és a dir, caçar els patògens com en COVID abans de que entrin a les nostres cèl·lules.



Elena Gómez
Massa

Els primers anticossos que es fabriquen són els anomenats IgM podríem dir que són les primeres bales d'emergència que es disparen durant les dues primeres setmanes després de tenir símptomes. En canvi, els anticossos anomenats IgG arriben al pic més alt a la tercera setmana però es mantenen a la sang durant més temps per protegir-nos. A més a més, són una versió millorada de les IgM perquè tenen més afinitat per caçar en COVID!

Com sabem si estem infectats o bé si ja ho hem estat?

Moltes de les paraules estranyes que sentiu estan relacionades amb les tècniques que ens permeten saber si estem o hem estat infectats per en COVID: PCR, antigen i anticòs.

La tècnica de la PCR ens permet detectar el material genètic d'en COVID, per tant ens informa de si estem infectats o no. Tot i que és una tècnica fiable, és força elaborada, lenta i cara.

Últimament també es parla molt dels tests ràpids, que a més a més de ser més ràpids, també són més barats que la tècnica de la PCR. Hi ha 2 tipus de tests ràpids: la prova de l'antigen i la prova dels anticossos. La prova de l'antigen ens dona la mateixa informació que la PCR, és a dir, si estem infectats o no per en COVID. Però això de l'antigen què és? Doncs l'antigen no és ni més ni menys que una part d'en COVID que el diferencia d'altres virus i ens permet detectar-lo, per exemple les punxes.

Ara que ja sabeu què són els anticossos i com actuen ja us podeu imaginar per a què serveix la prova de l'anticòs: detecta si tenim anticossos IgM i/o IgG contra en COVID. Per tant, si surt positiva vol dir que estem infectats o bé que ja hem estat infectats per en COVID.

Aquestes proves són molt importants però hem de tenir en compte cadascuna ens dona una informació una mica diferent i sobretot... que han sortit al mercat en un temps rècord i per tant no són perfectes!

Encara tenim molta feina a investigar per conèixer millor com és en COVID i com el nostre sistema immunitari l'ataca. Mentrestant, aprofitem aquest confinament per tenir temps i ser valents!



12		A	R	A		S	E	L	L	I	U	G	12
11	A	T	A	B	R	O	C		A	C	O	R	11
10	S			A	A	M	I	T	S	E		A	10
9	N	I	O	C	A			S	A	N	A	D	9
8	G	X	N		I	F	A	G	A		D	A	8
7	A	I	A	L	B		S	E	B	I	S		7
6	S	E	R	E	U	G	E	R		E	X	I	6
5		F	I	Z		E	R	B	E	N	G	I	5
4	S	I	T	N	A	P	L		B	R	E	U	4
3	E	T		A	T	A	I	P	M	E		F	3
2	N		A	R	A	P		P	O	T	S	E	2
1	N	A	B	A	C	E	D	A	E	R	I	R	1
12													12

MOTS ENCREUATS

Rebedor, entrada, dormitori, menjador, cuina, vàter, balcó, galeria, golfes, garatge, rebost, estudi, escala, pati, jardí, passadís, soterrani.

SOPA CONFINADA

Solucions dels entreteniments





Mn. Jordi Pascual
Bancells

La Parròquia de Vidreres

MN. JORDI PASCUAL BANCELLS

Diuen que una imatge val més que mil paraules, així que he volgut il·lustrar aquest escrit amb aquesta vinyeta que amb to d'humor ens porta una reflexió profunda.



I és que amb bon humor es poden dir coses molt serioses. Precisament un tret essencial del cristià és el bon humor, l'alegria, però no una alegria fonamentada en que tot va bé, o en passar per alt inconscientment els problemes, sinó una joia profundament arrelada en l'esperança de que hi ha un Amor incondicional i immens que no ens deixa mai i que s'ha fet un de nosaltres compartint els nostres dolors i sofriments i els hi ha donat una llum i un consol perquè ens n'ha alliberat amb la seva mort i Resurrecció.

Ja fa setmanes que si passeu per la plaça de l'església, a Vidreres com a tots els nostres pobles, veureu els temples tancats a causa del coronavirus.

No hi ha misses públiques, no hi ha celebracions públiques. Però no estan tancats la fe ni l'amor, ni l'esperança, ni la celebració, ni l'activitat parroquial, ni la presència de la comunitat dels amics de Jesús que es fa present en les nostres viles i cases.

La situació actual mou a la creativitat, i les noves tecnologies i els mitjans de comunicació fan possible arribar a tothom que ho desitja i fer-nos sentir així germans, fills de Déu, que cel ebren units, no físicament però sí de cor, amb un sol cor i una sola ànima.

I això em fa pensar en els primers cristians: no tenien encara esglésies, es reunien en cases particulars per celebrar un baptisme o l'Eucaristia. Però la seva caritat i el seu fervor eren immensos.

Quants de vosaltres seguïu les Misses per televisió o you tube, quants llegiu l'Evangeli, el reflexioneu i pregueu per viure'l més intensament amb una Bíblia o també a través del whatsapp que el mossèn envia cada dia, junt amb pregàries, reflexions, cants, l'homilia diària del papa Francesc... Amb quants ens comuniqueu per telèfon per saludar-nos, preguntar com estem i donar-nos ànims i oferir una estona de companyia. Això també és comunitat cristiana.

No oblidem la catequesi, fent arribar a les famílies activitats, jocs i vídeos perquè els nens i nenes puguin anar seguint el curs de forma telemàtica. Això demana potser més compromís als pares, però també ofereix una oportunitat per compartir més i millor amb família la fe i el coneixement i seguiment de Jesús. Caritas, lògicament adaptant-se a la situació, on es pot, fa les entregues d'aliments o de productes d'higiene de forma més individual i amb les precaucions necessàries i acompanya telefònicament la gent gran que s'anava a visitar o fer companyia.

Aquestes setmanes també algunes famílies han d'acomiar persones estimades que han mort, comiats que s'han de fer de vegades en solitud, acompanyats de molt poques persones, i això accentua el dolor del moment, l'església ofereix a tothom que ho desitja la possibilitat d'un respons al cementiri a l'hora de l'enterrament. He comprovat l'ajuda i el consol que això proporciona a molts.

La vida parroquial i cristiana no consisteix en el que passa dins les quatre parets d'una església sinó en el que cada cristià viu dia a dia en les mil circumstàncies de la vida ordinària, essent testimonis amb amor de l'amor de Déu, però també necessitem com a família les celebracions comunitàries, la Missa, pregar junts.

Que la situació de confinament que vivim ens faci valorar més el que ara no podem tenir i quan hi puguem tornar visquem aquestes celebracions amb més intensitat, profunditat, amor, fe i devoció. Vivim dies difícils per tots, però també poden ser una oportunitat. Com va dir el pare Cantalamessa el Divendres Sant en la predicació al Vaticà, d'època de nosaltres sortir d'aquesta situació més solidaris, més fraterns, més cristians.

Mn. Jordi Pascual Bancells
Telèfon 660 370 417



GRÀCIES

Des del Consell de Redacció del Rec Clar volem donar les gràcies a tot el personal sanitari, de neteja i manteniment, policia, mossos i vigilants, comerciants i distribuïdors que durant aquests dies han posat tot de la seva part per tal que la població pugui estar confinada casa.

El Consell de Redacció del Rec Clar

Actualitat de la Biblioteca Joan Rigau i Sala



Dia de la Dona

Aquest any, a la Biblioteca Joan Rigau i Sala vam celebrar el Dia de la Dona amb una sèrie d'activitats per a tota la família, amb la presència de la regidora d'igualtat Eva Madrenys.

El dilluns 9 de març a la tarda vam gaudir de la sessió de l'Hora del conte "Contes per a minifeministes" a càrrec de Piruleta Contes, i tot seguit ens vam endinsar en el món de les dones gambianes de Vidreres. Gràcies a la col·laboració de les nostres usuàries de Gàmbia, vam poder conèixer de primera mà la seva cultura, tradicions i gastronomia. Tota una experiència molt enriquidora d'intercanvi i convivència entre dones de diverses cultures del nostre municipi.

Vam projectar el documental "Gambia con ojos de mujer" de l'ONG Asturias por África, que té per objectiu donar visibilitat a la situació de la dona gambiana com a referent social i motor del canvi.

Ens van ensenyar a posar-nos els mocadors d'infinits colors al cap i al voltant del cos per a portar els nadons, ens van oferir una mostra gastronòmica de dolços típics de Gàmbia acompanyats de begudes afruitades, i a tothom que va voler els van fer trenetes als cabells. Els més petits s'ho van passar d'allò més bé amb el taller de pintura d'art gambià, on van deixar anar la seva creativitat amb els colors i les formes.

Durant tota la setmana vam preparar una exposició bibliogràfica sobre dones i feminisme, amb llibres i contes que es podien emportar amb el servei de préstec.

I també vam fer fotografies a les nostres usuàries i companyes per a les xarxes socials de la Biblioteca amb una pancarta del Dia de la Dona per donar visibilitat a la commemoració.



Des d'aquí volem donar les gràcies molt especialment al grup de dones gambianes que ens van ajudar a tirar endavant amb el projecte, al regidor de cultura i a la regidora d'igualtat pel seu recolzament, i a totes les persones que van assistir als actes de celebració del Dia de la Dona a la Biblioteca.



Dia de la Poesia

El dia 21 de març va ser declarat per la UNESCO com el Dia Mundial de la Poesia.

La Institució de les Lletres Catalanes, amb la col·laboració de diverses entitats entre les quals la nostra Biblioteca, cada any celebra una gran festa de la paraula i les lletres arreu del territori català amb la lectura d'un poema en diferents idiomes.

A HORA FOSCANT

En tard, els cossos ja no van tempteu-
l'usad, del venter d'ins el cles,
alguna, tropitada en la boira,
obertes, obertes, obertes

Men puzen en tortura furtiva
com d'un insecte estranger.
Sospiren espectres de daltres
menys del focs que ploraven.

Al llarg d'una vida de cançons
que s'obria els vidents als calçats.
L'omacapa la nit l'encantada,
mas d'elles que són soltades.

I en criden el llum a la taula
i algun volent pensament,
la vella collita maledicte
i un full de paper malcreant.

Enguany, el poema escollit ha estat "A hora foscant" de Josep Carner, arran de la commemoració del 50è aniversari de la seva mort. Des de la seva primera publicació poètica, *Llibre dels Poetas* (1904), i la publicació de *Els fruits saborosos* (1906), que el consolidà com a poeta reconegut, creà una vasta producció literària, sobretot poètica, que inclou obres tan destacades com *Auques i ventalls* (1914), *El cor quiet* (1925), *Arbres* (1953) i *Nabí* (1938, 1941 i 1957), gràcies a les quals es féu mereixedor de l'etiqueta de "príncep dels poetes". Carner va ser traductor d'autors com Dickens,

Shakespeare, Twain, Bennett, Musset, La Fontaine, Defoe i Carroll. La seva obra va ser recollida en *Obres completes. Poesia* (1957) i els seus escrits d'exili van publicar-se sota el títol *Prosa de l'exili* (1939-62) (2009). La seva qualitat poètica va ser reconeguda en vida de l'autor amb premis com la *Flor Natural* als Jocs Florals de Barcelona i la proclamació com a Mestre en Gai Saber (1910), i el Premi Lletra d'Or (1958), entre d'altres. La seva obra ha estat traduïda a una quinzena de llengües.

Malaauradament, per causa de la pandèmia del COVID-19, aquest any no hem pogut celebrar el Dia de la Poesia com hem fet sempre, però gràcies a la col·laboració dels nostres companys, usuaris i els alumnes de l'Escola d'Adults sí que ho hem pogut celebrar de manera virtual a les xarxes socials. Al llarg de tot el dia, hem compartit els vídeos que ens heu fet arribar amb les vostres poesies. El nostre alcalde, Jordi Camps, ha donat el tret de sortida a la jornada poètica, i durant el matí hem pogut anar veient i escoltant el poema "A hora foscant" en diferents idiomes com ara el japonès, l'irlandès, l'ucraïnès o el llenguatge de signes. A partir de la tarda hem gaudit dels vídeos amb els poemes preferits de les persones que han col·laborat en l'acte, també en diversos idiomes i fins ben entrat el vespre.

Gràcies a la vostra ajuda, ens hem reinventat i hem pogut compartir un dia especial envoltats de la màgia de les paraules.



Sant Jordi

Des de la Biblioteca hem preparat una Diada de Sant Jordi virtual diferent i molt especial gràcies a la gran participació dels nostres usuaris i amics, i als alumnes del Centre Obert i l'Escola d'Adults.

Al llarg de la jornada, a través de les xarxes socials, hem compartit les següents activitats:



Recomanacions:

Més de 180 recomanacions de llibres i contes per a totes les edats i per a tots els gustos, on vosaltres heu estat els veritables protagonistes de la Diada. Tothom que ha volgut participar, ens ha fet arribar una fotografia amb el seu llibre preferit i ens l'ha recomanat, difonent lectura a les xarxes.



La rosa de Sant Jordi:

Vidreres s'ha omplert de roses!

Ens heu fet arribar un munt de roses dibuixades i fetes a mà a partir de les propostes de manualitats que us havíem anat proposant les darreres setmanes, que hem compartit amb els nostres seguidors.

Hora del conte:

els nens i nenes del Club de Lectura infantil Petits Grumets ens han explicat el conte "Qui diu la veritat: el cavaller o el drac?", diferents versions de la història de Sant Jordi.

Novetats literàries:

hem preparat tres mostres en format vídeo de les darreres novetats editorials com a propòsit de futures lectures: novel·la per al públic adult, contes infantils i novel·la juvenil.



Un Sant Jordi molt dolç:

El cuiner vidrerenc Elies Guari ens ha preparat una recepta especial per la Diada, un pastís en forma de cor, que hem compartit perquè tothom en pugui gaudir.

Aquesta Diada que recordarem especialment, ens ha fet adonar que la cultura i la lectura estan més vives que mai i que, en moments com els que estem patint, ens ajuden a continuar endavant.



Quan menys t'ho esperes, passa un àngel!



La papereria Barroso de Blanes fa una donació al Centre Cívic de Vidreres de l'estoc de material que quedava a la papereria. Aquesta donació nodrirà de material l'Escola d'Arts Plàstiques de Vidreres, l'EOC, el Centre Obert, l'Escola d'Adults, l'Espai Jove i l'Escola de Música de Vidreres.

Era el divendres 6 de març de 2020 quan la Marien Campillo, una senyora molt amable de Blanes, ens va trucar per explicar-nos que, malauradament, el seu marit, en José Maria Barroso Román, ens havia deixat el passat mes de juliol. També ens deia que en José Maria tenia una botiga de material de papereria, manualitats i belles arts al carrer Tordera de Blanes. La Marien ens explicava que el seu marit sempre havia dit que quan faltés volia que tot el material de la botiga, ara ja tancada, es destinés a projectes i persones que ho necessitessin. Per aquelles casualitats de la vida, va arribar a les orelles de la Marien que a Vidreres hi havia una escola d'arts plàstiques i altres projectes del Centre Cívic que feien servir aquest tipus de material. Encara no ens sabem avenir que aquesta trucada de divendres ens suposaria la donació més important que el projecte del Centre Cívic de Vidreres ha rebut mai d'un particular.

Dit i fet!, el mateix dissabte (la Marien ens havia demanat que passéssim per la botiga per veure què podríem aprofitar) vàrem anar a Blanes a veure la botiga i a veure quin material podríem fer servir en les nostres activitats. La sorpresa va ser majúscula; hi havia tota una botiga de material escolar, belles arts i manualitats a la nostra disposició. La Marien ens va rebre amb els braços oberts. Llavors vàrem saber que l'estàvem fent feliç perquè veia que el desig del seu marit s'anava a complir.

Des de dissabte al matí fins ben entrat el migdia de diumenge, els diferents professionals del Centre Cívic de Vidreres varen anar fent viatges amb cotxes i furgoneta per portar a Vidreres tot el material que la Marien ens va donar. Literalment, ens va donar la botiga i, amb ella, el desig complert d'en José Maria de fer feliços als infants, joves i adults que aprofitaran tot aquest material per fer activitats als diferents projectes del Centre Cívic.

Els professionals encara no donen crèdit a la quantitat i qualitat de material que, segurament durant els propers anys, podrem aprofitar en els nostres projectes. Cartolines, pintures, llibretes de tot tipus, material didàctic, bolígrafs, llapisos, pinzells, punxons, mapes, diversos tipus de paper, escaires, regles, cartabons i un llarg etcètera de material ara romanen al Centre Cívic i a altres equipaments perquè cada vegada que ho fem servir la Marien i en José Maria (des d'on ens estigui veient) esbossin un somriure de qui es sap satisfet amb un propòsit meravellós.

L'Ajuntament de Vidreres, mitjançant les regidories de cultura i ensenyament i de benestar social, tots els professionals dels projectes del Centre Cívic de Vidreres i totes les famílies, infants, joves i adults volem agrair profundament la generositat d'en José María Barroso i la Marien Campillo en fer-nos aquesta donació magnífica.

Moltes gràcies de tot cor!



Cine Fòrum amb DMD

Grup Vitraris

L'Associació Vitraris ens va convidar el passat dia 22 de Novembre a participar en el Cine Fòrum que organitzen periòdicament, donant-nos així l'oportunitat de presentar la nostra Associació, Dret a Morir Dignament (DMD) i d'obrir un debat després del visionat de la pel·lícula, sobre el dret que tenim tots els éssers humans a una mort digna.



Es va projectar la pel·lícula "Him und Weg" que en el nostre país s'ha comercialitzat amb el títol "Tour de Force". El protagonista, un home jove malalt d'ELA, decideix anar a Bèlgica a morir i el film mostra com el seu entorn, després d'una reacció de rebuig, va entenen la decisió i l'acompanya amorosament fins al final.

Les persones assistents van gaudir del visionat i això es va fer palès a l'hora de les intervencions en el fòrum, tant

comentant la història que havien vist en pantalla com amb l'interès per informar-se sobre el Document de Voluntats Anticipades i l'estat actual de la Llei d'Eutanàsia pendent d'aprovar.

DMD és una associació sense ànim de lucre fundada l'any 1984 que defensa la llibertat de les persones a decidir el moment i la manera de finalitzar la seva vida, especialment quan pateix un deteriorament irreversible i un sofriment insuportable.

Segons els seus estatuts, les seves finalitats són:

- Defensar els drets del ciutadà al final de la seva vida.
- Defensar el dret a l'eutanàsia i el suïcidi mèdicament assistit per a persones malaltes que lliurement desitgen alliberar-se d'un sofriment que viuen com intolerable.

DMD basa la seva tasca en un dret humà fonamental: la dignitat de la persona i el seu dret a decidir fins al final de la seva vida. Lluitem des de la societat civil per arribar a adquirir uns drets que ens falten com és el Dret a Morir amb Dignitat.

Les principals activitats són:

Promoure un clima d'opinió pública favorable i tolerant amb els fins de l'Associació, i amb el màxim respecte envers les diferents opinions, a través de xerrades, cine clubs, promoció de mocions de suport... .
 Buscar el reconeixement legal i social dels drets esmentats.
 Defensar especialment els drets de les persones malaltes .
 Difondre el Document de Voluntats Anticipades (DVA) i vetllar pel seu compliment i pel respecte d'aquestes decisions preses de forma anticipada.

Atendre de manera personalitzada a les persones associades al final de la seva vida: assessorament sobre drets de les persones malaltes (rebuig de tractament, limitació de l'esforç terapèutic, testament vital, sedació terminal), recursos assistencials...

Des de l'any 1998, any en què va morir Ramón Sampedro s'ha discutit al Congreso el tema de la despenalització de l'eutanàsia 17 vegades amb propostes de diferents partits i sempre a instàncies de DMD. El 2018 el PSOE va registrar una proposta de llei però va quedar encallada per l'oposició dels partits majoritaris i al caure la Legislatura va quedar anul·lada qualsevol possibilitat d'aprovació.

L'últim cas conegut és el de la Sra. Maria José Carrasco que demanà al seu company, el Sr. Àngel Hernández que l'ajudés en el seu suïcidi. El Sr. Hernández va quedar a disposició judicial per un delictes de cooperació al suïcidi i al dia d'avui s'enfronta a una pena de presó.

Hi ha moltes persones, com la Maria José que estan esperant la llei, **ÉS URGENT L'APROVACIÓ D'UNA LLEI D'EUTANÀSIA.**

Núria Bagaria voluntària de DMD-GI



Mail: dmd.girona@gmail.cat

Punt d'informació: cada primer dimarts de mes de 18 a 20 hores a l'Hotel d'Entitats de Girona La Rutlla al Carrer la Rutlla, 20-22. 17002 de Girona <https://eutanasia.cat/index.php/ca/>

Lliures fins al final
 Perquè estimem la vida, volem una bona mort

dmd
 DRET A MORIR DIGNAMENT
 CATALUNYA

www.eutanasia.cat



VII edició del festival de jazz a la fresca de Vidreres

Edició 2020 "jazz en clau de dona"

El festival de la setena edició presenta cinc propostes d'agrupacions jazzístiques formades exclusivament per dones

L'Ajuntament de Vidreres, amb la seva regidoria de cultura, organitza la setena edició del FESTIVAL DE JAZZ A LA FRESCA de la vila de Vidreres, a la plaça 1 d'octubre popularment coneguda com a pati de Can Xiberta.

Altres edicions han tingut temàtiques tan variades com Ella Fitzgerald, Django Reinhardt, Batalla de Bigs Bands, i aquest any es vol dedicar un espai especial al jazz interpretat per dones amb una temàtica que dona lloc al motiu de l'edició d'enguany, "JAZZ EN CLAU DE DONA".

Es pretén retre honors a grans intèrprets femenines de la història del jazz amb una mostra de cinc formacions, totes integrades per dones, la qual cosa farà que només soni jazz femení i de qualitat durant els tres dies del festival alhora que l'homenatge sigui, com no pot ser d'una altra manera, contundent i jazzístic.

Les dates i formacions convocades són les següents:



Divendres 28 d'agost

A LES 21:00 HORES



WHISPERING JAZZ QUARTET

Amb un repertori de standards i clàssics del jazz, el quartet Whispering jazz transmet l'essència d'aquest gènere musical d'una forma propera i senzilla, connectant amb l'espontaneïtat i el "divertimento" propis del jazz i el swing més autèntic. Temes compostats per Duke Ellington o Cole Porter, així com cançons pròpies d'Ella Fitzgerald, Louis Armstrong, Chet Baker, Dinah Washington o Frank Sinatra guiaran la interpretació i portaran al públic cap al particular ambient musical dels anys 40 i 50.



SCARLET'S & THE FEMME SOUL BAND

Scarlet's & The femme soul band és un grup barceloní format en 2017. Està compost per Laya Martí, Iveta Vidal i Brigitte Emaga com a cantants i les músiques que les acompanyen: Glòria Mourel (bateria), Andrea Amador (baix), Melodi Gimard (teclat) i Haizea Martiarto (saxo).

La banda musical Scarlet's & The femme soul band es caracteritza per la unió de tres potents veus amb molta personalitat, d'ànima negra, per una estètica impactant i un show en viu que ens recorda a artistes com The Supremes, Destiny's Child o TLC. Un dels punts més característics de les Scarlet's & The femme soul band és que sempre els acompanyen dones músiques, donant un punt de fortaleza femenina en l'escenari que els fa úniques en l'àmbit nacional.

La banda és el punt distintiu que dona caràcter i fa que les Scarlet's & The femme soul band es diferenciïn de la resta de grups, ja que aquesta formació està composta per 7 dones músiques especialitzades en Soul i R & B. Així doncs, a les tres cantants, els acompanyen una teclista, bateria, una baixa i un saxo. Veure aquestes set músiques en directe sobre d'un escenari, tocant en viu, és una experiència vibrant, és l'essència de Scarlet's & The femme soul band.



Dissabte 29 d'agost

A LES 20:00 HORES



WOM'S COLLECTIVE



WOM'S Collective és una proposta liderada per la baterista i compositora Laia Fortià i la cantant, pianista i compositora Clara Luna que té com a finalitat unir talent femení forjat dins el panorama musical català actual. Després d'haver treballat durant més de 4 anys juntes amb el grup WOM arrançant cançons d'altres artistes ara decideixen donar veu també a les seves pròpies composicions. Per dur-ho a terme Clara Luna (piano i veu) i Laia Fortià (bateria i veu) s'uneixen a Anaïs Vila (guitarra i veu) i Magalí Datzira (baix elèctric i veu).

Juntes aconsegueixen un so personal i característic que ens transporta dins l'univers musical d'aquestes dones creadores on l'element unificador de les cançons és la suma de les veus i el teixit sonor que es crea al entrellaçar-les amb els diferents instruments. Algunes de les versions arranjades són temes coneguts dels anys 90 compostats per dones o d'artistes que han col·laborat amb dones instrumentistes cosa poc habitual en aquella època com són Lenny Kravitz o Prince que comptaven amb bateries tan reconegudes com Cindy Blackman o Sheila Escovedo i grups com Smashing Pumpkins on trobavem D'arcy Wretzky tocant el baix. WOM's collective és una proposta femenina sòlida i amb personalitat, dones músics i compositoras, amb ampla experiència i formació musical a Catalunya com als EEUU, Alemanya i Anglaterra, i amb una llarga i sòlida trajectòria als escenaris dels festivals i sales de concerts del territori nacional.



Diumenge 30 d'agost

A LES 18:30 HORES

ISABEL MEMBRILLA & ALBA CARETA

Alba Careta i Isabel Membrilla ens presenten un projecte atrevit i variat. En el seu repertori podem trobar des d'estàndards clàssics fins a composicions pròpies, passant per la música popular catalana i per la música d'autores d'aquí.

L'Alba Careta a la trompeta i a la veu juntament amb la Isabel Membrilla al piano ens faran viatjar amb un repertori distès i amè per arribar a tots els públics.



ISABEL MEMBRILLA

Ha format part de la Big Band Barna Band del Taller de Músics, amb la qual es van presentar a la "Muestra Nacional de Jazz de Ibiza" (1987) i de diferents formacions com: Minton's Quartet (finalistes a la 1a Mostra de Jazz de Catalunya), Jazz Time, Haikú, Gsus Quintet, Alba Careta Lucas Martínez Quintet... Aquest projecte l'han portat a actuar a festivals de jazz com el de Torroella de Montgrí, Banyoles, Zarautz, Blanes, Calella, Premià de Mar, Figueres, Olot entre d'altres.



ALBA CARETA

Projecte propi: "Alba Careta Group" (trompeta i veu: Alba Careta, saxo: Egor Doubay, piano: Adrián Moncada, contrabaix: Jort Terwijn i bateria: João Guerra). Primer disc "Orígens" premiat com a Millor disc de Jazz per Enderrock i presentat per sales i festivals com: Jamboree Jazz Club, Sunset Jazz Club, Festival de Jazz del Soberao (Sevilla), Summertime Festival (L'Haya), Bimhuis (Àmsterdam), Nits d'estiu a la Pedrera (Barcelona), La Bóveda (Zaragossa).

MICAELA CHALMETA BIG BAND



Davant la demanda de visibilització del col·lectiu de dones músics, no només amb alguns instruments específics sinó amb tots ells, Fermín Muguruza recull el testimoni i planteja al Taller de Músics la possibilitat d'organitzar una big band en la qual la presència de dones sigui alta. Com a resposta, s'origina aquesta nova formació, en la qual la representació no és només alta, sinó que únicament està constituïda per dones.

El nom triat a qui retre homenatge: Micaela Chalmeta, referent del món cooperatiu del primer terç de segle XX.

Els objectius de l'edició d'aquest 2020 han estat ambiciosos ja que grups de jazz només de dones no proliferen perquè la tradició del sector ve molt marcada pel sector masculí. De totes maneres la tasca que s'ha dut a terme des de les escoles de música, que s'han implantat per tot el país i que han dotat d'instrumentistes totes les formacions, amb una gran paritat en quant a sexes, ha fet que, tot i ser ambiciosa, la idea no hagi estat un impossible perquè hi ha moltes dones molt ben preparades i que estan fent jazz de primera qualitat.

A part està, evidentment, la complexitat de la condició que tots els components siguin dones, i això ha fet que no sigui fàcil trobar contingut, però el festival, amb l'encert del període d'aportació de grups que va presentar a l'octubre de 2019, ha fet que tots els grups íntegrament formats per dones que existeixin hagin presentat proposta i sinó que grans instrumentistes femenines s'hagin aventurat a presentar un projecte per a l'ocasió, cosa que ha estat doblement atractiva i novedosa.

Amb tots aquests ingredients s'ha pogut seleccionar el festival que es presenta en aquesta setena edició que esperem sigui del grat de tothom.

Salutacions cordials.



Confinats i connectats

Escola Sant Iscle



A mitjans del mes de març i de manera molt sobtada, un virus que anomenen SARS deixa tota la població confinada.



L'escola Sant Iscle ha de tancar portes, i els alumnes es queden a casa tancats, no sabent com passar les hores mortes, la gent es distreu amb missatges animats.



Però si una cosa ens ha fet desco- brir aquest virus, és l'habilitat d'organitzar tot aquest temps, fer gimcanes, receptes en família, aconseguir nous reptes i fer invents.



Amb tot això, l'equip de mestres des de casa busca recursos de caràcter urgent, perquè aquests dies d'incertesa els estu- diants puguin anar fent.



Les famílies, amb molt bona predisposició, posen totes els aparells informàtics en marxa i amb tot l'esforç i col·laboració fem reunions i trobades en xarxa



Aplaudim que metges, sanitaris i policies ens cuidin i posin tot de la seva part perquè mentre durant aquests dies tot el món quedi aïllat.



Mentrestant comença el 3r trimestre telemàtic, i a tots les piles ens ha fet posar, amb tutorials i formació dels programes in- formàtics, perquè el curs puguem continuar.



Tots ens hem fet experts en noves tecnolo- gies el Jitsi, el Hangout, el Zoom i el Meet. Aplicacions que abans desconeixies i que ara per comunicar-nos, no parem de fer servir.



Esperant que aquesta situació no ens angoixi que tot plegat tard o d'hora passarà, quan la vacuna pel covid-19 descobreixin, tot això serà una anècdota més per explicar.



Carnaval a l'escola!

Escola Salvador Espriu

Els nens i nenes de quart, us volem explicar com hem viscut aquest any el Carnaval a l'escola. Veureu que, a alguns de nosaltres, no ens agrada massa la disbauxa que comporta aquesta setmana i que, a uns altres, ens encanta.

Alguns, pensem que a l'Escola Salvador Espriu, la setmana de Carnaval és molt avorrida. Cada dia ens hem disfressat segons una consigna poc original: el dilluns m'he despistat i en pijama a l'escola he anat, el dimarts de Carnaval he anat a l'escola d'animal, el dimecres no hi vull anar perquè els monstres se'ns volen menjar, el dijous d'esportistes ens hem disfressat i d'excursió hem anat, i el divendres tot s'hi val perquè acaba el CARNAVAL!



A molts de nosaltres, ens ha encantat la novetat d'aquest any: a l'hora del pati podíem lluir els fantàstics complements del dia a la desfilada de moda organitzada pels més grans de l'escola.

El dimarts els alumnes de P5, 2n, 4t i 6è van anar al teatre del Casino, on els ranxers ens van fer una explicació molt interessant sobre el Ranxo, que és una tradició de Vidreres que fa molt temps que es celebra i mai s'ha interromput. Antigament, es feia per la gent que tenia pocs recursos; els veïns del poble aportaven diferents ingredients i es posaven en peroles a la plaça de l'Oliva. Vam poder ser ranxers per un dia perquè quan vam arribar al Casino, vam trobar els ingredients típics per fer el ranxo en alguns seients, i després els vam portar a dalt de l'escenari per posar a les peroles.



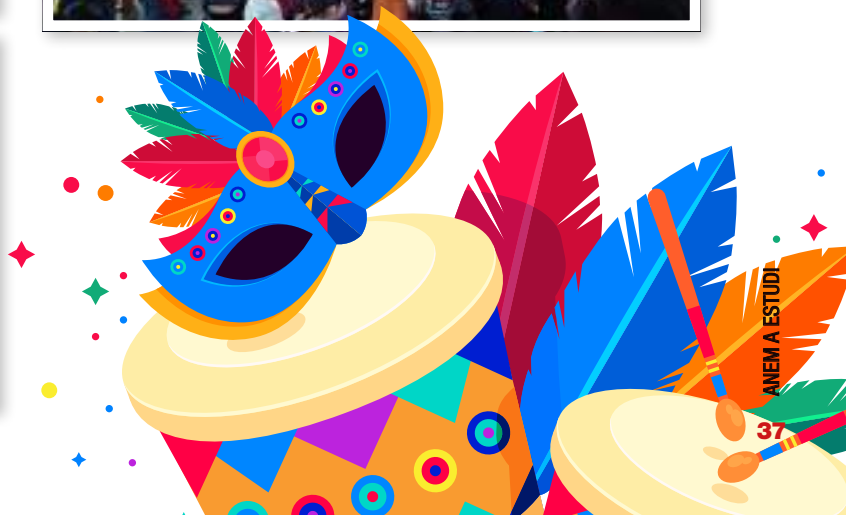
Els alumnes de 6è de les dues escoles del poble havien participat en un concurs on havien de fer un dibuix de la tradició, i la guanyadora, la Dúnia Alberto, va ser anunciada al final de la xerrada. Amb aquest dibuix es van decorar els plats del Ranxo 2020.

El dijous llarder, com marca la tradició, vam buidar l'escola i tots vam anar d'excursió: els més petits al parc de Mas Flassià passant per les vaqueries, els trempats de cicle mitjà al bosc d'en Puig, i els més grans al llac de Sant Maurici. Vam jugar, ens vam cansar i, sobretot, vam gaudir plegats del dia.

Per acabar la setmana, divendres a la tarda, vam fer una festassa: els menuts van cantar i ballar amb l'espectacle d'en Rikús, i els grans vam moure l'esquelet a ritme de zumba!



Com podeu veure, la setmana no va ser gens avorrida! Què en penseu?



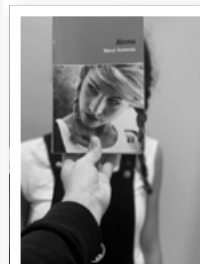
Institut de Vidreres

Celebrem Sant Jordi amb bookfaces

Tradicionalment el Departament de Llengües de l'institut sempre hem convocat algun tipus de concurs de Sant Jordi. Els darrers anys ja havíem fugit una mica del poema tradicional per apropar-nos més als alumnes amb nous tipus de composicions més modernes o actuals. Així al concurs d'haikús de 1r i 2n d'ESO hi afegíem altres concursos d'altres tipus de composicions com acròstics, cal·ligrames, auques...

Enguany, però, tot el que inicialment teníem previst de fer ho hem hagut de suspendre pel Covid19. De tota manera, no podíem deixar passar una festivitat tan emblemàtica com Sant Jordi sense promoure cap activitat literària. Per això, després de parlar-ne vam decidir de convocar un concurs que permetés de mantenir el caliu de la diada a través de les xarxes socials. Com que el confinament ens feia difícil altres tipus de concursos, va sortir la idea dels bookfaces en què només cal tenir un mòbil i un llibre. Es tracta d'escollir un llibre la portada del qual permeti que el cos de la persona hi pugui interaccionar d'alguna manera: donant la mà a la persona de la portada, imitant-ne la cara, el gest, la vestimenta. Per tant, es tracta en certa manera de convertir-nos en els protagonistes reals del llibre, convertir la ficció en realitat.

Els bookfaces enviats pels alumnes tots tenien molta qualitat i originalitat, com podeu veure per aquests que us reproduïm com a exemples. Sens dubte, aquest ha estat un Sant Jordi ben diferent, però que també ens ha possibilitat de viure'l d'una altra manera.



La Visió de la Tere
Sant Jordi confinat
Teresa Carbonell



**Club Twirling Gimnàstic
Vidreres**

Club Twirling Gimnàstic Vidreres



Hola a tots els lectors i lectores del Rec Clar.

Volem començar donant el nostre més sincer condol a totes les famílies que han perdut a familiars i amics durant la Pandemia que estem patint pel Covid-19. Volem donar-vos molta força i ànims a tothom, ja que, en aquests moments, ens fa falta. No hem de perdre l'esperança que tot això acabarà!

El nostre club s'ha vist obligat a paral·litzar totes les nostres activitats, però no tenim cap mena de dubte, que tornarem amb més forces que mai, i continuarem transmetint a través del twirling, els valors esportius, emocionals i personals, que són el que les nostres atletes representen. Abans de l'atur per la Pandemia, totes les nostres atletes van fer una exhibició en col·laboració amb l'Ajuntament de Vidreres i Hu'yu Projects, per celebrar el dia de la dona, ja que cada any, el 8 de Març ens brinda l'oportunitat de recordar les cares de la desigualtat i la discriminació de gènere, que encara persisteixen en el nostre segle.

És un dia de reconeixement a les dones que, amb la seva lluita i esforç al llarg d'aquests anys, han fet possible que avui visquem en una societat més lliure i igualitària. Per això, en un dia com el 8 de Març, de reflexió i reivindicació, volem continuar mostrant el nostre compromís amb la igualtat.

Volem donar les gràcies de tot cor a la Regidora d'Igualtat Eva Madrenys. I com no agrair l'assistència a l'alcalde Jordi Camps i la regidora de Benestar Social i Esports Margarita Solé, moltíssimes gràcies per el vostre suport desde el primer dia.

A més a més, una petita part del club havíem començat per primera vegada a la Federació Esportiva Catalana de Twirling, l'única federació reconeguda oficialment per la Generalitat de Catalunya, i les nostres atletes, van obtenir uns grans resultats a la Semifinal de la zona nord, organitzada a Valls.

També volem mencionar a Irune Catalán, una de les nostres atletes que no va poder assistir per motius de lesió.

INDIVIDUALS CATEGORIA INICIACIÓ JUVENIL

- 1 posició Mar Hernandez.
- 2 posició Bruna Bernadó.
- 10 posició Itziar Aguilar.
- 12 posició Meredith Barberán.

INDIVIDUALS CATEGORIA 3a DIVISIÓ JUVENIL

- 1 posició Irene Álvarez.
- 4 posició Rocío Peña.
- 5 posició Paula Gómez.
- 6 posició Abril Sacasa.
- 9 posició Aina Masnou.
- 13 posició Dunia Alberto.
- 20 posició Raquel Escalera.

INDIVIDUAL CATEGORIA 3a DIVISIÓ JUNIOR

- 1 posició Cèlia Bernadó.

EQUIPS 2a DIVISIÓ JUNIOR

- 3 posició Gimnàstic Vidreres.



La classificació de la nostra atleta Paula Gomez, en la federació de catalana NBTA de Twirling, amb el seu exercici de X-STRUCH, per al mundial que s'anava a realitzar en els Països Baixos (Eindhoven), també s'ha posposat per l'Agost del 2021, així que a continuar entrenant a tope!

Teníem moltes activitats programades com el festival de fi de curs, el menjar de germanor del club, els entrenaments d'estiu, les sortides i colònies d'estiu, però donades les circumstàncies no sabem si les podrem realitzar en les dates acordades, així que no perdeu de vista les nostres xarxes socials, allà us informarem de tot.

Finalment, volem agrair a totes les famílies que estan col·laborant perquè aquest mal somni del Covid-19 acabi aviat. Però, volem agrair-ho més encara, a tots els nens i nenes del món, ja que ens estan ensenyant moltíssim aquests dies.

Moltíssimes gràcies a tots!!



Atlètic Vidreres FSCE

Atlètic Vidreres FSCE

La temporada 2019/20 per l'Atlètic Vidreres FSCE es presentava amb moltes novetats:

- Equips nous: benjamí federat i base femení.
- Equips en construcció: aleví i sènior femení escolars.
- Nous reptes: organització d'esdeveniments pel poble i per la federació.

Tot anava sobre el previst, el club anava creixent dia rere dia. Els i les esportistes entrenaven dur durant la setmana per afrontar de la millor manera el partit del cap de setmana. Però, de sobte un virus ens ha obligat a parar en sec. Ja no entrenem junts, no juguem partits i no ens veiem. Així que hem decidit entrenar-nos des de casa per guanyar el partit més important de la temporada. Tots junts guanyarem al COVID 19! I tornarem més forts/es que mai!

Des de casa, estem treballant per reprendre l'activitat esportiva quan les autoritats ens donin via verda. Així que, des d'avui queden obertes les inscripcions de la temporada 2020/21. On seguirem treballant per seguir evolucionant i creixent. Seguint el full de ruta i si tot va segons el previst, la temporada 2020/21 tornarem a tindre totes les categories. Per inscriure't envia un e-mail a coordinador@atleticvidreres.com o enviant un WhatsApp al telèfon 679089272, demanant més informació i la fulla d'inscripció.

Si vols contactar amb nosaltres:

Telèfon: 679 08 92 72

Mail: coordinador@atleticvidreres.com

Segueix-nos a:

Instagram: @atleticvidreres

Facebook: Atlètic Vidreres FSCE

Twitter: Atlètic Vidreres FSCE

Degut a la crisi sanitària del COVID-19 ens veiem obligats a anul·lar els nostres actes esportius que teníem preparats pel mes de juny (torneig 3x3 i play off d'ascens de FCF). A més, de no poder acabar les respectives lligues de la temporada.



CATEGORÍA	HORARIS		QUOTA
ESCOLETA (2015-14-13-12)	<u>Dimarts 16:45 – 18:15 - INSTITUT</u>	<u>Dijous 16:45 – 18:00 - PAVELLÓ</u>	12€ (1 dia) o 20€ (2 dies) + 30€ matricula
BENJAMI (2012*-11-10)	<u>Dilluns 17:45 – 19:15 - PAVELLÓ</u>	<u>Dijous 16:45 – 18:15 - INSTITUT</u>	30€ (2 dies + partit) + 40 € matricula
INFANTIL (2009*-08*-07-06)	<u>Dilluns 19:00 – 20:15 - PAVELLÓ</u>	<u>Dimecres 19:00 – 20:30 - PISTA COBERTA</u>	30€ (2 dies + partit) + 40 € matricula
CADET (2005-04)	<u>Dilluns 19:15 – 20:30 - PAVELLÓ</u>	<u>Dimecres 19:00 – 20:30 - PAVELLÓ</u>	30€ (2 dies + partit) + 40 € matricula
JUVENIL (2003-02-01)	<u>Dilluns 20:00 – 21:30 - PAVELLÓ</u>	<u>Dimecres 20:00 – 21:30 - PAVELLÓ</u>	30€ (2 dies + partit) + 40 € matricula
BASE FEMENÍ (6 a 16 anys)	<u>Dimarts 18:00 – 19:30 - INSTITUT</u>		12€ (1 dia) + 30€ matricula
SÈNIORS (+18 anys)	<u>Dilluns 21:30 – 23:00 - PAVELLÓ</u>	<u>Dimecres 21:30 – 23:00 - PAVELLÓ</u>	<u>Divendres 21:30 – 23:00 - PAVELLÓ</u>

Tots els horaris són provisionals, tant poden canviar d'hora, com de dia, com de lloc.



Nou Patí Vidrerenc

Nou Patí Vidrerenc



Aquests dies són molt incerts per tots i en aquests moments de dificultat, primer de tot volem transmetre un missatge d'escalf i solidaritat per a tots, així com donar suport i agraïment a tots els serveis que ajuden amb el seu gran esforç i sacrifici a fer front a aquesta crisi sanitària.

Des del club també volem donar ànims i força especialment a totes les famílies que s'ha pogut veure afectades directament per aquesta situació.

Com en tota situació nova i complexa, ens hem hagut de reinventar. Per començar hem hagut de replantejar objectius i planificar com assolir-los de la millor manera possible. Sempre pensant en els patinadors i patinadores i les seves famílies, els nostres entrenadors i entrenadores, han anat portant a la pràctica noves idees per acompanyar-los emocionalment, seguir motivant-los i així donant-los la oportunitat de poder seguir treballant fora de la pista, sempre amb l'ajuda de les noves tecnologies que ens ajuden a sentir-nos més a prop.

Així doncs, adaptant objectius i necessitats a les diferents categories, treballem diferents aspectes de la seva formació física i mental: estiraments, flexibilitat, cardio...



Aquesta nova manera de treballar els ha fet, a tots ells, adaptar els seus espais, el menjador, el pati o el passadís són ara la nova pista.

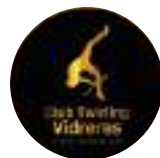
Però és únicament d'aquesta manera i sempre intentant acompanyar-los emocionalment com podrem mantenir la seva motivació i de pas la seva condició física.

També hem treballat la seva imaginació, creativitat, etc... fent dibuixos, vídeos, collages, com per exemple dissenyant cadascú el seu propi mallot; Així és com anem treballant a dia d'avui el nostre esport.

Esperem que aquesta situació passi ben aviat i que puguem retrobar-nos amb salut i il·lusió per reprendre la nostra activitat de la millor manera possible, i intentar recuperar aquest esport que tant estimem i trobem tots a faltar.

Salut i força!
Junta del Nou Patí Vidrerenc





Club Twirling Vidreres



Un dia com avui el nostre club es suma al confinament del Covid-19, primer de tot donar-vos moltíssima força en moments tan durs com aquest tots units guanyarem!!!

Per sort una petita part del nostre club va poder començar la temporada a la Federació Catalana de Twirling. I així proclamar-se campions absoluts de catalunya 2020 per tercer any consecutiu, el nostre equip torna a ser potencia territorial i nacional.

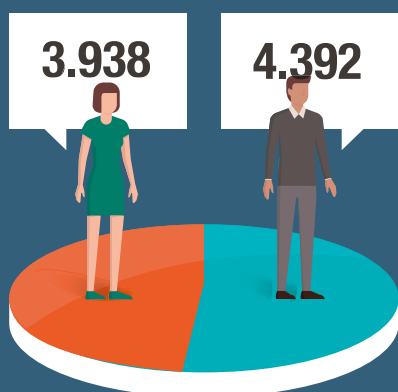
Ara començàvem la temporada Nacional on ja teniem preparats petits atletes Vidrerencs que aquest any han volgut escollir el nostre club per iniciar la seva llarga trajectòria esportiva al costat del equip campió de Vidreres.

Ja que som un dels equips catalans classificats internacionalment, malauradament però per salut de tots els nostres esportistes a nivell Mundial els nostres internacionals pasarán a ser disputats al 2021.

Amb paciència ,disciplina i constancia esperem que tota aquesta situació ens deixi continuar amb projectes com ara tenim per devan ;

- El show del ludibasket 2020
- El campus d'estiu amb la millor esportista nacional i tercera de europa de twirling paula megia 2020 .
- I preparar tota la festa major de vidreres el nostre poble

Així desde el nostre Club us enviem una forta abraçada i una vegada mes tots junts tornarem a guanyar!!!!!!



Cens de la Població

Del 16 de desembre de 2019 al 15 de març de 2020.

La població de Vidreres ha augmentat en 28 habitants.

Ha passat dels 8.302 del 16 de desembre de 2019 als 8.330 del 15 de març de 2020. D'aquests habitants, 4.392 són homes i 3.938 són dones.

FONT: Padró Municipal d'Habitants



Club Olímpic Vidreres

Club Olímpic Vidreres



Hem viscut moments difícils, el virus COVID-19 ens ha privat de moltes coses: la llibertat de moure'ns, la llibertat d'estar amb els nostres éssers estimats, la llibertat de fer el que vulguem en qualsevol moment.

No obstant això, de tota aquesta experiència negativa hem après que la societat en què vivim és molt solidària i sobretot responsable. En veure els carrers de Vidreres completament buits, els boscos sense gent que camina, corre o va en bicicleta, ha estat una gran prova per a la nostra societat. Hem guanyat el virus i ara podem tornar a gaudir d'aquests petits plaers que no valoràvem abans.

Si els adults han tingut una temporada difícil, els nostres fills han estat les víctimes reals de la reclusió. Ara és el moment de premiar-los fent amb ells tot el que s'ha privat: jugar amb ells, viatjar amb ells, fer-los gaudir de les seves aficions. Malauradament, el Club Olímpic Vidreres va haver d'aturar la seva activitat de sobte.

Aquest estiu esperem tornar a gaudir del nostre campus tradicional d'estiu on els nostres petits esportistes gaudeixen de llargues passejades en bici, multitud de jocs divertits per entretenir-los i exercitar el cos, aprenent en la tècnica de la natació amb un merescut bany a la piscina municipal de Vidreres.

Des d'aquí animem a tots els nens, ja sigui que ja pertanyin al Club Olímpic de Vidreres en les seves seccions d'atletisme i voleibol o si practiquen altres esports, que gaudeixin del campus infantil de triatló que se celebrarà a les instal·lacions municipals de la piscina de vidreres del 22 de juny al 28 d'agost.

Un cop finalitzat l'estiu, una nova temporada començarà a les seccions del nostre Club. L'escola d'atletisme començarà a entrenar al setembre i tornarà amb els atletes d'entre 5 i 16 anys, mentre que la secció de voleibol comptarà amb jugadors/es de 5 a 18 anys.



Des d'aquestes línies hem d'agrair als socis i membres del Club Olímpic Vidreres la confiança que en la nostra entitat han tingut en aquests temps difícils.

Ens veiem aviat!!!



Ranxo 2020

Un any amb moltes novetats!

El Ranxo d'enguany no ha estat marcat per la visita d'autoritats tan importants com el darrer però... hi ha hagut moltes novetats!



En primer lloc, en Carles Sais Bonet que és ranxer des de fa més de 50 anys ha ocupat enguany el càrrec de Ranxer Major! L'honor de ser Ranxer Major està a l'abast de molt pocs ja que requereix molta dedicació durant molt temps i, en aquest cas també tenir un gran amic i company com en Josep Martorell. La teva emoció en arribar a la plaça acompanyat de les pubilles, els hereus i els autoritats ha estat, sense dubte, el millor regal d'aquest Ranxo. T'estimem molt Carles!



En segon lloc, després d'uns quants anys esperant-lo hem estrenat el nou tancat del recinte del Ranxo! L'objectiu d'aquest nou tancat és millorar la seguretat, el muntatge i el manteniment de la plaça però sempre mantenint la seva essència. Tot i que aquest any faltaven alguns detalls per enllestir, creiem que ha estat un canvi molt positiu i volem fer un especial agraïment a l'ajuntament i a tothom que ho ha fet possible.



I per últim, el dinar a la plaça! Tradicionalment, a Vidreres la gent del poble s'ha endut l'olla plena de ranxo a casa seva per gaudir-lo en família i amics. Tanmateix, la nostra intenció és que tothom que vulgui pugui menjar el ranxo assegut a la plaça i així poder allargar i compartir una estona més aquesta festa que tan ens agrada. L'experiència d'enguany ha estat molt positiva tan per la rebuda que ha tingut la iniciativa com per la participació i col·laboració dels vidrerencs i vidrerencs (i també dels visitants) en aquest dinar de germanor que esperem que creixi any rere any.

Tot i que aquest any no teníem cap perola nova per beneir, va venir en Mossèn Jordi a donar-nos un cop de mà i també a beneir les peroles, el ranxo i els ranxers i les ranxeres (per si de cas!). Moltes gràcies Mossèn i esperem que vinguis cada any!



Igual que en els darrers anys, en aquesta edició del Ranxo hem gaudit de l'ajuda dels ranxers itinerants. Aquest any els afortunats han estat la Vicky Pruna i en Manuel Corbetta. Estem molt agraïts perquè han viscut el Ranxo des del cor i ens han ajudat com si fes tota la vida que formessin part de la Comissió del Ranxo.



Comissió del Ranxo



En aquest sentit, estem molt contents d'anunciar-vos que la figura del ranxer itinerant està assegurada com mínim fins d'aquí dotze anys! Tothom que s'hi vulgui apuntar és benvingut i aprofitem per recordar els principals objectius d'aquesta figura: donar la oportunitat a tothom que vulgui participar de manera activa en l'elaboració del Ranxo i fer cantera de cara a futures incorporacions a la Comissió del Ranxo.

Com sempre volem agrair l'ajuda de l'ajuntament, la brigada municipal, policia local i treballadors de l'ajuntament durant totes les festes. Les escoles municipals del nostre poble són essencials i volem agrair en especial als seus directors i alumnes de 6è per ajudar-nos a fer el disseny del plat del ranxo, que per cert per primera vegada hi ha sortit la figura d'una ranxera (moltes felicitats i moltes gràcies Dúnia!). Tampoc pot faltar el nostre agraïment i admiració als músics de l'Escola Municipal de Música de Vidreres que ens acompanyen des de fa dos anys a la recollida del diumenge. Sense vosaltres i l'alegria de les

vostres cançons no hauria estat possible recuperar aquesta tradició. Esperem que ens acompanyeu molt anys més!

I una peça essencial que fa possible aquest gran dia: totes les pubilles i els hereus! Moltes gràcies per la vostra ajuda i il·lusió de viure el Ranxo.

Finalment i com sempre moltíssimes gràcies a tot el poble de Vidreres que any rere any es volca amb aquesta tradició. Cada comerciant i cada restaurador que col·labora, els que sempre ens acompanyeu a fer la recollida, cada persona que ens obre la porta de casa, cada crit a la subhasta i cada somriure quan marxeu cap a casa amb l'olla plena de ranxo fan possible la nostra festa.

Ara més que mai, salut a tothom! Visca el Ranxo! Visca Vidreres!

L'orgull, la tradició i el Patrimoni d'un poble!

Fins sempre Creixença

Fa uns dies ens va deixar una persona molt especial i molt estimada per tots nosaltres: la Creixença. Des de feia més de vint anys, que quan el sol despuntava ja baixava a pelar cebes, alls i patates, a tallar botifarres i, en definitiva, tot el que fes falta. Fins i tot en els últims anys, va fer d'escolaneta del Mossèn Jordi durant la benedicció de la perola nova. Sempre seràs amb nosaltres, et trobarem molt a faltar.



Novetats a la FERSHC: Nova junta i president

La FERSHC (Federació d'Escudelles, Ranxos i Sopes Històriques de Catalunya) es va fundar per unir forces entre totes les viles antigues amb un àpat solidari amb l'objectiu d'esdevenir Festa Patrimonial d'Interès Nacional. Després d'un any d'aprenentatge, el passat 7 de març a Verges en assemblea es va renovar la junta directiva. En primer lloc, volem agrair la feina feta per la junta sortint amb en Kim Cama Gil (Verges) al capdavant. A partir d'ara aquesta junta tindrà una gran representació vidrerenca amb Jordi Presas com a President, en Miquel Catot (Castellterçol) com a Vicepresident, en Marc Ball-Ilosera com a secretari i l'Enric Gual com a tresorer. A més a més, com a vocals hi ha l'Arnau Call i l'Elena Gómez.

La Festa del Ranxo a Vidreres





Carnaval a Vidreres







L'amiant

FRANCESC ALDRICH

L'amiant o asbest. Amiant és una paraula d'origen llatí, *amiantus*: incorruptible; també es coneix com asbest, paraula d'origen grec: incombustible. És un material d'origen natural constituït per sis minerals: l'asbest de crisòlit (asbest blanc), la crocidolita (asbest blau), l'amosita (asbest marró), la tremolita, l'antofil·lita i l'actinolita. La característica que tenen en comú aquests minerals és la seva estructura en fibres i fibretes que es compacten fàcilment amb altres materials, com el ciment (fibrociments), tèxtils, paper etc. Els principals països productors són el Canadà, Zimbawe, Xina, Rússia, Perú i Brasil. Es un material barat degut a la seva abundància en el medi natural.



El seu ús en la indústria i en la construcció és degut a les seves característiques físiques: té una elevada resistència a la tracció, és un excel·lent aïllant, es inert químicament, és ignífug i resistent a la corrosió. Conegut i emprat des de l'Antiguitat es va introduir paulatinament a la indústria des del començament del segle XX, principalment en l'àmbit de la construcció (teulades i canonades), drassanes, centrals tèrmiques (aïllant de calderes), transmissió mecànica (frens, embragatge), tèxtils contra el foc etc. A Espanya va tenir el seu màxim exponent en el període entre els anys 50 al 80 per la producció i comercialització de l'empresa Uralita.



Té uns efectes negatius considerables. Quan es descompon o quan es treballa en la seva manipulació, se separen les fibres i queden flotant en l'atmosfera i, si es respiren de forma continuada, produeixen malalties tan greus com l'asbestosi i el càncer de pulmó, entre d'altres malalties. D'aquí que a partir dels anys 80 s'hagin desenvolupats lleis i reglaments per preservar la salut humana i del medi que culminà en la prohibició del seu ús a l'estat espanyol el 7/12/2001 i a la Unió Europea al 2002. A la resta del món hi ha normatives més o menys estrictes, però se segueix exportant en països com el Canadà, que té una legislació de protecció als manipuladors enormement estricta, però segueix exportant amiant a països poc desenvolupats, o Rússia que l'any 2015 va exportar un milió de tones d'amiant.

L'altre gran problema rau en la descontaminació del material d'amiant encara existent perquè segueixen llocs on hi ha una exposició continuada. El metro de Barcelona fa poc en va ser un exemple negatiu. El límit legal de fibres d'amiant en l'aire dels llocs contaminats en la U.E és de 100.000 fibres/m³, mentre que les autoritats sanitàries el recomanen baixar a 1000 fibres/m³. És per això que la U.E. demana la descontaminació total per l'any 2030.



En els nostres pobles i ciutats podem tenir encara cobertes, canonades i dipòsits que contenen amiant (uralites). Aquests sistemes estàtics, si són íntegres i no degradats, tenen un desprendiment de fibres mínim. En canvi, si es trenquen, s'esquerden o es troben molt degradats pel pas dels anys donen valors alts de fibres i s'han de retirar per empreses especialitzades a abocadors controlats. El cost d'aquesta actuació és alt, per això caldria que funcionés un sistema d'ajuts per part de l'administració competent si es vol una descontaminació ràpida. La subvenció de la Generalitat de l'any 2019 es va exhaurir el febrer d'aquest any.

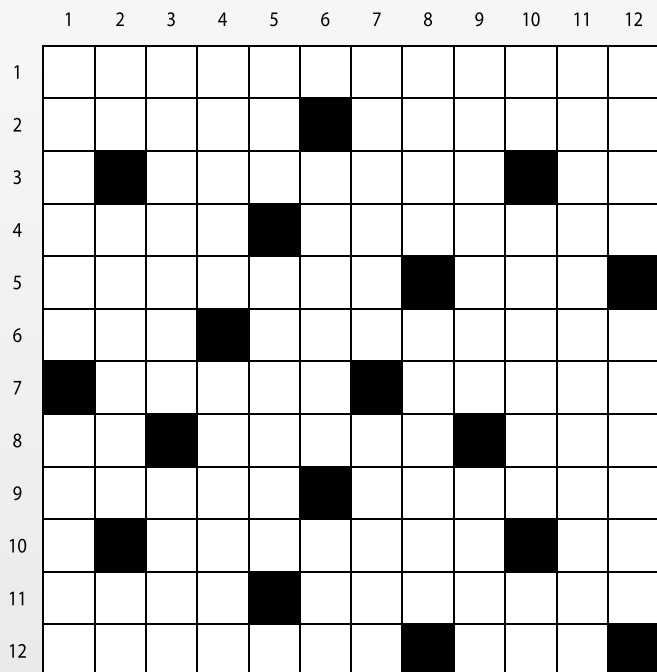
Francesc Aldrich





Fem poble tot entretenint-nos

Mots encreuats



ORITZONTALS

1. Ve d'Aiguaviva amb aigua (tres paraules que rellisquen per la vertical).
2. Si te'l saltes pots fer-te mal. Un mal lloc per caure-hi.
3. Fa fum. Persegueix amb una certa empatia. Infusió d'estèvia.
4. Segons com te'l mires és curt. Abandonis a terra.
5. Sense aquest arbret no hi hauria gintònics. Zodi d'Identificació Fiscal

6. Primers rajos de sol ixent. Regues.
7. Així en diríem de can Pla, can Magí, can Vives... si fossin de Rússia. La part femenina d'en Blai.
8. Síntomes d'adolescència. Prengui de la paga final. Neus Xargai Girona.
9. La de Vidreres és Bella. Posin notes amb el cap baix.
10. La. Determinar un valor amb afecte. Sentència nupcial.
11. Mineral molt freqüent als lavabos. Dogal que molts homes es posen all coll.
12. Fuges amb la guineu. En aquest moment, mira-t'ho com vulguis.

VERTICALS

1. Al Pla de Vidreres en tenim un d'històric però aquests dies tothom n'ha tingut un a casa seva. Seient en forma d'esglaó que puja.
2. Part no comestible d'un melis. El pati de tota la vida. Encara discutim si va abans o després de la gallina.
3. Com que no són enteres no tenen fi. Ximple que no veu bé el cine.
4. Diamant de baralla francesa. Xipoll, toll, aigüerol.
5. Aplicació. Té el cul pelat de fer una cosa. De pràctiques.
6. Deposa. Adquirida. Institut de Ciències de l'Educació.
7. Quan ja està tot dit encara té coses per dir. No passa desapercebut. 8. Tasta un vi castellà. Situar dins d'un buirac fet malbé.
9. Encareix el producte forani. Obra malament i perd la vista.
10. Comença la batalla. Un dels dos que aguanten els pantalons. Dos d'un parell.
11. Poc amic dels de Vox.
12. Renyes donant la nota. La dels impostos no és precisament de sang.

Sopa confinada

Com que hem estat tants dies tancats a casa, trobeu-hi 17 noms de parts d'una vivenda



COVID-19

ASSUMPCIÓ MORÉ FÀBREGAS

Que és un coronavirus?

És un tipus de virus que circula entre els animals però alguns d'ells també poden afectar éssers humans i poden causar problemes respiratoris que majoritàriament produeixen simptomatologia lleu.

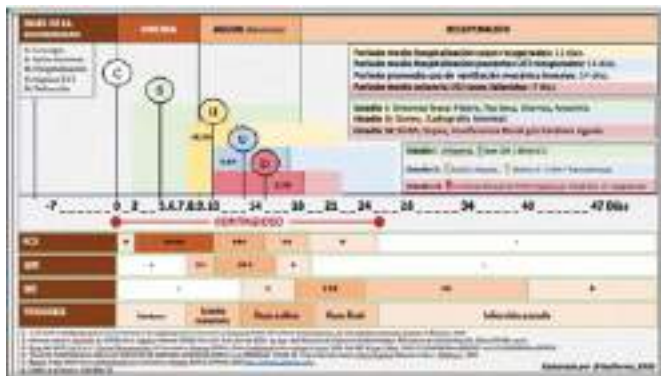
Que és el coronavirus SARS-CoV-2?

És un nou tipus de coronavirus que pot afectar les persones i que es va detectar per primera vegada el desembre de 2019 a la ciutat de Wuhan, província de Hubei, a la Xina.

Es manifesta amb tos, mal de coll, febre o malestar general i sensació de falta d'aire. En alguns casos també poden generar-se símptomes digestius com diarrea i dolor abdominal. En casos més greus, la infecció pot causar pneumònia, dificultat important per respirar, insuficiència renal i inclús la mort. Els casos més greus generalment apareixen en persones d'edat avançada, o que pateixen alguna malaltia crònica, com malalties cardiovasculars, respiratòries o immunodeficiències.

El temps mig des de l'inici dels símptomes fins la recuperació és de 2 setmanes quan es dona un cas lleu, i de 3-6 setmanes quan es dona un cas greu o crític de la malaltia.

El període d'incubació de la malaltia oscil·la de 1 a 14 dies després de la infecció pel virus. Durant el període que no es presenten símptomes però s'està infectat es pot transmetre el virus i infectar, per això és important mantenir la distància en tot moment.



La forma d'adquirir la infecció no es coneix de manera precisa. Sembla que la transmissió del coronavirus es dona per contacte estret amb les secrecions respiratòries que se generen amb la tos o l'esternut d'una persona malalta. La seva capacitat de contagiar depèn de la quantitat del virus que presenta a les vies respiratòries. El virus infectaria a una persona si aquestes secrecions entren en contacte amb el seu nas, ulls o boca. Segons les investigacions, sembla poc probable la transmissió per aire a distàncies majors d'un a dos metres.

Per ara, no existeix un tractament específic, ni vacunació. Se poden tractar els símptomes i assegurar un adequat suport vital.

Per tal d'evitar el contagi és important prendre mesures genèriques de protecció individual:

- Netejar-se sovint les mans, amb aigua i sabó (min 40") o amb solució alcohòlica.
- Mantenir una distància de 2 metres amb altres persones.
- Evitar el contacte estret amb persones que presentin signes de refredat, sobretot al tossir o esternudar.
- Tapar-se la boca i el nas amb mocadors d'un sol ús o amb el colze flexionat en tossir o esternudar, i a continuació, rentar-se les mans.
- Evitar tocar-se els ulls, el nas o la boca.
- Al tornar a casa: habilitar un espai a l'entrada on deixar els objectes que no es necessitin (cartera, claus, bossa, ...), intentar no tocar res i treure's les sabates.
- Ventila molt bé totes les zones comunes de la casa.
- Evitar compartir menjar, estris o altres objectes sense netejar-los degudament.
- Desinfectar totes les superfícies que es toquen sovint: mobles, poms de porta, interruptors, aixetes, banys i cuines.. amb lleixiu (2 cullerades soperes per litre d'aigua), aigua oxigenada o alcohol al 70%.
- Desinfecció dels vegetals, actualment encara no hi ha evidència científica de que els aliments poden ser una font o una via de transmissió probable. Si es volen desinfectar, utilitza una cullereta de postes de lleixiu APTÉ per a la desinfecció d'aigua de beguda per cada 1,5l d'aigua. Mantingues els vegetals un màxim de 5 minuts en aquesta solució i esbandeix-los bé amb aigua corrent.
- Utilització de mascareta i guants, No es necessari, però ens certs casos es recomana, com a l'hora d'anar a comerços o llocs on és més difícil mantenir la distància de seguretat. Si s'utilitzen recordar FER UN ÚS CORRECTE.

Al mercat podem trobar diferents tipus de mascaretes:

Mascaretes: Tipus i consells d'ús

PER EVITAR CONTAGIAR:
Mascaretes quirúrgiques i higièniques.

Limpiar la parte superior del cono.
No portarlas a los ojos.
Si se usan en un espacio cerrado, cambiarlas a los 4 horas.

PER NO CONTAGIAR-SE:
Mascaretes FFP2/FFP3 amb válvula de exhalación.

Preocuparse a que no quita por el momento el cono. No ahusar si se usan en un espacio cerrado, cambiarlas a los 4 horas.

PER EVITAR CONTAGIAR I NO CONTAGIAR-SE:
Mascaretes FFP2/FFP3 i N95.

Limpiar la parte superior del cono.
Preocuparse a que no quita por el momento el cono. No ahusar si se usan en un espacio cerrado, cambiarlas a los 4 horas.

Recomanacions d'ús

Desinfectar las manos antes de tocar la mascarilla.

Colocar la mascarilla sobre la boca y la nariz.

Una vez puesta, no tocar la mascarilla ni el filtro.

Evitar tocar la parte superior del cono de la mascarilla.

Evitar tocar la parte superior del cono de la mascarilla.

QUIRÚRGIQUES I HIGIÈNIQUES:

Limiten la propagació del contagi. No protegeixen a qui les porta. Són d'un sol ús i es recomana portar-les un màxim de 4 hores.

FFP1 AMB VALVULA:

No protegeixen a qui les porta, ni evita el contagi. Tenen una eficàcia de filtració de micropartícules mínima del 78% i un percentatge de fuga cap a l'interior màxim del 22%. Són les utilitzades per al·lèrgies (antipol·len)

FFP2 / FFP3 AMB VALVULA:

Protegeixen a qui les porta però no eviten el contagi. No s'han d'utilitzar en malalts ni si es tenen símptomes, ja que poden propagar el virus. Tenen una eficàcia de filtració mínima del 92% (FFP2) / 98% (FFP3), i un percentatge de fuga cap a l'interior màxim del 8% (FFP2) i 2% (FFP3).

FFP2 / FFP3 / N95 (SENSE VÀLVULA):

Limiten la propagació del contagi. Protegeixen a qui les porta. Poden ser reutilitzables (han de portar la marca R), depenen de la integritat de la mascareta i del bon ajustament facial.

CASOLANES:

Les mascaretes "casolanes" poden estar fabricades de materials molt diferents i els assajos i investigació clínica sobre la seva eficàcia és limitada. No obstant la evidència disponible demostra que les mascaretes de tela protegirien menys que les quirúrgiques.

MASCARETES CASOLANES

Actualment, els especialistes recomanen posar-se una protecció que tapï boca i nas en sortir de casa.

Cal recordar però que la mascareta és només una **mesura complementària** i que pot ser un focus de contaminació si no es segueixen les següents recomanacions:

- Ha de rentar-se i desinfectar-se cada vegada que s'usi. La rentadora a 60 °C és suficient.
- S'han de fer amb materials que s'adaptin bé al rostre i a ser possible que expulsin la humitat, com poden ser les fundes de coixí o samarretes 100% de cotó.
- S'ha d'evitar tocar-la amb els dits, i si es fa, cal rentar-se de seguida les mans.
- Quan no s'usin, s'han d'emmagatzemar en una bossa de paper neta i tancada o en un recipient transpirable.

Les mascaretes poden protegir d'un possible contagi a les persones que les porten posades i les persones que les rodegen, però és important remarcar que no proporcionen per si sol suficient protecció i s'han de prendre altres precaucions.

Si s'utilitza mascareta, es molt important seguir les següents recomanacions d'us, per tal d'utilitzar-la correctament.

- Rentar-se bé les mans abans de tocar la mascareta.
- Col·loca la mascareta de manera que cobreixi bé el nas i la boca. No han de quedar espais de separació amb la cara. Fixar bé el ferro de la mascareta al nas, en cas de disposar-ne.
- Un cop posada NO tocar-la, i si es fa, rentar-se les mans.
- En el cas que la mascareta estigui humida, s'ha de substituir per una neta i seca.
- Treure-la des de la part de darrera o per les cintes que la subjecten. Si s'ha estat en contacte amb una persona infectada, la part frontal de la mascareta pot estar contaminada, per això, és molt important evitar tocar-la al treure-la.
- Dipositar-la a l brossa de rebuig i rentar-se de nou les mans.

Tant les mascaretes quirúrgiques com les filtrants, se consideren NO REUTILITZABLES. Si es necessari reutilitzar-la, sempre serà per part de la mateixa persona. S'estan estudiant mètodes de desinfecció de les mascaretes, però es molt complicat generalitzar donat que cada mascareta pot tenir unes característiques diferents en funció del fabricant.

Els resultats sobre les mascaretes estudiades són els següents:

- Desinfecció a altres temperatures: Sotmetre els equips durant 24h a 70°C, seguit d'altres 24h a -30°C. S'ha observat que la capacitat de filtració de la mascareta no es veu alterada.
- Desinfecció amb alcohol polvoritzat: Pot inactivar la retenció electrostàtica de les fibres i originar una disminució de l'eficàcia de filtració.
- Desinfecció amb ús de vapor a 134°C: Pot originar una disminució de la capacitat de filtració, i produir la deformació de la mascareta.
- Rentat amb aigua o solucions sabonoses: Pot causar deformació de la mascareta i afectar a l'ajustament de la cara.
- Desinfecció amb microones: No hi ha dades concloent sobre la influència d'aquest mètode.
- Desinfecció per radiació ultravioleta germicida: El virus és sensible a rajos UV i, en principi, a dosis baixes, no afectaria l'eficàcia de filtració. A dosis altes, és més eficaç contra el virus, però genera un augment de la penetració i deteriorament del material.

RECORDA! CatSalut ha habilitat una "APP" StopCovid19Cat per fer seguiment de les persones afectades per la malaltia i veure com evoluciona la pandèmia a Catalunya. Permet a la població controlar el seu estat de salut sense sortir de casa, mantenint el confinament i evitant col·lapsar els serveis sanitaris.

Per a més informació sobre el coronavirus podeu consultar el canal [salut.gencat.cat/coronavirus](https://www.gencat.cat/coronavirus) o trucar el 061 Salut Respon. Per informació, dubtes i consultes generals trucar el 012 i per emergències greus i de risc vital, en els quals calgui la presència de bombers, ambulància o policia, el 112.

Viatge per viure

POL PRUNEDA

Parlaré d'un viatge transformador de fa uns mesos, de Vidreres a l'altre punta del món.

No heu pensat mai que la vida s'ha tornat avorrida i insubstantial? Que a la feina o estudis els manca significat? Que fa temps que vius a "mig gas" i que no estàs donant tot el que pots donar de si? I que estàs malgastant els millors anys de la vida en projectes que en el fons -si ets sincer amb tu mateix- no et fan sentir realitzat?

Jo sí.

A començaments de l'estiu passat feia uns mesos que pensava així. I com si no n'hi hagués prou, tots aquests pensaments anaven acompanyats d'un sentiment de frustració constant, d'insatisfacció permanent, de tristesa i ràbia, per estar-ho veient i no fer-hi res. Ja no ho podia aguantar més, no em sentia prou viu. A veure, tampoc és que fos tan terrible; si hagués volgut hauria pogut "anar fent". Però passa que tenia (i tinc) alguna cosa dins meu que em diu clarament que no he vingut en aquesta vida per malgastar el temps fent o essent el que no sóc, i conformant-me amb una "vida més o menys agradable".

Aquesta veueta em deia que era hora de sortir de la meua zona de confort i superar algunes de les meves pors. Em deia que necessitava "sentir més la vida", expandir-me i conèixer noves cultures; en definitiva, veure món. Així que -en un acte de valentia- vaig decidir que quan l'estiu s'acabés marxaria de viatge.

Emprendre aquest viatge em va resultar molt difícil. Em feia molta por viatjar sol i abandonar durant un temps tot el que tenia aquí. Vaig estar tot l'estiu amb un constant estat de guerra interna, dubtant de la meua decisió i buscant alternatives al viatge. Perquè us en feu una idea, així estava la nit abans de marxar: Tinc un nus d'ansietat al coll i a l'estomac. Tinc ganes de plorar. Sento molta por; penso 'aquesta vegada sí que l'he liada parda'. Sento que en poques hores la meua vida canviarà radicalment i que no estic preparat per aquest canvi.

Començo a pensar 'qui collons em va demanar a mi de marxar de viatge?' 'Perquè, tenint una bona feina, una vida no massa insatisfactòria i bons amics a prop, vaig haver de comprar un puto bitllet d'avió per marxar d'aquí i anar a fer i viure ves a saber exactament què?' Penso,

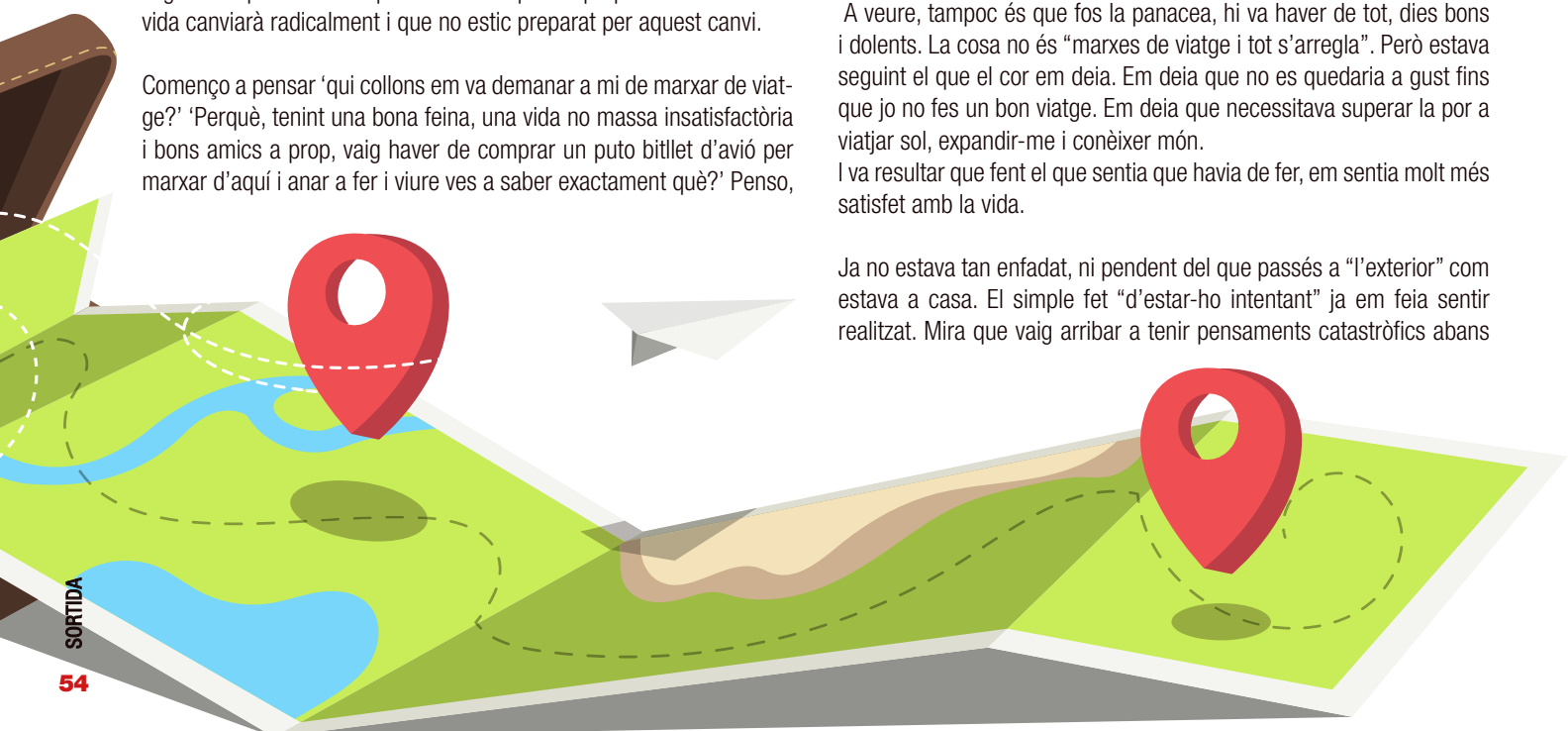


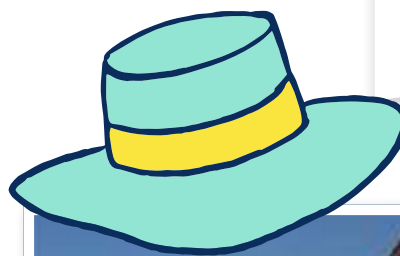
'si sento tanta por, confusió, vertigen, i tristesa perquè marxo?' 'No hauria d'estar emocionat?' 'No marxo per tenir una vida més lleugera i feliç?' 'Llavors perquè putes estic tan confús i en tinc tan poques ganes?' 'Això ha sigut clarament un error'. Així d'entusiasmada estava el dia que vaig marxar. Al final, però, vaig poder mantenir la decisió i el dia 1 d'octubre vaig volar cap a Istanbul. I encara sort, perquè us asseguro que aquest viatge em va sanar per totes bandes i a molts nivells.

A veure, tampoc és que fos la panacea, hi va haver de tot, dies bons i dolents. La cosa no és "marxes de viatge i tot s'arregla". Però estava seguint el que el cor em deia. Em deia que no es quedaria a gust fins que jo no fes un bon viatge. Em deia que necessitava superar la por a viatjar sol, expandir-me i conèixer món.

I va resultar que fent el que sentia que havia de fer, em sentia molt més satisfet amb la vida.

Ja no estava tan enfadat, ni pendent del que passés a "l'exterior" com estava a casa. El simple fet "d'estar-ho intentant" ja em feia sentir realitzat. Mira que vaig arribar a tenir pensaments catastròfics abans





de marxar, però llavors l'experiència em va ensenyar que puc “deixar anar” i confiar. Un cop em vaig haver llençat a la piscina, tot el que em va passar va resultar ser un regal de la vida. Després d’haver acabat el viatge, el consell que en trec és que es pot ser valent seguint el propi instint, que la vida et protegeix i t’ajuda.

Fins ara no us he explicat què vaig fer durant el viatge, perquè m’ha semblat, que el més important que tenia per compartir, del que se’n pot “treure més suc”, són els motius i els valors que em van impulsar a fer-lo; les lliçons que he après. Potser per ressonància poden servir d’inspiració. Bé, dit això, explicaré breument els “fets externs i objectius”.

El viatge va durar sis mesos. Mai vaig saber, però, quan de temps estaria fora ni a on aniria. La única cosa que tenia lligada quan vaig arribar a Istanbul era un voluntariat de tres setmanes en un hostel situat al centre de la ciutat. Però estant obert a la situació i seguint el meu instint vaig tenir facilitat per improvisar i anar construint el viatge setmana a setmana.

Després de treballar al hostel, vaig fer un altre voluntariat en una granja a les afores de la ciutat, i en acabat vaig tornar a Istanbul a viure a casa una amiga turca que havia conegut durant les primeres setmanes. A finals de desembre la visa em va caducar i vaig marxar cap a Grècia. Allà vaig visitar Atenes i vaig estar treballant en un altre voluntariat, aquest cop un refugi per gats. Aclareixo el motiu de tants voluntariats. És molt fàcil: un voluntariat m’aportava l’oportunitat d’integrar-me en un país i una cultura sense gastar un duro, em facilitava fer amics, i, en alguns casos, aprendre habilitats noves. Perfecte, no? Sí, si t’agrada viure en comunitat.

Segueixo. Després d’estar quasi un mes a Grècia vaig marxar quatre dies a Sofia, Bulgària. I d’allà vaig agafar un avió cap a Israel. Els llocs on anava els decidia sobre la marxa. A Israel hi vaig viure un mes. Una setmana fent el turista per Tel’aviv i Jerusalem, i les altres tres setmanes treballant com a voluntari en una comunitat espiritual a prop de la frontera amb Gaza.

Al cap del més vaig volar a Tbilisi, Geòrgia. Allà hi vaig passar dues agradables i avorrides setmanes fent el turista. A Geòrgia vaig veure que fins al moment havia superat moltes pors i trencat moltes barres, però que si em volia quedar realment a gust, encara em faltava una última por per afrontar, la de viatjar en un país veritablement llunyà i amb una cultura ben diferent. Així que vaig volar cap a Tailàndia.

A Tailàndia hi vaig passar vint gloriosos dies visitant la capital del nord, Chiang mai, i fent classes d’anglès a gent tailandesa en un altre voluntariat. Posar-me al límit havia valgut la pena. M’havia quedat molt a gust, i el país m’encantava.

Em sentia més fort que mai. Però un bon dia l’univers em va recordar que no som res, només un petit i vulnerable gra de sorra regit per les lleis de l’existència.



El coronavirus s’havia expandit i era molt difícil viatjar. I davant aquella situació tan incerta vaig decidir tornar a casa. Em va costar prendre aquella decisió. Jo volia seguir viatjant. Però cap al final d’aquells sis mesos havia après a confiar més amb la vida i a agrair el que aquesta ofereix. Així que, sense oposar-me gaire al fluir general de l’existència, i confiant en la decisió que havia prè, vaig tornar cap a casa a passar el confinament. I “que me quiten lo bailao”.

Gràcies.





Eduard Castellet

El taxi i cotxe d'autoescola de Vidreres de l'any 1926

EDUARD CASTELLET

Voldria compartir amb vosaltres vidrerencs i vidrerencques, una curiosa informació que ens ajudi a completar un treball de recerca on el Sr. Lluís Capallera Doltra, el seu pare i el poble de Vidreres, serien coprotagonistes.

Per fer-vos cinc centims del treball, tracta d'un vell cotxe que el Sr. Capallera va vendre al meu pare fa uns 40 anys. El cotxe en qüestió era un cotxe americà fabricat al 1926 que el pare del Lluís Capallera va fer servir de Taxi i al mateix temps de cotxe d'autoescola a Vidreres.

Particularment, recordo de petit com el Sr. Capallera explicava al meu pare que aquell cotxe era una institució a Vidreres ja que tothom l'havia fet servir de taxi o per aprendre a conduir.

El treball tracta de com l'aprofitament i bona conservació de les coses poden convertir-se en el millor dels reciclatges. Aquest argument, junt amb les publicacions que vosaltres ja teniu de quan el pare Capallera va fer la companyia de gasogens, encara complementa més el concepte d'aprofitament, ja que parlariem d'un combustible natural.



Concretament el que necessitaria de vostres, seria algun contacte amb familiars dels Capallera que poguessin aportar fotografies del taller d'electricitat, anècdotes del cotxe o qualsevol informació relacionada.

Molt Agraït. Eduard Castellet - ducati101@gmail.com

El Rec-Clar

M^a ROSA MASNOU

En els dies en què l'aigua i el temporal ens ha castigat i s'ha endut algunes persones estimades i els béns acumulats en el treball de tota una vida, no puc fer menys que posar-me al costat de tots els afectats i des de les lletres d'aquesta humil vidrerenca donar-los el meu escalf a tots. I la remor de l'aigua sense control m'ha fet pensar d'on venia el nostre Rec-Clar.

Comencem al "Terma Blau" on l'aigua parteix en dues direccions, una va pels Galcerans d'en Noguera pel "terme de Tossa" i l'altre travessa la carretera passant per sota el "Pont dels Ciclistes". Entrem a la presa a on per una banda arriben les aigües del "Forn i del Florit" i per l'altra es recull les que provenen del "suro de la migdiada de les cabres", la qual aquesta última baixa pel "sot de les escàcies" i junt amb altres recs arriba a la "Quinta" i a sota la "Font d'en Pere". Amanyant la masia de Can Noguera segueix el seu camí cap El Mal Govern i l'Esprade per trobar-se amb els recs que salten com cabres bosquetanes.

Seguidament, baixen de Cal Magre i del Mas Llop fins arribar a la Font d'en Garriga a on les màquines excavadores es varen endur tots els records de les baranes, passejades i la meravella que hi havia sobre la font amb forma de carbonera la qual tractava d'una recreació de les muntanyes de Montserrat que algú s'hi havia entretingut a fer amb peïtes pedretes.

M^a Rosa Masnou

Seguim la ruta, que ens porta a aprofitar l'aigua del Puig Vert, Can Carbonell, La Font de la Meda i la del Molí d'en Poch. I d'aquí cap a Vidreres és on comença el nostre Rec-Clar que ens ha captivat sempre a grans i petits per recordar jocs i malifetes, que de tot n'hi ha hagut al seu voltant.

Però a tots eixos recs hem d'agrair-los la nostra riera de referent que tenim a Vidreres, el Rec-Clar.



No en repartiran vacunes per a la cultura

DAVID AMORES



La figura de la vaca, des de fa mil·lennis, està associada a la nostra civilització sobretot per la llet o el formatge. I molt arrelada a la nostra infància perquè proporciona els primers aliments als nostres nadons i infants. Així, la podem trobar pasturant a les granges i pels camps del voltant. Ens genera simpatia i, perquè no, la tenim com un animal entranyable. També és considerada com ésser sagrat i venerat per alguna cultura també mil·lenària; on l'alimenten i la cuiden perquè els proporcioni prosperitat i salut.

Però també és un animal molt preuat per la seva carn. Una carn, sempre considerada rica en els nutrients més importants. I, durant molt de temps, de difícil abast per a una població que no fos considerada també com a rica.

La seva vida va canviar quan van tenir la mala sort que la seva carn fos la utilitzada durant el naixement i creixement dels restaurants Fast Food, o de menjar ràpid. A partir de llavors, la seva qualitat de vida va empitjorar; i moltíssimes vaques van passar de pasturar lliurement a créixer (o més aviat engreixar-se) sense sortir de les granges. Confinades a menjar i menjar.

Un dels motius més importants pel que la figura de la vaca (si se'n pot utilitzar aquí la paraula figura) és nomenada avui dia, és perquè la vaca va ser la nostra primera fàbrica de vacunes (ens va fabricar la primera vacuna per la verola). I a més, ens va fer entendre com fabricar vacunes per a qualsevol altra malaltia. És per això, que ho van batejar amb el seu nom.

Més de dos-cents anys després, fabricarem i ens injectarem, la vacuna més important i necessària per a la humanitat. Ho farem, i la humanitat (si avui en dia encara se'n pot utilitzar aquesta paraula per referir-se a la nostra societat), seguirà amb el seu dia a dia. Però no com abans.

Diuen, que per a molts serà pitjor o molt pitjor que abans. I que depèn de com ho gestionem, la paraula humanitat (que prové d'home, com vacuna prové de vaca) pot tenir un significat encara molt pitjor.

Des de l'antiguitat, es deia que la cultura, és el que ens ha diferenciat de la resta d'animals de la Terra. I ens ha fet dir, que som un animal superior. És la literatura, la música o les arts escèniques, entre d'altres, del que més presumíem i ens felicitàvem. Però ja ens han dit que no hi haurà diners per poder ajudar a tirar endavant aquells que ens aporten la cultura cada dia; aquells que ens recorden que som éssers superiors a una vaca, per exemple. I aquells que ajuden, a fer positivament més gran, la paraula humanitat.

Si els que manen no volen ajudar a les persones que ens fan arribar la cultura a la gran majoria del poble, pot ser per dos motius. Perquè no creuen que la cultura és el que ens millora com a éssers o/i no els hi fa res que el poble deixi de diferenciar-se d'una vaca (amb tot el respecte, envers l'animal).





Josep Maria Oller
i Lladó

Salmó fresc al pebre verd

Procés:

Posem l'oli d'oliva a la paella amb la ceba a tall fi. Ho fem coure sense que la ceba agafi color i afegim els grans de pebre i una mica de brandy. Si es prefereix, en comptes de pebre i podem posar uns talls de xoriç.

Passats pocs minuts, afegim la nata líquida i barregem. Per últim, afegim el salmó. Es recomana treure les espines amb unes pinces.

L'arròs prèviament bullit, el passem per la paella amb la que aurem cuinat els xampinyons tallats a làmines. Un cop passat per la paella, el posem en un motlle per col·locarlo al costat del salmó.



INGREDIENTS

Per 1 persona

- 200 grams de salmó fresc
- Uns quants grans de pebre verd
- Un raig de brandy
- 200 ml de nata per cuinar de 18°
- Un raig d'oli d'oliva
- 50 grams de ceba
- 50 grams d'arròs
- 3 xampinyons

Flam de coco

INGREDIENTS

Per 6-8 persones

- 200 ml de llet condensada
- 250 ml d'aigua
- 3 ous
- 100 gr de coco ratllat



Procés:

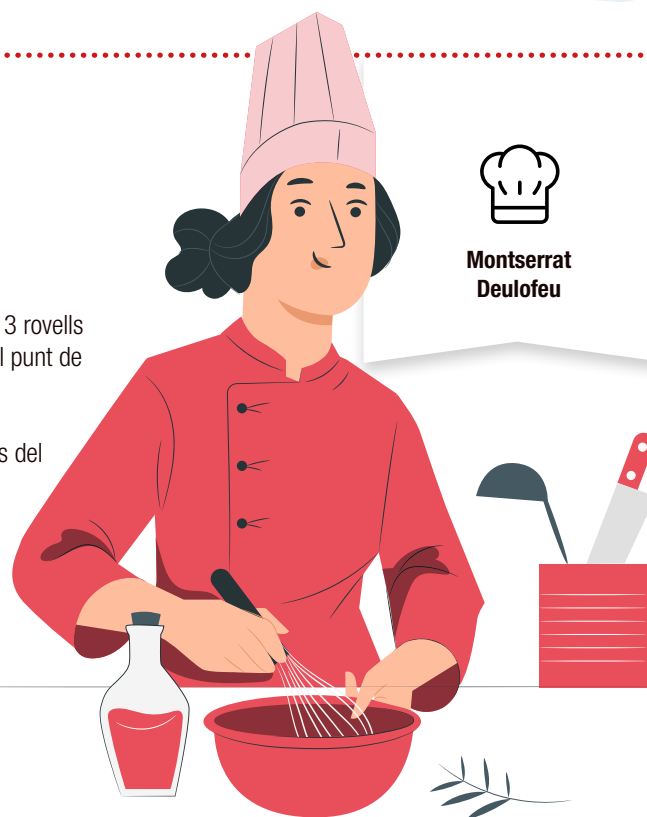
Barregem la llet, l'aigua, els 3 rovells d'u, les clares montades "al punt de neu" i el coco ratllat.

Afegim sucre cremat al fons del motlle i afegim la barreja.

Ho coquem al bany maria, en el forn a 100 graus fins que quedi cuit.



Montserrat
Deulofeu



Vols formar part del consell de redacció del Rec Clar?

Si estimes el poble de Vidreres i t'interesses per la història, les entitats i tota l'actualitat local... pots formar part del consell de redacció d'aquesta revista. Posa't en contacte a través del correu electrònic elrecclar@gmail.com i ens posarem en contacte amb tu.

*Vine a formar part de
la família del Rec Clar!*



El Rec Clar pel món



Pol i Llorenç al cim del Mont Blanc



El Rec Clar “per casa”

Com que de moment la població està confinada a casa, la secció del Rec Clar pel món es transforma en el Rec Clar per casa. Feu fotografies creatives i imaginatives amb el Rec Clar a casa vostra i fes-nos-les arribar.



Josep i Marta i colla Pesigolla al carnaval de Calella



Descarrega't aquí la versió interactiva del
Rec Clar !Amb continguts extres i més info!

Fotografia contraportada: Jaume Mos  Vidreres

