

Núm. 1053
Any XX
Preu: 1,60€

EIRIPOLLÈS

Dijous, 25
de juliol
de 2024

EL TURISME RURAL ES VEU AMENATÇAT

El sector demana regular els habitatges d'ús turístic

[AR] Arreu **P6i7**

Ni la pluja els atura

[ME] Mercat **P19**



PAULA SAYAGO

[AR] Arreu **P4**



ARXIU

Polèmica per la reducció de la jornada laboral

[ME] Mercat **P20**



JORDI AMÀRITA

Nit màgica d'Antònia Font a Sant Joan

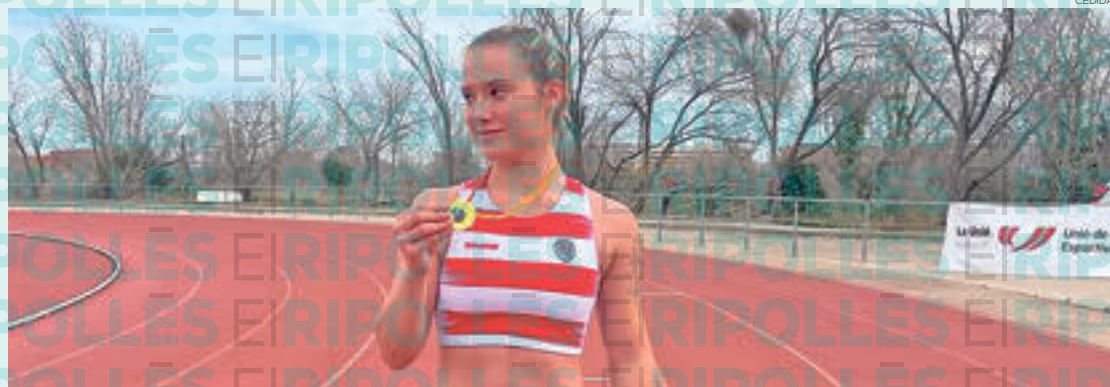
[ME] Mercat **P22**



XAVIER VILELLA

71 anys d'Aplec de la Sardana

[ES] Esports **P35**



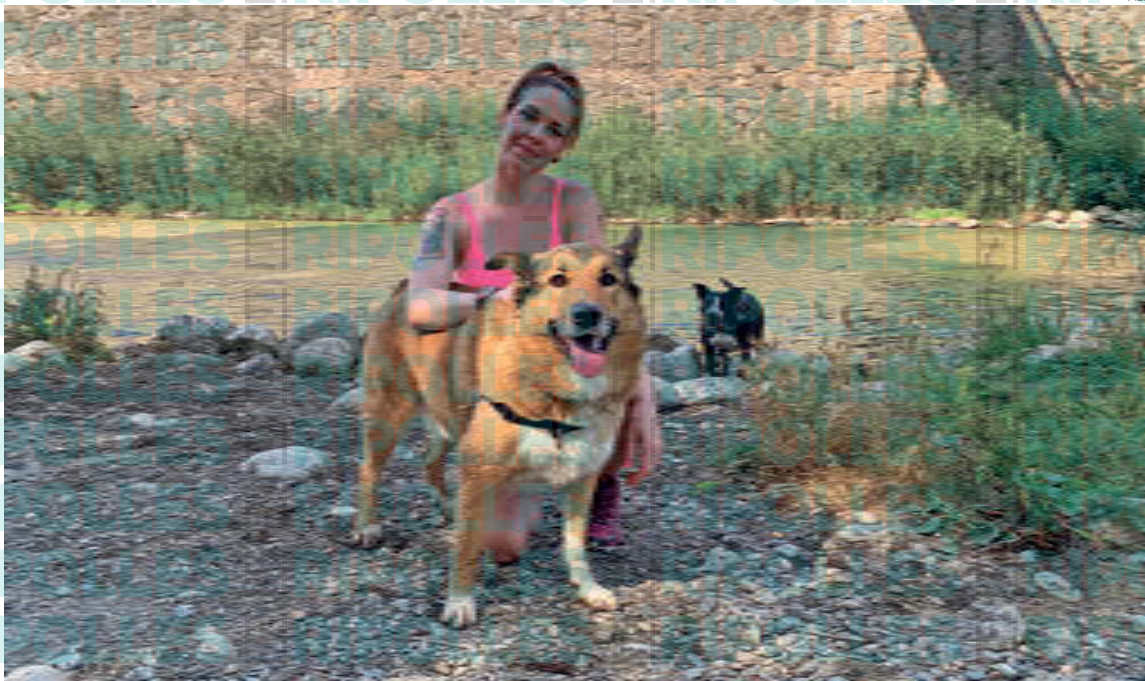
CEDIDA

Fiona Pinar aconsegueix el bitllet a París

Tota la família de vacances



GALLS



La Carla amb els seus gossos i d'altres que cuida durant els mesos d'estiu

RIPOLL | PAULA SAYAGO

L'estiu és l'època per excel·lència per deixar de banda la rutina i la feina durant uns dies. Mentre hi ha qui prefereix descansar a una platja de Tailàndia, d'altres prefereixen descobrir les piràmides d'Egipte. Però abans d'executar el somni vacacional, toca deixar-ho tot lligat, i això, també implica organitzar les vacances de les nostres mascotes. Els cuidadors de gossos i les residències canines van experimentar un augment de la demanda després de la pan-

dèmia, una tendència que creix sobretot els mesos d'estiu. Juliol i agost són els escol·lits per la majoria per viatjar i passar uns dies fora de casa, la qual cosa fa que proliferin els abandonaments. Tot i això, els propietaris responsables deixen als seus animals de companyia a càrrec de cuidadors com la Carla Selgas: «**Els tinc a casa, és un espai molt més proper i jo els cuido com si fossin els meus**». De la mateixa manera que triem les nostres vacances, també hem de triar la millor

destinació per a les nostres mascotes. Per aquest motiu és important considerar diferents aspectes com quant duraran les vacances o el caràcter del gos: «**El primer que faig és una avaluació prèvia**» i aleshores «**miro si és viable la convivència**», explica Selgas. Els cuidadors s'encarreguen dels passejos i de proporcionar tota mena de cures que puguin necessitar les nostres mascotes. Una fórmula ideal perquè tota la família marxi de vacances sense preocupacions.



Apuntar (bé) les coses

Les agendes tenen un sentit de ser. Això sí, sempre que les coses estiguin ben apuntades i amb suficient antelació. A vegades, ja no és que estiguin malament, sinó que molts ni les fan servir. Fem una crida als ajuntaments: si us plau, si voleu que vinguem, pengeu amb temps suficient, o simplement pengeu els cartells de les vostres festes. A vegades ens toca fer d'FBI dels vostres actes, i no ens deixeu ni una sola pista.



L'era del postureig

Entenem que el temps és or i que cadascú el pot destinar com vulgui. Però també és cert que el dia i les rodes de premsa tenen temps suficient per a tot. Ens sorpren que per fer 'postureig' treguin cinc minuts, però per atendre els mitjans no. Vivim en una era molt 'instagramer' i on de tot n'ha de quedar constància. Està bé seguir les tendències, però no oblidem que si ens convoqueu, sigui per alguna cosa.



Sí, però no

El govern espanyol proposa passar de les 40 hores setmanals a les 38,5 aquest 2024 i les 27,5 l'any vinent. Un canvi que ha suscitat diverses opinions.



A estudiar...

Només un 23,7% de docents ripollesos té el C2 de català. Els nous professors s'hauran de posar les piles perquè a partir de l'any que ve, el nivell podria ser un requisit.



Ja és casualitat

La pluja va deslluir els quaranta anys dels gegants de Ribes, però res va impedir que les quaranta colles geganteres gaudissin. Al mal temps, sempre, bona cara.



Dues estrelles

Els Jocs Paralímpics de París 2024 tindran essència ripollesa. Al vol de Dàlia Santiago, ara s'hi suma Fiona Pinar. Enhorabona, noies!

Aquesta setmana no us oblideu de felicitar a:
SANTS DEL 25 AL 31 DE JULIOL

DIJOUS	25	Jaume, Valentina
DIVENDRES	26	Joaquim, Anna
DISSABTE	27	Cugat, Juliana, Semproniana, Pantaleó, Celestí, Aureli
DIUMENGE	28	Caterina Thomàs, Víctor, Urbà, Nazari, Cels, Ursus
DILLUNS	29	Marta, Adam, Fèlix
DIMARTS	30	Pere Crisòleg, Abdó o Abdon i Senén (Nin i Non), Justí de Jacobis
DIMECRES	31	Ignasi de Loiola

Discòrdia pels refugis climàtics del Ripollès

Els ajuntaments disposen d'espais per a aquesta funció, però no els han registrat a Interior

Per al departament només n'hi ha tres a la comarca; els ajuntaments reivindiquen els refugis propis

RIPOLLÈS | GUIDO CENGAROTTI

Amb l'arribada de l'estiu, alguns ajuntaments s'han preparat per oferir els anomenats refugis climàtics, que l'any passat van ser molt necessaris a causa de les fortes calorades. Malgrat que enguany no s'espera que l'estiu tingui unes temperatures tan extremes, alguns consistoris també s'han preparat en aquest sentit.

Un refugi climàtic a Ripoll

La capital de la comarca comptava, l'any passat, amb dos refugis climàtics, però enguany n'ha perdut un. Des de l'ajuntament es concep com a tal el Museu Etnogràfic, mentre que de la llista n'ha caigut el Centre Cívic de la Devesa del Pla. Aquest equipament, proposat per la Generalitat l'any passat, no té aire condicionat i no podia complir amb els requisits necessaris per alleujar la gent en episodis de calor extrema. Cap dels dos apareix a la llista del departament d'Interior que els agrupa.

Assignatura pendent per a la biblioteca, l'altre gran equipament públic de la vila. Ja fa temps que es parla de la seva climatització, però la instal·lació d'aire condicionat a l'edifici no es preveu a curt ni mitjà termini, segons fonts de la corporació municipal.

Alternatives a la comarca

A banda de Ripoll, només Molló, Planoles i Vilallonga de Ter tenen refugi climàtic segons la llista del Departament d'Interior. Aquests tres municipis han registrat les seves piscines municipals com a refugi climàtic en cas d'onada de calor.

El cert, però, és que altres municipis compten amb equipaments o tenen plans perquè les seves instal·lacions compleixin amb determinats requisits. Des de Sant Joan de les Abadesses, el seu alcalde, Ramon Roqué, insis-



Només tres municipis han registrat equipaments com a refugi climàtic al llistat del Departament d'Interior

teix que «**tenim molts equipaments que fan aquesta funció: la biblioteca, el Palau de l'Abadia... independentment que estiguem en una llista o no.**

Oriol Lázaro, alcalde de Campdevànol, comenta que la intenció del seu consistori és donar d'alta la piscina. «**També estem a l'espera de rebre una subvenció per climatitzar la biblioteca i tres espais del centre cívic**», diu, amb la perspectiva que es materialitzarà un cop hagi passat la calor. Gombren, Llanars, Ogassa i Pardines han confirmat al departament que no compten amb refugis climàtics. La resta de municipis, en canvi, no han comunicat al departament que tinguin equipaments registrats com a tal. D'entre els grans de la comarca, Camprodon ha confirmat que no farà aquest pas.

Alternatives per estar fresc a la Vila Comtal

RIPOLL | G.C.

El consistori ripollès proposa també alternatives al Museu Etnogràfic, amb diversos espais a l'aire lliure amb molta ombra i aigua a la vora. Són els mateixos de l'any passat: la Font del Sant, el passeig de les Vedrunes, la pista de Sant Pere, el pati de darrere del Monestir, el passeig del Mestre Guich, el passeig Ragull, el parc de l'Estació, el parc de la Devesa del Pla, el passeig president Macià i la Font d'Engordans. Perquè siguin considerats com a refugis climàtics, els ajuntaments han de passar les dades al Departament d'Interior perquè els validi i inclogui en el mapa.



Ripoll posa en valor espais exteriors per refrescar-se

La reducció de la jornada laboral: sí o no?

Patronals i sindicats tenen opinions diferents sobre la proposta del govern espanyol

La mesura s'havia d'implementar aquest agost, però encara no s'ha arribat a un acord

RIPOLLÈS | JUDIT LECHÓN

Les negociacions per reduir la jornada laboral avancen. La proposta del govern espanyol és passar de les 40 hores setmanals a les 38,5 aquest 2024 i les 37,5 l'any vinent. Un canvi, però, que ha suscitat diversitat d'opinions. A la comarca, la patronal que representa el sector empresarial, la UIER, rebutja de manera ferma la reforma que vol implementar l'executiu estatal, perquè afirma que la reducció comporta menys productivitat i, per tant, que el cost del producte final incrementi. Sí que veuen bé que la mesura es pugui aplicar en sectors concrets on



El sector dels serveis és un dels que acumula més hores de treball

l'automatització permeti complementar les hores que deixin de fer els treballadors. La preocupació de la patro-

nal és la pujada de costos, un fet que vaticinen tenint en compte que la seva opinió va estretament lligada a

la creença que la mesura comportarà una baixada de la productivitat. «**Si la gent treballa menys hores, estic segur que afectarà els costos**», afirma el vicepresident executiu de la UIER, Josep Pascal. Una opinió molt diferent en tenen els sindicats de treballadors com UGT, fidels creients que ens trobem davant un canvi de paradigma, que suposa un avenç en la millora de la qualitat de vida dels treballadors, amb la implementació d'un model que ja ha estat testat en altres països amb resultats satisfactoris. «**Es redueixen les patologies mentals com l'estrès i l'ansi-**

etat, fent que el treballador sigui més productiu», concreta el secretari general d'UGT a comarques gironines, Maxi Rica. Els sindicats avalen la idea de crear espais de diàleg perquè la normativa s'ha d'adaptar a la realitat de cada sector, i alhora consideren que, en cas d'aplicar-se, s'haurà de fer un control més acurat de l'horari laboral, «**perquè les empreses no juguin amb això**», explica Rica. Havia de ser a l'agost quan la jornada de 38,5 hores setmanals s'implementés, però sense un acord sobre la taula entre totes les parts, l'aprovació es va allargant.

L'ENTREVISTA

«No podem demanar que es treballi el mateix però amb menys temps»



Josep Pascal, vicepresident executiu de la Unió Intersectorial Empresarial del Ripollès

RIPOLLÈS | J.L.

• Des de la UIER, com heu rebut la proposta?

Creiem que hi ha sectors que sí que haurien de regular les hores de treball, però aplicar-ho per decret és una equivocació.

• Per tant, no s'hauria d'aplicar en tots els àmbits de treball?

Hi ha sectors, com per exemple paletes, llauners o fusters, que si treballen menys, faran menys feina i no els podem demanar que posin els mateixos metres de parquet amb menys temps, i això afectarà el pressupost que

presentarà el fuster.

• Quines conseqüències té?

Doncs que nosaltres treballarem menys hores, cobrarem el mateix, però també haurem de pagar més per tot. Si no ho fem bé, perdrem poder adquisitiu.

• No és positiu per als treballadors?

Treballaran menys hores, però això no significa que cobraran més, i els costos de pràcticament tots els sectors incrementaran.

• En quins sectors ho veieu bé?

On no influeixi en la productivitat perquè l'automatització cobreix les hores que no fan els treballadors.

«Amb la millora de la qualitat dels treballadors, millora la productivitat»



Maxi Rica, secretari general d'UGT a les comarques gironines

RIPOLLÈS | J.L.

• Què implica la reforma?

En els darrers anys hi ha hagut una expansió de l'economia gràcies a la pujada del salari mínim interprofessional i la reforma laboral, i ara hem de continuar amb la millora del poder adquisitiu dels treballadors. Una manera de fer-ho és amb la reducció de la jornada laboral.

• Hi ha evidències d'èxit en altres països?

Sí, un dels últims casos és Portugal. Amb la reducció de la jornada milloren les condicions materials dels tre-

balladors. Amb la millora de la qualitat dels treballadors, millora directament la productivitat.

• S'arribarà a un acord?

La patronal ha d'entendre que els temps han canviat i que el model actual és antiquat. Ells creuen que la reducció implica una pèrdua del poder empresarial, i això no és així.

• Quina és la situació a la província de Girona?

Som dels territoris amb les jornades més llargues de tot Catalunya. I és així perquè el motor econòmic és el sector dels serveis, on acumulen més hores. La proposta ens beneficiaria molt.



Més llestes que la calor!



**Aquest estiu, siguem més llestes
i més llestos que la calor.**

Beguem aigua freqüentment, evitem sortir a les hores
de més calor i estiguem a llocs frescos. I sobretot,
demanem ajuda així que ens trobem malament.

061 / Salut
Respon



Generalitat
de Catalunya

sempre
endavant



Els habitatges d'ús turístic creixen a ritme frenètic

Al Ripollès ja hi ha 619 immobles d'aquesta tipologia

Alguns pobles treballen en la cerca de solucions per revertir la tendència

EL RIPOLLÈS | JUDIT LECHÓN

La Federació Catalana d'Apartaments Turístics va presentar el passat mes de maig les conclusions de l'estudi 'Radiografia dels HUTS a Catalunya', elaborat per l'Institut d'Investigació en Turisme de la Universitat de Girona. Aquest recull que, segons l'Institut Nacional d'Estadística, la xifra d'habitatges d'ús turístic a Catalunya s'estima en 45.629, però segons el registre de la Generalitat la xifra arriba als 102.789. Són dades que recullen l'oferta potencial, però cal tenir en compte que hi ha immobles turístics que treballen de manera il·legal i, per tant, que no apareixen en els registres dels organismes esmentats.

Amb dades de l'executiu català, abans de finalitzar el 2023, només a Ripoll es registraven 40 pisos turístics. Qui duplica aquesta xifra és Ribes de Freser, amb 83 immobles d'aquesta tipologia. De fet, el consistori va ser un dels pioners a la comarca en implementar una moratòria en la cessió de llicències i està treballant en un estudi per determinar quina és la situació a la vila i com actuar al respecte. També va aprovar una ordenança que regulava les condicions dels habitatges d'ús turístic, especificant l'import de la llicència



Hi ha ajuntaments que ja han implementat mesures per regular la cessió de llicències

que han de pagar, les taxes relacionades amb l'activitat que generen i el compliment d'unes condicions específiques. A l'altra vall, Camprodon registra en data de novembre de l'any passat un total de 166 pisos turístics, essent el municipi de la comarca amb més immobles d'aquesta mena. Aquest mes de maig el consistori va modificar l'ordenança perquè aquesta tenia alguns

serrells per resoldre. Donava peu a què els propietaris poguessin lucrar-se dels immobles llogant-los com a habitatges d'ús turístic quan no estaven catalogats com a tal. Amb el canvi, s'ha de demanar la llicència, abonar el seu import i pagar també la taxa de residus corresponent. L'Ajuntament va detectar que es feien moltes peticions en comparació amb anys anteriors, per això va de-

cidir aturar-ho a temps i especificar en l'ordenança que si un immoble es destina a ús turístic, s'han de complir un seguit de requisits.

Un cas similar al de Ribes de Freser és el de Llanars, que acaba d'aprovar la moratòria per no concedir més llicències fins a trobar una solució a la problemàtica de la manca d'habitatge de primera residència.

Quatre pobles de la comarca superen el llindar establert

EL RIPOLLÈS | J.L.

Amb la problemàtica sobre la taula, al mateix temps que el Govern de la Generalitat presentava l'estudi sobre la quantitat d'habitatges d'ús turístic que hi ha a Catalunya, també treballava en l'aplicació d'una normativa per a regular-ho. Entre alguns dels requisits, com la modificació dels plans urbanístics o la

imposició de renovar les llicències cada cinc anys, hi ha un punt que indica la limitació de pisos turístics en 10 per cada 100 habitants. Aquest topall el superen quatre pobles de la comarca: Setcases, Queralbs, Vilallonga de Ter i Toses.

En el cas de Vilallonga, el consistori va decidir aprovar una moratòria en la cessió de llicències des que l'executiu

català va fer públic l'estudi, i aquesta és indefinida. El seu alcalde, Pere Sau, explica que «hem tingut diverses sol·licituds», però s'han rebutjat perquè «fins que des de la Generalitat no ens diguin quins són els passos a seguir, no farem res més, estem a l'espera».

A Toses, per contra, tot i trobar-se en la mateixa llista de municipis tensionats, el regi-

dor Josep Estragués informa que «de moment no hem fet res» per regular-ho, però «en la sessió plenària de la setmana vinent és possible que tractem el tema», concreta.

La majoria coincideix amb el fet que, fins que el nou Govern de la Generalitat no dicti unes pautes, romanen a l'espera de saber com actuar davant la problemàtica.

L'APUNT

Nombre d'habitatges d'ús turístic als pobles del Ripollès en data de novembre de 2023

CAMPRODON.....166

RIBES DE FRESER.....83

VILALLONGA DE TER.....55

SANT JOAN DE LES ABADESSES.....51

SETCASES.....43

RIPOLL.....40

MOLLÓ.....31

QUERALBS.....23

TOSES.....19

SANT PAU DE SEGÚRIES.....18

PLANOLES.....17

LLANARS.....17

CAMPDELLES.....12

CAMPDEVÀNOL.....11

PARDINES.....10

LES LLOSSES.....7

OGASSA.....6

GOMBRÈN.....6

VALLFOGONA DE RIPOLLÈS.....4

El turisme rural diu prou als habitatges d'ús turístic

Ho consideren competència deslleial i demanen a la Generalitat que apliqui mesures per regular-ho

Han redactat un manifest que han presentat al Parlament en defensa del medi rural català

EL RIPOLLÈS | MARTÍ PALAU

El turisme massificat ha provocat reaccions a diferents punts del país en les darreres setmanes. Els propietaris d'hotels, cases rurals i càmpings es queixen del desgavell que causen els pisos d'ús turístic, que compten amb una regulació diferent i creixen a un ritme frenètic. L'any 2010 es va aprovar aquesta nova modalitat d'allotjament, que ara ja té més de cent mil pisos a Catalunya, la qual cosa es tradueix en més de 500.000 places turístiques. Des de l'associació Turisme Rural de Catalunya lamenten que aquests pisos baixen la qualitat del turisme i perjudiquen les empreses legalment constituïdes per allotjar turistes. Ferran Miquel és el vicepresident de Turisme Rural Girona, i explica que això «**no només ens ha perjudicat a nosaltres, sinó a tothom, perquè aquestes places posades al mercat a mans de gent que no veu el turisme com una**



Els responsables dels allotjaments de turisme rural es mostren en contra de l'excés d'habitatges d'ús turístic

activitat, sinó com un complement, ha causat un desgavell total».

Davant del que consideren una situació injusta, Turisme Rural Catalunya ha presentat un manifest al Parlament en defensa del medi rural català, per un turisme sostenible i responsable. «**És hora de posar ordre**», diu Miquel, «**per això TURALCAT, Turisme Rural Catalunya i Turisme Rural Girona s'han plantat i hem tingut reunions amb pràcticament tots els grups polítics per tal de trobar solucions a aquesta situació**».

El manifest, que consta de cinc punts, demana, a grans trets, que es regulin els pisos d'ús turístic amb un reglament específic, així com s'exigeix que es consideri una activitat extrahoteleria. A més, també se sol·licita que aquests habitatges compleixin unes mesures de seguretat, fiscalitat, i qualitat. La voluntat és protegir el turisme rural sostenible, que consideren que ha mantingut vives moltes zones que s'estaven despoblant.

Llanars aplica una moratòria en la cessió de llicències d'immobles turístics

LLANARS | JUDIT LECHÓN

Llanars se suma a la llista de municipis de la comarca que han engegat una moratòria en la cessió de llicències d'habitatges d'ús turístic. Durant sis mesos el consistori no concedirà cap llicència al respecte perquè mentrestant vol estudiar els avantatges i inconvenients que aquesta aturada pot suposar per al municipi. La problemàtica detectada sorgeix al voltant de la manca d'habitatge de primera residència a la vila i la necessitat d'actuar davant el creixement dels immobles d'ús turístic. «**En l'últim ple vam acordar iniciar un expedient per començar a fer un estudi sobre els pisos**



A Llanars hi ha una vintena de pisos d'ús turístic

buits que hi ha i els que s'utilitzen amb aquesta finalitat», explica l'alcalde, Amadeu Rosell. Aquest és un primer pas, que

precedirà la redacció d'una ordenança que ha de regular les llicències d'habitatges d'ús turístic, perquè «**si autoritzem aquesta**



La mesura ha de servir per fer una radiografia de la situació de l'habitatge a la vila

tipologia d'habitatges, ha de ser amb unes condicions».

Llanars estudiarà durant els pròxims mesos quines són les

millors solucions per revertir aquesta tendència amb la qual també s'han topat altres pobles del Ripollès.

El final de juliol marca també el final del curs i la perspectiva, per a molts, d'una certa pausa el mes d'agost. És veritat que a Catalunya ens hem acostumat a estius d'una notable intensitat, i que aquest no en serà una excepció. Ens n'anem de vacances amb la incertesa sobre la investidura del pròxim president de la Generalitat i la constitució del Govern, o en cas que això no es produeixi, la convocatòria de noves eleccions al Parlament tal com marca la llei. Se'ns interpe·lla en aquests dies, a través de les xarxes socials, sobre la posició d'Òmnium al respecte. Caldria que Òmnium es pronunciés ara sobre els pactes que puguin portar a elegir un president o l'altre? L'enyorada Muriel Casals ja ens deia al principi del procés que "Òmnium no pot, ni vol, ni ha de substituir els partits polítics" (entrevista a Tribuna Catalana, 10 d'octubre de 2011). Una reflexió que, amb aquestes mateixes o altres paraules, va repetir en diverses ocasions mentre va ser la nostra presidenta. Les negociacions que es desenvolupen aquests dies són competència dels partits i les contemplem des d'Òmnium amb el màxim respecte. Però des de la posició d'una entitat que, sigui quin sigui el desenllaç, continuarà vetllant per la llengua, la cultura i el país (que vol dir, també,



Jordi Vilarrodà

Apunts de nació i llengua per a un final de curs

Tanquem aquesta temporada amb una vintena de persones arribades a la nostra comarca que s'estan incorporant a l'ús del català

la seva cohesió social). En aquest cas, amb la màxima exigència. I sense perdre de vista l'objectiu que Catalunya pugui disposar d'un Estat propi per preservar-les. Mentrestant, continuem treballant perquè cada vegada més persones s'incorporin a aquest projecte nacional. I un primer pas, òbviament, és la llengua. Per això, des del Ripollès, estem satisfets de poder dir que tanquem aquesta temporada amb una vintena de persones arribades a la nostra comarca que s'estan incorporant a l'ús del català. Nous parlants que han estat acompanyats en el seu procés per voluntaris formats des d'Òmnium, en grups de conversa informals que han estat la seva porta d'entrada a la nostra llengua. Intentarem que siguin més encara durant el curs vinent, perquè el futur del català només es podrà garantir si tots el compartim. I des de la llengua és com s'estableix un lligam amb la cultura i el país. D'aquí que el nom d'aquest projecte, que es porta a terme arreu de Catalunya, sigui el de Vincles. Des de la convicció que amb aquests passos, petits, però no insignificants, estem en el bon camí, us desitgem unes bones vacances a tots els que les pugueu fer. I com sempre, ens trobarem d'aquí a unes setmanes preparant la Diada nacional de Catalunya.

Arribat l'estiu, aquesta setmana deixarem la política de banda, no perquè la política no sigui prou moguda tant en l'àmbit mundial, espanyol com al nostre país. La mundial la segueixo poc, però evidentment la notícia de la decisió de Biden, penso, és una bona notícia per tot el món. Quant a l'Espanyola, vergonyosa amb aquest enfrontament entre els dos grans partits, per no parlar de l'actuació del nostre sistema judicial, totalment polititzat. Lamentable, per dir-ho suaument. I el nostre país, amb totes les carreteres i els trens col·lapsats, per no parlar de la sanitat i els nostres polítics anar marejant la perdiu mirant només pels seus propis interessos. Per tant, parlarem de lleure i d'oci. I molt concretament de música, ja que a la nostra comarca, arribat l'estiu, totes les facetes de la música estan representades pràcticament per a tots els pobles. Hi ha música per a la gent gran, música clàssica, música per a gent jove, jazz... A la nostra comarca, segons anuncien les diferents entitats i associacions, així com la majoria d'ajuntaments, els ciutadans i ciutadanes de la comarca estan ben servits de tota mena, així com els que tinguin la bona idea de visitar-nos des de la resta de tot el país. Tindran l'oportunitat de triar i remenar. Entre la gran oferta que hi ha a la nostra comarca, també hi ha les sardanes (Permeteu-me que en parli, perquè difícilment, si no en parlo jo, no hi haurà algú més que en parli).



Mingo Pairó

Menys política, més sardanes

Entre tots i totes hem dignificat la sardana

La meua opinió és que també les sardanes a tot el Ripollès, com les comarques veïnes, són molt concorregudes a la majoria dels pobles. D'uns anys ençà i sobretot amb les sardanes de 7 tirades, penso que han provocat que força gent que havia deixat de ballar-ne hi hagi tornat (per cert, va ser pionera a aquesta comarca amb tot el nou format). També la qualitat de les cobles, així com la bona organització han provocat que els ajuntaments hi creguessin una mica més del que hi creien. En definitiva, entre tots i totes hem dignificat la sardana, sobretot a la vall de Camprodon, que pràcticament s'havien perdut. En definitiva, sardanistes, tot i que ja n'hem ballat moltes, ens espera una resta de juliol i agost i setembre amb moltes ballades de tota mena. L'aplec de la muntanya a Ribes de Freser, l'aplec comarcal a Molló, les diferents ballades que fan els pobles grans, i per no parlar de les festes majors entre agost i setembre, fins a final de setembre amb Sant Miquel a Setcases. I els que encara no són sardanistes, veniu a les audicions de sardanes i veureu com ens ho passem. Ah, i també fem cultura i fem país.

En totes les cartes al director hi haurà de constar el nom i els cognoms del seu autor, l'adreça, el telèfon i el DNI. Les cartes han de tenir una extensió màxima de 1.500 caràcters. Es publicaran cartes al director signades amb pseudònim, sempre que vagin acompanyades de les dades anteriorment ressenyades. El Ripollès no es fa responsable de les opinions i/o afirmacions expressades a les cartes al director, que seran responsabilitat del seu autor. Envieu les vostres cartes a través de l'e-mail: informatius@corisa.cat o a Corisa Media Grup, Colònia Santa Maria, Ctra. C-17, km 91,5, 17500 Ripoll

EDITORIAL

Sempre a la cua

"Tren L'Hospitalet 05.54 h - La Tor de Querol 09.23 h, circula amb una demora aproximada de 55 minuts per incidència tècnica al propi tren". – Dimecres, 24 de juliol de 2024.
"Tren L'Hospitalet 11.24 h - La Tor de Querol 14.56 h aturat a 500 m de l'estació de Balenyà-Els Hostalets, a causa de la falta de subministrament elèctric de la catenària. S'està gestionant l'evacuació dels viatgers amb els bombers i els Mossos d'Esquadra". – Diumenge, 21 de juliol de 2024.
"A causa d'una incidència a les instal·lacions de l'estació de Sants, els trens poden romandre aturats més temps de l'habitual i augmentar el seu temps de recorregut. Tècnics d'Adif estan treballant en la seva resolució". – Divendres, 19 de juliol de 2024.

Són només tres exemples, però si féssim un recull del perfil a la xarxa X de @rod3cat, emplenariem en un tancar i obrir d'ulls les seixanta pàgines que conformen aquest setmanari. No només en aquesta edició, en totes. L'R3 s'ha convertit en el forat negre de la circulació ferroviària del país, una línia que acumula retards, incidències i problemàtiques que afecten diàriament els seus usuaris. És la línia amb més incidències i cada setmana se'n produeixen de noves. És cert que en els darrers anys s'ha fet una aposta per millorar-la i fer-la una infraestructura vàlida per al segle XXI, com a alternativa a l'ús dels vehicles privats. El desdoblament de la línia en trams previs als de la nostra comarca avança, però no ho fa al ritme que seria necessària per convertir-se en una aposta potent per a la mobilitat sostenible. Els usuaris són testimonis dels problemes que acumula i són petits grans herois de la vida quotidiana. És un servei públic que no funciona bé, i això és una realitat com un temple.

La Generalitat assumirà la infraestructura el desembre del 2025. Així s'ha anunciat després de la reunió de la comissió de seguiment per al traspàs integral de Rodalies, entre Generalitat i Estat. Això voldrà dir que serà Catalunya qui gestioni les línies catalanes. Potser la poca distància que separa els governants dels problemes que registra la línia suposarà un pas endavant perquè la infraestructura comenci a caminar cap a les necessitats actuals. El problema és que l'anequet lleig de les línies ferroviàries fa tant temps que s'ha quedat a la cua, que potser caldrà invertir-hi massa diners per fer-la competitiva. Una competitivitat més que necessària per a comarques com el Ripollès, on la línia de tren pot esdevenir un fet diferencial per a l'impuls econòmic i social de la comarca. Quan sentim a parlar de sostenibilitat, futur verd o potenciar el transport públic, se'ns fa difícil poder situar aquest horitzó a la comarca. L'afirmació, des d'una visió urbanocèntrica, té tota la raó del món i és cap on hauríem d'avançar. Ara bé, des de la perspectiva comarcal, com podem potenciar aquests conceptes si la línia falla més que una escopeta de fira? Com podem intentar anar a una reunió a Barcelona si no sabem quan arribarem o si haurem d'agafar transport alternatiu perquè s'ha produït un problema en el tren, de qualsevol índole? La realitat és que per moltes promeses que es facin, que n'hi ha hagut i ens han fet albirar un futur millor, la constatació de com de malament es troba la línia s'entossu-deix a sortir a la llum, en format piulada diàriament, i amb el cansament que acumulen aquestes persones que malgrat saber que avui potser passarà alguna cosa, intenten apostar per una mobilitat més sostenible, a l'espera de si els astres s'alineen i algun dia gaudim d'un bon servei.

EIRIPOLLÈS

DIRECTORA: Judith Espert
REDACCIÓ: Judith Espert, Joan Manuel Robles, Judit Lechón, Judit Curós, Guido Cengiarotti, Paula Sayago, Martí Palau i Xavier Vil·la
FOTOGRAFIA: Eudald Teixidor i Jordi Amàrita
MAQUETACIÓ: Eudald Tutllo
PUBLICITAT: Manoli Santoro, Montse Solà i Mireia Arribas
COORDINACIÓ PUBLICITAT: Joan Bautista Cruz
CAP D'ADMINISTRACIÓ: Zaida Picas
ADMINISTRACIÓ: Eva Carrasco, i Montse Solà
DISTRIBUCIÓ: Joan Sala

IMPRESSIÓ: Impressions Intercomarcals
DIPÒSIT LEGAL: GI.1611-2013
Membre de l'Associació Catalana de Premsa Comarcal (ACPC)
Difusió controlada per OJD
EDICIÓ: Corisa Media Grup
CONSELL EDITOR: Jordi Martí i Esther Martí

REDACCIÓ, ADMINISTRACIÓ I PUBLICITAT:
Corisa Media Grup
Colònia Santa Maria
Ctra. C-17 km 91,5
17500 Ripoll
T 972 70 21 12
informatius@corisa.cat
publicitat@corisa.cat

Amb la col·laboració de:

 Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència

 **CORISA**
media grup
Consell de la Informació de Catalunya

Dinàmica per detectar els maltractaments a gent gran

La Residència de Campdevàdol ha acollit aquesta activitat de prevenció i sensibilització

S'han identificat situacions habituals per evitar-les i fer que la gent gran en sigui conscient

CAMPDEVÀDOL | GUIDO CENGAROTTI

La residència de gent gran de Campdevàdol ha acollit una dinàmica per parlar i identificar els maltractaments a les persones de la tercera edat. Dues tècniques del Consorci de Benestar Social del Ripollès han desenvolupat una dinàmica amb una trentena d'usuaris de la residència de Campdevàdol, per ajudar-los a identificar conductes de mals tractes i maltractaments en el seu entorn. Ha estat una activitat participativa on els usuaris del geriàtric han pogut seleccionar i classificar conductes segons si les veien com



La sessió ha tingut lloc també a la Jornada Sènior de Ripoll i es vol fer arreu de la comarca

a bons tractes, mals tractes o maltractaments. «El maltractament a perso-

nes grans es dona quan hi ha situacions de violència que fan que aquestes visquin

angoixa o malestar», explica la tècnica del Consorci de Benestar Social del Ripollès, Berta

Valenciano. Afegeix que «pro-
posem identificar situacions
quotidianes de maltracta-
ment en entorns de confian-
ça i institucionals».

Per a les persones grans és complicat admetre que pateixen situacions de maltractaments, sobretot en el seu entorn més proper. Per això, la dinàmica serveix per prevenir i sensibilitzar al voltant d'aquestes conductes.

«Parlar de manera violenta, fer cops a una taula, amenaçar amb internar a una persona a una residència... Són situacions no acceptables, són mals tractes o maltractaments», exemplifica Valenciano.

COMFORSA FORJA VINCLES AMB EL RIPOLLÈS

En temps difícils com els que ens toca viure, des de Comforsa seguim treballant a les nostres fàbriques per fer créixer econòmicament la comarca i convertir el Ripollès en referència mundial de la forja.

Camí de la Creu, 1 – 17530 Campdevàdol · T. (+34) 972.712.171



Comforsa

Des de 1652

www.comforsa.com

Adam i Eva. David i Goliat. Jesús i els fariseus. Els fets de les parelles més famoses i divertides de la narració rosa bíblica gaudeixen, al més segur, d'una bona explicació científica. La gent d'aquell temps potser no podia arribar al fons de la qüestió amb les eines de què disposaven, però modernament es poden plantejar algunes hipòtesis. Vegem-les.

En efecte, David podria molt bé haver mort Goliat, tal com explica el relat del capítol 17 del primer llibre bíblic de Samuel. En realitat, si bé la fona potser no és una arma molt poderosa, en canvi, cal comptar que les roques de la vall d'Elah tenen una gran concentració de sulfat de bari, cosa que les converteix en extremadament denses, fortes i pesades. Un bon palet, tirat amb precisió, audàcia pròpia dels pastors, podria haver ferit fàcilment Goliat, tal com segurament succeí.

Oi més, com que s'explica que Goliat era un gegant, seria molt probable que patís acromegàlia, a causa de la sobreproducció de l'hormona del creixement amb les conseqüents disfuncions que comporta; com el gegantisme de Richard Kiel, que mesurava 2,17m; el dolent

**Jordi Castellet**

La ciència de la Bíblia

La recent pandèmia ha aconseguit convertir molta gent en experts a l'hora de rentar-se les mans i evitar els contactes antihigienics innecessaris a l'hora d'evitar els gèrmens i les malalties, d'altra banda, inevitables

de James Bond a «Moonraker», del 1979. Aquesta degeneració pot causar problemes de visió generals i manca de visió perifèrica en particular. La manca de perspectiva del gegant palestí podria haver donat un clar avantatge a l'insignificant David qui, armat amb la seva fona, hauria tocat el seu enemic en el punt precís, amb arma contundent i gaudint de l'avantatge d'atacar-lo pel lateral. Segur que el van assessorar degudament i, d'aquesta feta, David es va convertir en el rival del rei Saül i futur rei d'Israel. Jesús seria descendent del mateix rei David (Mt 1). Per a la Bíblia, la sang s'identifica amb la vida. La vida pertany a Déu, i per aquesta raó no es pot manipular, ni tan sols consumir; Lv 17,10-16 una llei, aquesta, encara vigent en la comunitat dels Testimonis de Jehovà, per a qui estan prohibides religiosament les transfusions. Perdre la sang per una ferida esdevé un risc evident per a la vida entera, sigui per l'amenaça de mort, sigui pel risc d'infeccions. Si la humanitat antiga no coneixia l'existència de virus, bacteris o dels components de la sang, en canvi, s'adonava de les conseqüències de les ferides i malalties.

Una altra conclusió d'aquesta observació convertida en llei és que certament les criatures no poden viure sense sang. La ciència antropològica conclou sobre el monogenisme, és a dir que tots els humans tenim un antecessor biològic femení anomenat «Eva mitocondrial», que precedeix la nostra espècie dels Homo sapiens. Tots venim d'Àfrica i tots provenim d'una primera parella humana o, si més no, d'un reduït grup d'homínids, tal com recordàvem més amunt, amb l'encíclica anomenada «Humani Generis». Amb tot, la sang ens connecta amb totes les criatures vives. Ja ho deia el llibre del Levític, un dels textos bíblics més antics i primaris: «Lv 17,10 Si un israelita o un immigrant que resideix entre vosaltres menjava sang de qualsevol animal, jo, el vostre Déu, em posaria contra ell i l'exclouria del seu poble. 11 Perquè la vida de tot ésser vivent està en la sang. Jo us concedeixo de vessar la sang sobre l'altar perquè expieu per les vostres vides: la sang permet d'expiar, perquè oferir la sang és oferir una vida.» Els comportaments higienics resulten molt importants, tal com s'ha demostrat al llarg de la història. La recent pandèmia ha aconseguit convertir molta gent en experts a l'hora de rentar-se les mans i evitar els contactes

antihigienics innecessaris a l'hora d'evitar els gèrmens i les malalties, d'altra banda, inevitables. Normalment, els rituals i manaments religiosos solen assenyalar manta normes i costums per mantenir una vida sana; sigui amb prohibicions alimentàries, sigui amb costums higienics com l'aïllament, que dissol la propagació de malalties. Al llarg de la història s'han realitzat nombroses quarantenes. La Bíblia recomana aïllar la persona afectada durant una setmana i, si no millora, aïllar-la encara durant set dies més (Lv 13,1-5). En realitat, el capítol tretzè del llibre del Levític es pot considerar tot un tractat de prevenció davant les malalties que afecten la pell, començant per la lepra, les cremades, les malalties dels cabells, les erupcions benignes, la calvície o la floridura de la roba. Elevar les normes sanitàries a un caràcter diví, amenaçant de càstig suprem en cas de transgressió, havia d'ajudar a mantenir en els seus límits les amenaces contra la salut. Per exemple, diu en cert moment: «Lv 13,27 qui toqui un cadàver d'un animal, quedarà impur fins al vespre i, 28 a més, qui tragini un d'aquests animals morts, es rentarà bé la roba.» L'home antic resultava insospitadament savi.

En els darrers temps, tot el que fem és tendència. Es tracta de coses que han passat sempre, però que ara els hi pengem una etiqueta, si pot ser en anglès o en un idioma estranger, i així semblen extraordinàries. Com si fer-les fos per convicció i per seguir una determinada moda.

Per exemple, ara del fet de quedar-se a casa els caps de setmana en diem "nesting" i ho hem convertit en l'art de no sortir. Fins i tot tenim articles sencers que ens ensenyen com seguir bé aquesta moda del no fer res. A l'extrem contrari, tenim les persones que no poden parar de viatjar i descobrir nous territoris, cultures i costums. També se'ls hi ha posat nom. Es diu que tenen la síndrome "wanderlust".

Hi ha qui aposta per un "healthy lifestyle", per una "slow life" o per l'"slow food"; hi ha qui té "nomophobia", és a dir, que no sap viure sense el mòbil, hi ha qui és "FOMO" (fear of missing out) i té pànic a perdre's coses

**Marta Rudé**

Tot és tendència

Darrere d'aquesta moda a considerar-ho tot tendència, s'hi amaga la necessitat de pertànyer i de sentir-se part d'alguna cosa

com concerts, festivals, l'última sèrie de Netflix... i hi ha qui és "JOMO" (joy of missing out) i que ha après a saber perdre's coses sense que això l'afecti (que fort, no?). Hi ha noies que s'autodefineixen com a "NoMo" perquè no volen ser mares per convicció o n'hi ha que prefereixen ser "tradwives", seguint la moda digital de quedar-se a casa i viure pels fills i el marit. N'hi ha per a tots els gustos. No sé si també hi ha un nom per a aquesta obsessió per etiquetar-ho tot. Darrere d'aquesta moda a considerar-ho tot tendència, s'hi amaga la necessitat de pertànyer i de sentir-se part d'alguna cosa. De saber que no estàs sola fent el que fas cada dia, perquè la normalitat també pugui esdevenir extraordinària sabent que és compartida per una comunitat que fa el mateix que tu. Si no formes part de cap d'aquestes modes, potser corres el risc de patir una espècie d'angoixa social... I no serà aquest un dels

motius pels quals es disparen els usos dels ansiolítics entre la població? Hi ha un nom també per dir que l'Estat Espanyol és el major consumidor mundial d'aquests medicaments? Bé, això donaria per tot un altre article. Enmig de tot aquest garbuix d'etiquetes, s'està fent lloc una generació de joves que volen viure sense aquesta i altres pressions, que volen treballar per viure i no viure per treballar, que prioritzen tenir més temps de qualitat per a ells mateixos, que defugen l'estrès i que volen arribar al final de la seva vida amb un sac ple d'experiències i de temps ben viscut i no de butxaques plenes. Se'n mofen els Oques Grasses al seu últim disc: "Ser feliç ja no importa, no està de moda. Ara importa més tenir molta feina, molta pasta..." Evidentment, ho ballen amb fervor els que pensen justament el contrari. Una tendència a la qual m'agradaria apuntar-me, ja que a la nostra generació la cosa anava d'aconseguir una bona feina de per vida, amb l'objectiu d'arribar el més

amunt possible en l'escalafó laboral i salarial, i de treballar més hores que un rellotge per mostrar el compromís i la dedicació als de més amunt. Potser és això el que hem d'aprendre dels que venen per sota: a desfer-nos de creences basades en sistemes capitalistes i patriarcal (paraules més que sinònims, bessones). M'hi apuntaria, a aquesta moda, sí, si no fos pel fet que també li han posat un nom, el de "quiet ambition", una visió poc ambiciosa de la vida que qüestiona la definició de l'èxit. Per què... no podria ser tendència el fet de no voler seguir cap tendència? I ja de pas també, de no voler pertànyer a cap generació? la Z, els Millennials, els Boomers, la X... No n'hi ha prou de ser dels nascuts als anys 80, per exemple? Mentre acabo aquest article ja estic pensant un nom que doni nom als que no volem ser etiquetats enlloc i per ningú. A veure si així creo una nova tendència o, més ben dit, "trending topic", que així en anglès sona millor.

Només un 23% dels docents ripollesos té el C2 de català



RIPOLLÈS | REDACCIÓ

Només el 25% dels docents té el C2 de català, un nivell que el Govern vol posar com a requisit per accedir a la docència a partir del curs que ve. Així ho va establir el Decret del règim lingüístic, tot i que ha quedat suspès de forma cautelar pel TSJC. Actualment, només un terç dels professors i professores de secundària l'acrediten (29,2%) i en primària un de cada cinc mestres (21%) el tindria, segons dades

recollides per l'ACN. El Ripollès es troba per sota de la mitjana amb només un 23,7% dels docents acreditats amb el nivell, un 23% a primària i un 25% a secundària. En tot cas, el decret no afectaria els més de 90.000 docents que ja exerceixen a Catalunya, sinó que només entraria en vigor per a aquells que s'incorporin a la docència el curs 2025-2026 i que hauran d'acreditar el nivell C2, tant oral com escrit.

Els joves decideixen sobre les polítiques locals

RIPOLLÈS | J.C.

El Servei Comarcal de Joventut està impulsant trobades i espais de participació amb els joves dels municipis de la comarca per tal de donar resposta a les seves necessitats i impulsar plans locals de joventut que tinguin en compte les seves inquietuds. El servei comarcal dona cobertura a aquells municipis que no disposen de tècnic de joventut i treballen en una primera fase de diagnòstic per tal de definir quines polítiques de joventut es duran a terme individualment a cada municipi. Un procés de recaptació d'informació que es fa a través d'enquestes que s'envien a col·lectius joves i **«que han obtingut molta participació»**, detalla Carina Jové, tècnica de Joventut compartida dels municipis de la Vall del Freser. En aquestes s'han



CONSELL COMARCAL

La pròxima trobada jove serà a Campdevàanol

recollit temàtiques d'interès juvenil en l'àmbit d'educació, feina, salut, habitatge, participació, convivència i arrelament al municipi i a la comarca. A més a més, també s'organitzen trobades presencials per tal que els joves puguin expressar millor allò que

demanen i debatre-ho en companyia. Posteriorment, aquestes propostes s'envien als diferents ajuntaments. Campdevàanol serà el pròxim municipi a acollir una taula rodona. La trobada se celebrarà aquest dimarts a les sis de la tarda al Centre Cívic.

PUBLIREPORTATGE

SANTA MARIA D'ARLES DE TEC

UNA PASSEJADA PER LA HISTÒRIA DEL VALLESPÍR

ARLES DE TEC | REDACCIÓ

L'abadia benedictina de Santa Maria d'Arles sur Tech, fundada l'any 778, pot presumir de ser l'abadia carolíngia més antiga de Catalunya. Quan es va fundar, l'abadia primitiva es va establir damunt les ruïnes de les termes romanes al lloc dels actuals banys d'Arles.

Al segle IX, després de les terribles incursions normandes, recerçant més seguretat, els monjos van traslladar l'abadia a l'indret actual, sota la direcció de l'abat Sunifred, membre de la família comtal rossellonesa. Sota aquesta protecció comtal, després de la dels Comtes Reis de Barcelona que el van succeir, assegurà a l'abadia privilegis, proteccions i donatius de santes relíquies. Nombrosos donatius van permetre a Santa Maria del Vallespir una forta empena, posant-la a les primeres files



de les abadies catalanes a l'E-dat Mitjana. A partir de llavors, es va procedir a noves regles de creació artística per edificar i adaptar l'abadia: l'edifici i les obres preromànics, el gòtic i el barroc en són testimonis. La seva església és un dels edificis romànics més interessants d'aquesta època i té una considerable unitat. El gruix

de l'obra és del segle XI. És de planta basilical, amb tres naus i tres absis. No té transsepte. Totes les naus tenen volta de canó, les laterals corresponen a la construcció que es va consagrar el 1.046 i la central, lleugerament apuntada, molt possiblement cal situar-la a l'època de la segona consagració (1157).

L'església romànica compta amb un gran orgue del segle XV que va ser restaurat al segle XVIII. El Claustre gòtic dels segles XIII s'adjunta a l'església. Davant del temple s'hi troba un Sant Sepulcre, sarcòfag del segle IV. Se situa en un indret secret, amagat, i conté les relíquies dels Sants Abdó i Sennen. Una recomanació: no deixeu de visitar el centre històric de la nostra vila: el recorregut pels vells llocs històrics i els seus carrers antics.



EL MOLÍ DE LES ARTS I ELS TALLERS



L'antiga fàbrica de teixits d'Arles s'ha convertit en el Molí de les Arts i els Tallers, avui la fàbrica acull una botiga amb 250 m2 d'exposició, el conservatori de teixits i tallers d'artesanía i pintura, ha esdevingut un espai d'expressió de l'art contemporani. Aquí es van fer les teles catalanes famoses per la seva solidesa i la fantasia de les seves decoracions. Per desgràcia, davant les dificultats econòmiques, l'activitat va disminuir gradualment i les màquines van ser silenciades permanentment el 1989. El lloc, adquirit pel municipi el 2012, ara està dedicat a l'ofici i ofereix als visitants un passeig ple de poesia i sorpreses al centre de la creació.

Ribes repara els murs del Freser

És una actuació que l'ajuntament vol prioritzar i que començarà de forma imminent

RIBES DE FRESER | JUDIT LECHÓN

Ribes de Freser continua treballant en la reparació dels murs que separen el pas del riu Freser dels immobles de la zona, i les obres del tram que s'estén des de la plaça Catalunya fins al final del passeig començaran de manera imminent. El consistori posarà en marxa la segona part del PUOSC i aprofitarà per acollir-se a una nova subvenció per a poder completar l'arranjament del mur, que actualment es troba en un estat deteriorat i l'aigua es cola per totes les esquerdes.

«Aquesta és la segona fase, juntament amb una subvenció d'arranjament de lleres que demanarem», diu Mònica Sanjaume, alcaldessa del municipi. Continua relatant que **«la solem demanar per treure grava de la llera perquè el cabal no pugi tant, i a més, podem treure bardissa, per tal que els murs no s'obrin».**

L'obra consisteix a refer tot el



Els murs dels edificis arran del Freser a Ribes

traçat per on discorren els murs afectats i així evitar que l'aigua entri i causi despreniments en l'estructura.

«En els murs des de la plaça Catalunya fins al final del passeig, on conflueixen el Segadell i el Freser i en tot el

Freser hi farem un arranjament», ha explicat Sanjaume. L'ajuntament ja ha actuat en anteriors ocasions en estructures similars, perquè el pas del riu per Ribes obliga a conservar els murs en bon estat per evitar qualsevol ensurt.

Acció Climàtica vol que les centrals de la Cúbia i Llaudet passin a l'Energètica

RIPOLLÈS | REDACCIÓ

La Generalitat està treballant per passar a gestionar les centrals de La Cúbia i de la Colònia Llaudet, des de l'empresa pública d'energia, L'Energètica. En una visita a la central de Can Trinxet, a Sant Quirze de Besora, el conseller d'Acció Climàtica en funcions, David Mascort, ha explicat en quin punt es troba cada procés. **«Estem fent una obra de recerca arqueològica dels documents que hi ha a tots els estaments oficials i no oficials per saber exactament quan va començar la concessió de La Cúbia»,** relata Mascort.

La concessió era de 75 anys i teòricament hauria començat



La central de la Cúbia, al límit entre el Ripollès i Osona

el 1949, però de moment, el primer document consta de principis dels 50. Amb aquesta situació, encara no s'hauria esgotat aquesta concessió.

Respecte a Llaudet, s'està treballant perquè la central que actualment pertany a l'Incasòl es reverteixi a l'ACA i pugui passar a l'Energètica.

Rebaixen les restriccions en l'ús de l'aigua



El cabal del Ter al seu pas per Ripoll

RIPOLLÈS | REDACCIÓ

La millora dels indicadors de les capçaleres del Llobregat i del Ter permeten rebaixar les restriccions per la sequera. La Comissió Interdepartamental de Sequera així ho ha acordat arran dels indicadors de pluviometria.

La capçalera del Llobregat, on s'inclouen Gombren i Les Llosses, passa de l'escenari d'alerta al de prealerta. Això suposa que aquests

dos municipis ja no tindran restriccions en l'ús de l'aigua, pel seu pas al semàfor verd.

En canvi, la resta de municipis del Ripollès, que pertanyen a la capçalera del Ter, passen de l'excepcionalitat a l'alerta, del semàfor taronja, al groc. A la pràctica això fa que l'ús d'aigua per habitant i dia passi d'estar limitat de 230 litres a 250. La resta de limitacions i restriccions es suavitzen, tant en els usos agrícoles, industrials com en els lúdics, com ara piscines.

Arranjaments a l'estació de Campdevàrol



Imatge actual de l'estació, encara amb pintades

CAMPDEVÀROL | REDACCIÓ

Arran de les peticions de millora fetes per part de l'Ajuntament de Campdevàrol a ADIF, s'han realitzat algunes tasques per arranjament de l'edifici. L'empresa hi ha tirat endavant algunes actuacions

de neteja i arranjament: s'han netejat les pintades que hi havia a les parets i s'ha arreglat l'andana, canviant algunes rajoles que estaven en molt mal estat. També s'han retallat les tuies que estan just al costat de la via, també molt descuidades.



REDESCOBREIX EL PATRIMONI DEL RIPOLLÈS · EMOCIONA'T AMB LA MÚSICA
— DEGUSTA EL PRODUCTE DEL NOSTRE TERRITORI

29 JUN	VILALLONGA LAIA LLACH	9 AGO	OGASSA EDUARD GENER
7 JUL	GOMBRÈN FLOWK	10 AGO	VALLFOGONA ORQUESTRINA TRAMA
13 JUL	CAMPELLES COOL CAT COMBO	11 AGO	SANT PAU JAZZCAT
20 JUL	LES LLOSSES IVETTE NADAL	17 AGO	SETCASES RIU
21 JUL	PARDINES LA GRAVETAT DE COULOMB	7 SET	SERRAT (QUERALBS) ÈRIC VINAIXA

CAL RESERVAR AMB ANTELACIÓ: [RIPOLLES.CAT/5SENTITS](https://ripolles.cat/5SENTITS) · 972 70 32 11 · OAC@RIPOLLES.CAT

El Consell Comarcal del Ripollès organitza els 5 Sentits amb la col·laboració dels ajuntaments de Campelles, Gombren, les Llosses, Ogassa, Pardines, Queralbs, Sant Pau de Segúries, Setcases, Vallfogona de Ripollès i Vilallonga de Ter.



ERC demana més seguretat a la xarxa de fibra òptica



Robatori de coure a la comarca

SANT JOAN DE LES ABADESSES | J.L.

El grup municipal d'Esquerra Republicana a Sant Joan de les Abadesses presenta una moció al plenari referent als robatoris de coure que han afectat la xarxa de telefonia i internet. **«És impensable que en ple segle XXI ens trobem durant hores incommunicats»**, explica una de les regidores del partit, Laia Capdevila, i afegeix: **«Això afecta empreses, comerços, persones que teletreballen, bars i restaurants»**, i és un problema, perquè **«si volem que la gent pugui treballar i viure a Sant Joan de les Abadesses creiem que és un dels temes principals que hem de solucionar»**, ha explicat la regidora. La moció demana a l'equip de govern que aquest redacti una queixa formal en nom de l'ajuntament i l'adreci a l'empresa

sa privada que s'encarrega del servei de fibra òptica perquè incrementi la seguretat, **«i així evitar incidents d'aquesta mena»**, diu Capdevila. També demanen que l'empresa s'encarregui d'informar ràpidament a la ciutadania sempre que es produeixi un incident, i més si és de l'envergadura del darrer, que va deixar incommunicat el municipi durant hores. **«L'ajuntament ha de pressionar a l'empresa privada perquè ens garanteixi més seguretat, com ja passa en altres municipis»**, exposa la regidora: **«Creiem que el consistori ara mateix té les eines per a fer-ho»**, concreta. D'aquesta manera el grup republicà creu que es poden evitar més robatoris com el de principis de juliol, que no ha estat el primer.

SERVEI TÈCNIC

ES NETEGEN XEMENEIES de tot tipus

Instal·lacions d'estufes i xemeneies des de 1992

LLENYA, PELLET, GASOIL...

Jordi Monturiol
jordimonturiol@hotmail.com
Tel. 649 41 77 23

Preocupació per l'amiant

Ribes eliminarà la coberta del parc de bombers i treballarà per retirar la resta d'estructures de fibrociment



La coberta del parc de Bombers de Ribes és de fibrociment i la Generalitat obliga a retirar-la

RIBES DE FRESE | JUDIT LECHÓN

La Generalitat ha elaborat un cens de les cobertes de fibrociment que hi ha a Catalunya, que es calculen en 122.460. Paral·lelament, ha aprovat el projecte llei per eliminar l'amiant, i aquesta proposta ha arribat fins a Ribes de Freser. El municipi traurà l'amiant de la coberta del parc de Bombers gràcies a una bonificació del 95% del cost de la retirada i treballarà en l'eliminació de la resta d'estructures que incorporin aquest element nociu. **«Treballarem perquè aquestes cobertes puguin ser eliminades, entenent que l'ajuntament primer ha de fer la seva feina eliminant les seves i després encoratgem la població a retirar-les, tot i que no és econòmic, per tant, informarem sobre les subvencions que hi pugui haver i facilitarem els tràmits»**, explica l'alcaldessa, Mònica Sanjaume. D'edificis municipals, el consistori creu que només hi ha una coberta amb amiant, que és la d'un magatzem de la brigada, però de particulars n'hi

ha diverses. El cens de l'executiu català calcula en 41 les estructures de fibrociment que encara hi ha a la vila i que s'haurien de retirar. **«He estat fent una volta pel municipi»**, diu el portaveu de la CUP, Àlex Medrano, **«i n'hi ha moltes, de particulars i de comerços»**, per això, **«seria important identificar-les una per una i modificar-les»**, afegeix. El grup republicà ha entrat una moció amb relació al projecte de retirada de l'amiant, i demana, de la mateixa manera que ho fan els cupaires, que l'ajuntament treballi en l'eliminació d'aquestes estructures i ajudi els particulars a tramitar les subvencions pertinents per retirar el fibrociment. **«N'hi ha molt»**, apunta el portaveu del grup municipal, Quim Roqué, **«la uralita era un material barat de construcció i es va fer servir molt a finals del segle passat, i ara aquest material s'ha deteriorat i és perillós»**. Ribes és el cinquè municipi de la comarca que registra una

major quantitat d'amiant. A Les Llosses hi ha 47 cobertes de fibrociment, a Sant Joan de les Abadesses 85, a Campdevànol 89 i a Ripoll 206. La resta de pobles del Ripollès també en tenen, així que hauran de treballar igualment per retirar totes les estructures que continguin amiant.

COBERTES DE FIBROCIMENT

206
RIPOLL

89
CAMPDEVÀNOL

85
ST. JOAN DE LES ABADESSES

47
LES LLOSSES

41
RIBES DE FRESE

Un estiu amb salut

Equip d'atenció Primària

ABS RIBES DE FRESER-
CAMPDEVÀNOL

Des de fa temps s'han descrit i són ben coneguts els efectes negatius de les variacions de temperatura sobre la salut de les persones. La calor excessiva i sostinguda comporta un augment de la mortalitat, especialment en la gent gran i les persones que tenen patologies cròniques intercurrents.

Se sap que una calor elevada i sostinguda, durant uns dies, pot provocar un excés de mortalitat que varia entre el 12 i 40 % als països desenvolupats.

Per tal de reduir riscos i protegir la salut de les persones, des de l'estiu de l'any 2003 el Departament de Salut porta a terme el PLA D'ACTUACIÓ PER PREVENIR ELS EFECTES DE L'ONADA DE CALOR SOBRE LA SALUT (POCS).

Un dels objectius del pla és el de minimitzar els efectes negatius de l'onada de calor sobre la salut de la població de Catalunya, especialment els grups més vulnerables com són:

- La gent gran, sobretot persones que estan per sobre dels 75 anys.
- Nadons.
- Persones amb discapacitats físiques o psíquiques que tinguin limitada la seva autocura.
- Persones amb malalties cròniques com hipertensió, diabetis, malalties cardiorespiratòries.
- Persones grans fràgils que viuen soles.
- Pacients amb medicacions que actuen sobre el sistema nerviós central, persones que realitzin activitat física, etc.

Per tal d'aconseguir portar a bon terme aquest objectiu us fem arribar per mitjà d'aquesta publicació una sèrie de recomanacions que us poden ajudar davant dels efectes de la calor.

En primer lloc parlarem de les manifestacions clíniques de la calor extrema que poden ser molt variades (cansament, lipotímies, cremades, edemes...). Hi ha dues grans malalties relacionades amb la calor extrema: l'esgotament per calor i el cop de calor.

L'esgotament per calor es manifesta perquè la persona es nota molt cansada, té sensació de mareig i molta

Més llesta que la calor!

Aquest estiu, siguem més llestes i més llestes que la calor.

Beguem aigua freqüentment, evitem sortir a les hores de més calor i estiguem a llocs frescos. I sobretot, demanem ajuda així que ens trobem malament.

061/Salut Respon

Generalitat de Catalunya

sempre endavant

suor. La pell està fresca i humida, el pols va ràpid i la respiració és superficial i ràpida. En aquest cas, s'aconsella beure aigua fresca, dutxar-se i quedar-se en llocs amb aire condicionat. Si els símptomes no se'n van i no es recupera en uns trenta minuts, si apareix una alteració del nivell de consciència o si la persona té alguna malaltia de base, s'aconsella sol·licitar valoració mèdica urgent.

El cop de calor és un quadre clínic greu, en què el mecanisme que permet la sudoració comença a fallar i el cos ja no pot refredar-se per si mateix. Es manifesta amb una hipertèrmia molt elevada, normalment per sobre de 40° C, alteració del nivell de consciència (que pot variar des d'un trastorn del caràcter fins a l'estat de coma) i manca de sudoració. La pell està vermella, calenta i seca. Requereix atenció mèdica urgent, ja que pot portar a la mort del pacient si no se li aplica un tractament mèdic immediat.

En segon lloc parlarem dels consells per evitar els problemes rela-

cionats amb la calor intensa. Heu de tenir en compte que el millor tractament és la prevenció.

Consells per evitar problemes causats per la calor

Les temperatures molt extremes i l'excés de calor produeixen una pèrdua de líquids i de sals minerals (clor, potassi, sodi...) necessaris per a l'organisme. Aquest fet pot agreujar una malaltia crònica o provocar deshidratació i esgotament. Si l'exposició a temperatures tan elevades es perllonga es pot patir un cop de calor, una situació que pot acabar sent greu.

Hi ha alguns símptomes que ens poden alertar que algú està patint un cop de calor: temperatura molt alta, mal de cap, nàusees, set intensa, convulsions, somnolència o pèrdua de coneixement.

Davant d'aquests símptomes, traslladeu la persona afectada a un indret més fresc, doneu-li aigua, mulleu-la i venteu-la. **I avi-**

seu urgentment els serveis sanitaris o truqueu al 061.

Protegiu-vos del sol i la calor A casa, controleu la temperatura

- Durant les hores de sol, tanqueu les persianes de les finestres on toca.
- Obriu les finestres de casa durant la nit, per refrescar-la.
- Estigueu-vos a les estances més fresques.
- Recorreu a algun tipus de climatització (ventiladors, aire condicionat, ventalls) per refrescar l'ambient. Si no teniu aire condicionat, mireu de passar les hores de més calor, o com a mínim dues hores al dia en llocs climatitzats (centres comercials, cinemes, biblioteques, etc).
- Refresqueu-vos sovint amb dutxes, tovalloles mullades amb aigua, etc.

Al carrer, eviteu el sol directe

- Porteu una gorra o un barret.
- Utilitzeu roba lleugera (com la de cotó), de colors clars i que no sigui ajustada.
- Procureu caminar per l'ombra, estar sota un para-sol quan sigueu a la platja i descansu en llocs frescos del carrer o en espais tancats que estiguin climatitzats.
- Porteu aigua i beveu-ne sovint.
- Mulleu-vos una mica la cara i, fins i tot, la roba.
- Vigileu en els trajectes amb cotxe durant les hores de més sol i no hi deixeu els infants o a persones fràgils amb les finestres tancades.

Limiteu l'activitat física a les hores de més calor

- Eviteu sortir al migdia, que és quan fa més calor.
- Reduïu les activitats intenses.

Beveu i vigileu amb l'alimentació

- Beveu aigua i suc de fruita tant com pugueu, fins i tot sense tenir set.
- No prengueu begudes alcohòliques.
- Eviteu els menjars molt calents i els que aporten moltes calories.

Ajudeu els altres

Si coneixeu gent gran o malalta que viu sola

- Mireu de visitar-los un cop al dia.
- Ajudeu-los a seguir aquests consells.
- Si prenen medicació, reviseu amb el seu metge si aquesta pot influir en la termoregulació i s'hi s'ha d'ajustar o canviar.

L'APUNT

Presteu atenció als anteriors consells, sobretot si esteu entre aquests col·lectius o sou familiars o coneguts d'aquestes persones:

- Persones majors de 75 anys.
- Persones amb determinades circumstàncies socials (viure sol, pobresa, etc).
- Persones amb discapacitats físiques o psíquiques i limitacions de mobilitat o autocura.
- Nadons.
- Persones amb hipertensió arterial, diabetis, malalties cardiovasculars, malalties respiratòries (MPOC, bronquitis), renals, Parkinson, Alzheimer, obesitat o altres de cròniques.
- Persones que prenen una medicació que actua sobre el sistema nerviós central (tranquil·litzants, antidepressius, psicòtrops) o diürètics.
- Persones amb problemes mentals i de conducta a causa de l'ús de substàncies psicoactives o alcohol.
- Persones que realitzen una activitat física intensa.
- Persones que han de romandre o fer activitat física a l'aire lliure (incloses les activitats laborals).

On us podeu informar?

- Informe-vos sobre els horaris dels centres d'atenció primària que teniu més a prop, tant del vostre municipi com del lloc on aneu de vacances.
- Recordeu el número de CatSalut Respon (061), que us pot atendre diàriament, durant les 24 hores. Allí us poden donar consells de salut, indicar-vos els centres sanitaris més propers, o si es necessari, activar una atenció domiciliària.
- Recordeu que a les oficines de farmàcia podeu obtenir informació sobre com evitar els problemes causats per la calor.
- Seguiu les prediccions meteorològiques perquè us anticiparan els dies més calorosos.
- Acudiu amb antelació als professionals sanitaris i socials per prevenir els possibles problemes per a la vostra salut.

Falten reserves de sang

RIPOLL | REDACCIÓ

L'estiu és una època complicada per les reserves de sang. Es calcula que caldran unes 40.000 donacions per donar resposta als tractaments dels hospitals de Catalunya entre el juliol i l'agost. Unes necessitats que contrasten amb la tendència, perquè durant les vacances les donacions baixen un 30% pel canvi d'hàbits i la calor.

Per prevenir aquesta davallada, hi ha previstes més de 500 col·lectes arreu del país perquè tothom s'animi a donar tot i estar de vacances. És el cas de la que s'ha fet a Ripoll, a l'església de Sant Pere. Un acpte que ha sumat 73 donacions i 19 de plasma. A més, tres persones van voler donar sang, però no ho van poder fer per diversos motius.



Donació de sang a Ripoll

Les properes col·lectes al Ripollès estan previstes per a mitjans d'agost. La primera cita serà el 13 d'agost a la sala dels Estudis de Setcases. Els

següents dies es podrà sumar solidaritat a Pardines i Vallfogona de Ripollès el 16 d'agost, i a Camprodon i Sant Pau de Segúries el 17 d'agost.

Moren els conductors de dos turismes a Ripoll

RIPOLL | REDACCIÓ

En l'accident a causa d'un xoc frontal entre dos vehicles que es va produir el passat dimecres al voltant de les cinc de la tarda a la C-17 a Ripoll van morir els dos conductors. L'únic ocupant d'un dels dos vehicles va morir en el moment de l'impacte, i el segon, conductor de l'altre turisme, va morir hores després de ser ingressat en estat crític al centre hospitalari Parc Taulí de Sabadell. D'aquest mateix vehicle es van extreure dues persones més, que continuen ingressades en estat crític i van ser traslladades en helicòpter, una a l'Hospital Sant Pau de Barcelona i la segona a l'Hospital de Vic. El sinistre mortal es va registrar a la C-17, al punt

quilomètric 91.90 al terme municipal de Ripoll en sentit nord. Els Mossos d'Esquadra van rebre l'avís a les 17.03 h i fins al lloc dels fets s'hi van adreçar quatre dotacions, a més del Servei d'Emergències Mèdiques amb quatre unitats terrestres i dos helicòpters medicalitzats, i set dotacions dels Bombers de la Generalitat de Catalunya. Les causes de la col·lisió frontal encara s'estan investigant. A conseqüència, K. S., de 42 anys i veí de Vic, va morir en l'impacte. Hores després, A. S. N., de 61 anys i veí de la Garriga, va morir al centre hospitalari Parc Taulí de Sabadell. L'accident va provocar retencions de fins a tres quilòmetres en els dos sentits de la marxa.

FESTA DEL SEGAR I EL BATRE 2024

GOMBRÈN – 28 DE JULIOL



- 9H TROBADA DE SEGADORS**
- 10 H SEGADA POPULAR**
- 12 H TALLER D'ELABORACIÓ DE PA**
- 14 H DINAR POPULAR**
- PREU ANTICIPAT 15 € – MATEIX DIA 17 €**
(TIQUESTS ALS ESTABLIMENTS DEL POBLE)
- ARRÒS MAR I MUNTANYA**
- GRAN QUINA DESPRÉS DE DINAR**
- 16 H CONCERT D'ACORDIONS I BALL**

SERVEI DE BAR – FIRA D'ARTESANS TOT EL DIA
EXPOSICIÓ DE TRACTORS I MAQUINÀRIA AGRÍCOLA ANTIGA

ORGANITZA: GENT DE LA SEGA – COL·LABORA: AJUNTAMENT DE GOMBRÈN



El pati de l'Institut Abat Oliba acull tres jornades de debat

Durant els tres primers divendres de juliol s'han organitzat jornades en format de taula oberta

El motiu de celebració ha estat el tercer aniversari del projecte 'Com està el pati', amb Resilience Earth

RIPOLL | XAVIER VILELLA

El procés participatiu anomenat 'Com està el pati' compleix tres estius en els quals ha convertit el pati de l'Institut Abat Oliba en un refugi climàtic i empàtic. A través d'aquest projecte s'ha transformat i replantejat l'estructura de la zona d'esbarjo del centre ripollès, una iniciativa dels mateixos alumnes que ha comptat amb l'estreta col·laboració d'entitats com la cooperativa Resilience Earth. **«Després de tres anys, el resultat és molt satisfactori, perquè tenim un espai més verd, on s'ha incorporat un hort i una bassa»,** manifesta



L'última taula de debat es va haver de traslladar a l'interior de l'Institut a causa de la pluja.

Alex Espunya, soci de Resilience Earth. Per celebrar els resultats obtinguts, els impulsors han organitzat tres jorna-

des coincidint amb els tres primers divendres de juliol, en cadascuna de les quals s'han dut a terme activitats de

treball en bioconstrucció i permacultura durant la tarda. Al vespre dels tres dies s'han obert espais de diàleg i refle-

xió al pati, tractant diversos temes. **«La primera jornada va tractar sobre la incidència política, la segona sobre el desenvolupament territorial del Ripollès, i la tercera sobre la cultura com a arma de transformació massiva»,** explica Espunya. Aprofitant que l'última jornada anava enfocada a parlar de cultura, es va convidar artistes locals per oferir música en directe i, de passada, per arrodonir el final d'aquesta tercera edició. A més, cada divendres s'ha pogut gaudir de 'la Tartana de les valls', la Food Truck divulgativa del producte local i el patrimoni gastronòmic del Ripollès.

Salta per RIPOLL COMERÇ

Per cada compra realitzada als establiments de **Ripoll Comerç** superior a 5€, obtindràs **vals de descompte** per gaudir dels **inflables** cada cap de setmana.

Aquest cap de setmana (26, 27 i 28) -
Passeig de l'Esport (davant del camp de futbol).

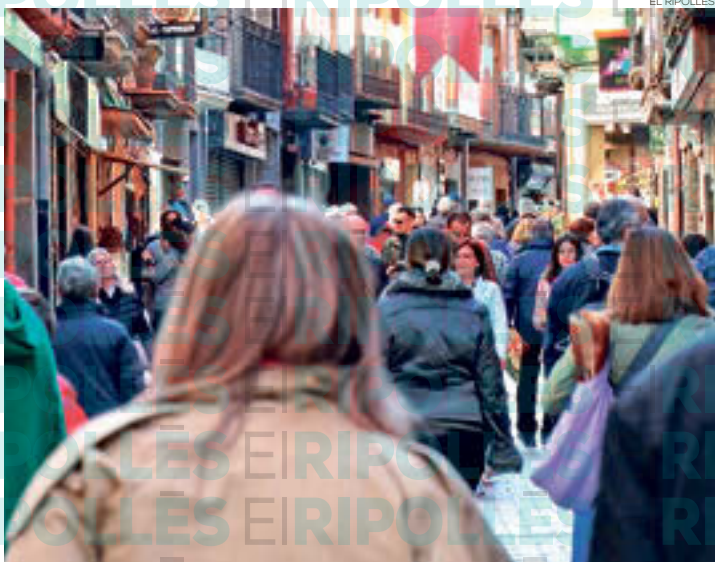
Per més informació consulta: www.ripollcomerc.cat

Organitza:

Col·labora:

Amb el suport de:

El comerç de la Vall de Camprodon s'activa a l'estiu



El comerç de Camprodon, més viu que mai a l'estiu

CAMPRONDON | REDACCIÓ

Amb l'arribada de l'estiu, l'Associació de Comerç de la Vall de Camprodon torna amb propostes que permetran als veïns i als visitants gaudir al màxim de l'entorn. A més, com a novetat, enguany es premiarà amb un obsequi les compres als establiments associats al llarg d'aquestes setmanes de calor. L'Associació de Comerç i Turisme de la Vall de Camprodon regalarà una tassa quan es presentin tres tiquets de compres en tres establiments diferents per un valor superior a 15 euros. És la novetat de l'associació per premiar la despesa durant aquest estiu a la vall. «El detall d'enguany és una tassa perquè anem desenvolupant la marca del territori, amb el seu eslògan», diu Xavi Juncà, dinamitzador de l'associació. De la mateixa manera, l'últim cap de setmana d'aquest mes

de juliol es tornarà a organitzar la botiga al carrer i els comerços sortiran cap a l'exterior per vendre. També és de gran envergadura l'organització del trenet turístic, que comptarà amb set rutes als matins per l'entorn de la Vall de Camprodon i una altra a la tarda, dins de la vila. «Les rutes dels matins porten guies que fan rutes genèriques o més especialitzades, com el camí de la Retirada o la ruta de Can Pastoret», comenta Juncà, qui insisteix que el millor per reservar tiquet és fer-ho des d'Internet. L'associació també actualitza totes les dades i l'agenda d'activitats dels suports digitals de la Vall, perquè tothom qui vulgui pugui triar entre l'àmplia oferta de propostes que hi ha al llarg dels mesos d'estiu.

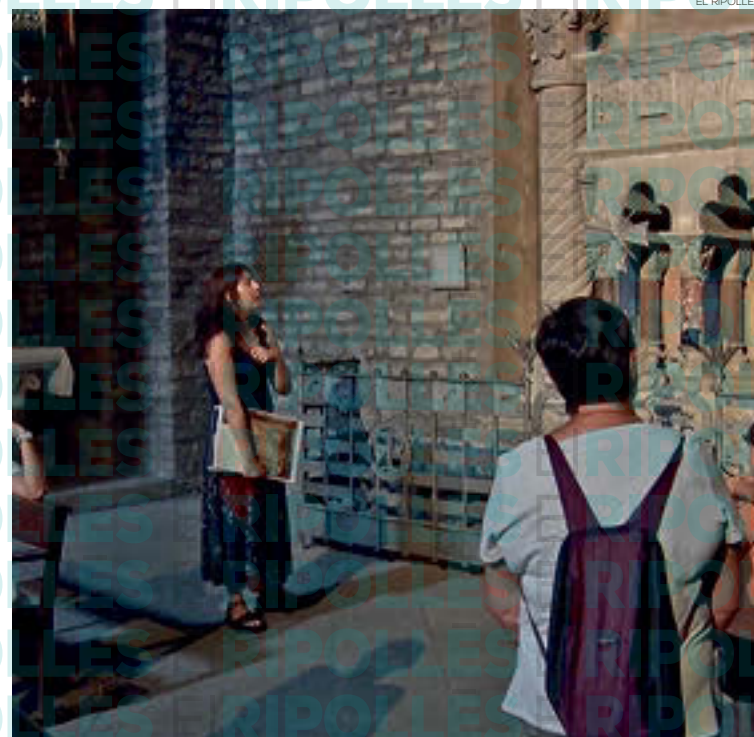
Un terratrèmol i tres guerres

Una visita guiada explica els fets històrics als quals ha sobreviscut el Monestir de Ripoll

RIPOLL | JUDIT LECHÓN

Un terratrèmol l'any 1428 i tres guerres posteriors van sacsejar Ripoll de tal manera que gairebé van destruir la vila comtal. Aquests són els fets que s'expliquen en la visita guiada que se celebra a la capital fins a finals d'agost. A través de les explicacions d'un guia, els assistents coneixen aquests episodis històrics que van marcar un abans i un després a Ripoll, al Monestir i en la vida de la seva població.

«Va ser un punt d'inflexió des de l'època medieval i fins a l'època moderna amb tots aquests episodis, perquè va canviar l'estructura del conjunt monàstic», explica la guia del Monestir, Anna Ortega. «A través de fotografies i de les reconstruccions expliquem els fets, que centren la visita d'aquest any», afegeix. El Monestir s'ha erigit durant més de mil anys d'història i ha aconseguit fer front a totes les dificultats amb les quals s'ha topat. «Per sort, és un retrat de gairebé 1.200 anys d'història i es conserven elements romànics, gòtics i modernistes, cosa que ens permet explicar la seva evolució a través de les restes arquitectòniques», diu Ortega.



Visita guiada al Monestir de Ripoll

El conjunt monàstic encara conserva vestigis dels seus inicis, trets que el fan especial i que suposen una parada pràcticament obligatòria en qualsevol visita a Ripoll. «Explicuem la portalada romànica, una part de la galeria del claustre, el sarcòfag de Ramon Berenguer IV amb les despulles del tercer i analitzem les despulles de Guifré el Pilós», tot centrat en aquests epi-

sodis històrics, el terratrèmol i les tres guerres que va viure el monestir. Cada any les visites guiades al conjunt monàstic se centren en una temàtica concreta, i enguany és el terratrèmol i les guerres que gairebé van portar al municipi a la seva destrucció. Cada dimecres fins al 21 d'agost la proposta estarà activa per a tothom qui tingui interès a conèixer els fets.



el mercat

DEL 25 AL 31 DE JULIOL DE 2024 | SUPLEMENT D'OCI I DE CULTURA

RIBES VIU UN CAP DE SETMANA GEGANT

Pàgina 20

AL RITME DE LA MÚSICA

EL COMTE ARNAU I EL CURS DE MÚSICA DE RIPOLL

Pàgina 24

CAPITAL DELS JEEPS

CAMPRODON CELEBRA UNA NOVA EDICIÓ DE TERRA DE JEEPS

Pàgina 28

UN VIATGE AL PASSAT

RIBES TREU LA POLS A LA VESTIMENTA D'ÈPOCA

Pàgina 30

UNA VALL DE FESTES

QUERALBS, A PUNT PER A LA FESTA MAJOR



RIBES DE FRESER PAULA SAVAGO

Ribes de Freser ha viscut un cap de setmana gegant amb motiu dels quaranta anys d'en Manelic i la Núria. Tres jornades de festivitat que quedaran per sempre escrites a la història de la vall. Tot i que el dia més especial i «**més esperat de l'any**» va quedar deslluït per la pluja, res va aconseguir desdibuixar el somriure dels ribetans i dels centenars de visitants. Cristina Perpinyà és membre de la colla, i explica com han organitzat aquesta trobada: «**Fa molts dies que estem treballant, hi ha molta gent darrere**».

Quaranta colles, dues cercaviles i dos protagonistes: en Manelic i la Núria. «**És tan gran la cercavila que**

s'ha partit el poble, una plaça amunt i l'altra plaça avall». Els gegants de Ribes han aconseguit aturar tot un municipi i omplir-lo de gom a gom. Sota un sol lluent, els gegants van donar el tret de sortida, però poc temps després d'iniciar les cercaviles, la pluja va sorprendre a totes les colles i els núvols van descarregar amb força, obligant a una quarantena de gegants a buscar un aixopluc de pressa i corrents. Resguardats al teatre i xops de la pluja, els geganters i grallers no van aturar la festa al ritme de la música, perquè com diu el refrany: Al mal temps, bona cara. A més d'escriure una pàgina a la història, en Manelic i la Núria també han escrit una pàgina al llibre Guinness World Records amb la gega-

polca més llarga del món. «**Es va ballar una gegapolca amb gegants, geganters i músics**», detalla Perpinyà. En Manelic i la Núria també van sortir a la nit, amb la foscor i sota la llum de la lluna: «**Vam fer una cercavila nocturna que va estar molt bé perquè estem acostumats a veure als gegants amb el sol**» i «**no ho havíem fet mai**». El resultat, com afirma Perpinyà, va quedar «**molt i molt bé**». Després de tres jornades frenètiques, ara toca descansar, però sense perdre massa temps. La colla haurà de carregar ràpidament les piles perquè encara queda molt per celebrar. Com si no en tinguessin suficient, fins a l'any que ve hauran de retornar moltes visites, perquè al món geganter funciona així, visita per visita.

EL RIPOLLÈS

ANTÒNIA FONT ACTUA A SANT JOAN

EL GRUP MALLORQUÍ HA OFERT UN CONCERT AL CLAUSTRE DEL MONESTIR EN EL MARC DEL FESTIVAL DEL COMTE ARNAU



Actuació dels Antònia Font a Sant Joan de les Abadesses

SANT JOAN DE LES ABADESSES JUDIT LECHÓN

Antònia Font van ser a Sant Joan de les Abadesses fa deu anys, quan van trepitjar el municipi per primera i única vegada. La bona notícia és que una dècada després han tornat per fer vibrar l'escenari del claustre del monestir en el marc del Festival del Comte Arnau. La banda mallorquina ha ofert un concert de petit format, creant un ambient idíl·lic i on els artistes s'han pogut sentir com

a casa, sentint alhora l'escalf d'un públic entregat. El que han presentat els Antònia Font a Sant Joan ha estat el seu darrer treball, 'Un minut estraboscòpic', tot i que no han volgut deixar passar l'oportunitat de repassar algunes de les cançons que conformen la seva discografia i que els han fet coneguts internacionalment. La música festiva i les lletres humorístiques del grup van captar tota l'atenció dels assistents, que van gaudir des del primer fins a l'últim minut del concert.

Aquest dissabte serà Sergi Carbonell l'encarregat d'ofereir un nou concert del Festival del Comte Arnau. El cantautor presentarà 'Crisàlide' després de l'èxit del seu primer disc en solitari tot just fa un any. En aquest nou treball, Carbonell explica que res és permanent excepte el canvi. El claustre del monestir s'omplirà de música una vegada més. Serà a les deu del vespre i les entrades ja es poden adquirir a través del portal web del mateix ajuntament.

ACABA EL CURS DE MÚSICA DE RIPOLL

XAVIER VILELLA



Interpretació durant la cloenda del curs de música

RIPOLL JUDIT CURÓS

El claustre del monestir de Ripoll ha estat testimoni del treball fet pels alumnes del 35è Curs d'Interpretació Musical organitzat pels Amics de la Música de Ripoll. Una trentena de joves han estat durant vuit dies intensos nodrint-se de coneixements musicals i aprenent d'un claustre de professors titulat i reconegut en l'àmbit internacional. Els instruments protagonistes han tornat a ser el violí, la viola, el violoncel i el piano i l'acústica del monestir ha fet ressonar les interpretacions de cloenda dels alumnes que han pujat a l'escenari per a demostrar el seu talent

amb una audició de cambra i una audició solista. La valoració d'enguany ha estat molt bona i des del claustre la titllen com **«un èxit»**, ja que **«ha donat molts bons fruits»**, assegura Joan Antoni Pich, un dels professors més antics del curs. Enguany s'ha batut rècord d'assistència amb 32 alumnes participants. El curs continua evolucionant i s'ha consolidat posant la capital dins del mapa musical mundial i l'objectiu és continuar formant joves talents en la música de cambra com a especialitat. El 1988 la formació va veure la llum i tot i l'inevitable pas del temps, el curs continua mantenint l'essència que el caracteritza.

Juliol - agost 2024
Tots els concerts es celebren al Claustre del Monestir de Santa Maria de Ripoll.
Entrada per la Sala Abat Senjust, plaça de l'Ajuntament, 3 (baixos de l'edifici de l'Ajuntament).

27 de juliol, 21.30 h
Mariona Oliu, viola i Miquel Villalba, piano.

3 d'agost, 21.30 h
Recital líric: Lucía García, soprano; Yeraldine León, mezzosoprano i Anna Crexells, piano.

9 d'agost, 21.30 h
Manuel Sánchez, guitarra i Jordi Massó, piano.

16 d'agost, 21.30 h
Aspidistra Drawing Room Orchestra.

31 d'agost, 21.30 h
Jazz a la fresca amb Oriol Romaní Quintet.

45 FESTIVAL DE MÚSICA DE RIPOLL

+ info i venda d'entrades:
www.entrapolis.com
Museu Etnogràfic de Ripoll
Tel. 972 70 31 44
museuetnografic@ajripoll.cat

Amics de la Música de Ripoll
www.ripoll.cat



EL FESTIVAL ISAAC ALBÉNIZ OBRE AMB L'APLEC DEL REMEI

LA SARSUELA DEL COMPOSITOR JOSEP ANSELM CLAVÉ OMPLE ELS JARDINS DEL MONESTIR DE SANT PERE

CAMPRODON XAVIER VILLELLA

La trenta-novena edició del Festival Isaac Albéniz ja ha començat. El tret de sortida d'enguany s'ha donat amb la interpretació de la sarsuela L'Aplec del Remei, composta pel músic i compositor Josep Anselm Clavé, justament quan es compleixen 200 anys del seu naixement. **«Tenim l'honor d'oferir a Camprodon la reestrena d'una obra de teatre musical de l'any 1858, la primera sarsuela en català de la història que es conserva»**, assegura el director de la Coral Camprodon i president de la Federació de Cors de Clavé de Catalunya, Bruno Nájera. Els Jardins del Monestir de Sant Pere van ser



Els jardins del Monestir de Sant Pere es van omplir de sarsuela catalana

testimoni de la interpretació de L'Aplec del Remei per part de l'Orquestra Simfònica Clavé, la Coral Camprodon i la Coral Loreley de l'Esquirol, juntament amb cinc cantants solistes. Com és habitual, l'encarregada d'organitzar la primera cita del Festival Isaac Albéniz és la Coral Campro-

don, un fet que denota la bona salut de les entitats culturals del municipi. **«Des de fa tres anys ens estan portant novetats, amb orquestra, corals i solistes de molt nivell. És una cosa impactant i vull agrair-los l'esforç»**, relata l'alcalde, Xavier Guitart. Des del consistori també es realça

A.J. CAMPRODON

la consolidació del Curs Internacional de Música Isaac Albéniz, que enguany va innovar amb un concert a l'aire lliure que va sorprendre tot hom. **«Fa cinc anys teníem 14 alumnes i aquest curs n'hem tingut 50, i això és un èxit. Des de la regidoria de cultura hem apostat fort per aquesta iniciativa»**, assegura Guitart. La segona mostra del trenta-novè Festival Isaac Albéniz serà un concert de piano a

càrrec de Nikolai Kuznetsov, premi al millor intèrpret d'Albéniz en el concurs Maria Canals. En aquest cas tindrà lloc a l'interior del Monestir de Sant Pere el pròxim diumenge 4 d'agost a les 7 de la tarda. Els dos últims actes de la programació d'enguany seran el Duo de guitarristes Luis Robisco i Katerina Zaitseva el dia 7 al Passeig Maristany i tancarà l'edició Kotaro Fukuma el dia 9 d'agost al Monestir.

LA CORAL JAUME NUNÓ OFEREIX UN ÚLTIM CONCERT ABANS DE VACANCES

SANT JOAN DE LES ABADESSES X.V.

Amb el final de curs, arriba el moment dels espectacles d'abans de vacances. A Sant Joan de les Abadeses, els últims a pujar sobre l'escenari per interpretar el repertori escollit per a l'ocasió van ser els cantaires de la coral Jaume Nunó. Sota la direcció de la professora Gemma Solà i acompanyats de la Coral Vora del Ter, les veus de l'agrupació han donat la benvinguda a l'es-

tiu amb la cloenda del curs. A més, es tractava d'un concert especial, ja que era l'últim cop que Solà portava la batuta de la coral. **«Voldria fer un agraïment especial a la directora de la coral, Gemma Solà. L'ha portat amb molta estima i molta dedicació»**, manifestava la presidenta del Casal Jaume Nunó, Montserrat Tallant. Després d'una estona de pluja, el sol va sortir per lluir l'actuació musical de la coral. Els cantaires van pujar un per un a l'escenari dels jardins



PAULA SAYAGO

Jardins del Casal Jaume Nunó, un espai ideal per una cita com aquesta. **«Tenim uns jardins magnífics, que tenen notes de la primera estrofa de l'himne mexicà. Més ben acompanyats, impossible»**, declarava Tallant.

EL CAP DE SETMANA RAMADER DE SETCASES ARRIBA A LA XI EDICIÓ

SETCASES X.V.

Durant tot el cap de setmana, Setcases acollirà un grapat d'activitats relacionades amb el sector ramader. Tant dissabte com diumenge hi haurà el mercat d'artesans i mestres formatgers

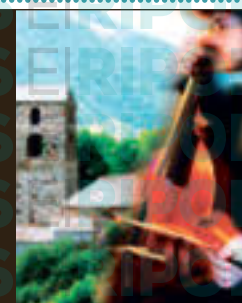
durant tot el dia. El dissabte a les 11 h, al Refugi de la Balmeta, es farà la donada de sal al bestiar. A la tarda, la plaça Verda acollirà el concurs de munyir vaques a mà i les classes i balls de country. Pel que fa al diumenge, el Viver serà el punt de trobada on es farà l'esmorzar

dels ramaders, a partir de dos quarts de deu. Al mateix lloc, una hora més tard, començarà la gimcana del tractor, on es descobriren les habilitats dels pagesos al volant. Finalment, al migdia serà el torn per als més petits, amb els jocs gegants, que tindran lloc a la plaça Verda.

ROMÀNIC EN VIU 2024

XXI CICLE DE CONCERTS A LES
ESGLÉSIES DE LA BARONIA DE
TOSES

TOSES - PLANOLES



NÚRIA CONANGLA

La Núria Conangla és un músic polifacètic que es mou per molts estils i projectes variats. Violoncel·lista en essència, compon bandes sonores i música per audiovisuals. Un viatge musical a través d'una proposta que potència l'elegància i versalitat de l'instrument protagonista: el violoncel. Obres de compositors diversos, Bach, i altres de catalans com Josep Conangla Escudé i Ramon Conangla.

Dòria, dissabte 3 d'agost a les 19 h. Església de St. Víctor (s.X).

ESTHER PIÑOL GRÍFOLS

ELS COLORS DE L'ARPA

Un concert per descobrir i gaudir dels meravellosos colors de l'arpa, a través de les músiques dels compositors com Hasselmanns, Gombau, Guinovart, entre d'altres. És la primera graduada en arpa amb la professora Magdalena Barrera (2013) a l'ESMUC. Actualment és membre de l'Orquestra Franz Schubert Filharmonia, la GIO Symphonia i l'Orquestra Simfònica de Tenerife. Ha col·laborat amb orquestres com l'OBC, Orquestra del Gran Teatre del Liceu, l'ONCA, l'OSV...

TOSES, dissabte 17 d'agost a les 19 h. Església de St. Cristòfol de Toses (s.XI).

THE RUSTIES BLUES BAND

"disCOVERing The Three Kings" (descobrint els tres reis)

Un concert de la banda ripollesa-garrotxina nascuda el 2013 que ens acostarà a les vides i la música de B.B. King, Albert King i Freddie King, desgranant les vi-des i anècdotes dels tres homes considerats com els reis del blues. Els tres homes que més han influenciat als grans guitarristes contemporanis com Eric Clapton, Stevie Ray Vaughan, John Mayer i tants d'altres.

Miquel Grifell: cigar box, guitarra elèctrica, harmònica i veu. Manel Gaspar: piano i Hammond.

Miquel Pascal: contrabaix i baix elèctric. Eduard Planella: bateria.

FORNELLS, divendres 23 d'agost a les 19 h. Edifici Museu del Pastor.

TRIO PIAZZO

Júlia Diago: violí, violí barroc i cant; Irimia Menchero: viola i viola barroca; Alba Linares: piano. Grup musical nascut al Conservatori de Música Isaac Albéniz de Girona i que han obtingut el Grau Professional en les seves especialitats. Un viatge musical que ens transportarà des de l'època barroca, passant pel romanticisme, fins al S. XX.

NEVÀ, diumenge 25 d'agost a les 18 h. Església de la Mare de Déu del Carme (s.XVIII).

ATHRODEEL

Athrodeel és una paraula siriana que significa "la meua terra". Aquest és el terme que van escollir el 2007 el guitarrista Ahmad Dyab i la soprano Aseel Mas-soud, músics sirians residents a Barcelona, per donar nom al seu projecte musical, que reivindica la riquesa que l'intercanvi i la barreja de cultures genera a la societat. Formats al Conservatori del Liceu en les seves especialitats, guitarra i cant, han format el duet Athrodeel, on reinterpreten i fusionen de manera molt suggestiva la música clàssica àrab, la música popular catalana i el flamenc.

PLANOLES, dissabte 31 d'agost a les 19 h. Església de St. Vicenç (s. XI-XII modificada el s.XVIII).

ENTRADES: 5 €. Venda anticipada als ajuntaments i el mateix dia, al recinte del concert.
ES RESERVA EL DRET DE FER CANVIS EN LA PROGRAMACIÓ



NOU TASTET D'AUTORS A CAMPDEVÀNOL



Tastet d'autors amb els textos de Pau Elies

CAMPDEVÀNOL. J.L.

A Pau Elies se'l coneix com a pintor, però poca gent sabia que una altra de les seves vocacions és la poesia. I precisament aquesta és la missió del tastet d'autors que organitza l'agrupació teatral 'Sol, Solet' a Campdevànol, donar a conèixer el talent dels campdevanolencs i campdevanolencs.

«**Donem veu als autors de proximitat**», diu el president del grup teatral, Joan Murillo, perquè «**hi ha gent**

que són veïns nostres i segurament no sabem que escriuen, i el tastet d'autors és una bona oportunitat per a conèixer-los».

L'última trobada del tastet d'autors va ser el passat cap de setmana amb els textos de Pau Elies, qui té tres llibres de poemes editats. Complementàriament, el tastet es va amenitzar amb una actuació musical. El públic va omplir la sala de la Torre Mossèn Tor per gaudir de la proposta, que cada vegada compta amb molta participació.

RIPOLL CELEBRA L'APLEC SARDANISTA

PERSONES VINGUDES DE DIVERSOS PUNTS DEL TERRITORI CATALÀ S'APLEGUEN A LA CAPITAL PER BALLAR SARDANES

RIPOLL. JUDIT LECHÓN

L'aplec de la Sardana de Ripoll ha celebrat aquest diumenge la 71a edició amb una jornada per gaudir de la sardana a càrrec de les cobles Ciutat de Girona, Bellpuig i Jovenívola de Sabadell. Diumenge al matí la pluja va amenaçar la trobada, però a la tarda es va poder gaudir de les audicions i va quedar demostrat que hi havia ganes de sardanes perquè la participació va ser elevada, amb persones vingudes des de diversos punts del territori català. «**Ha vingut gent d'arreu del país**», deia l'alcalde, Silvia Orriols. Enguany, l'aplec va ser doblement especial perquè es va homenatjar al compositor Joan Lázaro a títol pòstum i es va estrenar la seva sardana. A més, es va aprofitar la trobada per reconèixer la tasca de la Comissió de Pastorets, que han celebrat 125 anys representant l'obra en català. «**Ha estat molt especial**», concretava Orriols.



Aplec de la Sardana celebrat a Ripoll

La sardana es manté viva a Ripoll gràcies a l'agrupació sardanista, qui impulsa de manera periòdica la celebració d'audicions i concerts per no perdre el costum de ballar aquesta dansa tradicional catalana.

«**Hem de fomentar en tot moment la cultura**», apuntava l'alcalde, «**hem de fer**

perviu les nostres tradicions i la nostra dansa nacional, per això amb tot el que l'ajuntament pugui col·laborar, serem aquí», afegia.

Des del matí i fins a la tarda, l'aplec d'aquest any a Ripoll va ser tot un èxit, amb el dinar de germanor entremig per fer una aturada i agafar forces per continuar ballant sardanes.



25 DE JULIOL DE 2024

EL SUPLEMENT

4

HAVANERES A
LLANARS

5

ROM CREMAT

6

FESTA DE L'ESTIUIG

8

FRUITA I VERDURA

9

LES PATATES D'OLOT

10

SEGURETAT A LA
LLAR

11

TERÀPIES
ALTERNATIVES PER A
MASCOTES

12

PROTECCIÓ SOLAR

Havaneres per gaudir de l'estiu

iTRAM
COMUNICACIÓ

iTram Comunicació
Colònia Santa Maria
Ctra. C-17 km 91,5 · 17500 Ripoll
Tel. 972 70 21 12
info@itramcomunicacio.com

L'havanera en català, patrimoni immaterial del país

RIPOLLES • REDACCIO

El gènere musical popular de l'havanera va néixer al segle XIX, com una fusió de ritmes procedents d'Europa i del Carib, un eco d'influències que van seguir les anades i vingudes d'una època de descoberta d'ambdues cultures a través de l'oceà i de relacions colonials. El periodista Xavier Febrés va deixar escrita una acurada explicació sobre l'origen del ritme de l'havanera: «**Va ser creat a Cuba el segle XIX per compositors cubans, com a adaptació, amb ritmes d'influència negra, d'un vell ball de moda europeu, el country-dance o contradansa.**».

El naixement de l'havanera cal emmarcar-lo en el context històric del naixement d'altres gèneres mediterranis i del sud d'Europa, com a cants populars generadors d'una forta identitat allà on s'entonaven i es repetien. Així va passar també amb el rebetiko, flamenco, canto a chitarra, fado o la cançó napolitana, entre altres.

La popularització a Catalunya es va produir a través de la sarsuela, una peça de teatre musical que es representava a la península i que, entre d'altres, incloïa havaneres, així com també jotes, xotis i boleros, entre d'altres. Més tard, va arrelar fortament en les sessions de ball i als cants de taverna. Va passar a ser, també, un repertori per a corals i un estil per in-



cloure i barrejar a músiques de moda de cada temps; en especial, a sardanes i sarsueles. Avui és un acte que no pot faltar, en versió de concert, a molts programes de festes majors del país. Fora de Catalunya, també hi ha havaneres que beuen de llegendes comunes de "lanada i tornada" de Cuba.

Musicalment parlant, l'havanera es caracteritza pel seu ritme de corxera amb punt-semicorxera-dues corxeres, empeltat damunt les antigues





contradanses. Segons la descriu Xavier Febrès, es tracta d'«una cançó de tempo moderat i lent, melodia plana i melangiosa, compàs cadenciós, balanceig lèndric, lirisme romàntic i moviment ondulant».

PROPERES CONCERTS D'HAVANERES AL TERRITORI

Divendres 26 de juliol
CANTADA D'HAVANERES BADIA DE ROSES

22 h. Platja de la Perola. Amb les Anxovetes i el Grup Arjau.

Dissabte 27 de juliol
LLANARS

22 h. Plaça de l'Om. Amb Peix Fregit.

Dissabte 27 de juliol
CANTADA D'HAVANERES A L'ESTARTIT.

22 h. Plaça de la Llevantina. Amb Port Bo i Les Anxovetes.

Diumenge 28 de juliol
SANT JOAN DE LES ABADESSES
22 h. Plaça Anselm Clavé, amb Els Pescadors de l'Escala.

Dijous 1 d'agost
CANTADA D'HAVANERES DE L'ESCALA
22 h. A la platja i La Riba.



LA CANTADA DE CALELLA VA ESTENDRE LES HAVANERES ARREU DEL PAÍS

La famosa Cantada d'Havaneres de Calella ha ajudat a popularitzar l'havanera i estendre-la a tot el territori. Si bé l'havanera ja es cantava abans, l'esdeveniment a Calella de Palafrugell va suposar una plataforma de promoció d'aquest estil musical a tot Catalunya. Avui dia, en molts indrets, ja siguin de costa o de muntanya, s'han introduït recitals d'aquest estil a les celebracions.

L'origen de la cantada a Palafrugell està lligat a la presentació d'un llibre d'havaneres que tingué lloc l'any 1966 a la taverna de Can Batlle, situada a la plaça del Port Bo de Calella. El llibre, tal i com es descrivia a la nota preliminar, «**apart d'un recull d'havaneres [...], també vol ésser un homenatge a l'**

home de Calella mariner i cantaire» i a les tavernes que els acullen com a llocs «**on va prendre realitat la vida col·lectiva del país i, per tant, l'aventura apassionada del cant**».

La cantada informal de can Batlle de Calella va tenir tant d'èxit que es van emplaçar a repetir-la l'any següent. El 2 de setembre de 1967, es va organitzar una Cantada d'Havaneres a les terrasses dels bars de la platja d'en Calau, en la qual hi van actuar els grups Port Bo de Palafrugell, el Grup Alba de la Bisbal i el grup Calella, format per una colla de gent que passava els estius en aquesta població marinera. Entre el 1968 i el 1974, les cantades s'anaven succeint amb cada vegada més èxit de públic.

L'evolució i ampliació de la cantada ha estat constant i progressiva, cada any

més i més gent hi acudia a escoltar havaneres, i per aquest motiu, el 1979 es va decidir traslladar la Cantada d'Havaneres al primer cap de setmana de juliol, per evitar-ne la massificació del mes d'agost, i canviar la ubicació de l'escenari, que va passar a instal·lar-se sobre les roques del Fesol.

Actualment, la Cantada d'Havaneres de Calella és un acte multitudinari a la platja del Port Bo, amb unes 2.000 localitats venudes, i amb el seguiment, a través de grans pantalles instal·lades a les platges i a la plaça Nova de Palafrugell d'un 30.000 persones. La xifra va augmentar considerablement el 2016, quan, en motiu del 50è aniversari, també se n'hi van posar a municipis com Tortosa, Puigcerdà, Lleida i Sant Feliu de Llobregat. El meu avi és la cançó que des del 1977 clou la Cantada d'Havaneres de Calella.

PUBLICITAT

Ron
Pujol

Els bons cremats es fan amb Ron Pujol

—DES DE 1818—

Camí Can Valls s/n 08790 Gelida

Tel. +34 937793558

Mob. 678843736



MENORES
NI UNA
GOTA

menoresniunagota.es

No hi ha estiu sense havaneres a Llanars

LLANARS • REDACCIÓ

Darrerament, Llanars té per costum programada una nit d'havaneres i rom cremat en el tombant de juliol i agost. El municipi de la Vall de Camprodon hi acull una agradable vesprada de cançons de taverna i pobles de pescadors a la Plaça de l'Om. Allà, escoltant havaneres plenes de nostàlgia d'estius a la platja, en la fresca de la nit, entre els



HAVANERES amb el grup PEIX FREGIT



Dissabte, 27 de juliol de 2024
A les 22h. a la plaça de l'Om de
Llanars

Hi haurà Rom cremat



murs de pedra de la casa de la vila, l'església i altres cases veïnes, sembla com si la brisa amarada de sal de la Costa Brava s'acostés una mica més a la Vall de Camprodon. Més tard, el rom cremat fa el tot.

Enguany, la cita és aquest proper dissabte, 27 de juliol, a partir de les 10 de la nit. El grup convidat és Peix Fregit, un dels més veterans a l'Empordà, i una garantia perquè les seves notes ens duguin de nou al mar.

PEIX FREGIT, ELS DE PALAFRUGELL

El grup d'havaneres Peix Fregit té una llarga trajectòria. Els avalen més de 40 anys d'activitat. Tot i que és cert que al llarg dels anys han anat canviant els components del grup, sempre han intentat mantenir un estil propi, una manera de fer que els identifica. Canten el que els agrada: havaneres, valsos mariners, sardanes, cançó marinera i de taverna. El seu propòsit és que la gent que els escolta passi una bona estona, que se n'emporti un bon record i li quedin ganes de tornar a escoltar-los.

La història del grup Peix Fregit va començar al voltant del 1972, quan els seus primers components -Maria Cervera, Josep Bastons i Manel Iglesias-



sias- cantaven en sopars, festes i actes diversos. Va ser el 1974, però, quan el grup va començar a anomenar-se Peix Fregit. L'estiu d'aquell any els van convidar a la cantada d'Havaneres de Calella, però els tres components d'aleshores no tenien un nom que els identificués. Va ser a proposta de Manel Iglesias que el grup es digués Peix Fregit. La raó no és altra que als palafrugellencs els coneixen per aquest nom.



Ajuntament de Llanars

Plaça de l'Om, 3
17869 Llanars

Tel. 972 74 03 61
llanars.cat

ajuntament@llanars.cat

La tradició del rom cremat lligat a les havaneres

RIPOLLÈS • REDACCIÓ

El rom cremat és la beguda que tradicionalment acompanya les cantades d'havaneres a casa nostra. Hi està vinculat des dels inicis de les primeres tonades del gènere musical, ja que les havaneres les van començar a cantar i popularitzar els mariners, i el rom era la que solien beure al mati per fer-se passar el fred. Avui dia, a les cantades d'havaneres de l'estiu, de fred no en passem precisament, però escoltar aquest tipus de concert acompanyats de la beguda que tradicionalment es portava a la mà quan es van començar a entonar aquest tipus de cançons, sembla que ens acosta al mar i "fa estiu".

El rom és un beuratge universal que, a poc a poc, s'ha anat estenent des del litoral per tot el país juntament amb les havaneres, també terra endins. Actualment, no hi ha cantada d'havaneres que no acabi amb rom cremat per a tothom, fins al punt que si no n'hi hagués, semblaria estrany.

LA PREPARACIÓ

Disseccionant el rom, hem de recordar que és una beguda alcohòlica feta amb rom, cafè en gra, sucre, pell de llimona i espècies, sobretot canyella. Unes proporcions adequades per a una cassola de fang serien:

- 1 litre de rom negre

- 300 ml de cafè
- 12 grans de cafè
- 200 gr de sucre
- 2 llimones
- 2 branques de canyella

Generalment, es fa servir sucre more o caramellitzat per donar-li un sabor més intens. S'hi pot afegir una mica de cafè en gra i altres ingredients opcionals, com la canyella o els claus de girofle, un cop el sucre i la llimona han estat ben caramellitzats.



contribuirà a l'espectacularitat de la preparació i a la litúrgia que ja s'associa a les nits d'estiu del litoral català. Ompliu el cullerot amb el líquid calent, aixequeu-lo i deixeu caure a l'interior de la cassola la porció embolicada en flames. Seguiu amb aquest procés d'alquímia durant 15 minuts fins que s'apagui la flama. Quan això passi, serà el moment en què podreu gaudir d'aquesta beguda tradicional.

MÉS FOC A LA MELANGIA DE LES HAVANERES

Si us hi heu fixat, l'origen d'alguns dels ingredients emprats es podria trobar al Carib. Com hem dit en pàgines interiors, la tradició de les havaneres, tant pel que fa al gènere musical com a la beguda que hi està vinculada, està forjada en el mestissatge de dos territoris, Europa i el Carib, i el trànsit de persones d'un lloc i de l'altre a través dels viatges marítims. Un rom cremat pres amb ingredients caribenys a la costa catalana, posem per cas, transportava les persones originàries del tròpic novament a la seva llar, a través del gust i de l'aroma. Dit d'una altra manera, ajudava a apaivagar l'angoixa per ser lluny del paradís tropical, una recerca de la nostàlgia i la melangia molt lligades, d'altra banda, al ritme de les havaneres.

Per fer el rom cremat, un cop ajuntats tots els ingredients dins una cassola de terra, hem d'escalfar-lo i encendre l'uns deu minuts perquè perdi una part de l'alcohol. Aquests ingredients es torren lleugerament per intensificar el seu sabor. Després, el rom, bo i calent, ja es pot servir.

ESPECTACLE A L'ESCENARI I A LA CASSOLA

Encendre el beuratge mentre es remena amb un cullerot metàl·lic



FESTA DE L'ESTIU EIG 2024

RIBES DE FRESE

26, 27 i 28 de Juliol

Àngel Guimerà

Dedicat a Àngel Guimerà

100 anys de la seva mort



Més informació aquí



Organitza:



Amb el suport de:





PROGRAMACIÓ

DIVENDRES 26

- A les 16h, al carrer les Eres, carrer Major i passeig Àngel Guimerà, obertura de la **Fira Noucentista** amb el comerç de Ribes de Freser, parades d'arreu de Catalunya i de producte local.
- A les 16:30h, obertura del **Parc de Jocs Infantils** al Teatre Municipal. (Preu: 12 euros. Presentant un tiquet de compra del mateix dia d'un establiment de Ribes de Freser, el preu serà de 6 euros per dia.) **IMPORTANT:** El tiquet es marcarà per saber que s'ha utilitzat. Guarda'l per jugar a la **Ruleta del Comerç**.
- A les 17:30h, berenar popular a la Plaça del Mercat.
- A les 18h, a la Plaça del Mercat inauguració de la **4a Festa de l'Estiu eig**, seguidament passejada inaugural amb les autoritats per a tot el recinte firal i cercavila amb **Xarop de Canya**.
- A les 18:30h al **Cinema Catalunya**, acte institucional de presentació de la **4a Festa de l'Estiu eig**. A càrrec de **Narcís Figueras** de la UOC.
- A les 19:00h, Taller infantil i familiar **"Elaborem complements dels anys 20"**, a la plaça de l'Ajuntament.
- A les 19:30h, cercavila amb **Xarop de Canya** per l'espai firal.
- A les 21h, tancament de la **Fira Noucentista**.
- A les 22h, Capvespre noucentista a l'**Hotel Catalunya Park**. Espectacle **"Cuplets catalans"** amb **Betzuca Grup Musical**.

- A les 11:00h, obertura del **Parc de Jocs Infantils** al **Teatre Municipal**. (Preu: 12 euros. Presentant un tiquet de compra del mateix dia d'un establiment de Ribes de Freser, el preu serà de 6 euros per dia.) **Recorda guardar els tiquets!**
- A les 11:30h, a la Plaça del Mercat, **Desfilada comentada de vestits d'època**. Amb **Vanessa Miranda**.
- A les 12:30h, espectacle itinerant noucentista **"Zeppelin"** de la **Companyia La Baldufa Teatre**, per l'espai firal.
- A les 16:30h, per l'espai firal, espectacle itinerant noucentista **"Zeppelin"** de la **Companyia La Baldufa Teatre**.
- A les 17h, la **colònia d'estiu eijants de l'Hotel Sant Antoni** sortirà per dirigir-se a prendre les aigües a la font del Passeig.
- A les 17:30h, a la plaça del Mercat, **ballada de sardanes i balls noucentistes** amb la **Còbia La Principal d'Olot**.
- A les 18:30h, a la Plaça de l'Ajuntament: **Demostració participativa de jocs de tennis de l'època** per **Tomàs Montagut**, a càrrec de **Xarop de Canya**.
- A les 20h, **Ball Noucentista a la plaça del Mercat**, representant a l'**Orquestrina Casadesús**, a càrrec de **Xarop de Canya**.
- A les 21h, tancament de la **Fira Noucentista**.

- A les 11h, obertura del **Parc de Jocs Infantils** al **Teatre Municipal**. (Preu: 12 euros. Presentant un tiquet de compra del mateix dia d'un establiment de Ribes de Freser, el preu serà de 6 euros per dia.) **Recorda guardar els tiquets!**
- A les 11:30h, pels carrers de la fira, **Passant del Sereno** anunciant, per ordre de l'alcalde **Creixans**, la visita a Ribes de Freser del Sr. **Àngel Guimerà** per tal d'inaugurar el passeig que porta el seu nom, a càrrec de **Xarop de Canya**.
- A les 11:45h, Davant del jardí del Sortidor, **recreació dels actes d'inauguració del Passeig Àngel Guimerà** de Ribes de Freser i **rebuda institucional del dramaturg**, que tingueren lloc fa més de 100 anys, el dia 22 d'agost del 1920.
- Tot seguit, per l'espai firal, **passant dels veïns i veïnes, estiu eijants i autoritats**. A la plaça de l'Ajuntament, **parlaments del dramaturg Àngel Guimerà i de l'alcalde Creixans**. Lliurament d'un ram de flors a l'alcalde per part del **metge Bonada** i penjada de la senyera des del balcó de l'Ajuntament.
- A les 12:30 h, a la Plaça del Mercat, **Jocs de cucanya** ben animats per a tots els nens i nenes, amb **Xarop de Canya**.
- A les 12:30h, **Visita Guiada** per l'Obra de Josep Danés sota el títol **"Josep Danés i l'arquitectura de l'Estiu eig"**, arquitecte municipal de Ribes de Freser. Sortida des de l'oficina de turisme, places limitades. Preu 6€

DIUMENGE 28

- A les 10h del matí i fins les 21h al carrer Eres, carrer Major i passeig Àngel Guimerà, obertura de la **Fira Noucentista**. A la mateixa hora i en diferents moments, la **colònia d'estiu eijants de Ribes de Freser** sortiran dels seus establiments i es dirigiran, tot passejant, cap al jardí del Sortidor.
- A les 10:30h, i durant tot el dia, a la plaça de l'Ajuntament, **posa't complements dels anys 20** i fes-te la fotografia de record de la Festa de l'Estiu eig 2024.

- A les 10h del matí i fins les 21h al carrer les Eres, carrer Major i passeig Àngel Guimerà, obertura de la **Fira Noucentista**. A la mateixa hora i en diferents moments, la **colònia d'estiu eijants de Ribes de Freser** sortiran dels seus establiments i es dirigiran cap al jardí del Sortidor.
- A les 10:30h, al Jardí de la Residència Geriàtrica, animat **Ball Noucentista**, amb l'**Orquestrina Casadesús**.
- A les 10:30h, i durant tot el dia, a la plaça del mercat, **posa't complements dels anys 20** i fes-te la fotografia de record de la Festa de l'Estiu eig 2024.

- A partir de les 16h, i fins acabar, **Salta Gratis als inflables**. Amb els tiquets de caixa obtinguts de les compres realitzades als establiments de Ribes de Freser.
- A les 17h, Taller infantil i familiar **"Elaborem complements dels anys 20"**, a la plaça de l'Ajuntament.
- A les 19h, Joga a la **Ruleta del Comerç** a la Plaça del Mercat! Guarda els teus tiquets de compra i bescanvia'ls per un regal. Cada tiquet et dona una tirada a la ruleta (màxim 4 per persona). Tots els tiquets de compra participaran en un sorteig de 200€ per gastar en els comerços de Ribes de Freser.
- 21h - Tancament de la **Festa de l'Estiu eig 2024**.

Fruites i verdures, aliades contra la calor

RIPOLLÈS • REDACCIÓ

Gaudim d'un estiu refrescant i saludable. La temporada més calurosa de l'any és el moment perfecte per incorporar més fruites i verdures fresques als àpats. Aquests aliments no només ajuden a hidratar-nos, sinó que també ens proporcionen nutrients a partir d'una gran varietat d'opcions delicioses i refrescants.

A l'estiu, amb l'arribada de les temperatures elevades, ens interessa més que mai garantir una bona hidratació. Sempre cal donar preferència a una ingesta abundant d'aigua com a beguda principal i recordar que tant les fruites com les verdures o hortalisses són aliments amb una proporció d'aigua molt elevada en la seva composició, però també de minerals, vitamines, fibres i substàncies antioxidants. Així doncs, són una combinació excel·lent de nutrients, amb una aportació baixa de calories, el consum adequat de les quals (2-3 fruites/dia i 2-3 hortalisses/dia) s'associa a la prevenció de moltes malalties (obesitat, diabetis, hipertensió arterial, malalties cardiovasculars i també alguns càncers, sobretot del sistema digestiu).

Tant fruites com verdures poden formar part de primers i segons plats, salses, postres, begudes, batuts, grissats, etc. i fins i tot poden ser bones opcions per a farcits d'entrepans i



questa manera, es contribueix també al desenvolupament rural integrat al territori des del punt de vista ambiental, econòmic i social.

EN PRODUÏM MÉS DE LES QUE MENGEM

A Catalunya, es produeix més d'un milió de tones de fruita cada any, la qual cosa suposa la collita principal de fruita a Espanya. Així i tot, a Catalunya mengem menys fruita (1,7 fruites de mitjana) de la que es recomana en una alimentació saludable (2-3 fruites/dia).



aperitius: amanides variades, gaspatxos i altres cremes i sopes fredes, hortalisses escalivades, a la planxa o a la brasa, suc, etc. Això sí, cal donar prioritat a les varietats pròpies de l'estiu a casa nostra i prioritzar les de producció i venda de proximitat. D'aquesta manera, les trobarem en un bon estat de maduració i a més bon preu, i ajudarem a reduir l'impacte ambiental que representa el transport d'aliments de llocs molt allunyats i que no són propis de l'àrea mediterrània. D'a-

LA IMPORTÀNCIA DE RENTAR-LES BÉ

Per tal d'evitar patir cap mena d'intoxicació, totes les fruites i hortalisses s'han de rentar adequadament, en especial les que no es cuinaren abans de consumir-les. Renteu tots els productes abans de pelar-los, tallar-los i preparar-los per coure'ls i consumir-los. D'aquesta manera, en usar el ganivet, els bacteris i la brutícia no contaminaran l'aliment per contacte entre la polpa i la closca.

PUBLICITAT



Fruites González

Av. Verge de Núria, 12 | 17530 Campdevàrol | M. 690 35 65 32



La Patata d'Olot

Un plat imprescindible si es visita la Garrotxa

OLOT • REDACCIO

Les Patates d'Olot són un dels elements gastronòmics emblemàtics de la Garrotxa, adients per menjar-les amb el paisatge dels volcans de fons o comprar-les per regalar-les com a un gustós 'souvenir'. Un dels seus ingredients és la patata de la Vall d'en Bas, un dels productes típics i autòctons de la comarca. Des del 1943 que es barreja amb carn de rostit per elaborar les tradicionals i exquisides patates farcides.

Per fer-les, es tallen les patates amb una mandolina amb un gruix de mig centímetre i es fregeixen amb molt d'oli i poc foc. Després es treuen i es poden damunt de paper de cuina perquè es xopin d'oli i no quedi a les patates. El farciment de rostit es posa entre dos d'aquests talls i es compacten les vores amb els dits. Després, les passeu per clares d'ou ben batudes sense arribar a punt de neu.

Abans se servien, s'han de tornar a posar en una safata amb paper absorbent perquè continuï xopant. Se solen acompanyar al plat amb amanida d'enciam.

LA INVENTIVA D'UN ALCALDE

Les Patates d'Olot també són anomenades 'patates d'en Bretxa' o 'patates Bretxa', ja que va ser precisament l'alcalde d'aquell moment, Pere Bretxa, qui les va demanar preparades i servides de la manera que hem descrit al



conegut restaurant La Deu, situat als paratges de la Moixina de la capital de la Garrotxa. Van tenir tant d'èxit que aviat tots els clients les demanaven i es van popularitzar.

NO HI HA PATATA D'OLOT SENSE PATATA DE LA VALL D'EN BAS

Tot i que no era un cultiu majoritari, en els darrers anys la patata ha anat adquirint protagonisme en la producció agrària de la Vall d'en Bas. Els trets diferencials que s'atribueixen a aquesta patata no tenen a veure amb la varietat, ja que es conreen varietats comercials, sinó amb les característiques dels sòls de la Vall d'en Bas, de la qual es diu que compta amb els sòls agrícoles més fèrtils de Catalunya. També pel fet d'estar un temps més llarg sota terra, ja que es considera que la patata acostuma a guanyar en gust si és més vella.

CADA DIUMENGE, PATATES D'OLOT A LA ROSTISSERIA DE MENJÀ'M

Una visita a la Garrotxa hauria d'estar farcida amb unes bones Patates d'Olot, i si pot ser que us les facin, millor que millor. Cada diumenge, de les 9 a les 3 de la tarda, trobareu obert a la Rostisseria Puig Roig d'Olot, situada a l'avinguda del mateix nom, molt a prop de l'accés a Olot des dels túnels de Bracons, per la travessera C-152.

Allà, a més de les Patates d'Olot, hi trobareu pollastres a l'ast com us agraden i tota la gamma de plats cuinats de l'empresa familiar Menjà'm. Elaboren plats cuinats des del 1989, però el seu compromís social amb la Vall d'en Bas els va motivar a ampliar el projecte i ubicar-lo al seu poble, Joanetes, amb l'objectiu de seguir vivint a pagès. Menjà'm defensa els productes de proximitat i ecològics. Prioritàriament compren la matèria prima a productors locals de la Vall d'en Bas i la Garrotxa; d'aquesta manera eviten desplaçaments innecessaris. En la mesura que els és possible, també cuinen amb aliments d'agricultura ecològica. El seu punt fort és la cuina tradicional catalana. Redueixen els fregits i el menjar ràpid i potencien la fruita, la verdura, els llegums, els làctics, la carn i el peix frescos.

ON POTS TROBAR LES PATATES D'OLOT I ALTRES PRODUCTES DE MENJÀ'M

Avui dia, podeu menjar les Patates d'Olot a molts restaurants de la Garrotxa, i les podeu trobar als establiments de molts municipis.

Les Preses

- Carnisseria Cal Tiu
- Morera Agrobotiga
- Caprabo - Supermercat

Sant Privat d'en Bas

- Carnisseria Can Bailen
- Agrobotiga Verntallat

Olot

- Rostidoria Puig Roig
- Agrobotiga Verntallat
- Agrogarrotxa
- Queviures - Sónia
- Bon Preu - Supermercat
- Esclat - Supermercat
- Carnisseria Jordi Molist
- Sportsmen07 - Pròxim Supermercat (Ctra. Riudaura, 16)
- Sportsmen07 - Pròxim supermercat (Ctra. Santa Pau)
- Difespa - Pròxim supermercat (C/ Bisbe Guillaumet)

Sant Esteve d'en Bas

- Carnisseria Feixas
- Pròxim - Kaur
- Granja Binil - Lonny

Sant Feliu de Pallerols

- Agrobotiga Hostoles
- Carnisseria Sidera

PUBLICITAT



Menjar bé, menjar bo

Elaborem plats cuinats des del 1989
Prioritat pels productors
de la Vall d'en Bas

Casa Serrat
17176 Joanetes (La Vall d'en Bas)
T. 972 69 09 29 | M. 678 91 05 91 | info@menjam.cat
www.menjam.cat

Llar segura durant les vacances

RIPOLLÈS • REDACCIÓ

Al'hora de deixar el domicili principal durant les vostres vacances, no està de més recordar alguns consells preventius per no trobar-vos cap sorpresa desagradable en tornar. Aquí el concepte clau és el de la discreció. Evitar que la marxa sigui una informació evident per als amics d'allò aliè serà fonamental per disminuir les probabilitats de robatori.

Els Mossos d'Esquadra fan una sèrie de recomanacions que cal tenir molt en compte abans de deixar el nostre habitatge per dormir tranquils durant el viatge. La primera d'elles és que cal guardar els objectes més valuosos de la llar en llocs segurs dins del domicili o fora d'ell, per tal que siguin difícils de trobar. Comproveu que totes les portes i finestres quedin ben tancades abans de deixar l'immoble i heu connectat l'alarma.

Abans de marxar, és bo que informeu de la vostra absència a persones de confiança, per tal que estiguin al cas si veuen quelcom estrany dins o a l'entorn de la vostra llar quan els heu comunicat que serieu fora. També és recomanable que demaneu a algú que us reculli la correspondència i faci un cop d'ull de tant en tant a l'habitatge.

Sigueu discrets a l'hora de comentar l'absència, eviteu donar detalls a les xarxes socials o comentar-ho amb gent desconeguda. No tanqueu del tot les persianes o porticons ni deixeu senyals visibles que facin pensar que sou fora de casa. Tampoc no deixeu al contestador automàtic cap missatge amb el qual es pugui deduir que sou fora. Podeu activar el



Marcador en una porta

desviament de trucades per poder respondre sempre.

És convenient que tingueu un inventari d'objectes amb el número de sèrie, la marca i el model. Això en facilitarà la identificació en cas de robatori. No amagueu claus a espais exteriors de la casa. Si per casualitat les trobessin, en podrien fer un mal ús.

DAVANT D'ALGUNA SOSPITA

Si malgrat totes les mesures preventives, el robatori es produís o sospiteu que podria estar a punt de produir-se, a casa vostra o de la persona de confiança que us ha informat que marxa-

Abans de marxar de vacances, comproveu que totes les portes i finestres quedin ben tancades

va, no actueu per compte propi i confieu en la policia. Si escolteu un soroll estrany o advertiu la presència de persones amb actitud sospitosa a les rodalies del domicili, no dubteu a trucar

a la policia o al telèfon 112 d'emergències. Si observeu portes o finestres forçades o indicis que s'hagi pogut produir un robatori, no toqueu res i aviseu la policia. La resposta sempre ha de ser avisar els cossos de seguretat i seguir al peu de la lletra les indicacions que us donin.

EL MÈTODE DE LES MARQUES A LA PORTA DEL DOMICILI

Un dels sistemes que utilitzen els delinqüents durant els períodes de vacances per identificar els habitatges que fa temps que són buits és col·locar marcadors de plàstic o de paper en les portes del domicili. Concretament, els col·loquen entre el marc i la porta del domicili; si el propietari obre la porta els següents dies, els marcadors cauran al terra, i si no ho fan durant un període raonable de temps, voldrà dir que ningú s'està passant per casa.

Un altre mètode que fan servir els lladres per comprovar si hi ha algú a casa és forçar les bústies per veure si hi ha correspondència o propaganda en el seu interior. Verifiqueu que a l'entrada de l'immoble no hi ha marques com les de les fotografies entre el marc i la porta, que no ha caigut cap marcador a terra quan heu obert la porta del domicili o que la bústia no ha estat forçada. En cas de trobar quelcom sospitos, heu de trucar al 112 i treure el marcador si el trobeu. A les escales de veïns, també cal revisar les altres portes i treure tots els marcadors. Després d'això, cal estar alerta per si es detecten persones sospitoses o alienes al veïnatge o a l'edifici. En cas de sospita, truqueu immediatament al 112.

PUBLICITAT

Serralleria manlleu s.l.

Més de 50 anys d'experiència al seu servei

- Tancaments d'alumini
- Tanques de jardí
- Portes de garatge
- Baranes...

C. Antoni Baixeras, 2 · Manlleu
93 850 75 21
info@serralleriamanlleu.com

www.serralleriamanlleu.com

L'estiu, temps de benestar també per als animals de companyia

RIPOLLÈS • REDACCIÓ

Les vacances d'estiu és un moment de l'any en què busquem descansar i recuperar el punt més àlgid de la nostra qualitat de vida, un benestar que desitgem per als nostres éssers estimats, també per als animals de la família. Davant de viatges llargs, aquests dies buscarem el millor establiment per a l'estada del nostre millor amic pelut. També pot ser una bona idea procurar-li un tractament de medicina natural, que s'ha demostrat altament efectiva quan s'aplica als animals de companyia, en alguns casos fins i tot més que aplicada a les persones.

La veterinària convencional es veu limitada a l'hora de tractar malalties que poc tenen a veure amb el cos físic. Els animals, com les persones, estan formats per cos, ment i esperit, però estan més connectats a la natura que nosaltres; per tant, és lògic que responguin millor als mètodes naturals, sense analitzar la informació que estan rebent, permetent que l'energia arribi al seu destí sense obstacles.

MEDICINA TRADICIONAL XINESA

La Medicina Tradicional Xinesa (MTC) és practicada a l'Orient des de fa més de 3.000 anys i, avui dia, més de la meitat dels veterinaris clínics de la Xina apliquen tant l'acupuntura com la medicina d'herbes xinesa en la seva pràctica diària, malgrat que a Europa i els Estats Units, aquestes modalitats són encara considerades "alternatives".

La Medicina Veterinària Occidental utilitza exàmens diagnòstics com analítiques i diagnòstic per imatge, mentre que la Medicina Tradicional Xinesa examina el pols arterial, la llengua i els punts de sensibilitat localitzats en diferents àrees del cos de l'animal. La llengua com a micro-sistema és una finestra oberta a l'interior de l'organisme. El veterinari es fixa en els canvis de color, forma, capa, textura o hidratació. Quant al pols, la MTC classifica fins a 18 tipus de pols diferents, i cadascun indica una alteració determinada en un sistema energètic específic. El diagnòstic de pols és una de les tècniques més difícils i complexes que existeixen. Segons l'espècie de l'animal, es tenen en compte les variacions de les seves característiques energètiques intrínseques.

La MTC es compon de cinc branques: Acupuntura - Moxibustió, Fitoteràpia, Dietètica, Massatge i Gimnàstica energètica. Nosaltres ens detindrem en l'Acupuntura.

ACUPUNTURA

L'acupuntura s'ha fet un lloc en la medicina convencional i és coneguda per la seva acció analgèsica, antiinflamàtoria, de millora del flux sanguini i energètic. Consisteix a insertar agulles molt fines en els anomenats "acupunts", distribuïts al llarg del cos mitjançant un sistema de canals o meridians per on discorre un lliure



que pateixen els animals, com artrosis, hèrnies discals, insuficiència renal, leishmaniosis o fins i tot càncer. Molts arriben a curar-se de símptomes que escapen a l'eficàcia de la medicina convencional, i si no és així, poden recuperar la seva qualitat de vida gràcies als efectes analgèsics i antiinflamatoris que proporciona l'acupuntura.

HOMEOPATIA

De la mateixa manera que amb la salut humana, la medicina homeopàtica també va irrompre fa anys en el sector dels animals de companyia. Consisteix en productes naturals basats en el principi que una substància que pot provocar efectes perjudicials, si se subministra en petites quantitats poden tenir la capacitat de curar aquests símptomes. Els productes amb els quals es fabriquen aquests fàrmacs poden ser d'origen animal, vegetal o mineral.

L'homeopatia veterinària s'aplica tant a la ramaderia ecològica com als animals de companyia i el seu origen es troba en la descoberta de Samuel Hahnemann, considerat el creador de l'homeopatia, que va solucionar mitjançant aquest tipus de teràpia un problema ocular d'un dels seus cavalls. Alguns veterinaris recepten fàrmacs homeopàtics, que poden ajudar a tractar malalties com la leucèmia felina, l'ansietat nerviosa canina o l'ansietat per separació.

flux d'energia o Qi (Chi). Segons aquesta medicina, la malaltia es produeix pel desequilibri o bloqueig energètic que pot originar-se per diversos factors: emocionals, psicològics, alimentaris, ambientals...

Com els humans, els animals també estan dotats de canals d'energia mitjançant els quals es pot restablir l'equilibri i les funcions fisiològiques i psicoemocionals del seu organisme, ja que l'acupuntura està basada en els recursos naturals i intrínsecs del mateix cos.

Avalada per l'Organització Mundial de la Salut, l'acupuntura és una eina efectiva per tractar molts trastorns

PUBLICITAT



Perruqueria canina

Etologia canina

Alimentació i complementos

**Assessorament en alimentació
per a la teva mascota**

Teràpies naturals:

Homeopatia animal

Cromoteràpia

Medicina Tradicional Xinesa

Flors de Bach

Els estius al sol, amb protecció



RIPOLLÈS • REDACCIÓ

Amb l'arribada de l'estiu, augmenten les activitats a l'aire lliure i l'exposició al sol. Si es vol prendre el sol, cal fer-ho amb cura. Només 15 minuts d'exposició a les radiacions ultraviolades poden danyar la pell. Passar llargues estones sota els raigs de sol o no utilitzar protecció són accions que comporten riscos com ara les cremades, l'envelliment prematur de la pell o el desenvolupament d'un càncer.

ESCOLLIU UN FILTRE SOLAR ADEQUAT

És important que conegueu el vostre fototipus de pell a l'hora de triar una crema solar. El fototipus recull els trets físics que identifiquen el comportament i la resposta de la pell davant l'exposició al sol. Com més baix sigui el fototipus, més elevades han de ser les mesures de protecció solar. Utilitzeu un filtre solar amb factor de protecció a les radiacions A i B elevat (superior a 20). Apliqueu-lo sobre la pell ben seca per tot el cos i en quantitat suficient, uns 20 minuts abans de l'exposició al sol, sense oblidar les orelles, el nas i els llavis. Renoveu l'aplicació cada dues hores, després de banyar-vos o si sueu molt. Poseu-vos-en la quantitat adequada i vigileu-ne la data de caducitat.

MESURES DE PROTECCIÓ ADDICIONALS

L'aplicació de filtres solars no es pot



considerar una manera segura de protegir totalment la pell, ni un mitjà per perllongar l'exposició al sol. Protegiu-vos tots els dies, també els ennuvolats, ja que les radiacions passen a través dels núvols. Comenceu a prendre el sol de manera gradual i eviteu l'exposició prolongada i les hores de màxima intensitat, de les 12 h a les 16 h.

Utilitzeu barrets d'ala ampla per protegir també el coll i les orelles, i cobriu el cos amb roba, sobretot si us esteu llargues estones exposats al sol. Porteu ulleres de sol que filtrin les radiacions ultraviolades A i B, preferiblement amb banda lateral.

EXTREMEU LES PRECAUCIONS AMB ELS NADONS I ELS INFANTS

Els nadons i els infants durant els primers anys de vida són molt sensibles als efectes de les radiacions solars i



als cops de calor, per això se'ls ha de protegir de l'exposició directa al sol i donar-los aigua perquè mantinguin una bona hidratació.

Durant els primers mesos de vida, eviteu exposar-los a les radiacions directes del sol, encara que estigui ennuvolat i, sobretot, eviteu que els toqui el sol directament sobre el cap.

Eviteu sortir a passejar les hores de més calor del dia, quan la intensitat de les radiacions solars és més alta, entre les 12 del migdia i les 4 de la tarda. Si sou a l'aire lliure, busqueu espais d'ombra. En el cotxe eviteu el sol directe utilitzant cortines para-sol.

Els infants, quan estiguin al sol, sempre han d'estar protegits amb roba i portar el cap tapat amb un barret que els protegeixi les orelles i el clatell. Cal

que utilitzin la protecció solar adequada per l'edat.

Recordeu, també, que els infants petits estan especialment exposats a patir cops de calor i deshidratació. Tenen una menor capacitat d'expressar la set; per tant, és important tenir-ho en compte i oferir-los aigua perquè estiguin hidratats. Aquestes recomanacions són vàlides tant si esteu de vacances a la platja com a la muntanya.

EL MÉS PERILLÓS NO SÓN LES CREMADES

Els efectes de les radiacions ultraviolades a la pell són acumulatius i progressius: la suma d'hores d'exposició al sol al llarg de la vida també augmenta la predisposició a patir càncer de pell. Per això, evitar estar al sol molt de temps i buscar l'ombra és tan important com aplicar un protector solar adequat al tipus de pell de manera correcta.

D'altra banda, cal tenir en compte que el "sol artificial" no és més segur que el sol. L'efecte de les llums per bronzejar, que també emeten radiacions ultraviolades, és el mateix que el del sol de migdia quant al risc de càncer de pell.

Recordeu que estar bronzejat no és un signe de salut. El fet que la pell canviï de color és senyal que s'hi ha produït un dany. La vermellor i el bronzejat són reaccions de defensa de la pell davant l'agressió que suposa l'exposició intensa a les radiacions ultraviolades.

PUBLICITAT



La Farmàcia del Monestir al servei del Ripollès



636 98 05 46 · C. Berenguer el Vell, 5c17500 Ripoll · T 972 70 39 36 · lafarmaciadelmonestir@gmail.com

LA FIRALLONGA TORNA AMB FORCES



Demostració d'oficis a l'edició d'enguany

VILALLONGA DE TER P.SAVAGO

La Firallonga és una fira artesana i tradicional del món rural que des de fa 22 edicions se cita a Vilallonga de Ter. L'objectiu de l'esdeveniment és que tothom gaudeixi de la fira i totes les activitats que es proposen, per això, el programa es farceix d'activitats com la demostració d'oficis o els tallers infantils. Un dels eixos fonamentals des

de fa anys és la demostració del Campionat d'Espanya d'Agility que acompanya la fira i que es va perllongar durant els tres dies, consolidant-se com un atractiu més de l'esdeveniment. Desenes de persones no es van voler perdre aquesta cita estival que any rere any té lloc a Vilallonga. Gràcies a la constància ha aconseguit consolidar-se a la vall i a la comarca com una proposta imprescindible.

ELS ACORDIONISTES SE CITEN A LES LLOSSES

LES LLOSSES P.S.

Juliol és sinònim de festa dels acordionos a Portavella i Matamala. La catorzena edició proposa dues jornades en què l'activitat no donarà treva, aquest dijous i divendres són els dies marcats al calendari per ballar danses tradicionals i músiques de muntanya. La Masia de Portavella i Matamala, seran les seus escollides. El ritme dels acordionos

anirà acompanyat d'un taller de danses tradicionals i els balls de nit amb la Catxibanda i Fogaina, entre d'altres. El plat fort arribarà divendres amb la XIV Trobada d'acordionistes de Les Llosses, una cita tradicional i amb la qual es posa de manifest la importància de garantir una llarga vida a la trobada. El sopar i el concert amb 'La Sonsoni' marcaran el final.

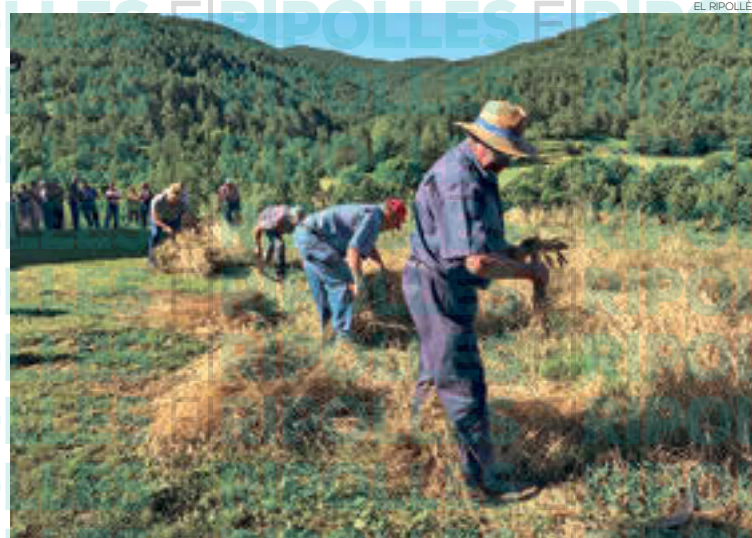
LLARGA VIDA A LA TRADICIÓ AGRÍCOLA

AQUEST CAP DE SETMANA GOMBRÈN CELEBRA UNA NOVA EDICIÓ DE LA FESTA DEL SEGAR I DEL BATRE

GOMBRÈN PAULA SAVAGO

Tradició i mes de juliol es tradueixen en festa del Segar i el Batre de Gombren, una jornada en què es recorden les antigues tradicions i activitats agrícoles. La festivitat rememora el passat més agrícola de la població i reviu els oficis de camp i les velles tradicions que se seguien després de la sega. La festa és un dia de festeig dedicat a descobrir l'antic procés, és a dir, l'acció de separar el gra de la palla. Pere Bruy, el regidor de festes de Gombren, recorda com ja fa «vint-i-cinc anys que es fa i des que va començar l'hem anat mantenint». Però a més de sustentar-la en l'agenda «cada cop ha anat a millor», assegura Bruy.

Un quart de segle no es diu fàcil i més si es té en compte que el relleu generacional posa en perill propostes tradicionals com aquesta. Tot i que «de moment» no tenen problema per continuar sumant edicions, els organitzadors són molt conscients que «potser aviat el tindrem». Per ara, poden mantenir la festivitat. Per fer-ho, conviden «segadors que havien treballat quan tenien edat». De tots els que hi participen, Bruy destaca un veí de Queralbs: «En Císquet, un home molt gran de més de noranta anys». Igual



Gombren recrearà un any més el procés de segar i batre

que en Cisco, la majoria dels segadors venen de diferents punts de la comarca, però també en venen del Berguedà, i de Gombren «només ens en queda un». Les noves generacions com el mateix regidor asseguruen que «estem aprenent any rere any» perquè són molt conscients que «tard o d'hora, haurérem d'agafar el relleu».

Tot i que la festa del segar i del batre és només un dia, porta molta feina i de molt temps enrere: «S'ha de preparar el camp, sembrar-lo i cuidar-lo. Aquest any hem tingut molts mals de cap» pels porcs, els cérvols i també la sequera. Com afegeix Bruy, «tota aquesta feina no es veu» per-

què els visitants, quan arriben a la cita, «es troben el blat ja a punt per segar».

Com marca la tradició la festa començarà al matí «amb la convocatòria dels segadors». A artir d'aquí i abans de posar fil a l'agulla, «esmorzarem recreant festivament com era segar i batre». Per això no hi faltaran les mongetes, la carn i el vi per a tots els assistents. Amb l'estómac ple tocarà anar per feina i començar a segar i posteriorment batre el blat.

La proposta enguany tindrà una novetat, un taller per aprendre a fer pa. Una forma de tancar el cicle de la festa i del blat, i perquè les noves generacions aprenguin com es porta «el pa a la taula».

13^e

FESTIVAL DE MÚSICA ANTIGA
DELS PIRINEUS

Del 5 de juliol al 25 d'agost de 2024

FëMAP

Vine, viu i escolta els Pirineus



BARROCOTOUT
Concert reial a Brussel·les

Divendres, 26 de juliol
Campdevànol.
Església de Sant Cristòfol Vell.

Visita guiada inclosa

Torre Mossèn Tor



19.30h



www.femap.cat
www.packsturisticsfemap.cat

ELS JEEPS OMPLEN CAMPRODON

LA VILA TORNA A CELEBRAR UNA PROPOSTA QUE CADA ANY ACULL CENTENARS DE VISITANTS



Exposició de vehicles Jeep a la plaça de l'Ajuntament

CAMPRODON XAVIER VILELLA

La quarta edició del Terra de Jeeps ha portat un any més a les places camprodonines vehicles emblemàtics Jeep de tota mena. Per una banda, a la plaça de la Vila s'hi van poder observar exemplars de diferents models de l'àmbit militar, la majoria fabricats durant la primera meitat del segle XX. Tot i que la pluja va obligar a retirar els vehicles descapotats, quan el temps va donar treva els cotxes van atraure nombrosos curiosos i visitants. «Hi ha molta

gent que li agraden els Jeeps», diu un dels organitzadors, Josep Maria Lujan, per això «hi dediquem un cap de setmana amb un seguit d'activitats».

A la plaça del Carme s'hi podien veure Jeeps d'un estil i una cronologia ben diferents. Els models més recents també van aixecar força expectació, i gràcies als plafons informatius tot-hom es podia posar al dia del món del Jeep, cada exemplar amb una trajectòria diferent i peculiar.

Resguardats de la pluja, els més joves van poder participar

en la gran novetat d'enguany, un taller de dibuix a càrrec de l'artista local Josep Maria Lujan. En aquesta activitat es van dibuixar i pintar Jeeps de tots els models, explicant als participants la relació del poble amb la marca americana d'una manera lúdica.

Només passejant per Camprodon és ben notòria la passió existent pels Jeeps, i veient la fallera que arrosseguen iniciatives com aquesta, queda clar que la vila camprodonina continuarà sent un dels indrets amb més exemplars per habitant d'arreu del món.

EL ROMÀNIC EN VIU ARRIBA A TOSES



EL RIPOLLÈS

Actuació del Romànic en Viu de l'any passat

TOSES JUDIT LECHÓN

El Romànic en Viu arriba a la XXI edició i ho fa d'una manera especial, amb presència als quatre nuclis de Toses: Nevà, Fornells de la Muntanya, Dòrria i Toses, amb una última actuació a Planoles. El cicle començarà el pròxim dissabte 3 d'agost a Dòrria, amb Núria Conangla en cantant la programació, qui destaca per treballar amb diversos estils amb el violoncel. Serà a les set de la tarda a l'església de Sant Víctor.

La següent serà Esther Piñol Grífol, qui oferirà una actuació tocant l'arpa amb les músiques de compositors reconeguts en l'àmbit internacional. Serà a Toses, el 17 d'agost a l'es-

glésia de Sant Cristòfol. The Rusties Blues Band actuaran a Fornells el 23 d'agost a l'edifici Museu del Pastor, qui s'encarregaran d'interpretar les peces dels que es consideren els reis del Blues.

Dos dies després, el 25 d'agost, Nevà acollirà la proposta de Trio Piazza a l'església Mare de Déu del Carme, un conjunt que transportarà els assistents cap a la música barroca. Per acabar, Athrodeel posarà el punt final al cicle el 31 d'agost a l'església de Sant Vicenç de Planoles. El duet format per músics sirians residents a Barcelona reivindica l'intercanvi cultural. Les entrades es poden adquirir als ajuntaments o el mateix dia del concert per un preu de cinc euros.

XERRADA: QUAN FEIEM SERVIR GANYIPS I LITINES DURANT LES EXCURSIONS D'ALTA MUNTANYA
A CÀRREC DEL **DR. DANIEL CARDONA PERA** CAP CLÍNIC DEL SERVEI DE FARMÀCIA EN L'HOSPITAL ST CREU I ST PAU, ESPECIALISTA EN NUTRICIÓ PARENTERAL I RECENTMENT JUBILAT.
Parlarem sobre l'adaptació a la muntanya.
○ 25/07/24 A LES 16 H
📍 SALA DE CULTURA

CORAL VALL DE RIBES
CONCERT
○ 25/07/24 A LES 19 H
📍 ESGLÉSIA DE ST MARTI, CAMPELLES

CAMPOLLES VIU L'ESTIU
Activitats

XERRADA: CURES PRIMÀRIES I ERRORS EN EL TRACTAMENT DE LES CONTUSIONS, FERIDES I CREMADES
A CÀRREC DEL **DR. VICENÇ ARTIGAS**, PROFESSOR HONORARI DEL DEPARTAMENT DE CIRURGIA A LA UAB, HOSPITAL STA. CREU I ST. PAU.
També ens parlarem sobre què hem d'incloure en la farmacologia sanitària?
○ 09/08/24 A LES 17 H
📍 SALA DE CULTURA

XERRADA: BIODIVERSITAT AL BOSC DE CAMPOLLES
XERRADA I SORTIDA PELE VOLTANTS DE CAMPOLLES, PER TOTA LA FAMILIA
A CÀRREC DE **JORDI FAUST** TÈCNIC DEL CONSORCI D'ESPÀIS D'INTERÉS NATURAL DEL RIPOLLÈS.
○ 03/08/24 A LES 17 H
📍 SALA DE CULTURA

CAMPOLLES I EL BAELL EMOCIONEN
TOTI SOLER I MONTSE VELLVEH
○ 03/08/24 A LES 22 H
📍 SALA DEL TEATRE, CAMPOLLES

JOSEP MARIA LUJAN EXPOSA A CAL MARQUÈS DE CAMPRODON

L'ARTISTA S'HA INSPIRAT EN LA VILA PER CREAR BONA PART DE LES SEVES OBRES PICTÒRIQUES QUE ES PODEN VISITAR A L'ESPAI CULTURAL FINS A FINALS DE SETEMBRE

CAMPRODON JUDIT LECHÓN

Josep Maria Lujan és un camprodoní d'adopció que va instal·lar-se a la vila fa poc més d'un any amb la voluntat de gaudir de l'entorn del municipi i que aquest fos una font d'inspiració per a les seves obres pictòriques. Després d'un període de molta activitat artística, Camprodon li ha ofert allò que buscava, perquè ara es pot visitar una mostra de les seves pintures a l'Espai Cultural Cal Marquès. Són quadres d'acrílic i oli sobre tela d'espais concrets de Camprodon i en moments especials, quan la llum llueix d'una manera diferent sobre el



Algunes de les pintures de Josep Maria Lujan romanen exposades a les parets de Cal Marquès

poble. «Aquí hi tinc exemples com un pont amb un cel de tempesta, és forçat per-

què m'agrada jugar amb hores del dia que no són les corrents, com el capvespre.

Sempre busco els trets distintius de cada moment», explica l'artista.

La peculiaritat de Lujan és que és professor de pintura i per a ell és important poder traspassar el seu coneixement. En arribar a Camprodon va oferir la possibilitat a la població de nodrir-se del seu art i ja té alumnes des dels quatre fins als vuitanta anys. «He pogut fer un grupet de pocs alumnes perquè tampoc volia carregar-me de feina. Em vaig fent gran i vull dedicar-me més hores, però necessito compartir i la manera de fer-ho és a través de les classes», afegeix Lujan.

La mostra dels quadres de Lujan i de tots els seus alumnes decora les parets de Cal Marquès i es pot visitar fins al 29 de setembre.

CICLE CLAVETAIRES

Campdevàrol · Del 23 de juny al 27 de juliol

DIVENDRES, 26 DE JULIOL

DISSABTE, 27 DE JULIOL

Barroco Tout

(FEMAP)

19.30 h / Església de Sant Cristòfol (cementiri)

The Soul Minds

22 h / Plaça Anselm Clavé

campdevanol.cat



A VALLFOGONA, SARDINES I GEGANTS

LA VILA HA RECUPERAT LA TROBADA GEGANTERA, QUE HA DONAT PAS A LA TRADICIONAL I PARTICIPATIVA SARDINADA

VALLFOGONA DE RIPOLLÈS REDACCIÓ

Vallfogona de Ripollès s'ha retrobat amb la fal·lera gegantera. El so de la gralla i els timbals ha omplert els carrers, amb el gegant Plafalgars com a amfitrió. Acompanyat de les colles de Ribes de Freser, Ripoll, Castelletçol i la Canya, han celebrat amb èxit i molta calor la desena trobada gegantera. Des del 2019 que els gegants no vivien festa grossa al poble i això es va notar des de l'inici de la trobada. La plaça de la vila va ser l'epicentre de la trobada on no va faltar una cercavila pels carrers. Un senyal clar que **«la colla està revifant, tot i que encara arrossega els efectes que ens va deixar la pandè-**



Vallfogona ha recuperat la trobada gegantera

mia», detalla Pedro de Haro, cap de colla. Una trobada que va ambientar Vallfogona i que va donar pas a la gran sardina-da. Una cita ineludible en què l'olor del mar envaeix la pista

poliesportiva per unes hores i que reuneix una gran afluència, tan local com d'altra gent del Ripollès que no es perd aquesta tradició vallfogonina. Aquesta ha estat la trenta-nove-



Les sardines van ser protagonistes a la nit

na edició d'aquesta festa, la qual encara manté l'essència tot i el pas del temps. Va començar com una trobada d'amics i ara s'ha erigit en una cita de poble, que fa caliu en un ambient esti-

val que convida a reunir-se i a passar el vespre plegats. Després del sopar, la celebració va acabar amb la música de Marc Anglarill, que va amenitzar la sobretaula dels assistents.

EL CICLE CLAVETAIRES S'ACOMIADA AMB DOBLE SESSIÓ

CAMPDEVÀNOL JUDIT CURÓS

Després d'un juliol ple de cultura, Campdevànol s'acomiada del cicle Clavetaires amb una doble sessió musical que posarà el colofó al festival que ha omplert de música els indrets més emblemàtics de la vila. El dissabte, el Festival de Música Antiga dels Pirineus tornarà a fer aturada a Campdevànol, però en aquesta ocasió ho farà en clau belga. El quartet Barroco Tout, provinent del cor d'Europa, de Bèlgica, farà ressonar l'acústica de l'església de Sant Cristòfol aquest divendres amb la seva *musique annciene*. Es tracta d'un grup format per a quatre músics especialitzats en música antiga i que té com a propòsit trobar el seu propi so i estil, però sempre buscant referències històriques musicals. Barroco Tout és una barreja d'orígens, personalitats i



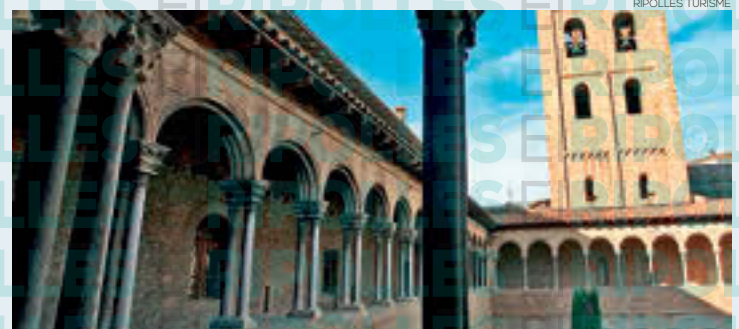
Barroco Tout farà aturada a Campdevànol

bagatges molt diversos i Campdevànol els podrà descobrir aquest divendres a dos quarts de vuit del vespre. L'entrada també inclou una visita guiada a la Torre Mossèn Tor que tindrà lloc a dos quarts de sis de la tarda. La música antiga donarà pas a una de més moderna que bar-

reja varietat d'estils musicals i que el dissabte a les deu amenitzaran la nit a la plaça Anselm Clavé. The Soul Minds posarà el punt final al cicle Clavetaires amb un concert que tindrà com a protagonistes a clàssics com Aretha Franklin, Tina Turner, James Brown o Etta James. En aquest cas l'entrada és gratuïta.

NIT ROMÀNICA AL MONESTIR DE RIPOLL

RIPOLLÈS TURISME



El Monestir de Santa Maria serà l'escenari de la Nit Romànica

RIPOLL J.C.

El Ripollès atresora un patrimoni romànic de primer ordre. Hi ha més de 98 monuments repartits pels diferents municipis de la comarca, una de les concentracions més grans d'Europa. Ripoll, la capital, posseeix una de les joies del romànic més importants del territori, el Monestir de Santa Maria, que aquest divendres serà l'escenari perfecte per a viure la Nit Romànica que ha preparat la vila. Es tracta d'una

activitat que pretén fer un viatge al passat a través de la pintura medieval i la música, tot descobrint l'art romànic del Bressol de Catalunya. La dinàmica iniciarà a dos quarts de nou del vespre i consta de dues parts, una mostra-taller de pintura al fresc amb la restauradora Violant Bonet i una de pintura al tremp d'ou amb l'historiador Michel Desmier. L'esdeveniment s'acompanyarà amb música gòspel i medieval a cappella a càrrec del grup MA'AIMA.



El trenet turístic de la Vall de Camprodon

TRENET.LAVALLDECAMPRODON.COM

8 RUTES DIFERENTS!

estiu 2024
del 13/07/24 fins al 8/09/24

8 RUTES DIFERENTS!

Per a més informació, consulteu el nostre lloc web www.valdecamprodon.com

1. Camprodon - Vila | 2. Sant Pau de Segúries - El Remol - Via Romana | 3. Llanars - La Roca - Abella
4. Molló - Espinavell | 5. Can Pastoret Rural | 6. Font Rubí - Rocabruna - Alta Garrotxa
7. Vilallonga de Ter - Setcases | 8. Camí de la Retirada - Coll d'Ares

Amb la col·laboració de:

Amb el patrocini de:

La Vall de Camprodon



VALL DE CAMPRODON

www.valdecamprodon.online

Nova web!

VALL DE CAMPRODON

El nostre nou lloc web
disponible per a tots els
dispositius, us permetrà
conèixer la Vall de Camprodon
amb més detall i facilitat.
A més, trobareu totes les
ofertes i activitats que la Vall
de Camprodon ofereix al llarg
de tot l'any.



14a EDICIÓ

**BOTIGA
ALCARRER
CAMPRODON**

27 i 28 de juliol del 2024

organitza: **La Vall de Camprodon**

col·labora: **Generalitat de Catalunya**

CAMPRODON

La Vall de Camprodon



Les teves compres a La Vall de Camprodon, tenen un obsequi*

VALL DE CAMPRODON

www.valdecamprodon.online

* Presentant 3 tiquets de compra superiors a 15€ (3 establiments associats diferents), a l'Oficina de Turisme de la Vall de Camprodon, emportaràs una bossa.

Promoció vàlida fins a esgotar existències.

Organitza: **La Vall de Camprodon**

col·labora: **Generalitat de Catalunya**

CAMPRODON

La Vall de Camprodon

TRET DE SORTIDA A LA FESTA DE L'ESTIUEIG DE RIBES

DURANT TRES DIES LA VILA S'OMPLIRÀ D'ACTIVITATS PER TRANSPORTAR DE NOU A VEÏNS I VISITANTS ALS ANYS 20, QUAN ES VA PRODUIR L'ARRIBADA DELS ESTIUEJANTS AL POBLE

RIBES DE FRESER JUDIT LECHÓN

La quarta edició de la Festa de l'Estiueig de Ribes de Freser comença aquest divendres i s'estendrà fins diumenge. La festa noucentista transportarà de nou el municipi als anys 20, quan es va produir el fenomen de l'estiueig amb l'arribada de visitants vinguts d'arreu del territori català.

DIVENDRES

A les quatre de la tarda la festa comença amb l'obertura de la fira noucentista amb el comerç de la vila com a participant i la col·laboració d'altres paradistes de Catalunya que portaran els seus productes d'artesanía i agroalimentaris. A 2/4 de cinc de la tarda s'obrirà el parc de jocs infantils, que tindrà un cost de 12 euros, tot i que si es presenta el tiquet de compra de qualsevol dels establiments del poble, el cost es reduirà a la meitat. El berenar popular a la plaça del Mercat servirà per fer pas-



Festa de l'Estiueig de Ribes durant la passada edició

sar la gana i agafar forces per continuar amb la resta de propostes de la tarda. Serà a les sis quan s'inaugurarà de manera oficial la festa i seguidament les autoritats faran una passejada pel recinte firal amb la cercavila de Xarop de Canya. Després, el Cinema Catalunya acollirà l'acte institucional de presentació de la celebració amb una conferència a càrrec de Narcís Figueras.

A les set, taller infantil per confeccionar complements dels anys 20 i cercavila. I a les deu del vespre, espectacle de Betzuca Grup Musical.

DISSABTE

El dia començarà amb la recreació a càrrec de l'Associació Retrofuturaista Nautilus i l'Associació Llum i Color del 900, d'una passejada de la colònia d'estiuejants. I a 2/4

de dotze del migdia la plaça del Mercat serà l'epicentre de la desfilada comentada de vestits de l'època. A continuació, espectacle itinerant 'Zepelín', de la companyia Baldufa Teatre, que representaran de nou l'actuació a 2/4 de cinc de la tarda.

A les cinc, la colònia d'estiuejants sortirà per dirigir-se a les aigües del Passeig, fent parada en altres indrets de la vila. En acabar, ballada de sardanes i balls noucentistes amb la Cobla La Principal d'Olot.

A 2/4 de set de la tarda es farà una representació de jocs de tennis de l'època per Tomàs Montagut amb Xarop de Canya, i a les nou es farà el tancament de la fira noucentista.

DIUMENGE

Diumenge és últim dia de la festa. A banda de la fira de productes de proximitat i la sortida dels estiuejants, a 2/4 de dotze del migdia s'ha preparat el passant del sereno anunciant per ordre de l'alcal-

de Creixans i amb la visita d'Àngel Guimerà, també a càrrec de Xarop de Canya. I després, recreació dels actes d'inauguració del Passeig Àngel Guimerà, que es va fer el 1920. A continuació, rebuda institucional del dramaturg per part de les autoritats presents de l'època. I tot seguit, passant dels veïns i veïnes, estiuejants i autoritats.

A la plaça de l'Ajuntament tindran lloc els parlaments d'Àngel Guimerà i l'alcalde Creixans i després hi haurà ball noucentista.

A 2/4 d'una del migdia a la plaça del Mercat s'han preparat jocs de cucanya i, a continuació, es farà una visita guiada de l'obra de l'arquitecte Josep Danés pel municipi.

A les cinc de la tarda es farà el taller infantil 'Elaborem complements dels anys 20', i a les set, es podrà jugar a la ruleta del comerç per aconseguir alguns premis.

A les nou del vespre es donarà per finalitzada la quarta edició de la Festa de l'Estiueig.

MÉS CONCERTS A LA CAPELLA

ESPINAVELL J.L.

Torna a començar el cicle de concerts d'Espinavell de música a la capella. La proposta l'impulsa un grup de veïns amb el suport de la parròquia i l'ajuntament de la vila, i té per objectiu acostar la música al públic, i alhora recaptar fons per a la restauració de la capella de la Verge de les Neus d'Espinavell.

El cicle comença aquest dissabte amb la proposta d'Enric Ez, '37 dies caminant i fent concerts'. Ez és un artista, cantautor i intèrpret

català establert al Montseny que es dedica a compondre cançons pròpies.

El 10 d'agost serà el torn d'Arnau, Cinto i Oriol, amb 'Música per a la inclusió'. I el 31 d'agost Cor de Fenícies proposa gaudir de la cantata sobre els cors de tragèdia grega, amb 'Les Fenícies' d'Eurípides. Es tracta del grup de teatre clàssic de la Universitat de Barcelona, que arribarà a Espinavell per acostar el teatre i la música a tots els assistents.

Tots els concerts són a les set de la tarda i pretenen mantenir viva la cultura al nucli d'Espinavell.

LES ARTS ESCÈNIQUES ARRIBEN A PLANOLES

PLANOLES J.L.

Planoles arriba la tercera edició del cicle d'arts escèniques i música a partir d'aquest dissabte. La primera de les propostes és 'Píndoles', de teatre breu en espais vius. El lloc de trobada serà la plaça de l'Ajuntament, tot i que es tracta d'un espectacle itinerant i, per tant, succeirà en diversos indrets.

El preu de l'entrada és de 15 euros a taquilla i 13 euros si es compra de manera anticipada.

TXÈNIA ACTUA A CAMPELLES

ESTHER MARTÍ



Txènia, durant la seva actuació a la Sala del Teatre de Campelles

CAMPELLES J.L.

La cantant Txènia va actuar el passat dissabte a la Sala del Teatre de Campelles

sota l'atenta mirada d'una setantena de persones. L'artista va presentar el seu últim treball i va deixar el públic embadalit amb el seu repertori musical.

SANT JOAN NO ATURA L'ACTIVITAT SARDANISTA



Les sardanes es traslladen a la plaça major

SANT JOAN DE LES ABADESSES REDACCIÓ

Plogui, nevi o les temperatures superin màximes mai vistes, Sant Joan de les Abadesses és dels pocs municipis que, passi el que passi, aposta per les sardanes durant tot l'any. Tot i que la tradició estival és portar les cobles fins al passeig, a conseqüència de les obres, les sardanes s'han traslladat

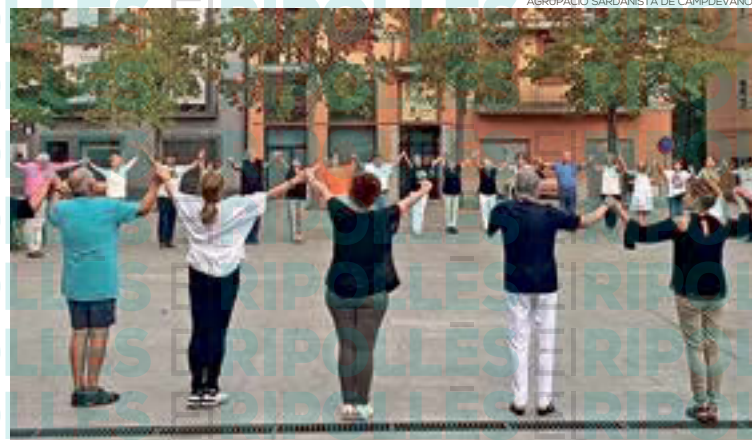
fins a la plaça Major. Aquest diumenge a partir de les sis de la tarda, el centre del municipi s'omplirà de sardanistes que al ritme de la Cobla Ciutat de Girona, puntejaran fins que marxi el sol. Com sempre, l'Associació Sardanista de Sant Joan ha preparat per a l'últim diumenge de juliol una cita on el ball més nostrat en serà el gran protagonista.

AL RITME DE LA COBLA BERGA JOVE

CAMPDEVÀNOL SE SUMA A LA LLISTA DELS APLECS DEL MES DE JULIOL AMB UNA TROBADA AQUEST DIUMENGE

CAMPDEVÀNOL REDACCIÓ

L'estiu és la millor època de l'any per portar al carrer totes aquelles activitats que durant l'any se celebren sota cobert. El bon temps anima a la majoria a sortir i gaudir de les propostes amb la fresca de la tarda. Tenint en compte tots aquests factors, Campdevànol ha decidit proposar als seus veïns, però també a tots els visitants, posar-se les espadenyes i puntejar al ritme de les sardanes. El dia escollit per treure de l'armari les sabates tradicionals és aquest diumenge a partir de les set de la tarda. Serà a partir d'aleshores quan la plaça



La plaça de la Dansa acollirà la nova jornada sardanista

de la Dansa es començarà a omplir de sardanistes per ballar al ritme de la Cobla Berga Jove. 'Perelada' o 'Gresca, tabola i ball de rams' són

només dues de les peces que s'interpretaran en aquesta nova proposta sardanista, que en cas de mal temps es traslladarà al Centre Cívic.

LA CORAL VALL DE RIBES CANVIA D'ESCENARI

RIPOLLES TURISME



L'Església de Sant Martí és l'espai escollit

RIBES DE FRESER REDACCIÓ

Festivals, sardanes i concerts són tres ingredients clau i que no falten a les agendes estivals. Mentre alguns municipis aposten per les cobles, d'altres com Campelles aposten per les corals. Per això aquest diumenge a les sis de la tarda, a

l'església de Sant Martí, resonaran les veus de la coral Vall de Ribes. Per a aquesta ocasió els cantaires han escollit un indret emblemàtic i únic de la Vall per presentar el repertori que des de fa mesos treballen. Les veus de Ribes sonaran totes en una perquè el públic gaudeixi d'un concert irrepètible.

Juliol 2024

100 ANYS DE CINEMA AL COMTAL

RIPOLL CINEMA COMTAL

CIRCUIT LESSELLANC
www.circusa.com



Escaneja'm!



DISSABTE 27
19:00

DIUMENGE 28
17:30
19:45

DILLUNS 29
Dilluns a 2€
NOMÉS MAJORS DE 65 ANYS I VENDA A TAQUILLA

18:30
20:45

CON LA FINANCIACIÓN DEL:

Tel. 972 702 291 - Podeu consultar la cartellera a internet: www.circusa.com

QUERALBS VIURÀ CINC DIES INTENSOS DE FESTA MAJOR

enguany la COMISSIÓ DE FESTES COMPLEIX DEU ANYS DE TRAJECTÒRIA, I PER CELEBRAR-HO S'HA DISSENYAT UN PROGRAMA CARREGAT D'ACTIVITATS DE TOTA MENA DURANT CINC DIES SEGUITS

QUERALBS XAVIER VILELLA

La Festa Major de Queralbs arriba carregada d'actes destinats en part també a celebrar el desè aniversari de la Comissió de Festes del poble. Les activitats han començat aquest dimecres amb la projecció del documental 'Els Troll', a càrrec d'Eduard Jornet, que tracta del viatge al Parc Natural de Jotunheimen, a Noruega. Dijous serà el dia de les sardanes, que aniran a càrrec de la cobla Principal d'Olot i començaran a les 12:20, després de la solemne missa de les 11. A les 6 de la tarda, la mateixa orquestra tornarà a la càrrega amb més sardanes, i al vespre el grup musical 'Cafè Trio' tornarà a fer



El programa d'enguany manté una àmplia varietat d'actes, amb activitats per a totes les edats

ballar el poble. Divendres al matí s'oferirà un taller de la prehistòria, al migdia s'obriran les portes de Vall de Núria, i a la mitjanit el jovent entrarà a escena amb el concert del grup de versions 'Sixtus' i la posterior sessió de 'DJ Tete'.

Dissabte al matí els queralbins es calçaran les vambes ben d'hora per participar en la caminada popular, que prendrà la sortida a les 8 h. L'esmorzar, com sempre, no hi faltarà. A la tarda tornarà la música amb 'Angry RedsBand', i al vespre amb 'N'Rockcat', 'La Tribut FM' i 'DJ Sendo'. L'últim dia, diumenge, serà el més atapeït. D'entrada, al matí hi haurà el 'mòbil parc' i la festa de l'escuma. Al migdia es produirà l'inici del primer Concurs Popular d'Arrossos, i

a les 5 de la tarda, Carles Cuberes oferirà un espectacle d'animació infantil, en el qual també hi haurà xocolatada. Al vespre, per arrodonir la Festa Major, el grup palamosí Norai entonarà havaneres abans de la 'traca final', que serà el castell de focs artificials.

PRIMER CONCURS D'ARROSSOS

Com a gran novetat, el diumenge 28 es posarà a prova les habilitats culinàries dels queralbins a l'hora de preparar una bona paella d'arròs. A les 12 h del migdia, a la plaça de la Vila els participants hauran de portar tot el material necessari per cuinar-la, i d'entre tots els arrossos, un jurat determinarà el guanyador, al qual se li farà entrega d'un premi.



Setcases

XI CAP DE SETMANA RAMADER

Dissabte 27 i diumenge 28 de juliol de 2024



Dissabte 27 juliol

Durant tot el dia

Mercat d'artesans i mestres formatgers

A les 11h al Refugi de la Balmeta

Donada de sal al bestiar

Veuràs com li agrada menjar sal al bestiar.
Esmorzar. Preu: 3€



A les 16:30h a la Pl. Verda

Concurs de munyir vaques

Participa en el concurs de munyir a mà.
La mar de divertit!

A les 18:30h a la Pl. Verda

Classes i balls country

Diumenge 28 juliol

Durant tot el dia

Mercat d'artesans i mestres formatgers

A les 9:30h al Viver

Esmorzar dels ramaders

Preu: 3€.

A les 10:30h al Viver

Gimcana de tractor

Descobriu les habilitats dels pagesos alhora de conduir un tractor.

A les 11:30h a la Pl. Verda

Jocs Gegants

Activitat pels més petits de la casa

Per més informació:

www.setcases.cat | info@setcases.cat | Tel. 972 13 60 89

Amb la col·laboració de:



HAVANERES AMB ELS PESCADORS DE L'ESCALA A SANT JOAN



ELS PESCADORS DE L'ESCALA

Els Pescadors de l'Escala

SANT JOAN DE LES ABADESSES REDACCIÓ

Tornen les havaneres a Sant Joan de les Abadeses. Un any més, el municipi organitza un recital d'havaneres que tindrà lloc aquest diumenge dia 28 a les 10 del vespre amb Els Pescadors de L'Escala,

conjunt emblema al país. Els amants d'aquest gènere podran anar a escoltar els clàssics d'aquest estil musical tan típicament estival a Catalunya. El concert tindrà lloc a la plaça Anselm Clavé i a la mitja part del recital hi haurà rom cremat per a tots els assistents a l'acte.

RECITAL DE POESIA PER L'ORGUE

CONTINUEN LES INICIATIVES PER TROBAR FINANÇAMENT PER RESTAURAR L'ORGUE DEL MONESTIR DE RIPOLL

RIPOLL REDACCIÓ

Continuen els actes per intentar finançar la restauració de l'orgue del Monestir de Santa Maria de Ripoll. Els claustreres acolliran un recital de poesia aquest diumenge a les 7 de la tarda a càrrec de Teresina Maideu, Maria Dolors Vilaplana, Ramon Alabau i Eva Estébas. L'acte l'organitza la Parròquia de Santa Maria de Ripoll, des de la seva comissió de l'orgue, amb la col·laboració de l'Ajuntament de Ripoll i els Amics de la Música. El recital tindrà un preu de 10 euros i al final hi haurà canapès i cava per als assistents.



EL RIPOLLES

L'orgue del Monestir de Ripoll

L'orgue de Ripoll necessita una restauració completa. A hores d'ara s'hi han pogut fer treballs

per valor de 20.000 euros, però encara queden tasques a fer que tindran un cost de 45.000.

FESTA MAJOR QUERALBS JULIOL 2024

10 Anys de comissió:
parra, poble i tradició!

DIMECRES 24

19:00 Documental "Els troll" sobre el viatge al
Parc Natural de Jotunheimen (Noruega)

20:30 Repic de campanes

DIJOUS 25

11:00 Solemne missa

12:20 Sardanes amb la cobla
Principal d'Olot

18:00 Sardanes amb la cobla
Principal d'Olot

23:00 Cafè trio

DISSABTE 27

8:00 Caminada popular
amb esmorzar

18:00 Angry Reds

23:00 N'Rock'Cat,
La Tribut FM i DJ Sendo

DIVENDRES 26

11:30 Taller de la prehistòria
a càrrec de l'IPHES

14:45 Jornada de portes obertes
a Vall de Núria

00:00 Sixtus i DJ Tete

DIUMENGE 28

11:00 Mòbil parc
i Festa de l'escuma

14:00 Concurs d'arrossos

17:00 Animació infantil amb
Carles Cuberes + xocolatada

22:00 Havaneres Norai

23:30 Focs Artificials

ARRIBA EL TERCER FESTIVAL MACROCLIMA A CAMPRODON

DURANT DOS DIES EL PARC DE LA MARE DE LA FONT ACOLLIRÀ UNA DESENA D'ACTUACIONS DE GRAN NIVELL, AMB ARTISTES IMPORTANTS I GRUPS AMB UNA LLARGA TRAJECTÒRIA DE MÚSICA EN CATALÀ

CAMPRODON XAVIER VILELLA

La música es tornarà a apoderar de Camprodon del 26 al 28 de juliol. Serà la tercera vegada que el Festival Macroclima omple de cultura el parc de la Mare de la Font, i enguany ho farà amb artistes de gran importància que conformen un cartell potent i ambiciós basat en el gènere 'indie'.

S'espera que prop d'un miler de persones es desplacin fins al poble per presenciar els concerts durant els tres dies que dura el festival, amb l'impacte que això genera a Camprodon. Al marge de l'escenari principal on actuaran els caps de cartell, el Macroclima també continua apostant pels concerts de petit format, que es portaran a terme en una zona 'village' gratuïta situada al costat del llac de la Mare de la Font. A més, en aquest espai hi haurà una oferta gastronòmica de diferents establiments de la Vall de Camprodon. La música començarà a sonar divendres a les 7 de la



LA TORNADA

L'edició passada va comptar amb les actuacions de Miki Núñez, Mishima o Pau Vallvé

tarda, amb OKDW a l'escenari 'village'. L'obertura de portes per entrar al Festival serà a dos quarts de vuit, mitja hora abans que Ferran Palau aixequi el teló, seguit de Clara Peya i de Guillem Gisbert, cantant del grup Manel. L'endemà serà Òlivia qui ocuparà la zona 'village' a partir de les 20 h, i Selva Nua, Iván Ferreiro i Cala Vento s'en-

carregaran de fer vibrar els assistents des de les 9 del vespre fins ben entrada la matinalda. Els encarregats de tancar el festival el diumenge 28 de juliol seran els Antònia Font, que faran al Macroclima el primer concert de l'any a les comarques gironines. El grup mallorquí saltarà a l'escenari a les 8 del vespre, després de l'actua-

ció de Reina a l'escenari 'village'. Amb aquesta tercera edició, el festival es vol consolidar al territori i esdevenir una referència en l'escena musical a la comarca del Ripollès. Ho fa mantenint l'aposta per un esdeveniment de proximitat, allunyat de les grans aglomeracions de persones que s'apleguen en els macrofestivals. A través d'a-

questa iniciativa, el Ripollès es garanteix la possibilitat que el públic pugui presenciar artistes de renom en un ambient distès i agradable, amb l'afegit de poder gaudir d'un paratge natural espectacular que eleva encara més el sentiment de proximitat dels assistents, siguin locals o procedents d'altres indrets del territori català.

PARDINES X.V.

El juliol ha estat un mes intens pel que fa al Festival 5 Sentits. Els municipis de Les Llosses i Pardines han estat els encarregats de tancar el mes, i ho han fet gaudint de la música d'Ivette Nadal i La Gravetat de Coulomb. Dissabte Les Llosses va acollir una bona colla d'activitats, que van engegar a les 16.30 h amb la fireta de producte agroalimentari local. A les 5 de la tarda, a la plaça de Santa Maria de les Llosses es va portar a terme la visita de descoberta, que va anar a càrrec de Josep Llimós. La música va començar a sonar a dos quarts de set, amb el concert de la cantautora i poetessa Ivette Nadal, que va interpretar el treball 'Les Hores Blaves' a l'església de Santa Maria. Després del Concert es va rea-

EL FESTIVAL 5 SENTITS ARRIBA A L'EQUADOR DE LA SEVA PROGRAMACIÓ



CONSELL COMARCAL DEL RIPOLLÈS

Ivette Nadal captiva els assistents amb 'Les Hores Blaves'

litzar la degustació de producte local del Ripollès. Diumenge el Festival 5 Sentits es va traslladar a la plaça del Pedró de Pardines, on també es va fer la fireta de producte agroalimentari local, i en

aquest cas de la visita de descoberta se'n va encarregar Miquel Sitjar. El concert de La Gravetat de Coulomb i la degustació de producte local van tancar la vetllada. La segona setmana d'agost arri-



CONSELL COMARCAL DEL RIPOLLÈS

La visita de descoberta de Pardines va anar a càrrec de Miquel Sitjar

barà amb tres dies consecutius d'activitats culturals en el marc del festival. En l'àmbit musical, divendres Ogassa gaudirà del concert d'Eudald Gener, a la plaça de la font de la nina. Dissabte serà Vallfo-

gona qui vibrarà amb l'Orquestrina Trama, a la plaça de la vila, i finalment diumenge el protagonisme se l'endurà Sant Pau de Segúries, amb l'actuació de Jazzcat sota el nom de 'Flabiology'.

CINEMA

Casal Camprodoní



OOH LA LA!

França. 2024
Julien Hervé. Amb Christian Clavier, Didier Bourdon, Sylvie Testud i Marianne Denicourt.
★★★
L'Alice i en François estan a punt de casar-se i decideixen reunir les seves dues famílies. Per a l'ocasió, han preparat un regal molt especial per als seus pares: unes proves d'ADN perquè tots puguin conèixer l'origen dels seus avantpassats. Però la sorpresa es converteix en fiasco.
Comèdia.
Divendres a les 22 h. Dissabte a les 18 i les 22 h.
Diumenge a les 18 h i les 22 h.

Cinema Comtal

PADRE NO HAY MÁS QUE UNO 4

Espanya. 2024
Santiago Segura. Amb Santiago Segura, Toni Acosta, Loles León i Martina D'Antiochia.
★★★
Quin efecte tindria en uns pares que el mateix dia que la seva filla gran celebra 18 anys el seu nuvi li proposi matrimoni i ella accepti immediatament?
Comèdia.
Dissabte a les 19 h. Diumenge a les 17.30 h i les 19.45 h.
Dilluns a les 18.30 h i les 20.45 h.



Cinema Catalunya

UN AMOR

Espanya. 2023
Isabel Coixet. Amb Laia Costa, Hovik Keuchkerian, Hugo Silva i Luis Bermejo.
★★★
Després de fugir de la seva estressant vida a la ciutat, la Nat, de trenta anys, es refugia en el petit poble de L'Escapa, a l'Espanya rural més profunda. En una casa de camp atrotinada, amb un gos de carrer, la jove intentarà reconduir la seva vida.
Drama romàntic.
Dissabte a les 19 h.

FLORES DE EQUINOCCIO

Japó. 1958
Yasujiro Ozu. Amb Shin Saburi, Kinuyo Tanaka, Ineko Arima i Yoshiko Kuga.
★★★★★
A un home de negocis els seus amics li demanen constantment consells sobre el matrimoni, la vida conjugal i la vida familiar. La seva serenitat i les seves agudes anàlisis li permeten trobar el consell oportú per a cada situació.
Drama.
Diumenge a les 18 h.

★★★★★ Obra mestra ★★★★★ Molt bona ★★★ Bona ★★ Passable • Dolenta - Sense qualificar



Més bicicleta i més
rutes per Catalunya
a la nova temporada
Els dilluns a les 18h



TV RIPOLLÈS

Programació del 25 al 31 de juliol de 2024

COMMEMORACIÓ DELS 200 ANYS DEL NAIXEMENT DE CLAVÉ



Per commemorar els 200 anys del naixement d'Anselm Clavé i els 150 anys de la seva mort, el Cor de Cambra de la Societat Coral Amics de la Unió, dirigit per Josep Vila, ens ofereix un concert a capella amb temes de finals del s.XIX i principis del XX. A més, per entendre la figura d'Anselm Clavé, li dediquem el capítol de Notes al Marge. Descobrirem una figura cabdal per a la cultura catalana.

Dissabte a les 18 h.



NOMÉS ESPORT

L'esport no dona treva mai, per això aquest espai s'adapta a les propostes esportives dels mesos d'estiu i nosaltres no ens les perdem.
Dilluns i divendres a les 21.30 h.



MOVING

El programa que fomenta l'ús de la bicicleta us proposa noves rutes per tot el territori català en aquesta nova temporada.
Dimecres a les 21.30 h.

Dijous 25

05.30	Torna-la a tocar, Sam
06.00	Comarca Informatiu
06.25	El Temps
07.00	Caminant per Catalunya
08.00	Moving
08.30	Anem de Festa
09.00	NEX Estiu
10.00	ITA VITA
10.30	Paisatges Encreuats
11.00	El Magazin
11.45	Música.cat
12.00	Avanç Informatiu
12.15	Viure des de l'essència
12.45	La Tertúlia del Magazin
13.30	Aventurístic
14.00	Comarca Informatiu
14.25	El Temps
14.30	Impuls
15.00	Gaudeix la festa
15.30	Caminant per Catalunya
16.30	La Tertúlia del Magazin
17.15	Música.cat
17.30	Moving
18.00	Impuls
18.30	Converses connecticat
19.00	NEX Estiu
20.00	Comarca Informatiu
20.25	El Temps
20.30	El Magazin
21.30	Caminant per Catalunya
22.00	Comarca Informatiu
22.25	El Temps
22.30	Al Dia Comarques de Girona
23.00	Aventurístic
23.30	Impuls
00.00	Música.cat
00.15	La Tertúlia del Magazin
01.00	Comarca Informatiu
01.25	El Temps
01.30	El Magazin
02.30	Caminant per Catalunya

Divendres 26

05.30	Converses Connecticat
06.00	Comarca Informatiu
06.25	El Temps
07.00	Caminant per Catalunya
08.00	Moving
08.30	Anem de Festa
09.00	NEX Estiu
10.00	ITA VITA
10.30	Paisatges Encreuats
11.00	El Magazin
11.45	Música.cat
12.00	Avanç Informatiu
12.15	Caminant per Catalunya
12.45	La Tertúlia del Magazin
13.30	Només Esport - la prèvia
14.00	Comarca Informatiu
14.25	El Temps
14.30	Torna-la a tocar
15.00	SPITV
15.30	Caminant per Catalunya
16.30	La Tertúlia del Magazin
17.15	Música.cat
17.30	Moving
18.00	Va passar aquí
18.30	Anem de Cap
19.00	NEX Estiu
20.00	Comarca Informatiu
20.25	El Temps
20.30	El Magazin
21.30	Només Esport - la prèvia
22.00	Comarca Informatiu
22.25	El Temps
22.30	Al Dia Comarques de Girona
23.00	SPITV
23.30	Torna-la a tocar
00.00	Música.cat
00.15	La Tertúlia del Magazin
01.00	Comarca Informatiu
01.25	El Temps
01.30	El Magazin
02.30	Caminant per Catalunya

Dissabte 27

05.30	Caminant per Catalunya
06.30	Torna-la a tocar
07.15	Paisatges Encreuats
08.15	Música.cat
08.30	Comarca Informatiu
09.00	NEX Estiu
10.00	El Magazin - resum
11.00	El Magazin
11.45	Música.cat
12.00	Orsai
13.00	Només Esport - la prèvia
13.30	Ripollès Avui - Camprodon
14.00	Comarca Informatiu
14.25	El Temps
14.30	Fòrum Gastronòmic
15.30	Caminant per Catalunya
16.00	Colors on Tour
16.30	SPITV
16.45	Música.cat
17.00	Torna-la a tocar
17.30	Anem de Festa
18.00	Notes al marge: Venim de Clavé
20.00	Gaudeix la festa
20.30	NEX Cap de Setmana
21.00	Converses Connecticat
21.30	Comarca Informatiu
22.00	Colors on Tour
22.30	Damsàneu Biterna
00.00	Ripollès Avui - Camprodon
00.30	Misteris d'Arbó
01.15	El Magazin - resum

Diumenge 28

05.30	Impuls
06.30	Gaudeix la Festa
07.15	Caminant per Catalunya
07.45	ITA VITA
08.15	Música.cat
08.30	Comarca Informatiu
09.00	Caminant per Catalunya
10.00	El Magazin - resum
11.00	Missa des de Montserrat
12.15	Aventurístic
12.45	Gaudeix la Festa
13.15	Anem de Festa
14.00	Comarca Informatiu
14.25	El Temps
14.30	Cap Roig Festival
15.00	SPITV
15.30	Torna-la a tocar, Sam
16.00	Backstage
16.30	Moving
16.45	Música.cat
17.00	Gaudeix la Festa
17.15	Fòrum Gastronòmic
18.00	Concert Inxa Brassa Band
19.35	Backstage
20.00	SPITV
20.30	NEX Cap de Setmana
21.00	Moving
21.30	Comarca Informatiu
22.00	Maquis a les Muntanyes
22.35	Habaneres del Port de Tarragona
00.00	Aventurístic
00.30	El Magazin - resum
01.15	Fòrum Gastronòmic

Dilluns 29

05.30	Impuls
06.00	Comarca Informatiu
06.25	El Temps
07.00	Caminant per Catalunya
08.00	Moving
08.30	Anem de Festa
09.00	Cap Roig Festival
10.00	ITA VITA
10.30	Paisatges Encreuats
11.00	Backstage
11.30	Colors on Tour
12.00	Avanç Informatiu
12.15	Aventurístic
12.45	La Tertúlia del Magazin
13.30	Converses Connecticat
14.00	Comarca Informatiu
14.25	El Temps
14.30	Viure des de l'essència
15.00	Backstage
15.30	Caminant per Catalunya
16.30	La Tertúlia del Magazin
17.15	Música.cat
17.30	Moving
18.30	Gent de Riu
19.00	NEX Estiu
20.00	Comarca Informatiu
20.25	El Temps
20.30	El Magazin
21.30	Només Esport - resultats
22.00	Comarca Informatiu
22.25	El Temps
22.30	Al Dia Comarques de Girona
23.00	Backstage
23.30	Viure des de l'essència
00.00	Música.cat
00.15	La Tertúlia del Magazin
01.00	Comarca Informatiu
01.25	El Temps
01.30	El Magazin
02.30	Caminant per Catalunya

Dimarts 30

05.30	Viure des de l'essència
06.00	Comarca Informatiu
06.25	El Temps
07.00	Caminant per Catalunya
08.00	Moving
08.30	Anem de Festa
09.00	NEX Estiu
10.00	ITA VITA
10.30	Paisatges Encreuats
11.00	El Magazin
11.45	Música.cat
12.00	Avanç Informatiu
12.15	Només Esport
12.45	La Tertúlia del Magazin
13.30	Ripollès Avui - Campdevàrol
14.00	Comarca Informatiu
14.25	El Temps
14.30	Colors on Tour
15.00	Cap Roig Festival
15.30	Caminant per Catalunya
16.30	La Tertúlia del Magazin
17.15	Música.cat
17.30	Moving
18.00	Caminant per Catalunya
18.30	Terra de Pa
19.00	NEX Estiu
20.00	Comarca Informatiu
20.25	El Temps
20.30	El Magazin
21.30	Anem de Festa
22.00	Comarca Informatiu
22.25	El Temps
22.30	Al Dia Comarques de Girona
23.00	Ripollès Avui - Campdevàrol
23.30	Colors on Tour
00.00	Música.cat
00.15	El Magazin
01.00	Comarca Informatiu
01.25	El Temps
01.30	El Magazin
02.30	Caminant per Catalunya

Dimecres 31

05.30	Gaudeix la Festa
06.00	Comarca Informatiu
06.25	El Temps
07.00	Caminant per Catalunya
08.00	Moving
08.30	Anem de Festa
09.00	NEX Estiu
10.00	ITA VITA
10.30	Paisatges Encreuats
11.00	El Magazin
11.45	Música.cat
12.00	Avanç Informatiu
12.15	Anem de Festa
12.45	La Tertúlia del Magazin
13.30	Moving
14.00	Comarca Informatiu
14.25	El Temps
14.30	Fòrum Gastronòmic
15.30	Caminant per Catalunya
16.30	La Tertúlia del Magazin
17.15	Música.cat
17.30	Moving
18.00	Viure des de l'essència
18.30	Rocket Talent
19.00	NEX Estiu
20.00	Comarca Informatiu
20.25	El Temps
20.30	El Magazin
21.30	Moving
22.00	Comarca Informatiu
22.25	El Temps
22.30	Al Dia Comarques de Girona
23.00	Fòrum Gastronòmic
00.00	Música.cat
00.15	El Magazin
01.00	Comarca Informatiu
01.25	El Temps
01.30	El Magazin
02.30	Caminant per Catalunya

[ES] P36ESPORTS

Abadessenc, Camprodon i Campdevàrol ja tenen calendari

[ES] P37ESPORTS

La FEC Vall del Ter torna a escollir el seu campus multisport

[ES] P38ESPORTS

Aniol Llamas i Aleix Ávalos fan podi al Campionat d'Espanya

[ES] P39ESPORTS

La nova Junta del CF Ripoll s'estrena amb un torneig de veterans

[ES] P40ESPORTS

Gombrèn ha acollit les primeres colònies d'escacs

ESPORTS

Fiona Pinar puja al tren dels Jocs Olímpics

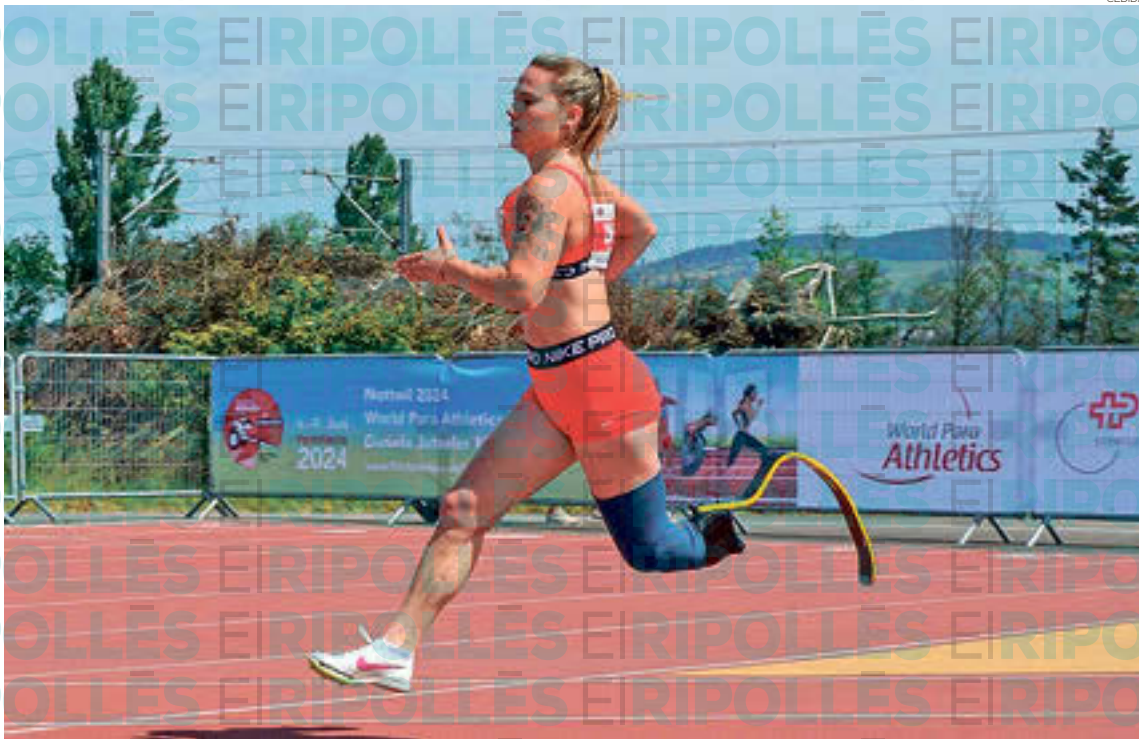
La ripollesa s'ha classificat per disputar la cita que tindrà lloc aquest estiu a París

L'atleta disputarà els 100 i els 200 metres llisos T64 el pròxim 3 i 5 de setembre

RIPOLL | JUDIT CURÓS

Vuit mesos. Aquest és el temps que ha necessitat la Fiona Pinar per complir un somni: participar en uns Jocs Olímpics.

Ha plogut molt des d'aquell 29 de gener del 2022, quan la ripollesa va patir un accident d'esquí que li va provocar l'amputació transtibial de la seva cama esquerra. Lluny de defallir i de convertir-se en un impediment, la Fiona va aconseguir girar la cara de la moneda i veure el got mig ple. Va convertir la seva adversitat en una oportunitat: «**Segurament, si no hagués patit l'accident no hauria tingut l'opció de lluitar per a ser en unes olimpíades**», assegurava fa uns mesos a aquest mitjà. Ella ho tenia clar, tot i que el temps no li jugava a favor amb la celebració dels Jocs Olímpics a tocar. Però ja ha demostrat en diverses ocasions que no hi ha repte que se li resisteixi. La ripollesa havia fet atletisme de petita i sempre ha estat una modalitat que li ha cridat l'atenció, és per això que després de l'accident va veure clar que volia professionalitzar-se en aquesta disciplina. El 17 de novembre del 2023 es va provar per primera vegada una



Fiona Pinar aconsegueix el bitllet a París

pròtesi d'atletisme. Lavors encara no era seva i només la va tenir uns dies. Al març, va disputar la seva primera carrera a l'Hospitalet de Llobregat aconseguint la medalla d'or en els 100 metres llisos del Campionat de Catalunya adaptat, firmant un temps de 13,94 segons, quedant-se a un segon per aconseguir la marca mínima que demana el comitè

paralímpic, que se situa en 12,93". El passat mes de juny va aconseguir rebaixar la marca a 13,52 segons en el Grand Prix Nottwil. L'atleta també s'ha estat provant en els 200 metres llisos i va aconseguir la seva marca personal en el Campionat d'Espanya firmant un temps de 27,96 segons i quedant-se a menys d'un segon de la mínima.

Unes marques que, tot i no ser olímpiques, han captivat a l'equip nacional, sobretot després d'aconseguir el rècord d'Espanya en els 100 metres T64, modalitat en la qual competeix. Aquest 14 de juliol es feia pública la llista de la delegació espanyola que participarà en els Jocs Paralímpics de París i Fiona Pinar serà una de les 150 esportis-

tes que defensarà el mallot nacional en la modalitat de 100 i 200 metres T64, unint-se a la para taekwondista ripollesa Dalia Santiago, que també serà a la gran cita. D'aquesta manera, Pinar veu complir un somni després de mesos complicats on el procés no ha estat fàcil. L'atleta ha patit lesions i ferides que no li han permès entrenar el temps que hauria volgut. També ha hagut d'anar adaptant la pròtesi a les seves necessitats, però finalment ha arribat la recompensa per a la ripollesa. Queden 40 dies per a l'aventura. El 3 de setembre disputarà els 200 metres llisos i el dia 5 serà el torn dels 100 metres. La ripollesa sap que és difícil aspirar a alguna medalla, fins i tot, fer-se un lloc a la final, però veient el que ha aconseguit, la paraula impossible no es pot escriure en un text que parla de la Fiona Pinar. El que està clar és que amb els 21 anys que té li queden molts jocs Olímpics per endavant. Si amb vuit mesos ha aconseguit avançar a passes de gegant, qui sap que pot aconseguir aquesta atleta en quatre anys, quan es disputin els pròxims Jocs a Los Angeles.

Abadessenc, Camprodon i Campdevàrol ja tenen calendari

El retorn dels santjoanins a Segona Catalana serà a casa contra el CF Palafrugell

El primer derbi de Tercera entre campdevanolencs i camprodonins serà al gener

SANT JOAN DE LES ABADESSES | MARTÍ PALAU

La Federació Catalana de Futbol ja ha publicat el calendari de Segona i Tercera Catalana. A Segona, el Club Esportiu Abadessenc debutarà a casa. El dissabte 21 de setembre els santjoanins rebran el Club de Futbol Palafrugell, un vell conegut de la categoria. La primera sortida serà el cap de setmana següent al camp d'un dels equips descendits de Primera Catalana i candidat a l'ascens, el Club Deportivo Blanes. Per tant, un examen difícil per als homes d'Àlex Farrés. La primera volta per als santjoanins també acabarà a casa, contra el Vilablareix Futbol Club, equip ascendit de tercera catalana. Contra el mateix equip els blanc-i-negres acabaran la lliga, el cap de setmana del 17 i 18 de maig, i ho faran com a visitants. Un final de lliga entre dos equips que pugen de Tercera Catalana i que podrien tenir coses en joc al tram final de competició. L'Abadessenc acabarà



El derbi entre UE Camprodon i UE Campdevàrol serà el primer duel del 2025 al grup 3 de Tercera Catalana

l'any davant la seva afició, el dissabte 21 de desembre contra la Unió Esportiva Porquerres. El 2025 l'iniciarà fora de casa, en aquest cas al camp

d'un dels conjunts potents de la lliga, el Sant Jaume Olot B, filial de la Unió Esportiva Olot, el cap de setmana de l'11 i 12 de gener. Un grup 1 de Segona

Catalana molt potent, amb 16 equips que buscaran assolir els seus objectius durant les 30 jornades de competició. El Club Esportiu Abadessenc

haurà de suar de valent per tenir una temporada tranquil·la en el seu retorn a la categoria.

A Tercera Catalana, tant UE Camprodon com UE Campdevàrol debutaran a casa contra equips, a priori, complicats. Els camprodonins s'enfrontaran al CF Sarrià de Ter, mentre els campdevanolencs rebran l'AE Sant Gregori. La Tercera Catalana també començarà el cap de setmana del 21 i 22 de setembre. Al revés que les darreres temporades, els derbis es faran esperar. El de la primera volta serà el cap de setmana de l'11 i 12 de gener, el primer matx del 2025, en aquest cas al Municipal de Campdevàrol. La tornada tindrà lloc al camp de la Vila de Camprodon el cap de setmana del 10 i 11 de maig, en la que serà la penúltima jornada de lliga. Finalment, la UE Camprodon s'acomiadarà de la competició al camp del CF Serinyà, mentre la UE Campdevàrol ho farà a casa davant el CF Sarrià de Ter.

Arrenca la fase final del Trofeu Cabina

RIPOLL | REDACCIÓ

El Trofeu Cabina arriba aquest divendres al final. Durant quatre setmanes, vint-i-nou equips s'han enfrontat per endur-se el torneig en les seves respectives categories i demà és el torn de les grans finals. El Cabina s'ha convertit en un dels tornejos mítics de la comarca, i no para de créixer. «Tenim més de 300 jugadors inscrits en els diferents equips, això suposa una feinada, però estem molt satisfets de com ha anat enguany», explicava Oriol Candelo, organitzador del torneig.



Imatge d'arxiu del Trofeu Cabina

En el moment de tancar aquest setmanari, encara no es coneixien els equips classificats per disputar les finals, que tindran lloc durant el vespre d'aquest divendres dia 26 de juliol.

L'Abadessenc s'enfrontarà al Montagut a la primera ronda de la Copa Catalunya

SANT JOAN DE LES ABADESSES | M.P.

Tot i que la lliga de Segona Catalana comença el cap de setmana del 21 i 22 de setembre, el Club Esportiu Abadessenc començarà la competició oficial el 31 d'agost o l'1 de setembre, amb la primera ronda de la Copa Catalunya. Els camps catalans de les diferents lligues disputen aquesta competició i als santjoanins els ha tocat la Penya Esportiva Montagut, campió del grup 3 de Quarta Catalana. Com que els garrotxins són l'equip de categoria inferior, el matx es



Partit de la temporada passada del CE Abadessenc

disputarà al seu camp, amb horari encara per confirmar. Si passa l'eliminàtoria, l'Abadessenc

jugaria el següent encreuament pels volts de Festa Major de Sant Joan.

El campus de la FEC aplega més de vuitanta nens i nenes

■ El pavelló Llandrius, el camp de la Vila i el pati de l'institut són les seus del patinatge, el futbol i el bàsquet

CAMPRDON | MARTÍ PALAU

Més de vuitanta nens i nenes gaudeixen del futbol, el bàsquet o el patinatge a la Vall de Camprodon gràcies al campus de la FEC Vall del Ter. Enguany les xifres d'inscrits són una mica inferiors respecte de l'any passat, però satisfan l'organització, perquè així poden oferir un servei encara millor als infants. «L'any passat no vam arribar als cent, i enguany superem els vuitanta. Estem contents, perquè podem oferir un millor servei als infants. Els nens tenen una energia brutal», explica Carles Subirana responsable de la secció de bàsquet del campus multisport de la FEC Vall del Ter. El futbol és la disciplina que



Els nens i nenes del campus de bàsquet de la FEC Vall del Ter

aplega la gran majoria de participants en el campus multisport, però tant el bàsquet com el patinatge superen la

desena de nens i nenes. En el cas del bàsquet combinen sessions al pavelló Llandrius i a la pista del pati de l'institut ger-

mans Vila Riera, mentre les patinadores concentren l'activitat al pavelló. «M'agrada molt patinar i m'ho estic pas-

sant molt bé, fem moltes activitats, salts i piruetes», explica Ivet Molas, patinadora de la FEC Vall del Ter. «Estic millorant molt perquè ens ensenyen molt bé com hem de fer les coses, i també m'agrada com em tracten els meus companys», afegeix Emma Elosua, patinadora de la FEC Vall del Ter.

La majoria dels participants del campus són infants de la Vall de Camprodon i rodalia, però també hi ha un bon nombre d'estiuejants, que aprofiten per apuntar-se mentre estan instal·lats a la zona.

L'activitat va iniciar el passat 15 de juliol i s'allarga fins divendres 26, combinant l'esport amb altres activitats de lleure i la piscina, per combatre la calor.

El Club Patí Ripoll posa punt final a un mes de tecnificacions de patinatge artístic

RIPOLL | JUDIT CURÓS

Ha arribat l'estiu, però els patins continuen rodant al pavelló municipal. El Club Patí Ripoll ha tornat a tirar endavant el seu campus de tecnificació durant tot el mes de juliol, que vol ser un allargament de la temporada. L'objectiu és centrar-se en una tecnificació més individualitzada posant èmfasi en cada exercici per tal de poder treballar aquells aspectes que han quedat més a segon pla durant el curs. «Durant el curs no hi ha prou temps per treballar segons quines coses, i aquí podem fer estiraments més acurats per prevenir lesions, treballar la respiració i resistència, així com la nutrició i l'aspecte mental, que és molt important, gairebé un 90% del patinatge», detalla Maria Teresa Tortós, entrenadora de patinatge artístic.



Una de les participants del campus de patinatge del CP Ripoll

En total, una vintena de nenes han pogut gaudir de les classes que s'imparteixen en

horari de tarda, tot i que des del club asseguren que se'ls ha complicat la logística en

les setmanes de més afluència per l'espai del qual disposen. «Fem sessions dilluns i

dimecres de cinc fins a dos quarts de deu. Teòricament, ho hem dividit en diferents nivells, però hi ha dies que ho hem hagut de fer tot junt perquè no hi ha prou disponibilitat del pavelló. Ha estat una mica caòtic, perquè cada nena necessita una velocitat i circuits diferents segons la categoria, però ho hem pogut resoldre», explica Tortós. «La part física i mental sí que l'hem pogut treballar de manera més grupal», afegeix l'entrenadora.

El campus es divideix en nivells per tal de treballar d'una manera més individualitzada i també és una bona oportunitat per tenir una primera presa de contacte amb els patins per a aquelles persones que es volen iniciar en la disciplina. La nova temporada per al CP Ripoll tornarà a començar un cop es reprengui el curs escolar.

En marxa l'Estiu Cup de Kontrol

El municipal de Sant Joan de les Abadesses viu tres setmanes de futbol 3x3, fut-tenis i fut-vòlei

SANT JOAN DE LES ABADESSES | REDACCIÓ

La pilota continua rodant al municipal de Sant Joan aquest estiu i ho fa en el marc de l'Estiu Cup, organitzada per Kontrol. S'ha preparat una activitat diferent per a cada cap de setmana de juliol amb l'objectiu d'amenitzar l'activitat esportiva a la vila en uns mesos en què aquesta baixa considerablement. El futbol és la disciplina protagonista, però s'adapta a les normes d'altres esports per donar-li un toc diferent i divertit. La setmana passada es va unir amb el bàsquet, amb un 3x3, i aquest cap de setmana ha estat el torn del fut-tenis. «Tot plegat, s'emmarca dins un torneig que es diu 'Estiu Cup' i que dura tot el juliol. El primer cap de setmana vam fer 3x3, el segon, fut-tenis, i el tercer farem futvòlei. Fem una barreja entre les normes d'aquests esports i el futbol», explica Carles Rico 'Caxo',



El municipal de Sant Joan, seu de la Kontrol Estiu Cup

impulsor de Kontrol i del torneig d'estiu. En total hi han participat una desena d'equips de totes les edats. La competició s'ha desenvolupat en una primera fase en format lligueta per donar pas a les eliminatòries i a la gran final. «Primer fem una lligueta de tots contra tots, i després fem play-offs

de semifinals i final, i també tercer i quart lloc, així com cinquè, sisè, setè lloc, etc.», detalla Carles Rico. Amb el bàsquet i el tennis ja celebrats, la copa tancarà un juliol futbolístic amb una dinàmica de vòlei al municipal de Sant Joan. La voluntat és que aquest torneig es pugui consolidar a la vila.

Aniol Llamas i Aleix Ávalos pugen al podi de la cinquena prova del campionat d'Espanya

RIPOLLÈS | REDACCIÓ

El planter de trial de la comarca està assegurat, i és que Aniol Llamas i Aleix Ávalos ho estan demostrant al campionat d'Espanya. El santjoaní ha superat la lesió al braç que l'ha tingut apartat de la moto gairebé dos mesos, i aquest cap de setmana ha tornat al campionat d'Espanya Júnior assolint una meritòria tercera posició. La prova es disputava a Pobladura de las Regueras, municipi de Castella i Lleó, i es dividia en dues jornades. A la primera, Llamas va quallar un gran paper, i va finalitzar tercer, amb 15 punts. El diumenge no va ser tan positiu, i el pilot santjoaní va acabar sisè,



Aniol Llamas, sobre el podi a Pobladura de las Regueras

amb 10 punts. Tot i això, la combinació dels dos dies li va permetre quedar tercer. A la general, Llamas és quart amb 81 punts. Per altra banda, Aleix Ávalos també va fer un gran paper a

Castella, en aquest cas a la categoria 125 cc. El de Ripoll va quedar tercer i cinquè, penjant-se la medalla de bronze final. A la general, Ávalos és segon, però lluny del líder, Otger Martí.

L'HC Ripoll ja té la pretemporada configurada



Partit de l'HC Ripoll de la temporada passada

RIPOLL | M.P.

L'Hoquei Club Ripoll afronta una de les temporades més il·lusionants dels darrers anys, i és que el club s'ha marcat l'objectiu de lluitar a la zona alta de Nacional Catalana. Amb tres incorporacions importants, el conjunt dirigit per Francesc Carmona tornarà a la feina el pròxim dilluns 12 d'agost, quan començarà oficialment la pretemporada. Després de gairebé dues setmanes d'entrenaments, que combinaran sessions físiques fora del

pavelló i exercicis amb patins a la pista, arribarà el primer partit amistós, el cap de setmana del 24 i 25 d'agost contra l'HC Capellades, amb horari encara per confirmar. Abans de l'inici de la lliga, que serà el 21 o 22 de setembre, els ripollesos faran cinc amistosos més: el dia 1 de setembre contra l'HC Igualada, el dia 3 rebent el CH Olot, el dia 7 a la pista de l'HC Tordera, el dia 10 a Ripoll contra el CP Manlleu i el dia 12 a Sant Feliu. Una pretemporada molt intensa que té per objectiu que la plantilla arribi a la primera jornada en un moment òptim.

El Ripoll CF anuncia més fitxatges i renovacions

RIPOLL | REDACCIÓ

El Ripoll Club de Futbol continua perfilant la plantilla per a la temporada 2024-2025 i a través de les xarxes socials anuncia les renovacions i les incorporacions per al nou curs. Després de la renovació d'Aleix Vinués i el retorn d'Oriol Costa, els blanc-i-blaus han confirmat la continuïtat de Víctor Montañés, futbolista que assegura lluita i gols en punta d'atac. També en la parcel·la ofensiva, els ripollesos han fitxat Hamza Toufik, atacant provinent del CF Ribetana. Finalment, la darrera incorporació anunciada és la de Wassim,



Víctor Montañés, renovat

futbolista que surt del juvenil de la FEC Vall del Ter i que també havia jugat a l'Escola de Futbol del Ripollès.

Aina Arxé renova amb el Fraga després d'un curs històric

La ripollesa continuarà una temporada més a l'Aragó després de guanyar la Champions

El club li va proposar renovar per dos anys, però Arxé prefereix anar curs a curs

EL RIPOLLÈS

La temporada 2023-2024 quedarà per sempre al record d'Aina Arxé, després de guanyar la WSE Champions League femenina amb el Club Patín Esneca Fraga. L'entitat aragonesa assolí el trofeu per primera vegada a la seva història amb només tres anys de vida, de la mà d'unes jugadores molt compromeses que es van imposar al Club Patí Vila-sana a la tanda de penals de la gran final. Sense cap mena de dubte és un dels millors moments de la trajectòria esportiva d'Aina Arxé. **«En cap cas pensava que podria guanyar una altra Champions i ja en van quatre. Jo imaginava que ja no guanyaria més títols»**, explica Aina Arxé, jugadora del CP Esneca Fraga. A les primeres final four de la Champions, Arxé havia tingut un paper més secundari, però en aquestes darreres ha tingut clar protagonisme, la qual cosa li dona un valor especial.



Aina Arxé, al plató del Només Esport de Televisió del Ripollès

«La primera Champions la recordo amb molt d'amor, encara que no vaig jugar. Tenia 15 anys, era una nena i compartia vestidor amb les meves referents. Però sí que és veritat que les últimes, en

les quals he jugat molt, també són molt especials», afegeix la jugadora ripollesa. El CP Esneca Fraga no va poder ampliar el palmarès de la temporada, perquè tant a la final de l'OK Lliga com a la

Copa de la Reina es van topar amb el mateix rival, l'HC Palau. **«Són un rival molt fort i ho sabem, ho tornarem a intentar la temporada vinent»**, assegura Arxé. La jugadora de Ripoll -que ha

acabat la lliga amb sis gols i tres assistències, tot i no ser una jugadora de perfil goleador- ha confirmat la seva continuïtat amb el Fraga una temporada més, encara que des del club li van proposar que en fossin dues. **«Vaig creure que el millor per les dues parts era firmar per una temporada. No sé quan deixaré l'hoquei, de moment en tinc ganes i gaudeixo»**, detalla Aina Arxé.

La retirada de la ripollesa no té data, però, inevitablement, cada vegada veu el final més a prop. Quan va tornar de jugar amb el Benfica a Portugal, Arxé tenia clar que es retiraria amb el CP Voltregà, el club que l'ha vist créixer, però poc després la seva carrera esportiva va fer un gir de guió inesperat. **«En aquest món mai se sap, però jo diria que el CP Fraga serà el meu últim equip»**, declara Arxé.

De moment, la ripollesa prepara una nova temporada amb ganes de guanyar més títols amb el conjunt aragonès.

Camprodon parla dels 100 anys de futbol a la vila

CAMPRODON | M.P.

'100 anys fent futbol a Camprodon' és el títol de la tertúlia que tindrà lloc aquest dissabte 27 de juliol a les set de la tarda a l'espai cultural Cal Marquès. La voluntat és recórrer la trajectòria no només de la Unió Esportiva Camprodon, que va néixer posteriorment, sinó de la pràctica del futbol al poble, que ja ve d'abans. Joan Busquets, Jaume Puigmal, Josep Juncà, Pepe Luengo, Manel Puigvert i Jordi Martí, persones vinculades amb el futbol d'una manera o altra, formaran part d'una xerrada moderada per Joaquim Ros.



Matx de l'any 2003 a Camprodon

La tertúlia s'emmarca dins dels actes de celebració dels 50 anys de la UE Camprodon, que seguiran el 10 d'agost amb la presentació d'un llibre i el 21 de setembre amb la cloenda de l'aniversari amb un sopar.

Ripoll acull un triangular de veterans i aficionats

EL RIPOLLÈS

El camp municipal de Ripoll acollirà aquest dissabte el primer torneig de veterans del Ripoll Club de Futbol. Un dels objectius de la nova junta, encapçalada per Roger Sala, era reactivar l'equip de veterans, i aquesta serà una primera passa. Els equips convidats en aquesta ocasió són el Club Futbol Sant Julià de Vilatorrada i el Club Atlètic La Cabra. El format del torneig serà un triangular de futbol 7, amb partits de quaranta minuts. Ripoll i Sant Julià iniciaran la competició



El municipal de Ripoll serà la seu del torneig

a dos quarts de deu. A dos quarts d'onze, s'enfrontaran els osonencs i el CA La Cabra, i acabaran aquests últims con-

tra els amfitrions. A dos quarts d'una tindrà lloc la gran final, i tot seguit hi haurà un dinar.

Les primeres colònies d'escacs aterren al Ripollès

■ Una trentena de nens i nenes han passat set dies a Gombrèn aprenent dinàmiques i estratègies

GOMBRÈN | JUDIT CURÓS

Hi ha molts tipus de colònies i de casals d'estiu. N'hi ha alguns centrats en alguna disciplina esportiva com el futbol o el bàsquet, d'altres més centrats en la natura, d'altres que són més culturals i alguns que combinen diverses activitats. A Gombrèn, però, n'hi ha un dedicat als escacs, el primer de Catalunya. Durant una setmana una quarantena de nens i nenes d'arreu han pogut gaudir d'aquest joc de tauler, envoltats de l'entorn natural del Ripollès.

Hi ha vint-i-cinc escoles FEDAC que ofereixen formació per a la pedagogia dels escacs en horari lectiu. «Són escacs educatius i l'objectiu no és fer



Els nens i nenes fent una dinàmica d'escacs

campions sinó treballar les soft skills amb valors com la paciència i el respecte», detalla Eloi Nortes, mestre FEDAC i professor del casal.

Les colònies han estrenat la primera edició reunint 37 nens i nenes d'entre 8 i 13 anys i de diferents nivells. La majoria provenen d'aquestes escoles

FEDAC, però n'hi ha d'altres que venen d'altres centres educatius. És per això, que el coneixement de cadascú passa en segon pla i l'objectiu és,

durant les set jornades que dura l'estada, millorar les habilitats del joc. L'Elena Romero, per exemple, tenia dubtes de si apuntar-se a les colònies «ja que no se'ns donaven gairebé els escacs», però es van acabar atrevint i assegura que «hem progressat amb els escacs gràcies a les classes que hem anat fent». Durant aquests dies s'han fet dinàmiques i tornejos, però també s'han fet altres tipus d'activitats de lleure amb excursions i sortides a la piscina per tal d'aportar un punt extra de diversió durant l'estada que s'ha fet a la casa Pare Coll de Gombrèn.

Les colònies d'escacs van posar el punt final amb un campionat a la plaça del Roser obert per a tot el públic.

Servei de notes de condol

ALTIMA

97 270 27 21



Tanatori-Crematori Ripollès

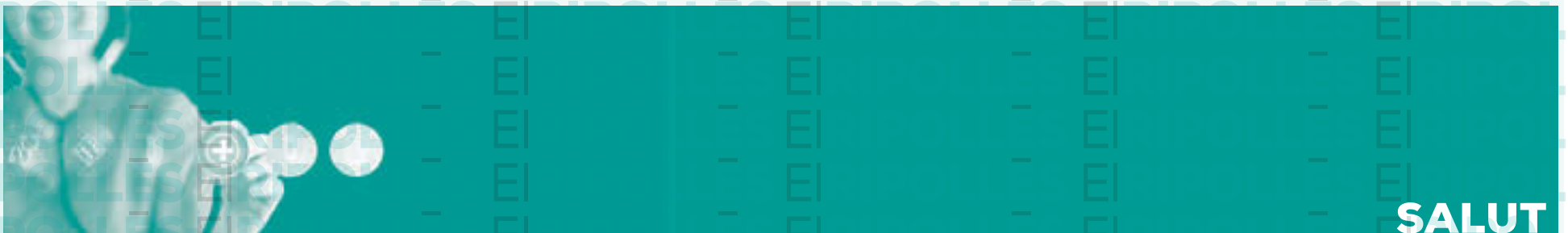
mivoluntad

Contracti, en vida, el seu propi servei funerari.

Tanatori-Crematori Ripollès

900 230 238
www.altima-sfi.com

ÀLTIMA



SALUT

ESPECIALISTA EN TRACTAMENT DEL DOLOR
Dr. J.M. de Ferrer
PRIVATS I MÚTUES
Aliança, Adeslas, Mútua General de Catalunya, Caser, Wintherthur...
Clínica Sant Josep · Vic
carrer Sant Segimon, 3
Tel. 669 406 411 | 629 082 101

 **Angiologia i cirurgia vascular**
Varius durant l'embaràs
Si apareixen, consulta amb els nostres especialistes:
Dr. Oriol Parés Dr Marc Masana Dr Noe Benabarre
Bayés Clínica o Bayés Consultori
93 881 65 00 / 93 889 22 29



DR. JOAN TELL
OFTALMÒLEG
NOVA CONSULTA
C. del Prat, 2 baixos de Ripoll.

ANUNCIA'T
A LA GUIA DE MEDICINA
tel. **972 70 21 12**
e-mail: **publicitat@corisa.cat**

Clínica Dental
Dr. F. LLAGOSTERA
IMPLANTS
ORTODÒNCIA
PRÒTESIS
Tel. **972 70 33 91**
C. Progrés, 41 · 17500 Ripoll

NOU HORARI
Visites dimarts i dissabte de 10 h a 12 h.
Només els dies de visita
 **972 440 450**
C. Prat, 2 baixos · Ripoll
 **667 665 800**



SERVEIS

ANUNCIA'T
A LA GUIA DE SERVEIS
972 70 21 12
publicitat@corisa.cat


Serralleria manlleu s.l.
50 anys d'experiència al teu servei!
TANCAMENTS D'ALUMINI
PORTES DE GARATGE
AUTOMATISMES
TANQUES DE JARDÍ
C. Antoni Baixeras, 2 · Manlleu · 93 850 75 21 · info@serralleriamanlleu.com
www.serralleriamanlleu.com


CAPARRÓS
assessors
AUTÒNOMS
EMPRESSES
particulars **PIMES**
FISCAL COMUNITATS
laboral DE PROPIETARIS
ASSESSORIA
LOPD EMPRENEDORS
HERÈNCIES comptable
testaments INTERMEDIACIÓ AMB
SERVEIS LES ADMINISTRACIONS
JURÍDICS impostos
ECONOMIA DOMÈSTICA
ASSEGURANCES
previsional
T. 972 73 00 18
ascaparrós@ascaparrós.com

mudances i muntatges
empreses i particulars

938 123 218
679 896 213
ecomuda.com
ecomuda

ANUNCIA'T
A LA GUIA DE MEDICINA
tel. **972 70 21 12**
e-mail: **publicitat@corisa.cat**

assessoria d'empreses
ribas · àlvarez

Passeig Sant Joan, 9 · 17500 Ripoll
Tel. 972 70 01 01 · a/e: acomas@ribasalvarez.cat


Joan Ortiz Ávila
CORREDOR D'ASSEGURANCES
DGPEA F-122GC
Col·legiat núm. 72865
C. Berenguer, 11, bxs · Ripoll
T/F: 972 70 02 31 · joan@ortizcorredor.com

ANUNCIA'T
A LA GUIA DE SERVEIS
972 70 21 12
publicitat@corisa.cat


DESEMBUSSOS, NETEGES I TRANSPORT D'AIGUA

TOT CARAVANES
RIPOLLES S.L.
• Presa de llum
• Pàrquing cobert
• Punt de buidatge d'aigües grises
Contacte:
606 852 599
contacte@totcaravanesripolles.cat
www.totcaravanesripolles.cat
Tel. 630 96 42 84
93 857 03 74
contacte@neida.cat

ANUNCIA'T
A LA GUIA DE SERVEIS
972 70 21 12
publicitat@corisa.cat



Gelats de coco

RIPOLLÈS | REDACCIÓ

Aquesta setmana us proposem uns gelats molt fàcils de fer i amb pocs ingredients. Com que es tracta d'un gelat, la recepta s'ha de preparar amb un o dos dies d'antelació.

Posem la llet de coco i el sucre en un cassó al foc i esperem que arrenqui el bull. Diluïm la farina de blat de moro en una mica d'aigua i aboquem aquesta barreja al cassó. Ho barregem una mica i deixem espessir. Apartem el cassó del foc, hi

INGREDIENTS

- 500 ml de llet de coco
- 80 g de sucre
- 1 cullerada de farina de blat de moro
- 50 g de coco ratllat
- Pals de fusta

afegim el coco ratllat i ho barregem una mica. Ho deixem refredar completament. Omplim els motlles de gelat amb la barreja, hi introduïm els pals de fusta i ho deixem al congelador un mínim d'un dia. Bon profit!

AQUESTA SETMANA RECOMANEM...

ELS BILLARS

ENTREPANS FREDS I CALENTS
BILLARS DE CARAMBOLES
TENIM TERRASSA

OBERT
DE DILLUNS
A DISSABTE
DIUMENGE TANCAT

Al costat del camp de futbol · Ctra. de Barcelona, 43 · Ripoll
972 701 429



ANUNCIA'T A L'ESPAI GASTRONÒMIC D'EL RIPOLLÈS

la guia gastronòmica més gustosa



tel. **972 70 21 12**

Gran varietat de tapes
Calamars a l'andalusa
Pop a la gallega · Torreznos de Soria
Seitons fregits i moltes més...
Ctra. Ribes, 11 · Ripoll · 972.702.616

EASY RIDER
Participem a la RUTA DE LA TAPA RIPOLL
BAR - RESTAURANT DE TAPES
Menjar per a emportar
C/ Berenguer El Vell, 3 · Ripoll
692 815 371 · @easy_rider_ruta_66

Mític
RESTAURANT · BAR · LOUNGE

ANUNCIA'T A L'ESPAI GASTRONÒMIC D'EL RIPOLLÈS

la guia gastronòmica més gustosa

tel. **972 70 21 12**



la Piscina
BAR - RESTAURANT

649 662 776

Zona Poliesportiva
Vallfogona de Ripollès
lapiscinavallfogona@gmail.com
@piscina_vallfogona_de_ripolles

CAN PARLET

Carns a la brasa
Esmorzars de forquilla
Entrepans i molt més

972 195 856
C/ de la Canal, 9,
17869 Vilallonga de Ter

SNACK RAMON
50 anys!

ESMORZARS DE FORQUILLA
MENU DIARI 12€
LES NOSTRES TAPES DE SEMPRE

Pl. Tomás Raguer, 3 - Bisbe Morgades, s/n
Tel. 972 70 00 19 - Ripoll

AQUESTA SETMANA RECOMANEM...

La Taverneta

Pl. Sant Eudald, 4 - 17500 RIPOLL
Tel. 972 70 32 80
lataverneta@gmail.com

Forn de Pa
Con Miki
Pa artesà

C/ Beat Miró, 1
T. 972 720 371 - 646 843 598
Sant Joan de les Abadesses

CA LA NATI

972 579 509
C. Alcalde Pere Rovira, 3
17860 Sant Joan de les Abadesses

CAT
Can Guàrdies

Esmorzars
Vermuts
Menú migdia entre setmana
Carta tapes, hamburgueses i
entrepans els caps de setmana
Per menjar al CAT o per endur
Lloguer de bicicletes

972 70 80 01 - 649 389 923
Parking de Can Guàrdies (Ctra C-26, km. 13,6) - 17500 Ripoll
cat@fundacioncat.com - http://cat.fundacioncat.org

restaurant
LA PERLA
cuina casolana

Menú diari i
Cap de setmana

Pl. Gran, 4 - Ripoll - restperla@hotmail.com
972 70 00 01 - 649 24 02 17

ELS FOGONS
dels Roures

Cuina de qualitat i tradició
a la Vall de Camprodon

Càmping els Roures
Av. El Mariner, 34 - St. Pau de Segúries
T 972 747 000
www.elsroures.com

Bar EL PUNT

tapes variades
entrepans - plats combinats

Vine a tastar els nostres
menús diaris i festius,
entrepans, tapes i les nostres
hamburgueses casolanes

Davant del Monestir
Pl. Cívica, 10 - 17500 Ripoll
Tel. 972 70 29 84

ANUNCIA'T A L'ESPAI GASTRONÒMIC D'EL RIPOLLÈS
la guia gastronòmica més gustosa

tel. **972 70 21 12**



CASA FUNDADA AL 1878

Junyent
RIPOLL

St. Pere, 14 - 972 70 07 66
Rocafiguera, 1 - 972 70 19 50
Ctra. Barcelona, 66 - 972 70 01 25

DOLCERIA JUNYENT, S.L.
dolceriajunyent@elripolles.com
Ripoll

Terra foc
RESTAURANT

Restaurant Terra foc
(Antiga Cugulera)

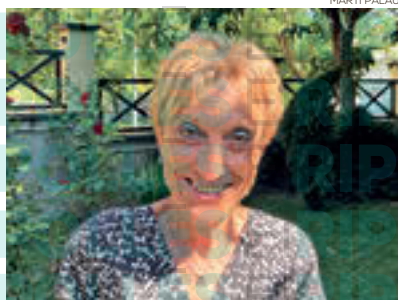
938 52 90 80 Rbla. Concepció, 5

TESTAMATTA
- PIZZERIA TRATTORIA -

VINE A GAUDIR DE LA
MILLOR CUINA ITALIANA
AL CENTRE DE RIPOLL

MENÚ MIGDIA DE DIMARTS A DISSABTE
PIZZES PER EMPORTAR

T. 972 70 20 30 | info@testamatta.cat
Plaça Anselm Clavé, 11 - 17500 Ripoll
www.testamatta.cat



Carme Alier (67)
Propietària de CA Languages

«Ajudem la gent a comunicar-se amb el món»

CA Languages s'ha convertit en la referència d'anglès a la comarca

'Responsabilitat i seriositat' és el lema de l'acadèmia, que té més de 45 anys

RIPOLL | MARTÍ PALAU

Com va néixer CA Languages?

L'anglès ha estat sempre la meua passió i vaig començar amb divuit anys fent classes particulars, i a algun institut. De seguida vaig tirar endavant l'acadèmia, ja fa més de quaranta-cinc anys, i fins el dia d'avui. Ha estat i és la meua vida.

En aquella època, l'anglès tenia la mateixa importància que ara?

No se li donava tanta importància, de fet, a molts llocs es feia francès. L'anglès s'ensenyava de manera més superficial, i nosaltres vam començar a donar-li rellevància a l'*speaking*, entre altres coses.

Ha estat difícil seleccionar professors adients per a l'acadèmia?

Sempre costa, perquè intentem tenir professors amb experiència. A més, busquem una barreja entre nadius i no nadius, per donar un valor afegit a l'ensenyament. Hi ha professors que fa més de trenta anys que estan a l'escola. El més important és que se sàpiguen adaptar a la nostra metodologia.

Com s'ha adaptat CA Languages als canvis en aquests quaranta-cinc anys?

Hem anat evolucionant de la mà de la societat. El primer dia que es va declarar el confinament per la pandèmia, els alumnes de

Quaranta-cinc anys donen per molt, i és que a CA Languages, conegut popularment com a Carme Alier, ara hi estudien els nets dels primers alumnes que hi van passar. Un clar indicatiu de l'èxit de l'acadèmia, que ha difós l'anglès a, com a mínim, tres generacions de ripollesos i ripolleses. De moment, la Carme continua al peu del canó gestionant l'empresa, però el relleu està garantit amb el seu fill Oriol. La voluntat és modernitzar-se i avançar, però sense perdre de vista la metodologia que els ha fet triomfar.



La Carme Alier i el seu fill Oriol, davant l'acadèmia

CA ja van poder fer classes en línia i així ininterrompudament fins que vam poder sortir de casa. Això és perquè ja teníem una plataforma preparada per poder fer sessions virtuals. Ens hem anat adaptant als progressos de la societat.

CA Languages té per lema 'responsabilitat i seriositat'. Per què?

Ens agrada que ens reconguin per aquests valors. Ara bé, això no vol dir que per mantenir una tradició, siguem antics. Tenim alumnes de totes les edats que no només aprenen, sinó que també s'ho passen bé. Oferim anglès per a tothom.

Com ha aconseguit fer-se un nom aquesta acadèmia?

Sobretot tenint clars els processos necessaris per aprendre. Preparam els alumnes per a exàmens i per treure's títols, és important tenir les idees clares i no badar.

Un dels trets característics de l'acadèmia és l'espai. Què us ofereix?

Encara que pugui semblar petit, no ho és. Tenim totes les aules digitalitzades completament, i espais verds per sortir a l'exterior. Tal com amb l'ensenyament, conservem l'essència sense deixar d'avançar.

A part de l'acadèmia de Ripoll, ofereix classes a altres llocs?

Sí, tenim escola a Camprodon i també fem classes a Sant Joan a través de l'ajuntament.

Quins grups teniu a CA Languages?

Des d'13 fins a Proficiency, el màxim títol d'anglès. Pel que fa a l'edat, cobrim des dels 3 anys i no hi ha edat màxima, perquè també tenim grups d'adults.

Quin és el futur de l'acadèmia?

És molt important conservar la seriositat, però difonent la nova filosofia de la innovació i que la gent vegi que ens adaptem al món, que canvia molt de pressa. Sobre tot, però, volem mantenir l'ADN.

El teu fill Oriol continuarà el negoci. Has patit pel relleu?

Si soc sincera, no. Perquè ell ja va estudiar Traducció i Interpretació i de seguida va tenir clar que volia continuar el negoci. De fet, des dels divuit anys ja acompanya nens als viatges que fem a l'estiu i més tard va començar a fer de professor. Per tant, sempre ha estat dins l'escola d'alguna manera o altra.

A banda de classes a nens i adults, feu cursos especialitzats?

Sí, fem cursos per a empreses, amb llenguatge més tècnic segons el gremi. De la mateixa manera, si algú vol anar a viure a l'estranger i necessita converses amb professors nadius, també ho oferim. La intenció és cobrir totes les etapes d'una persona a l'hora d'aprendre anglès.

Vols rebre EL RIPOLLÈS cada dijous a casa teua?

MITJÀ DE PAGAMENT

63 € anuals: ☐ Domiciliació bancària

DADES BANCÀRIES

Titular del compte.....
C.C. Núm.....
Banc..... Agència núm.....
Adreça.....
Població.....
..... de de 20
Signatura

DADES PERSONALS

Cognoms i nom
Adreça.....
Població CP.....
DNI..... Telèfon.....

MITJÀ D'ENVIAMENT

A domicili.....
Al quiosc / llibreria
Per correu

Si desitges ser subscriptor d'EL RIPOLLÈS, omple i envia per correu aquest cupó, també ho pots fer mitjançant el formulari que trobaràs al web www.ripollesdigital.cat /subscripcio o bé trucant al telèfon 972 70 21 12.

CORISA MEDIA GRUP
Colònia Santa Maria
Ctra. C-17 km 91,5
Ripoll
T. 972 70 21 12
F. 972 71 41 60

