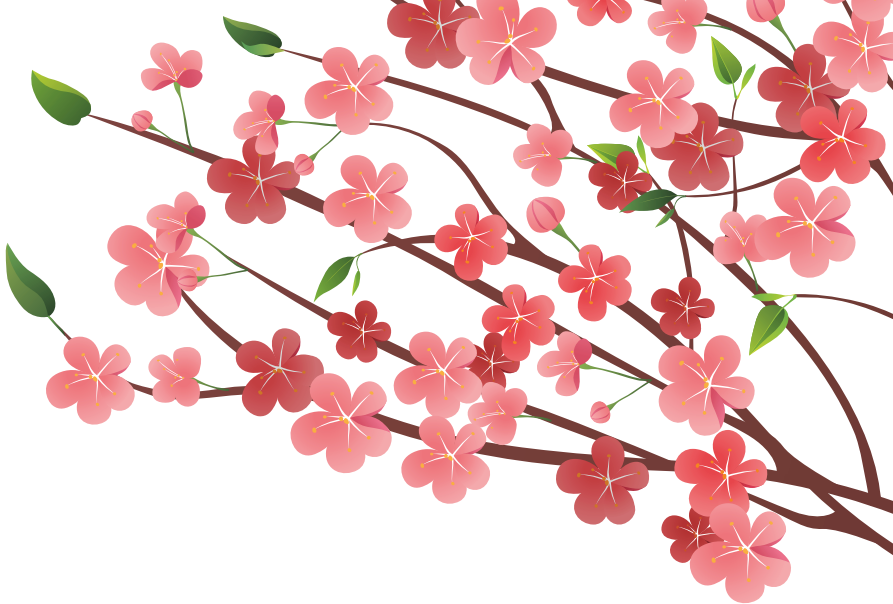


Revista de Vidreres
PRIMAVERA 2021

Parlem de...
**LA IMMIGRACIÓ OCCITANA A CATALUNYA EN ELS
SEGLES XVI I XVII. EL CAS DE VIDRERES**

Parlem amb...
RAFAEL COLLS "EN ROSTOI"

Pàgines centrals
EL RANXO 2021



El Rec Clar 93



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.....

	972.165.272
--	-------------

ENHER (avaries).....

	900.770.077
--	-------------

Comissaria Sta.Coloma de Farners

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

Bombers Maçanet Selva.....

	972.858.828
--	-------------

Veterinari.....

	972.850.114 / 972.858.785
--	---------------------------

Correus i telègrafs.....

	972.851.133
--	-------------

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 municipal: Josep Ruhí i Serra,
Dilluns i Dimecres de 10h a 14h i Divendres de 12h a 14h.

Arquitecte tècnic: Jordi Llinàs i Joana, de
Dilluns a Divendres de 9h a 14h.

Tècnica Medi Ambient: Caterina Moret Falgàs,
Dilluns, Dimarts i Dimecres de 9h a 14h.

Servei d'Enginyeria: Dijous alternatius de 9h a 14h.

Serveis Socials

De dilluns a divendres de 9 a 14h

Jutjat de Pau

Dilluns i dimecres de 9 a 14 h

Deixalleria

Dimarts i dijous de 9-13h i 15-18h. Dimecres i divendres de 8-15h. Dissabtes de 9-14h.

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
LA VISIÓ DE LA TERE	20
ANEM A ESTUDI	21
ESPORTS	24
PÀGINES CENTRALS	32
MEDI AMBIENT	34
FENÒMENS METEOROLÒGICS	37
SORTIDA	38
OPINIÓ	40
ENTRETENIMENTS	41
PÍNDOLAS DE PSICOLOGIA	42
CURAR-SE EN SALUD	44
FEM UNA QUEIXALADA	47

CRÈDITS

Edita: Ajuntament de Vidreres

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

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

Rec Clar de primavera

Teniu a les mans el Rec Clar d'aquesta primavera. Arriba en un moment on, possiblement, ja ens hem acostumat a una rutina que fa tot just un any iniciàvem. El ritual del gel hidroalcohòlic, de rentar-se les mans més sovint del que fèiem, de portar mascaretes (si són FP2 millor), de fer PCR, tests d'antígens...a hores d'ara el tenim tant interioritzat que quan per exemple, veiem les imatges del concert de Love of Lesbian al Palau Sant Jordi el passat mes de març, probablement no deixar de sorprendre'ns. Amb un any possiblement ens hem acostumat a viure en soledat, més aïllats. Amb l'esperança de tornar a una "normalitat" que a dia d'avui qui sap si serà com la d'abans del març de 2020.

En altres números hem explicat que la situació pandèmica també ha afectat al Rec Clar. En primer lloc en quan als continguts. Des de fa 4 números algunes de les seccions de la revista, sobretot, les dedicades als esports i a les entitats cíviques del municipi han minvat considerablement al veure's la seva activitat molt limitada per les mesures preventives de la covid. Per altra banda però, altres seccions s'han vist reforçades. Rebem moltes més fotografies de l'entorn natural de Vidreres. El fet que molta gent dediqui part del seu temps de lleure a passejar-hi, hi deu haver contribuït. De fet, des del Consell de redacció restem oberts a qualsevol iniciativa per tal d'anar actualitzant la revista, adaptant-la al moment que vivim.

Pel que fa al contingut d'aquest número, podem destacar a la secció Parlem de, un primer article sobre la immigració occitana que va rebre Catalunya en general i Vidreres específicament durant els segles XVI i XVII. Tot seguit a la secció Parlem amb, trobareu l'entrevista a Rostoi, el pagès de Vidreres afincat a Lloret que s'ha jubilat recentment.

Per altra banda, la secció d'actualitat dedica les seves pàgines a explicar les darreres notícies sobre el CFA, el projecte de Sant Jordi dut a terme pel Centre Obert i l'Escola d'Arts Plàstiques així com la rehabilitació que s'està duent a terme en El Casino durant els darrers 5 anys.

També és rellevant el sentit record que la Penya Barcelonista dedica a Martí Vergés, repassant la seva trajectòria en el món del futbol.

Des del Consell de redacció no voldríem acabar aquesta editorial sense fer una especial menció a Jaume Mos, el qual sempre té la millor predisposició per permetre al Rec Clar fer servir algunes de les seves fotografies.

El Consell de Redacció



+ REC CLAR

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



La immigració occitana a Catalunya en els segles XVI i XVII. El cas de Vidreres.



Can Mundet l'any 2002, mas creat el 1577 per la família francesa Montet. (Procedència: Josep Formiga)

Catalunya és un país que una part important del seu creixent demogràfic ha estat degut a la immigració. De processos migratoris n'hi ha hagut diversos, en els segles XVI i XVII arribaren milers d'immigrants originaris d'Occitània; entre els anys 1920-1930 unes 500.000 persones procedents d'Aragó, València i Múrcia emigraren a Catalunya, atretes per la demanda de mà d'obra de l'exposició universal de Barcelona del 1929, el Principat passà d'una població de 2.085.000 el 1910 a 2.790.000 el 1930; del 1950 al 1975 vingueren més de 1.500.000 immigrants naturals principalment d'Andalusia, Extremadura i Galícia, en aquella cas el pol d'atracció fou el creixement industrial català, la població passà de 3.240.000 el 1950 a 5.663.000 el 1975; i la darrera onada ha anat del 1998 al 2010 on a diferència de les anteriors onades, en aquesta els immigrants provenen de diferents parts del món, majoritàriament del Marroc, Amèrica Llatina i Europa de l'est, en total han arribat unes 844.000 persones i la població ha passat 6.361.000 el 2001 a 7.535.000 el 2010. Les diverses onades migratòries s'han vist frenades per raons econòmiques, la crisi del 1929, la del petroli de 1973 i la financera del 2008.

Catalunya cap al 1370 tenia una població de 468.000 habitants, però degut a una sèrie de desastres com pestes i epidèmies, la del 1371 provocà una formà mortaldat entre les persones de mitjana edat i és coneguda com la mortaldat del mitjans; guerres com la civil (1462-1472), les de remences (1462-1472 i 1482-1486); i els terratrèmols del 1427-1428 que afectaren sobretot a la Garrotxa, el Ripollès i la Cerdanya. Contribuïren que la població minvés molt i el 1497 a Catalunya només hi vivien 236.000 persones, amb una densitat molt baixa, d'uns 7 hab/km² i algunes zones eren semideserts. Per tenir una imatge de la situació ens hem de fixar en les províncies de Sòria i Terol que el 2021 tenen una densitat del 9, la més baixa d'Espanya.

Tot això tingué conseqüències negatives pel país, molts masos quedaren abandonats, són els anomenats masos rònecs; l'activitat econòmica, molt activa a l'edat mitjana va decaure i Catalunya s'empobrí molt. Per remuntar la situació calia immigrants, ja que el

creixement natural de la població era molt baix. Els immigrants van procedir de l'altra banda dels Pirineus, d'Occitània. Entre Catalunya i Occitània existien vincles molt diversos: històrics, dinàstics, religiosos, lingüístics, entre altres. El 1539 França tenia una població d'uns 18 milions amb una densitat de 28 hab/km², el quadruple de la catalana. Algunes regions muntanyoses i rurals del migdia francès estaven superpoblades, i s'havia d'aprofitar qualsevol porció de terra per convertir-la en conreu. La situació s'agreujà a França per les diverses guerres religioses entre catòlics i protestants, amb les consegüents matances, collites arrasades i fam. Per tot plegat molts occitans emigraran a Catalunya, per poder millorar la seva situació econòmica i de vida. Aquesta emigració fou important en els segles XVI i XVII i gràcies a ella el Principat va créixer demogràficament i econòmicament. El 1553 a Catalunya hi vivien 269.000 persones i el 1717 402.531, passant la densitat del 8,4 al 12,5. Els occitans procedien, majoritàriament, dels bisbats situats a la part central dels Pirineus: Tarba i Comenge. La segona gran àrea eren els bisbats de les Terres Altes, del Massís Central, com Clarmont i Sant Flor.





En aquells no existien ni el registre civil ni els empadronaments, que a l'estat Espanyol es crearen a partir de mitjans del segle XIX, així per quantificar els immigrants occitans ens queden els llibres parroquials (matrimonis, batejos, defuncions) i notariais (capítols matrimonials, testaments). Basant-se amb aquestes fonts s'han fet diversos estudis, s'ha trobat que a Cassà de la Selva i Palamós un 10% dels casaments el marit era occità, un 7% a Tossa de Mar, un 25% a Sant Cugat del Vallès, etc. Però en el cas de Vidreres no es pot fer aquest estudi, ja que el primer llibre de baptismes comença el 1720, de matrimonis el 1734 i de defuncions el 1647. I els llibres notariais, excepte alguns del segle XV, només es conserven a partir del 1595. Com a alternativa ens queden els fons patrimonials, que són els que he utilitzat, en concret els de les famílies Mundet i Babot.

En el cas de la família Mundet, són tres germans, l'Antoni, en Joan i Pere Montet que emigren cap a Catalunya. La documentació només esmenta que procedien de França, no concreta la població. A Occitània hi ha el municipi anomenat Lo Montet daus Monges, al departament de l'Alber a l'Alvèrnia. I entre els segle XVI i XVII es troben persones amb el cognom Montet a Tolosa i a la població de Sarrazac, departament de Dordonya a l'Aquitània.



Can Dalmau de cap a l'any 1960. La mestressa del mas el 1596 es va casar amb l'occità Joan Pagès. (Procedència Josep Ruhi i Bbaot)



Mapa de la divisió de França en bisbats de l'any 2002

El 1577 el vescomte de Cabrera va establir a Joan Montet i Bernat Andreu, pagesos del regne de França tot el mas Masot o Masada de la parròquia de Caulès, que estava en ruïnes. Afronta a l'est amb la riera de Terranegra, al sud amb el mas Rauric que pertany a Bernat Cabañas de Lloret i part amb el mas Padrosa que posseeix Antic Sala de Lloret, a l'oest amb en Fullà de Caulès, part amb en Pla i Guardiòla, i part amb en Morell de Santa Seclina, i al nord amb la riera Rec Clar. Aquest establiment tenia la condició que els adquiridors havien de partir-se dites terres mig per mig, i dins el termini de dos anys havien de fer-se cadascú una casa i viure en ella. Aquest és l'origen del patrimoni dels Mundet a Vidreres

Segons els documents sembla que en Joan Montet no va tenir fill, i el patrimoni passà al seu germà Pere, que es va casar amb Maria, el seu hereu fou Antoni Montet que el 1583 es va casar amb Beneta Bascó. En poques generacions el cognom passà de Montet a Mondet i finalment Mundet. El 1612 es va casar Antoni Mondet i Bascó amb Antiga Roquer i el 1647 es va casar Jaume Mundet i Roquer amb Marianna Fullà. A partir de llavors ja el cognom fou Mundet. El 1611 Marianna Montet es va casar amb Antoni Rost i Freginer natural de França. El mas creat per Bernat Andreu, l'any 1612 fou comprat per Antoni Montet a Benet Andreu, natural de Vidreres.

El 1596 Joan Pagès, pagès natural del lloc de Montalzat, bisbat de Cahors del regne de França, fill d'un altre Joan Pagès i de Joanna, difunts. Es va casar amb Susanna Cornellà i Fullà, mestressa dels mas Cornellà del Sot, actualment anomenat mas Dalmau de Vidreres, filla de Baldri Cornellà, difunt, i de Jerònima Fullà. D'aquest matrimoni van néixer almenys 5 fills, i el més gran, Miquel Cornellà i Pagès, fou l'amo del mas Dalmau. Aquest mas situat a Caulès per herència passà a la família Babot.

Amb aquests fons patrimonials consultats s'ha trobat que al voltant del segle XVI almenys 6 homes occitans emigraren cap a Vidreres, i s'establiren en la part menys poblada del municipi, que era Caulès. Ajudaren a la recuperació demogràfica i econòmica i demogràfica de Vidreres. Esperem poder trobar noves fonts documentals que aprofundir amb l'estudi de la immigració occitana a Vidreres.

1. Recerques fetes a www.familysearch.org l'abril del 2021.
2. Arxiu família Mundet. Llibre dels actes de la casa Mundet de Caulès, pàg 1, i pergamí 1 de can Mundet.
3. Informació facilitada per Joaquim Mundet i de Pol.
4. Arxiu de la família Babot. Llibre d'arxiu de la casa de Manel Dalmau, pagès de Caulès, pàg. 6-12.

Parlem amb: Rafel Colls "en Rostoi"

Fa anys que la seva parada al mercat era de les més concorregudes, tant els dijous com els diumenges d'estiu. La raó? Producte de qualitat i Km0, un concepte que cada dia està més de moda. Però, com tot, hi ha un moment que dius prou. Des del gener de 2021 que en Rostoi ja no monta la seva parada perquè s'ha jubilat. Amb ell s'acaba un llegat d'hortelans fills de Vidreres però afincats a Lloret de Mar que fa que anar a mercat doni gust precisament pel bon tracte rebut i els consells donats.

Ara que ja no vas a mercat, com és la nova vida?

Ja m'he fet gran, en tinc 71, i la meua dona i el meu fill m'anaven dient que perquè no ho deixava. El mercat és un treball afegit: has de collir, preparar-ho tot, anar-ho a vendre... i ja no estic tant per aquestes coses. Des de primers d'any que no hi vaig. La primera setmana de gener vaig deixar d'anar-hi.

O sigui, ha sigut l'edat el que t'ha fet retirar.

Jo crec que amb 71 anys ja n'hi ha prou, però igualment aquesta feina no la pots deixar d'avui per demà; és una feina que t'enganxa molt. La terra m'agrada moltíssim, surto de casa i la tinc aquí. No puc seure'm a la terrassa, necessito fer algo més.

Si ara no vas a mercat, on va a parar tot el producte?

Tinc dues botiguetes on els hi venc. De fet, els dies de mercat, abans d'anar-hi ja em venia gent del poble aquí a casa a comprar verdura, i continuen venint. Per altra banda, la noia que s'ha quedat la meua parada al mercat (que abans ja em venia a ajudar) també agafa quatre coses per vendre-les. Li he traspassat i ara porta la parada pel seu compte.

Què és el que enganxa tant de la terra?

Ja em ve de petit. Quan anava a col·legi, a partir de setmana santa, quan tenia 12 o 13 anys, el pare m'arreglava perquè l'ajudés. Abans el camp no estava tant modernitzat, havies de regar per terra, per exemple, enlloc de rec, i jo l'ajudava. I des d'aleshores ja em vaig quedar a la terra. Vaig anar aprenent amb el pare, ell m'ho va anar transmetent a mi, fins que va faltar bastant jove per una malaltia.

"La terra és una feina que t'enganxa molt"

Sou la 3ª generació d'hortelans, al menys.

La meua àvia era de Vidreres, de Can Rostoi. Era germana del pare de la Nuri Pla. El meu avi era un dels molts Colls que hi ha a Vidreres. Amb el pas dels anys la família va anar a parar a Lloret. Força gent venia a treballar a Lloret perquè hi havia moltes hortes. Tot el voltant del casc antic de Lloret eren hortes. Hi havia nois que si no tenien res a fer venien aquí, els hi donaven manutenció i habitació. Això devia ser el cas del meu besavi o fins i tot més antic.



No hi haurà 4ª generació d'hortelans?

Jo tinc un noi i una noia. La noia és mestra i el meu nano treballa a l'Hospital de Blanes, a l'arxiu. Ell a vegades m'ajuda però no ho ha volgut continuar. Jo he sigut un esclau de la terra perquè m'ha agradat molt i ell deu pensar, abans de matar-me aquí treballant 8, 10, 12 hores cada dia, de dilluns a diumenge, va dir «a fer punyetes».

"El dia que jo no pugui o no vulgui treballar s'ha acabat la generació de la terra"

A la parada venies productes del teu hort. En què es diferencia dels productes de grans superfícies?

Amb el mercat, has d'estar molt pendent del que plantes. Si plantes més coses del temps has de procurar que no et vingui tot de cop. No pots plantar 1000 enciams. En plantes primer 200 i, al cap de quinze dies, 200 més, perquè sempre en puguis tenir. Hi ha molts pagesos, aquí a la costa del Maresme per exemple, que en planten molts i van a les cooperatives. Descarreguen tot de cop i això no val tanta feina. Planten i cullen tot d'un plegat. Aquí fas moltes tonterietes i porta més feina. Aquí el dia abans de mercat s'ha de collir tot. A l'hivern encara perquè no hi ha molt però a partir del maig i, sobretot, a l'estiu, hi ha molta feina.



Quantes hores podies estar a l'hort preparant-ho tot per mercat?

La meua dona m'ajudava i el meu nano, el dia que tocava collir, també m'ajudava. T'hi passes moltes hores, des que t'aixecaves. Alguns dies es feia fosc i encara no havies acabat. A l'estiu que hi ha molta tomata, pebrot, albergínia... val feina preparar-ho tot.

Sempre heu conreat el mateix o varia en funció de les noves varietats que apareixen?

Intentes estar al dia i, clar a nivell de treballar la terra també hi ha nous mètodes: el rec per exemple, la maquinària. Jo vaig treballar amb un animal de tiro molts anys però després van començar a venir els muticultors i tot es va anar modernitzant.

Tu anaves a mercat amb cotxe però el teu pare o avi hi devien anar amb carro.

Sí, jo recordo que quan vivíem a Lloret poble, jo devia tenir 8 o 9 anys, el meu pare el dijous marxava a les 4 del matí amb el carro, descarregava i tornava. A l'hivern devia arribar a les 3 o 4 de la tarda. I també portava naps (però molt més grossos que els d'ara) per les vaques, que abans en teníem i veníem llet. Quan es va començar a modernitzar el meu pare va comprar una furgoneta per anar a mercat a Vidreres. De fet n'hi anaven tres de Lloret: per allà Can Guidet, Fenals i nosaltres.

A part de mercat, veníeu a altres botigues?

Normalment com que a mercat hi venien botigues petites, com ca la Maria Vinyals o ca la Xela, ens venien a encarregar doncs quatre caixes de tomates, patates o enciams i els hi portaves després a la botiga.

El mèrit que teníeu vosaltres era que realment veníeu el que havíeu cultivat, que moltes de les parades actuals deuen anar a comprar a grans superfícies.



Clar, a llocs com Mercagirona o Mercabarna els hi arriben productes de sudamèrica, de Murcia, Almeria... Tot ha canviat molt. Les varietats, el clima i els hivernacles fan molt. El fruit és més maco però llavors no té el gust que ha de tenir.

Però ara torna a estar de moda tot el tema de menjar ecològic i km0, que no deixa de ser el que heu fet tota la vida.

Ja, però el temps ho ha canviat tot. Tot ho mercadegen a l'engròs.





Sempre ha tingut l'hort aquí? [Està a l'entrada de Lloret, per sobre del Lidl]

Abans estava més a tocar la rotonda d'en Santiago, que hi ha terrenys perduts. Una quarta part era l'horta de casa però va venir l'ajuntament i va voler fer zona industrial i la terra es va perdre. També tenia altres terrenys: allà al mercadona, el camp de Lloret... vaig anar d'una a l'altra.

Sap greu perquè sempre es prioritzen els pisos, zones industrials... quan Catalunya ha sigut sempre un país de pagesos.

No ho pots evitar. Quan em van fer fora d'aquells terrenys, a canvi em van donar dues parcel·les. Jo encara era jove aleshores, devia tenir entre 50 i 60 anys. És un enrenou perquè tu vols continuar i et foten la terra. Vaig acabar comprant aquesta finca on vivim ara gràcies a vendre una parcel·la de camp. Vaig invertir els diners amb el rec, els hivernacles...

Quantes hectàrees hi ha?

Una hectàrea i pico. Abans això era una vinya, i era més difícil de regar pel fet de ser un turó però ara no hi ha problema.

Com és que hi havia mercat dijous i diumenge?

Abans hi havia més que tenia parada els diumenges, als mesos d'estiu. Abans es veu que es feia un petit mercat. Recordo de petit que veníem nosaltres, aquest noi de Fenals, en Pitu Rutllan, un altre que venia a vendre maduixes de Santa Susanna i un altre que venia fruita. Però al final la gent s'acaba cansant, es fan grans. I al final vaig quedar jo sol.

Necessitaves un permís pel mercat de diumenge?

Bueno, com que ho havia fet sempre, em deixaven vendre igual. Pagava la quota del mercat de diumenge que havien estipulat. No sé quin alcalde va dir que no es podia posar la parada al mig del poble (allà a l'Agència Font) perquè era un remenament i llavors l'Agustina em va dir que preguntés a la Paquita de Can Rafel si em deixaria el terreny d'allà l'entrada. I ella em va dir que cap problema. I els últims anys he anat a aquell puesto. A més, per aparcar també va bé perquè la gent s'enfilava sobre la vorera. I a l'estiu també paraven forasters.

"Al mercat hi ha més caliu que una gran superfície"

A mercat aquests últims anys venia gent jove a comprar?

Sobretot gent gran, el que passa que per coses de la vida al final deixaven de venir perquè ja no es trobaven tant bé. I gent jove en venia, però també els tira molt anar a les grans superfícies. Si tens costum d'anar a mercat hi segueixes anant però si no, costa.



Anar a mercat no deixa de ser un acte social de fet.

I tant! És una altra forma de comprar. A molta gent li agrada anar a mercat perquè es troba amb aquest, amb l'altre... Hi ha més caliu.

I el tracte és diferent, tu coneixes a la gent que et ve a comprar.

Al mercat pots preguntar com van les coses, parles amb la gent o et pregunten per les verdures. A Vidreres hi ha moltes cases que encara tenen un petit hortet i els en pots fer el seguiment. Jo me'n recordo que amb les tomates, per la diferència de clima, en teníem abans nosaltres a Lloret que la gent que tenia hort a Vidreres. I notaves que veníem més a l'inici de temporada perquè a les cases encara no els hi havien sortit.

Quins productes comprava més la gent?

Tomates sobretot, i quan hi ha patata del país, a partir del maig, també en venia moltíssima. A vegades carregava 30 o 40 caixes i les venia totes. I amb tomates en podia vendre ben bé 60 o 70.

I el preu també ajuda. Si és teu ho vens al preu que creus que et pot anar millor. No hi ha el marge aquest que se sol trobar a les botigues.



Cuidant el casino!



L'edifici de la nostra societat, el Casino "la Unió" té una edat avançada, construït a finals del segle 18 ens demanava un esforç per seguir brillant. Per motius econòmics no ens era possible afrontar la rehabilitació del Casino en una única fase i en els darrers 5 anys hem encadenat les següents actuacions de rehabilitació:

- **Pintat de l'interior del local.**
- **Rehabilitació de les façanes, actuació realitzada per l'Ajuntament de Vidreres.**
- **Rehabilitació dels banys.**
- **Millora dels escocells de la pista jardí.**
- **Rehabilitació del magatzem de la part de "bar".**
- **Substitució del fals sostre i de l'enllumenat.**



Aquesta darrera actuació no ha estat motivada per raons "estètiques" sinó per garantir la seguretat de l'edifici. El fals sostre existent es recolzava en una estructura de fusta que presentava un greu estat de conservació i cada dia que passava el risc d'un accident era superior.

"En totes les actuacions que hem realitzat hem intentat ser respectuosos amb l'edifici, esperem haver-ho aconseguit"

Tot i la feina feta seguim amb actuacions pendents, la propera serà refer el paviment interior a l'entorn de la zona de la rampa que està en mal estat. No sabem quan ho podrem realitzar perquè té un cost important, volem fer l'arranjament amb peces hidràuliques "iguals" que les existents. La fabricació d'aquestes peces és manual i obviament té un preu elevat.

Esperem que els propers mesos superem la pandèmia de la COVID 19, puguem enfortir el contacte social i que el Casino pugui tornar a ser un punt d'encontre pels Vidrerencs.

La nostra agenda d'activitats d'estiu seguirà condicionada a la situació epidemiològica i a les normatives del moment, confiem en poder organitzar alguna, si cal en formats reduïts o imaginatius que garanteixin la seguretat de tots.



El defensor del ciutadà

Salutacions, vidrerencs i vidrerencques:

M'adreço a vosaltres per fer un petit resum de la figura del defensor del ciutadà de Vidreres, amb el desig que aquesta nova responsabilitat envers els vidrerencs i vidrerencques pugui portar-la amb total independència i confiança per donar el millor servei als meus conciutadans.

Sabem que tot començament porta temps, fins i tot alguns errors per poder arribar a complir els objectius d'aquesta figura, amb la convicció de donar el millor, és un honor i una gran responsabilitat ser el primer Defensor del Ciutadà de Vidreres obri un nou camí per als ciutadans i per als Defensors de la Ciutadania que vindran.

Breu resum de les competències i com adreçar-se al Defensor del Ciutadà.

El defensor del ciutadà actua a sol·licitud de qualsevol persona física o jurídica, quan presenti una queixa i demostrï tenir un interès legítim per l'objecte de la queixa.

Per tant, el defensor de la ciutadania pot intervenir en els casos següents:

- Tracte indegut als ciutadans.
- Retards indeguts en l'actuació administrativa.
- Inexecució de les pròpies resolucions adoptades.
- Negativa a facilitar la informació que els ciutadans poden sol·licitar.

Com es presenten les queixes?

Les queixes s'han de formular per escrit, acompanyades amb documents que puguin servir per aclarir el cas. L'escrit ha de contenir el nom complet i l'adreça, si pot ser, el telèfon de la persona que el formula, els fets i les circumstàncies que són objecte de la queixa. També han d'anar acompanyades amb els al tres documents que puguin servir per aclarir el cas. Les queixes adreçades al Defensor del Ciutadà envers l'administració municipal han d'haver estat prèviament plantejades a l'Ajuntament, al servei adequat.

On es presenten?

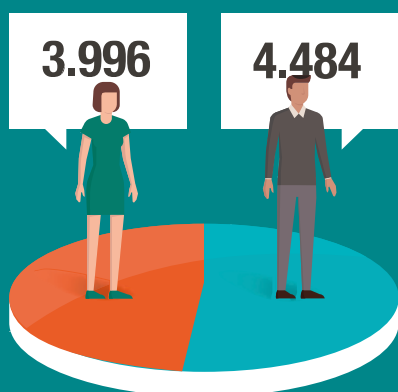
Personalment, per mail o per correu postal a la seu de l'Oficina del Defensor del Ciutadà, situada a l'edifici de Can Xiberta, carrer Orient 18, 17411, Vidreres, Girona.

També es pot contactar per telèfon 972 85 13 28 o per correu electrònic a l'adreça defensordelciutada@vidreres.cat

Si la queixa es presenta per correu electrònic caldrà una ratificació posterior amb la signatura original.

A la vostra disposició.

Salvador Torres Blanco
Defensor del Ciutadà de Vidreres



Cens de la Població

Del 16 de desembre 2020 al 15 de març de 2021.

La població de Vidreres ha augmentat en 33 habitants.

Ha passat dels 8.447 del 15 de desembre de 2020 als 8.480 del 15 de març 2021. D'aquests habitants, 4.484 són homes i 3.996 són dones.

FONT: Padró Municipal d'Habitants



Associació de comerciants
i empreses de serveis de
Vidreres

A Vidreres, tots som Comerç Local

Apostem per la reactivació del comerç local adreçant-nos al públic més jove: els infants.

La Federació de Comerç de la Selva i l'Associació de comerciants i empreses de serveis de Vidreres, torna a presentar una campanya per fomentar la compra local. Com ja ha anat fent els últims anys, la Laura, el seu personatge estrella, fa d'enllaç entre el comerç i, aquesta vegada, les escoles d'infantil i primària.

És per aquest motiu que les associacions de comerciants dels municipis d'Arbúcies, Breda, Sant Hilari Sacalm, Santa Coloma de Farners, Sils i Vidreres, han tornat a treballar conjuntament per organitzar una campanya de conscienciació. Han considerat important que des de ben petits, s'eduqui la canalla fent-los entendre que les compres locals beneficien les famílies locals i també donen vida al municipi.

En plena revolució digital i l'increment desmesurat de la compra online, aquesta generació està coneixent un sistema de compra que beneficia a grans corporacions internacionals i poc deixa al municipi.

Així doncs, a partir del 12 d'abril 2021 s'inicien un seguit d'activitats que enllacen comerç i escola:

- Els infants, cada vegada que vagin a comprar, als comerços associats, acompanyats dels seus familiars rebran a canvi de la seva compra local una moneda (una Laura!). Aquesta moneda l'han de portar a la seva escola i dipositar-la a una bústia que hi trobaran. Quan l'escola acumuli 500 monedes contactarà amb l'associació de comerciants i aquesta premiarà l'escola amb vals de compra per gastar als comerços locals.
- A més, des de la Federació de Comerç de la Selva i l'Associació de comerciants i empreses de serveis de Vidreres s'han organitzat unes activitats de dinamització que es faran in situ a les escoles (seguint tot es les mesures Covid que marca la normativa interna de cada centre escolar). L'actor i pedagog Ovidi Llorente serà l'encarregat de desplaçar-se a les escoles a explicar la importància de fomentar la compra local, des d'una vessant artística totalment adaptada al públic infantil.
- Per ajudar a promocionar aquesta campanya, s'ha comptat també amb la col·laboració de l'actor selvatà Quim Masferrer. Amb la seva particular simpatia ha gravat un vídeo promocional que de ben segur que serà una eina importantíssima per ajudar a tots els clients dels comerços participants a entendre el funcionament de la campanya. Per al disseny de la campanya i per a l'execució dels elements que s'aniran necessitant, s'ha comptat amb comerços i empreses associades. Per exemple, les bústies que els infants trobaran a la seva escola han estat realitzades per un artesà associat de la comarca que les ha personalitzat per a cada municipi.

Tota la campanya compta amb el suport de la Diputació de Girona que hi participa econòmicament dins del seu pla de foment de projectes i accions de promoció i dinamització del comerç de proximitat. També participen a la campanya l'Ajuntament de Vidreres i el Consorci de Comerç, Artesania i Moda de la Generalitat de Catalunya.

Associació de comerciants i empreses de serveis de Vidreres



associació de
comerciants i
empreses de
serveis de
vidreres



El Centre Obert i l'Escola d'Arts Plàstiques del Centre Cívic de l'Ajuntament de Vidreres, executen el Projecte de Sant Jordi



Amb motiu de la diada de Sant Jordi d'aquest any 2021, des de dos dels programes del Centre Cívic de l'Ajuntament de Vidreres (el Centre Obert i l'Escola d'Arts Plàstiques de Vidreres), s'ha desenvolupat durant aquests mesos de març i abril un projecte cocreatiu on els/les usuaris/àries i els /les professionals d'aquests programes han posat el seu granet de sorra per aconseguir construir aquesta pancarta de Sant Jordi per la façana de l'Ajuntament de Vidreres que segurament haureu vist al voltant de la diada.

El projecte neix d'un fil conductor que té com a protagonista en Xíber, l'amic intergalàctic dels infants i joves del Centre Obert. En Xíber va arribar a Vidreres una altra vegada i va demanar ajuda als infants i joves del Centre Obert per aprendre a llegir i, sobretot, per no fer-ho sol.

En Xíber va aterrar a Can Xiberta a meitats de març i va proposar als infants mitjançant unes cartes personalitzades que realitzessin una sèrie de reptes amb les paraules, les lletres i la lectura per ajudar-lo a aprendre a escriure i llegir. Com que els infants i joves ho varen fer molt bé i el varen ajudar molt, en Xíber, per agrair als infants i joves el fet d'haver estat al seu costat en el procés d'aprenentatge de la lectura, els ha regalat una idea: triar les paraules que més els agraden per ensenyar-les a tota la població de Vidreres.

D'aquesta manera, en Xíber, abans de marxar, ha proposat als infants i joves buscar la manera perquè tot Vidreres sàpiga com de bé que ho han fet els infants de Can Xiberta i que tothom sàpiga que al Centre Obert l'han ajudat a aprendre. Però... així no ho ha pogut fer tot sol, així que, els infants i joves del Centre Obert han triat les paraules més boniques (els més petits) i han començat a pintar la pancarta (els més grans) que, amb l'ajuda de la Tere Carbonell (disseny) i dels infants i joves d'aerografia de l'Escola d'Arts Plàstiques de Vidreres (la rosa i les ombres), han construït una pancarta amb una gran rosa de Sant Jordi i les paraules que més els agraden.

Ha quedat molt i molt bonica i tothom que ha passat per la rotonda de l'Ajuntament de Vidreres l'ha pogut veure i llegir.



En Xíber ha marxat molt content de Vidreres. Ha après a llegir i escriure gràcies als infants i joves del Centre Obert, però sobretot, ha après que quan les coses es fan amb ganes i entre totes i tots, surten molt i molt bé. Al final, ha après que Vidreres és una població acollidora, amable, artística i amb molt caliu.

Moltes gràcies Xíber!!!!



Centre Cívic de
Vidreres

El CFA de Vidreres comença a veure el final del curs 2020-2021

Un dels programes que des del Centre Cívic de Vidreres que és un centre educatiu, és el Centre de Formació d'Adults de Vidreres. En aquest centre, situat a Can Xiberta, es realitzen tots els ensenyaments de l'educació d'adults i us volem explicar com se'ns presenta el final de curs 2020-2021, un curs especial en molts sentits donada l'actual situació de pandèmia i que ja ens va ensenyar moltes coses la segona meitat del curs passat.

El tren del curs ja ha començat el camí de tornada i es van obrir les portes en les diferents parades perquè els alumnes del CFA de Vidreres vagin baixant i deixin enrere les hores d'estudi a les aules de Can Xiberta i comencin un nou camí buscant el seu destí.



A partir del 17 d'abril, s'aniran realitzant les proves oficials en els diferents cursos amb l'objectiu que els alumnes vagin obrint les portes del seu futur acadèmic i, posteriorment, laboral, com és el cas dels cursos d'accés a la universitat per a majors de 25 anys i els cursos d'accés a cicles formatius de grau mitjà i de grau superior. Les proves oficials d'aquests cursos es realitzaran fora del centre: els alumnes d'accés a la universitat fan els exàmens els dies 17 i 24 d'abril a la Universitat de Girona, mentre que els alumnes d'accés als CFGM (5 de maig) o CFGS (12 i 13 de maig) aniran a l'Institut Serrallarga de Blanes.



Altres alumnes es presentaran a les proves per a l'obtenció dels certificats de català (nivells B2, C1 i C2): uns amb l'objectiu de poder optar a diferents ofertes laborals on es demani el nivell de català corresponent; altres per aconseguir mèrits per a oposicions; i altres, senzillament, pel sol fet de voler perfeccionar el nivell de llengua catalana.

Finalment, l'última parada del curs 2020-2021 serà el 22 de juny pels alumnes de COMPETIC (diferents nivells d'informàtica), pels de Formació bàsica instrumental i pels dels cursos inicials i bàsics de diferents llengües com català, castellà, anglès o francès. La certificació d'aquests cursos es realitzarà en el CFA de Vidreres; per tant, no caldrà sortir del centre per fer l'examen o projecte final.



En els cursos de COMPETIC es dona cabuda a qualsevol persona que estigui interessada a endinsar-se en el món de la informàtica: des d'aquells alumnes que no han tocat mai un ordinador i en volen començar a aprendre, fins a qui vol aconseguir els diferents certificats per a l'obtenció de mèrits.

Els alumnes que solen assistir als cursos dels nivells inicials i bàsics de llengües venen amb l'objectiu de conèixer una nova llengua per tal de poder-se comunicar amb persones que parlin el mateix idioma. Es parteix del curs inicial i es va perfeccionant amb els diferents nivells.



I la gran desconeguda de les Escoles d'Adults és la Formació bàsica instrumental. No es toca la guitarra ni la flauta, sinó que l'objectiu d'aquests cursos és que les persones adultes aprenguin a llegir, escriure i fer càlculs elementals.

Vam començar amb la incertesa de com aniria avançant el curs a causa de la COVID, però estem molt contents d'haver pogut gaudir de pràcticament totes les classes presencials a les aules de Can Xiberta i de no haver hagut de confinar cap grup durant el curs. Moltes gràcies a tots/es per la paciència i la constància de seguir les indicacions del centre: presa de temperatura i rentat de mans amb gel hidroalcohòlic abans d'accedir a l'equipament, mascareta, desinfecció de les aules, ventilació de les aules malgrat el fred de l'hivern...

Doncs bé, el 22 de juny el tren del curs 2020-2021 tancarà les portes dels seus vagons desitjant molta sort a tothom i començarà a preparar el nou viatge, que començarà el setembre de 2021, amb moltes ganes de rebre antics i nous alumnes.

Us hi esperem!

El Ranxo 2021

El Ranxo de l'any 2021 el recordarem amb la plaça sense focs, sense peroles i sense gent: el ranxo de confinament. L'època que estem vivint, és d'extremes. De realitats dures i dificultats, però alhora d'oportunitats i de solidaritat. Aquesta és una de les raons de ser del Ranxo, i la nostra obligació és mantenir l'esperit solidari dels orígens de la nostra festa. Tot i les circumstàncies, hem demostrat un any més que ...

Som un poble viu!

"El Conte del Ranxo" i "La Cançó del Ranxo" han sigut algunes de les alegries d'aquesta edició. Les escoles han fet una feina increïble i ens han emocionat com mai!

Som un poble participatiu!

A moltes cases de Vidreres es va cuinar i menjar ranxo gràcies al videotutorial del Ranxo de la mà del nostre xef, en "Nandu" Jené. Gràcies a l'Ajuntament de Vidreres i les empreses locals que l'han creat i editat, ha quedat un resultat excel·lent i ja representa un patrimoni més pel poble.

D'altra banda, la resposta de tothom comprant en comerços del poble i elaborant Ranxo a casa ha estat increïble i una mostra més de la unió que necessitem com a poble. Us deixem un recull d'imatges penjades a les xarxes socials i que il·lustren una diada històrica per la seva anormalitat en temps de pandèmia, la plaça buida i tothom a casa.

Som un poble solidari!

Gràcies al benefici obtingut de la venda de butlletes hem pogut donar materialment 1200€ pel Banc d'Aliments de Vidreres, el qual equival a 820kg d'aliments.



Més novetats d'enguany: tenim web i canal de youtube!

Després de mesos de treball, ja tenim web! En aquesta intentarem penjar-hi les notícies i notes de premsa més rellevants. Els canals de comunicació més instantanis i on hi haurà històries del dia a dia són les nostres xarxes socials: Instagram, Facebook i Twitter.



Foto del ranxo de la Pilar de ca l'Artau

L'objectiu principal de la web, serà la documentació històrica de la nostra estimada festa. La nostra intenció és que sigui la nostra enciclopèdia i volem integrar-hi tota la documentació històrica que tinguem (documents, fotografies, vídeos, ...).

És per aquest motiu que si teniu imatges o documents relacionats amb el Ranxo de Vidreres, segur que trobarem la manera d'encaixar-ho dins la web i preservar així la memòria històrica de la nostra festa.

Seguim bullint i cooperant com a país!

Sempre és positiu cooperar, i encara més en temps difícils. Les col·les històriques de Catalunya ens hem ajudat i hem compartit idees, solucions i iniciatives amb l'objectiu de dur terme les diades de la millor manera possible fomentant al màxim l'essència i els orígens de solidaritat, i mantenint viva la flama que ens uneix.

Agraïm als nostres amics d'arreu pel suport i per tot el que han compartit amb la Comissió, i estem molt contents que Catalunya segueixi bullint amb força.

Desitgem salut, prosperitat i veure'ns a la plaça

Més que mai desitgem que tothom tingui salut, lamentem amb el cor les pèrdues que hem tingut i mirem amb optimisme el futur esperant que l'any vinent ens podem veure a la Plaça Lluís Companys. El Ranxo de Vidreres és l'orgull i la tradició d'un poble, sobretot quan tot el poble s'uneix i es volca amb la festa.

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



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

[@Ranxo_Vidreres](https://twitter.com/Ranxo_Vidreres) [f/comissiodelranxovidreres](https://www.facebook.com/comissiodelranxovidreres) [ig/ranxo_vidreres](https://www.instagram.com/ranxo_vidreres)



**Comissió del Ranxo
de Vidreres**



Concurs de Literatura Infantil i Juvenil

La Biblioteca Joan Rigau i Sala, amb el suport de la regidoria de Cultura i el Servei de Biblioteques de la Diputació de Girona, ha organitzat el Concurs de Literatura Infantil i Juvenil CLER 2021, adreçat als infants i joves de 6 a 14 anys que estudien als centres educatius de Vidreres.

Enguany, el tema proposat per al concurs ha estat "Contes per salvar el planeta", amb l'objectiu de posar de manifest la importància de la preservació del nostre medi natural, els efectes de la contaminació i el canvi climàtic, en relació amb els Objectius de Desenvolupament Sostenible (ODS) establerts en l'Agenda 2030 de les Nacions Unides.

Hi ha hagut un guanyador per cadascuna de les categories, que ha obtingut com a premi un lot de llibres i un diploma. Trobareu els vídeos dels guanyadors al Facebook de la Biblioteca. Moltes felicitats a tots!



Airi Carbonell, alumna de l'Escola Sant Iscle

Gràcies a la col·laboració de l'Escola Salvador Espriu, l'Escola Sant Iscle, el Centre Obert i l'Institut de Vidreres, que han treballat aquest tema amb els seus alumnes, en aquesta edició hem batut rècord de participació amb un total de 333 originals. Des d'aquí volem felicitar a tots els participants pel seu esforç, el jurat ho ha tingut molt difícil perquè s'han fet molt bones redaccions. Us animem a mantenir l'interès que heu mostrat pel nostre planeta, podeu venir a la Biblioteca amb les vostres famílies a descobrir i consultar un munt de recursos per aprendre'n més.



Abril Camps, alumna de l'Escola Salvador Espriu



Amaya Maria Blanco, alumna de l'Escola Salvador Espriu



Alumnes de secundària del Centre Obert



Alumnes de primària del Centre Obert

La Diada de Sant Jordi de la Biblioteca



Aparador cultural de Sant Jordi

Aquest any hem volgut celebrar la Diada de Sant Jordi amb una sèrie d'activitats i propostes de foment de la lectura per a totes les edats. Per anar escalfant motors, a principis de setmana hem inaugurat el nostre aparador cultural de Sant Jordi, dedicat a la literatura infantil i juvenil. Els més petits s'han pogut fer fotos amb en Biel i la Teca, els personatges que ens acompanyen a les visites escolars. També hem gaudit de la sessió musical per al públic familiar "Borrisol i el món dels colors", a càrrec d'Alquímia Musical. El dia 22 d'abril hem participat en la Revetlla de Sant Jordi de la mà de l'escriptor Miquel Martín i l'actriu Olga Cercós amb l'espectacle literari "Vinyoli comentat", un recorregut per la vida i l'obra poètica de Joan Vinyoli.

Hem seleccionat novetats editorials i recomanacions literàries i les hem preparat en una exposició molt especial pel dia de Sant Jordi, per tal de fer accessible la literatura contemporània a tots els nostres usuaris, des dels més petits fins al més grans. L'exposició va acompanyada d'una guia de lectura, que hem publicat a les xarxes socials.

A la tarda hem passat una bona estona en família amb un drac que n'està ben tip de ser el dolent, a l'hora del conte "Dractotcor, un drac diferent" a càrrec de Bel Contes.

I finalment, en format virtual a través de les xarxes socials de la Biblioteca, hem conegut els guanyadors del Concurs de Literatura Infantil i Juvenil que ens han obsequiat amb la lectura de les seves obres.

Esperem que hàgiu passat molt bona Diada acompanyada de bones lectures!



Recomanacions literàries



Espectacle literari sobre Joan Vinyoli

Activitats de la biblioteca: Maig 2021

Tot el mes, en horari de la Biblioteca

L'APARADOR cultural de la Biblioteca.

Tot el mes, en horari de la Biblioteca

NOVETATS, mostra dels darrers documents disponibles per a emportar-se en préstec amb el carnet de la Biblioteca.

Dilluns 3 de maig a les 17:00h

CONTE, MÀGIA I TALLER INFANTIL "Canvia el Xip. Recicla'ls!" a càrrec de l'Agència de Residus de Catalunya i el Servei de Biblioteques. A través de la màgia, un divertit conte i un original taller, descobrireu la importància de reciclar i llençar correctament els aparells elèctrics i electrònics. Perquè si canviem el xip, cuidem el nostre planeta! Activitat recomanada per infants de 4 a 10 anys. Places limitades, inscripcions a la Biblioteca fins el 30 d'abril.

Dimarts 4 de maig de les 17:00 a les 19:30h

TALLER de reparació d'aparells elèctrics i electrònics "Els petits electrodomèstics: com cuidar-los i fer reparacions senzilles" a càrrec de l'Agència de Residus de Catalunya i el Servei de Biblioteques. Aprenem a detectar i arreglar alguns dels problemes més comuns d'aparells com assecadors de mà, planxes, llums, aspiradors... per tal de prevenir residus i allargar la seva vida útil. Porteu el petit electrodomèstic que vulgueu reparar. Activitat recomanada per al públic adult, a partir de 16 anys. Places limitades, inscripcions a la Biblioteca fins el 30 d'abril.

Dimecres 5 de maig, a les 17:15h

CLUB DE LECTURA INFANTIL "Petits grumets", per a nens i nenes de primer i segon curs de primària. Comentarem l'obra "El señor arquitecto y los animales del bosque" de Kunihiki Aoyama.

Dijous 6 de maig, a les 17:15h

CLUB DE PRE-LECTURA INFANTIL "Selvatges". Comentarem l'obra "Tangram gat" de Maranke Rinck.

Dilluns 10 de maig, a les 18:30h

CLUB DE LECTURA INFANTIL "La mà negra", per a nens i nenes de cinquè i sisè curs de primària. Comentarem l'obra "Super sorda" de Cece Bell.

Dimecres 12 de maig, a les 17:30h

HORA DEL CONTE "Els contes d'en Joan" amb Joan de Boer, al pati exterior de la Biblioteca. En Joan va estudiar contologia a la Universitat d'Iràs i no en Tornaràs i coneix tots els contes del món! De totes aquestes històries, en seleccionarà les més divertides i les més emocionants per fer-nos passar una bona estona. Activitat familiar recomanada per infants majors de 3 anys. Places limitades, inscripcions a la Biblioteca fins el 10 de maig.

Dijous 13 de maig a les 19:00h

CLUB DE LECTURA LLEGIR EL TEATRE. Comentarem l'obra "L'emperadriu del Paral·lel" de Lluïsa Cunillé.

Divendres 14 de maig, a les 18:30h

CLUB DE LECTURA INFANTIL "Els grumets de mar enllà", per a nens i nenes de tercer i quart curs de primària. Comentarem l'obra "Edison: dos ratolins a la recerca d'un tresor" de Torben Khulmann.

Dimarts 18 de maig, a les 17:30h

HORA DEL CONTE "Els contes de l'osset Elies" a càrrec de l'Assumpta Mercader. Contes per a nens i nenes de 2 a 4 anys. L'osset Elies es vesteix sol, però s'ho posa tot malament i l'ajudarem a vestir-se. L'osset Elies treu la roba de l'estenedor, però es fa un embolic amb un llençol. Sembla un fantasma i espanta el carter i també la veïna. L'osset Elies es menja tot un pot de caramels i la seva mare li ha de donar un medicament, que té molt mal gust. L'osset Elies no vol dormir. En Jan, que dorm amb ell, li diu que si no dorm ell marxa. L'Elies el deixa marxar però després el troba molt a faltar. Places limitades, inscripcions a la Biblioteca fins el 17 de maig.

Dijous 20 de maig, a les 19:00h

CLUB DE LECTURA VIRTUAL SOBRE MANGA, per al públic adult, a través de la plataforma Jitsi Meet. Comentarem l'obra "Emma" de Kaoru Mori.

Divendres 21 de maig a les 17:00h

CLUB DE LECTURA JUVENIL, per a joves de primer i segon d'ESO. Comentarem l'obra "Mira Hamlet" de Barbro Lindgren.

Divendres 21 de maig, a les 18:30h

CLUB DE LECTURA DE MANGA JUVENIL, per a joves a partir de tercer d'ESO. Comentarem l'obra "Magic Kaito" de Gosho Aoyama.

Dimecres 26 de maig a les 19:00h

CLUB DE LECTURA D'ADULTS. Comentarem l'obra "Amor" d'Hanne Orstavik.

Dijous 27 de maig, a les 17:00h

BIBLIOBRESSOL "Contenadons: collaret de contes" amb Pepa Contes. Sessió de contes, jocs i cançons per a infants de 8 mesos a 3 anys i les seves famílies. Places limitades, inscripcions a la Biblioteca fins el 25 de maig.





Dia Internacional de l'Art



L'ajuntament de Vidreres, ha participat en la programació del territori gironí amb motiu del dia Internacional de l'Art, mitjançant un gran mural dedicat a Leonardo da Vinci en el 500 aniversari del seu naixement.

La realització a estat a càrrec dels alumnes de dibuix i pintura joves, dibuix i pintura infantil (els més grans), algun alumne de dibuix pintura adult i alumnes d'aerografia de l'Escola 'Arts plàstiques de Vidreres, tots del Centre Cívic Francesc Llobet i Gibert, que han fet un molt bon treball en equip. El mural està format per diferents peces de cartó plogma, amb obres significatives de Leonardo, que una vegada instal·lades juntes formen un gran mural de (250x140).

A causa de la situació de la pandèmia, aquest any es va optar per un format, que es pogués fer tant presencial com telemàtic.

La instal·lació estava prevista exposar-la al Centre Cívic, però per raons sanitàries s'ha decidit portar-la al teatre municipal/ pati del Casino la Unió, per tal que tothom pugui gaudir-la.

Solucions dels entreteniments

PARAULES: Llobregat, Onyar, Ter, Besòs, Cardener, Ebre, Fluvià, Francoll, Segre, Siura-na, Tordera, Túrria.

CITACIÓ: Tot flueix. Res s'està quiet. Ningú pot banyar-se dos cops al mateix riu. Heràclit, filòsof grec.

SOLUCIONS SOPA DE LLETRES

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

SOLUCIONS MOTS ENCREUATS

6	2	7	8	9	4	3	1	5
4	9	5	1	2	3	8	7	6
1	3	8	6	5	7	4	2	9
7	1	6	4	8	9	2	5	3
8	5	9	3	6	2	7	4	1
2	4	3	7	1	5	9	6	8
3	6	1	2	7	8	5	9	4
5	8	2	9	4	6	1	3	7
9	4	3	6	1	2	7	8	5
10	5	8	2	9	4	6	1	3
11	5	8	2	9	4	6	1	3
12	9	7	4	3	1	6	5	8

SOLUCIONS SUDOKU



Teresa Carbonell

La Visió de la Tere Vacunes





Campanya residus zero a l'Institut Vidreres

Aquest curs, a l'Institut de Vidreres, hem engegat amb força la campanya RESIDUS ZERO per tal de fer dels nostres patis uns espais lliures d'embolcalls d'un sol ús.

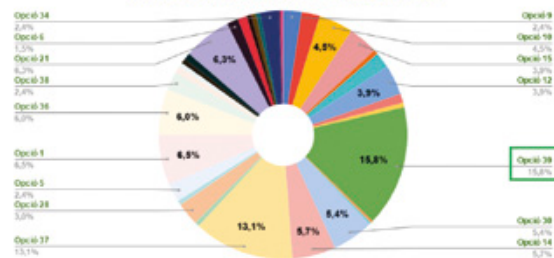
L'alumnat de quart d'ESO ha estat l'encarregat de dur a terme la campanya de difusió a les xarxes i a les aules del CONCURS DE DISSENY D'EMBOLICATES (podeu mirar els vídeos i els posts al web de l'Institut).

El concurs ha tingut un alt grau de participació tant pel que fa a la presentació de propostes com a la votació popular i, finalment, el disseny guanyador s'ha convertit en realitat per Sant Jordi! Per saber una mica més sobre els EMBOLICATES, us deixem un petit article amb text de la Laura Aguilera i fotos de l'Elvira Güera, alumnes de 4t i membres actives de la Comissió Verda de l'Institut Vidreres.

Concurs d'embolicates Institut de Vidreres

Aquest Sant Jordi, els alumnes de l'institut Vidreres han celebrat el dia d'una manera especial i molt bona pel planeta, ja que no només s'han fet competicions literàries, sinó també una de més artística: un concurs de disseny d'embolicates!

RESULTATS DEL CONCURS EMBOLICATA 2021



PROPOSTA
GUANYADORA !



ENHORABONA !



! què és un embolicata? Un embolicata és una forma totalment eco-friendly d'embolicar el teu entrepà. Els alumnes de l'institut han participat creant un disseny perquè el guanyador sigui el model principal de tot l'institut. El disseny guanyador ha estat el d'uns estudiants de tercer i l'institut ha produït embolicates amb aquest disseny per a tothom, i només per 1 euro! Aquest són els embolicates que ara molts dels alumnes porten:

I vosaltres, us animeu a comprar o fins i tot fer els vostres?





Sant Jordi al Salvador Espriu, diferent però atractiu!



Degut a la situació actual, aquest any no hem pogut celebrar Sant Jordi com ho fèiem habitualment. Tot i així, hem fet activitats alternatives mantenint el grup bombolla.

Les mestres d'infantil han gravat una obra de teatre sobre la llegenda de Sant Jordi i els alumnes han fet els decorats. Tots els alumnes d'infantil han fet titelles i exposició de llibres.

Els alumnes de Primària s'han inventat rodolins i han decorat mandales relacionades amb la diada. També hem gravat "Booktubes", que són gravacions de nens/es recomanant llibres que els agraden. A més a més, els alumnes de 6è, com a padrins de lectura, han representat petites obres teatrals als seus fillols de 2n, a l'aire lliure i mantenint la distància de seguretat.

Per acabar, com que no hem pogut fer la tradicional xocolatada al pati, hem berenat a la classe sucs, batuts de xocolata i coca, a càrrec de l'AMPA.





Celebrant la diada de Sant Jordi

Un dels reptes que els mestres es proposen durant la vida escolar dels alumnes és la d'incentivar l'interès per la lectura, ja que aquesta té una importància cabdal en el procés de desenvolupament i maduració dels infants. És el vehicle d'aprenentatge, de desenvolupament de la intel·ligència, d'adquisició de cultura, entre d'altres. Llegir no només és un recurs per obtenir informació sinó que crea hàbits de reflexió, d'anàlisi, d'esforç i de concentració. A més a més també esdevé un espai per gaudir, entretenir i distreure's.

La quantitat d'objectius que es poden aconseguir a través de la lectura són molts: el perfeccionament del llenguatge i per tant de l'expressió oral, ampliació de vocabulari i millora de l'ortografia. Esdevé, doncs, una eina eficaç per a la relació amb els altres, per fer contactes personals i pot despertar noves aficions i interessos. És per això que es treballa al llarg de tota la vida escolar.

Però tot aquest treball destaca d'una manera especial la setmana de Sant Jordi. Des de l'escola es preparen una sèrie d'activitats que posen de manifest el treball que s'està realitzant, tot compartint-lo amb la resta de companys.



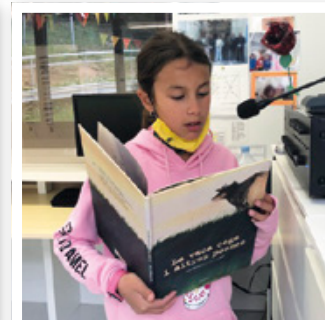
Els més menuts de l'escola han estat partíceps d'activitats de conta-contes adequats a la seva edat. D'aquesta manera els adults esdevenen els seus models i els infants poden seguir les pautes perquè a partir del coneixement de les lletres i la lectura de les paraules cada vegada més complexes, i que més endavant formaran frases, esdevinguin futurs lectors. Com a cloenda de la setmana de Sant Jordi han elaborat punts de llibre molt vistosos per ser utilitzats en les seves primeres lectures.

L'activitat a primària ha girat entorn a diferents tipologies de textos: rodolins, poemes, contes... Després d'haver-les treballat amb exemples d'un variat ventall d'autors de cada tipologia i tenint en compte l'edat dels alumnes, han elaborat les seves pròpies produccions que s'han compartit amb la resta dels companys de l'escola a mode de paradeta de Sant Jordi. L'activitat es va anomenar "Xarrups de lectura" i consistia en que cada alumna/e posava el seu text a dins d'un petit got. L'exposició de gotets amb textos estava al passadís perquè els companys poguessin passejar i fer un xarrup de lectura si els venia de gust.

A més, en aquesta paradeta, cada classe va exposar-hi 4-5 contes o llibres a tall de recomanació per així compartir-los amb la resta de companys, i que els poguessin fullejar.



El dia 23 d'abril, a cada hora en punt, els nens finalistes i semifinalistes del "concurs de lectura en veu alta" (de cicle mitjà i cicle superior), van anar fent lectures de poemes a través dels altaveus de l'escola per tal que arribés a tota la resta de companys. L'experiència va ser molt bonica.



Club Bàsquet Nou Caülès

Des del club basquet 9 Caules estem molt contents de poder anunciar que després de molts mesos difícils per l'esport formatiu i de base ja tenim un equip en competició, el sots 25 femení.





Atlètic Vidreres

Obrim inscripcions, per la temporada 2021/22!

La temporada del desè aniversari del primer equip de la Base del Club.

Obrim Inscripcions Temporada 2021/22

Vine a provar les tres primeres setmanes de JUNY

Escoleta (4-5 anys)
PreBenjamí (6-7 anys)
Benjamí (8-9 anys)
Aleví (10-11 anys)
Infantil (12-13 anys)
Cadet (14-15 anys)
Juvenil (16-17-18 anys)
Base Femenina (6 a 16 anys)
Sèniors (a partir de 18 anys)

**TOTA LA INFORMACIÓ DETALLADA LA PODEU TROBAR
ALS FORMULARIS D'INSCRIPCIÓ DE LA NOSTRA WEB:**

ATLETICVIDRERES.COM

Més info per mail a: info@atleticvidreres.com

o Whatsapp a: 644 140 379



ATLÈTIC ENDAVANT !



**Consell Català
de l'Esport**

Recordant Martí Vergés Massa (1934-2021)



1993-Estiu-132517-MartiVergesMassa

El 17 de febrer passat ens va deixar l'amic Martí. La Penya va ser present en el comiat al cementiri de Vidreres amb l'assistència del nostre vicepresident Joan Colomer.

La Penya sempre li estarà agraïda per la seva empatia i la bona disposició a assistir, durant molts anys, als sopars de germanor que celebràvem a Can Pou, en companyia de la seva encantadora dona Patricia Allende, coincidint també amb directius del Barça, especialment amb el vicepresident Nicolau Casals, gran propulsor de les penyes barcelonistes.

Volem recordar aquells sopars i l'ambient de molta alegria al final de la festa, amb música amb l'Àngel Bancells i la gent ballant i cantant. En Martí hi participava com un més de la colla i es trobava a la seva salsa. Tot i sent una persona que preferia estar en un segon pla, els socis veterans sempre recordarem aquell any en què la Maria Bassas va agafar en Martí pel seu compte i a duo van cantar la cançó Mi casita de papel acompanyats d'un cor, entre d'altres, de Joaquim Fàbregas, Anna M. Mas, Xicu Garriga, Creixença Ferrer, Josep Vila... Això també era la Penya i ho hem volgut reportar.

Fidel al Barça

En Vergés, un dels últims supervivents de l'equip que va viure el pas de les Corts al Camp Nou, va integrar una estirp, ara en vies d'extinció, de jugador humil i compromès. Els seus 16 anys al Barça van ser irreprotxables, paradigma d'efectivitat i regularitat. Va recalcar al juvenil del Barça gràcies a la mediació del gironí Domènec Balmanya, amic de la família i coneixedor del seu talent, mostrat al col·legi i al FC Vidreres junt amb altres joves de la localitat.

Es va incorporar al Barça amb 17 anys i el primer any com a juvenil (1950-51) es va proclamar campió d'Espanya contra el Sueca per 5 a 1 a la final; va ser l'únic jugador que va arribar al primer equip.

Després va passar al Barcelona Aficionados, on destacava per la tècnica i força. Tenia figura, sentit de l'anticipació, criteri en la passada i un xut precís des de lluny. La temporada 1953-54 va debutar amb el filial, La Espanya Industrial, a Segona, i amb el qual, als 21 anys, va ascendir a Primera Divisió en una temporada sublim, 1955-56. Aquella reeixida campanya va catapultar Vergés al primer equip del FC Barcelona, reclutat per Domènec Balmanya, entrenador la temporada 1956-57.

Aquí va començar a forjar-se la famosa línia medul·lar Vergés i Gensana. També va brillar amb Juanito Segarra, "el gran capità", del qui sempre recordava meravelles: "Era qui es carregava l'equip a l'esquena". El seu primer títol va ser la Copa del 1957, a Montjuïc (1 a 0 contra l'Espanyol), en què va fer la centrada de gol a Sampedro. Ja amb Helenio Herrera va conèixer la cara més dolça del futbol: companyonia, bon joc, victòries i títols.



Vergés i Gensana temporada 1959-1960



Penya Barcelonista
Vidreres

Va ser un dels jugadors que va inaugurar el Camp Nou el 24 de setembre de 1957. Va guanyar un total de vuit títols: tres Copes de Fires, dues Lligues i tres Copes. Mai va ser expulsat. Va jugar un total de 438 partits (285 de Lliga) i va anotar 47 gols amb el primer equip des del seu debut (23/09/1956) contra l'Atlético a les Corts (7-3) i l'últim (22/05/1966) va ser contra el Saragossa (1-0) a la Romareda. Un dels gols més recordats fou contra el Madrid el novembre del 1960 (2-1), als vuitens d'una Copa d'Europa que acabaria escapant-se en la traumàtica final de Berna el 1961 amb el Benfica (3-2), la famosa "final dels pals", perquè se'n van fer quatre!

"Destacava per la tècnica i força, tenia figura, sentit de l'anticipació, criteri en la passada i un xut precis des de lluny"

En l'apartat internacional, va ser-ho, per Espanya, 12 vegades a l'equip A (amb 2 gols), 4 vegades al B i 1 vegada en categoria Amateur. Hi disputà l'últim partit al Mundial de Xile (1962), en una derrota contra el Brasil (2-1). Però també va jugar amb Catalunya, en concret 3 vegades, i també hi va fer 1 gol, que consti.



Homenatge del Barça a Martí Vergés i Sigfrid Gràcia 12-oct-1966

El FC Barcelona li va tributar un partit d'homenatge al costat de Sigfrid Gràcia el 12 d'octubre de 1966; va ser contra el Benfica d'Eusebio. Val a dir que prèviament es va jugar un partit entre el CF Vidreres i la UD Gavà.

El 8 de març de 1999, celebració del seu 65è aniversari, fou elegit president de l'Agrupació de Jugadors del FC Barcelona per aclamació, càrrec que va ocupar fins al 2003.



Martí Vergés xutant

"Avui, precisament, em jubilo de la meua feina professional, però en començo una de nova, càrrec que m'honora i al qual dedicaré tot el meu saber", va dir en la presa de possessió. Més tard el van nomenar president honorari vitalici de la institució.



Homenatge de Martí Vergés -Vidreres- 23-feb-2008

Agraït a Vidreres

Més de mil persones es van aplegar a l'estadi de Vidreres el 23 de febrer de 2008 per seguir en directe l'homenatge que li va retre el poble amb un partit entre els veterans del Vidreres i del Barça (1-1). L'homenatge figurava entre els actes de la remodelació del camp municipal i la presentació dels equips del Club Escola de Futbol Sporting Vidrerenca (on actualment juga el seu nét, Abel Vergés). També s'hi va homenatjar Josep Ball-llosera Costa, conegut com en Bernadí, tot un mite com a entrenador de joves valors al nostre poble. La jornada, evidentment, va concloure amb un sopar a Can Pou.

A la Penya sempre serà recordat amb un espai fotogràfic dedicat, on apareix en diverses facetes com a jugador. Tot un vidrerenc i barcelonista.

III Torneig de l'amistat Temporada 1977-78



Fent neteja i posant ordre als calaixos es poden trobar petits records de la història dels nostres familiars.

III Torneig de l'amistat, temporada 1977-78. Varen participar 7 clubs: Lloret, Sant Gregori, Tordera, Riudellots, Cassà, Caldes i Vidreres.

En aquesta tercera edició, el torneig va ser organitzat pel C. F. Vidreres. La cloenda es realitzà a Vidreres, i a més de futbol, es va fer una visita a la fàbrica RAM, sardanes i un sopar de germanor amb repartiment de trofeus i obsequis per a tots els participants i col·laboradors.

A la primera jornada, 19 de novembre de 1977, Vidreres empata al camp del Lloret, sumant un punt positiu. Els partvassà i Tordera-Sant Gregori acaben amb el mateix resultat, 4-1.

Segona jornada, 26 de novembre de 1977, juguen Tordera-Caldes, Sant Gregori-Riudellots i Vidreres-Cassà. Els primers empaten 1-1, el Riudellots guanya per 3-0, i el Vidreres guanya per 5-0.

En la tercera jornada, 3 de desembre de 1977, Cassà guanya al Lloret per 1-0, el Vidreres és derrotat pel Tordera amb el resultat de 0-2, i Riudellots guanya al Caldes per 2-1.

Quarta jornada, 10 de desembre de 1977, el Lloret guanya el Riudellots per 6-0, Tordera guanya Cassà per 1-0, i Vidreres guanya Sant Gregori per 7-2.

Plantilla de jugadors de U. D. Vidreres

DRETS: Sr. Salvans, S. Turró, F. Rutllan, P. Puntí, E. Fernández, J. Ruhí, B. Gordillo, R. Torner, Sr. Ramos

AJUPITS: E. Fernández, A. Ramos, J. Mercader, A. Fernández, O. López, A. Mazó, J. A. Fernández.

- Entrenador: Sr. Ramos
- Pantalons: blaus
- Camiseta: Blau-grana
- Edats: 1964-1967

Cinquena jornada, 17 de desembre de 1977, Lloret guanya per 1-4 al camp del Caldes, el Riudellots va perdre al camp del Tordera amb el resultat 4-0. Cassà guanya Sant Gregori amb el resultat de 2-4. En aquesta jornada el Vidreres descansa.

Sisena jornada, 14 de gener de 1978, Tordera guanya al Lloret (2-3), Vidreres guanya a Riudellots (1-2), i Caldes goleja el Sant Gregori (1-5).

Setena jornada, 21 de gener de 1978, la final de la primera volta acaba amb les victòries del Cassà, Vidreres, i Lloret. El líder és Tordera, per sota amb dos punts de diferència el Vidreres.

A la segona volta, la primera jornada es realitza el 28 de gener. El Tordera guanya el Sant Gregori. Vidreres guanya al seu camp amb molts treballs al Lloret, marcant el gol a cinc minuts del final. El Caldes guanya el Cassà.



Agnès Oliver

Segona jornada de la segona volta, 4 de febrer de 1978. En aquesta jornada destaca la gran victòria del Caldes sobre el líder. El Tordera perd per primera vegada. El Vidreres empata amb el Cassà, i es col·loca a un punt del capdavanter, el Tordera. El Riudellots amb penes i treballs guanya el Sant Gregori.

Tercera jornada, segona volta, 11 de febrer de 1978. El Tordera guanya el Vidreres destacant amb 3 punts a la classificació. El Cassà guanya per 3 a 1 al camp del Lloret i el Riudellots guanya el Caldes.

Quarta jornada, 18 de febrer de 1978. El Riudellots perd al seu camp contra el Lloret per 2 a 1. L'àrbitre va pitar el final del partit 5 minuts abans, però els entrenadors acordaren continuar jugant el temps que faltava, i és així com el Lloret aconsegueix el gol de la victòria. El Tordera guanya fàcilment al Cassà. I el Vidreres goleja el Sant Gregori. Cinquena jornada, 25 de febrer de 1978, El Tordera guanya el Riudellots per 4 a 3, d'aquesta manera el Tordera es proclama campió del III Torneig de l'amistat a dos partits del final.

Sisena Jornada, 4 de març del 1978, el Vidreres goleja el Riudellots per 8-1, i el Caldes goleja el Sant Gregori per 8-0.

En l'última jornada, 11 de març de 1978, el Riudellots guanya el Cassà, i el Vidreres s'imposa al Caldes, el Lloret guanya al camp del Sant Gregori.

Finalment el Tordera és el campió, i el Vidreres és l'equip més golejadore i menys golejat.



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!



Club Twirling
Vidreres

Atletes d'alt rendiment de la Federació Española de Ball Esportiu



El dia 6 de març de 2016, vàrem crear el Club Twirling Vidreres. Segons els nostres estatuts, els registres oficials de la Generalitat de Catalunya, la Diputació de Girona, l'Ajuntament de Vidreres, i d'altres estaments i institucions, som "Un Club Esportiu".

Per l'anterior, si ens limitem a portar a terme una rutina d'entrenaments. Si anem a competir (si és que decidim competir) amb determinat esperit. Si ens conformem en fer només allò que, en definitiva seria complir un acord de mínims amb els nostres atletes, i els seus pares i/o tutors. Hauríem pogut dir que, el nostre esport és molt complicat, que per triomfar han de passar anys, i que hem fet el que podíem.

Però llavors, no podríem dir que entre els nostres **valors** es troben:

- **La superació, tant individual com grupal.**
- **Fomentar la companyonia.**
- **Que els èxits, són fruit del treball, ningú ens ha de regalar res, ho hem d'aconseguir nosaltres amb el nostre esforç.**
- **L'Esport és salut, és educació, és cultura. Aprendre a guanyar, i aprendre a perdre. Respecte.**

Suposo que alguna cosa hem hagut de fer bé, perquè avui dia 28 d'abril de 2021, Na MARÍA JESÚS GARCÍA GONZÁLEZ, Secretaria de la Comisión de Evaluación del

Deporte de Alto Nivel del Consejo Superior de Deportes, ha certificat que sis components del Club Twirling Vidreres, són atletes d'alt rendiment, de la Federació Española de Ball Esportiu.

En complir les condicions establertes a l'article 2.3b) del Real Decreto 971/2007, de 13 de juliol, sobre esportistes d'alt nivell i d'alt rendiment, publicat al B.O.E amb data 25 de juliol de 2007.

A partir d'aquesta data, el i les atletes del Club Twirling Vidreres anomenades com a atletes d'alt rendiment, tindran dret a les places reservades en centres oficials i/o concertats, per tal d'obtenir places per cursar estudis Secundaris, Batxillerat, Graus mitjans, Graus Superiors, etc. Com a mínim durant els dos anys vinents.

Com a president del Club, estic orgullós dels vostres èxits.

- Felicitats, **Queralt Valentí Sarra**
- Felicitats, **Josemi Alegre Cortes**
- Felicitats, **Laia Vilà Fernández**
- Felicitats, **Aina Álvarez Basset**
- Felicitats, **Blanca Martínez Nieto**
- Felicitats, **Aida Rodrigo Romera** (Entrenadora i coreògrafa)

Us animo a continuar, a que ajudeu a les vostres companyes a arribar com a mínim, allà a on vosaltres heu arribat.

Gràcies per formar part de les nostres vides, i gràcies per deixar-nos formar part de les vostres.

Rafael Rodrigo

President del Club Twirling Vidreres.



Club Twirling Gimnàstic
Vidreres

Club Twirling Gimnàstic Vidreres

Atletes Temporada 2020/2021



Hola a tots els lectors i lectores del Rec Clar!

Estem en un any molt complicat, ple de moltes incerteses, dubtes, pors... però sabem, que tots junts sortirem d'aquesta pandèmia que estem vivint i que tant de mal ens està fent.

Esperem que tot això acabi aviat, i que tots puguem tornar a viure la nostra vida amb normalitat, celebrant les nostres festes populars al costat del poble, estant al costat de les nostres famílies i poder abraçar-los, practicar la nostra activitat favorita, viatjar...

Des del nostre club, hem intentat realitzar entrenaments adaptant-nos a les normatives de seguretat e higiene pel covid: entrenaments en línia, grups bombolla amb aforament limitat, distàncies de seguretat, desinfecció de mans i material d'entrenament... la veritat que no ha estat res fàcil, perquè no poder mantenir contacte físic entre entrenadores i atletes, dificulta una mica la nostra manera de transmetre els exercicis.

Trobem molt a faltar no poder abraçar-les o simplement xocar una mà, també tots els viatges a campionats i els moments inoblidables que viuen en aquests, juntament amb les atletes d'altres clubs, pares, mares àvies, tiets... i esperem amb moltes ganes que tornin tots aquests moments i sabem que tornaran!!

En aquest any 2021, ens preparem al màxim per a tornar i amb més ganes que mai!!

L'entorn de Vidreres

La Covid-19 ens ha portat molts inconvenients, però també avantatges, com les passejades per l'entorn de Vidreres gaudint del seu entorn.



Jaume Mos



Ermita de Caulès
Agnès Oliver



Suro de Cal Magre, catalogat com a arbre monumental
Agnès Oliver



Plana de la Selva des del camí de Caulès
Agnès Oliver



Posta de sol des de Can Babaia
Agnès Oliver

Biomassa com a font d'energia

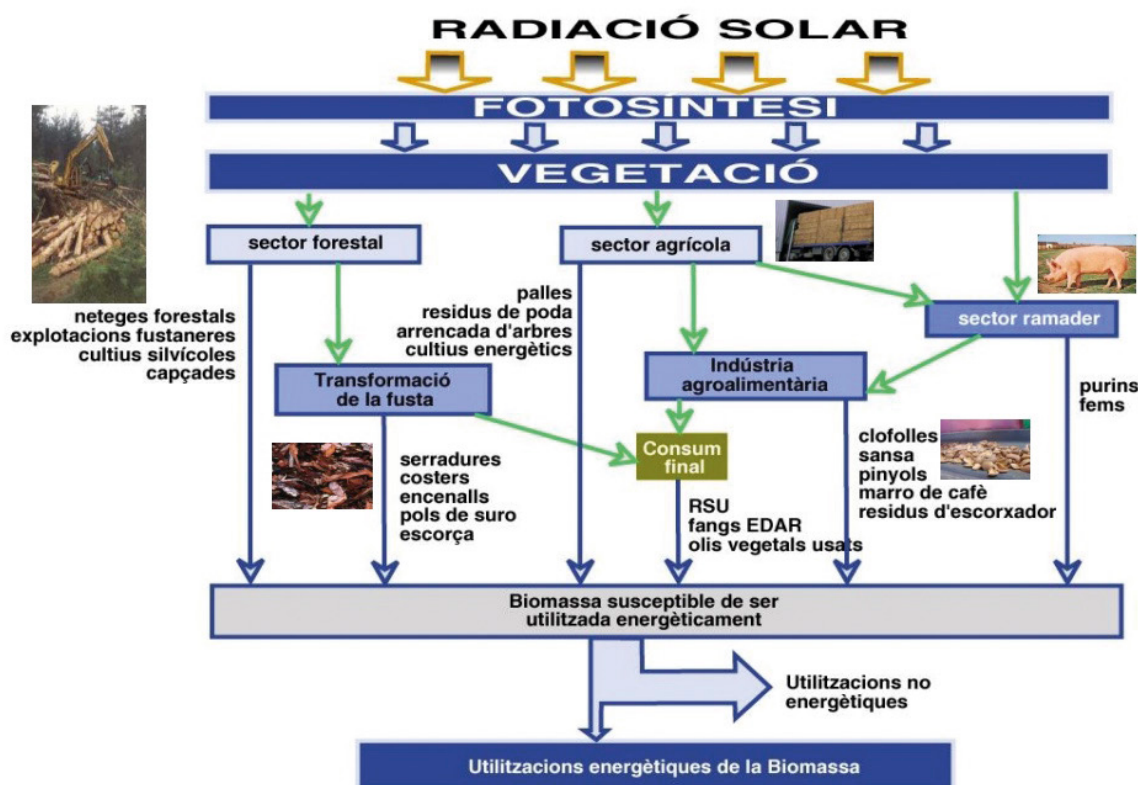
La biomassa és un material orgànic renovable d'origen vegetal o animal, emprat per produir energia.

Fonts de la biomassa: La biomassa presenta diversos orígens:

- **D'origen forestal:** en primer lloc tenim la fusta i residus forestals tals com branques, serradures i els seus processats com pellets, estelles, briquetes etc.
- **D'origen agrícola:** canyes de blat de moro, de sucre, i, en general, troncs llenyosos de vegetals de cultiu.
- **Material biològic** de residus municipals tals com paper, cotó i residus de fusta o residus orgànics.
- **Fems animals.**

Tipus d'energia que tenen com origen la biomassa:

- **Calor per combustió directa** de la biomassa com, per exemple, llenya i residus vegetals per a la llar de foc; pellets, briquetes i xips vegetals per combustió en estufes i calderes domèstiques i, també per a combustió de calderes industrials per produir vapor i electricitat.
- **Conversió termoquímica** de la biomassa que inclou la piròlisi i la gasificació a fi i efecte d'obtenir combustibles sòlids, líquids i gasosos. Un exemple de piròlisi serien les carboneres que abans es feien en el bosc, aprofitant branques, per obtenir carbó vegetal. Aquest procés així com els industrials pirolítics es fan en absència d'oxigen.
- **Conversió química** de la biomassa mitjançant processos químics per transformar olis vegetals i animals en biodièsel.
- **Conversió biològica** que per fermentació transforma la biomassa en etanol, o bé per digestió anaeròbia (sense oxigen) per obtenir biogàs natural renovable.



Font: Institut Català d'Energia



Francesc Aldrich Miquela

La biomassa des del punt de vista mediambiental l'hem de valorar especialment per tres aspectes: primer per la funció que fa de gestor d'alguns residus municipals al contribuir a la seva eliminació; segon per ser renovable ja que es pot regenerar el que hem destruït i tercer perquè, al menys administrativament, no contribueix a l'emissió de gasos efectes hivernacle, tema reconegut tant per la Comissió Europea (IPPC) com per l'Agència Internacional de l'Energia (IEA).

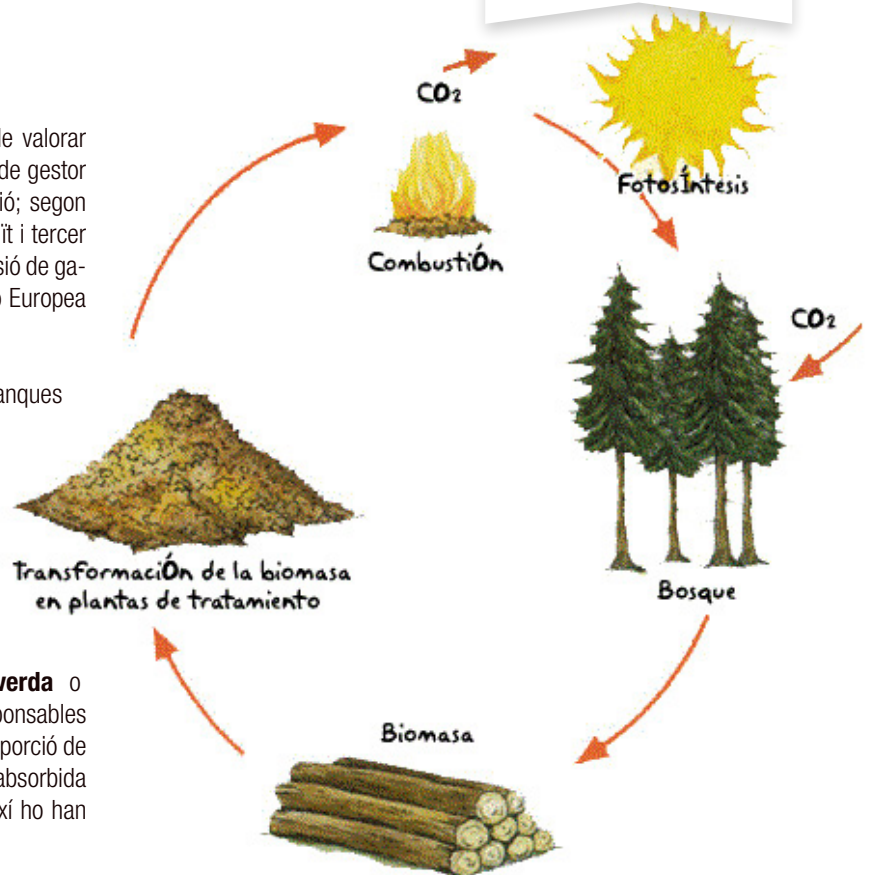
L'energia de la biomassa és **renovable** perquè la fusta o branques consumides es regeneren quan es planten nous arbres; les canyes del blat de moro o del sucre, consumides després de la collita, es regeneren després de sembrar una nova collita; els sots-productes de biomassa d'una indústria tindran continuïtat en tant en quant es mantingui la seva producció i, així, seguiríem amb la mateixa explicació per la resta de les fonts.

La imatge ens explica el perquè l'energia de biomassa és **verda** o sigui de zero emissions de gasos d'efecte hivernacle, responsables del canvi climàtic. Representa un estat d'equilibri entre la proporció de CO₂ generada en la producció i combustió de biomassa i l'absorbida pels arbres per la seva funció de la fotosíntesi. Al menys així ho han considerat la IPPC i la IEA.

Es pot argumentar més aquest concepte d'equilibri del CO₂ emès i absorbit, si considerem tot el sistema ambiental reduït a una àrea geogràfica determinada per saber si realment, i no administrativament, és manté l'equilibri. Pensem que el poden afectar tales massives d'arbres en aquesta àrea, incendis forestals que no es recuperin o que ho facin molt lentament. En aquests casos, la petja de carboni, és a dir, tot el CO₂ emès en la producció d'energia de biomassa, és superior a l'absorció del mateix per les plantes verdes d'aquesta àrea.



No és el cas de la nostra demarcació, local i comarcal, en què hi ha una important proporció de boscos, amb molt material desaprofitat encara, i poca explotació dels mateixos per a usos d'aprofitament industrial i domèstic. A l'any 2018 van sortir del port de Palamós 38.332 Tm de biomassa vegetal cap a França per fabricar pellets i 7050 Tm de marro de cafè cap a Itàlia per obtenir bio-combustible.



A la demarcació de Girona s'estan desenvolupant diverses micro-xarxes de calor que estan alimentades amb estella forestal procedent de la gestió forestal sostenible i també s'han instal·lat algunes calderes industrials en els últims anys en sectors alimentaris i paperers -entre d'altres. A Vidreres mateix tenim una petita xarxa de calor que funciona amb estella i que alimenta el CEIP Salvador Espriu i la piscina municipal.

Tenim capacitat per incrementar la producció de biomassa vegetal a efectes de substituir combustibles fòssils, carbó mineral, fuel, gasoil... i d'augmentar la neteja dels nostres boscos per evitar incendis forestals i preparar-los perquè tinguin més resiliència als efectes del canvi climàtic. Cal fer-ho a partir de la gestió forestal sostenible, fomentant l'associacionisme de propietaris forestals i activant els plans d'ordenació forestal. Per fer això, cal ajudar a augmentar la rendibilitat de les explotacions forestals i a possibilitar noves empreses d'aprofitament i producció de la biomassa.

Mitjançant la dinamització de biomassa i també de biogàs podem donar suport a la transició energètica, sobretot pensant en la substitució de combustibles fòssils que es fan servir per a produir energia tèrmica. Si aconseguim incrementar la capacitat d'ús de la biomassa i ho fem de forma correcta amb gestió sostenible, el medi i tots plegats ens en beneficiarem.

Francesc Aldrich Miquela

Protegim les nostres orquídiess

Per a moltes persones que no estiguin familiaritzades amb el món de la botànica els pot sorprendre l'existència d'orquídiess a les nostres contrades. Doncs sí!, n'hi ha moltes i de les més variades formes i colors i en aquesta època són relativament fàcils de trobar arreu dels camps que configuren el terme municipal.

Les nostres orquídiess podríem dir que són "petites i eixerides" i no tenen res a veure amb les orquídiess tropicals que trobem a les floristeries, i que ben segur tots coneixem i fins i tot, en més d'una ocasió, n'hem gaudit com ornament a la casa.

Aquestes "petites" orquídiess arrelen de manera silvestre per tot el continent europeu i el seu reduït format les fa diferents de les espècies més exòtiques, així com les seves delicades flors que varien espectacularment d'aspecte per oferir com a reclam sexual el seu aliment, aromes i colors, per tal d'atraure els diferents insectes que les han de pol·linitzar, fins al punt d'aparentar com si es tractés d'una mateixa bestiola, enganyant així, els mascles que copulen amb les flors, creant trampes plenes de nèctar "emborratxant" els insectes. El cas més destacable i gràfic que podem observar és l'aspecte que ofereixen les orquídiess del gènere *Ophrys*, anomenades popularment com abelleres.

Les orquídiess formen una de les famílies de plantes amb flors del Regne vegetal més nombroses del nostre planeta i estan en constant evolució. Es calcula que hi ha de vint a trenta mil espècies que conformen de set-cents a vuit-cents gèneres diferents. La immensa majoria viuen i creixen en climes tropicals i són els tipus d'orquídiess que coneixem a causa de la seva extensa distribució comercial. Tot i que les que habiten a Europa, són poc més de tres-cents espècies de les quals, a Catalunya en tenim localitzades unes vuitanta.



Es considera a les orquídiess un grup de plantes d'aparició recent sobre la terra; fa uns 20 o 30 milions d'anys. S'entén molt bé si ho comparem amb les coníferes (pins, avets...) que es calcula que fa 300 milions que viuen sobre aquest planeta. Fa tan sols dos-cents mil que va aparèixer l'*Homo sapiens* del qual tots en procedim.

El nom d'aquesta família de plantes prové del grec "orkhis", que significa testicles. La terminologia és definida per la semblança del parell de bulbs que moltes espècies tenen amb aquests òrgans genitals masculins. Són les plantes terrestres que arrelen i creixen a casa nostra, mentre que altres, sobretot les tropicals neixen sobre troncs o branques dels arbres, amb llargues arrels aèries per tal d'absorbir les partícules que li són nutritives.

Les orquídiess que creixen silvestres al nostre entorn, malgrat de tenir una mida força més modesta que les tropicals i les cultivades, no deixen de ser igualment precioses i delicades i és precisament aquesta bellesa que les fa ser considerades com els éssers vegetals més atractius, estranys i complexos. I és a partir d'aquí que s'origina la seva vulnerabilitat de la mà dels humans. La perversa actitud d'alguns d'arrencar les flors que els criden l'atenció i altres que s'excusen adduint el col·leccionisme científic o l'afició naturalista, són actituds reproposables que no serveixen de cap manera com a justificació.

A diferència de les orquídiess tropicals, el cultiu de les espècies natives de Catalunya és pràcticament impossible seguint els mètodes habituals de trasplantament.





Joan Tornés

Això és a causa del fet que d'ençà que germinen, necessiten la presència de determinades espècies de fongs -micorrizes- que són extremadament específics de llocs i condicions climàtiques on viuen les plantes i que generalment no poden arribar a desenvolupar-se fora d'aquests llocs.

A més, les orquídies autòctones tenen un conjunt de substàncies que provoquen un accelerat ennegriment i putrefacció de les flors i tiges quan es tallen o quan s'arrenquen les plantes del terra. Per tant s'ha d'evitar arrencar-les quan les veiem en els camps.

Totes les orquídies autòctones de la Unió Europea estan protegides davant del comerç internacional. Si bé a Catalunya només hi ha protecció per algunes d'elles. NO hem d'arrencar-les, ni col·leccionar-les per cap concepte, en tot cas protegir-les de manera responsable per afavorir el seu creixement i expansió.

Joan Tornés



Fenòmens meteorològics



Pels voltants de Vidreres
Glòria Selis

Bolivia



M'agraden sempre veure i cercar els trens rars, o fora del normal, línies que passen per llocs especials. El món és molt gran i està ple d'ells, Bolívia compleix de sobres. És el BUSCARRIL, és un d'ells sense cap dubte, he de dir que les dues vegades que he estat a Bolívia, he tingut mala sort i no ho he podi prendre.



La primera vegada amb el meu nebot Rubén per la coordinació del viatge i no va poder ser, em vaig dir ... quan torni el coordinaré i no se m'escapa. Però la segona vegada que vaig anar amb Kike, el vaig lligar tot per poder muntar en ell i amb tal mala sort que, a causa d'uns despreniments, la línia estava suspesa. Esperem que hi hagi una tercera vegada, com diu el refrany, ja que Bolívia m'encanta.



Aquest "tren" és d'allò més curiós, uneix la ciutat de Sucre, des de l'estació de l'TEJAR, amb la històrica POTOSI, la famosa ciutat de la plata, un lloc imprescindible si aneu a Bolívia. (D'aquí sorgeix la coneguda frase "Vals un Potosí") El Turó Ric va ser la mina de plata més important durant molts decennis, de fet, des del segle 16 i en durant tota la seva història, ha sostingut a la corona espanyola fins ben entrats al segle 18. Hi ha desenes de llocs a visitar a Potosí, on es veu la impremta de l'imperi, com la Casa de la moneda, també no deixeu de visitar la mateixa mina, no us deixarà indistints, amb la duresa de les condicions dels pobres miners, ni les històries de l'explotació dels indígenes pels espanyols.



Si teniu la sort de pujar-vos a l'Buscarril no és un tren com a tal, sinó que han adaptat un autobús antic, que fa l'experiència d'allò més curiosa, hi ha un altre similar a la ciutat de Cochachamba a Aiquile, aquest no és tan conegut, ja que no agafa de camí a zones tan turístiques. Si teniu interès, jo vaig tenir la sort de conèixer a Homer, el seu pare Freddy García porta treballant per a l'empresa de l'Buscarril 38 anys, estic en contacte amb ell, per temes d'horaris i disponibilitat.



El Buscarril neix de la necessitat i la situació dels anys seixanta, l'antiga xarxa britànica nascuda al 1873, heretada pels xilens i bolivians, ja estava molt obsoleta, la maquinària era de carbó i vapor d'aigua, els antics trens no s'havien adaptat, i era una empresa molt cara per mantenir. Gràcies a el Banc Mundial i el seu finançament es va crear MALALTS O (Empresa nacional de Ferrocarrils de l'Estat), li van ser transferides les línies de país, amb tots els seus problemes: material obsolet, personal, línies deficitàries, una tasca descomunal de difícil solució.

D'aquesta necessitat de donar un servei i continuar l'empresa, anys de reparacions, no poder modernitzar els equips - passar de les locomotores de carbó a Diesel, excés de personal, línies de baixa densitat poblacional es va arribar a la capitalització de les línies fèrries i la creació de dues empreses, la Ferroviària Andina i Ferroviària Oriental. Durant aquest període neix el BUSCARRIL, una eina barata i adaptada a la situació de país.



Gràcies a persones com Freddy García, que conserven el llegat de la història dels ferrocarrils d'aquest meravellós país, podem veure sense una hipotètica màquina del temps i gaudir d'un tros de la seva història. Agraïxo infinitament les seves fotografies, i espero algun dia poder gaudir de l'Buscarril, que tant se m'escapa.



Direcció a l'Argentina i Xile heu de passar per Uyuni, un altre d'aquests llocs imprescindibles per estar 3 dies com a poc, és com estar en un altre planeta, aquest salar més gran del planeta, a 3600 metres d'altura, en aquesta zona pot pujar-te a diverses muntanyes i volcans per sobre dels 6000 metres fàcilment. Tens la reserva nacional Eduardo Avaroa, amb les seves llacunes de colors, els flamencs, guèisers, aigües termals, arbres de pedra, la Vall de Dalí ..., aquest desert de sal ens guarda una altra gran sorpresa: un impressionant cementiri de trens i les seves vies.



Antigament Bolívia tenia sortida amb el mar, però va perdre tota la zona d'Antofagasta, justament pel conflicte causat per la companyia de salitres i ferrocarril de propietat xilena, això va fer desaparèixer la línia de tren i l'abandonament de la maquinària. Actualment és una gran atracció turística l'estació de Uyuni, a Colchani, pots prendre uns dels pocs trens actius que hi ha a Villazón (frontera amb Argentina). És tot un espectacle la zona i veure aquests trens abandonats de la mà de l'home, que ens recorden la potència que tenia tot aquest trànsit de matèries primeres.

Edu Achon



Les llàgrimes de sant Llorenç o els perseids, del cel a la mitologia

Com cada any, aquest estiu podrem veure les llàgrimes de Sant Llorenç o els perseids, que és la pluja de meteors més coneguda i espectacular. Es diu així, en la cultura cristiana, perquè al seu punt més alt, el 10 d'agost es recorden les llàgrimes que sant Llorenç va vessar quan va morir cremat a la graella, martiritzat.

Aquest esdeveniment passa quan l'òrbita de la Terra entra en contacte amb la cua del cometa Swift-Tuttle que orbita al voltant del Sol. En entrar amb contacte amb l'atmosfera, el fregament d'aquestes partícules que cauen a gran velocitat provoca que es vegin traces de llum. Aquesta pluja es produeix cada any entre el 16 de juliol i el 24 d'agost, i amb el màxim d'activitat entre el 8 i el 12 d'agost, en què es poden arribar a veure fins a un centenar de meteors per hora. Aquesta "pluja" és coneguda pels aficionats a l'astronomia també amb el nom de perseids, perquè el seu punt d'origen al cel es troba dins la constel·lació del famós semidéu grec Perseu, fill de Zeus i de la princesa d'Argos Danae.

Quan el príncep d'Argos tornava de matar el monstre medusa a l'om del cavall alat Pegàs, va veure la formosa Andròmeda, princesa d'Etiòpia, que estava lligada a una roca a prop del mar, perquè la seva mare Cassiopea havia ofès el rei del mar Posidó burlant-se de les seves filles, les Nereides, dient que Andròmeda era més bella que elles. Posidó, enfurismat, va enviar un monstre marí i va ordenar al rei etiop que donés la seva filla al monstre com a ofrena per l'ofensa.



Perseu, en sentir aquest relat, va matar el monstre i va salvar la princesa. Els dos joves es van enamorar a l'instant i van anar cap a Argos, on van regnar feliçment junts durant molts anys. Quan van morir, els déus de l'Olimp els van fer pujar cap al cel formant les constel·lacions d'Andròmeda i Perseu, perquè ells poguessin estar junts eternament, i és així com nosaltres contemplem i en recordem el seu fulgor fugissera cada estiu.

Joan Genover Massaneda

M'agrada saludar

"Bon dia", "Passi-ho bé", "Adeu-siau"..., les fórmules de saludar pel carrer, espai públic per excel·lència, són molt variades, però totes m'agraden pel que signifiquen i pel que comporten.

He de dir que, per a mi (és evident que cadascú és amo de les seves percepcions), signifiquen un gest d'interactuació, de voluntat comunicativa; de capacitat humana, dient-ho ras i curt. Per entendre'ns: si veig un altre humà, la salutació és una bona manera de reconèixer-li i de reconèixer-me aquesta qualitat (humana; vull dir que no és un roc, ni un ase). Evidentment, això no significa que saludis a tothom de la mateixa manera, perquè el grau de confiança no és sempre el mateix, però hi insisteixo, en el meu cas és una manifestació de condició que em dona una dosi de dignitat i que alhora m'ajuda a col·locar-me una mica millor (almenys hi pot ajudar) en el tràfec quotidià.

També m'agrada saludar pel que comporta. Uns mots ben senzills o també, fins i tot, una expressió sense vocalitzar res (un cop de cap, s'entén, o un braç que denota complicitat) no tinc cap dubte que socialitza, però encara va més enllà, té la capacitat de cohesionar el grup de què formem part. En aquests temps —ho dic una vegada més en primera persona—, quan dono, regalo un "Bon dia", implícitament estic dient a l'altra persona, la conegui o no, que som dels "mateixos", que no el conec (si és el cas), però que en reconec la condició. Encara més

clar, si pel carrer Catalunya del nostre poble, saludo algú, li estic transmetent que aquesta persona també és o pot ser vidrerencà.

Encara hi ha un altre element que comporta saludar i que no vull passar per alt. No em cansaré d'esmentar-ho que és a títol individual, i és que per a mi això de correspondre qui em saluda m'estalvia una dosi de por. Avui dia que vivim amb tantes incerteses, plens de recels envers els "altres", i de prejudicis (amb fonament o sense), situar-se al nivell de tothom, perquè tothom és saludable, en el sentit que pot ser saludat (i també en l'altre sentit), em dona força. Dona seguretat. Per això, bàsicament, m'agrada saludar. La qüestió encara donaria per a més, però tampoc cal insistir-hi, que potser és una dèria personal. Ara, de moment, que passeu un bon dia!

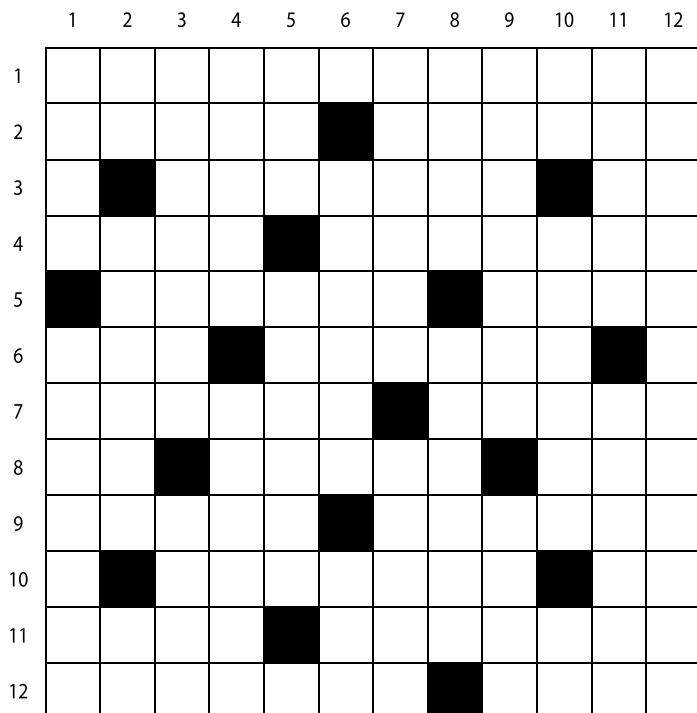
F. Navarro i Massa





Fem poble tot entretenant-nos

Mots encreuats



HORITZONTALS

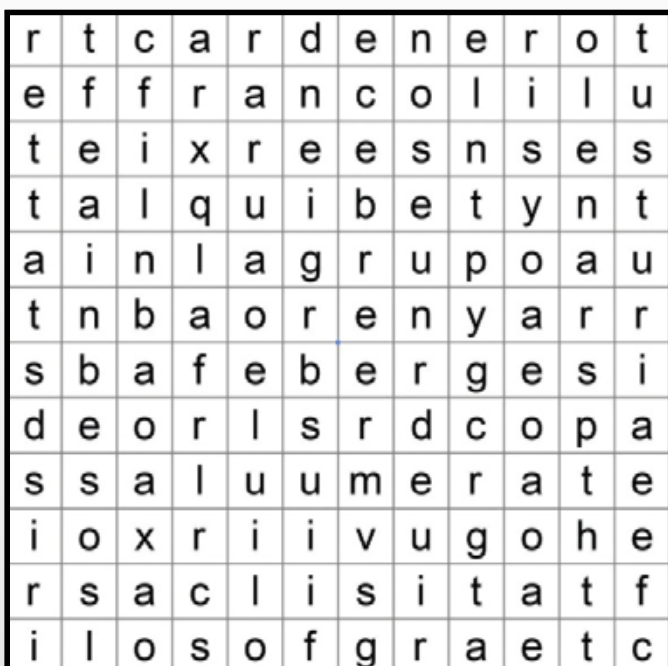
1. A Vidreres n'hem tingut dues, i aviat ja només ens quedarà el Sorrer (tres paraules). 2. Donar diners al corrupte. Suprimia una vocal . 3. Dignes - li xeix. Sempre està als núvols. Indica l'absència de color a la pel·lícula. 4. Carn de bolet assecada que s' usava per encendre foc. Estripat. 5. Dividir en parts fent una ratlla malament . Dosi mínima d'humitat . 6. Cotxe d'importació de gamma alta. Probablement n'hem tingut un poblat, per les muntanyes de Caulès. Fa cas. 7. Per durar més cal que no sigui enter. Mineral radioactiu que ve de l'est. 8. Capitals de La Selva. Millor que el millor. Amb trenta dies en fas un. 9. Càmera que et permet apreciar els detalls. Sembla adulta i és antipàtica. 10. Tònica de cafè. Aire llunyà quan no té altre fons que la volta aparent del cel . Cos d'arna . 11. Lligar al revés. Es comunicaven amb la divinitat. 12. Provar que tot surti bé. Primer objectiu de qualsevol humà.

VERTICALS

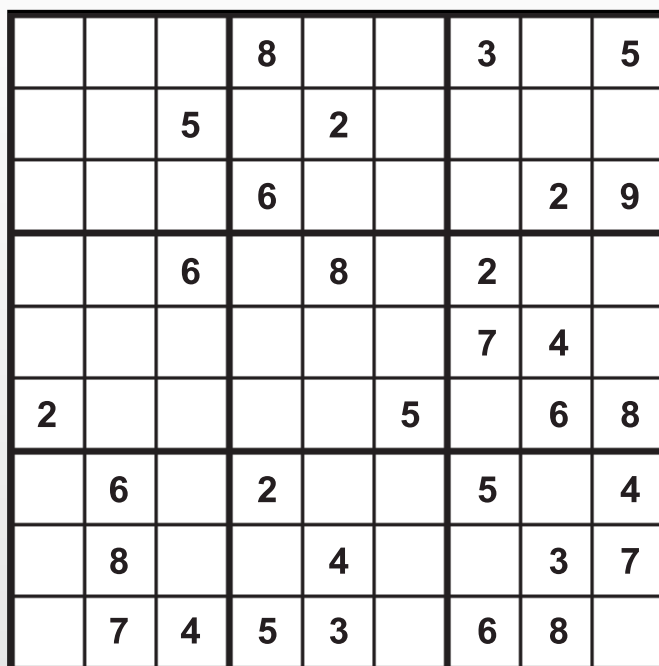
1. Poc amic dels pobres. Un dels carrers més antics de Vidreres. 2. Al cor del malnat. La Pica catalana més famosa que s'enfila amunt. Guanya al rei. 3. Com que no acataré, potser em posaré violent. Fetes per navegar. 4. Nom que se li deia, anys enrere, al carrer Jaume Ferrer. La finestra del cervell. 5. Comença el driblatge. Fer una acció violenta que destrossa la larinx. Ball. 6. La copulativa. Ple de floretes. Estava en una època. 7. Sobreviurà amb l'aigua al coll. Saber greu que estigui de cap per avall. 8. De cabell, de neu, encenall. Les patim quan el Rec Clar s'enfada. 9. Treguin els secrets al carrer. Culata sense puntes. 10. Al cos de l'indi. Llocs pedregosos. No va. 11. Orgullós de no tenir cap arruga. Censura. 12. La santa de Caulès i de Leonard Cohen (dues paraules).

Sopa de rius

Trobeu-hi el nom de 12 rius als quals tenim dedicats carrers al nostre poble. Amb les lletres que us sobran, podreu formar una famosa citació d'un savi clàssic.



Sudoku



Anar al psicòleg



La OMS defineix la Salut com un estat de complet benestar físic, **mental** i social i no només l'absència d'afeccions i malalties.

Quan hi ha un malestar que interfereix en la nostra vida quotidiana, tant en la vida personal, familiar, com social o laboral, és convenient acudir a un professional.

Nosaltres parlarem de la part psicològica, però hem de tenir en compte que en la majoria de casos, el tractament serà biopsicosocial. És a dir, es tindrà en compte la salut física, la salut mental, i els factors socials que hi poden estar incidint.

Així doncs, **quan hem de pensar en anar al psicòleg?**

Per un costat és imprescindible la teràpia psicològica per aquelles persones que presenten un **trastorn psicològic** com poden ser la depressió, ansietat, addiccions, trastorns d'alimentació, trastorns obsessius, fòbies, etc. o quan alguna cosa ens està afectant en el nostre dia a dia.

Per altra banda, la teràpia psicològica pot anar enfocada a un **creixement personal** i a donar eines i estratègies per millorar diferents aspectes relacionats amb les nostres emocions, els nostres estils de comunicació, la manera com afrontem diferents aspectes de la nostra vida, etc.

Veiem ara alguns senyals que ens poden indicar que és un bon moment per anar al psicòleg:

Una de les alarmes pot ser quan sentim malestar de manera persistent durant el dia a dia. Viure amb apatia, insatisfacció, **desànim de forma generalitzada**, no sentir-se bé amb un mateix, estar freqüentment irritables i enfadats amb el que ens envolta, ...

En aquest cas cal saber que no estem parlant d'un dia, sinó de quan aquesta situació es generalitza com a la nostra manera de viure.

Un altre punt a tenir en compte per demanar ajuda psicològica és quan vivim situacions difícils, ens sentim superats i no tenim recursos per afrontar-les. Per exemple, alguna **situació vital potencialment estressant** com una ruptura sentimental, quedar-se sense feina, la mort d'un ésser estimat, que els fills marxin de casa, una malaltia, etc. Aquestes poden ser situacions que es vagin paint de manera saludable però també poden quedar enquistades i que sigui molt convenient poder-les treballar per sortir-ne enfortit i amb bona salut mental.

Quan sentim una **por irracional, i/o creences irracionals** que ens invaliden, ens limiten o ens impedeixen desenvolupar la nostra vida amb normalitat hauríem de buscar un/a professional.

Patir **manifestacions físiques sense una causa mèdica**: insomni, migranya, dolors estomacals, dolors musculars, etc. pot ser un signe de què alguna cosa més està passant. Sempre que abans es descartin causes físiques, serà convenient analitzar si el problema és de caire psicològic.

Quan no som capaços de **regular les nostres conductes**, quan ens mostrem agressius, impulsius i/o patim una addicció serà indispensable poder fer una teràpia per regular aquestes conductes.

Altres factors com sentir-nos insegurs i amb baixa autoestima, tenir problemes amb les relacions amb els altres, ja sigui a nivell de parella, amics, en les relacions laborals, etc. o quan tenim ansietat,

estrès de forma generalitzada en el temps i en diferents situacions seran un bon motiu per buscar ajuda d'un/a professional.



Glòria Clapés i
Montse Sanz

I evidentment haver viscut o estar vivint situacions com abusos, maltractament, bullying, moving a la feina, etc. Aquestes són **vivències traumàtiques** que s'hauran de tractar, també, amb teràpia psicològica.

I a part de totes aquestes, segur que hi ha molts més motius per poder recórrer a teràpia psicològica.

Actualment, encara conviuen certs prejudicis i certs tabús davant del fet d'anar al psicòleg, alguns d'aquests estigmes poden ser:

- Hi ha la creença irracional de que la persona que va al psicòleg “està boja”. La gent sana també va al psicòleg com una forma de tenir un espai propi per poder treballar aspectes personals i així millorar la seva qualitat de vida.
- No és necessari complir amb una etiqueta diagnòstica per anar al psicòleg. Moltes vegades, tal i com hem dit podem viure esdeveniments vitals estressants i ens poden faltar eines i recursos per gestionar les emocions i les situacions.
- Anar al psicòleg implica “ser dèbil”, aquesta és una creença molt arrelada. Paradoxalment, és al revés. Aquell qui decideix emprendre una teràpia psicològica requereix d'una dosi de valentia i coratge, ja que la persona és conscient que necessita treballar certs aspectes de la seva persona i això implica enfrontar-se amb les pròpies pors, inseguretats, etc.

- També hi ha una tendència a minimitzar el què ens passa “tampoc estic tan malament”, “és una tonteria”, etc. Sinó escoltem les senyals del nostre patiment, podem acabar normalitzant conductes i pensaments que entorpeixen molt el nostre dia a dia.
- Un altre element a tenir en compte és que s'ha associat el fet d'anar al psicòleg té a veure amb la part econòmica. Amb idees de que no tothom pot accedir a aquest tipus de serveis (quan hi ha molts formats i molts tipus de teràpia assequibles).
- El fet de que implica un treball personal, en què l'agent de canvi és qui acudeix a teràpia, fa que algunes persones puguin pensar que malgasten el temps i els diners ja que és un treball intern que requereix esforç i encara preval la idea que és el professional que m'ha de “solucionar” els problemes. El psicòleg acompanya, assessora i orienta.

És important també saber escollir un bon professional format i amb acreditació i saber diferenciar l'intrusisme.

Si voleu llegir més sobre aquesta temàtica i d'altres relacionades amb la Psicologia, ens podeu seguir a Instagram @pindolespsicologia.

Glòria Clapés i Montse Sanz

El Rec Clar pel Món



Eva Garcia i Etienne Nollet a la platja d'Ault (França)

Els taps de cera



Un tap de cera pot reduir l'audició i provocar, en alguns casos, la sensació de tenir l'orella obstruïda. El cerumen és una matèria grassa produïda per les orelles de forma natural. Anomenat col·loquialment cera de les orelles, el cerumen està compost per dues substàncies secretades per diferents glàndules del conducte auditiu.

Què és el cerumen i quines funcions té?

El conducte auditiu té dos tipus de glàndules. Les glàndules ceruminoses que produeixen el cerumen i les glàndules sebàcies, que secreten el seum. La cera de les orelles, per tant, és una barreja d'aquestes dues substàncies, amb propietats variables en funció de la quantitat i la qualitat de les substàncies secretades. El cerumen està compost de cerumen pròpiament dit però també té traces de queratina (proteïna) i pèls. A més a més, conté lípids (greixos) que depenen de la quantitat d'aquests, el cerumen tindrà un aspecte més cerós o més sec.

La funció principal de la cera de les orelles és lubricar el conducte auditiu extern per protegir-lo. De fet, el cerumen constitueix una barrera enfront a cossos estranys com la pols i altres residus volàtils. També permet evitar el desenvolupament de bacteris que poden provocar malalties a la zona externa de l'orella, com per exemple otitis. Tenir una capa fina de cera a la orella és indispensable per evitar infeccions. L'absència de cerumen pot arribar a donar símptomes i provocar picor i irritacions.

Què és un tap de cera?

En general, el cerumen s'evacua pel conducte auditiu de forma natural, gràcies als moviments de la mandíbula. No obstant, a vegades es pot acumular a l'orella i no ser expulsat. És aleshores quan es parla de taps de cera, per definir una obstrucció del conducte auditiu. Els taps de cera poden adoptar dues formes i solen ser del primer motiu de consulta als otorrinolaringòlegs.

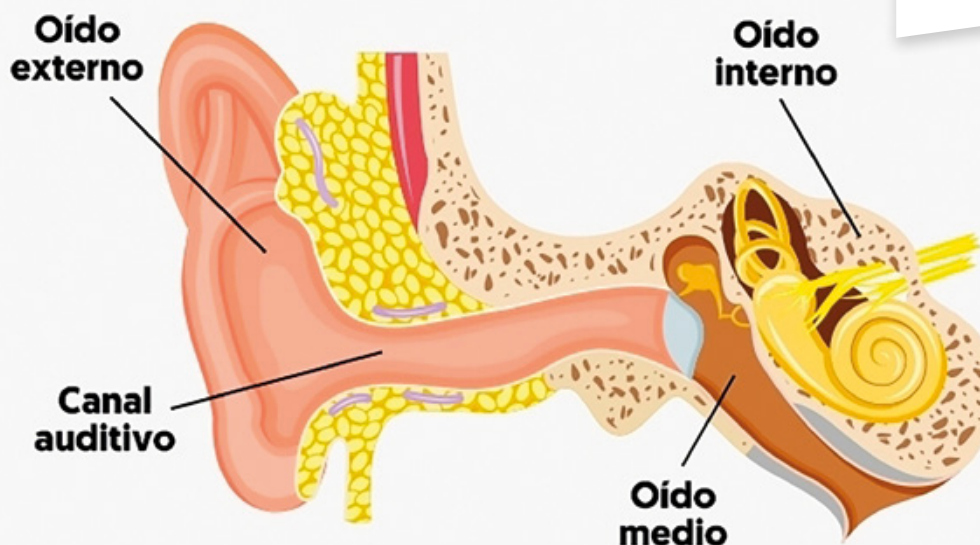
El tap de cera clàssic és el més freqüent i benigne. Es desenvolupa a la part cartilaginosa de l'orella i es propaga progressivament cap a la zona del conducte auditiu.

El tap de cera epidèrmic és menys freqüent però més problemàtic. Es tradueix com una obstrucció del conducte auditiu que va des de la part òssia de l'orella fins al timpà. Es caracteritza com un bloc espès de residus de pell i de cerumen que per la seva adherència, consistència i quantitat fa que l'extracció sigui difícil.

Independentment de la forma del tap, existeixen signes que posen en evidència l'oclusió de l'orella pel cerumen:

- Sensació de bronzit, obstrucció o pressió a l'orella.
- Molèsties per pèrdua d'audició.
- Irritacions, picor o dolor al canal auditiu.

És important remarcar que, en el cas dels infants, aquests símptomes no sempre es deuen a un tap de cera. De fet, els pacients pediàtrics poden presentar signes d'oclusió per la introducció d'un objecte petit a les orelles. La presència de símptomes auriculars als nens requereix sempre consulta mèdica de forma urgent.



Causas de la formació del tap de cera

La formació d'un tap de cera pot ser deguda a una superproducció de matèria o per una dificultat en l'evacuació. Aquests fenòmens es deuen a comportaments que afavoreixen aquesta superproducció o aquesta dificultat d'evacuació, tot i que a vegades poden aparèixer sense que existeixi una raó especial.

- La neteja: utilitzar molt sovint o incorrectament els bastonets de les orelles pot estimular la fabricació de cerumen i afavorir la seva acumulació al fons del canal auditu (es compacta). Netejar les orelles amb un mocador de paper col·locat al voltant del dit, sol ser suficient. També es poden utilitzar esprais auditius disponibles en farmàcies. S'utilitzen de forma habitual per prevenir l'acumulació de cerumen.
- Col·locació d'objectes a l'orella: els audíofons, els taps de l'orella (per evitar el soroll) o els auriculars poden comportar una reacció de les glàndules augmentant les secrecions per protegir el conducte auditu.
- El bany: el cerumen s'infla en contacte amb l'aigua i es solidifica. Contactes massa freqüents poden provocar de lesions secundàries a patologies més importants com l'otitis.
- El diàmetre del canal auditu: les persones amb un diàmetre petit tenen tendència a una obstrucció més ràpida. És el que passa amb freqüència en els infants.
- Els pèls: en gran quantitat formen una barrera que dificulta l'expulsió del cerumen.

L'extracció del tap de cera

Tenir un tap de cera no és una malaltia. Normalment no necessita consulta mèdica i es pot tractar i retirar per la pròpia persona que el té. És important, però, respectar una sèrie de precaucions per no danyar l'orella i evitar complicacions. A més a més, es desaconsella totalment intentar retirar un tap de cera amb un bastonet o amb qualsevol objecte punxegut. D'aquesta manera, el tap no es podrà retirar i es corre el risc de que es compacti al fons del conducte auditu i causar un dany al timpà i provocar problemes d'audició.

Per estovar i evacuar el cerumen es poden utilitzar solucions a base de sèrum fisiològic, d'aigua de mar o peròxid d'hidrogen (aigua oxigenada) disponibles a les farmàcies. Aquestes solucions són molt eficaces, de fàcil utilització i s'han de realitzar varis cops al dia de la següent manera:

- Escalfar el producte entre les mans.
- Instil·lar la solució al conducte auditu, inclinant el cap a un costat.
- Mantenir aquesta posició durant uns minuts.

Si no s'aconsegueix retirar el tap de cera d'aquesta manera o si els símptomes persisteixen (dolor, picor, pèrdua de l'audició) serà necessari consultar amb el metge. El metge examinarà el conducte auditu (especialment a nivell del timpà) i procedirà a realitzar una neteja. Es pot estovar el tap per facilitar l'extracció però no es quelcom sistemàtic.

El metge irriga el canal auditu amb l'ajuda d'una pera d'irrigació o una xeringa que conté aigua tèbia. Aquests dispositius, amb un tub tou, permeten penetrar al conducte auditu per trencar el tap i retirar-lo.

Si aquesta operació no dona resultat, o en cas de perforació del timpà, es requereix una extracció manual realitzada pel metge de família o l'especialista (otorrinolaringòleg). Existeixen diferents mètodes i dispositius d'extracció:

- La cureta: permet retirar el cerumen rasant a l'interior de l'orella. Es tracta d'un instrument quirúrgic d'ús professional, que ha de ser utilitzat per un professional de la salut per evitar una inserció profunda o una ferida.
- L'aspirador d'orella: es tracta d'un dispositiu que aspira el cerumen.
- Els cons de cera: es tracta d'un tractament tèrmic-auricular disponible a la farmàcia. Aquesta tècnica consisteix en col·locar un tub de teixit recobert de cera d'abella en el conducte auditu. Quan es produeix la combustió del tub es produeix una espècie de depressió que permet estovar i després aspirar el tap de cera.



5 Aspectes bàsics d'una alimentació saludable

Benvingut al Racó de la bona alimentació.

Si vols millorar la teva alimentació però encara penses que una dieta saludable és sinònim de restriccions i de passar gana, o senzillament no saps com començar a fer un canvi d'hàbits, aquest espai és per a tu.

Parlarem d'alimentació saludable d'una manera planera perquè puguis anar fent canvis a la teva dieta, res extrem ni restrictiu, que perdurin en el temps i ens permetin tenir una bona salut.

Avui començarem pels fonaments. A continuació t'explico 5 aspectes bàsics d'una alimentació sana. Implementant-los, ja tens molt de guanyat.

No t'obsessionis amb les calories

El més important és tenir una alimentació rica en nutrients, i això ho aconseguiràs amb aliments frescos, variats i "reals" (com més propers al seu estat natural i menys processats millor).

Beu aigua suficient

Assegura't de beure uns 2 litres d'aigua al dia. Els refrescos no compten! Pensa que la majoria de refrescos porten molt de sucre i additius. Si vols donar-li un toc de sabor a l'aigua, posa-hi unes branques de romaní, menta o rodanxes de llimona.

Una bona estratègia és beure un got d'aigua tèbia de bon matí i si anem una mica més enllà, l'ideal és ingerir els líquids entre àpats, i no tant durant, ja que pot comprometre l'eficiència de la nostra digestió.

El "verd" és el plat principal

La verdura o amanida no és un petit acompanyament, al contrari, ha d'ocupar més de la meitat del plat! Deixa d'acompanyar els teus plats amb un parell de fulles d'enciam i 3 talls de tomata. Sigues generós i incorpora la màxima varietat de verdures possible, de temporada i de colors diferents, pensa que cada color ens aporta nutrients diferents. A més, la verdura, especialment la crua, és molt saciant.

Però alerta amb els amaniments comercials per a les amanides! Estan carregats de sucre, sal, greix i conservadors i converteixen una amanida saludable en una bomba calòrica gens sana. Tot un auto-sabotatge... Amb una mica d'oli d'oliva, vinagre de poma, sal i pebre et pots preparar un amaniment casolà deliciós i molt més saludable.

Redueix o elimina els processats

Elimina els aliments processats, és a dir, aquells productes empaquetats que tenen molts ingredients (molts dels quals són il·legibles!) i, tot i que en les seves etiquetes llampants asseguruen no portar sucre o tenir 0% de greix, realment estan carregats de sucres, sal, greix i additius: brioixeria i cereals industrials, embotits, galetes, salses comercials, aperitius salats i molts més. Substitueix-los per les seves versions integrals i més "reals": pa integral, amb massa mare o de sègol, civada, arròs integral i, en general, productes més artesanals, amb menys embolcalls i menys ingredients.



Cuina més a casa

Preparant-te els àpats tu mateix a base d'ingredients frescos en comptes de comprar menjar preparat o empaquetat tens molt més control sobre el que menges i acabes consumint menys calories i ingredients nocius, com els additius i greixos trans presents en els aliments processats.

Inclou a la canalla en la preparació d'aliments i fomenta l'alimentació saludable d'una manera divertida.

No són tan complicats, aquests canvis, oi? T'animo a que ho provis 3 setmanes i observa com et sents en quant a nivells d'energia, humor o si encara tens la necessitat compulsiva de menjar dolç com abans. Si em vols explicar com t'ha anat o tens alguna pregunta, em pots escriure sense compromís a meritxellsoleestiu@gmail.com

Meritxell Solé Estiu



Elies Guari

Fondue de xocolata

Hi ha alguna manera millor d'acabar un dinar?

LA RECEPTA

1. Fem la mantega amb la xocolata al microones.
2. Batem els ous amb el sucre.
3. Ajuntem les dues barreges i hi afegim el cacau i la farina passada pel colador.
4. Posem tota la barreja dins un motlle o un bol d'uns 18cm.
5. Ho cuem 12 minuts a 200°.
6. Tallem la fruita a la mida que més ens agradi per poder sucar-la.
7. Traiem del forn i tots cap a sucuar fruita, melindros i tot el que ens agradi.

INGREDIENTS

Pessic fondue de xocolata
Ingredients:

- 150gr de xocolata negra
- 100gr de mantega
- 165gr d'ou
- 250gr de sucre
- 120gr de farina
- 20gr de cacau en pols
- *Maduixes, plàtan, poma...



Ous farcits amb tòfona i gratinats amb formatge rallat



Josep Borrell Ripoll

LA RECEPTA

Posem aigua bullir, quan l'aigua bulli aboquem els vuit ous amb cura, i els deixem durant 12 minuts. Quan els ous s'hagin cuït es retira la closca de l'ou, es parteixen els ous per la meitat i separem el rovell de l'ou de clara. El rovell de l'ou l'aixafarem amb una forquilla i l'utilitzarem per fer el farcit, mentre que les clares dels ous els reservem en una safata perquè seran la base del farcit.

Tot seguit preparam el farcit. Comencem tallant la ceba ben petita i fregint-la en una cassola amb oli d'oliva. En la mateixa cassola afegim el ¼ de kg de rap, ¼ de kg de gamba pelada i el ¼ de kg de carn de cranc, tot tallat ben petit. Quan tot estigui cuït hi tirem el rovell de l'ou, rallem un tros tòfona pel damunt i ajustem de salt. Ho passem tot pel túrmix per tenir una massa ben esponjosa que es pugui repartir amb una manega pastissera al damunt de les cares, sinó disposem de manega pastissera senzillament podem utilitzar una cullera per repartir el farciment.

Finament només queda per fer la beixamel amb mantega, farina, llet i nou moscada. Amb la beixamel i formatge rallat cobrirem els ous farcits i ho gratinarem tot junt al forn.

INGREDIENTS

- 8 ous
- ¼ de kg de rap
- ¼ de kg de gamba pelada
- ¼ de kg de carn de cranc
- 1 ceba
- 2 grans d'all
- 1 tòfona petita
- Sal

Per fer la beixamel:

- 300 gr de mantega
- 1 litre de llet
- 250 gr de farina
- 125 gr de formatge rallat
- Sal i nou moscada





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

Fotografia contraportada: Jaume Mos  Vidreres

