

PRIMAVERA 2025

Parlem amb

DOLORS MASSA ENRICH

Parlem de...

**ARRENCAR SOQUES DE BRUC PER FER PIPES A
VIDRERES EN EL SEGLE XX**

Pàgines centrals

UN MOSAIC VERD A VISTA DE DRON

El Rec Clar **109**

Revista de Vidreres





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
Can Xiberta	972.851.328
L'Escorxador	972.875.070
Can Torronet	972.851.251
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 A. Casanovas	972.851.515

Farmàcia Biraud	972.875.666
Farmàcia Moré	972.850.575

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	972.850.663/699.460.133
Rectoria	972.165.272
ENHER (avaries)	900.770.077
Comissaria Sta. Coloma de Farners ..	972.181.675
	Fax .. 972.842.201
Bombers Maçanet Selva	972.858.828
Veterinari	972.850.114 / 972.858.785
Correus i telègrafs	972.851.133
Oficina de treball de Salt	972.942.950
	Fax .. 972.942.953
Notaria Vidreres	972.875.958
	Fax .. 972.875.959



Horaris de serveis

Oficines municipals:

De dilluns a divendres, de 8 a 14h

Biblioteca municipal:

Matins: De dimarts a divendres de 9 a 14h

Tardes: dilluns i dijous de 15 a 20h

*Horaris fins al 31 d'Agost

Jutjat de Pau:

Dilluns de 9 a 14h

Dimecres de 9 a 14h

Serveis Socials:

De dilluns a divendres, de 9 a 14h

Serveis tècnics (amb cita prèvia)

Arquitecte:

Dilluns de 10 a 14h

Arquitecte tècnic:

De dilluns a divendres de 10 a 14h

Servei d'enginyeria:

Dimarts de 10 a 14h

Oficina del defensor del ciutadà:

Can Xiberta- C/ Orient 18

972 85 13 28.

Dilluns, dimecres i divendres de 9:30 a 13:30h.

Deixalleria:

Dimarts i dijous de 9 a 13 i de 15 a 18h

Dimecres i divendres de 8 a 15h

Dissabtes de 9 a 14h

Recollida de voluminosos:

Amb sol·licitud prèvia al 937 653 151 o

615 392 146

Dilluns: Poda

Dimecres: Trastos i mobles vells

Equip de govern i regidories

Jordi Camps Vicente

– Alcalde de Vidreres

– Àrea de serveis generals i seguretat

Gerard Morgado Mateu

– 1r Tinent d'Alcalde

– Àrea d'Hisenda, comunicació, participació i entitats, turisme i reactivació econòmica

Margarita Solé Ferrer

– 2a Tinent d'Alcalde

– Àrea de benestar social, sanitat, habitatge i integració

Normes per a les col·laboracions

Tothom que vulgui pot enviar la seva col·laboració a la revista, sempre que l'article en qüestió no superi els 3.300 caràcters, inclosos els espais, cosa 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 de guàrdia

Farmàcia Biraud, 972 87 56 66

Juny: 7, 29 Juliol: 5 Agost: 2, 30

Farmàcia A. Casanovas, 972 85 15 15

Juny: 14 Juliol: 6, 12 Agost: 9

Farmàcia Moré, 972 85 05 75

Juny: 21 Juliol: 19, 20 Agost: 16

Farmàcia Vilardell, 972 87 50 09

Juny: 15, 28 Juliol: 26 Agost: 3, 23

Farmàcia Rotili, 972 85 33 03

Juny: 14 Juliol: 5, 26 Agost: 10, 16

Farmàcia Auladell, 972 16 83 26

Juny: 1, 21 Juliol: 12 Agost: 2

Farmàcia H. Boadas, 613 33 00 29

Juny: 7, 8, 28 Juliol: 19 Agost: 9, 30

Anna Soler Solans

– 4a Tinent d'alcalde

– Àrea d'ensenyament i cultura

Enric Gual Viñas

– 3r Tinent d'Alcalde

– Àrea d'urbanisme, sostenibilitat medi ambiental i energia

Jose Berjaga Ruz

– Regidor a govern

– Àrea d'esports, fires i festes

Mercè Achon Masana

– Regidora a govern

– Àrea de barris i nuclis disseminats

Cristina Arcaya Palerm

– Regidora a govern

– Àrea de joventut, igualtat, fires i festes

sumari

SERVEIS	02
EDITORIAL	03
PARLEM DE...	04
PARLEM AMB	06
ACTUALITAT	08
ANEM A ESTUDI	18
LA VISIÓ DE LA TERE	21
RECOMANACIONS LITERÀRIES	22
ESPORTS	23
FENÒMENS METEOROLÒGICS	30
PÀGINES CENTRALS	32
ENTRETENIMENTS	34
FEM UNA QUEIXALADA	35
MEDI AMBIENT	36
EL REC CLAR PEL MÓN	38
CURAR-SE EN SALUT	39
ESDEVENIMENTS HISTÒRICS	42
OPINIÓ	44
VIATGE	46

CRÈDITS

Edita: Ajuntament de Vidreres

Consell de Redacció: Francesc Aldrich, Josep Caimel, Agnès Oliver, Francesc Navarro, Helena Batlle.

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

Foto de portada: Ajuntament de Vidreres

Impressió: Impremta Pagès

Producció, coordinació periodística, disseny i maquetació:
Marc Sureda
Francesc Ruhí
Gerard Vilaplana

Dipòsit legal. GI-235-98



Diputació de Girona

ViuVi

Les comunitats humanes recullen els seus imaginaris destil·lats en expressions, maneres de dir i fins i tot eslògans o lemes (entre altres modes d'afirmació). És així, per exemple, amb el "De Vidreres, cony". O també amb la localització que ens situa: "Vidreres, entre mar i muntanya". I encara que n'hi hagi que tenen arrels en un passat més o menys antic, resulta fàcil d'admetre que se'n poden continuar creant. Al poble veí va fer una certa fortuna la campanya "Be a lloretenc", en una picada de complicitat entre llengua local i turística que volia definir, promoure i aconseguir civisme (entre altres qüestions) per fer-hi més agradable de viure-hi.

Doncs parlant de viure, heus aquí una expressió que surt creada des d'*El Rec Clar* que és ben curta i que fonèticament pot ser fàcil de recordar i fins i tot de conjugar: ViuVi, tal com apareix al títol d'aquestes ratlles. I què significa, us deu demanar. O potser no, perquè resulta transparent en unir el verb i la primera síl·laba del nostre nom comunitari.

De ben segur que el ViuVi serà com voldreu, però sobretot us proposem que feu el ViuVi tant com pugueu i que us encanti el ViuVi. Des d'aquestes pàgines almenys us deixem detalls o exemples que són ben bé ViuVi. Ho és la secció "Parlem de..." sobre les possibilitats del bruc i les seves soques, que ens presenta en Josep Formiga. La Dolors Massa Enrich ViuVi amb el motocròs com a centre. I també en present hi ha molt de ViuVi, és a dir, d'actualitat, gràcies a la Biblioteca i a la participació literària des del Centre Obert. Ah, ViuréVi ens diuen els de Creamus, els del Basquet Nou Caulès pel Ludibàsquet i els de l'Esplai, i encara els de la Fira de Tractoristes mirant enllà. En canvi, un ViscutVi ens porta al 14 d'abril de 1931 i el repàs demogràfic del segle XX. La Tere Carbonell fa el seu ViureVi, intemporal, però d'ull ben artístic.

Tot un capítol ViuVi el fan cada dia i per festes assenyalades, les escoles i l'institut, i especialment amb la seva escola verda, que també cal per ViureVi. I de l'esport què n'hem de dir, que fan el fet amb dues rodes, varetes de twirling o celebrant un dia de partit, per exemple.

Si sempre havíem ViscutVi de cara als boscos, reflexionar-ne sobre el futur és imprescindible, com ens diuen des de la cooperativa Bosquerols. I recordar que del bosc sorgirà cada any la ratafia, que diuen que rep el nom antic de bisbes que enllestiren un conflicte també antic. L'argila, amb usos i beneficis, ja ho sabeu, a disposició de qui VisquiVi, i saber com fer-ho per no amargar-se amb les al·lèrgies i evitar l'ansietat és curar-se en salut, que també és ViureVi.

Amb les sopes de lletres i el crucigrama, així segur que ViuràsVi! També gaudint de les fotografies amb qui les ha fetes per als "Fenòmens Meteorològics", i sabent els litres de pluja que tenim, tot plegat acompanyat al centre d'*El Rec Clar* amb unes imatges espectaculars des de l'aire respirant tot el ViuVi que et voldràs imaginar i fer realitat.

El Consell de Redacció



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

+ REC CLAR



Arrencar soques de bruc per fer pipes a Vidreres en el segle XX

Dels nostres boscos mediterranis se n'obtenen molts productes, com la llenya, el carbó, el suro, etc. Un que actualment està quasi extingit són les soques de bruc per fabricar pipes per fumar tabac. A Europa el tabac s'introduí en el segle XVI, procedent d'Amèrica. La forma de consumir-lo era enrotllat (cigar), picat en forma de cigarretes o en pipa. A Anglaterra ja en el segle XVI es començaren a fabricar pipes de caolí, que no és ni més ni menys que el tipus d'argila amb la qual es fan les vaixelles de porcellana. La seva fabricació en el segle XVII es va estendre pels Països Baixos, França, Espanya i altres països. A Palamós se'n van fabricar entre la segona meitat del segle XVIII i la primera meitat del XIX. El principal problema de les pipes de caolí era la seva fragilitat. Un fumador, amb facilitat, podia trencar-ne unes quantes al llarg d'una setmana. L'alternativa foren les pipes de bruc, que eren més cares que les de ceràmica, però tenien grans avantatges: la resistència i la duresa.

A nivell mundial, la fabricació de pipes amb bruc s'inicià a mitjan segle XIX. Hi ha diverses versions sobre com i quan es van començar a fer servir les soques de bruc. El 1851, a la vila francesa de Saint-Claude, situada en el departament del Jura i no gaire lluny de Ginebra, hi havia molts artesans que fabricaven pipes de bruc, que van anar desplaçant les de ceràmica. Aquesta vila necessitava milers de rabasses de bruc que procedien de les muntanyes del Jura francès, la Maremma toscana i Còrcega. A mesura que en aquestes zones les soques de bruc s'esgotaven, foren a buscar-les més lluny, com ara Catalunya. Perquè un bruc tingui una bona soca per arrencar han de passar uns 40 anys. Al Principat la intensa explotació de les rabasses de bruc va fer esgotar-les i encarrir-ne el preu, i a partir del 1950 i 1960 serradors catalans van instal·lar serradores en altres regions espanyoles, entre les quals Cadis i Salamanca, per buscar rabasses de bona qualitat.

Vidreres és un territori on abunda el bruc. A través d'una entrevista feta a Àngel Guich i Bosch, que va néixer el 1937 a l'Esparrà (Riudarenes), viu a Vidreres des del 1971 i es va dedicar a arrencar soques de bruc del 1960 al 2001, podem descriure com era aquest feina, és a dir, va fer de brucataire. L'octubre del 2024 es va fer un vídeo de com executava aquesta tasca, per a això va demanar permís a la família Font de la Torre d'en Llobet.

És un treball totalment manual que requereix destresa i força. Les eines necessàries són el magall, el dall, la destrat, l'aixada i la pala. L'Àngel va fer tractes amb diversos propietaris forestals de Vidreres, majoritàriament amb la senyoreta Escudero (propietària de la Torre d'en Llobet), la família Mundet de Caulès i els germans Iscle i Carme Babot (propietaris del mas Dalmau). L'Àngel Guich es va casar amb la Marià Cornellà i Massó, i foren masovers del mas Metges de l'Esparrà, propietat de la família Mundet. Els propietaris percebien una quantitat de diners, que era un percentatge sobre els quilos de soques arrencades. Els tractors carregats de soques es pesaven a la bàscula pública de Santa Coloma de Farners, i quan aquesta tancà, s'utilitzà la dels pinsos Suprem situada en al mateixa població.

Hi ha diversos tipus de bruc. Per fabricar pipes es fa servir el boal, que molt cops conviu amb el bruc bord, utilitzat per fer escombres i tanques. Així, la primera tasca era buscar bruc boal, i d'aquest escollir els que tinguessin la soca rodona. Per això calia primer tallar amb el



Àngel Guich i Bosch el 2025, amb una soques petites de bruc que va guardar com a record de la feina que va fer durant uns quaranta anys. (Procedència: Josep Formiga)

dall els matolls o les branques que molestessin el bruc. Amb el magall s'arrencaven les soques i amb una destrat se li tallaven totes les arrels; es deixaven ben arranades i amb una destrat vella es treien la terra i pedretes fins a quedar com una gran bola de fusta dura i neta, que solia pesar entre tres i cinc quilos, excepcionalment algunes podien arribar als deu o dotze quilos. Per evitar que en assecar-se s'esberlessin, cada dia s'havien d'enterrar o tapar amb branques. Per a aquesta tasca s'utilitzaven aixades, pales i les mans. Posteriorment, es feia un gran sot i quan hi havia entre 4.000 o 5.000 quilos de soques, es carregaven en un tractor per portar-les al magatzem del comprador. Durant uns anys l'Ànima de Sils disposà d'un camió que va comprar a Pere Petit d'Hostalric, amb el qual accedia fàcilment als camins forestals i també transportava les soques. La tasca d'arrencar soques es podia fer entre l'octubre i el març de l'any següent.



L'Àngel Guich amb el seu germà Joan van treballar conjuntament entre el 1960 i el 1966. Entre el 1966 i el 1971 l'Àngel va disposar d'entre quatre i cinc treballadors per continuar arrencant soques. Però el 1971, en venir a viure a Vidreres, entrà a treballar a la RAM i ja només era ell sol arrencant soques fins que ho

L'Àngel Guich el 2024 amb una soca de bruc que acabava d'arrencar i netejar, al terra hi ha el magall i la destrat. (Procedència: Josep Formiga)

deixà el 2001. Als boscos vidrerencs hi van treballar altres brucataires procedents d'altres llocs, com Granollers, Llagostera, Mataró i Sant Feliu de Guíxols.

Les soques de bruc eren venudes a diversos serradors de Santa Coloma de Farners o a Rossendo de Sant Celoni. A Santa Coloma, entre altres, hi hagueren en Massaguer, en Font, conegut com el Pipaire vell, i en Faig, que en plegar s'instal·là en García. Les soques s'apilaven en grans munts als magatzems i es ruixaven sovint amb aigua perquè no es malmetessin. Abans de serrar-les, es netejaven per treure'n la terra i no deixar-hi cap pedreta, que podria fer malbé les dents de les serres. Després se serraven per obtenir-ne els carracs. Es parla d'escalabornar les soques, netejar-les i donar-los la forma adequada. De cada soca s'obtenien uns tres carracs de mitjana, en soques molt grosses en sortien entre cinc i sis. Aquests carracs es feien bullir unes 24 hores en una gran caldera i, un cop assecats, ja no s'esquerdaven ni es torçaven. Es guardaven en sacs i es venien als centres productors de pipes de diversos països europeus, com Anglaterra, i també als Estats Units.

La fàbrica més propera a casa nostra que va fer pipes fou la factoria Salvatella SA de Maçanet de Cabrenys, que en va elaborar fins al 2001, amb marca comercial pròpia: Salvatella, amb una història que es remunta al 1887 quan el serrador francès Baptiste Moulines Renau, natural de Serres (departament d'Aude), es va instal·lar en aquell municipi. Els primers anys només feren escalaborns i no fou fins al 1973 que ampliaren el negoci a la fase de tornejat i acabat. Van arribar a elaborar 15.000 pipes al mes, i en els anys setanta del segle XX hi treballaren 40 persones. A Amer, entre 1950 i 1962, la família Soler va elaborar pipes amb la marca Eskuare, després continuaren fent escalaborns. En Joan Per Soler continuà fent pipes de manera artesanal. També hi hagué factories a Vic i Torelló, totes avui tancades. El 2025



Diverses fases d'elaboració d'una pipa. (Procedència: Bruken Pipes)

a l'Estat espanyol només queda un fabricant de pipes, la valenciana Bruken Pipes, que quedà greument afectada per la dana l'octubre del 2024. I el 2021 només quatre artesans, entre els quals en Segimon Baulenas de Maçanet de Cabrenys i en Joan P. Soler d'Amer.



Pipa de la marca Slavatella.

Parlem amb Dolors Massa Enrich



Dolors Massa Enrich, nascuda a Vidreres, és una gran aficionada al motocròs que fa dècades que hi està implicada, sobretot des del vessant organitzatiu. Amb el suport del seu marit, va començar a interessar-se per aquest món de jove i, amb els anys, ha estat una peça clau en la creació i gestió del circuit del Carbonet. També ha format part de la Federació Catalana de Motociclisme com a delegada de Girona, on va treballar per dinamitzar el campionat a la demarcació. Actualment, continua vinculada al Moto Club Amics de les Motos de Vidreres, impulsant activitats i formant nous pilots.

Ets filla de Vidreres i una gran aficionada al motocròs. Com va néixer aquesta passió per les motos?

Vaig començar a interessar-me pel món de les motos quan tenia 16 anys, gràcies al meu marit, en Josep Puig Francesch, que ja practicava aquest esport. Ell va ser qui em va introduir-hi i, tot i que al principi només ho provava de manera casual, em va agradar molt. Als 18 anys em vaig comprar la meua pròpia moto, però no per competir, sinó per gaudir-ne i fer voltes per Vidreres.

Recordes la teua primera experiència amb una moto? Quin efecte va tenir en tu?

Als 18 anys em vaig comprar la meua primera moto i de tant en tant feia algun circuit, i també practicava per la muntanya, però mai vaig tenir la intenció de competir. El que realment em motiva és el muntatge i l'organització de les curses i competicions. A mi, córrer no m'ha cridat mai l'atenció; el que em fa més il·lusió és poder gestionar tot el que envolta aquest món.

Vas començar organitzant carreres i ara gestioneu el circuit de motocròs de Vidreres. Com ha estat aquest recorregut? Quins reptes t'has trobat?

L'any 1979 vam crear el circuit. Inicialment, el teníem en uns altres terrenys, però després vam trobar aquest que ens va cedir el senyor Agustí Boada. Era un terreny que s'havia cremat prèviament, així que cada dia sortíem d'allà coberts de carbó, i per això vam decidir posar-li el nom del Carbonet. Érem un grup de joves que ens encarregàvem de netejar la zona, i a poc a poc vam començar a crear un petit circuit. Amb els anys, el vam anar ampliant fins a convertir-lo en el que és avui.

Volia aprofitar l'ocasió per donar les gràcies al senyor Agustí Boada per confiar en nosaltres i per donar-nos aquesta oportunitat.

Com és actualment el circuit de Vidreres?

El circuit té una longitud de 1.500 metres i compta amb entre 6 i 7 salts, a més de pujades força pronunciades. Es considera un circuit de dificultat mitjana. Obrim els dissabtes per a classes amb monitors i els

diumenges està obert al públic en general. Un diumenge podem arribar a tenir uns 70 pilots, molts dels quals són estrangers. Ens esforcem al màxim per mantenir el circuit en les millors condicions possibles.

Figures com Dani Pedrosa o Maverick Viñales han passat pel vostre circuit. Quina relació tenen amb vosaltres?

Dani Pedrosa ve a entrenar al nostre circuit quan visita els seus pares a Sant Antoni de Calonge. Una vegada em va regalar la jaqueta amb la qual havia corregut. També hi ha vingut Maverick Viñales, que és de Roses, i Joan Pedrero del Dakar.

Quin paper té el Moto Club Amics de les Motos de Vidreres en el món del motocròs i quina va ser la motivació per fundar-lo?

El Moto Club Amics de les Motos de Vidreres va ser fundat l'any 1979, en paral·lel a la creació del circuit. La motivació principal va ser reunir a tots aquells amants del motocròs de la zona per donar-li una estructura i un suport organitzatiu. Al principi érem un grup de joves de Vidreres amb molta passió per aquest esport, i vam decidir fundar el club per poder gestionar millor les competicions i activitats relacionades amb el motocròs. Actualment, el club segueix viu i és una peça fonamental per al manteniment del circuit i per a la formació de futurs pilots. Tenim una junta de 6 o 7 persones i, tot i que aquest any no tenim nenes en el club, els corredors federats arriben a uns 30. Estem molt orgullosos de la nostra trajectòria i, de fet, l'any passat vam rebre el premi al millor moto club, gràcies als èxits del nostre corredor Gerard Congost.

Quin és el paper de la dona en aquest esport?

Encara hi ha poques dones al motocròs. Aquest any al nostre club no n'hi ha cap. L'any passat n'hi havia tres. Però comencen a aparèixer referents com Daniela Guillén, que va començar a Vidreres i ara és campiona d'Espanya. Referents com ella o Laia Sanz ajuden molt.

Durant uns anys vas treballar a la Federació Catalana de Motociclisme. Com hi vas arribar i quina va ser la teva tasca?

Vam començar a organitzar carreres a Girona en un moment en què hi havia molt d'entusiasme al voltant del motocròs. Però després va venir una baixada i per això vaig presentar un projecte a la federació per recuperar l'afició. Van acceptar la meua proposta i em van nomenar delegada de Girona. Junts vam aconseguir tornar a aixecar l'ambient i vam crear un dels campionats més potents de Catalunya. Em vaig implicar a fons en aquest projecte, fins i tot vaig deixar la meua feina de confecció per dedicar-me completament a la federació.

Quines eren les teves responsabilitats com a presidenta de la delegació de Girona?

Ajudava els moto clubs a preparar les curses: paperassa, permisos, cronometratges... Ells muntaven el circuit i jo feia la resta. Era un treball constant, de dilluns a diumenge, i tot per passió. Però quan van canviar el president de la federació i no compartia la seva visió, vaig decidir deixar-ho.

Com valors l'estat actual del motocròs a les comarques gironines?

Ara mateix està molt malament. A Girona torna a estar gairebé mort. Si es manté és perquè alguns pilots que van començar de petits han sortit a la televisió i això crea interès. Però si no s'organitzen carreres, els joves perden la motivació. Cal algú amb passió i empena per tornar a tirar-ho endavant.

Creus que Vidreres té un paper destacat dins del món del motocròs?

Sens dubte. Molts pilots que venen de fora associen Vidreres amb el circuit, amb el bon ambient, i fins i tot amb els entrepans! Pregunten d'on és la carn... A nivell local també tenim molt bona relació amb la gent del poble. Mai hem tingut problemes o denúncies.

Quins consells donaries a les noves generacions que volen endinsar-se en aquest món?

Sobretot que els nens hi vagin si els agrada. No perquè al pare li agrada vol dir que el fill també. També que cal que aprenguin primer a conduir la moto amb un professional, abans de tirar-se a córrer. Ens hem trobat nens que no sabien ni frenar. Pot ser molt perillós.

Teniu algun projecte de futur relacionat amb el circuit?

Abans de la pandèmia fèiem competicions, però des d'aleshores no n'hem tornat a fer. Volem reprendre-ho. El projecte és organitzar almenys sis carreres l'any vinent. Ens estem ajuntant amb altres moto clubs per crear un nou campionat.

Si poguessis tornar enrere, canviaries alguna cosa del teu recorregut?

No canviaria res. Potser afegiria coses. Algunes no han sortit com volia, però m'han ensenyat el que no havia de fer. Sempre dic: si no et vols equivocar, no facis res.

Què és el que més t'enorgulleix de la teua trajectòria?

El que més m'enorgulleix és veure com nens que van començar al circuit amb 3 o 4 anys ara competeixen a nivell estatal. També m'omple molt haver aixecat la delegació de Girona i haver creat un ambient fort i positiu entre els moto clubs.

Què significa per a tu Vidreres?

Vidreres és casa meua. Tot el que he fet, ho he fet amb il·lusió pel poble. El circuit ha donat vida, i ha situat Vidreres al mapa del motocròs. El vincle que hi tinc és molt fort.

La Biblioteca de Vidreres, epicentre d'una Setmana Cultural per Sant Jordi



La Biblioteca de Vidreres ha estat el cor vibrant de la 1a edició de la Setmana Cultural que, coincidint amb la diada de Sant Jordi, ha omplert el municipi d'activitats literàries i culturals per a totes les edats. Amb la biblioteca com a punt neuràlgic, la celebració ha estat un èxit de participació i ha reforçat el paper essencial d'aquest espai com a promotor de la cultura i la lectura.



Les activitats programades per la Biblioteca van engegar dimarts 22. La presentació institucional de la Setmana Cultural va ser a càrrec de l'alcalde, Jordi Camps, i la regidora de Cultura, Anna Soler. Tot seguit l'autor Juan Tecles Sánchez, amb la col·laboració d'Angelique Pfitzner, ens va presentar el seu llibre, *1778: Cien años después*.

El dijous la Biblioteca va oferir una doble proposta. A la tarda, es va realitzar un taller de manualitats creatiu i divertit per a nens i nenes, amb temàtica de Sant Jordi. A continuació, va acollir un dels moments més especials de la setmana: la presentació dels contes *La Berta Bufanúvols* i *En Maties Ploramiques*, a càrrec de la nostra estimada Gema Ciuró, autora local i antiga directora de la nostra biblioteca.



La diada de Sant Jordi va tenir un protagonisme especial amb la parada de novetats editorials més fresques i la tradicional parada de llibres de segona mà a dins la biblioteca. Els usuaris i veïns van poder trobar-hi novetats i recomanacions per regalar i regalar-se. La jornada es va completar amb l'hora del conte *De com en Jordi esdevé cavaller*, a càrrec de Pepa Contes i Alfons Enzinas.

El divendres 25 va arribar amb propostes per a diferents públics. A la tarda, els més petits van poder gaudir d'una sessió de cinema infantil. Al vespre, la biblioteca va sorprendre amb una activitat original i engrescadora: un taller de tast de vins a càrrec del celler La Vinyeta, en què cultura i vi van trobar el millor maridatge.





La Setmana Cultural va arribar al seu punt culminant dissabte 26 d'abril amb una jornada plena d'arts escèniques i emocions literàries. Després d'una setmana d'activitats variades, la cloenda va comptar amb la participació del grup local Alquímia Musical, que va oferir l'espectacle titulat "Què és això d'un llibre?". La funció va ser el preludi perfecte per al moment més esperat de la setmana: l'entrega de premis del concurs CLER de contes, rodolins i punts de llibre.

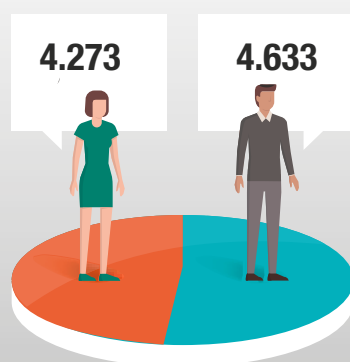


Els infants finalistes de cada categoria van pujar a l'escenari per rebre el merescut reconeixement al seu talent i la seva imaginació. Aquest acte de cloenda va ser una celebració de la cultura en totes les seves formes. Va posar de manifest, una vegada més, el paper vital de la Biblioteca de Vidreres com a centre cultural dinàmic i com a punt de trobada per a la comunitat.



Des de la Biblioteca, es vol agrair la participació a tots els que han fet possible aquesta Setmana Cultural, des dels autors i talleristes fins al públic assistent.

L'èxit d'aquesta edició ens anima a continuar treballant per promoure la lectura i la cultura a Vidreres durant tot l'any!



Cens de la població

En data de 1 de maig de 2025, la població de Vidreres és de 8.906 habitants.

D'aquests habitants 4.633 són homes i 4.273 són dones.

Font: Padró municipal d'habitants.

Activitats de la Fira de Tractoristes 2025



La Comissió de la Fira de Tractoristes ha organitzat un seguit d'activitats que complementaran la programació de Les Flors, i que es duran a terme als espais de l'entorn del Pavelló Municipal de Vidreres.

Dissabte 24 de maig a la tarda tindrà lloc una trobada de tractors, que recorreran en comitiva diversos camins del pla de Vidreres, oferint un espectacle visual que ret homenatge al món agrícola del nostre municipi.

Paral·lelament, la mainada podrà gaudir de jocs i activitats lúdiques a càrrec del Grup Esplai Vidrerenc i participar en la Plantada i Cercavila dels Gegants, que culminarà amb el Ball de Gegants a l'esplanada del Pavelló. Per recuperar forces, s'oferirà una xocolatada popular, gràcies a la col·laboració de la Penya Barcelonista de Vidreres.

Com a novetat d'aquesta edició, s'organitza un sopar popular obert a tothom, amb venda anticipada de tiquets els dies 18, 19 i 20 de maig, al Teatre Casino La Unió. En acabar el sopar, podrem gaudir d'una vetllada musical especial amb el retorn dels còctels del mític HULA-HULA, ambientada amb l'actuació del grup The Bazagas, que farà vibrar el públic amb el seu directe enèrgic.

Diumenge 25 de maig les activitats arrencaran a les 9 del matí amb el tradicional esmorzar de pa amb botifarra, mentre es van rebent els vehicles clàssics (col·laboració de l'associació Els Amics de la Moto). Durant tot el matí, es podran veure en funcionament els antics motors de regar exposats i tindrà lloc una nova edició del divertit i esperat Concurs Pagès de Ferro, on es posarà a prova l'habilitat, la força i la destresa dels participants.



Al migdia, s'oferirà una arrossada popular, un bon moment per fer una pausa, compartir taula i fer caliu.



Les activitats de la fira es tancaran diumenge a la tarda amb un concert de la Filharmonia del Conservatori, que posarà el punt final a un cap de setmana ple de tradició, festa i comunitat.



A més, durant tot el cap de setmana, hi haurà una àmplia exposició de maquinària agrícola, forestal i comercial, així com un petit jardí de plantes aromàtiques. També s'ha previst una sorriera per a la mainada, passejades amb ponis, jocs de fusta tradicionals, mostres de mel i olis locals i un prototip didàctic per explicar el funcionament de l'aquaponia, una tècnica innovadora de cultiu sostenible que combina piscicultura i hidroponia.

Fòrum de Síndics de Catalunya

Assemblea del Fòrum de Síndics de Catalunya celebrada el passat 20 de febrer a Badalona amb la reelecció per dos anys més del Defensor del Ciudadà de Vidreres com a membre de la Junta i amb les responsabilitats de desenvolupament territorial, relacions per les institucions a Girona i assessor de sindicatures fins a 25.000 habitants.



80è aniversari de Bob Marley

Vicente José Mateos Pizarro 

El passat 8 de febrer es va celebrar a Vidreres el 80è aniversari de Bob Marley amb un esdeveniment cultural únic al Teatre del Casino. Al matí, vam gaudir d'un vermut musical repassant els grans èxits de Marley i al vespre es va oferir un concert amb un format ben especial. Gràcies a la intel·ligència artificial, es va extreure la pista de bateria del mític *Live at the Rainbow Theatre*, el concert que Bob Marley & The Wailers van fer el 4 de juny de 1977, i això va permetre a Joan Vergés interpretar la bateria en directe, sincronitzat amb la banda i mantenint la màxima fidelitat al so i la interpretació de la peça original.

Aquesta experiència tan innovadora va ser un èxit i no es descarta repetir-la en altres escenaris.



Grup Esplai Vidrerenc



Un hivern per recordar

Ja fa mesos que hem acomiadat l'estiu i el bon temps, però mai és fàcil del tot; sempre que acaba un estiu, no podem evitar pensar en el que següent que vindrà. Quan arriba el setembre, tots estem una mica nostàlgics perquè torna a començar el curs, però els monitors i monitores de l'Esplai estem molt contents perquè l'arribada del setembre significa, també, l'inici d'un nou curs d'Esplai ple de noves oportunitats!

Durant l'hivern ens dediquem a omplir els dissabtes de llum i energia a partir de jocs, gimcanes, tallers, excursions... És un moment de la setmana en què tots els somnis es poden fer realitat! I quan arriben les vacances de Nadal i els carrers ja fan olor de torró i neules, organitzem el Casal de Nadal i el PIV. Ja fa anys que, des de l'Esplai, apostem per un Parc Infantil que representa els valors de l'educació en el lleure, on treballen monitors/es amb ganes de transformar el món i, sobretot, on hi ha cabuda per tothom! En els darrers anys, gràcies a la dedicació i l'esforç de tots, hem crescut moltíssim i volem donar les gràcies a tots aquells que ho fan possible: a l'Ajuntament, a tots els patrocinadors/es, als monitors i monitores que hi participen i, sobretot, a les famílies, infants i joves que confien en nosaltres. Estem molt contents de com ha anat aquesta edició 2024-2025 i esperem que l'any vinent sigui encara millor!

Amb la primavera arriben les tardes de color taronja a Can Xiberta, el Casal Sensacional per Setmana Santa, les rutes de les unitats més grans, les parades de roses i unes colònies que no voldríem que acabessin mai. Però, alhora, tot això ens prepara encara més per rebre

l'estiu, que ja s'intueix a l'horitzó; uns mesos plens de màgia, rialles i emocions a flor de pell. Ens il·lusiona pensar en totes les experiències que viurem i que quedaran, per sempre, gravades als nostres cors. I des del GEPU sabem que no hi ha millor manera de viure l'estiu que fer-ho tots junts. Per això, ja ho tenim tot a punt per començar una nova campanya d'estiu molt especial i estem desitjant compartir-la amb tota la família de l'esplai!

Estiu 2025: Xerinola d'estiu

Com cada any, des del Grup d'Esplai Vidrerenc organitzem activitats molt variades durant l'estiu. Comencem la temporada amb els Campaments de les unitats més grans l'última setmana de juny i el Casal de Juny. Al juliol hi ha el Casal-Casalet i el Casal Jove i, a l'agost, el Casal-Casalet d'Agost i dos torns d'excavacions arqueològiques al castell de Sant Iscle: un amb joves catalans d'entre 14 i 17 anys, i un altre amb un grup de joves d'arreu del món d'entre 18 i 29 anys.

Totes les activitats tenen un rerefons educatiu per acompanyar els participants en el seu creixement personal i la construcció d'unes relacions socials sanes. Aprenem a treballar en equip, a gestionar les emocions, reivindicuem els drets dels infants i ens eduquem en la cooperació, solidaritat i respecte. Cada any busquem fer-ho millor que l'anterior; aquests darrers estius el nombre de participants inscrits en totes les activitats ha augmentat significativament, fruit de la il·lusió i l'esforç per part de tot l'equip que hi ha darrere, el qual busca superar-se constantment. Aquest estiu comptem amb formacions prèvies per tot el monitoratge, mantenim les colònies de final de mes (tant al

juliol com a l'agost), apostem per un model d'esbarjo educatiu, incorporem rentar dents al menjador i, com sempre, busquem el benestar de tots els infants, sense que la seva situació socioeconòmica esdevingui una barrera. Com ja fa anys que repetim, un dels nostres objectius és augmentar el nombre de vetlladors i vetlladores en les activitats d'estiu per poder acollir més infants amb necessitats educatives especials. Tot i l'ajuda que rebem per part de l'Ajuntament de Vidreres, volem denunciar, un any més, la indiferència de la Generalitat a l'hora de fer costat a entitats com la nostra per tal de garantir la igualtat d'oportunitats en l'educació en el lleure d'infants amb diversitat funcional.

Tanmateix, pel que fa a nosaltres i a la nostra tasca, continuem compromesos a oferir a tots els infants i joves del poble i dels voltants un espai segur, lliure i educatiu on créixer i compartir vivències, somnis, inquietuds i pors. El Grup d'Esplai Vidrerenc som una entitat sense ànim de lucre que aposta per l'educació integral a través del lleure, creant experiències enriquidores que deixen empremta. Formem part d'un moviment que treballa per construir un futur millor amb els joves i per als joves. Ho fem de manera independent i voluntària, amb el ferm propòsit d'educar en valors, acompanyant infants i joves en el seu camí de creixement. Som un esplai català, progressista, feminista i inclusiu, obert a tothom, sense importar l'origen, la nacionalitat, el gènere o les creences. Ens mou la voluntat de transformar la societat i de comprometre'ns amb un projecte que sentim com a propi.



PREUS INSCRIPCIONS	
1 setmana acollida (de 8 a 9 h)	15€
1 setmana matins (de 9 a 13 h)	60€
1 setmana tot el dia (de 9 a 17 h)	120€
Tot el mes acollida	50€
Tot el mes matins	170€
Tot el mes tot el dia	370€
Pack matins + Acampada + Colònies	235€
Pack tot el dia + Acampada + Colònies	435€

La majoria dels monitors i monitores hem viscut l'esplai des de petits; l'hem viscut com a infants i ara en som part activa com a monitors i monitores, motiu pel qual volem oferir casals de qualitat, amb preus assequibles, un rerefons educatiu en tot el que fem i amb un equip format, experimentat i amb una motivació inesgotable.

Què més necessites? No t'ho pensis més i vine a l'Esplai que aquest estiu serà xerinola!

Per a inscriure't fes-ho online a través de la pàgina www.grupesplavidreren.com i, per a qualsevol dubte o pregunta, no dubtis a enviar un missatge a grupesplavidreren@gmail.com o a través dels missatges d'Instagram (@grupesplavidreren).

Moltes fefes i ens veiem a l'estiu!

Creamus: Projecte Playmusic

El Playmusic ja ha fet 11 anys. El nostre gran projecte amb una bona trajectòria, sempre ple d'il·lusió i ganes d'anar creixent.

Descripció del projecte

Consisteix a formar bandes amb músics de Vidreres i dels voltants, que no han tocat mai junts, i fer aquest únic concert després d'haver assajat les versions triades durant quatre mesos. Sempre ha sigut una aventura interessant.

Història

Quan es va crear l'associació de músics CREAMUS l'any 2013, els seus fundadors van tenir molt clar que volien posar la música a l'abast de tothom, tant per gaudir-la des del públic com per donar oportunitats als petits/grans músics de poder mostrar el seu art. Després d'uns anys pensant i provant diferents esdeveniments va arribar el Playmusic el 2014.

El primer any va ser un gran èxit quant a participants. El concert es va fer coincidir amb el Dia de la Música, el 21 de juny. El local triat per a l'espectacle va ser el bar de la piscina, on es va poder fer durant tres temporades. Va anar evolucionant i vam tenir la gran oportunitat de poder-lo fer més gran oferint les nostres actuacions a un públic més nombrós el dijous de Festa Major. Molt agraïts i engrescats per tenir aquesta oportunitat vam anar fent més gran aquest projecte, amb músics de qualitat, un gran escenari i l'equip de so dels concerts de Festa Major.



Canvis / Evolució

Tot això ha estat possible gràcies als socis de CREAMUS i a la Junta de l'Associació, que amb empena, dedicació i amor a la música han ofert el seu temps per organitzar i tirar endavant el Playmusic. L'Ajuntament de Vidreres sempre ha estat al nostre costat i ha donat suport al projecte amb la seva col·laboració.

Aquests últims dos anys han estat anys de reflexió per oferir canvis i novetats al projecte. Aquest esdeveniment renovat ja ha arribat i el posarem en pràctica durant el 2025.

Per començar, des de l'Ajuntament se'ns ha donat l'oportunitat de fer-ho en una altra data, el dissabte 25 de juliol, dins dels cicles de concerts que es faran al juliol.

La gran novetat serà el format. A partir d'ara, els músics que hi participin triaran una sèrie de temes que els agradaria tocar. Cada component s'apuntarà a les cançons que creu que encaixen amb el seu estil musical i assajarà individualment els temes triats i durant tres diumenges es faran els assajos generals amb tots els músics. Es tracta d'un concert actiu i amb moviment constant dels artistes, que pujaran i baixaran de l'escenari. La idea és que el públic gaudeixi també d'aquesta acció constant que hi haurà i que per a ells sigui una festa gràcies als hits musicals que es podran sentir.

El nostre desig és i ha sigut sempre fer arribar la música a la gent de Vidreres i dels voltants i, sobretot, que els artistes que tenim puguin tenir el seu espai d'expressió.

Llarga vida al PLAYMUSIC!



Vidreres ha commemorat la Segona República amb el lema **PERSISTIM**



L'acte, organitzat per la Forces Independentistes de Vidreres, es va celebrar el 15 d'abril a la tarda davant de l'Ajuntament

Vidreres, dimarts 15 d'abril de 2025. Ahir a la tarda Vidreres va convocar la ciutadania al carrer per a commemorar el 14 d'abril, dia en què es va proclamar la Segona República l'any 1931. Organitzat per les Forces Independentistes de Vidreres, l'acte va consistir en la descoberta d'un lema a la façana de l'Ajuntament: PERSISTIM, i es va llegir la primera acta de la Junta de Govern de Vidreres després de la proclamació de la República.

Extret del llibre *De la República a la RAM. Vidreres, crònica de vint anys de la vida d'un poble*, de Carme Vinyoles i Pau Lanao. Ajuntament de Vidreres. Vidreres, 2010, p.34

En aquest fragment del llibre es recull el següent: "que l'Ajuntament de Vidreres no es va reunir fins al dia 24 d'abril (quan ja feia deu dies de la fugida del reu). Ho va fer a les 6 de la tarda quan es van convocar els càrrecs electes. Francesc Julià Margarit va exercir d'alcalde accidental; Agustí Guitart Bayell va presidir la taula d'edat amb sis vots positius i tres paperetes en blanc; Agustí Balmaña Bayell va ser escollit nou Batlle. La composició definitiva del consistori no es va conèixer fins al 29 d'abril quan Francesc Julià Margarit va ser nomenat primer tinent d'alcalde; Miquel Budallé Estanyol, síndic alhora que Francesc Julià; Feliu Colls i Juli Jovanet van formar la comissió d'Hisenda; Agustí Guitart, Josep Babot i Albert Colls es van encarregar de Governació, i Agustí Balmaña, Narcís Canyet i Miquel Budallé anaven a Foment. El primer acord del ple va ser aprovar per unanimitat saludar el nou règim amb el canvi de nom d'alguns carrers: el de Sants es va rebatejar com

a Fermín Galán; el de la Creu, com a García Hernández; la plaça Nova va ser la plaça Macià, i la de la Constitució, la plaça de la República."

El 14 d'abril de 1931 es va proclamar la Segona República Espanyola. Allunyant-se dels dogmes de la dictadura de Primo de Rivera, el nou govern republicà va apostar per conceptes com l'educació i la sanitat públiques, l'esport i la cultura popular, el feminisme o el dret a l'habitatge, i es van assolir fites tan rellevants com el sufragi femení, el divorci o el matrimoni civil. Malauradament, la Segona República va durar pocs anys. La forta polarització política del país davant de tantes reformes de pes van fer trontollar els ideals del republicanisme, que van ser anorreats amb l'esclat de la Guerra Civil i la imposició de les forces franquistes arreu del territori l'any 1939.

Les Forces Independentistes de Vidreres és una plataforma que uneix partits i entitats independentistes del municipi. Està integrada per Junts per Vidreres, la secció local d'ERC, Activa Vidreres, ANC Vidreres i Òmnium Cultural.

Aquest és el tercer acte que organitzen conjuntament després de celebrar el Primer d'Octubre i la commemoració del president Lluís Companys el 15 d'octubre de l'any 2024.

Per a més informació podeu trucar al 657668889.

I per Sant Jordi... et llegeixo un conte!

Quina va ser la darrera vegada que us van llegir un conte? Els més petits direu que va ser ahir, però els grans? I els que sou encara més grans?

Si tanqueu els ulls i us transporteu a la infantesa, probablement una veu clara, profunda, vellutada o riallera us llegia un conte, i probablement recuperareu sensacions i imatges viscudes aleshores: la tendresa, la calma, la sorpresa, la por, la rialla espontània, les mirades de complicitat i, per sobre de tot això, la imaginació que hi posàveu creant els vostres personatges i escenaris mentre la veu seguia narrant la història.

Des del Centre Obert promovem la lectura

Enguany és el segon any que ens agrada llegir-vos contes per Sant Jordi. Només cal entrar al web de l'Ajuntament, descarregar-vos els contes i escoltar-los o fer-los escoltar. Les diferents veus de nens, nenes i joves s'apleguen en els contes per explicar-vos històries que les educadores hem creat, algunes amb ajuda del nostre cada vegada més "amic" ChatGPT.

El procés de treball que seguim és el següent: fem els grups al Centre Obert i les educadores els llegim la història; la tornem a llegir, però cadascú la part del seu personatge. S'emporten el text a casa i el practiquen. Nosaltres enregistrem el text de cada personatge donant-li l'entonació corresponent i l'enviem a la mare o al pare respectiu, perquè practiquin l'entonació de la lectura a casa. Després, busquem un espai silenciós (enguany ha estat la biblioteca) per fer els enregistraments i, finalment, les educadores fem el muntatge. Ja tenim contes!

Voleu saber per què ho fem?

Doncs perquè costa trobar temps per llegir. Si ens costa trobar-ne a qui ens agrada, imagineu com costa a qui no en té l'hàbit. Amb aquesta activitat, nenes, nens i joves s'engresquen a llegir per entendre la història que els ha tocat i els motiva moltíssim saber que la seva família, els companys de classe, els amics i la gent del poble gaudiran de les històries que els expliquen.

La transformació dels nens, nenes i joves que llegeixen els contes és fantàstica. Quan comencem a enregistrar tots ho fan amb una postura corporal encongida, continguda i la veu gairebé no els surt de la gola, però els ajudem fent exercicis expressius, tant orals com corporals, els mostrem com les mans i els gestos de la cara ajuden a expressar millor el que volen dir, i quan escolten el que han enregistrar en la primera versió i en la segona, o en la tercera o la quarta, si cal, la rialla i la satisfacció que transmeten és espectacular.

Què fan aquests joves lectors?

Superar-se, decidir ells i elles si aquella versió la donen per bona o si la volen tornar a repetir, sentir-se orgullosos de la feina feta, voler tornar a practicar a casa, perquè creuen que encara no han assajat prou i fins i tot de vegades s'aprenen el text de memòria perquè així diuen que els surt millor.



Moment del lliurament del diploma

Tot l'equip educatiu del Centre Obert vivim amb orgull la feina feta per infants i joves i agraïm a les famílies la seva implicació en el projecte.

Concurs de contes

Enguany som presents al concurs de contes de la biblioteca amb una categoria específica per al Centre Obert (en el moment d'escriure aquest article encara es desconeix quin és el conte guanyador), alhora que hem creat un altre concurs en què es valoren l'esforç i la dedicació de cada participant.

El jurat ha estat format per tres persones que estan relacionades amb el Centre Obert: Roser Boadas, professora de català i castellà del CFA i que forma part de l'equip del Centre Obert; Mireia Rei, professora de català i formació instrumental del CFA de Vidreres i exeducadora del Centre Obert, i Yasma Asjid, voluntària del Centre Obert.

Conte guanyador i la resta de contes

El conte guanyador del nostre concurs és *Primer dia d'escola*. El publiquem tot seguit. El premi és sortir a *El Rec Clar*.

Però tots els participants del Centre Obert tindran un premi col·lectiu, perquè precisament la tasca ha estat col·lectiva, que és compartir tots plegats una estona de lleure amb xocolata i melindros.



Els vuit contes d'aquesta edició els podeu trobar a vidreres.cat/sant-jordi-2025 en arxius d'àudio i de text que es poden descarregar. Escolteu-los, compartiu-los, llegiu-los i, sobretot, gaudiu-ne!

Primer dia d'escola

Era primer dia d'escola en un poble petit on tothom es coneixia. Nens i nenes corrien a saludar els amics del curs passat, tot i que la majoria s'havien vist al casal d'estiu o als parcs del poble.

MARIA: Fàtima! Setou!

FÀTIMA I SETOU: Hola, Maria!

MAHA: Marc! No t'hem vist pel poble en tot l'estiu! On has estat?

MARC: Al poble de la meua àvia...

Bla, bla, bla, tot eren salutacions i abraçades entre ells.

Des de megafonia van dir que ja es podia entrar a classe i cada tutor o tutora va anar amb el seu grup i van entrar a les aules.

Ningú, absolutament ningú, havia vist un nen i una nena que portaven ulleres de sol i que estaven drets al costat d'una de les columnes del pati. Eren la Mia i en Roc, havien de fer segon curs.

La directora de l'escola els va acompanyar fins a la seva aula i el tutor els va presentar i els va fer seure junts en un grup de taules on havia reservat dues cadires per a ells.

Mentre s'asseien, els companys i companyes de classe comentaven:

MARC: Qui són aquests? Els coneixeu?

MARIA: Jo no els he vist mai pel poble.

SAMBA: Viuen al meu carrer.

TUTOR: Bé, nens i nenes, què us sembla si ens presentem tot dient el nostre nom i una característica personal, alguna cosa que ens agradi o no ens agradi de nosaltres i que vulguem compartir?

Alguns van saltar d'alegria, d'altres van veure que començava la feina... I així van començar per una taula i en ordre van anar dient:

CARLA: Em dic Carla i m'agrada cantar.

MARC: Em dic Marc i em diuen que no paro quiet.

SETOU: Em dic Setou i les manualitats són el meu fort.

FÀTIMA: Em dic Fàtima i m'encanta llegir!

MAHA: Em dic Maha i jugo molt bé a futbol.

MIA: Em dic Mia i m'agrada molt nedar.

Quan va arribar el torn d'en Roc, gairebé no se'l sentia quan parlava:

ROC: Em dic Roc i m'agraden els gossos.

La primera activitat va ser entretinguda i, un cop acabada, el tutor els va dir que els donaria un full de paper en blanc per escriure com els havia anat l'estiu. I va demanar a la Mia i en Roc que es traguessin les ulleres de sol, que a classe estarien bé.

El tutor va donar un paper a tothom, però a la Mia i a en Roc els va donar una mena de màquina amb un teclat. No era un ordinador, ningú havia vist aquell aparell en la seva vida i estaven encuriosits.

MAHA: Puc fer una pregunta?

TUTOR: Sí, Maha, digues.

MAHA: Què són aquestes màquines que tenen la Mia i en Roc?

TUTOR: Ho vols explicar tu, Roc?

ROC: No, gràcies, que ho faci la Mia.

TUTOR: Endavant, Mia.

MIA: És una màquina d'escriure Perkins i la fem servir per escriure, perquè nosaltres escrivim en un altre alfabet.

MARC: En un altre alfabet, d'acord, però no podeu escriure amb llapis i paper en aquest alfabet?

MIA: Tenim una dificultat visual...

ROC: Som cecs!

I es va fer un silenci absolut que va semblar molt llarg.

MAHA: I jo soc lent!

FÀTIMA: I jo no dic bé les r!

SETOU: I jo no distingeixo alguns colors.

MARIA: I a mi se'm barregen les lletres.

CARLA: I jo no suportó el soroll.

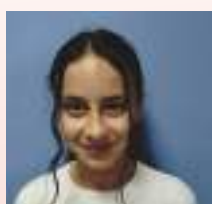
JOAN: I jo no em concentro.

TUTOR: Bé, nens i nenes, i jo podria afegir que us esteu fixant només en la dificultat que té cadascú, però a mi m'agrada fixar-me en allò que no us dificulta l'aprendre. Per això us vull dir que cadascun de vosaltres té una bona dosi de paciència, constància, solidaritat, interès, ganes de treballar, ganes de superar-se i no acabaria... i també vull afegir que, com sempre us dic...

TOTS: La diferència ens dona riquesa!

I només cal tenir ganes de superar-nos i saber-nos respectar!

Conte contat, conte acabat.



KAOUTAR SEGUIRI. Narradora
AURA PUIGDEMUNT. Maria
MARTINA CASTAÑO. Fàtima
HANAE BENJADDI. Setou

ASIER GUILLEN. Maha
ÀLEX LÓPEZ. Tutor
ELYAS AL MORABIT. Roc
NOA CASTAÑO. Mia

ALEIX GARCIA. Marc
SEYDOU TRAORE. Samba
AMINATA FOFANA. Carla
HAME TUNKARA. Joan

ELENA BLAYA. Text
ELENA BLAYA I CARLA SÁN-CHEZ. Enregistraments
CARLA SÁNCHEZ. Muntatge

Més tard o més matiner, Carnestoltes pel febrer

Cada any, durant la setmana de Carnestoltes, la nostra escola s'omple de colors, música i disfresses. Aquest any, les consignes van ser presentades pels alumnes de l'extraescolar de teatre que, d'una manera molt original i amb molt bon gust, ens van engrescar a disfressar-nos amb tota mena de robes i andròmines variades per tal de fer d'aquesta setmana un moment per deixar de banda les preocupacions quotidianes i submergir-nos en un món de diversió i creativitat.

La nostra festa de carnestoltes, que enguany les famílies van poder gaudir, va girar entorn dels personatges de ficció que apareixen en els llibres i còmics que qui més qui menys ha tingut a les seves mans. Des dels més menuts amb en Titó, la Bluey i la Bingo, la patrulla peluda, les Supernenes, el Capità Amèrica, Batman i Catwoman, Harry Potter, bruixes i bruixots, Zipi i Zape, Mortadel·lo i Filemó, Mafalda i Susanita, Snoopy i Charlie Brown, els Looney Tunes, i d'altres personatges de manga, van anar desfilant en els trens de la diversitat. Com a convidats especials de la vetllada vam poder comptar amb en Jordi i l'Eduard (pares d'alumnes), que van fer-nos-en la narració mentre els alumnes desfilaven.



Aprofitant l'avinentsa, i en el marc d'aquesta festa tan acolorida, vam celebrar la jubilació de la nostra companya Marta Morera després de 27 anys com a mestra d'Infantil a l'Escola Sant Iscle. La veritat és que ha estat un exemple a seguir i la seva passió per l'ensenyament ha deixat una empremta inesborrable en tots nosaltres, alumnes i mestres que hem estat amb ella. Persona compromesa i perfeccionista, cada dia preparava les classes com si es tractés d'una aventura. Amb la felicitat per saber que a partir d'ara pot gaudir d'una altra etapa de la vida molt esperada, els discursos d'aquests dies han estat molt emotius.



Tot i que l'article destaca la felicitat d'aquest dies, també volem fer esment de la pèrdua de la nostra companya ja jubilada Mercè Menció, que va ser mestra d'Infantil del 2001 al 2017 i que ens va deixar el passat 31 de gener després d'una dura lluita contra la malaltia que feia temps que tenia. Des d'aquí li volem fer un petit homenatge i volem tenir un record del seu pas per la nostra escola. Sempre als nostres cors.

L'alumnat de 1r d'ESO crea una audioguia per redescobrir Vidreres



L'alumnat de 1r d'ESO de l'Institut Vidreres ha creat una audioguia per donar a conèixer els vint monuments més importants del municipi, i està adreçada a totes aquelles persones amb ganes de descobrir nous racons. Un treball que combina recerca, creativitat i tecnologia per valorar el patrimoni local mitjançant una audioguia geolocalitzada, disponible en tres llengües: català, castellà i anglès. La iniciativa, ideada i impulsada pel professorat de 1r d'ESO, i que ha comptat amb la col·laboració de l'Ajuntament de Vidreres, es va començar a treballar a finals de 2024 i es va presentar el 28 d'abril al Teatre Casino la Unió, en un acte obert a tota la comunitat.

Es tracta d'una situació d'aprenentatge interdisciplinari que ha ofert a l'alumnat l'oportunitat de conèixer més a fons l'entorn on viuen, a través de dades i fets curiosos sobre els llocs més emblemàtics de la vila. L'alumnat va començar a investigar els punts d'interès del poble i en van seleccionar una vintena: des del castell de Sant Iscle i el camp d'aviació de la Guerra Civil fins a espais naturals com el bosc d'en Puig o el mirador de Puigventós.

A continuació, l'alumnat va redactar els textos i els va traduir al castellà i l'anglès. A més a més, qui ho va voler va poder participar en el càsting de veus que es va fer per seleccionar les persones encarregades d'enregistrar els àudios. També, a Català es va treballar la difusió d'aquest treball mitjançant la creació de notes de premsa.

Paral·lelament, a la matèria de Visual i Plàstica, van dissenyar el logotip de l'audioguia. Totes les propostes es van exposar al passadís de l'institut i la guanyadora es va escollir mitjançant una votació popular. Finalment, a la matèria de Tecnologia, es va integrar tota la feina feta a

l'aplicació educativa Mobile History Map i es van fabricar unes plaques de metacrilat amb un codi QR que ja es poden trobar als punts seleccionats, i que també us adjuntem en aquesta publicació.

Aquesta audioguia no només és una eina útil per a visitants i vilatans, sinó també una mostra de com l'educació pot generar experiències significatives, connectades amb l'entorn i la comunitat. Els autèntics protagonistes, l'alumnat de 1r d'ESO de l'Institut de Vidreres, ha demostrat que l'aprenentatge és molt més que teoria: és acció, emoció i servei a la comunitat i al territori.

Ara us toca a vosaltres. Feu el recorregut, escanegeu els codis QR i deixeu-vos guiar per les veus del jovent de Vidreres. Descobrireu històries que potser no coneixíeu, mirareu els espais de sempre amb una nova mirada i, sobretot, sentireu l'orgull de formar part d'una comunitat viva, curiosa i compromesa.



Vidreres et parla.
Només cal que escoltis.

Per a més informació, podeu contactar amb el professorat de l'Institut Vidreres a través del correu electrònic audioguia@institutvidreres.cat o bé trucant al telèfon 972 85 07 11.

Som escola verda



Des de fa uns anys l'Institut de Vidreres participa al programa d'Escoles Verdes. Ser Escola Verda vol dir que el centre educatiu adquireix el compromís de treballar per fer realitat accions que facin més sostenible la seva quotidianitat i promoguin el respecte i la cura del medi ambient.

L'institut desplega iniciatives d'aquest tipus gràcies a l'esforç general de la comunitat educativa i, en concret, mitjançant la feina dels docents coordinadors del programa i dels alumnes escollits pels seus companys com a delegats verds.

Les campanyes més destacades s'han centrat en la conscienciació sobre la importància de fer un ús correcte dels dipòsits de recollida de deixalles i la reducció del volum de residus altament contaminants, com són el paper d'alumini (cada vegada amb menys presència a l'hora de l'esmorzar) i les piles. Durant aquest curs s'ha aprofundit en aquesta temàtica: s'ha instal·lat al pati un contenidor de recollida de les restes orgàniques i s'està fent pedagogia del potencial que té aquest residu com a matèria per fer compost. La resta orgànica és biodegradable i es pot processar al compostador de l'hort del projecte Fractal.

El treball en xarxa és un plantejament central del programa Escoles Verdes. Durant cada curs es fan un mínim de tres reunions de coordinació entre Tosca, l'entitat que gestiona el programa, i els 10 instituts de secundària de la comarca de la Selva que formen part del projecte. També es fa una trobada dels comitès ambientals, formats pels docents coordinadors de cada institut i els delegats verds de cada classe. Aquest curs hem participat a la jornada d'intercanvi territorial dels centres educatius de secundària de la comarca de la Selva, que es va celebrar el passat divendres 4 d'abril a Sils. El protagonisme d'aquesta jornada va ser per als més de 100 alumnes que representaven els centres.



L'alumnat de cada institut va exposar la seva proposta d'actuació de cara al curs vinent. El projecte amb més acceptació és el que s'ha de realitzar a cada institut adaptant-lo a cada realitat concreta. L'Institut de Vidreres va assistir amb una representació de 10 delegats verds i els dos docents responsables de la coordinació.

El comitè ambiental de l'Institut de Vidreres va presentar el projecte aprovat a les trobades que fem a l'institut. Amb el lema "Un plàstic = una vida menys", la nostra proposta, que combina la neteja de platges i la sensibilització de l'impacte dels microplàstics i els nanoplàstics en el medi ambient, la vida animal i la salut humana, va tenir molt bona acollida.

Finalment, es va triar el projecte presentat pel comitè mediambiental de l'institut de Caldes de Malavella i, per tant, serà el que treballarem durant el curs 2025-2026, sense deixar de banda totes les accions que ja fem. La proposta guanyadora neix d'una problemàtica compartida com és el poc coneixement que es té dels espais naturals de l'entorn dels municipis; la difusió dels valors ambientals d'aquests espais és fonamental per a la seva conservació i, en el nostre cas, pot ser un complement molt adequat al projecte d'audioguia que s'està desenvolupant en aquest curs per l'alumnat de 1r de l'ESO i els docents de llengües.

Vam tornar de Sils carregats d'idees, coneixences i amb l'energia que dona sentir-se acompanyat i formant part d'una comunitat que treballa per millorar la salut del planeta.

Comissió Escola Verda Institut Vidreres

La festa de les flors



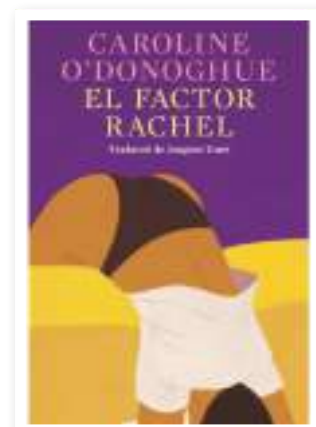
Recomanacions literàries

El factor Rachel, de Caroline O'Donoghue

Novel·la (Amsterdam)

El 2008 jo gairebé major d'edat i començava a sortir de l'ou amb els primers esforços per entrar a una vida adulta que s'iniciava amb una crisi global. Les conseqüències emocionals i materials de tot allò crec que encara les arrosseguem a dia d'avui i és en aquest panorama feixuc que s'esdevé la història de la Rachel, una irlandesa de vint anys que malda per sortir-se'n com a llibretera, estudiant de literatura anglesa i companya de pis d'en James, el seu millor amic. Poc es podia imaginar que enamorar-se del seu professor l'arrossegaria a situacions complicades que l'acompanyarien tota la vida.

La història d'aquests anys de crisi social s'alterna amb petits degotejos del present que ens permetran conèixer una Rachel ja adulta. La llibertat sexual, el dret a l'avortament —que no va ser legal fins al 2018 a Irlanda—, les oportunitats laborals o les aparences són alguns dels temes sobre els quals reflexiona O'Donoghue. Tot plegat de la mà de personatges bastant profunds emmarcats en un context que esdevé un personatge més de la novel·la.



El temps de la collita, de Magdalena Blažević

Novel·la (L'Agulla Daurada)

A *El temps de la collita* tot el que hi succeeix és entre línies. I a mi m'encanta llegir entre línies, m'agrada que un escriptor em llanci missatges subliminals i metàfores que he de desxifrar, que em faci navegar per un terreny que no acabo de conèixer prou, que em captivi amb les paraules, el llenguatge i la manera preciosa de narrar.

Això és el que he sentit amb la història de l'Una, una dona que retorna al poble dels seus pares després d'una guerra que s'ho va endur tot. A través de la seva mirada de fotògrafa, en veurem les conseqüències devastadores, relatades d'una forma bonica que amaga dolor i que la fan única i especial. I coneixerem la seva mare, l'Ida, amb un passat que se'ns va retratant a pinzellades i ens anirà deixant el cor encongít. *El temps de la collita* és una mena de cop de puny que acaba en carícia. O una carícia que acaba en cop de puny. Tot depèn de com t'ho miris. Una experiència lectora i literària que algun dia m'agradaria repetir.

Envia nudes, de Saba Sams

Relats (Bromera)

A *Envia nudes*, que inaugura la col·lecció la "Singular" de Bromera, la qual pretén publicar narrativa contemporània escrita per dones, ens trobem deu relats protagonitzats per dones que passen de la infantesa cap a la vida adulta i que intenten bregar amb els típics problemes d'aquest moment vital en la societat actual: maternitat, sexualitat, relacions amoroses i amb amistats i les contradiccions amb si mateixes. A vegades, fins i tot, alguns dels relats es caracteritzen per un toc sinistre i tèrbol que incomoda. Però el que més m'ha agradat és que deixen un final obert, un tipus d'històries que m'encanten perquè em permeten reflexionar més enllà d'allò que se'ns explica i imaginar-nos l'esdevenir dels personatges, cosa que m'enriqueix molt com a lectora.



Ludibàsquet 2025

Ja s'acaba la temporada de partits i ens arriba la nostra gran festa, tan esperada per tothom: EL LUDIBÀSQUET, 23a edició, bàsquet 24 hores que tindrà lloc els dies 7 i 8 de juny.

Dies de preparatius, reunions, presa de decisions, preocupacions perquè tot surti bé, moments divertits i de moltes rialles. Això és el pre-ludibàsquet.

Comptem amb un grup de famílies i jugadors i jugadores engrescats, molt ben avinguts i organitzats, on tothom té les seves tasques determinades i on es treballa conjuntament per crear un bon ambient. Els que portem més temps aportem l'experiència i els més joves fan les seves propostes, que estan plenes de novetats i actualitzacions. Formem un gran equip!

Comptem amb una pàgina web on es podrà fer la inscripció (ludibasquet.com). També es podrà contactar amb nosaltres directament a través de WhatsApp per resoldre dubtes (659 173 158). Tota la informació i les actualitzacions es podran veure per l'Instagram del Ludibàsquet (@ludibasquet).

Hi haurà partits durant 24 hores, dia i nit, sense parar, perquè els jugadors i jugadores amants d'aquest esport puguin acabar la seva temporada fent el que més els agrada. Per omplir els espais de temps lliure se'ls oferirà una sèrie d'activitats lúdiques i d'espectacle:



- Tallers i jocs organitzats pel Grup d'Espai Vidrerenc.
- Pràctica de tirs lliures amb la màquina de tir i també la màquina de bot per jugar amb el control de DRIBBLE, cedides per All Star Training.
- Espai calma amb llibres i revistes esportives gràcies a la dotació i selecció de la Biblioteca de Vidreres.
- Moments musicals i d'espectacle gràcies a l'Escola Municipal de Música de Vidreres.
- Estampació de samarretes amb el teu nom i número amb Boom personalitzat.
- Zona d'inflables i jocs amb Oktitans.
- Zona per refrescar-se.
- A la nit tindrem música per saltar i ballar amb DJ Sandom.
- Espectacle final amb la col·laboració del Club Twirling gimnàstic Vidreres, el partit All Star i el gran show.



Per desplaçar-se entre les dues zones de partits (pavelló i institut/polivalent) tindrem l'entranyable i desitjat trenet turístic. En tot moment, hi haurà servei de bar, tant al pavelló com a la zona de l'institut/polivalent. Els jugadors i jugadores participants tindran pensió completa amb berenar, sopar i esmorzar i zona de dormitori.

Aquesta festa no només està pensada per als participants si no també per a les famílies i per a tots els habitants de Vidreres que vulguin gaudir d'aquest esdeveniment.

Hem d'agrair a tots els col·laboradors i establiments de Vidreres que fan les seves aportacions desinteressadament perquè tot això sigui possible. I una esmena especial al nostre Ajuntament, ja que sempre ens ha donat suport i ens ha brindat la seva ajuda des dels seus inicis. Us esperem a la FESTA DEL BÀSQUET!



Atlètic Vidreres Futbol-sala

En l'actual temporada, l'Atlètic Vidreres Futbol-sala disposa de dos equips de categoria sènior, el primer equip, que milita en la 1a Divisió Catalana, i un de veterans, que l'anomenem Llegendes, i que també disputa una lliga en la seva categoria. Per conèixer-los millor, hem entrevistat els seus respectius responsables, que són en Víctor, per part de les Llegendes, i en Santi, pels sèniors.

Hola, Víctor. Ens pots explicar com sorgí la idea d'un equip de Llegendes?

La idea va sorgir en una trobada pel poble, de diferents jugadors que havíem jugat al sènior i comentàvem que es trobava a faltar fer alguna patxanga, tenir un espai on poder trobar-nos i practicar futsal sense un caire competitiu. Vaig traspasar la idea al Club, a través del CEO Jordi Diumé i ell va dir: "Hi dono alguna volta i et dic el què". Dit i fet, ho va transmetre a l'Ajuntament i la temporada 2023-2024 va aconseguir disposar d'una franja de dues hores a la setmana per poder quedar i fer partidets. El grup de Llegendes ha estat format per un total de 40 persones. Actualment, a la temporada 2024-2025 disposem de dues franges setmanals.

És mixta, oi? Què et sembla l'experiència?

Sí, les Llegendes són unisex. Hi han participat un total de cinc dones, amb diferents implicacions. L'experiència no diria que és positiva, simplement no hi ha cap mena de discriminació o diferència. Tots en formem part!



A més, aquesta és la primera temporada que competiu. Com us ha anat?

Arran del torneig on vam participar i guanyar a la Marató del 2023, es va plantejar la idea de fer unes Llegendes federades. Amb jugadors/es que volien competir i poder fer un pas més en aquest grup de veterans. L'experiència és molt positiva en el sentit de continuar coneixent persones que comparteixen la mateixa passió que tu en el territori. Ens hem adonat que encara ens agrada competir, tot i que la primera premissa que tenim és no fer-nos mal. On les bones intencions estan per sobre de tot.

Si hi ha algú ansiós o ansiosa d'apuntar-se, a on s'ha de dirigir?

Simplement, s'ha de dirigir al Club i fer la demanda. Automàticament s'informa el coordinador i l'afegeix al grup de Llegendes per participar als entrenaments dels dilluns o dels dijous. El dia previ de cada entrenament passem llista de qui hi participarà i poder organitzar-nos.

Per acabar, també ets entrenador de l'equip Aleví... d'on treus el temps?

Doncs sí, dedico moltes hores al Club, però no té cap mèrit perquè és un tema de passió i responsabilitat. Per una banda, soc entrenador de l'Aleví, on tinc un fill, en Pau, que és jugador. Això vol dir que he de portar-lo als entrenaments i partits. I sent un club petit sempre falten tècnics a l'staff. Així que em vaig engrescar a fer el curs d'entrenadors i intento transmetre valors, conceptes tècnics i tàctics d'aquest esport. I participant en el grup de Llegendes com a coordinador i jugador, és un hobby, així que el temps és una inversió. Tot i que de vegades la logística familiar no és fàcil. He de comptar amb la col·laboració de la meva dona, perquè sense ella no podria destinar tant de temps al Club.





Hola, Santi. A primera i ben classificats... Com s'explica?

La posició de la taula és enganyosa perquè hi ha uns quants equips que estem a dos o tres punts... Llavors, una victòria o una derrota et fa pujar o baixar molt. Pots passar del quart lloc a novè encadenant un parell de mal resultats. Però el nostre objectiu inicial era la salvació i això ho vàrem aconseguir en el segon partit de la segona volta, que precisament fou el derbi contra els Joves. Estem ben classificats perquè les noves incorporacions han augmentat la competitivitat de la plantilla i això s'està reflectint en la classificació.

La joventut de l'equip és la clau de l'èxit?

Aquest és l'any que hi ha menys veterans a l'equip. De veterans sols hi ha en "Pollo" i en Dani, que aquest darrer per motius tàctics ha passat de portar a tanca. En definitiva, és un equip molt jove acompanyat per dos veterans que s'ho han guanyat a pols perquè són molt competitius.

Quants sou i quin rol té cada integrant de l'equip tècnic?

En el cos tècnic som dos, en Fran i jo. En Fran aporta una experiència única, especialment en la visió de joc, ja que jugà al Barça i a Indústries García com a professional. De fet, n'aprinc molt, d'ell, perquè el bagatge de jugar a l'alt nivell és impossible d'obtenir-lo en l'esport amateur.



Per cert, també ets una Llegenda, com prova l'experiència?

El projecte de les Llegendes ve d'endarrere perquè tothom entén que si vols un equip competitiu arriba un moment que els jugadors fan un pas al cantó, sigui per motius familiars o laborals o, fins i tot, perquè les noves fornades de jugadors (provinents de la base) pressionen molt fort i el resultat és que no hi ha lloc per a tothom. De fet, fa gràcia retrobar-te amb excompanys amb qui havies compartit vestidor anys més tard i a tornar a gaudir dels entrenaments.

Club Twirling Gimnàstic Vidreres

La temporada 2025 de twirling ha arribat al seu moment més vibrant i el Club Twirling Gimnàstic Vidreres està vivint una primavera plena d'èxits, emocions i grans actuacions. Amb l'arribada del bon temps, les atletes del club han demostrat tot el treball fet durant mesos.

Les coreografies d'aquest any han captivat el públic i el jurat per la seva creativitat, precisió i dificultat tècnica. Tant les actuacions individuals com les parelles i equips han estat a un nivell altíssim, deixant clar que el club continua creixent i consolidant-se com una referència dins del twirling català.

També cal destacar el paper de les joves promeses del club, que estan començant a fer-se un nom i que representen amb orgull el futur de l'entitat. Alhora, les atletes amb més experiència continuen mostrant lideratge, constància i un gran esperit esportiu.

Amb la vista posada en el proper campionat i en possibles cites internacionals, el Club Twirling Gimnàstic Vidreres afronta aquest tram final de temporada amb il·lusió, força i el compromís de seguir fent del twirling un espectacle ple de bellesa i emoció.



Volem donar les gràcies a totes les famílies, veïns i aficionats que donen suport al club dia rere dia. El vostre escalf i orgull són el motor que ens fa créixer. Ens veiem a la pista, representant el poble amb passió i somriures!

Club Ciclista Vidreres

L'any en què el Club Ciclista Vidreres celebra el 56è aniversari de les seves primeres passes quan l'any 1969 es va despertar la necessitat de tenir un Club Ciclista local, neix també un projecte per revifar la flama que l'ha mantingut encès des del 1975, any que el projecte impulsat per un grup d'aficionats vidrerencs es va fer realitat amb la constitució. Des d'aquestes línies volem retre homenatge als fundadors que han fet possible que cinc dècades més tard ens embarquem en un projecte il·lusionant, que pretén donar cabuda a tothom que, d'una manera o altra, viu el món de les dues rodes amb passió.

Ni volem ni seria assenyat que aquest projecte deixés de banda la història i el bagatge d'aquest gran club. Per això ens hem capbussat a les pàgines dels Arxius històrics de la Vila, hemeroteques, entrevistes a fundadors... i el resultat ha estat tan sorprenent i emotiu que no volem deixar passar l'ocasió de compartir-lo amb vosaltres. Al llarg dels pròxims mesos us anirem publicant la recuperació de la història del Club a la pàgina web, i a l'Instagram.

Però no tota la feina està feta, si teniu material us convidem a contactar amb nosaltres per continuar la reconstrucció d'aquesta gloriosa història.



Des del Club BTT Vidreres us animem a formar-hi part.

Com a aficionats al ciclisme, i socis del club trobareu un projecte integrador, amb voluntat d'oferir un espai per a totes i tots: ciclistes de muntanya, de carretera i de grava, impulsats pel vigor de la sang o amb l'ajuda de l'energia elèctrica, tant se val; tothom hi és benvingut.

Us animem a les diferents colles ciclistes del poble, a unir-vos al Club Ciclista Vidreres, i recuperar el gran moviment Ciclista Vidrerenc dels anys 70, 80 i 90, essent un referent a les comarques gironines i Catalunya en aquells anys.

Amb aquest objectiu integrador estem treballant en un programa d'activitats que doni resposta a les aspiracions esportives de tothom, des de la represa de marxes i sortides que tradicionalment han format part del calendari esportiu del nostre poble, fins a l'organització de "quedades" setmanals i participació en esdeveniments d'altres entitats a escala autonòmica.

A tall de tast, us informem que hem reprès la tradicional pujada popular a Caulès, que va tenir lloc el dia 11 de maig, que va iniciar l'any 1990 el Club Ciclista Vidreres, i va recuperar ja fa unes edicions el Club BTT Vidreres. I ja estem treballant en l'organització de la bicicletada popular nocturna, coincidint amb la celebració de la nostra Festa Major.

Tenim la motivació, tenim l'energia i confiem a comptar a partir d'ara també amb la vostra companyia.

1a prova del Campionat de Bici de Trial



El passat dissabte 15 de març, va tenir lloc la 1a prova del Campionat de Bici de Trial, Copa d'Espanya Trial UCI, a la localitat de Cartagena (Múrcia) al Circuit de los Camachos, organitzat pel Club Trial Bici Cartagena. Amb una gran afluència de públic i sota un clima immillorable, la competició va oferir un altíssim nivell tècnic a cada categoria. La prova, puntuable per al rànquing UCI C1, va atraure destacats esportistes d'elit de diversos països. Les categories inferiors van oferir un espectacle digne dels grans esdeveniments internacionals, amb joves promeses del trial que van deixar clar que el futur d'aquest esport està assegurat.

Pel que fa als resultats de la jornada, Pol Pons, veí de Vidreres, va demostrar el seu talent després d'una gran actuació a les zones. Va aconseguir un 1r lloc amb 500 punts dels 600 possibles.

La propera prova es disputarà a la localitat de Caspe (Saragossa) el proper 29 de març.



2a prova del Campionat de Catalunya de Trial de nens

Diumenge 2 de març, va tenir lloc la 2a prova puntuable de la temporada del Campionat de Catalunya de Trial de nens a la localitat de Piera, bressol del millor pilot de la història de l'especialitat, el pilot de Repsol-HRC Toni Bou, 36 vegades campió del món.

Els pilots d'entre 4 i 16 anys s'enfrontaven a un total de vuit zones, tècniques i exigents, la majoria d'elles indoors. Pel que fa als resultats de la jornada, a la categoria Aleví +8, Pol Pons, veí de Vidreres, va quedar en tercera posició, empatat a peus amb el segon classificat, Quim Estalló.

La propera prova es disputarà el pròxim 23 de març a la localitat de Llagostera.





Un dia de partit

Al marge de les vicissituds dels resultats que s'hagin pogut produir, en aquest número d'*El Rec Clar* donem a conèixer l'experiència d'un dia de partit rodó a la Penya. Concretament, el de l'11 de març de 2025, que enfrontava a Montjuïc el Barça contra el Benfica en la tornada de la Champions, corresponent a l'eliminàtoria de vuitens de final.

Com és costum en la competició continental, el partit començava a les 9 del vespre. Però un quart d'hora abans, o fins i tot una mica més, els culers ja vam anar acudint a la cita, fins a omplir de gom a gom les butaques, i per això els més tocatardans van haver de seure a les cadires suplementàries que tenim per si de cas. Érem trenta-sis barcelonistes. Tots a punt... de veure rodar la pilota i sobretot les jugades amb el cor posat en la victòria. Fins al moment del xiulet inicial, rum-rum, salutacions, xerrameques sobre l'alineació, si juga aquest o aquell... i, així, va anar escalfant-se l'ambient. A l'hora en punt, abans de començar, llum apagat i tothom ulls fets a la gran pantalla.



Tots som Penya recull les imatges dels penyistes en les situacions viscudes amb el Barça com a centre.

"Volem que la Penya sigui l'afició dels avis, dels pares i dels nets"

El joc...

El Barça comença amb l'avantatge del partit d'anada a Lisboa (on ja va guanyar per 0-1), però no cal badar i l'equip surt motivat i amb empena. Passades amb intenció, Pedri com a director del joc, Lamine en versió espectacular, i del seu cervell i la resposta de les cames surt un regat que li permet fer dins de l'àrea gran una centrada al segon pal perquè Raphinha, arribant des del darrere i sense deixar caure la pilota, remati al fons de la porteria. Aleshores totes les veus del local es fan una sola veu: goooooo!, com a resposta a l'excel·lència de la jugada d'un vailet de disset anys.

El contrari no és qualsevol cosa i empata, amb l'enuig en aquest cas dels que mirem. I així van alçant-se imprevisibles, com si fóssim veus anònimes, que no ho som (perquè tots ens reconeixem la veu), les accions dels jugadors: que si aquest, que si l'altre; això ha fallat, o una exclamació en alguna altra jugada que no acaba de ser gol... Tothom patint i xalant, fins al golàs de Lamine, amb retall al defensa, pilota a un metre del peu i des de la frontal un xut enroscat que, tot i una magnífica estirada del porter, aquest no pot desviar.

Una obra d'art, perquè el futbol fa art, d'una altra mena, és clar, del que veiem als museus. I encara arriba un altre gol, amb el suspens a què darrerament el VAR està acostumant els seguidors futbolers, que en confirma la validesa i enllesteix l'eliminàtoria abans de la mitja part. Després, el marcador ja no variarà i el Barça haurà guanyat 3-1 per passar a quarts de final.



Un altre dia de partit, amb la celebració de la Copa 2024-25.

Els penyistes...

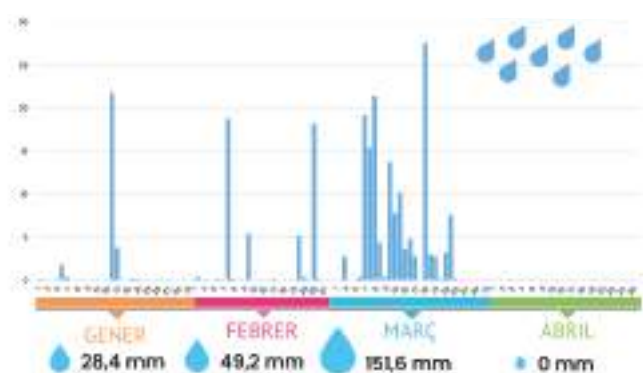
L'alegria encomanada pel joc de l'equip és tan remarcable, que després de la mitja part, i haver fet la queixalada corresponent a l'entrepà qui en duia, o simplement la cerveseta o el suc o l'aigua que cadascú decideix, o res, els comentaris continuen i fins i tot, en un exemple del que volem que sigui la Penya, és a dir, l'afició dels avis, dels pares i dels nets, els més menuts hi ha un moment que arrenquen espontàniament a cantar... *Un dia de partit...* i en Joan Colomer, un dels pals de paller de la Penya, fa seguir alguns altres per fer-hi de cor... *del Barça em vaig enamorar... Alé, alé, alé...* Després va passant l'estona i el joc, fins que s'acaben els noranta minuts reglamentaris i tothom se sent cofoi i deixem buida la Penya fins al proper partit.

Estació meteorològica Institut de Vidreres

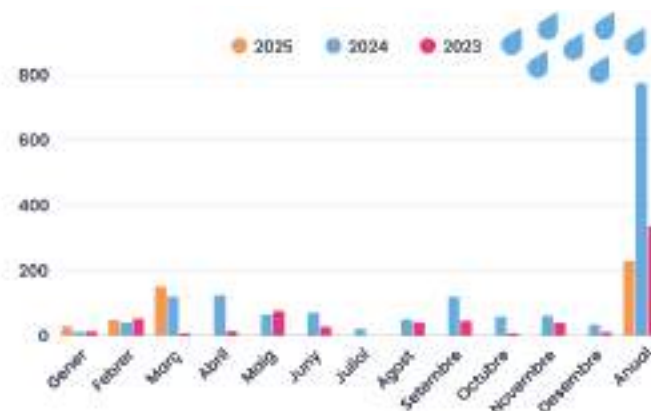


Gràfic de pluviometria

Pluviometria
Gener - Febrer - Març - Abril

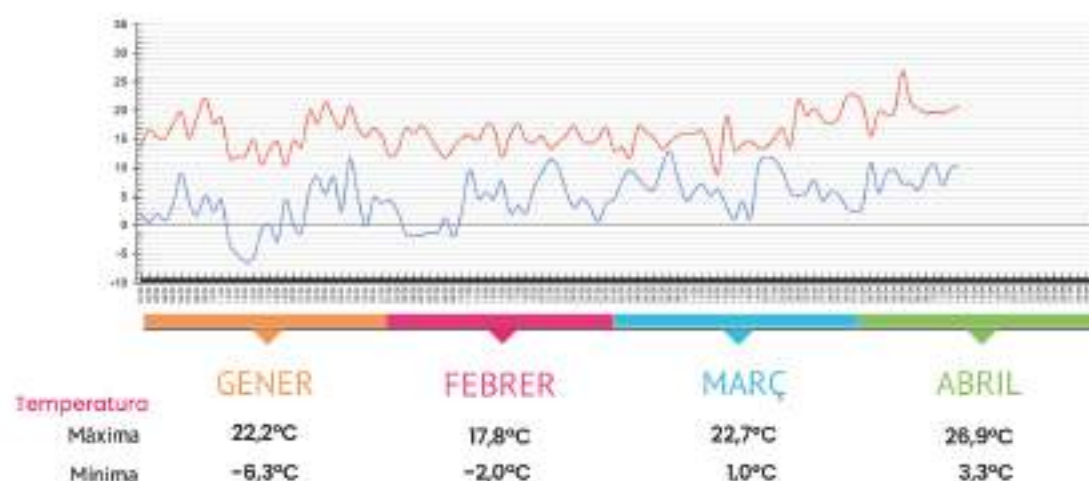


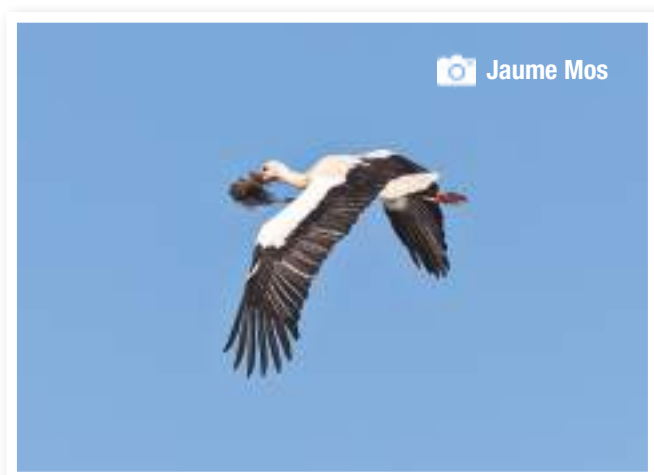
Precipitació 2023-2024
i gener 2025



Gràfic de temperatures

Gener - Febrer - Març - Abril





📷 Jaume Mos

Avançada de cigonyes als aiguamolls de l'Empordà



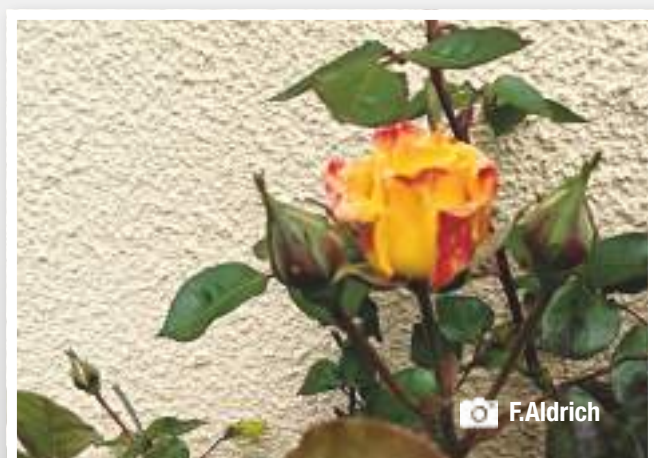
📷 Albert Mazó

Temps de primavera



📷 Vicente J. Mateos

Posta de sol al parc



📷 F.Aldrich

Primera rosa a l' Abril



📷 AlbertMazó

Primavera a Vidreres, 13 d'abril



Un mosaic verd a vista de dron

Fotos realitzades per Vicente Mateos. Agraïm la seva bona predisposició i col·laboració.

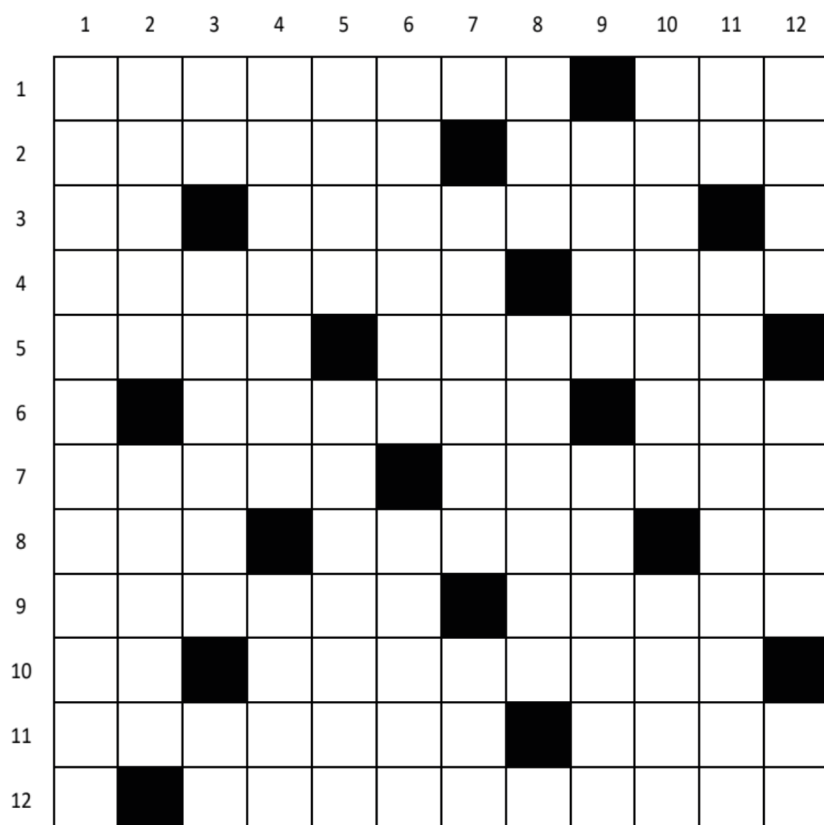
Aquest passat mes d'abril l'entorn agrícola de Vidreres configura un mosaic de tons verds i ocres que dibuixen els camps de conreu. Aquest paisatge agrícola, cuidat des de fa generacions, continua tenint un paper fonamental en la configuració del territori.

Els camps que envolten Vidreres estan dedicats, majoritàriament, a conreus herbacis. Els més habituals són els cereals com el blat i l'ordi, destinats tant a l'alimentació humana com animal, així com farratges com la userda i el raigràs per a les granges de bestiar. També hi destaca la colza, de floració groga intensa que embelleix el paisatge de primavera. La colza, a més de la seva funció productiva per a oli i biocombustibles, contribueix a millorar la fertilitat del sòl com a conreu de rotació. Els conreus de Vidreres tenen una funció ecosistèmica clau, ja que contribueixen a la captura de carboni mitjançant la fotosíntesi dels cultius herbacis, que ajuden a reduir la concentració de CO2 atmosfèric. A més, les vores dels camps i les franges de vegetació natural esdevenen refugis per a pol·linitzadors i fauna auxiliar, elements essencials per mantenir l'equilibri biològic dels ecosistemes agrícoles





Fem poble tot entretenint-nos



HORITZONTALS

1. Canta les hores i els segles de Vidreres, altiu, senyorejant la plaça. Els vidrerencs Colomer i Rosell n'eren mestres (mot que es despenja per la vertical). 2. Segons com la mires, Oviedo té forma d'ou. No ho diguis a ningú que no ho sigui més que tu. 3. Tercera de do. Tipus foscos a la impremta. S'equivoca. 4. El bufet lliure de les vaques. Suc de cervell. 5. No posa, ans al contrari. Fill de pare blanc i mare negra o viceversa, procedent de l'orient. 6. La cinquena de Mahler. Sembla sortit d'un monestir però en realitat és un ocell marítim. Nascuda al 1911, és la mare de tots els ordinadors. 7. Unir un partit polític. Cantarella de clarí. 8. Club de Futbol Imaginari. Una fred bàrbara. Va a Oxford sense cotxe. 9. Aparell amb politges per aixecar pesos que aquí està muntat al revés. Proveïment d'aliments per a la població que tenim a tocar de la mà. 10. Síntomes d'anèmia. Els d'en Pasqual eren blaus i subjectats amb candaus. 11. Eina semblant al rampí que s'empra per rastellar. Quan està a punt de completar l'etapa, recula amb la pasta. 12. L'afegim per multiplicar. El blanc sempre hi està de moda.

VERTICALS

1. Acompanyen la xocolata espessa millor que els melindros (dos mots). 2. Engegar l'àvia. Aquella gent que, a més, és superba. 3. Maó a la maonesa. Noies formoses i mítiques emergint de l'aigua. Sant Dalmat. 4. La d'en Barrera sol ser hiperrealista; la d'en Tano era més abstracta. Doni a algú allò que li és degut, sigui un homenatge o justícia. 5. Si te'n vas, que Déu t'acompanyi. T'estableixes a Vidreres, posem per cas, i no te'n mous, com un arbre. 6. Característica de la gola del llop. Metall preciós que s'estreu de sota terra. 7. La. Instants que pareixen les ratetes. Els has de mirar des de sota. 8. Apareix al mig de la barbeta. Escomès, agredit, cosit i també, ah!, força brut. No a l'oxigen. 9. Si és més curt que un inútil, et fa servei. Irritacions per sota de la pell. 10. Deia que el formatge era le fromage. En l'acte ens l'aixeca el secretari. 11. Un bon tram del Ter. Omplir l'espai d'obres d'en Joan Brossa. 12. La jove de la tenora. No discrimina per sexe. Té el gegant més famós.

Sopa de roselles

Trobeu-hi quinze maneres de referir-se a la rosella a diferents indrets dels Països Catalans. Amb les lletres que us sobrin podreu formar un missatge.



Sudoku



Porros confitats a la crema

INGREDIENTS

- 2 porros
- avellanes granulades
- vi blanc
- oli d'oliva
- nata líquida
- xampinyons naturals tallats a gra d'all
- aigua
- pernil salat
- mantega

ELABORACIÓ

Primer es posen els porros (tallats només la part blanca) a bullir amb poca aigua i un rajolí d'oli, tapat i a foc lent. En una paella, amb una mica d'oli, es posen la mantega, les avellanes i els xampinyons. Quan estigui cuit, s'hi afegeix vi blanc perquè redueixi i la nata líquida. Quan bullin els porros, s'hi posa una mica de sal. Tot seguit, es treuen els porros i es posen amb la salsa, si cal amb una mica d'aigua del bullit per aclarir-la. Finalment, per damunt dels porros, hi posem llesques de pernil salat i ginebre en pols. Ho acompanyem amb un vi blanc de poca graduació.



Petonets

INGREDIENTS

- 5 clares d'ou
- 250 grams de sucre llustre
- 250 grams de coco ratllat; es pot substituir el coco per nous en pols

ELABORACIÓ

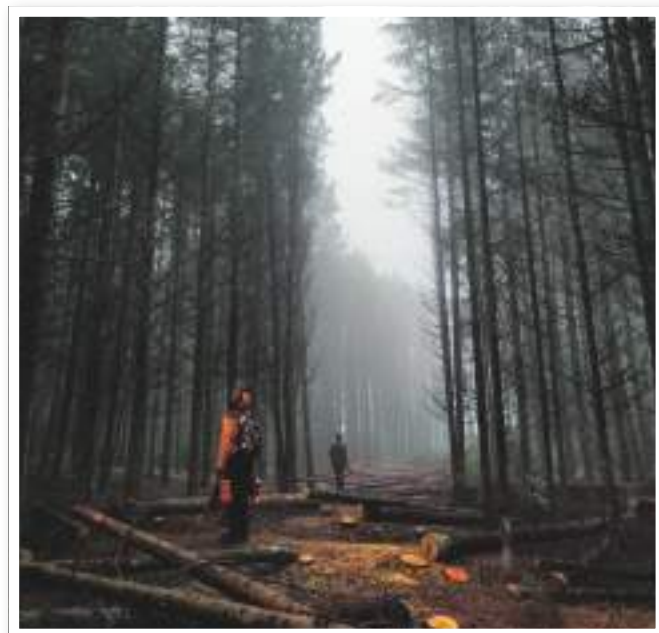
Es munten les clares a punt de neu, el sucre i el coco tot barrejat amb les clares. S'unta amb oli una safata del forn i s'hi espolsa farina. Amb una cullereta de postres, es va posant a la safata amb el forn a 80 graus i es deixa fins que agafin un color daurat. Són unes postres calòriques de la regió de Macedònia. Per beure, un cava brut, i si s'acompanya amb una copeta de licor del país de rakia segur que no es té fred.

Els nostres boscos no estan preparats per al canvi climàtic

Després de finalitzar els estudis de grau superior de Gestió Forestal a l'Escola Agrària Forestal de Santa Coloma de Farners, vaig incorporar-me a la cooperativa Bosquerols, una entitat dedicada als treballs forestals i compromesa amb una gestió sostenible dels boscos, d'acord amb criteris tècnics i ecològics.

L'estat de salut dels boscos a Catalunya és preocupant. Segons dades recollides durant els darrers anys, l'any 2022 ha estat el més crític registrat fins ara. L'impacte de la sequera i dels episodis extrems vinculats al canvi climàtic ha afectat negativament el vigor dels boscos, la seva capacitat de regeneració i la biodiversitat. Aquests impactes s'intensifiquen en boscos amb una estructura uniforme, elevada densitat i escassa diversitat d'espècies. Aquest és el cas de molts boscos catalans, que s'han desenvolupat de manera accelerada i desordenada a partir de l'abandonament rural i l'absència de gestió forestal durant dècades.

Històricament, el paisatge forestal català ha estat fortament condicionat per l'activitat humana. Fins fa relativament poc, els boscos eren intensament explotats per obtenir fusta, llenya i carbó i també per habilitar espais agrícoles i ramaders. Aquesta activitat mantenia els boscos oberts, diversos i amb estructures complexes. Amb l'èxode rural iniciat al segle XX, gran part d'aquests espais es van abandonar i es van reforestar de manera espontània, cosa que va donar lloc a boscos joves, densos i amb poca diversitat estructural. Segons dades de la FAO, els boscos madurs a Catalunya representen actualment menys del 2% de la superfície forestal. Aquests boscos es caracteritzen per tenir una estructura vertical complexa, presència d'arbres de gran diàmetre, fusta morta i una alta biodiversitat, i es troben sovint en zones aïllades o amb sòls empobrits.



Aprofitament forestal en una finca del Moianès. És una plantació de pi roig (*Pinus sylvestris*), pinassa (*Pinus nigra*), pinastre (*Pinus pinaster*) i cedre (*Cedrus atlantica*). No s'hi havia actuat mai i el sotabosc havia estat sempre pasturat per boví. L'objectiu principal és la transformació d'aquestes masses pures en masses mixtes aplicant criteris de gestió sostenible



Tallada d'arbres per reduir la densitat. L'objectiu de la feina és baixar el risc de propagació d'incendis, fent una franja de seguretat per contribuir a la protecció del territori i les persones.

A curt termini, l'augment de la superfície forestal ha suposat alguns avantatges, com la protecció del sòl i la capacitat dels boscos per absorbir i retenir el diòxid de carboni de l'atmosfera. No obstant això, també planteja nous reptes. Els boscos densos, uniformes i amb espècies poc adaptades a la sequera són especialment vulnerables als incendis i a l'estrès hídric. A més, les condicions climàtiques actuals —amb períodes de sequera més llargs i temperatures més elevades— superen la capacitat d'adaptació natural de moltes espècies forestals autòctones, la qual cosa pot accelerar processos de debilitament i mortalitat.

A Bosquerols, treballem per mitigar aquests riscos amb una gestió activa i multifuncional. Apliquem pràctiques que inclouen aclarides selectives, conservació de peus morts i en descomposició, manteniment de boscos mixtos, ús de maquinària de baix impacte i planificació a llarg termini.



Auditoria de l'Estat Natura 2020



De tant en tant, la natura ens regala curiositats com aquesta: cirerers d'arboç amb tronc en espiral. Aquest fenomen pot ser causat per molts factors, com les condicions del terreny, la distribució dels nutrients o petites irregularitats en el seu creixement. El vent també hi pot influir.

També incorporem coneixement ecològic i silvícola actualitzat, basat en estudis científics i en col·laboració amb entitats especialitzades i administracions públiques, sempre amb l'objectiu d'aplicar una gestió forestal propera a la natura, basada en l'estructura irregular dels boscos. Aquesta es fonamenta en la presència d'arbres de diferents mides i edats, que es distribueixen de manera que les seves capçades no es toquin i que mantinguin una proporció equilibrada entre l'alçada total i la mida de la capçada (ideals de dos terços a la meitat de l'alçada). Aquesta estructura afavoreix una millor captació de la llum, una major eficiència fotosintètica i una millor estabilitat. El sòl forestal no ha d'estar mai exposat; la cobertura vegetal i la regeneració natural han de ser contínues per així garantir la protecció del sòl i la successió ecològica.

És essencial que es reconegui la necessitat d'integrar pràctiques innovadores en la gestió forestal per garantir l'adaptació al canvi climàtic. Això inclou canvis en la planificació forestal, l'adequació de les normatives, la formació dels professionals del sector i la implicació de la propietat forestal, tant pública com privada. A més, caldria potenciar la recerca aplicada sobre gestió adaptativa i promoure la transferència de coneixement tècnic a escala local.

La gestió forestal sostenible no pot ser entesa com una acció aïllada. És una peça clau dins l'estratègia global per fer front a l'emergència climàtica i per mantenir el patrimoni forestal com a element de protecció ambiental, econòmic i social. Treballar per boscos resilents no és una opció: és una necessitat urgent.

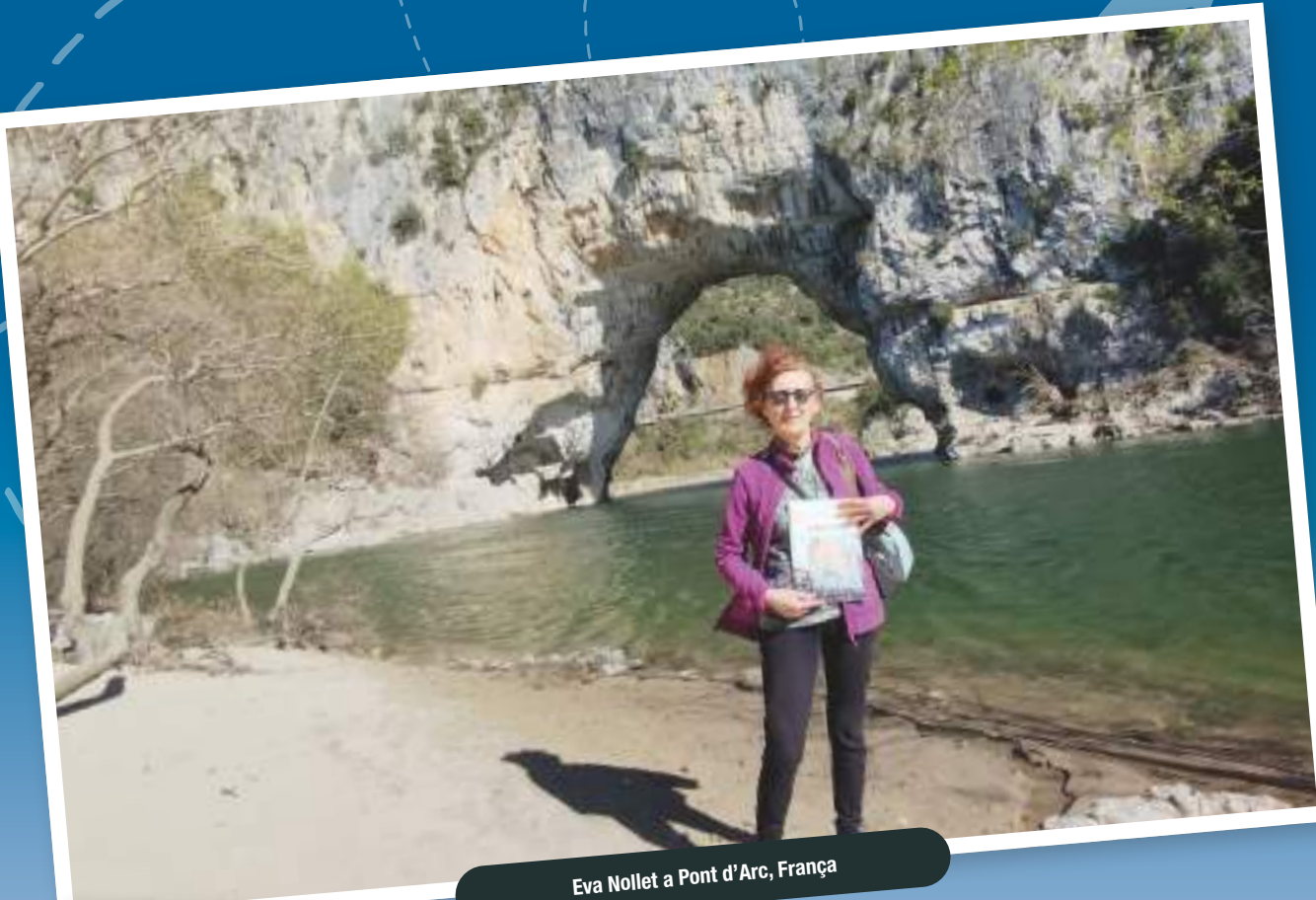


El passat 5 d'abril vàrem celebrar els 10 anys de la Cooperativa Bosquerols



L'equip de Bosquerols fent una visita a una de les finques gestionades per revisar les actuacions anteriors i establir criteris per a les properes actuacions. En aquesta visita es varen marcar els carrers del desembosc, que permetran treure la fusta tallada i es mantindran per a futurs treballs.

El Rec Clar pel món



Eva Nollet a Pont d'Arc, França



Dory i Edu a Taxco, Mèxic

Com abordar l'ansietat?

Exercicis pràctics per fer-los a casa

L'ansietat és un de les patologies més freqüents de la població. Un gran percentatge de persones l'ha experimentat almenys una vegada en la seva vida. Però... que és exactament l'ansietat?

Analogia de l'ansietat

Metafòricament parlant, podríem dir que l'ansietat és l'alarma, però no el foc. És a dir, l'ansietat és una funció adaptativa del cos i ens alerta quan un aspecte de la nostra vida no està funcionant, però no és per si mateixa el problema. Ens avisa que cos i ment funcionen correctament i s'encarrega d'interpretar perills en absolutament tots els éssers vius. Imagina't que ets una gasela enmig de la selva i veus de lluny un lleó. Automàticament, el teu cervell s'identifica com a presa i, per tant, ho vius com si fos una situació de perill. De forma gairebé immediata, s'activa una petita zona en el teu cervell, l'amígdala, que t'ajudarà a escapar de la situació estimulante o inhibint la resposta de lluita o fugida. Fins aquí tot bé, diguem que l'ansietat és una aliada, no una enemiga, ja que ens ajudarà a actuar en conseqüència i protegir-nos de ser devorats pel lleó. Ara bé, per què acaba suposant un problema?

La disfunció de l'ansietat i la magnificació de preocupacions

L'ansietat acaba resultant un problema quan el cervell comença a identificar situacions de perill constantment, quan s'anticipa als problemes, quan malinterpreta situacions, quan es basa en experiències prèvies i acaba aplicant aquests pensaments en contextos completament diferents. Bàsicament, quan se'n dona un mal ús.

Tornant a l'exemple del lleó i la gasela: imagina't que el lleó comença a perseguir la gasela i finalment aquesta aconsegueix escapar. Gràcies a l'ansietat ha aconseguit sobreviure. Però què passaria si a causa d'aquesta situació la gasela, per por de tornar a ser devorada, romanagués amagada eternament en una cova? Doncs que segurament no moriria devorada per un lleó, però moriria de totes maneres, perquè la por no la deixaria sortir a menjar, beure aigua o realitzar qualsevol tipus de necessitat bàsica. Així que en aquest moment l'ansietat ja no és funcional, perquè la por deixa de ser real. Ja no estic interpretant un perill, si no que m'ho estic imaginant i això em paralitza.

Sabies que el 90% de les coses que ens preocupen mai succeiran? Encara i així són preocupacions que passen per la nostra ment i tenen un impacte directe en la nostra salut. Si t'ho pares a pensar, és un percentatge molt alt, significa que només un 10% de les preocupacions de la nostra ment són reals i poden ocórrer. L'ansietat mal empleada forma part d'aquest 90% que rarament o mai succeirà. Així que aquí et deixo unes quantes eines perquè comencis a aprendre a gestionar-la i a utilitzar-la d'una forma útil.

Exercicis per gestionar l'ansietat

Realitza un autoregistre per a la definició de problemes actuals. Prenguem consciència. L'ansietat pot veure's produïda per un o diversos factors alhora. Fes un llistat en un paper dels teus problemes actuals.

Avalua com influeix la preocupació en la interpretació de la situació. Una vegada has registrat les preocupacions o problemes



actuals, vull que vagis una per una valorant quin impacte tenen en la seva interpretació. Per a això, respon a aquestes preguntes:

- Quina part d'aquesta situació em preocupa?
- Quan em preocupo, què penso exactament sobre la situació?
- Estic interpretant objectivament la situació?
- Quin nivell del 0 al 10 sento de por/preocupació davant la situació?
- La por/preocupació fa que interpreti de manera distorsionada la situació?

Modifica les teves creences irracionals sobre la situació. Segons el model A-B-C d'Albert Ellis, un reconegut psicòleg dins del món de la psicoteràpia, els problemes emocionals estan influenciats per les interpretacions irracionals que fem de les situacions que vivim. Així que aquí et deixo alguns criteris perquè puguis qüestionar-te si el pensament que estàs tenint és irracional o no:

- **Criteri d'utilitat**
Per a què em serveix pensar així?
Aquest pensament m'ajuda a regular la meua emoció?
M'ajuda a aconseguir els meus objectius?
- **Criteri d'intensitat**
Quines emocions sento quan penso així?
Com de forta estic sentint aquesta emoció?
M'està fent perdre el control?
Què faig o què deixo de fer quan penso en això?
- **Criteri d'objectivitat**
Quines proves tinc per afirmar que...?
Quines dades tinc en contra d'aquest pensament?
En què em baso per a...?
- **Criteri de formalitat**
Quines paraules estic utilitzant per a aquest pensament?
Estic fent servir paraules molt extremistes?
Utilitzo paraules com a fracàs, inútil, perfecte, estúpida...?

En conclusió, podem afirmar que l'ansietat és una funció del cos fonamental que mereix la nostra atenció. Tot i així, no oblidis que aquests exercicis són una ajuda bàsica per començar a treballar amb tu mateix, però que si pateixes d'ansietat has de complementar-ho amb una intervenció psicològica amb un professional de la salut mental. Al Centre de Salut Eutímia, t'acompanyem al llarg d'aquest procés.

Al·lèrgia, una malaltia molt comuna

Les al·lèrgies són reaccions del sistema immunitari davant substàncies que, en principi, són inofensives per a la majoria de persones. Aquestes substàncies, conegudes com a al·lèrgens, poden variar àmpliament i inclouen pol·len, àcars de la pols, pells d'animals, aliments, picades d'insectes, medicaments i molts altres. Quan una persona al·lèrgica entra en contacte amb un al·lèrgen, el seu sistema immunitari reacciona exageradament i produeix símptomes que poden anar des de lleus fins a greus. Es creu que pot arribar a afectar el 25% de la població. A Espanya és una de les malalties amb més prevalença.

Tipus d'al·lèrgies

Al·lèrgies respiratòries

Aquestes al·lèrgies són causades per al·lèrgens que es troben a l'aire, com el pol·len, els àcars de la pols, les espores de floridura i les pells d'animals. Els símptomes solen incloure esternuts, picor al nas i a la gola, congestió nasal i ulls vermells i plorosos. La rinitis al·lèrgica i l'asma són exemples d'al·lèrgies respiratòries. Un estudi de l'Institut de Salut Global de Barcelona assegura que el 33% dels nous casos d'asma infantil estan causats per la contaminació atmosfèrica.

Al·lèrgies alimentàries

Les al·lèrgies alimentàries són causades per la ingesta de determinats aliments que desencadenen una resposta immunitària. Els aliments al·lèrgògens més comuns inclouen la llet, els ous, els cacauets, els fruits secs, el peix, els crustacis, el blat i la soja. En l'edat infantil, els més freqüents són la llet, els ous, el peix i la fruita seca. Els símptomes poden variar des de picor i inflor a la boca fins a problemes digestius com nàusees, vòmits o diarrea, urticària i, en casos greus, obstrucció de la via respiratòria i anafilaxi. Sobretot, no confongueu l'al·lèrgia alimentària amb intolerància alimentària.

Al·lèrgies cutànies

Aquestes al·lèrgies afecten la pell i poden ser causades per al·lèrgens com les plantes, els metalls, els medicaments o els productes de bellesa. La urticària, l'èczema i la dermatitis de contacte són formes comunes d'al·lèrgies cutànies. Els símptomes inclouen picor, erupcions cutànies, inflor i vermellor.

Al·lèrgies a insectes

Les picades d'insectes, com ara les d'abelles, vespes, mosquits i formigues, poden provocar reaccions al·lèrgiques en algunes persones. Els símptomes poden incloure dolor, inflor i vermellor al lloc de la picada, així com dificultat per respirar, urticària i, en casos greus, anafilaxi. Al·lèrgies a medicaments

Algunes persones poden tenir reaccions al·lèrgiques als medicaments, incloent-hi antibiòtics, antiinflamatoris i anticonvulsius. Els símptomes poden variar des de lleus, com la urticària, fins a greus, com la dificultat per respirar i l'anafilaxi.

Diagnòstic de les al·lèrgies

Diagnosticar una al·lèrgia pot implicar una combinació d'historial mèdic, proves cutànies i anàlisis sanguínies. Les proves cutànies, com les proves de punxada, impliquen exposar la pell a petites quantitats d'al·lèrgens i observar si hi ha una reacció. Les anàlisis sanguínies



poden mesurar la presència d'anticossos específics que indiquen una reacció al·lèrgica.

Tractament i gestió de les al·lèrgies

El tractament de les al·lèrgies depèn del tipus i de la gravetat de la reacció. Les opcions inclouen:

- Evitar els al·lèrgens: la forma més efectiva de gestionar les al·lèrgies és evitar el contacte amb els al·lèrgens. Això pot implicar canvis en la dieta, en l'entorn de la llar o en les activitats diàries.
- Medicaments: els antihistamínics poden alleujar els símptomes lleus, mentre que els corticoesteroides poden reduir la inflamació. Els broncodilatadors són útils per a l'asma i les epinefrines són essencials per a les reaccions anafilàctiques.
- Immunoteràpia: aquest tractament consisteix a exposar la persona a petites quantitats de l'al·lèrgen de manera controlada per reduir la sensibilitat amb el temps. Pot ser efectiu per a al·lèrgies respiratòries i insectes.

Impacte de les al·lèrgies en la vida diària

Les al·lèrgies poden afectar significativament la qualitat de vida i interferir en les activitats diàries, el son i el benestar general. Les persones amb al·lèrgies han de ser conscients dels seus desencadenants i prendre mesures per minimitzar l'exposició. Això pot incloure l'ús de fundes antiàcars, filtres d'aire i una dieta estrictament controlada.

Prevenició de les al·lèrgies

La prevenició d'al·lèrgies pot ser difícil, però algunes mesures poden ajudar a reduir el risc. Això inclou:

- Evitar l'exposició a al·lèrgens coneguts, especialment durant la infància.
- Mantenir una bona higiene de la llar per reduir la presència de pols, humitat i floridura.
- Portar una dieta equilibrada i saludable.
- Consultar regularment un al·lèrgòleg per a la gestió i el tractament adequat.

Conclusió

Les al·lèrgies són una afecció comuna que afecta moltes persones de diverses maneres. Comprendre els tipus d'al·lèrgies, els símptomes, el diagnòstic i el tractament és essencial per gestionar-les i minimitzar-ne l'impacte en la vida diària. Amb l'ajuda adequada, les persones amb al·lèrgies poden viure una vida plena i saludable.

El fluor i la prevenció de la càries dental

L'ús del fluor és àmpliament conegut per la seva eficàcia en la prevenció de la càries dental. Tot i que les dents estan formades per un dels teixits més durs i resistent del cos humà, són vulnerables a una de les malalties més comunes, infeccioses, cròniques i irreversibles: la càries. Aquesta disbiosi afecta a gairebé 514 milions(1) de persones en les diferents regions del món.

Per reduir aquesta prevalença, és imprescindible la participació activa de cada individu. Reduir el consum de sucres, mantenir una alimentació saludable i seguir uns bons hàbits d'higiene oral són aspectes fonamentals per combatre la càries. En aquest sentit, el fluor hi juga un paper clau.

Què és el fluor i com ens ajuda

El fluor és un mineral natural que es troba en certs aliments, però actualment s'utilitza de manera sintètica per incorporar-lo en productes de neteja dental i altres productes de consum. Aquest mineral és essencial en la lluita contra la càries, ja que ajuda a remineralitzar l'esmalt dental i a protegir-lo contra les agressions dels àcids produïts pels bacteris que causen la càries.

La concentració de fluor en els productes varia segons l'edat, la patologia dental i la prevalença de càries de cada individu. El fluor en la pasta dental es pot començar a utilitzar des de la primera dent de llet del nadó, amb una concentració mínima de 1.000 ppm (parts per milió) d'ió fluor.

Com utilitzar el fluor segons l'edat

La quantitat de fluor en la pasta dental varia segons l'edat i és important seguir les recomanacions per garantir-ne una correcta aplicació:

- De 0 a 3 anys: pasta dental amb 1.000 ppm de fluor, utilitzant una quantitat equivalent a la mida d'un gra d'arròs.
- De 3 a 6 anys: pasta dental amb 1.000 ppm de fluor, utilitzant una quantitat de la mida d'un cigró o pèsol.
- De 6 anys en endavant (fins a l'edat adulta): pasta dental amb 1.500 ppm de fluor, utilitzant una quantitat també de la mida d'un cigró o pèsol.



En casos de càries actives, fins i tot en nens menors de 6 anys, es pot augmentar la concentració de fluor a 1.500 ppm, ja que la presència activa de càries indica que la higiene oral o els hàbits alimentaris poden estar fallant. En casos més greus, s'hi pot aplicar fins a 2.500 ppm d'ió fluor, sempre sota recomanació professional.

Consells per a una bona higiene oral

És fonamental que els pares supervisin la higiene oral dels infants fins als 8 anys. Això inclou rentar-se les dents tres vegades al dia durant 2-3 minuts. A més, cal recordar que no és necessari fer glopeig amb aigua després de raspallar-se les dents, ja que aquest gest pot dificultar l'acció del fluor, que ha d'actuar directament sobre l'esmalt.

El fluor ajuda a prevenir la càries i a enfortir l'esmalt davant les agressions externes, com els àcids derivats dels aliments i els bacteris. És un dels mètodes més eficients i segurs per combatre les càries.

Conclusió

En resum, el fluor és un aliat fonamental en la prevenció de la càries dental, però no substitueix la necessitat d'unes bones pràctiques d'higiene oral i una alimentació equilibrada. És essencial seguir les recomanacions dels professionals per garantir-ne l'ús adequat. Si tens dubtes o necessites orientació personalitzada, no dubtis a consultar el teu dentista o metge.

Solucions dels entreteniments

SOLUCIONS SOPA DE LLETRES
Badabodoc, gallaret, paparola, pipiripip, quiquiriquic, gall, papaió, puput, pupuruput, senyora, vermelló, cacarequec, ruella, cascall, babola.
TEXT AMAGAT
Una flor no fa estiu ni dues primavera: el bon temps el porta l'oreneta.

SOLUCIONS MOTS ENCREUATS

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

SOLUCIONS SUDOKU

7	8	9	1	3	5	6	4	2
4	1	3	6	9	2	5	7	8
5	2	6	7	4	8	1	3	9
9	6	1	2	5	4	7	8	3
2	4	5	3	8	7	9	6	1
3	7	8	9	6	1	2	5	4
1	3	7	8	2	6	4	9	5
6	9	4	5	1	3	8	2	7
8	5	2	4	7	9	3	1	6

Evolució demogràfica a Vidreres en el transcurs del segle XX

El segle XX va ser una època de profundes transformacions per a Vidreres, un petit municipi situat al cor de la comarca de la Selva, a la província de Girona. Aquesta localitat, amb una gran tradició agrícola, va viure una evolució demogràfica marcada per diversos factors econòmics, socials i urbanístics que van provocar canvis importants en la població i l'estructura econòmica. La història demogràfica de Vidreres en aquest segle reflecteix els canvis estructurals i les crisi que van afectar tot Catalunya, però també les oportunitats que va saber aprofitar per créixer i modernitzar-se. Aquest article farà un recorregut detallat per l'evolució demogràfica de Vidreres al llarg del segle XX, identificant les diferents etapes que van marcar el seu creixement i transformació.

1. Les primeres dècades del segle XX: creixement moderat i les dificultats inicials (1900-1930)

A l'inici del segle XX, Vidreres era un poble petit de caràcter rural, amb una població aproximada de 2.123 habitants el 1900. L'economia del municipi estava fonamentada principalment en l'agricultura, amb cultius com el blat, l'ordi, les patates i els arbres fruiters, però també amb una gran importància de la ramaderia. A més, a la zona començava a desenvolupar-se una indústria surotapera que va començar a guanyar protagonisme com a font d'ocupació per als habitants del municipi i d'altres localitats de la comarca. Aquests treballs en la indústria del suro atreïen molts homes joves i treballadors de les zones veïnes, cosa que va afavorir el creixement poblacional inicial de la localitat.

Tanmateix, aquest creixement va ser relativament moderat. La població de Vidreres es va mantenir a nivells constants fins a la primera meitat del segle XX, en part perquè el desenvolupament de la indústria de suro no va ser suficient per generar una expansió poblacional desmesurada. El procés de mecanització de la indústria del suro i la competència creixent d'altres regions, com el sud de Portugal o les zones més industrialitzades de Catalunya, van reduir les oportunitats laborals, fet que va generar un cert estancament econòmic i, amb això, una limitació en l'augment de la població.

La crisi de la indústria surotapera, que va començar a ser evident en les primeres dècades del segle XX, va provocar una sèrie de canvis en el teixit econòmic i va afectar directament l'ocupació. Això va originar una disminució progressiva de la població activa i va provocar que molts joves emigressin en cerca de noves oportunitats. Aquesta crisi industrial va culminar amb una reducció de la població de Vidreres, que va descendir de 2.123 habitants el 1900 a uns 1.710 habitants el 1937. Aquest decreixement es va veure agreujat per la pesta de 1918, que va afectar tot el país, i pel context de les guerres i tensions socials del període.

2. La Guerra Civil i la postguerra: un període de recessió i despoblació (1936-1940)

La Guerra Civil espanyola (1936-1939) va ser un punt d'inflexió per a Vidreres, com ho va ser per a molts pobles i ciutats de Catalunya. Durant la guerra, la població de Vidreres va patir una significativa pèrdua de vida humana, amb milers de persones que van ser convocades per lluitar en el conflicte, tant del bàndol republicà com franquista, la qual



Guerra Civil espanyola a Catalunya

cosa va disminuir dràsticament el nombre d'habitants del poble. A la vegada, les famílies es van veure obligades a abandonar la localitat a causa de la inseguretat i les destruccions.

El conflicte també va tenir un impacte econòmic devastador. Les activitats productives del poble, especialment l'agricultura i la indústria, es van veure greument afectades per les confrontacions bèl·liques, les restriccions alimentàries i la destrucció de les infraestructures bàsiques. Aquestes dificultats van arruïnar la base econòmica del municipi i van dificultar una recuperació immediata després de la fi de la guerra. La indústria del suro, que ja havia patit durant les primeres dècades del segle, va quedar pràcticament paralitzada i la major part de la mà d'obra va haver d'emigrar.

La postguerra, a més de ser una època de profunda crisi econòmica, va estar marcada per una política repressiva per part del règim franquista, que va afectar l'estructura social i política de la població. Aquesta situació va contribuir a un estancament demogràfic prolongat. L'any 1940, la població de Vidreres va caure fins als 1.735 habitants i es va mantenir una tendència de recessió que va durar fins ben entrada la dècada de 1950.

3. A partir de la dècada de 1950: la recuperació econòmica i l'inici de l'expansió (1950-1970)

A partir de la dècada de 1950, Vidreres va començar a viure un període de recuperació econòmica i demogràfica gràcies a diversos factors.

Un dels elements clau per a aquesta recuperació va ser l'arribada de la indústria alimentària, com la RAM, que es va establir a la localitat el 1952. Aquesta indústria va ser fonamental per al municipi, ja que va generar una gran quantitat de llocs de treball directes i indirectes i va atraure mà d'obra no només de Vidreres, sinó també de municipis veïns i altres zones de Catalunya, com també d'Andalusia i d'Extremadura.

Aquesta nova dinàmica econòmica va suposar un augment de la població. Molts treballadors, sobretot de les regions rurals, es van establir a Vidreres per treballar a la fàbrica o en altres sectors relacionats amb el comerç i els serveis. Entre 1960 i 1970, la població de Vidreres va passar de 1.845 habitants el 1960 a 2.677 el 1970. Aquest creixement va ser conseqüència de l'augment de la demanda laboral en la indústria i del sorgiment d'una nova classe mitjana vinculada a la nova economia local.

Paral·lelament, es van començar a desenvolupar noves infraestructures al municipi. La millora de les comunicacions, amb la construcció de noves carreteres, va fer que Vidreres es fes més accessible tant des de la Costa Brava com des de la ciutat de Barcelona. Aquesta millor connectivitat va facilitar el creixement dels serveis, amb la creació de noves escoles, centre sanitari i serveis municipals, així com la construcció d'habitatges. La població es va estabilitzar en aquesta etapa i va continuar el seu creixement gradual fins als anys vuitanta.

4. Les dècades de 1980 i 1990: expansió urbana i diversificació de la població (1980-2000)

La dècada de 1980 va marcar el començament d'una nova etapa d'expansió per a Vidreres. L'augment de la població va ser impulsat, en part, pel creixement de les segones residències. La proximitat de Vidreres a la Costa Brava i la seva bonica localització al peu de la serra de les Gavarres va atraure moltes famílies de Barcelona que cercaven un lloc on establir-se de manera temporal durant les vacances, o fins i tot de forma permanent. Aquest fenomen va causar un auge en la construcció d'habitatges i va transformar l'aspecte urbà del municipi. Entre 1980 i 1990, la població de Vidreres va créixer de forma considerable: va arribar als 3.199 habitants el 1990. A més, durant aquesta etapa, el municipi va començar a diversificar-se des del punt de vista social i cultural. L'arribada d'immigrants d'altres regions de l'Estat espanyol, com de Castella - la Manxa, Andalusia i Extremadura, va ser



seguida per una nova onada migratòria de persones procedents de l'estranger. Així, a mitjans dels anys noranta, el municipi va començar a rebre un important nombre d'immigrants de països com Colòmbia, Romania i Gàmbia. Aquestes noves poblacions van enriquir el teixit social de Vidreres i van aportar una gran diversitat cultural.

5. Conclusió: un segle de transformacions profundes

A finals del segle XX, Vidreres havia experimentat un canvi radical. Des d'un poble agrícola i industrial modest fins a convertir-se en un municipi amb una economia diversificada, una població cada cop més cosmopolita i una gran expansió urbanística, la població de Vidreres va augmentar a un ritme constant, amb pocs períodes de decreixement. Les transformacions que va viure el municipi van ser, sens dubte, el reflex dels canvis que va viure Catalunya al llarg del segle XX: des d'una economia agrícola a una societat industrial i, posteriorment, a una economia basada en els serveis i el turisme.

El segle XX va ser, per a Vidreres, un segle de supervivència, adaptació i creixement, en què el municipi va saber aprofitar les oportunitats de modernització, tot i les dificultats econòmiques i socials que va afrontar. Les tendències migratòries, la diversificació econòmica i la millora de les infraestructures van ser elements clau per a un creixement continu i per consolidar Vidreres com un municipi amb una comunitat diversa, dinàmica i adaptada als canvis socials i econòmics de l'època.



Vèncer la malaltia

La vida, de vegades, ens posa davant de batalles que mai hauríem imaginat. Aquesta és la història d'una lluitadora, una dona que des de ben petita ha desafiat els límits de la malaltia i ha convertit cada obstacle en una oportunitat per seguir endavant.

Amb només 12 anys, la infantesa de la Mary es va veure truncada per un diagnòstic colpidor: limfoma de no Hodgkin. Va començar un camí llarg i dur ple de sessions de quimioteràpia, caiguda de cabell, esgotament i moments de desesperança. Però, amb una força admirable i un esperit indestructible, va aconseguir superar la malaltia i reprendre la seva vida.

Tot semblava tornar a la normalitat fins que, anys més tard, va tornar a sentir-se malament. El seu cos s'inflava, les proves no donaven respostes clares i, finalment, van detectar-li una insuficiència cardíaca severa. L'impacte va ser immens. Com assumir que el seu propi cor ja no podia seguir funcionant? Els metges van determinar que era un efecte secundari de la quimioteràpia i que l'única opció era un trasplantament de cor. La por es va apoderar d'ella: "Jo moriré, jo moriré", pensava. Però no va ser així. La cirurgia va ser un èxit i el nou cor va començar a batejar amb força dins seu.

Quan semblava que el pitjor ja havia passat, la pandèmia de la COVID-19 va colpejar el món, i ella, amb el seu sistema immunitari fràgil,

va acabar ingressada a la UCI durant un mes i mig. La seva lluita no acabava aquí: una pancreatitis i una insuficiència renal van empitjorar el seu estat, i la van deixar en una situació crítica. Però, com sempre, la seva determinació la va empènyer endavant.

El seu cos continuava resistint, però els ronyons van començar a fallar. Els metges van decidir que necessitava un trasplantament urgent. Sense passar per la diàlisi, va ser inclosa en la llista d'espera i, en només tres mesos, va rebre un nou ronyó. Un altre miracle. Un altre regal de vida.

Avui, un any i mig després d'aquesta última intervenció, pot caminar, respirar i viure amb plenitud. Cada pas que fa, cada alè que pren, és un homenatge als donants i a les seves famílies, a aquelles persones generoses que, en el moment més difícil, decideixen regalar vida. "Si no fos per ells, avui no seria aquí explicant la meua història", diu amb un somriure ple de gratitud.

Aquesta és una història de valentia, de lluita i, sobretot, d'esperança. Perquè la donació d'òrgans no només salva vides, sinó que permet que històries com aquesta continuïn escrivint-se. Perquè gràcies a aquells cors generosos moltes persones poden tenir una segona oportunitat de viure.

L'argila: un tresor de la natura per a la salut i la bellesa

Marta Homs 

L'argila ha estat utilitzada des de l'antiguitat per les seves increïbles propietats terapèutiques i cosmètiques.

És un regal de la natura, rica en minerals i oligoelements, que el converteixen en un aliat imprescindible per a la cura del cos.

BENEFICIS TERAPÈUTICS DE L'ARGILA

L'argila és coneguda per les seves propietats antiinflamatòries, desinfectants i regeneradores. Aplicada sobre la pell, ajuda a alleujar dolors musculars, inflamacions i problemes articulars. A més, és un excel·lent remei per a afeccions de la pell com èczemes, psoriasis, pell atòpica i picades d'insectes.

Un dels usos més coneguts és en forma de cataplasma: barreges d'aigua i argila verda fins a obtenir-ne una pasta, textura maionesa. Aquesta pasta s'aplica directament sobre la zona a tractar.

L'ARGILA EN LA COSMÈTICA NATURAL

En cosmètica, l'argila és una gran aliada per la cura de la pell i els cabells. Les mascaretes facials amb argila ajuden a netejar en profunditat els porus i a regular l'excés de greix. Per als cabells, una mascareta d'argila pot equilibrar el cuir cabellut, elimina toxines i redueix la caspa.

COM COMENÇAR A UTILITZAR L'ARGILA A CASA

És molt senzill. Hi ha dues opcions, per a mi les més habituals:

Argila blanca en pols, tal qual, com si fossin pólvores de talc. En pols, ens serveix per a qualsevol irritació de la pell: èczema, psoriasis, pell atòpica... També la podem utilitzar en el canvi de bolquer amb nadons, per evitar irritacions, infeccions o fongs.

Argila verda amb aigua, textura maionesa. Aquesta pasta la podem utilitzar per a picades d'insecte, dolors musculars, artrosis, artritis, inflamacions, varius, cames cansades... S'aplica directament a la zona afectada.

L'argila és un recurs natural i econòmic que pot aportar grans beneficis a la nostra salut i bellesa. Integrar-la a la nostra rutina diària és una forma de connectar amb la saviesa de la natura i cuidar-nos de manera conscient i sostenible.

Si vols saber-ne més o aplicar-la en algun cas concret, no dubtis a escriure'm i m'expliques els teus dubtes, et respondré de forma personalitzada i amb el teu permís podem compartir a xarxes (de manera anònima) les respostes perquè més gent es benefici d'aquesta meravella.

Marta Homs

Som en temps de ratafia

Diuen que dos bisbes discutien per establir els límits de les seves diòcesis reunits en una casa de pagès situada entre els dos bisbats, al voltant d'un dinar regat amb un bon vi. Aviat es van posar d'acord i van demanar a la mestressa que els servís un bon licor casolà —fet per ella mateixa— per tal de commemorar l'entesa i, en tastar-lo, van quedar fascinats pel sabor i el boquet del digestiu. La dona els digué que no tenia nom i un d'ells va suggerir de posar-li un nom en llatí Ratafiat, que significa 'l'acord és signat', i així fou, segons la llegenda, com va nàixer el popular licor català: la RATAFIA.

A Catalunya s'elaboren molts tipus de ratafia, n'hi ha de cireres, de groselles, de llimona, de nous... però nosaltres la que més coneixem és la que combina diverses plantes remeieres i espècies. Hi ha infinitat de receptes que cada casa s'ha fet seva i les fórmules s'han anat transmetent de pares a fills, de manera que a cada indret s'elabora una ratafia diferent, però no pas en la seva essència i finalitat, sinó en el seu gust i boquet peculiar. Això sí, totes elles tenen el denominador comú de les nous verdes, que és l'element que les distingeix i els dona el color i la textura que les caracteritza.

En cada paratge de la geografia catalana hi ha plantes molt diverses i això fa que a cada lloc utilitzin les pròpies, ja que les tenen fàcilment al seu abast, per així mantenir la mateixa filosofia d'elaboració, malgrat que el resultat final en degustar el licor pot variar lleugerament. La "màgia" que dona l'entrada del solstici d'estiu —per Sant Joan— omple i potencia el moment ideal per a la recol·lecció d'aquest món vegetal tan apreciat.

L'elaboració de la ratafia és relativament senzilla i no es necessita cap mena d'estri sofisticat. En tenim prou amb una garrafa de vidre tradicional. Arreplegarem bàsicament les plantes remeieres més oloroses i amb propietats digestives i estomacals, juntament amb altres que destaquen per les seves propietats medicinals i culinàries que ens són familiars, com la camamilla, la menta, el poliol, la marialluïsa, el fonoll, la farigola el romaní, la til·la, la nepta, l'orenga... I així fins a arribar a la xifra de trenta o quaranta plantes que entremesclarem i complementarem amb les nous verdes aixafades, la pell de la llimona, la nou moscada, el clau, els canons de canyella, el sucre... Tot macerat amb aiguardent anisat comercial de 25 o 30 graus durant quaranta dies,



exposada a sol i serena, dins el recipient de vidre. És important que cada dos o tres dies es remeni —es xinxolla—. De dia la barreja fa una mena de bull i a la nit es refreda completament. Finalitzat aquest període de temps, es cola amb un drap de fil ben fi i una vegada ha reposat uns dies, ja està a punt per prendre-la.

No cal dir que el sabor s'obté de la varietat i intensitat del gust més o menys intens de cada planta, per això cal anar amb compte a l'hora de seleccionar les herbes i no passar-se de quantitat. Una mica de cadascuna és suficient en gairebé totes i en les que són més intenses de fortor i gust (tipus ruda) cal posar-n'hi tan sols un polsim. Una bona ratafia és aquella en què no s'aprecia l'olor o el sabor de cap planta predominant.

Els amants de la ratafia tenim la gran sort de viure en una comarca on predomina l'interès general a voler mantenir una de les tradicions ancestrals més arrelades gastronòmicament i que ja formen part del nostre patrimoni col·lectiu més apreciat.



La història dels trens a Romania

La història dels trens a Romania arrenca el 1854 amb la primera línia ferroviària entre Oravița i Băzta. Però el veritable boom del ferrocarril va arribar després de la unificació dels principats el 1859. Amb el temps, el 1880, va néixer l'empresa ferroviària estatal Căile Ferate Române (CFR), encara en funcionament, que es va encarregar d'expandir i millorar la xarxa ferroviària. Així és com es va convertir en la propietària absoluta de totes les línies.



El segle XX va ser una muntanya russa per als ferrocarrils romanesos. Durant les dues guerres mundials, els trens van jugar un paper clau en el transport de tropes i subministraments, però també van patir grans danys. Després de la Segona Guerra Mundial, amb l'arribada del comunisme, es va invertir molt en l'expansió i electrificació de la xarxa ferroviària. Això sí, encara que la infraestructura va créixer, la qualitat del servei va deixar molt a desitjar. A l'època comunista, els trens eren funcionals, però sovint lents i en mal estat. Amb la caiguda del comunisme i l'arribada dels anys noranta, el país va canviar el seu enfocament econòmic i el sector ferroviari es va liberalitzar. Això va significar que, encara que CFR segueix sent el gegant del sistema ferroviari, van començar a aparèixer operadors privats, especialment en el transport de mercaderies i passatgers.



El tren Chisinau-Bucarest, que connecta Romania amb Moldàvia, és especial perquè requereix un canvi d'amplada de via en creuar la frontera. Això és un llegat de les diferències ferroviàries imposades per la història i la geopolítica. Romania té tres tipus d'amplada de via a causa de la ubicació geogràfica i els veïns. En creuar fronteres amb països que usen una amplada de via diferent, els trens han de canviar el seu sistema, cosa que és tot un espectacle tècnic per als que no hi estan acostumats.



I si t'agraden les històries de terror, aquesta t'encantarà: als Carpats, entre els densos boscos i muntanyes, hi ha la llegenda d'un tren fantasma que recorre la misteriosa Línia 509 en nits de lluna plena. Es diu que és un vell comboi amb un xiulet lúgubre i llums espectrals, que no apareix als registres oficials. La història explica que aquest tren és l'esperit d'un comboi que va descarrillar als anys trenta i hi van morir tots els passatgers. Les seves ànimes, atrapades en el temps, vaguen en aquest tren etern a la recerca del seu destí final. Molts ferroviaris asseguren haver-lo vist a la foscor i n'hi ha que diuen que algunes persones han desaparegut després de pujar a aquest misteriós tren.



Si camines per les estacions de tren a Romania, especialment a Bucarest, notaràs un aire molt francès a la seva arquitectura. No és coincidència: a finals del segle XIX, Romania estava molt influenciada per la cultura francesa i això es va reflectir als seus edificis ferroviaris.





Bucarest no només té trens, també té metro, i la seva història és força interessant. Construit a l'època comunista, el metro de Bucarest es diferencia d'altres sistemes de metro europeus perquè molts dels seus components van ser fabricats a Romania. Encara que va ser dissenyat amb un enfocament purament funcional, avui dia és un element clau del transport a la capital.

El Museu de Locomotores de Vapor de Sibiu, l'has de visitar. Si ets un fanàtic dels trens com jo, aquest museu és una parada obligatòria. És a Sibiu i s'especialitza en locomotores i motors de vapor. És com un viatge en el temps on pots veure com era el transport ferroviari a les primeres etapes a Romania.





Fotografia contraportada: Jaume Mos  Vidreres



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