

La màgia dels Tres Reis arriba a Caldes

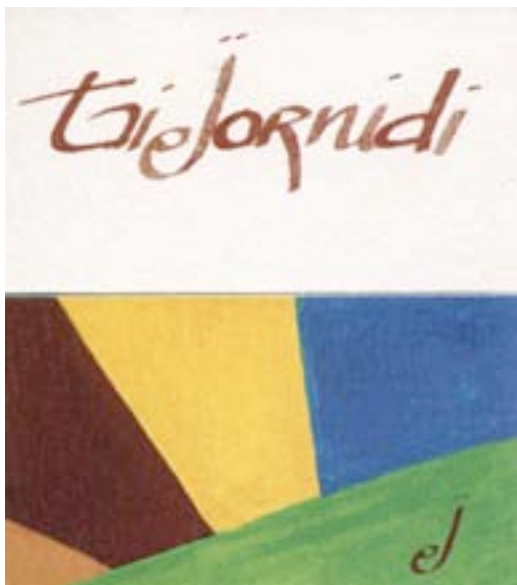


Entrevista a les tres geriones caldenques

Com estalviar en la factura de llum i gas?

Coneguem l'Àrea d'Esports

Repàs de les activitats de Nadal, Reis, Marató i altres actes benèfics



Trijornidi Artesania

Una botiga diferent:

Objectes de regal amb ànima, regals personalitzats i especials per encàrrec.

A la nostra botiga trobaràs objectes de regal de qualitat, peces artesanals úniques, bijuteria, reproduccions de joguines antigues, detalls i complements per a totes les edats, jocs infantils, elements decoratius, ceràmica artística i un gran nombre d'articles per poder triar.

I l'objecte estrella: el vidre pintat a mà, com ara el got de faltriguera. Peces úniques, originals i exclusives a preu directe de taller.

Visita la nostra botiga a: Plaça St Esteve, 3 de Caldes de Malavella.

Telf.: 609 51 74 11

Obert de dimarts a dissabte.

Segueix-nos a Facebook: [trijornidi artesania](#)



AQUAE

AQUAE, revista municipal de Caldes de Malavella, de periodicitat trimestral i amb un tiratge de 1.700 exemplars GRATUÏTS.

Dipòsit legal: B-35.961/01

Edita: Ajuntament de Caldes de Malavella, C/Vall·llobera, s/n, 17455 Caldes de Malavella (La Selva).
Telèfon 972 470 005

Direcció: Regidoria de Comunicació de Caldes de Malavella

Coordinació: Albert Torrent i Amagat
Tel. 627 88 77 65
aquae@caldesdemalavella.cat

Consell de redacció: Mercè Rossell, Albert Torrent, Xavier Amores, Feluca Díaz, Anna Macias, Oscar Planes, Antoni Llopart, Carmen Duran, Paula Brujats i Esther Domínguez.

Han col·laborat en aquest número:

Àurea Farssac, Pere Serrats, Ramon Torrent, Pep Rimbau, David del Rio, Fèlix... au!, Elvis Mallorquí i equip d'infermeria del CAP Caldes

Disseny i maquetació: Xavi Amores

Agraïments: Entitats culturals, esportives, escoles, instituts i AMPES.

Fotos: Albert Torrent i Amagat
Tel. 627 88 77 65 -
info@alberttorrent.cat

Contacte per suggeriments i

lliurament de material:

aquae@caldesdemalavella.cat

Impressió:

Anman Gràfiques del Vallès, S.L.

Hi col·labora:



Diputació de Girona

Fe d'errades:

El **Carnestoltes 2014** es farà el proper **dissabte 8 de març** i no el 8 de febrer, com consta per error en el calendari anual d'activitats que us vàrem presentar a l'apartat de Cal Ferrer de la Plaça del número 44.

EL FUTUR, A LES NOSTRES MANS

Comença un any, el 2014, carregat d'incerteses i il·lusions. Pel que fa a l'economia, ens diuen que estem sortint de la crisi i es basen per afirmar-ho que les borses, els bancs i les grans multinacionals tenen beneficis milionaris. Jo no m'ho creuré fins que les persones de carn i ossos tinguem una vida digna. Perquè, al cap i a la fi, de què serveix que el Producte Interior Brut creixi si la majoria de la població no se'n beneficia, si no tenim feina o la tenim cada cop més precària i si la situació actual fa que tantes persones visquin immerses en la incertesa, l'angoixa, la desesperació i la depressió?

Aquesta crisi, com les altres, no sorgeix del no-res sinó que està provocada amb la intenció d'afèblir els estats, reforçar l'empresa privada i concentrar la riquesa a mans de cada cop menys gent. Deixeu-me fer una pregunta innocent: A algú se li ha acudit, ara que tenen beneficis milionaris, de demanar als bancs que ens tornin els diners que tots els contribuents els hem donat a través de l'Estat i que han estat el motiu de les retallades que estem patint en els últims anys?

Acabem de passar el Nadal i hem participat en campanyes solidàries. Molta gent treballa dia a dia per ajudar les persones desvalgudes i és una tasca lloable però em genera una contradicció: l'objectiu primordial que haurien de tenir els governants no és el benestar de les persones? I nosaltres, hem de fer tasques solidàries per suplir el que hauria de fer de forma inexcusable l'administració o bé demanar-li precisament que se centri en les qüestions importants com garan-

tir la dignitat de les persones? Segurament que ara per ara fan falta les dues coses però sobretot ens manca un teixit social i ciutadà més fort que defensi i exigeixi els drets que tenim com a ciutadans de viure amb dignitat. Perquè tinguem-ho clar: si es vol, és possible distribuir la riquesa de manera que tothom tingui les necessitats bàsiques cobertes.

En l'àmbit català, tenim per davant uns mesos apassionants que marcaran el futur del nostre país. Veurem si l'Estat espanyol fa un exercici de generositat i democràcia i deixa el poble català decidir el seu futur a través de la consulta del 9 de novembre d'enguany o, si per contra, caldrà recórrer a altres vies com la que es veu més factible: la convocatòria d'unes eleccions anticipades de caràcter plebiscitari que permetin que els catalans manifestem si volem ser o no un estat independent.

Pel que fa a l'Aquae, continuem treballant per fer una revista municipal del vostre interès i per això us demanem la vostra col·laboració participant-hi o proposant continguts. Us avancem que tenim en projecte incorporar internet i les xarxes socials com a eina per arribar a més gent, donar-vos més informació i de manera més ràpida, fomentar la participació i saber millor quina és la vostra opinió sobre la revista municipal de Caldes de Malavella.

Gràcies i que tingueu una bon 2014!

Albert Torrent i Amagat

Coordinador de la Revista Municipal AQUAE.

Normativa: L'apartat Tribuna Oberta dóna veu als caldens que vulguin donar el seu punt de vista sobre qualsevol qüestió. Segons el reglament intern, no s'acceptaran escrits que difamin i que no respectin les normes de convivència. També en queden exclosos els partits polítics, que tenen el BIM com a via d'expressió. Tampoc no s'acceptaran textos de confrontació entre dues parts ja que l'Aquae no és una eina d'altaveu ni de resolució de conflictes. Els escrits no superaran les 300 paraules. Els interessats a participar-hi cal que ens enviïn els textos a aquae@caldesdemalavella.cat i que ens facilitin el nom, cognoms i el DNI.

"CALDES DE MALAVELLA, LA VILA TERMAL",
el millor llibre per regalar!



compra el
llibre de l'Oficina de Turisme
25 eur.

CUINA FORTTA.com LA CUINA FABRICADA A CAMPLLONG PER GERMANS TAULERIA

Totes les prestacions en una mateixa cuina

- LA MÉS ROBUSTA
- AMB MÉS CAPACITAT D'ARMARIS
- MÉS ERGONÒMICA
- AMB EL DISSENY MÉS ACTUAL



VISITI'NS A TALLER TAULERIA. Mas Fosa, n°9 Campllong (Darrere restaurant Mas Canyet) T. 972.46.13.66

L'ÀREA D'ESPORTS

La pràctica de l'esport forma part del dia a dia de molts caldens. L'Àrea d'Esports de l'Ajuntament de Caldes de Malavella vetlla perquè les instal·lacions esportives municipals puguin satisfer tota aquesta demanda i fa la planificació perquè tots els caldens en puguin gaudir. En aquest article explicarem les persones que hi ha al darrera de l'Àrea d'Esports i les tasques que realitzen.

L'Àrea d'Esports depèn de la Regidoria d'Esports, amb el **regidor Pere Oliveras** al capdavant, que supervisa el bon desenvolupament de les activitats esportives de Caldes de Malavella. El **tècnic d'esports municipal és en Mikel Garmendia** i la seva funció és planificar, coordinar, supervisar i dóna suport a les activitats esportives que es fan en el nostre municipi i vetllar perquè les instal·lacions esportives estiguin en bones condicions per a la pràctica de l'esport. En aquest últim punt és imprescindible la tasca dels **zeladors** de la zona esportiva municipal, en **Marc Niell** i en **Toni Duran**. El contacte directe i permanent entre totes les parts en el dia a dia permet un treball dinàmic i eficient.

EL MANTENIMENT DE LES INSTAL·LACIONS

La Regidoria d'Esports gestiona **el correcte funcionament dels equipaments esportius** (el pavelló municipal d'esports, el pavelló polivalent, les pistes de tennis, la piscina municipal i els camps de futbol de Vall-llobera i de Can Bernadí).



"L'Àrea d'Esports vetlla pel correcte funcionament dels equipaments esportius i gestionar tota l'activitat esportiva del municipi".

Els zeladors treballen des de dos quarts de 4 i fins a les 12 de la mitja nit i la seva funció és procurar que totes les activitats programades a la zona esportiva es desenvolupin amb normalitat. **El manteniment ordinari implica obrir i tancar les instal·lacions, donar la llum, portar el control del programa de legionel·la, nete-**

jar el parquet i les graderies, netejar tot el recinte esportiu i atendre qualsevol imprevist, mancança o defecte que es pugui presentar. De forma puntual, els zeladors també es fan càrrec del funcionament de les instal·lacions en actes que tot i ser lúdics es celebren en equipaments esportius (JAN, festes de carnestoltes, cap d'any...)

La incorporació d'un segon zelador ha permès que les actuacions de conserva i manteniment es puguin cobrir directament sense recórrer a personal extern, tot i que en alguns





casos es compta amb la coordinació i supervisió dels Serveis Tècnics Municipals. El sistema de treball intercalat entre els zeladors permet que durant tot l'any es puguin atendre les necessitats de manteniment de les zones esportives.

El treball sobre el terreny permet als zeladors detectar a l'instant qualsevol necessitat. L'única excepció és el camp de futbol de can Bernadí. El fet d'estar lluny de la resta d'instal·lacions esportives ha propiciat que l'Ajuntament hagi signat un conveni de col·laboració amb dues entitats esportives (UE Caldes i UE Aigües Bones) perquè s'encarreguin de l'obertura i tancament de les portes i dels llums. Les entitats també informen de qualsevol incidència, encara que la mateixa Àrea d'Esports ja procura fer-ne un seguiment.

A l'estiu, Nadal i Setmana Santa, quan baixa l'activitat esportiva, s'aprofita per fer tasques de manteniment més complexes com envernissar, pintar o fer neteges que

no es poden fer quan es practica l'esport cada dia.

L'Àrea d'Esports té molta cura amb la higiene de les instal·lacions esportives i per això l'Ajuntament té subcontractada una empresa que en fa la neteja cada dia i que incideix especialment en els lavabos i vestidors perquè tinguin les òptimes condicions de salubritat.

LA GESTIÓ DE L'OFERTA ESPORTIVA

A banda de vetllar pel bon estat de les instal·lacions esportives, l'Àrea d'Esports té la funció de **gestionar tota l'activitat esportiva** que es genera a Caldes de Malavella. Les actuacions concretes en aquest sentit es poden resumir de la següent manera:

- Seguiment i supervisió de l'oferta esportiva municipal de dilluns a diumenge.
- Distribució i gestió dels espais esportius municipals, tant pel que fa



“La funció dels zeladors és procurar que totes les activitats programades a la zona esportiva es desenvolupin amb normalitat”

als entrenaments de les diferents entitats com als partits de caps de setmana corresponents a les lligues regulars.

- Facilitar els usos dels espais municipals per les entitats i les escoles municipals.
- Proposar millores d'actuació a les aturades esportives de Nadal, Setmana Santa i temporada d'estiu.
- Donar suport a les activitats que organitzen les entitats esportives municipals (curses, campionats, tornejos, competicions i altres esdeveniments esportius puntuals).
- Gestió de les subvencions i beques anuals per les entitats esportives municipals. S'ha establert un mètode molt eficient a través del qual s'obre un període de sol·licitud d'ajudes regides per unes bases que permeten saber ja abans de l'inici de l'activitat esportiva si els interessats són o no beneficiaris de les ajudes.
- Coordinació i supervisió d'activitats esportives gestionades per empreses subcontractades com són l'Escola Esportiva, el Servei d'Activitat Física Municipal (SAFM), el casal i el funcionament de la piscina durant els mesos d'estiu.
- Reunió amb organismes com la Diputació de Girona, el Consell Comarcal de la Selva... per desenvolupar projectes i iniciatives d'àmbit supramunicipal. ■

COM ESTALVIAR EN LA FACTURA DE LLUM I DE GAS?

El 8 de novembre passat l'Ajuntament va organitzar una xerrada sobre l'estalvi en els serveis d'energia (llum i gas). L'acte va anar a càrrec de la consultora ambiental Elisabeth del Valle. En aquest article us oferim un resum de la presentació que esperem que us sigui d'utilitat a l'hora d'estalviar en el consum de llum i gas. **TEXT: ALBERT TORRENT**

L'ELECTRICITAT

A l'hora d'analitzar la factura de llum, convé tenir clars alguns conceptes:

LA TARIFA D'ÚLTIM RECURS I EL MERCAT LLIURE

La **Tarifa d'Últim Recurs (TUR)** està fixada pel Ministeri cada tres mesos i serveix de "refugi" a les persones que no volen acollir-se a cap de les tarifes que ofereixen les comercialitzadores. Només la podem contractar si tenim una potència que no supera el 10 kW (és el cas de la gran majoria de famílies). Si tenim aquest tipus de tarifa estem en el mercat regulat. Per contra, si acceptem una tarifa d'una comercialitzadora estarem en el **mercant lliure**. Si hem acceptem qualsevol de les ofertes que ens ofereixen les companyies elèctriques estarem en aquest tipus de tarifa. **Cal llegir-se la lletra petita** de les ofertes per saber si les condicions són bones. No obstant això, algunes organitzacions de consumidors **recomanen acollir-se a la TUR**. Podeu veure si teniu contractada la TUR o la tarifa d'una comercialitzadora consultant la vostra factura d'electricitat.

TARIFA AMB DISCRIMINACIÓ HORÀRIA

És una tarifa per als consumidors de menys de 15kW que estableix **diferents preus segons el moment del dia** en què es consumeix

l'electricitat. El primer és el **període punta**, amb el preu més elevat, que coincideix en el moment en què hi ha més consum d'electricitat per tothom. El segon és el **període vall**, amb un preu més reduït, que coincideix en el moment en què el consum elèctric global dels usuaris descendeix.

El **període punta** comprèn de les 12 del migdia fins a les 10 de la nit a l'hivern i de la 1 fins a les 11 a l'estiu. Suposa aproximadament un sobrecost sobre la tarifa base d'un **20%**.

Per la seva banda, per **període vall** comprèn de les 10 de la nit fins a les 12 del migdia a l'hivern i de les 11 de la nit a la 1 del migdia a l'estiu. L'estalvi sobre la tarifa base és d'un **40%**.

A efectes pràctics, es considera que estalviareu diners amb aquest tipus de tarifa si consumeixiu com a mínim un 30% de l'energia elèctrica en el període vall.

POTÈNCIA CONTRACTADA

És la **potència màxima que es pot consumir de forma simultània**.

Pot ser 3,45, 4,6, 5,75... Per exemple, si consumeixiu 100 W en bombetes, 300W en amb l'ordinador, 2.000W amb la rentadora, 75 amb el televisor i 500 en altres electrodomèstics, consumirem en aquest moment 2.975 W (3,0kW) amb la qual cosa seria suficient tenir una potència contractada de 3,45 KW. Per saber si la potència que tenim contractada podria ser més baixa, amb l'estalvi que això suposaria, **podem calcular el consum en el moment en què fem servir més aparells elèctrics i il·luminació**. Hi ha alguns simuladors a internet que ajuden a fer un càlcul aproximat de la potència que necessitem.

Us en facilitem un:

www.mifactura.es/mi-potencia

TARIFA D'ACCÉS

La tarifa d'accés que tenim contractada anirà en funció de la potència contractada i de si hi ha o no discriminació horària. Les més

CONSELLS D'ESTALVI D'ENERGIA ELÈCTRICA

Us facilitem algunes propostes per estalviar en la factura de llum tenint en compte el que hem vist fins ara i alguns consells d'eficiència energètica:

- Tingueu la Tarifa d'Últim Recurs o bé estudeu les ofertes que us facilitin les comercialitzadores en el mercat lliure.
- Estudieu si val la pena la discriminació horària (com hem vist, la resposta és afirmativa si consumeixiu un mínim del 30% de l'energia en els períodes vall).
- Analitzeu si podeu abaixar la potència contractada.
- Compreu electrodomèstics i bombetes de baix consum.
- Aproveu la llum del sol per evitar la dels llums. No tingueu llums ni electrodomèstics funcionant si no els feu servir.
- Si teniu aire condicionat, tingueu-lo a una temperatura raonable.
- El 90% de l'energia que fa servir una rentadora en programes a temperatura alta és per escalfar l'aigua. Si rentem amb programes d'aigua freda, estalviarem consum d'energia.
- Els aparells que estan connectats a l'endoll consumeixen energia encara que l'aparell estigui apagat. Un bon consell doncs és que els tingueu desendollats.

Ivan Prole



vjeran lisjak



freqüents són la tarifa 2.0A (potència inferior a 10kW i sense discriminació horària) i la 2.0 DHA (potència inferior a 10 kW i amb discriminació horària de dos períodes).

CONCEPTES DE LA FACTURA

En una factura normal els termes pels quals pagarem són els següents:

- **Consum** (en funció del nostre consum elèctric).
- **Potència** (en funció de la potència que tenim contractada)
- **Impost sobre l'electricitat**
- **Lloguer d'equips**
- **IVA**

EL GAS

En el cas del gas hi ha menys marge de maniobra per estalviar quan analitzem la factura ja que la majoria d'usuaris fe servir la tarifa 3.1, per a consum de fins a 5.000 kW anuals i no és possible fer discriminació horària.

CONCEPTES DE LA FACTURA

En una factura convencional de gas pagarem pels següents termes:

- **Consum**
- **Impost especial sobre hidrocarburs**
- **Terme fix**
- **Lloguer**
- **IVA**

Per tant, l'estalvi que podem fer és a través de mesures d'eficiència, algunes de les quals us presentem tot seguit:



CONSELLS D'ESTALVI DE GAS

- Feu servir calderes eficients.
- Tingueu bons aïllaments a la vostra llar perquè no s'escapi la calor a l'hivern i no us entri la calor a l'estiu.
- No feu servir més del compte la calefacció i abrigueu-vos (a casa, no cal anar en màniga curta a ple hivern). Es calcula que cada

grau de més que tinguem a casa, suposa un augment del 8% del consum.

- Les plaques solars d'aigua calenta són una inversió que es rendibilitza en pocs mesos.
- Les calderes de biomassa poden substituir el gas en sistemes eficients i no generen gasos contaminants.

Regala una targeta regal!

NOU Servei de pestanyes!

CARTA DE SERVEIS

Depilació
Al·limentació depilació
Belleza de las uñas
Belleza de la piel
Belleza
Tratamiento facial
Masajes
Manicure

C/Noi 28. Caldes de Malavella. Telèfon: 972 47 03 46

MAXCARA

21 DÍAS CON MAQUILLAJE PERMANENTE DE PESTAÑAS

ACTES BENÈFICS A CALDES

MARATÓ DE TV3

La Marató de TV3 d'enguany va comptar a Caldes amb la implicació activa de les entitats, que es van bolcar a fer activitats per recaptar diners. Cal agrair la col·laboració de cadascuna d'elles, hagin recaptat més o menys diners, ja que cada euro que s'hagi afegit a la recaptació és molt important per poder investigar les malalties neurodegeneratives.

Un exemple de l'entusiasme de les entitats és la nota que ens envia el Club Patí Caldes on manifesta que volien "estar presents en els actes que des de Caldes de Malavella s'organitzen en benefici de la Marató". A la patinada popular tradicional en la passada edició van afegir-hi una demostració d'hoquei a la plaça de l'Ajuntament nou i una xocolatada amb melindros solidària. La Colla Gegantera, que va fer una cercavila, escriu en el seu article que està "satisfeta d'aportar el nostre petit granet de sorra per poder ajudar en la investigació de les malalties neurodegeneratives" i donen les gràcies als qui hi han fet aportacions "per la vostra col·laboració i solidaritat". També el Club de Patinatge Artístic, que va fer una exhibició de patinatge, se'n fa ressò i agraeix igualment la col·laboració un any més. Per últim, el Club Volei Joves Caldes, que va organitzar una quina solidària, agraeix "a tota la gent del poble per la seva participació i per la seva solidaritat que un any més va ser de rècord. Per la seva banda, l'Associació de Comerç i Serveis aclareix que a banda de

l'aportació que fa com a entitat, els seus associats han fet aportacions donant productes a altres associacions per poder fer paneres per la Marató. I per acabar, tot i no organitzar cap activitat concreta, el Club Tennis va voler fer-hi també una aportació econòmica. Tot plegat són mostres de l'esperit solidari de les entitats que hi van participar.

Aquestes són les dades recaptades tant per les entitats com per l'Ajuntament:

Parròquia	260,25
Esplai Sant Esteve	50,00 €
Club de Patinatge Artístic Caldes	200,00 €
Club Tennis Caldes	25,00 €
Club Voleibol Caldes	3.171,00 €
Associació Gent 3a. edat de la Casa Rosa	340,00 €
Associació Gastronòmica	264,13 €
EspaiCaixa	530,00 €
Club Patí Caldes	158,00 €
Unió Esportiva Caldes	163,12 €
Colla Gegantera de Caldes i Grallers Escaldats	220,00 €
Subhasta de Quadres procedents del concurs de pintura ràpida feta per l'Ajuntament	305,00 €
Associació de Comerç i Serveis	150,00 €
ANC de Caldes	37,50 €
TOTAL RECAPTAT	5.874,00 €





Racó de manualitats de l'Esplai Sant Esteve



Escudella solidària a càrrec de l'Associació Gastronòmica de Caldes



Cercayila



La Colla Gegantera amb la Marató



Demostració dels jugadors del Club Patí Caldes



Exhibició del Club de Patinatge Artístic Caldes



Quina del Club Volei Joves Caldes

10A FIRA D'OPORTUNITATS

Càritas Parroquial de Caldes de Malavella i Sant Andreu Salou va fer una campanya de recollida d'aliments de primera necessitat durant la Fira d'Oportunitats (17 de novembre i 15 de desembre). Els paradistes hi van contribuir amb l'aportació d'aliments i Càritas disposava d'una guardiola per qui volgués col·laborar amb una aportació econòmica:

Pasta: 77 Kg; **Arròs:** 78 Kg; **Oli:** 14 L; **Sucre:** 17 Kg; **Llet:** 52 L; **Caldo:** 12 L; **Farina:** 10 Kg; **Sal:** 5 Kg; **Tomàquet:** 13 pots; **Galetes:** 39 paquets; **Llegums:** 52 Kg; **Peix 125g:** 20 llaunes; **Llegums:** 21 pots; **Peix pack 3:** 4 packs; **Peix pack 6:** 1 pack; **Cola-caò:** 2 pots; **Patates:** 3 Kg; **varis:** 79 unitats.

Guardiola de Càritas durant la Fira 32'90 €.

GRAN RECAPTE D'ALIMENTS

El cap de setmana del 29 i 30 de novembre es va dur a terme el Gran recapte a tot Catalunya, també a Caldes. Es tracta d'una campanya organitzada pels quatre Bancs d'Aliments de Catalunya i que recull menjar que es destina a les persones més necessitades. Els productes recaptats a Caldes van ser els següents:

Llet: 435,5 L; **Arròs:** 369'400 Kg; **Llegums:** 230,259 Kg; **Oli:** 169 L; **Pasta:** 144'750 Kg; **Sucre:** 127 Kg; **Peix:** 24'624 Kg; **Farina:** 29 Kg; **Varis:** 191,350 Kg.
Kg totals: 1820'883Kg

TIÓ SOLIDARI

El Tió solidari ha estat enguany organitzat per la Parròquia, l'Espai Jove i l'Associació de comerç i serveis de Caldes de Malavella. Tot i estar a l'Església del 22 de desembre fins al dia de Reis, el dia 22 de desembre va sortir per celebrar el Caga Tió solidari. Els aliments recaptats van ser els següents:

Sucre: 65 kg; **arròs,** 61 Kg; **llegums,** 30,5 Kg; **llet,** 29 L; **pasta,** 29 Kg; **oli,** 23 Kg; **tomàquets:** 14 pots; **varis,** 19; **brou,** 3 L; **galetes,** 17 paquets; **sal,** 2 Kg; **llaunes de peix,** 5 packs de 3 unitats; **sucs,** 2 L; **llet infantil,** 2 pots; **"potitos" infantils,** 12 unitats.

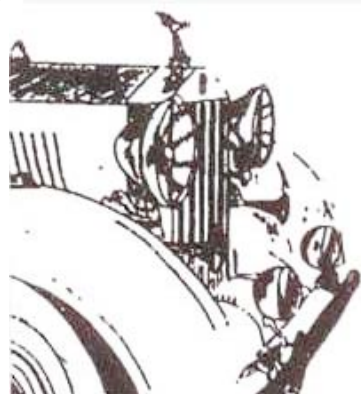
Per a més informació sobre el Gran recapte d'aliments,

la recollida d'aliments dins la 10a Fira d'Oportunitats i el Tió solidari, consulteu els espais de la parròquia i de Càritas a l'apartat de les entitats.



RECOLLIDA DE JOGUINES

Durant la celebració del Mercat de Nadal, el dia 22 de desembre, la Creu Roja de Llagostera va instal·lar un punt de recollida de joguines de segona mà per lliurar-les a famílies necessitades.



PLANXISTERIA i PINTURA **ALBERT**

C/ Tossa, 45 17240 - Llagostera
972 805 309

Els nostres serveis són els següents:

- Reparació de sinistres de qualsevol companyia asseguradora
- Pressupostos sense cap compromís
- Reparació d'òptiques, opaques, mates amb pèrdua de lluminositat
- Reparació i restauració de cotxes clàssics
- Rotulació per a tot tipus de vehicles
- Substitució de llunes o parabrises de qualsevol vehicle
- Acompanyem el client a casa un cop ha deixat el cotxe al taller
- Acabada la reparació se li porta el vehicle a casa
- També us podem oferir cotxe de substitució



Contacta amb nosaltres:

Telèfon: **972 805 309**

Fax: **972 831 879**

e-mail: **planxisteriaalbert@yahoo.es**

ACTE PER LA IGUALTAT I RESPECTE DE GÈNERE

Caldes de Malavella va celebrar el dia 24 de novembre el Dia internacional contra la violència de gènere que pròpiament és l'endemà, el 25 de novembre. Com a moltes altres parts del món, va obrir l'acte la lectura del manifest que va llegir Vanesa Pajares, germana de la caldenca Dolores Pajares, assassinada l'any passat pel seu cunyat. Seguidament, els alumnes del Servei d'Ensenyament Musical de Caldes van oferir diverses actuacions musicals. En acabat, l'actor Joan Enric Carreras va fer un esment de l'obra que el cap de setmana següent va interpretar. Es tracta del monòleg "Còmplices", una adaptació del llibre que porta el mateix nom de l'escriptora Isabel Clara Simó i que tracta sobre la violència de gènere. Després, l'escriptora caldenca Mònica Huix-Mas (pseudònim de Mònica Vilà) va llegir un poema sobre la mateixa temàtica que va dedicar a la família de Dolores Pajares. Per últim, la Xarxa de Dones va oferir globus inflats que els assistents van deixar anar per elevar els seus desitjos a l'Univers.



Joan Enric Carreras



Mònica Huix-Mas



Lectura del manifest a càrrec de Vanesa Pajares



El públic assistent



Actuació d'alumnes del Servei d'Ensenyament Musical de Caldes



Deixant anar els globus

TRIJORNIDI, GUANYADOR DEL CONCURS D'APARADORS DE NADAL

Trijornidi ha estat el comerç guanyador del concurs d'aparadors de Nadal que ha organitzat l'Ajuntament de Caldes de Malavella amb el suport de la Generalitat de Catalunya, del Consorci de Comerç, Artesania i Moda de Catalunya (CCAM), de la Federació de Comerç de la Selva (el jurat el formaven membres d'aquesta federació) i de l'Associació de Comerç i Serveis de Caldes de Malavella. Podeu veure l'aparador a la foto que acompanya aquest text. El segon premi va recaure en la Farmàcia Casanovas, mentre que el tercer ha anat a parar a la Dietètica de Caldes.



ACTIVITATS DE NADAL



CARTERA REIAL



CONSTRUCCIONS

J. Barnés

www.jbarnes.cat

☎ 626 890 087

Rústic

Rehabilitació

Estructura

Teulades

*Serveis i
Manteniment*

Obra nova

SOLUCIONS PRÀCTIQUES

Elimini el risc de caiguda canviant la banyera per un plat de dutxa

☎ 626 890 087

construccions@jbarnes.cat

C/Indústria, 13. 17455 Caldes de Malavella

REIS



Foto: Oscar Planes



LES TRES **GERIONES** CALDENQUES: "TENIM L'AGENDA PLENA DE CONCERTS FINS A L'OCTUBRE. FAREM PARADA A CALDES!"

Entrevistem tres caldenques que han triomfat al programa de TV3 *Oh Happy Day*. Són la Jana Boadas, la Núria Buhigas i la Mariona Capellera. Des de fa anys canten a la coral Geriona que ara, i després d'arribar a la semifinal d'*Oh Happy Day*, va catapultada cap a l'èxit amb l'agenda saturada de concerts i amb propostes de compositors reconeguts que s'han ofert a compondre peces úniques per la Geriona. I encara més, ja tenen en marxa un projecte de CD.

Arribar a la semifinal d'Oh Happy Day, quatre mesos de sortir a la televisió i que tot Catalunya conegui la Geriona. Com resumiu el vostre pas pel programa?

Núria Buhigas: Un somni fet realitat.

Mariona Capellera: Una experiència màgica, única i irrepetible.

Jana Boadas: Aprendre, cohesió de grup i creixement personal.

Però la Geriona no neix amb el programa. Què fèieu abans?

MC: Aquesta coral existeix des de l'any 2000, en un format més clàssic i amb concerts comptats. Ens contractava algun Ajuntament per a actes i homenatges. Fèiem poques coses i molt clàssiques.

A Oh Happy Day des del principi us han catalogat en un format molt clàssic, tot i que al final hem vist un estil més desenfadat.

NB: Sí, Geriona té un estil molt clàssic. A més, el vestuari que el programa ens va atorgar va reforçar encara més aquesta imatge "d'àngels" o de "nenes mones" amb què ens van identificar. Però al programa no els va interessar que només cantéssim temes clàssics -que ens anaven molt bé- i van triar-nos peces que sortien molt del nostre repertori.

Precisament el sentiment i l'emoció us ha connectat molt bé amb el públic.

"Tenim un CD en marxa i hi ha compositors que s'han ofert a compondre temes per nosaltres"

MC: Som sentiment i emoció. Ho vam dir des del primer programa i ens hem mantingut en la línia. Si la gent s'ha emocionat veient-nos per la televisió el dia que ens vegin en directe se'ls posarà la pell de gallina... Els que ja ens hi ha vist diuen que no hi ha punt de comparació a com sonem a la televisió.

Deu de Veu, guanyadors. Geriona, que hi entén de música, hi està d'acord?

JB: Les tres corals que van arribar a la final es mereixien guanyar, però Deu de Veu han evolucionat molt durant aquests mesos. A més, van ser l'únic cor, que com nosaltres, va estar tres vegades nominat. Han tingut un programa més complicat, en quant a nervis i pressió, que no pas Ol'Green i Messengers.

Què li diríeu al jurat?

NB: Que hauria d'haver repartit més la nominació. No hi havia cap cor que fos excel·lent. Tots hem estat millors o pitjors una setmana o altra i, per tant, com a mínim una nominació tocava a tothom. I també



que unifiqués el criteri de valorar perquè a uns cors ens insistien molt amb la coreografia o l'afinació i a d'altres, no.

Al principi, el jurat va ser molt dur amb Geriona. Us insistien molt amb la coreografia i valoraven poc el que fèieu bé.

JB: El més important era no fer-se mala sang amb els comentaris que rebíem. A vegades, ens criticaven aspectes que adjudicava el mateix programa com els arranjaments de la cançó o la coreografia. Hem après a relativitzar i aprendre de les crítiques.

Però teníeu un "aliat" dins el jurat que us defensava de moltes crítiques... en Guille Milky Way.

MC: En Guille va congeniar molt amb el nostre estil, la nostra manera d'interpretar les peces i ha estat un gran aliat dins el jurat. Estem molt contentes del suport i la confiança que ens ha donat durant tot el programa. Després de setmanes de molt d'esforç les seves paraules eren una bona empenta per seguir treballant fort a cada assaig i a cada gravació.



Com i quan assajàveu per preparar cada gala?

MC: Començàvem el mateix diumenge després del programa de dissabte i assajàvem cada dia fins el dijous. Cada setmana teníem una peça nova, un ball nou i al principi, arribàvem a casa molt desanimades. Hi havia peces molt difícils

-En algunes vam fer fins a sis veus i ens costava ajuntar-ho amb la coreografia. Però en vam aprendre i cap al final, amb tres dies ho teníem tot lligat i ens quedaven uns dies per repassar abans del divendres que era quan gravàvem el programa.

Quin ha estat el paper de la directora?

NB: L'Imma ha estat clau. Ha preparat totes les peces d'acord amb els arranjaments que demanava el programa i s'ha arribat a aprendre cada setmana totes les veus! Ella és molt perfeccionista i per això hem tingut aquests bons resultats.

Repetiríeu?

MC: Sí, amb els ulls tancats. *Oh Happy Day* ens ha aportat moltes coses. Per una banda, ens ha fet créixer com a cor perquè ens ha cohesionat. I per l'altra, i professionalment, ens ha fet guanyar presència dalt de l'escenari.

Però us ha obligat a aparcar moltes coses de la vostra vida i sacrificar gairebé el dia a dia...

JB: Hem dedicat mig any de la nostra vida a *Oh Happy Day*, però ens ha compensat. Hem aparcat projectes perquè sabíem que participar en el programa era una oportunitat única que no podíem desaproveitar. L'havíem de viure al cent per cent.

Parleu d'una oportunitat única. Quines portes us ha obert?

NB: Moltíssimes. Geriona ha agafat nom arreu de Catalunya, molta gent ens coneix i està interessada en contractar-nos per a fer concerts. Tenim l'agenda plena fins el mes d'octubre!

I aquesta gira farà parada a Caldes?

MC: Sí, vindrem de concert a Caldes i en tenim moltes ganes. La data, però, encara no es pot anunciar... només que serà cap a la primavera.

Quin tipus de concert ofereix Geriona?

NB: Oferim repertori del programa i també el repertori clàssic que fèiem abans de sortir a la televisió. Tot i això, mai més no serem tant clàssiques com érem abans. Se'ns ha contagiats el moviment i les coreografies que el jurat ens han insistit tant en fer. El programa ens ha fet entendre que una coral pot incorporar moviment sempre i quan no alteri el cant. El vestuari tampoc no és el mateix. Ara, en molts concerts anem de negre.

Tinc entès que ja heu pujat a escenaris de renom...

JB: Hem cantat en una sessió del musical *Sonrisas y Lágrimas* al Teatre Tívoli de Barcelona perquè els actors van triar el cor Geriona per actuar en una representació. Cantar en el musical d'una pel·lícula que em porta tants records d'infància, ha estat impressionant.

Us paren pel carrer?

NB: Ui, molt! Ens aturen petits i grans, ens tiren floretes, ens han

"Cantar en una coral és la millor experiència musical i personal que he tingut mai"

dit que "som uns angelets" i moltes coses més. A més, els fans no paren d'enviar-nos correus electrònics, missatges a Facebook i Twitter, enviar-nos cartes per correu postal. Fa molta il·lusió.

On li agradaria ser a Geriona d'aquí un any?

MC: Ens agradaria que funcionin tots els projectes que tenim en marxa, per exemple, treure un disc. Tenim ofertes amb artistes importants i també hi ha compositors s'han ofert a crear peces perquè les interpreti la coral Geriona, per exemple, una sardana. Esperem que tot això ens doni tirada pel futur i que el que estem vivint ara continuï.

Un programa de corals que ha triomfat... Quin és el paper del cant coral a dia d'avui?

JB: El cant és l'expressió de l'ànima i això és un dels grans punts forts del cant coral: poder transmetre sentiments a través d'un instrument –la veu– que més o menys educat tots podem utilitzar. I si es fa en grup, com és el cas de les corals, la sensació és espectacular. Cantar en una coral és la millor experiència musical i personal que he tingut mai. És molt probable que el cant coral a Catalunya noti l'efecte de l'*Oh Happy Day*. A tall d'exemple, a la coral de Caldes –que dirigeixo juntament amb la Mariona– l'any passat érem vint nens i aquest any hem arribat a quaranta. ■

ENTREVISTA A JOAQUÍM BARCELÓ JORDÀ, CONSTRUCTOR

Joaquim Barceló és un emprenedor. Arran de la seva passió pel treball i del seu companyerisme va crear la seva pròpia empresa, Construccions Barceló Jordà SL. Creu en el treball com a forma de realització, en la constància, en el progrés fruit de l'esforç i l'interès en millorar dia a dia. Veu la competència com a companys de professió disposats a donar un cop de mà. En Joaquim ens inspira aconseguir les nostres fites. Una conversa amb ell recorda que l'important és triomfar a llarg termini, una fita en què la qualitat humana i la seriositat en el treball són arguments indispensables.

Quina ha estat la teva trajectòria?

Porto tota la vida a Caldes. Vaig començar a treballar amb 16 anys i després de treballar en una fàbrica vaig apostar per la construcció pensant que m'agradaria, com així ha estat els darrers 22 anys. En el món de la construcció vaig treballar primer amb Vinyals i després amb Massa Casals abans d'establir-me pel meu compte. Actualment, a Construccions Barceló Jordà tenim una plantilla de 7 treballadors, 3 dels quals són familiars.

Quina és l'actualitat del sector?

Actualment és complicat. Abans el treball abundava, hi havia molta feina de nova construcció, que compaginàvem amb rehabilitació. Ara no hi ha obra nova, tot és manteniments i rehabilitació.

Com es quantifiquen els costos dels projectes?

Els costos poden ser per administració o per pressupost. Antigament dominava l'administració. Ara sols es treballa amb pressupost, suposo que a causa de la crisi. El pressupost és bo pel client. En l'administració queda obert i no saps quan es tancarà. Els clients normalment segueixen els projectes de prop, la qual cosa facilita el nostre treball. Si el client ve acabada l'obra, no sap què s'ha fet ni el perquè i això pot donar lloc a problemes.

Com ha canviat el treball amb el pas del temps?

La manera de treballar ha canviat molt amb el pas del temps. Abans

"Per crear una empresa la decisió és més un tema moral que econòmic"



treballava amb carretó. Era un treball més pesat o, millor dit, més físic però més tranquil alhora.

Com és el pas d'assalariat a emprenedor?

Per crear una empresa la decisió és més un tema moral que econòmic. Jo era paleta i sempre m'ha agradat saber i aprendre més. Portes un carretó, poses totxos, després intentes interpretar plànols i vas aprenent l'ofici.

Si treballes per un sou saps que treballes unes hores. Treballar pel teu compte és la mateixa filosofia, cobrar per un treball determinat. Si t'agrada treballar sempre queda la via de retorn com a assalariat. Quan fas una feina no penses el que guanyaràs o perdràs sinó en fer la feina el millor possible. Es treballa per la feina, els guanys ja vindran.

S'ha d'invertir molt per crear una empresa?

El més important és tenir vocació de treball. Mai no he demanat finançament extern, he anat fent a poc a poc. Quan he necessitat alguna eina, sempre hi ha hagut algun company que me les ha prestat. La imatge amb els companys de professió és molt important. Per exemple, si cal un transpalet també el pots llogar, però aleshores perds tots els guanys.

"Quan fas una feina no penses el que guanyaràs o perdràs sinó en fer la feina el millor possible."

Diuen que en el món de la construcció hi ha molts robatoris...

Efectivament, a mi m'han robat cada any i algun any, dues vegades. Afortunadament mai no han estat coses de molt valor però sí que m'he trobat anar a treballar i no disposar de fils de corrent, del muntacàrregues o d'un transpalet.

Fins i tot m'han arribat a robar la ferralla de les obres.

Com veus la relació amb l'Ajuntament?

Hi veig una relació bona. Ens donen feina, més ara en temps de crisi que abans i sempre m'han atès correctament. No puc opinar del tema dels permisos, ja que se n'encarreguen els clients directament.

Quina és la vostra àrea d'actuació?

Fora de Caldes he treballat fins a Matadepera, en zones com Sant Feliu de Guíxols, Cassà de la Selva, Llagostera, Riudellots... és a dir, les rodalies de Caldes. Ara estem més disposats a fer desplaçaments però seguim apostant per les rodalies de Caldes.

Com us doneu a conèixer?

M'anuncio en la Festa Major de Caldes o de Franciac. Ens funciona

"Ara no hi ha obra nova, tot és manteniments i rehabilitació."

molt bé el boca-orella i en alguna obra he posat algun cartell publicitari.

Quines aficions tens?

M'agrada caminar, sortir i veure alguna fira i mirar partits de futbol si tinc temps, no tinc aficions fortes. ■



FARMÀCIA CASANOVAS

C. Vall-Ilobera, 17 - 17455 Caldes de Malavella (Girona) - Telèfon 972 470096

Fórmules magistrals
Plantes medicinals
Nutrifarmàcia
Dermofarmàcia
Ortopèdia
Homeopatia

Us oferim els nostres serveis:

Atenció farmacèutica i consells de salut
Mesura de la tensió arterial segons els protocols de treball
Sistema personalitzat de dosificació per a pacients polimedicats
Consulta de dietista – nutricionista col·legiada

Farmàcia associada a XARXAFARMA

Web: www.farmaciamcasanovas.cat

correu: fciamcasanovas@xarxafarma.cat / info@farmaciamcasanovas.cat

Visita'ns a Facebook! 

EL LLAC DEL CIGNE

Aquesta urbanització és, sense cap mena de dubte, la primera que es va fer a Caldes de Malavella i va créixer ràpidament. Dels seus molts carrers, n'hem escollit dos que ens semblen interessants.

CARRER RAMON LLULL

Filòsof, metge i literat mallorquí (1233-1315). Dels seus primers anys en trobem molt poques dades a la seva biografia però se sap que es va casar i que va tenir dos fills. Es dedueix perquè en la seva primera etapa va escriure poemes carnals que va destruir quan es va convertir al cristianisme (molt actiu). Va trencar els seus llaços familiars i va fundar el col·legi missional de Miramar. Va viatjar molt (París, Roma, Nàpols, Barcelona...) i fins i tot va anar al Concili de Viena.

Segons la tradició, es va morir en un vaixell a la vista de Mallorca després de recollir-lo exànime als carrers de Bugia a causa d'uns cops inflingits pels seus contradictors. Les seves obres literàries en prosa presenten forma novel·lesca: *Llibre del gentil e dels tres savis* (1275), el famós *Blanquerna*, escrit a Montpeller entre el 1288 i el 1295, *Fèlix o Llibre de Meravelles* (1298) són alguns dels més importants. En vers, per exemple, destaquem *Los cent noms de Déu*. Va ser sense cap mena de dubte el creador de la prosa literària en català. Sobretot destaca el seu llibre *Amic e amat i Arbre de Filosofia d'Amor*, no escrits en vers però d'un lirisme excepcional.



Ramon Llull predicant



El Carrer Ramon Llull

CARRER D'EN SERRALLONGA

Es deia Joan Sala però era conegut com a Serrallonga. Va ser un dels més importants bandolers catalans durant el segle XVII, especialment entre 1627 i 1630. Formava part d'una banda que es deia "Los nyerros" i atemorien la població amb els seus excessos, encara que una part el consideraven un heroi. El varen detenir i jutjar pels seus crims i es va morir executat a la forca a Barcelona l'any 1634. ■



Cartell de la minisèrie Serrallonga, estrenada l'any 2010



El carrer Serrallonga

MONJA ESCALDADA

Us relatem una història passada a Caldes de Malavella l'any 1342 i documentada a l'Arxiu Històric de Girona. La trama principal doncs està basada en fets reals, encara que els diàlegs i algun detall són ficticis (la nota al final de l'escrit ho aclareix).

El primer raig del sol del dia entra per les esclotxes dels porticons de la finestra. El fuster no els havia ajustat prou bé i la llum descobreix *in fraganti* els últims mosquits que, durant la nit, han estat triant la millor opció per al seu aliment. N'hi ha un que s'afanya a punxar aquella pell tan blanca i fina que mai no havia vist. Massa tard. La petita remor del seu brunzit ha estat suficient per... Pafff!

El xoc de la mà contra la seva pròpia galta la comença a despertar. Era només un mosquit petit, petit. S'ha escapat. Però el seu voleteig sonor s'enduu el seu pensament cap a tot el que va fer el dia anterior. Visions d'un país que no era el seu, d'estanys i aiguamolls allunyats del mar i alimentats per petites rieres que hi moren. Unes rieres que neixen d'unes fonts d'aigua terribles. Encara nota la cremor de quan s'hi va acostar, assedegada després d'un llarg dia de camí i desitjosa de refrescar-se, una cremor que li va saltar de les mans fins a la boca i més endins, gorja avall, amb el primer glop d'una aigua roent

com el foc. En quin país era?

- Ja us heu llevat, madona Gallarda?

Espera. Però ningú respon. Allarga el braç, palpa la part del llit que, durant la nit, havia ocupat la seva companya de viatge, na Gallarda d'Olius, monja de Sant Pere de les Puel·les, de Barcelona, de l'orde de Sant Benet, com ella mateixa. Volia conèixer la casa d'on venia, Sant Benet de Narbona, el monestir femení més antic de les terres del Llenguadoc.

- On sou, germana?

Res. De cop, s'aixeca, mira el llit. Llençols rebregats per sobre dels coixins. No hi ha ningú. La cremor de mans i boca del darrer vespre se li escampa per tot el cos, fins que una esgarripança gelada li neix del mig de l'esquena.

- Aaaaaaaaahh! Aaaaaaaaahh!

Els crits alcen de cop el cap de la casa, en Bonaire Sabater, hostaler

de la vila de Caldes. La seva muller, n'Ermessenda, continua roncant al seu costat.

- Què passa? Qui crida? Desperta, dona, desperta.

Sense temps per vestir-se, surt de la cambra. Dóna a un petit pasadís. Els crits vénen de la cambra del final, la que ocupaven les dues monges que van arribar la tarda d'ahir. Una era del país, l'altra no. Parlava la llengua d'oc i una mica de llatí. L'hostaler s'atura per esperar la dona, potser les monges s'esverarien veient-lo així.

"El muler ha segrestat la monja? Per què? On l'ha duta?"

- Aaaaaaaaahh! Ajuda, socors!

- Tira, home, tira! – l'empeny la dona.

A la cambra, troben la monja forastera cridant, panteixant, plorant. A prou feines pot parlar. Pels gestos entenen que la seva companya no hi és. Ell surt de la cambra per entrar a les altres habitacions. Sort que a prou feines hi ha hostes. Baixa a la planta baixa, mira a la sala, a la cuina. Tot seguit, crida perquè baixin la seva dona i la monja. Els assenyala la porta forana de l'hostal. Era oberta de bat a bat.

- I l'home que les acompanyava? On és?

N'Ermessenda el recordava bé. Barbut, alt, gros, cabell negre, vestit del país. S'encarregava de guiar



El camí de Caldes a Vidreres és per on fugiren els lladres de les joies de la monja narbonesa.

els tres muls amb què les monges anaven de Barcelona a Narbona: dos per dur-les a elles i el tercer carregat amb l'equipatge. El recordava, perquè a prou feines va dir res a l'hora del sopar. I sobretot per la seva mirada, que esquivava qualsevol que l'observés. En Bonaire corre cap a l'estable: d'animals, només n'hi ha dos, al paller no hi ha ningú. Ha segrestat la monja? Per què? On l'ha duta?

L'hostaler surt decidit. Ni se n'adona que encara duu el vestit de dormir. El dia ha començat de cop. A la vila, a prou feines se sent res. Se'n va cap a la casa del batlle. L'únic que hi pot fer alguna cosa. El crida i li explica el que ha passat.

- D'acord, em vesteixo, crido els meus homes i vinc tot seguit a l'hostal.

Quan torna, la monja s'ha asserenat. És a la sala, prenent pa i formatge, amb un got de vi aigualit com el de tota la contrada. El batlle, ara sí, ben empolainat, no tarda a arribar. El segueixen els seus quatre sequaços, antics bandits ara al servei de l'autoritat, i també el notari de la vila, que de seguida prepara els estris per escriure tot el que calgui. Es presenta:

- Madona, el venerable Bernat Mateu, batlle de Caldes de Malavella en nom del noble senyor Pere de Montcada, al seu servei.

- Senyor, jo sóc na Bonassies de Sent Maixenç, monja del monestir de Sant Benet de Narbona.

Els hostalers, a requeriment del batlle, expliquen tot el que ha passat. El batlle reacciona immediatament. Cal apressar-se per tal de poder enxampar els dos fugitius. Mana als seus homes que els busquin i capturin, si els troben. Els dirigeix, un cap a Girona, un cap a Cassà de la Selva, un cap a Llagostera i un cap a Santa Coloma de Farners. Res de segrest. A la casa no hi ha cap senyal de baralla. Els



Cal Ferrer de la Plaça, una de les més antigues de Caldes, devia ser la casa del batlle.

dos, la monja i el muler s'han posat d'acord per escapar. Per què?

El matí passa a poc a poc. L'espera es fa molt llarga. Davant de l'hostal s'hi ha format un aplec de gent. Tothom explica la història. Molts esperen esdeveniments. És estiu. La collita ja fa temps que s'ha acabat. El batre també. Però encara no és hora ni de veimar ni de llaurar els camps. S'acosta un home de Maçanet que sol venir a mercat,

"Sense temps per vestir-se, surt de la cambra. Dóna a un petit passadís. Els crits vénen de la cambra del final, la que ocupaven les dues monges que van arribar la tarda d'ahir"

n'Arnau Font. Però avui no n'és dia. Diu que ve per un tracte i ha de visitar el notari, que continua esperant notícies a l'hostal. Per això ha vingut. Assabentat de la història, reacciona amb sorpresa.

- Vet-ho aquí! Aquest matí, a l'hora del primer poll, poc després de sortir de casa, pel camí públic de Vidreres, a mitja llegua de Caldes, m'he trobat de cara amb un home i una dona vestida de negre com una monja. Bon dia!, que els dic jo. Res. L'home ni m'ha mirat. He ventat una estrebada ben forta a la cor-

da amb què guiava el mul que duia una caixa. La dona, m'ha fet un gest però ha seguit caminant. Bon dia!, els torno a dir. Res, ni s'han girat.

L'estupefacció és a la cara de tothom. Els fugitius han pres el camí de Vidreres i Maçanet. Algú ho ha anat a dir al batlle. És hora de dinar. Vindrà després d'haver fet una becaina. Quan arriba a l'hostal, ja hi ha els seus homes. Res de res. No han trobat res. Havien d'haver anat cap a Vidreres. El batlle entra a la sala de l'hostal. La monja i els hostalers el miren de manera inquisitiva: com és que no ha fet anar ningú pel camí públic de Barcelona?

- La meva jurisdicció sobre el camí només arriba fins al castell



Dependència de Cal Ferrer durant les feines de reforma de fa uns pocs anys

de Sant Maurici. Quan entrem al terme de Vidreres, qui mana és el vescomte de Cabrera. Jo no hi puc res allà. Qui ha fugit, ho sabia prou bé que aquest era l'únic camí pel qual ningú el podria perseguir.

Na Bonassies, la monja, se sent descoratjada. Com ho explicarà a la mare abadessa? Com s'ho farà per tal que la creguin? I per arribar a Narbona, sense diners? Els hostalers, preocupats perquè l'afer ha passat a casa seva, decideixen donar-li un cop de mà. Parlen amb el notari, que avui ha convertit una de les taules de l'hostal en el seu despatx, i decideixen escriure un document explicant tot el que ha passat. En Bonaire i la seva dona escolten la monja explicant-ho una altra vegada. Mentrestant, netegen les taules i preparen el que faran per sopar. Tot d'una, es fa el silenci a la sala. La monja està explicant

el que ha trobat a faltar:
- ... vint-i-cinc lliures barceloneses... entre or i argent... vestits... llibres...

De reüll, els hostalers veuen com la monja ensenya un collaret d'argent al notari.

-... les joies eren com aquesta...

Amb els ulls oberts com taronges es van quedar en Bonaire Sabater i

n'Ermessenda després de veure com llüia aquella joia que encara duia a sobre la monja robada i estafada. Mai més se'ls va esborrar la imatge d'aquell collar, amb boles d'argent combinades amb pedres precioses. La recordaven perfectament quan, al cap d'uns mesos, van veure la dona del batlle sortint dels banys públics de Caldes amb un collaret igual. La monja de Narbona feia temps que era fora. Com podia ser que la tingués? No seria que el batlle... els fugi-

Tant els diàlegs com el detall que la dona del batlle s'havia quedat amb una de les joies són ficticis. Els personatges i la resta de la història apareixen en una notícia del divendres 30 d'agost del 1342 que es conserva en els folis 12 i 13 del volum 24 dels llibres notariais de Caldes de Malavella, a l'Arxiu Històric de Girona. Es tracta de la declaració efectuada davant del notari de Caldes, del batlle Bernat Mateu i de diversos testimonis per Bonaire Sabater, hostaler, i per la seva muller Ermessenda, i pel maçanetenc Arnau de Font dels fets que havien succeït al seu hostal i al camí de Caldes a Vidreres. Els ho havia demanat Bonassies de Sent Maixenç, monja de Narbona, per tal de tenir un document que l'excusés del robatori de què havia estat víctima davant les altres monges de la seva comunitat.

A mitjans del segle XIV, el batlle de Caldes era el representant del senyor jurisdiccional, Pere de Montcada, que tenia atribucions per perseguir els delinqüents i, si es donava el cas, per jutjar-los. A Vidreres, però, la jurisdicció corresponia als vescomtes de Cabrera i als seus agents.



VISITES TURÍSTIQUES
"la personalitat d'una vila termal"
diumenges al matí
Oficina de Turisme 972480103, 11h. 3 eur.

VISITES GUIADES

PRESENTACIÓ DEL PLA DE MARXANDATGE

El divendres 20 de desembre l'alcalde Salvador Balliu va presentar el pla de marxandatge que ha promogut l'Ajuntament de Caldes de Malavella amb la col·laboració de l'Associació de comerços i serveis i comerços artesans del nostre municipi. L'acte va servir també per presentar la nova imatge i el lema turístic del municipi: "Malavella't".

El pla de marxandatge consisteix, per una banda, en la creació d'una línia de productes que es venen a l'oficina de Turisme, relacionats amb els següents aspectes:

- **La higiene: Barnussos i sabons** L'aigua termal: Gots de faltriguera. Eren uns gots de vidre que els balnearis disposaven a cada clilent i que portaven dins d'una bosseta (faltriguera) per anar a buscar aigua a les fonts termals. Aquestes peces úniques estan elaborades per Trijornidi artesans i tenen pintades referències a les diferents fonts de Caldes.
- **La moda: Joies** basades en els ninots de Caldes, elaborades per Trijornidi artesans.
- **Les tradicions de Caldes: El calendari de paret de l'Hereu Riera**, iniciativa d'Enric Mundet i de Marc Martínez, que inclou el santoral, el calendari del pagès i fotos referents als Balls de l'Hereu Riera celebrats durant l'any passat, **agulles de pit**, fetes per Pom de Flors, amb elements del Ball de l'Hereu Riera (els pals, la barretina i la faixa), i la **Malavella caganera**, elaborada per la Colla Gegantera i els Grallers Escaldats).
- **El golf: Polos.**
- **Altres productes generalistes: Postals, adhesius, bosses de**



roba i de cartró.

Una segona pota del pla és el disseny de la **nova imatge turística** que identifica Caldes. El lema "Malavella't" juga amb el nom de Caldes de Malavella i el verb "meravellar". L'afegit de "Caldes, vila termal" resumeix l'essència que diferencia Caldes de molts municipis de l'entorn. El logotip inclou una ampolla amb gas i fa servir els colors blau de l'aigua, el vermell de l'escalfor de les fonts termals i el verd de la natura.

Un últim punt del pla consisteix en l'edició de **dos fullets** nous de promoció turística de Caldes. El primer és un **llibret gastronòmic** que inclou un llistat amb tots els restaurants del municipi i els serveis que ofereixen. El segon és un fullet amb una **guia dels principals atractius i experiències** que es poden viure a Caldes de Malavella.

L'acte, que va comptar també amb la presència de la regidora de Turisme, Mercè Rossell, va servir perquè l'Associació de comerç i serveis presentés la **Targeta bonus** regal amb la nova imatge de "Malavella't". Es tracta d'una targeta regal que es pot

bescanviar en productes o serveis a tots els comerços i establiments hotelers adherits a la iniciativa.

Per últim, el director del Balneari Vichy Catalan, Diego Piedra va presentar el llibre "**La cuina dels cartells modernistes**", que està escrit per David Heras, xef del restaurant del balneari caldenc, i també pel xef Carles Gaig.

El pla de marxandatge planteja que l'Oficina de turisme sigui un centre comercialitzador del territori, de manera que els turistes esdevinguin compradors de les experiències que han viscut a Caldes. Alhora, la gamma de productes unificats sota la marca "Malavella't" i tota la informació que el visitant té sobre coses a fer a Caldes de Malavella ha d'afavorir la dinamització del comerç, dels serveis i del sector turístic de la nostra vila. ■





LA FIRA D'OPORTUNITATS, PER DUPLICAT

La Fira d'Oportunitats d'hivern s'ha celebrat en dues dates ja que la primera celebrada el 17 de novembre va quedar deslluïda per la pluja que va caure just abans i a l'hora d'acabar. Per aquest motiu, des de Promoció Econòmica es va decidir fixar una nova data, concretament el 15 de desem-

bre. En aquesta última el temps sí va acompanyar i els paradistes van poder oferir els seus productes sense estar pendents del cel. Una edició més, la Fira d'Oportunitats va ser tot un èxit. En total, més de 100 parades certifiquen una fira que comença a ser ja un clàssic.





MERCAT DE NADAL

El 22 de desembre es va celebrar el Mercat de Nadal, amb parades relacionades amb objectes i productes típics d'aquesta època acompanyades de parades d'altres entitats. Paral·lelament, es va habilitar una zona per a la mainada a la plaça de l'Ajuntament nou amb **jocs diversos**, un **circuit de cotxes i caminadors** i un **espai de maquillatge de fantasia**. Van amenitzar el dia les passejades amb **ponis** i els **xurros**, la cantada de **Nadales** de la **Coral Cantaires de Caldes**, la intervenció dels **Grallers Escaldats** i la celebració del **Caga Tió solidari** organitzat per l'**Associació de Comerç i serveis** i l'**Espai jove de la Parròquia**. També a la plaça, la **Creu Roja de Llagostera** va situar un **punt de recollida de joguines** de segona mà per destinar-les a famílies necessitades.



ONZENA EDICIÓ DEL PREMI DE MICROLITERATURA JOAQUIM CARBÓ

El Premi de Microliteratura que organitza l'Àrea de Cultura de l'Ajuntament i la Biblioteca Municipal de Caldes arriba a la seva onzena edició. Aquesta vegada el dediquem a una escriptora relacionada amb el nostre poble pels seus vincles familiars. És la Roser Matheu (Barcelona, 1892-1985), filla de Francesc Matheu, poeta a qui ja vam dedicar una de les edicions anteriors. A part de les bases del concurs, al tríptic informatiu editat per l'Ajuntament hi trobareu la seva biografia i obra literària i podreu descobrir aquesta desconeguda figura de la nostra literatura, escriptora de novel·la i de biografies, entre les quals hi trobem la del seu pare. Una dona que va destacar en l'àmbit de la poesia i que fou guardonada amb la Flor Natural dels Jocs Florals de Barcelona l'any 1932 davant la sorpresa del seu pare, que formava part del jurat. Un premi on es participava amb pseudònim, com el nostre. Una de les seves poesies porta com a títol: **Ofrena** i aquesta serà la paraula clau d'aquesta edició. OFRENA.

OFRENA

Amor, que no et sabem el temple, el pòrtic, l'ara
per la terrible ofrena, una vegada encara
penetrem tremolant en l'invisible clos.

Pren-nos ànima i cos
dins el clam mil·lenari que t'invoca;
pren la goluda boca
i els palmells ben oberts,
pren els desigs incerts
i l'ardida escomesa;
pren-nos, Amor, amb la carn tota encesa
i abrivat d'ansia folla l'esperit.

Mal que tants cops ens hagis ja traït
en la victòria o la desfeta,
uns de més a la turba insatisfeta
venim a tu, captaires famolencs.

Colga en els teus avencs
la voluntat resolta,

què hi fa que ens enganyem una altra volta!
Sobergs d'odi i desig, som, però, els teus esclaus;
accepta avui l'ofrena, que ja farem les paus
quan la Mort ens desclogui les parpelles
davant l'inquietant secret de les estrelles,
i el retrobem tot nu, i ens posi fit a fit
l'inconcebible vol d'un estimar infinit.

(Del llibre *Cançons de setembre*. Barcelona: La Revista, 1936, p. 5-6)

Esperem la vostra participació!



La casa Matheu, construïda pel seu pare, Francesc Matheu, a l'Avinguda Dr. Furest de Caldes



El llibre *Poemes a la filla*, que podeu trobar a la Biblioteca



Roser Matheu, guardonada amb la Flor Natural dels Jocs Florals de Barcelona, l'any 1932

PER A MÉS INFORMACIÓ:

Cal Ferrer de la Plaça - Oficina de Turisme ■ Carrer Vall-Ilobera, s/n 17455 Caldes de Malavella ■ Tel: 972 48 01 03 ■ calferrer@caldesdemalavella.cat
[/turismecaldes](https://www.facebook.com/turismecaldes) [@Turisme_Caldes](https://www.instagram.com/turisme_caldes) [/turismecaldes](https://www.turismecaldes.com)

CLUB DE LECTURA

Les dues últimes sessions del club de lectura les vam fer el mes de novembre. Molt diferents entre elles però igualment interessants.

El primer convidat va ser el poeta **Albert Roig** (Tortosa, 1959). Totalment desconegut per nosaltres, la seva lectura va ser una recomanació directa de l'Albert Mestres. Vam llegir el poemari **La Tempesta** (Edicions 62, 2011) guanyador del *Premi de Poesia del Jocs Florals de Barcelona* del 2011. Va ser una sessió d'aquelles que no s'obliden. La dificultat del text va quedar obviada al conèixer l'autor. Un home vital i irreverent que no havia anat mai a un club de lectura. I que diu que no hi tornarà a anar. Esperem que això no sigui així perquè nosaltres volem repetir. Vam parlar de Brasil, de vell marins menorquins, dels Canganceiros, una banda similar als nostres bandolers però brasilers, de Marsella i de moltes altres coses però sobretot vam parlar d'un poeta, el seu alter ego, Rainer Maria Rilke. Esperem amb impaciència la publicació de la biografia d'aquest reconegut poeta austríac que Roig està escrivint en aquests moments i de la que vam parlar a bastament.

L'últim divendres vam tenir amb nosaltres Joan-Lluís Lluís (Perpinyà, 1963). La Mila, del club de



lectura, va escriure una ressenya al bloc de la biblioteca que m'agradaria compartir en aquest espai perquè descriu molt bé el que va donar de sí aquesta sessió on comentàvem el llibre d'estil **Xocolata desfeta** (La Magrana, 2010).

"Aquest club promet. El nostre convidat, després d'esperar pacientment acomodat a la cadira que tothom estigués a punt, s'ha posat dret perquè diu que no sap parlar assegut. I així, dempeus, ens confessa que el nostre poble forma part del seu "quadrat màgic" personal, perquè és un dels escenaris de la seva infantesa, tampoc tan llunyana.

Sembla una persona tranquil·la i tímida i, segurament, ho és, però revesteix aquesta personalitat esquiva amb fina ironia i bon humor. Fins i tot per explicar-nos la mala salut del català a la Catalunya Nord. En alguns moments brillants de la trobada vivim escenes de còmic i fraternal enfrontament

entre en Joan-Lluís, amb guió, i l'Albert, a seques.

Potser és el primer llibre que treballem que no és un relat sencer sinó el fragment d'una història escrit de més de cent maneres diferents. A hores d'ara ja li he perdonat que em fes sentir una persona ignorant. Ens ha fet una segona confessió: que ha hagut de fer servir tots els diccionaris de la llengua catalana i un munt d'eines lingüístiques de l'idioma per fer el relat.

En Joan-Lluís llegeix, una darrera l'altra, les versions del seu "paràgraf" inicial, però el mateix s'interromp per fer comentaris de la bellesa de les frases o de qualsevol cosa que li passa pel cap, o bé per "barallar-se" amistosament amb el seu *partenaire de performance*. Hi ha de tot: receptes de cuina, haikus, imatges de pintors i, fins i tot, renecs altament vulgars, això sí, en una català immaculat, sempre en favor de la riquesa de la llengua.

No es podia acabar la sessió sense que fer-nos la darrera confessió: per ell, escriure un llibre es com passar temps amb la persona que estimes."

Comencem l'any amb noves propostes, algunes d'arriscades, les nostres preferides. Podeu anar-vos informant al bloc del club de lectura o al Facebook de la biblioteca.

Mercè Barnadas



Novetats

Aquest final d'any 2013 ha vingut acompanyat d'un munt de novetats bibliogràfiques. Gràcies a dues subvencions, una de la Diputació de Girona i l'altra de la Generalitat i amb pressupost municipal per adquisició de fons, hem pogut ampliar algunes seccions de la biblioteca que teníem una mica oblidades, com la de còmic. També hem iniciat una nova secció de novel·les en anglès perquè des de fa un temps és una demanda habitual dels nostres usuaris. Aquestes són algunes d'aquestes novetats.

NOVEL·LA

- MOCCIA, Federico.** *Aquell instant de felicitat*
MURAKAMI, Haruki. *El noi sense color i els seus anys de pelegrinatge*
POSTEGUILLO, Santiago. *Circo Máximo – La ira de Trajano*
PUJOL, Adrià. *Alteracions*
REDONDO, Dolores. *Legado en los huesos*
SAFIER, David. *¡Muuu!*
WILLIAMS, John. *August*
WOLFE, Tom. *Bloody Miami*

CÒMIC

- DURÁN, Cristina.** *Una posibilidad entre mil*
FONOLLOSA, José. *Todo miao*
HENSON, Jim. *Cuento de arena*
MAROH, Julie. *El azul es un color cálido, 1001 cómics que hay que leer antes de morir*
MONTERO PLATA, Laura. *El mundo invisible de Hayao Miyazaki*
MURAKAMI, Takashi. *El perro enamorado de las estrellas*
NILSEN, Anders. *Grandes preguntas*

- RIERA PUJAL, Jordi.** *El còmic en català*
ROCA, Paco. *Arrugues*
THOMPSON, Craig. *Habibi*

LLIBRES EN ANGLÈS

- BARNES, Julian.** *The sense of an ending*
BRADBURY, Ray. *Fahrenheit 451*
BRONTË, Charlotte. *Jane Eyre*
BRONTË, Emily. *Wuthering Heights*
HADDON, Mark. *The curious incident of the dog in the night-time*
ISHIGURO, Kazuo. *The remains of the day*
LEE, Harper. *To kill a mockingbird*
SMITH, Alexander McCall. *The n.1 ladies' detective agency*
SMITH, Zadie. *White teeth*

JUVENIL

- BLANCO, Daniel.** *El secreto del amor*
BURGAS, Àngel. *El club de la canasta*
GÓMEZ CERDÁ, Alfredo. *La última campanada*
CLARE, Cassandra. *Caçadors d'ombres – 1. Ciutat d'ossos*
CLARE, Cassandra. *Caçadors d'ombres – 2. Ciutat de cendres*
GÓM RUSSELL, Rachel Renée. *Diari d'una penjada 2 – Quan no ets la reina de la festa*
HERNANDEZ, Xavier. *El foc dels déus*

INFANTIL

- BRENMAN, Ilan.** *Les princeses també es tiren pets*
MARIETTA. *I els monstres?*
SANS, Cristina. *Com es fan els llibres*
STILTON, Geronimo. *Una tendra, tendra, tendra història sota la neu*

Recomanació Cinema

CHABROL, Claude. *La ceremonia.* 1995.

La Sophie (Sandrine Bonnaire) entra de serventa en una casa benestant. És tímida? No hi acaba de ser tota? Això sí, de seguida es fa evident que amaga alguna cosa,... encara que, malgrat els seus esporàdics rampells, és complidora i fa la seva feina. Però quan la Sophie conegui a la Jeanne (Isabelle Huppert), una tafanera sense límits que treballa a l'oficina de correus, aviat es farà evident la perversitat de les dues dones.

“La ceremonia” va guanyar el Cèsar 1996 a la millor actriu per Isabelle Huppert (també estava nominada en aquesta categoria Sandrine Bonnaire) i estava nominada, entre altres, com a millor pel·lícula i millor director.

Marta Feliu



DCALDES, MÉS QUE UN PROGRAMA DE RÀDIO

Quan sona la versió instrumental de "Cançó de Matinada" per ràdio, els oients de CaldesFM (107.9) saben que comença una tertúlia tranquil·la i distesa amb un convilatà nostre.

DCALDES és un programa de 30 minuts que s'emet en directe els dimarts a les 2/4 de 9 del vespre, es reemet els diumenges a les 11 del matí i que es penja -com tots els altres programes- al web:

www.caldesdemalavella.cat/caldesfm

L'Anna Maria Vilar i en Josep Delemus, amb una petita col·laboració de Mateu Ciurana, apropen setmanalment a l'antena una personalitat caldenca. Perquè

DCALDES no gira al voltant d'una notícia o d'un fet concret. Sempre es basa en la persona que visita l'estudi de la Casa Rosa.

Estem ja a la quarta temporada i hem confirmat dues coses. La primera, és que la mitja hora es fa curta. la segona és que totes les persones poden donar de sí una entrevista a la ràdio local. Tothom té coses interessants a explicar. Segurament molt més interessants que els personatges de relleu que omplen hores de ràdio a les grans cadenes.

Des del primer moment ens vàrem proposar que el ventall de convidats fos el més ampli possible. Entrevistar tant a caldens

i caldenques de naixement com als nous veïns del poble que han vingut a enriquir el nostre teixit social.

Però, ens agrada dir que DCALDES és més que un programa de ràdio pel fet que guardem tots i cadascun dels espais i formen part, com un tresor, del nostre arxiu públic (a disposició de tothom). Segur que d'aquí a molts anys algú dirà que el programa és la memòria sonora de la gent de Caldes.

Si voleu proposar-nos algun convidat, o que us fem arribar el document de programes emesos, només heu d'enviar un correu electrònic a l'adreça:

Una ràdio al servei de les entitats



La nostra emissora emet publicitat gratuïta de tots els
 ★ actes de les entitats del poble.
 Envieu-nos informació a agenda@caldesdemalavella.cat

ESCOLTA CALDES FM ARA TAMBÉ PER INTERNET

www.caldesdemalavella.cat/caldesfm

TRIA L'HORA I EL DIA QUE VOLS ESCOLTAR LA NOSTRA PROGRAMACIÓ

Ja es pot fer publicitat a la ràdio. La manera més fàcil d'arribar als teus clients potencials!

Informa-te'n a:
caldesfm@caldesdemalavella.cat
 La ràdio que tens a prop

Memoritzza-la al cotxe
www.caldesdemalavella.cat
 Telèfon de participació: **972 47 13 09**

EL JAN I LA CARTERA REIAL

Des de Joventut, s'ha organitzat una vegada més el parc infantil de nadal, amb un doble objectiu. Per una banda, oferir un servei de lleure per a infants fins a tretze anys en el període de vacances de Nadal. Aquests dies han assistit al JAN un centenar d'infants cada dia, la majoria dels quals del municipi.

Per altra banda, i l'objectiu principal de l'organització del JAN, és donar ocupació i experiència a jo-

ves del municipi interessats en la inserció laboral en l'àmbit del lleure. Enguany han participat un total de 14 monitors majors de 18 anys, 8 premonitors entre 16 i 18 anys i 25 voluntaris, la majoria menors de 16 anys. Alguns dels monitors van dur a terme la formació per adquirir la titulació de Monitor de Lleure al curs que s'organitza al municipi.

Des de Joventut, es valora positivament el creixent interès dels joves en participar com a voluntaris

del parc, amb la motivació d'adquirir experiència de cares a poder formar part de l'equip del JAN, com a premonitors o monitors, en futures edicions.

Enguany també hem participat amb l'acte de la recollida de cartes organitzat per la Comissió de Reis el dissabte 28 de desembre als Jardins de les Termes Romanes. Per dinamitzar l'activitat, es van organitzar tallers i un espectacle, a càrrec dels mateixos monitors del parc. ■



Foto: Oscar Planes

PER A MÉS INFORMACIÓ:

Ca la Romana - Espai Jove ■ Plaça de l'Ermita de Sant Grau s/n 17455 Caldes de Malavella ■ Tel: 972 48 02 66 ■ joventut@caldesdemalavella.cat
 Web: <http://www.espaijove.caldesdemalavella.cat> ■ [/ca.laromana](https://www.facebook.com/ca.laromana) ■ [@CaldesJove](https://twitter.com/CaldesJove)

ELS MALTRACTAMENTS A LES PERSONES GRANS (1A PART)

El maltractament a les persones grans és cada vegada més freqüent i evidencia una nova modalitat on la violència física deixa espai a altres tipus més subtils però no excloents de patiment. Això obliga a revisar l'actuació de les institucions i administracions per treballar de manera coordinada i afrontar aquesta problemàtica amb la màxima eficàcia.

D'altra banda, la nostra societat té molts models familiars, sovint amb vincles poc intensos i amb una mobilitat o desarrelament que manté les relacions familiars en la distància. Els lligams emocionals han canviat i el/la fill/a no ha de respondre incondicionalment a les necessitats dels progenitors. La resposta a nivell familiar és més feble i, per tant, la resposta social ha de cobrir les noves necessitats. La dependència física, mental i social afecta majoritàriament a la persona gran i implica una major vulnerabilitat i indefensió que pot fer que la persona pugui ser víctima de maltractament amb més facilitat.

La millor manera de cessar el maltractament és rehabilitar les relacions en l'entorn de qui pateix el maltractament perquè se li pugui tornar a donar un tracte positiu i establir els mecanismes de protecció i atenció que la persona gran necessita segons la seva situació.

DEFINICIÓ

Qualsevol acte o omisió que produeixi dany, intencionat o no, practicat sobre persones de 65 i més anys, que succeeixi en l'àmbit familiar, comunitari o institucional, que vulneri o posi en perill la integritat física, psíquica, així com el principi d'autonomia o la resta de drets fonamentals de l'individu, constatables objectivament o percebuts subjectivament (1a Conferència Nacional de Consens sobre l'Ancià Maltractat, Almeria 1995).

TIPOLOGIES:

1. Maltractament físic

Ús de la força física que pot donar lloc a lesió corporal, dolor físic o perjudici intencionadament.

2. Maltractament psicològic

Causar intencionadament angoixa, pena, sentiment d'indignitat, por o aflicció per mitjà d'actes verbals o conducta no verbal (amenaces, insults, intimidació, humiliació, ridiculització, infantilització, privació de seguretat i/o afecte, invalidació, objectificació, etc.).

3. Abús sexual

Comportament (gestos, insinuacions, exhibicionisme, etc.) o contacte sexual de qualsevol tipus, consumat o no, no consentit o amb persones incapaces de donar consentiment (violació, tocaments, assetjament sexual, fer fotografies, etc.).

4. Explotació financera

Utilització no autoritzada, il·legal o inapropiada de fons, propietats o recursos.

5. Maltractament farmacològic

Utilització inadequada o desproporcionada de fàrmacs per a la sedació o contenció (camisa de força química). En aquest grup incloem també la negació d'un medicament necessari.

6. Negligència / abandonament

Rebuig, negació o errada en iniciar, continuar o completar l'atenció de les necessitats de la persona gran, ja sigui voluntàriament (activa) o involuntària (passiva), per part de la persona que de forma implícita o acordada en sigui responsable. Per exemple, no aportar recursos econòmics, omisió de les necessitats bàsiques com aliment, aigua, allotjament, abric, higiene, vestit, atenció sanitària, tractament mèdic, etc. Quan aquesta situació es dona en l'àmbit institucional parlem de negligència i quan és en l'àmbit familiar, d'abandonament.

7. Vulneració o violació dels drets

Confinament o qualsevol altra interferència de la llibertat personal així com l'explotació de la persona gran o vulneració dels altres drets fonamentals que té com a ciutadà de ple dret.

8. Autonegligència / autoabandonament

Comportament no conscient d'una persona gran que amenaça la seva pròpia salut o seguretat. Negació o rebuig a un adequat aliment, aigua, vestit, abric, higiene o medicació. Cal excloure les situacions en les quals un ancià competent pren decisions voluntàries que amenacin la seva salut o seguretat.

9. Maltractament social

Discriminació d'un grup de població que reuneix característiques comunes –en aquest cas l'edat– quan esdevenen víctimes de delictes, paranys fraudulents, assetjament immobiliari i altres.

10. Maltractament institucional

Qualsevol legislació, programa, procediment, actuació o omisió procedent dels poders públics o privats, o derivats de l'actuació individual del professional d'aquests, que comporti abús, negligència, detriment de salut, de la seguretat, estat emocional o estat de benestar físic, o que no es respectin els drets de les persones grans.

Per últim, us facilitem un Decàleg contra el maltractament de majors d'edat: http://www.elimparcial.es/images/uploads/decalogo_maltrato_mayores.jpg

INICI DE CURS DEL SEMC

Ja ha arribat Nadal i això vol dir que ja ens hem ben incorporat a les classes i les activitats del Servei d'Ensenyament Musical de Caldes (SEMC).

Aquest primer trimestre ha servit per recordar tots els conceptes que durant l'estiu havien quedat una mica a segon terme, conèixer professors nous, retrobar els que ja hi eren... i sobretot, per treballar molt! Això s'ha pogut veure a les diferents audicions que la última setmana abans de vacances de Nadal els alumnes van oferir dins l'aula. Els dos grups de cant coral que hi ha a l'escola, els de 6 a 9 anys i els més grans de 10 a 12, van poder interpretar unes cançons, que havien estat preparant aquest inici de curs. I no ens podem oblidar dels més petits de 3 a 5 anys, que també s'hi van afegir i van ensenyar als pares que bé que canten.

Per altra banda, dins el mateix grup de llenguatge musical, els alumnes van tocar alguna peça musical pels seus companys de classe. D'aquesta manera van poder practicar el fet de tocar en públic, que és una de les coses que agrada més, però que a la vegada posa més nerviosos als alumnes. És per això que creiem convenient anar realitzant les diferents audicions, encara que siguin en grups reduïts, per tal de practicar el fet de tocar en públic.



Cal dir també que el dia 24 de novembre, alguns alumnes van col·laborar als actes del dia contra la violència de gènere que es van realitzar a Caldes. Vam estar molt contents de poder posar el nostre granet de sorra en aquest dia.

Per últim, ens agrada poder-vos informar que de cares aquest segon trimestre ja estem preparant les Jornades Musicals, que seran quatre dies del mes de març on es realitzaran diferents activitats musicals: presentació de diferents instruments, màster classes, actuacions de grups convidats i de

tots els alumnes de l'escola, ja sigui individualment o amb grup. Aprofitem doncs, per convidar-vos a venir i gaudir de la música amb nosaltres! ■



EL PESSEBRE VIVENT

El divendres 20 de desembre l'alumnat, professors i personal de l'Institut de Caldes de Malavella vam escenificar per primera vegada un pessebre vivent al pati de l'institut. No hi van faltar les pastorettes ni els pastorets, els pescadors, els pagesos, l'hostaler, la casa del governador de Judea amb els seus inquilins, els Tres Reis de l'Orient, l'Àngel de l'Anunciació, els fusters, els ferrers, els llenyataires, les cistelleres i les ceramistes. Els visitants van poder passejar-se pel mercat entre les seves parades de queviures, les millors teles d'Orient, els formatges més gustosos i els pans més saborosos. Mentrestant, les gallines, els xais, els porcs i la vaca es miraven els visitants ben encuriolats, tot pasturant tranquil·lament al prat del costat de l'hort.

Tampoc no s'ho van voler perdre els dimonis, que van donar la benvinguda a les famílies i visitants, als alumnes i mestres de l'Escola Benaula i de les Germanes Hospitalàries que van venir a veure el pessebre i van estar guiats durant tot el recorregut pels guies de l'institut i custodiats pels soldats romans.

Com que el caganer, la Verge Maria i Sant Josep es queixaven que el nen Jesús tenia fred i les bugaderes necessitaven reposar de la seva tasca al riu, vam repartir xocolata desfeta amb melindros (a càrrec de l'AMPA) entre els participants. Així els nostres músics flautistes, pianistes i violinistes van poder seguir oferint el seu repertori musical nadalenc i les coreografies, als quals han dedicat moltes hores d'assaig amb el professor de música.

Els decorats de les escenes han estat fets amb cartró i paper, i dibuixats i pintats per alumnes i professors. Hem comptat amb la col·laboració de tothom per fer el vestuari de cada personatge, algun d'ells molt elaborat, com el dels soldats romans. Cal destacar que l'organització del pessebre i de les escenificacions han estat tot un èxit.

Com que el temps no hi va acompanyar del tot, ens van fer escalfor les fogueres instal·lades arreu del pati, que a l'hora de plegar van servir al professorat per fer



una bona botifarrada amb amanides per acomiadar la jornada.

Volem agrair a totes les persones i institucions que ens han ajudat la seva col·laboració, i molt especialment a tots els figurants del pessebre i al professorat, que hi ha esmerçat un gran esforç i moltes hores de dedicació que han fet possible oferir-vos aquest pessebre vivent.

Que passeu un bon Nadal i unes Bones Festes! ■

Institut de Caldes de Malavella



PRESENTACIÓ DEL CLAUSTRE

Els nois i noies de 5è de Primària ens descriuen els mestres de la nostra escola. Sou capaços d'endevinar-ne algun?

“Ella és adulta i té una estatura mitjana. Té la cara allargada, les galtes plenes, les orelles arrodonides i porta arracades. No té la boca gaire petita i té els llavis carnosos i les dents blanques. Té el nas xato i els cabells no gaire llargs. Té el cos esvelt i proporcionat, les cames ben fetes, els braços forçuts i les mans grans.

És amable, agradable, no gaire divertida, treballadora, pacífica i normalment fa la vista grossa. Li agrada la música i toca la gralla a la Colla Gegantera. Està casada i viu a Caldes de Malavella.

Lluc López

“La tutora que he triat té una cara rodona i fina com la neu. Uns ulls marrons com la fusta i una boca petita com la caseta d'un ratolí, amb uns llavis ben dibuixats. Els seus cabells són negres i llargs, com les nits d'hivern. No és gaire alta i li encanta ballar, riure i cantar. És simpàtica i divertida.

Lidia Malfeitos

“La persona que descriu és alt com un Sant Pau i prim com un pal. Té el cap petit i la cara no és molt rodona, Els seus ulls són grans, de color marró i porta ulleres. Té les pestanyes curtes, boca gran i llavis primos com

un ratolí, les orelles grans. El nas és gran i llarg com un tobogan. Els seus cabells són curts i grisos com el cel ennuvolat. Els seus braços són llargs i forts, les mans grans com un gegant. Les seves cames són llargues com un pal i fortes. Els peus no són gaire grossos, les espatlles llargues com una carretera. No és gras, és prim però no com un pal. Sol portar xandall i unes sabates d'esport.

De caràcter li posaria un excel·lent. Divertit, alegre, bromista i quan està de bon humor és simpàtic. El que li agrada més fer és esport i informàtica. No li agrada la plàstica, en això trauria un zero.

Daisy Mateo

“La tutora que he triat no és gaire alta i és esvelta. El cabell el té curt i fi. El seu cos és atlètic, fort i prim. Els seus ulls són com sorra mullada. Les seves orelles són petites, igual que la seva boca.

Sempre va mudada de dalt a baix, tot i que li agrada jugar a futbol i que tot estigui ben fet.

És seriosa però quan toca riure és la persona indicada. Quan s'enfada fa por, però en el fons és molt bona persona. És dolça, intel·ligent, alegre, simpàtica i treballadora. Una bona tutora.

Berta Campeny



NADAL

Un any més, la Llar es va engalanar per Nadal. Els alumnes de P-2, gràcies a la col·laboració d'unes famílies, van conèixer com es celebra a altres països.

La Verónica, acompanyada de Sant Nicolau, ens va explicar com és el Nadal a Romania. El que més ens va sorprendre de tot el que ens va explicar va ser que a Romania a tots els nens que no es porten bé al llarg de l'any, Sant Nicolau els porta un pal i no el carbó que ens deixen a nosaltres els Reis o el Tió.

El pare Noel (Jane) acompanyat de la Pepita (Rosa) ens van fer una representació de com viuen el Nadal a Anglaterra. Per Nadal, els nens abans d'anar a dormir deixen menjar i beguda sota l'arbre pel pare Noel i els rens i així a la nit quan baixen per la xemeneia a deixar els regals s'ho mengen.

El dijous 19 de desembre van arribar, des d'Orient, els Patges Reials. Aula per aula, els vam donar les nostres cartes, vam cantar nadales i els vam dir com ens havíem portat durant tot l'any. Bé, alguns nens s'han portat millor que altres, però els Reis com que són molt bons, no ho tenen gaire en compte i porten regals a tothom.

I, com no podia ser d'altra manera, el nostre Tió, per agrair-nos tot el menjar i beure que durant molt dies li havíem estat donant, ens va cagar molts regals: xocolata, jocs didàctics, planxa, ànec de joguina, encaix de formes i una pissarra.

I, sorpresa! El 8 de gener, després de les vacances de Nadal, en arribar a la Llar, vam trobar els regals que els Reis de l'Orient ens havien deixat: pilotes, una sabates de princesa, un radiocasset, jocs per treballar els sentits, joc de bombolles, retoladors especials... Vam estar molt contents!!!

Les educadores, cada any, no deixem d'emocionar-nos quan veiem les cares d'il·lusió, sorpresa, por, desconfiança... dels nostres infants. I desitgem que aquesta innocència i felicitat els acompanyi al llarg de la seva vida.



AMPA DE LA LLAR D'INFANTS NINOTS



L'AMPA ha organitzat un munt d'activitats per celebrar el Nadal amb tots els nens i nenes, famílies i equip educatiu de la llar:

● **Tallers i decoració de la llar:**

el 30 de novembre vam trobar-nos tots, famílies i nens, per decorar la llar i fer el pal del tió i el fanalet de reis.

● **Música:** en plenes celebracions nadalenes, l'Aula de Música de Caldes va fer una sessió musical als nens i s'ho van passar d'allò més bé escoltant, cantant i ballant nadales. L'AMPA ha contractat un total de sis sessions de música per aquest curs, que s'aniran fent durant els propers mesos.

● **Patges reials:** la visita dels patges va ser un moment molt especial. Va haver-hi expectació, emoció, nervis i... algun o altre plor. Però

de ben segur que va ser una experiència que no oblidaran.

● **Tió:** I res millor per acomiadar-se abans de les vacances de Nadal que fer cagar el tió.

Les famílies no paguen cap quota a l'AMPA de la Llar d'infants i per tant totes aquestes activitats es poden fer gràcies als diners que l'AMPA ingressa a través de la Fira de l'Aigua, la subvenció de l'Ajuntament i la venda de calendaris i participacions de Nadal. Per això volem agrair a tots els pares i mares que ens ajuden desinteressadament a tirar endavant tota aquesta feina i us animem novament a tots a participar activament amb l'AMPA. Per fer-ho, només us heu de posar en contacte amb nosaltres i us en mantindrem informats de tot el que fem perquè pugueu

col·laborar en allò que vulgueu.

Aprofitem aquestes línies per desitjar-vos **feliç 2014** i avançar-vos que aviat arriba... **Carnestoltes!!!**

Més informació a:

<http://ampallarninots.blogspot.com/>



AQUAE

Des de l'Ajuntament volem un Aquae fet per tots i més interessant

Per això us convidem a col·laborar-hi.

Ho podeu fer formant part del Consell de Redacció, participant en seccions o aportant idees o suggerint continguts

Estem buscant persones que ens passin dades meteorològiques de Caldes!

Ens podeu contactar de les següents maneres: aquae@caldesdemalavella.cat / 627887765

Anuncia't a l'Aquae a partir de 15 euros!

Si vols fer publicitat entre els caldens, arriba una nova manera d'anunciar-te, molt econòmica i eficaç! Si et dones a conèixer a través de l'Aquae tindràs els següents avantatges:

- És un mitjà gratuït
- Té una tirada de 1.700 exemplars
- Arriba a bona part de les llars de Caldes
- Té unes tarifes molt econòmiques, a l'abast de tothom



Subscriu-te de franc a l'AQUAE

Si voleu rebre còmodament i de forma gratuïta l'Aquae, envieu-nos un correu a l'adreça aquae@caldesdemalavella.cat indicant el vostre nom i cognoms i l'adreça postal, o bé truqueu a l'Ajuntament.

Per altra banda, podeu també recollir la revista municipal de Caldes a través dels diferents punts de distribució: Ajuntament, Biblioteca, oficina de turisme, dispensari, llar de jubilats "Casa Rosa", servei de recaptació, llibreria Solés i llibreria TAU.

Entitats de Caldes

Coral Cantaires de Caldes

UNA TARDA AL PALAU

En el 50è aniversari de l'estrena de l'**Stabat Mater** de Dvořák a Espanya sota la direcció d'Àngel Colomer, el seu fill Jordi va voler dirigir aquesta cantata el 10 de novembre passat, al mateix escenari, el Palau de la Música, conjuntament amb la coral Sant Jordi. Fou també l'acte principal del XVè aniversari de la *Camerart Orquestra del Maresme*.

La relació de la Coral Cantaires amb Jordi Colomer és gran ja que l'any 2007 l'Orquestra del Maresme ens va acompanyar en el concert del nostre 10è aniversari, i ara no podíem desapropiar una gran oportunitat de promoure la cultura musical al poble. Aquesta missió forma part del nostre ideari, així que varem animar la gent a assistir-hi. Ho anunciàrem, en parlàrem amb els socis i organitzàrem el transport a Barcelona i l'adquisició de les entrades. Varem demanar al mateix Jordi Colomer de venir a explicar-nos els orígens i

significat de l'obra, tota una proposta pedagògica que no tant sols no va dubtar en acceptar sinó que va agrair de tot cor. La xerrada es va fer la tarda del 19 d'octubre a casa de l'Assumpta i va satisfer plenament als assistents.

Al concert hi anàrem 42 persones: gent de Caldes, de Sant Andreu, de Malgrat, de Girona, de Llagostera, de Breda i de Barcelona mateix, amb autocar, que ens va deixar a Via Lletana/ carrer Jonqueres, ben a prop del Palau. La major part ens situarem a les galeries de l'orgue, just sobre l'escenari, una ubicació que permet una visió i audició molt especial. La resta ocuparen seients a platea i a primera fila del segon pis.

Varem seguir amb gran atenció el desenvolupament dels seus moviments que conformen la cantata, realment majestuosa i vibrant. Dels solistes ens agradaren sobretot el baix i la contralt. Comprovàrem també com Dvořák sabé donar a



l'obra un aire amable fent aparèixer fragments lírics que la deslliuren d'un dramatisme excessiu. Tota una joia.

Ja quan ens retiràvem, entre fotografies i abraçades, en Jordi, va voler saludar efusivament i amb gran afecte tot el grup procedent de Caldes. Una tarda per no oblidar.

Miquel Riera - Coral Cantaires de Caldes

Parròquia de Caldes

ACTIVITATS PARROQUIALS

El dissabte 14 de desembre, després de la missa, va tenir lloc l'encesa de llums de Nadal del poble i els nens de la catequesi van cantar **dues nades** a les escales de l'Església, acompanyats pels seus catequistes i amb en Robert al piano. Abans d'acabar l'eucaristia, els joves de l'Espai jove, van entrar el **tió solidari**, que durant totes les festes va estar a l'Església amb la finalitat de recollir aliments de primera necessitat, a favor de Càritas de Caldes de Malavella i Sant Andreu Salou. Els mateixos joves van repartir uns fulls informant de quins aliments eren més necessaris.

El dissabte dia 21 de desembre, a 2/4 de 7, es va celebrar la **Missa del pollet**, missa de Nadal especial per als nens. Els infants de la catequesi van tenir-hi una participació molt activa. Al final, els nens de la catequesi van cantar algunes nades i es va obsequiar a tots els assistents amb un pollet, com a record. També hi va haver el testimoni de Vanesa Johé, infermera, que amb motiu de la recent marató, ens va apropar a les malalties neurodegeneratives, a les persones que en pateixen i als seus cuidadors. Al capdavant de l'església es va posar una guardiola en favor de la marató i la investigació d'aquestes malalties. En sortir, a la plaça de l'Església els joves de l'espai jove van servir un pica-pica, gentilesa de l'Ajuntament.

El diumenge dia 22, coincidint amb el mercat de Nadal,



es va celebrar la **recollida d'aliments del Tió solidari** que va ser organitzat conjuntament per l'Espai jove de la parròquia i l'Associació de comerços i serveis de Caldes. N'adjuntem els resultats: **Sucre**, 65 kg; **arròs**, 61 Kg; **llegums**, 30,5 Kg; **llet**, 29 L; **pasta**, 29 Kg; **oli**, 23 Kg; **tomàquets**, 14 pots; varis, 19; **brou**, 3 L; **galetes**, 17 paquets; **sal**, 2 Kg; **llaunes de peix**, 5 packs de 3 unitats; **sucs**, 2 L; **llet infantil**, 2 pots; **"potitos" infantils**, 12 unitats.

El dimarts, 24 de desembre, a les 11 de la nit, es va celebrar la **Missa del gall**. En sortir hi va haver xocolatada per a tothom.

El dia de Sant Esteve, després de la **missa**, va tenir lloc a l'Església parroquial el tradicional **concert de Sant Esteve** a càrrec de les diferents seccions de la Coral Cantaires de Caldes de Malavella.

GRAN RECAPTE

El cap de setmana 29/30 de novembre, es va dur a terme el Gran recapte d'aliments, a nivell de tot Catalunya, també a Caldes. La campanya es va dur a terme en 4 supermercats (Novavenda, Dia, Coaliment i De tot) i al CAP. A més de tots els voluntaris de Càritas, es va comptar amb el suport de les comunitats de Germanes Carmelites i Vedrunes, les Germanes Hospitalàries i l'Espai "La Caixa", altres persones voluntàries i de tots els joves de l'Espai jove. Un cop més, destaquem la col·laboració i generositat de tothom. Detallem els resultats del Gran Recapte d'Aliments.

Llet: 435,5 L; **Arròs:** 369'400 Kg; **Llegums:** 230,259 Kg; **Oli:** 169 L; **Pasta:** 144'750 Kg; **Sucre:** 127 Kg; **Peix:** 24'624 Kg; **Farina:** 29 Kg; **Varis:** 191,350 Kg. **Kg totals:** 1820'883Kg

Aquesta és la carta que el Banc d'Aliments va enviar a Càritas de Caldes i Sant Andreu Salou i a totes les entitats col·laboradores de les comarques gironines:

"Moltes gràcies!!! Us comuniquem que el resultat del "Gran Recapte" ha superat les nostres expectatives ja que estimem que s'hauran superat amb escreix les 400 tones que esperàvem aconseguir (l'any anterior foren 350 tones). I en aquest èxit la vostra entitat ha tingut molt a veure, per la qual cosa cal felicitar-vos i donar-vos les gràcies, i també donar les gràcies a tots els que han col·laborat - aportant aliments o com a voluntaris - a tots el quals us preguem els transmeteu el nostre agraïment, en nom de les 112 entitats socials de la província que rebran els aliments i de les 42.000 persones que se'n beneficiaran, i naturalment, també en nom del Banc dels Aliments.

Frederic Gómez Pardo

President del Banc dels Aliments de les Comarques de Girona".

10a FIRA D'OPORTUNITATS

El diumenge 17 de novembre i el diumenge 15 de desembre (en aquest últim dia es va repetir a causa de la pluja del dia 17), es va celebrar la **10a Fira d'Oportunitats**. Adjuntem a continuació els resultats dels aliments i diners recollits a favor de Càritas de Caldes de Malavella i Sant Andreu Salou.

Pasta: 77 Kg; Arròs: 78 Kg; Oli: 14 L; Sucre: 17 Kg; Llet: 52 L; Caldó: 12 L; Farina: 10 Kg; Sal: 5 Kg; Tomàquet: 13 pots; Galetes: 39 paquets; Llegums: 52 Kg; Peix 125g: 20 llauanes; Llegums: 21 pots; Peix pack 3: 4 packs; Peix pack 6: 1 pack; Cola-caó: 2 pots; Patates: 3 Kg; varis: 79 unitats.

Guardiola de Càritas durant la Fira 32'90 €

Xarxa de dones de Caldes

xarxadedones@hotmail.com  Xarxadedones Caldes



El 14 de desembre passat, vàrem organitzar un taller sobre la menopausa amb el títol "**Menopausa: una oportunitat**", dirigit per l'Eulàlia Pàmies i la Maria Melguizo.

Va consistir en un taller de 3 hores, molt participatiu, on el temps se'n va passar volant i a on vàrem poder compartir experiències d'allò més enriquidores entre tots els participants.

En què consisteix el que anomenem menopausa?

És el període de canvis que va de la vida amb menstruacions a la no menstrual s'anomena CLIMATERI i comprèn la perimenopausa, la menopausa i la post menopausa. Cal aclarir que la menopausa o última menstruació només és un punt en aquest procés. Un punt que només podem reconèixer quan ha passat un any. El climateri no té una durada fixa i s'admet de 5 a 13 anys com a temps mitjà. Es presenta al voltant dels 50 anys, però

això només és una dada orientativa. Els principals signes d'identificació de la perimenopausa són:

- Alguna calor una mica més intensa que sol estar en relació amb un determinat moment del cicle, preferentment durant la fase premenstrual i/o la menstruació.
- Sovintegen cicles més irregulars.
- A vegades hi ha canvis en el ritme i la qualitat del son. Generalment és torna més lleuger.
- Sovint hi ha un cert augment de pes



i de volum.

- Apareix sequedat a les mucoses, especialment la vaginal.
- Dolors articulars
- Canvis a la libido

La menopausa conscient pot ser una ruta personalitzada de creixement personal, el pas a un altre estadi vital.

És un bon moment per connectar amb la saviesa del cos i aprofitar els canvis que s'hi produeixen per descobrir una altra dimensió de la feminitat desconeguda per moltes dones

El metge, la farmàcia o l'herbolari pot ser que ens hagin de donar un cop de mà en algun moment, però no perdem de vista que la menopausa és nostra.

Us recomanem per ampliar la informació sobre la menopausa conscient que us adreceu al següent web: <http://lanostramenopausa.blogspot.com>



El mes de novembre passat vam anar a Serinyà i a la Fira de la Ratafia de Santa Coloma de Farners. Per sort, cap dels gegants i gegantons no van beure més ratafia del compte! I per acabar l'any vam fer dues activitats més: la primera, el 15 de desembre, amb una cercavila solidària per recollir diners per la marató de TV3. D'aquesta manera vam aportar el nostre petit granet de sorra per poder ajudar en la investigació de les malalties neurodegeneratives. Des d'aquestes ratlles volem donar les gràcies per la vostra col·laboració i solidaritat. La segona activitat la vam fer el diumenge 22 de desembre amb la paradeta de Nadal i la "cantada" de nades a càrrec dels Grallers Escaldats. Cantada, cantada... no va ser; més aviat va ser "tocada" de nades. Si haguéssim cantat s'hauria posat a ploure segur! Al mateix vespre vam celebrar amb tota la colla que s'apropaven les festes amb el

"brindis de Nadal". Brindant per la salut i les sortides, ja que sort amb la loteria no en vam tenir.

L'any que comencem serà de moltes sortides però no us podem avançar res més, de moment. Haureu d'estar atents a la pàgina web i a les xarxes socials (facebook i twitter). Tenim uns gegants i gegantons ben moderns... utilitzen les noves tecnologies!



Si us voleu posar en contacte amb la Colla Gegantera ho podeu fer de les següents maneres (teniu totes les adreces una mica més amunt, a la capçalera): per correu electrònic, al Facebook (busqueu "Colla Gegantera de Caldes de Malavella i els Grallers Escaldats"), al web de l'Ajuntament, al Twitter o a través de la junta: la presidenta (Raquel Pujol), el vicepresident (Jordi Barceló), el cap de colla (Romà Turon), la secretària (Sandra Toro) o la tesorera (Susana Oliver).



Ass. de gent de la 3a edat "Casa Rosa"

<http://casarosacaldes.blogspot.com.es/>
casarosacaldes@gmail.com ■ 972 47 02 87

El mes de gener farem, con celebrem cada any, l'assemblea per donar comptes de l'any 2013. La data està encara per confirmar a la data de tancament de la revista però se'n passaran programes a part i podeu contactar amb nosaltres si voleu que us n'informem.

Malgrat que hem començat l'any, no estem aturats i el dia 22 de febrer tenim programada una excursió a La Fira de l'Aixada de Manresa, un mercat medieval que organitza la capital del Bages.

El mes següent, concretament el dia 27 de febrer, tenim previst de fer una sortida de 3 dies al Carnaval de Sitges. El preu és de 149 € i aquelles persones interessades s'hi poden apuntar els diumenges a la tarda mentre dura el ball.

Però no només fem el carnaval a Sitges sinó que també ens disfressarem a Caldes, amb data encara per concretar.

Us recordem que, com cada any, tots els diumenges organitzem ball; els divendres fem bingo i els divendres de final de mes, celebrem un ball-berenar. Sereu benvinguts a qualsevol d'aquests actes!



Xocolatada organitzada el 28 de desembre



Fira de l'Aixada de Manresa



Carnaval de Sitges

TEMPORADA EN MARXA:

Des de finals de setembre els nostres equips ja competeixen, després d'un mes aproximat d'entrenaments de preparació per aquesta nova temporada. Enguany són 6 els equips del club. Tres de masculins: **Sènior, Sots-21 i Cadet**, i tres de femenins: **Sènior, Júnior i Infantil**. Més tres equips més vinculats des de l'Escola Esportiva Municipal: **Mini masculí, Mini femení i Pre-mini femení**.

Aquesta temporada el Club estrena nou vestuari. Us mostrem la fotografia de l'equip Infantil Femení patrocinat per la PGA GOLF Catalunya.



QUINA DEL PERNIL:

El dissabte 21 de desembre el Club Esportiu Caldes de Malavella va organitzar la 1a Quina del Pernil a l'Annex de la Casa Rosa. L'acte fou un èxit total d'assistència ja que la sala es va quedar petita des de l'inici del joc. Es van repartir més d'una dotzena d'espallles de pernil, fuets i ampolles de vi. La junta vol agrair la participació de jugadors, familiars i veïns a la nostra Quina, i a les empreses col·laborades. Us esperem l'any vinent!



Aquí teniu un repàs d'algunes de les últimes sortides que ha organitzat els Club Excursionista:

Ruta de les pedreres de la Cellera, 27 d'octubre



Sopar de programació, 14 de desembre



Castell de Bac Grillera, 13 d'octubre



Curs d'Orientació, el 23, 24, 30 de novembre i 1 de desembre.





Estem a punt d'arribar a la meitat de la temporada i els equips de la UE Caldes segueixen amb les seves competicions. Els equips federats a la Federació Catalana de Futbol competeixen i segueixen progressant dins les seves competicions. Destaquen els equips juvenil, cadet, i aleví B, que estan dins dels quatre primers classificats de la seva lliga. També dir que el nostre 1r equip ha canviat d'entrenador, que ara és l'Eduard Masmi-

quel. Treballarà per portar l'equip a la part alta de la classificació. Els equips que han acabat la 1a fase de les lligues del Consell Comarcal de La Selva han fet un bon paper. Els prebenjamins han quedat campions del seu grup, i els benjamins B han quedat segons. Els dies 25 i 26 de desembre i l'1 de gener, amb la col·laboració de l'Ajuntament de Caldes de Malavella, hem fet la tradicional Quina de Nadal de la UE Caldes al Casino Municipal. Volem

agrair la col·laboració de tots els assistents i els comerços de Caldes que ens han ajudat a que la Quina, com cada any, hagi estat un èxit. Gràcies a tots. Finalment, com sempre, volem agrair als patrocinadors i col·laboradors que fan possible la viabilitat del nostre club i recordar-vos que al nostre web trobareu tota la informació relacionada amb el nostre club. Junta directiva de la UE Caldes, gener de 2014.



Club Patí Caldes

<http://www.clubpaticaldes.cat/> ■ clubpati@caldesdemalavella.cat



ELS PROTAGONISTES

Practicar l'hoquei sobre patins és una gran oportunitat perquè els nens no només coneguin aquest fantàstic esport sinó també perquè aprenguin a patinar d'una manera perfecta. Aconsegueixen tenir molt sentit de l'equilibri, que els serà molt beneficiós a l'hora de practicar altres esports com l'esquí i perquè s'ho passen molt bé! El ritme trepidant, la concentració dels jugadors i el bon ambient fa que sigui un esport destinat a tots els nens i nenes. No hem d'oblidar que la lliga permet equips mixtes.

Si voleu tenir tota la informació del Club Patí Caldes: www.clubpaticaldes.cat

En aquesta nova edició de l'Aquae us presentem l'equip dels Prebenjamins (2005) i dels Alevins (2000) que estan oferint un joc espectacular en aquest inici de lliga.

C.P. CALDES: PREBENJAMINS

Entrenador: Jaume Ibàñez. **Jugadors:** Jordi Romero, Ivan Faria, Roger Aparicio, Albert Arasa, Adrián Martínez, Narayan Ribas i Arnau Menció.

C.P. CALDES: ALEVINS

Entrenador: Jordi Ribot. **Jugadors:** Salvador Pumar, Norbert Osuna, Àlex Cruz, Pablo López, Andreu Hernández, Andreu Padilla i Joan Niell





EL CPA JA HA DEBUTAT

Per primera vegada en la història del club, quatre patinadores han participat en el Campionat de Debutants a Lloret de Mar, el 15 de desembre passat. Han estat: Janira Aranda, Eva Alcalà, Laura Casanovas i Xènia Casanovas.

Pel Club suposa un pas molt important perquè són les primeres patinadores que entraran en el món de la competició. Ho poden fer tant a nivell individual com a nivell de xou. Ara els esperen dures hores d'entrenament per aconseguir salts dobles i

piruetes d'àngel, entre d'altres figures obligatòries de més dificultat.

El fet de participar en el Campionat de Debutants va comportar que s'hagués d'endarrerir la celebració del tradicional Festival de Nadal a favor de la Marató de TV3 per les malalties neurodegeneratives. Així, el diumenge 22 de desembre, el patinador i les patinadores del Club van mostrar-nos alguns dels seus discos de proves obligatòries a nivell individual i la ja tradicional marxa del club amb un toc nadalenc al final. Les més petites ens

van delectar amb una divertida exhibició de Nadal on ens mostraven tot el què han après al llarg d'aquest primer trimestre de temporada. A la segona part, un grup de patinadores ens van presentar un ball de hip-hop, que van dedicar a les persones afectades per malalties neurodegeneratives.

La venda de números per les paneres del Festival han suposat 200 € que s'han ingressat a la Marató, i el Club de Tennis també va fer una aportació de 25 €. Moltes gràcies a tots i totes per la vostra col·laboració un any més.



Club Volei Joves Caldes

<http://cvjovescaldes.blogspot.com.es/>
cvjovescaldes@hotmail.com @CVJovesCaldes



3.170 euros. Són tots els diners que es van recaptar amb la Quina per La Marató de TV3 que va organitzar el Club Volei Joves Caldes. Des d'aquí, volem donar les gràcies a tota la gent del poble per la seva participació i per la seva solidaritat que un any més va ser de rècord. Ni sumant tots els partits que jugaran aquest any, el que ve i l'altre els cinc equips del club arribem als tres mil. Vaja, de fet, ni amb vint anys de partits. Així que moltes gràcies a totes i tots per acompanyar-nos altre cop a la tradicional quina de La Marató.

Tampoc volem deixar escapar aquest número de l'Aquae per desitjar-vos molta sort aquest 2014 i esperem que hagi començat amb bon peu per tots vosaltres. Pels equips del Club aquests primers mesos d'any són claus per rematar la bona feina que han anat fent fins ara a la pista.

Per una banda, l'equip sènior masculí està lluitant per salvar la categoria i aconseguir la permanència a Primera Catalana. Per altra banda, el sènior femení lluitarà per aconseguir finalment l'ascens a Segona Catalana aprofitant la bona ratxa que ha encadenat fins ara. I els equips més petits del Club Volei Joves Caldes: el juvenil, el cadet i l'infantil es mantenen als primers llocs de la classificació a les lligues de Segona Catalana. Destaquem, sobretot, la feina de l'equip cadet que està fent un molt bon paper te-

nint en compte que la gran majoria de jugadores són de primer any. Qui fa un bon paper també és l'equip infantil que, mica en mica, van consolidant una millora en el joc i gaudint dels partits tot i que s'enfronta amb equips amb molta més experiència. Sort a tots!

Si esteu interessats en jugar a volei no dubteu en contactar amb nosaltres.





Amb la celebració del Campionat Provincial Individual s'acaba la temporada d'enguany. No obstant, ja a finals de gener d'aquest any que comencem tenim el Provincial per equips. Com ja vam comentar en anteriors edicions de l'Aquae, aquest any estarem a Primera Regional fent un equip de vuit jugadors i també un altre a Tercera.



Xavier Herce, el president

Las partides es jugaran a la sala annexa de la casa Rosa. També us recordem que durant tot l'any es fan classes de diferents nivells. Són els dimarts, al Pavelló Municipal, a 2/4 de 8 de la tarda (nivell avançat) i els divendres, a les 5 de la tarda, a la sala annexa de la Casa Rosa (nivell bàsic). Les classes són per a persones de totes les edats. Us animem a provar-ho!

Per últim, us fem saber que ja està en marxa el web del Club Escacs Caldes. Hi publicarem els resultats dels campionats i tornejos i altres temes d'interès. També ens podeu contactar per correu electrònic. En teniu els contactes a la capçalera.

Campionat Catalunya per equips 2014

PRIMERA REGIONAL			
RONDA	DATA	LOCAL	VISITANT
1	26/01/2014	Sant Gregori	Caldes
2	02/02/2014	Caldes	Olot B
3	09/02/2014	Figuères D	Caldes
4	16/02/2014	Caldes	Lloret
5	23/02/2014	Olot C	Caldes
6	02/03/2014	Gerunda D	Caldes
7	09/03/2014	Caldes	Tordera B
8	16/03/2014	Vilobi	Caldes
9	23/03/2014	Caldes	Sant Eugènia

TERCERA REGIONAL			
RONDA	DATA	LOCAL	VISITANT
1	26/01/2014	Hostalric	Caldes
2	02/02/2014	Caldes	Lloret B
3	09/02/2014	Guixolenc C	Caldes
4	16/02/2014	Caldes	Guixolenc D
5	23/02/2014	Santa Eugènia	Caldes
6	02/03/2014	Tordera C	Caldes
7	09/03/2014	Caldes	Vilobi

AQUAE

L'Aquae ofereix espai a totes les entitats que ho desitgin. Si voleu parlar de les activitats que feu, heu fet o fareu, enviéu-nos els text i fotos a:

aquae@caldesdemalavella.cat

Gràcies per la vostra participació

CALL CENTER, INTEGRACIÓ DEL SI (SISTEMA D'INFORMACIÓ) A L'EMISSIÓ DE TRUCADES

Un *call center* (centre de trucades) és la integració d'un sistema informatitzat a una centraleta telefònica per emissió de trucades. Els avantatges d'incloure al nostre SI un mitjà per efectuar trucades sortints son nombroses.

Permet **guanyar eficiència i eficàcia**. Per un costat, les operadores no han de marcar els telèfons, ni esperar quan comunica, sinó que directament els entren les trucades ja establertes. D'altra banda, es poden analitzar el resultat de les trucades codificant finals de trucada, com ara si el client està satisfet, interessat, molest o no vol saber-ne res. Tindrem les gravacions de les trucades, amb les quals podrem formar a les operadores escoltant converses reals per millorar l'atenció al client i resoldre possibles conflictes. Evita la reiteració de trucades a un mateix client i que no truquem a d'altres, ja que tindrem registrats els contactes realitzats telefònicament.

"Les operadores no han de marcar els telèfons ni esperar quan comunica sinó que directament els entren les trucades ja establertes. També es poden analitzar el resultat de les trucades."

Des d'un punt de vista del responsable del sistema, no és una tasca senzilla. La configuració requereix un **difícil equilibri entre les trucades que genera el sistema i la disponibilitat de les operadores**, per evitar que trucades entrants quedin desateses o que operadores estiguin esperant una trucada entrant. És molt molest pels clients rebre trucades i, al despenjar, sentir un missatge automatitzat sol·licitant que esperi la disponibilitat d'una operadora.



Aquesta complexitat estarà directament lligada al nombre d'operadors que tinguem operatius en el sistema, la fiabilitat de la base de dades de clients en la que treballem i la durada de les trucades un cop els operadors contacten amb els clients.

El **registre de les trucades** permetrà disposar d'un control de les trucades efectuades a clients. Aquesta informació pot aparèixer en pantalla als operadors, com a argument per mantenir una millor atenció telefònica.

A més, informatitzar els finals de trucades permet **depurar contínuament la bases de dades de clients**, actualitzant qualsevol canvi en les seves dades, estat com a client, telèfons incorrectes o canvis en els números de telèfons de contacte a voluntat del client.

Dóna a l'empresa una poderosa capacitat de contactar, que pot aprofitar-se per informar de promocions, canvis d'oficina, esdeveniments... És a dir, qualsevol gestió administrativa o comercial.

Si la base de dades està vinculada al sistema informàtic de gestió de l'empresa, podem fer **campanyes específiques adreçades a promoció, impagats, fidelització, nous productes, atenció al client...** amb informació actualitzada a l'instant en tots dos sentits, tant a nivell de gestió, com de la pròpia campanya telefònica.

Les primeres campanyes de màrqueting telefònic van crear gran impacte i van aconseguir un augment de vendes a baix cost comercial i, per tant, generant importants guanys a les empreses. Avui en dia és un **sistema encara efectiu** cost/benefici, si bé els clients són més reticents a adquirir productes o serveis per màrqueting telefònic a causa de la quantitat d'empreses que fan ús d'aquest mitjà.

Si l'objectiu no és captar clients sinó **contactar amb els que tenim registrats** en la nostra empresa, és un mitjà econòmic, ràpid, efectiu i que permet avaluar resultats de manera immediata, amb un adequat tractament informatitzat de finalització de les trucades. En canvi, si el que volem és **captar nous clients**, hem de pensar com adquirir telèfons de potencials clients sense vulnerar la LOPD, la qual cosa sempre complica i encaixa la base de dades a utilitzar.

En qualsevol cas, disposar de la versatilitat d'un call center i de la informació que ens genera és un valor afegit molt important del SI de qualsevol empresa i, per tant, del seu òrgan de gestió. ■

EL COMPROMÍS DE CASP I L'ENTRONITZACIÓ DE LA DINASTIA CASTELLANA (I)

Després de la mort de Martí el Jove, rei de Sicília i fill de Martí l'Humà, aquest quedava sense successor directe i legítim al tro de la corona d'Aragó.

ELS ASPIRANTS A SUCESSIÓ

Restaven però, com a aspirants, els col·laterals masculins i els descendents per línia femenina. Entre aquells destacaven **Jaume, comte d'Urgell**, besnét d'**Alfons el Benigne**, i **Alfons, duc de Gandia**, nét de **Jaume II**. Els descendents per línia femenina eren **Lluís de Calàbria**, nét de **Joan I de Catalunya-Aragó** per la seva filla **Violant**, muller de **Lluís d'Anjou**, i el rei **Joan I de Castella** i el seu oncle i tutor **Ferran d'Antequera**, besnét i nét respectivament, de **Pere el Cerimoniós** per la seva filla **Elionor**, muller del rei **Joan I de Castella**. L'únic pretendent veritablement popular en tots els regnes de la Corona era **Jaume d'Urgell**, no sols per les seves condicions personals, sinó també perquè els pobles hi veien el legítim successor.

Per contra, els representants de la successió femenina no van aconseguir mai d'ésser populars i els seus drets es consideraven invalidats per costum de la terra, que exclouia les dones de la successió. Així i tot, la candidatura de **Lluís de Calàbria**, patrocinada per la seva àvia **Violant de Bar**, va aconseguir d'aplegar alguns partidaris pode-

rosos, especialment en les altes esferes d'Aragó i Catalunya.

D'altra banda, resulta evident que el preferit per **Martí l'Humà**, com a successor, era **Frederic de Luna**, fill natural de **Martí el Jove**, però la il·legitimitat en feia poc viable la candidatura.

"Mort el rei Martí l'Humà (1410), les autoritats catalanes i el Parlament de Catalunya s'esforcen a posar pau per aconseguir que aragonesos i valencians procedixin a l'elecció del nou sobirà"

L'INTERREGNE

Mort el rei **Martí l'Humà** (1410), s'obre un interregne de dos anys. Durant aquest temps les autoritats catalanes i el Parlament de Catalunya s'esforcen a posar pau entre les faccions que lluitaven a Aragó i València i a aconseguir que aragonesos i valencians apleguin els Parlaments respectius i que, finalment, aplegats tots tres en un de general, procedixin a l'elecció del nou sobirà.

Però les passions i els interessos que s'agitaven al voltant de la qüestió successòria van impossibilitar aquesta solució concorde, que no hauria deixat de donar per resultat l'elecció de **Jaume d'Urgell**. Per això mateix, els seus enemics van oposar-s'hi.

Destacava entre ells l'arquebisbe de Saragossa **García Fernández de Heredia**. La seva mort, en una disputa, a les mans de l'amic i defensor del compte d'Urgell, **Anton de Luna**, i dels seus partidaris, va



Ferran d'Antequera pintat en un detall del retaule contemporani de San Benito el Real de Valladolid, avui al Museu del Prado.

facilitar en gran manera als enemics del comte l'èxit de les seves maniobres. L'arquebisbe era partidari de **Lluís de Calàbria**. Els seus col·laboradors -el governador d'Aragó, **Gil Ruiz de Lihori**, el justícia -síndic de greuges- d'Aragó, **Juan Giménez Cerdán** i altres-, com sigui que **Lluís d'Anjou**, llunyà com era, no podia prestar-los ajut, van demanar-lo a **Ferran d'Antequera**, que ja tenia tropes a la frontera aragonesa. Aquestes van entrar a Aragó i van començar la persecució i exterminació dels partidaris del comte d'Urgell i la captació de partidaris per al pretendent castellà, el qual no sols va suplantar així **Lluís de Calàbria** en l'ànim de molts dels seus partidaris més conspicus, sinó que va constituir un rival molt més perillós per al comte d'Urgell.

Aplegat el Parlament aragonès a Alcanyís, en foren exclosos, mitjançant excomunió del vicari general de Saragossa, **Anton de Luna** i els seus partidaris, com a autors i còmplices de la mort de l'arquebisbe. Això va determinar l'aplec d'un Parlament Aragonès a Mequinença, format pels exclosos d'Alcanyís.

Continuarà... ■



Sarcòfag modern de Jaume II d'Urgell al castell de Xàtiva

EL NADAL

Tal com dèiem l'últim dia, sense **adonar-nos** ja som **de ple** a Nadal! Festes **entranyables** que **apleguen** el solstici d'hivern. Els dies s'escurcen al màxim i la llum del sol és mínima. Per això necessitem omplir-nos de llums i reunir-nos en família.

Per Nadal cada ovella al seu corral, diu la dita popular, i és que els humans, el mateix que les plantes i els animals, necessitem la llum del sol que ens **esperona** i ens carrega d'energia **deixondint-nos** dels dies tristos i, quan aquest falta, vinguin festes! I bons àpats i gresca i barrila... que culmina el 25 de desembre, dia en què es celebra el naixement de Jesús. Però la festa en sí... el costum d'ornamentar els arbres pensem que ve de més lluny. No voldríem fer **perdre l'oremus** a ningú però no us sona un ancestral homenatge a la natura? Això és un altre tema del qual ens agradaria tractar en una altra ocasió. Ens estem **enjoncant** i no és bo **deixar la carretera per agafar la dreuera**. El fet és que hem arribat a Nadal. Els dies s'allarguen poc a poc: **Per Nadal, un pas de pardal i per Sant Esteve, un pas de llebre** i encara que el refranyer ens digui



que **quan el dia creix el fred neix**, els dies llargs i la insolació més duradora ens senyala que el pitjor ja ha passat i anem de cara a la primavera.

Que ens disculpin aquells que l'estació que més els agrada és l'hivern, i també els que trobaran el tema d'avui una mica **eixarreït**. Val a dir que a nosaltres les festes ens han deixat una mica xafats! Prometem **rescabalar** la feina l'any que ve i us desitgem a tots que el 2014 sigui diferent, pròsper, i avançat als temps. ■

VOCABULARI

- **Adonar-se:** mai no digueu "donar-se compte" (castellanisme)
- **De ple:** directament, sense obstacles
- **Entranyables:** dit d'un afecte molt pregon
- **Apleguen:** reuneixen
- **Esperonar:** incitar, estimular
- **Deixondir:** sortir de l'ensopiment
- **Enjoncant:** enredant, embrancant
- **Eixarreït:** sec, eixut
- **Rescabalar:** reparar, compensar

FRASES FETES I SIGNIFICAT POPULAR

- **Perdre l'oremus:** desorientar-se
- **Deixar la carretera per agafar una dreuera:** deixar un camí conegut per agafar-ne un de dubtós
- **Per Nadal un pas de Pardal i per Sant Esteve un pas de llebre:** Es refereix, que el dia s'allarga poc a poc
- **Quan el dia creix, el fred neix:** en realitat al gener és quan comença el fred de debò.



CONSELLS PER L'HIVERN

Estar sotmès a baixes temperatures pot afectar el bon funcionament del cos, sobretot en persones vulnerables: gent gran, nens i persones amb malalties cròniques, especialment les que tenen problemes respiratoris i cardíacs. En aquest article us donarem consells pràctics per protegir-vos-en en diferents situacions:

CONSELLS PER PREVENIR LA HIPOTÈRMIA:

L'exposició prolongada al fred pot causar hipotèrmia. Quan una persona pateix hipotèrmia el seu cos perd més calor de la que pot generar i la seva temperatura corporal disminueix a menys de 35°C. Els símptomes més comuns són: somnolència, debilitat, pèrdua de concentració, pell pàl·lida i freda, confusió, tremolor incontrolable i pols i respiració més lentes.

- Consulteu la previsió del temps perquè us anticiparà les onades de fred.
- Els dies de fred intens, si heu de sortir, millor feu-ho a les hores centrals del dia.
- Convé abrigar-se amb diferents capes però amb peces que no quedin ajustades al cos, abric i calçat impermeable, barret, guants i bufanda. Cal protegir la cara i la boca.
- Ingeriu aliments calents, com sopes o guisats, per augmentar la temperatura del cos. També és recomanable consumir aliments frescos rics en vitamines A i C (fruita, hortalisses i fruita seca).
- Eviteu el consum d'alcohol i tabac.

* *Si sospiteu d'algú que pugui patir hipotèrmia, truqueu al CAP o al 112.*

CONSELLS PER LA CURA DE LA PELL:

Les baixes temperatures, la manca d'humitat i la calefacció excessiva durant l'hivern perjudiquen la pell i provoquen deshidratació, sequedat, descamació i, fins i tot, petites ferides, com ara talls i clivelles.

Per combatre aquests efectes podeu seguir les recomanacions següents:

- Hidrateu la pell freqüentment



amb cremes, especialment la de la cara, el coll i les mans, perquè són les zones més exposades a les inclemències del temps.

- Apliqueu-vos bàlsam als llavis diverses vegades al dia per evitar que s'assequin i apareguin clivelles.
- El sol no solament és perillós a l'estiu. Per això és important que també utilitzeu protector solar durant els mesos de fred.

CONSELLS A LA LLAR: VIGILEU AMB LES ESTUFES I CALDERES!!

Les calderes i aparells de calefacció de la llar poden convertir-se en elements de risc si no estan en bon estat o no se'n fa un bon ús.

- Cal ventilar les estances on hi hagi llars de foc o estufes de gas, carbó o d'altres materials combustibles.
- Reviseu l'estat de les calderes, estufes i altres aparells de combustió.
- No els feu servir si en encendre'ls fan una olor estranya.
- Si disposeu d'una llar de foc o una estufa de llenya, feu-ne revisar anualment la xemeneia o sortida de fum.
- No acosteu les estufes a prop de cortines, mobles o llits.
- Eviteu col·locar roba per assecar a prop de les estufes.

CONSELLS DAVANT NEVADES, GLAÇADES O TEMPORALS:

- **A l'habitatge:** tingueu preparats una ràdio i piles de recanvi, llanternes, aliments rics en calories, combustible per calefacció i una farmaciola amb els medicaments habituals.
- **Al cotxe:** comproveu l'estat de bateria, el dipòsit de benzina, els llums, els frens, els pneumàtics, la calefacció...
- Eviteu circular de nits i per carreteres principals.

TELÈFONS I ADRECES ELECTRÒNIQUES QUE US PODEN SER ÚTILS:

- Telèfons 112: per emergències
- 012: Atenció Ciutadana
- Servei Meteorològic de Catalunya: www.meteo.cat
- Agència Estatal de Meteorologia: www.aemet.cat
- Servei Català de Trànsit: www.gencat.cat/transit

FONS CONSULTADES:

Canal Salut. Generalitat Catalunya.
Agència de Salut Pública. Consorci Sanitari de Barcelona.

CARD MARIÀ, EL MILLOR RECONSTITUENT HEPÀTIC

Per iniciar aquest nou any us ressenyo les propietats d'una planta sobre la qual s'ha escrit una llegenda, a Betlem, fa més de 2000 anys...

Denominació botànica: *silybum marianum*

Noms comuns: card marià. Card Lletó.

Composició química: el principi actiu més important és la silimarina, una barreja de tres flavanolignans. Conté també principis amargs, resines i olis essencials.

Propietats: funció reparadora o regeneradora del fetge. Estimula la secreció de la bilis i per això és molt recomanat en cas de digestions lentes i pedres a la vesícula. Pot ser útil en alguns mals de cap que només es produeixen quan mengem aliments pesats (cefalees i migranyes) d'origen hepàtic. No té en absolut toxicitat ni efectes secundaris. Les seves llavors són la part més utilitzada.

QUAN PRENDRE CARD MARIÀ?

- Després d'haver pres medicaments com antibiòtics, que afecten la flora intestinal i al funcionament hepàtic.
- Acompanyant un tractament



d'obesitat o cel·lulitis, ja que ajuda a processar les toxines conjuntament amb el greix. D'aquesta manera contribueix a l'aprimament.

- Per dolors articulars, reuma, ciàtica, artritis, artrosi, gota; afeccions en què s'acumulen toxines en les articulacions que han de ser eliminades estimulants el bon funcionament del ronyó i del fetge.

COM PRENDRE'L?

En infusió a raó d'una culleradeta de llavors per cada tassa d'aigua bullint. Deixeu-ho reposar de 10 a 20 minuts. Preneu-ne tres tasses per dia, al matí en dejú, mitja hora abans dels àpats i a la nit abans d'anar a dormir.

També es pot prendre en forma

"Estimula la secreció de la bilis i per això és molt recomanat en cas de digestions lentes i pedres a la vesícula"

de planta, càpsules, comprimits i en tintura d'extracte líquid.

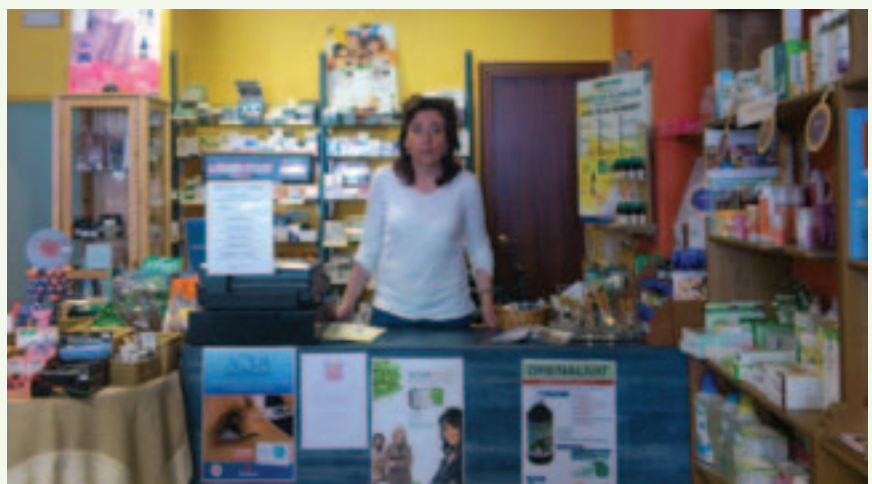
Explica la llegenda que la Mare de Déu estava alletant al nen Jesús i unes gotes de llet es van vessar sobre un card i des de llavors les seves fulles creixen tacades de blanc.

Avui en dia sabem, gràcies a la investigació científica, que totes les plantes venerades a l'antiguitat i a l'Edat Mitjana com a màgiques o sagrades tenen àmplies propietats terapèutiques.

Després d'haver-lo conegut, si arriba a créixer en el seu jardí no l'arrenqui com si fos una mala herba; potser pot deixar que creixi i venerar-lo com feien antigament. Card Marià, el millor reconstituent hepàtic.

Bon any 2014 ple de salut i de bellesa interior i exterior. ■

Nuria Arrufat Gallardo



DOLOR MUSCULAR I ARTICULAR

Cada dia ens trobem que més persones pateixen dolors articulars i musculars en edats més joves. Les causes poden ser diverses: estrès, excés d'exercici físic, males postures, mala alimentació, sedentarisme, mala respiració, contaminació ambiental... Tota aquesta suma de factors afavoreixen aquests dolors.

Per ajudar a millorar aquests mals és aconsellable portar una dieta rica en omega 3, cereals integrals, fruita i verdura. És interessant complementar aquesta dieta amb una dieta nutricional amb productes que continguin col·lagen, glucosamina... que ens ajudin a enfortir les articulacions i desinflamar la musculatura.

També podem aplicar-nos gels per fer massatge amb efecte antiinflamatori i pegats calents o estoretas elèctriques que ens ajudin a mantenir la zona calenta.

A la nostra farmàcia podeu trobar un seguit de productes per ajudar-vos a tenir un millor nivell de vida:

PER VIA ORAL:

● **COLNATUR:** ens aporta col·lagen pur. El col·lagen recobreix els ossos. D'aquesta manera el fregament entre ells no provocarà dolor i ens evitarà el dolor articular.



● **SALS DE SHÜSSLER N° 1, 2 I 7 (CALCI I MAGNESI):** Dos minerals molt importants per evitar tenir dolors i enfortir la musculatura.



● **ECOVITAL:** Ens aporta glucosamina i condroitina. Aminoàcids per mantenir sanes les articulacions.



● **Omega 3, 6,9 i Q10:** Aporten els nutrients necessaris per enfortir la musculatura i reduir la inflamació.



GELS PER FER MASSATGE:

● **ARNICREM**

● **AROMALGIC:** Amb propietats antiinflamatòries, calmants i refrescants. Porta àrnica



● **FISIOCREM:** Propietats calmants i antiinflamatòries. Porta calèndula, àrnica i hipèric



PEDAÇOS PER DONAR CALOR A LA ZONA

● **HANSPLAST:** Calor profund per calmar els dolors musculars.



● **THERMACARE:** Pegats amb calor profund per alleujar els dolors.



Farmàcia Francesc Folch Rubau

C. Sta. Maria, 28
17455 Caldes de Malavella
Tel. i fax: 972 472 794
www.grupfolch.com
farmaciafolchwbau@gmail.com



NOUS ÈXITS EN LA LLUM POLSADA INTENSA-IPL

Gràcies a l'aparició del mètode IPL-llum polsada intensa, els centres de bellesa han aconseguit grans resultats en els tractaments que més preocupen a la dona i a l'home d'avui en dia.

Fotodepilació és un nom genèric que defineix els sistemes de depilació per llum. Pot ser **làser** o **llum polsada intensa (IPL)**.

L'**IPL** és un mètode còmode, indolor, eficaç i amb resultats duradors. S'aplica d'una forma discontinua, multidireccional i amb variants longituds d'onda, a través d'una làmpada flash especial. Es genera una font de llum que passa per la melanina del pèl (de qualsevol color excepte la cana), fins arribar a l'arrel on es destrueix el fol·licle pilós.

En no ser una llum monocromàtica, a diferència del làser, **es treballa cada sessió del tractament d'una forma eficaç**. En necessitem varies a causa de les diferents fases de creixement del pèl. És en la fase anàgena l'única en la qual podem arribar fins a l'arrel i eradicar-la.

"IPL dona un tractament finalitzat amb menys sessions requerides i els mateixos resultats, molt més econòmic i menys danyí dermatològicament parlant"

El fet que els equips IPL treballin mitjançant la melanina del pèl, fa que cuidin i respectin la pell del voltant i que se n'obtinguin resultats òptims d'una forma segura i còmoda.

El nombre de sessions depèn de cada persona i zona a tractar. És imprescindible personalitzar cada tractament en funció de la seva evolució. Els tractaments

corporals normalment tenen entre **6 i 8 sessions, amb una destrucció del 90-95% del fol·licle**. Es recomana una sessió de repàs anual per mantenir la zona neta ja que es crearan cèl·lules noves, molt més dèbils, **en no més d'un 20% del que hi havia anteriorment** (segons dades d'estudis seriosos).

No podem parlar de depilacions definitives en cap mètode de fotodepilació però l'aplicació de l'**IPL** amb un equip adequat, amb les revisions pertinents i controlada per una professional amb experiència, ens donarà la clau per aconseguir **immillorables resultats, amb un tractament progressiu permanent i totalment satisfactori**.

A l'hora de pensar en la depilació, sorgeixen dubtes sobre quin és el millor tractament. El més conegut és el làser però la tècnica més innovadora són els equips IPL. Tot seguit en farem una petita comparativa:

LÀSER

Llum monocromàtica amb un sol eix de llum que treballa en el cas de la depilació sota la dermis, detectant el pèl negre i gruixut com a condició per treballar-lo. Necessita, igual que la llum pulsada IPL, la fase idònea però cada vegada que tractem la zona el pèl es debilita i això dificulta el treball de l'equip làser. A més, no detecta la melanina clara i no pot treballar pells que no siguin clares.

ELS EQUIPS IPL

En comparativa, no es troben



"Els resultats sempre variables, seran tractaments realitzats entre 6 i 8 sessions en els tractaments corporals, amb una destrucció del 90-95% del fol·licle en la zona tractada"

amb la problemàtica que acabem d'esmentar ja que utilitzen la melanina del pèl per treballar des de la primera sessió fins a l'última. Això ens permet un tractament amb **menys sessions i els mateixos resultats, molt més econòmic i menys danyí dermatològicament parlant**.

En el Centre d'Estètica Nuri Tubert trobareu l'experiència de Technopel Fotodepilació, amb més de 10 anys d'experiència i que ofereix els seus serveis en el centre des del 2005. Us hi podeu adreçar sense compromís per a qualsevol consulta.

Esperem que la informació hagi estat clara i concisa. ■

Nuri Tubert i Isa Morón

LA HISTORIA DE LA MAE

Aquesta vegada explicarem la història de la Mae, una gosseta de 3 anys que va venir a la clínica d'urgència el febrer de 2013.

Un dilluns, en Pau i l'Eva entren per la porta amb la Mae en braços dient que no camina, que l'han trobada així. Viuen en una masia de Franciac i no saben què li pot haver provocat aquest problema. Quan l'explorem veiem que realment presenta una paràlisi del terç posterior. El més sorprenent és que no passa ni mitja hora i l'estat mental de la Mae comença a decaure fins entrar en un estat d'estupor/coma. Les constants vitals també baixen (temperatura, freqüència cardíaca, pressió arterial...) i comencem a témer per la seva vida.

"Què pot haver passat que hagi deixat la Mae adormida profundament?"

Fem unes proves de sang i ràpidament li posem una via i fluids, l'escalfem i la mediquem per intentar restablir les constants. L'analítica bàsica surt normal però això no descarta un munt de possibles diagnòstics. Què pot haver passat que hagi deixat la Mae adormida profundament? Pensem en una intoxicació, en un traumatisme del cap, en una embòlia o algun altre problema vascular, una infecció... Ens la quedem ingressada a la clínica.



Aquí teniu a la Mae, mesos més tard, ben desperta i amb una preciosa cadellada.

El dia següent segueix igual. Positivament, veiem que les constants s'han normalitzat i que té una lleugera sensibilitat a les potes quan les premem fort. Li fem les cures pertinents perquè veiem que si el cas té resolució, va per llarg. Per tant, li buidem la bufeta manualment, li posem una lavativa, la movem de costat a cada moment, la mediquem... fins i tot la Lúdia li ve a fer una sessió de Reiki per ajudar-la.

Al cap de dos dies decidim que la Mae se sentirà més acompanyada si dorm amb en Pau i l'Eva i a partir d'ara el dia se'l passa a la clínica i la nit a casa seva. Després de 4 dies sense menjar i veient que no hi ha canvis, optem per col·locar-li un tubet pel nas que li arriba fins l'estómac i d'aquesta manera li podem fer menjar triturat. També és el dia que la Yolanda ve a fer-li una sessió d'acupuntura per provar d'estimular-la. És curiós, però després de la sessió, la Mae respira més ràpid i sembla que provi de despertar-se.

Al cap de 24 hores, veiem un canvi important: durant un sol instant, però suficient per ser gloriós, la Mae aixeca el cap, ens mira i torna a endormiscar-se. Paral·lelament arriben els resultats de l'analítica: Fenobarbital en sang: 105!!! Els valors de referència van de 15 a 40. Això vol dir que la Mae va ingerir

unes dosis extremadament altes de fenobarbital i es va intoxicar. El fenobarbital és un medicament antiepilèptic amb efectes fortament sedants i que també s'utilitza per enverinar gats.

"Al cap de 24 hores veiem un canvi important: durant un sol instant, però suficient per ser gloriós, la Mae aixeca el cap, ens mira i torna a endormiscar-se"

Passa un dia més: ja és capaç d'empassar-se el menjar i mastegar adormida. Sembla que tot va per bon camí, però no parem de preguntar-nos: Quan es despertarà? Tindrà seqüeles després de tants dies "anestesiada"? El vuitè dia, després d'una altra sessió d'acupuntura, tenim la resposta: la Mae decideix que ja n'hi ha prou; que ja s'ha cansat de dormir. Així que, com si es llevés d'una gran migdiada, s'incorpora, tentineja i ja no para de caminar... fins avui.

Aquesta història amb final feliç ens va marcar en molts sentits: el vincle de tendresa dels propietaris amb la seva gossa, la implicació i preocupació de la Lúdia, la Yolanda i tothom qui entrava per la clínica, la fe de creure que tot pot acabar bé i, sobretot, la lliçó de supervivència de la Mae. ■

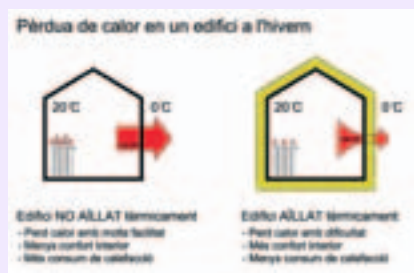
L'AÏLLAMENT TÈRMIC EN REHABILITACIÓ ENERGÈTICA D'EDIFICIS (I)

Per què cal aïllar tèrmicament els nostres habitatges? Com i quan podem fer-ho?. En aquest article parlem de la importància de l'aïllament tèrmic a l'edificació.

Un dels aspectes fonamentals en la rehabilitació energètica és l'aïllament tèrmic dels tancaments de l'edifici, com ara façanes, cobertes, parets mitgeres, terres, finestres i qualsevol altre tancament que ens separi l'espai interior condicionat de l'exterior, o bé d'espais no condicionats, com poden ser garatges, trasters, golfes, etc.

PER QUÈ CAL AÏLLAR TÈRMICAMENT ELS NOSTRES HABITATGES?

Per entendre millor la importància de l'aïllament tèrmic, és important conèixer com funciona la transmissió de calor en els edificis. Veiem-ho amb un exemple: a l'hivern, a l'interior de casa podem estar confortables a 20°C, mentre que a l'exterior podem estar a 0°C. A causa de la diferència de temperatures entre interior i exterior, la calor de l'interior surt cap a l'exterior. A l'hivern els edificis solen tenir pèrdues de calor **(vegeu el gràfic 1)**.



A l'estiu passa l'efecte contrari: a l'interior de casa podem estar a 25°C, mentre que a l'exterior podem estar a 31°C. Per diferència de temperatures, la calor de l'exterior entra cap a l'interior de casa. A l'estiu, els edificis solen tenir guanys de calor **(vegeu el gràfic 2)**.



Per minimitzar els guanys i les pèrdues, ens interessarà disposar d'uns tancaments (façanes, cobertes, etc.) que oposin molta resistència al pas de la calor. Per aconseguir-ho, avui en dia s'utilitzen els aïllaments tèrmics, uns materials de construcció específics per dur a terme aquesta funció. Segons el tipus d'aïllament escollit, del gruix i de la solució constructiva aplicada, podem obtenir un tipus de tancament que dificulti aquest pas i, per tant, que conservi durant més temps la temperatura interior. És el que tècnicament anomenem tancaments de baixa transmitància tèrmica.

Un pis o una casa ben aïllada tèrmicament serà més confortable, mantindrà les temperatures interiors més estables i, en funció de l'aïllament escollit, millorarà el confort acústic, reduint el soroll provinent de l'exterior o dels veïns. Evitarà possibles humitats de condensació, amb la consegüent aparició de verdet o floridures a parets i sostres interiors. I en farà disminuir el consum de calefacció a l'hivern, i d'aire condicionat a l'estiu, estalviant diners a la factura del gas, gasoil, electricitat, o del combustible que utilitzem. Amb

la disminució del consum d'energia, reduïrem les emissions de CO₂, i ajudarem a millorar el medi ambient.

COM PODEM AÏLLAR TÈRMICAMENT ELS NOSTRES HABITATGES?

Per tal de saber com es pot millorar l'aïllament tèrmic en habitatges existents, cal saber com han estat construïts. L'any de construcció de l'edifici ens pot servir com una primera referència ja que la primera normativa espanyola que obliga a aïllar tèrmicament els edificis és de l'any 1979. A partir d'aquí, cal analitzar quins són els tancaments que estan en contacte amb l'exterior o amb zones no calefactades. Posteriorment és imprescindible fer prospeccions o cales als tancaments escollits per conèixer-ne la composició i poder oferir una o diverses solucions de millora de l'aïllament, que siguin tècnica i econòmicament viables.

Es pot aprofitar qualsevol ocasió de reforma per millorar l'aïllament del vostre habitatge. Si teniu pensat rehabilitar la coberta, canviar el paviment, o reformar una part de casa, és interessant aprofitar l'ocasió per millorar-ne l'aïllament tèrmic. En el cost global d'unes obres la inversió és molt petita i a la llarga us reportarà un important benefici, revaloritzant el vostre immoble.

Al proper número de l'Aquae veurem diferents tipus d'aïllament tèrmic utilitzats en rehabilitació, així com alguns exemples concrets d'aplicació. ■

MARTURIA JUNQUERA ARQUITECTES
 ESTALVI ENERGÈTIC I ARQUITECTURA

Francisco Marturia Junquera
 certificador energètic d'edificis i arquitecte

www.marturijunquera.com - t. 972 47 14 70 - m. 694 50 12 60
 c/ Ja i cordal 17 bis - 17455 Cabdes de Molinets - Girona

CONTE DE REIS (TAMBÉ PER A NENS D'ESPERIT)

Era pobre, molt pobre. Però ell no ho sabia. Vivia a dalt d'una muntanya en una caseta custodiada per avets i pins que a l'estiu el refrescaven i a l'hivern l'arreceraven del fred. Per tota companyia, un gos d'atura, fidel amic, una cabra i uns quants caps d'aviram. Era feliç. Tenia menjar per cada dia i el magnífic espectacle de la natura. Conreant l'hort i cuidant els animals omplia els dies i cap al tard s'asseia al bancal de l'entrada i treballava el boix fent-ne culleres, forquilles, xiulets...

Un vegada a la setmana baixava al poble a vendre els útils de boix i alguna verdura de l'hort. Amb els calerons que feia, comprava el que li mancava, i se'n tornava xiulant cap a casa, amb el gos als talons. Tothom el coneixia i l'estimava. El consideraven un bon jan. Si l'hivern era massa dur es quedava a casa aïllat, sobrevivint amb el formatge de cabra i modelant el boix vora la llar de foc.

Aquell any, tot i que nevà, pogué baixar al mercat a proveir-se de les vitualles per passar l'hivern. S'acostaven les festes de Nadal i el sorprengué la gentada del mercat. S'apropà al pessebre que havien arranjat al bell mig de la plaça, voltat de mainada amb ulls brillants i els sentí parlar dels reis i de què els demanarien.

Ell, que era com un gran infant, s'il·lusionà com la quixalla. Per què no podia demanar ell alguna cosa si tant generosos eren? Es portava bé! No necessitava gran cosa però tenia una il·lusió amagada: li agradaria tenir una somera o un petit burret! Li alleugeraria la càrrega del mercat i l'ajudaria a tragar per l'hort. Seguí escoltant a la mainada que deien que havien de posar una sabata al balcó... una sabata! En Jan no havia tingut mai sabates. A l'hivern anava amb es-



"En Jan no necessitava gran cosa però tenia una il·lusió amagada: li agradaria tenir una somera o un petit burret!"

clops i a l'estiu, amb espadnyes. Li caigué el món a sobre! Li havia fet tanta il·lusió la idea! Però en Jan era tant tossut com bona fe, i no parà de pensar, fins que se li ocorregué la solució. Compraria unes sabates! Ajornaria les compres de llavors i els calés que havia fet amb les vendes els utilitzaria per les sabates!

S'encaminà cap a casa del sabater decidit i aquest tingué un ensurt al veure aquells peuassos. Mare de Déu! -A dins d'aquest esclop i cap una somera!- li digué. - Això és el que vull-, digué en Jan. Perquè és el que demanaré als Reis, que m'han dit a la plaça que porten coses a la gent. Amb un burret ja em conformo. Jo no els he demanat mai res i em penso que em porto prou

bé! I el sabater li prometé que faria l'encàrrec a la capital i li tindria les sabates abans de fi d'any.

Però va fer més: comentà la facècia amb els veïns i tot el poble es va commoure amb la innocència d'aquell tros de pa que, tot i que vivia tot l'any tant sol, sempre els havia ajudat quan calia. Aquell any del foc, per exemple. Als cercadors de bolets, que ell coneixia tan bé, els vailets que es desorientaven ensenyant-los el camí... I el poble sencer es va comprometre a comprar-li les sabates i a animar-lo a posar-les a la porta a la nit de Reis, convençuts que hi trobaria el burret que desitjava.

I així va ser: en Jan va aconseguir tenir sabates, que es posava així que arribava el poble cada dia de mercat, Ei! pel camí no, eh? Pel camí seguia portant esclops! Més feliç que mai, arrossegant del ronsal el burret que li havien portat els Reis. I és que la nit de Reis és màgica, oi que sí? ■

TROBA LES 7 DIFERÈNCIES I LA FRASE FETA



SOLUCIÓ
 Trencar el gel
 (fer el primer
 pas per acos-
 tar-se a algu,
 iniciar una
 conversa...)

SOPA DE LLETRES

Troba els 16 títols de les cançons de l'últim treball musical del caldenç **Eduard Canimas** ("Sagrat Cor")

- No es tindran en compte ni els accents ni els apòstrofs
- Si la resposta té més d'una paraula, es trobarà tota seguida sense espais



A	C	V	U	I	F	L	E	G	E	D	S	E	L	R	E	P	A
U	T	O	T	S	E	S	T	A	O	B	R	I	N	T	U	L	S
R	A	C	A	S	Ç	E	C	W	V	Z	A	E	R	C	B	U	R
B	B	S	E	R	A	S	S	A	P	O	N	A	T	E	A	N	X
T	N	O	F	A	N	U	A	H	I	H	C	A	O	K	A	M	C
O	Y	B	A	P	A	D	A	N	I	A	N	I	M	M	G	O	E
L	I	L	C	Y	A	T	L	E	L	C	I	G	A	S	O	M	Y
O	N	E	P	R	A	O	R	F	A	T	E	X	R	I	U	E	U
B	R	D	A	E	S	V	I	R	R	U	L	O	P	N	Y	N	P
A	Ç	S	T	A	S	U	I	A	T	E	I	V	C	E	O	T	L
M	A	N	R	E	T	O	R	H	D	A	T	O	Ç	A	V	S	H
I	R	I	A	G	B	U	Y	P	S	O	R	E	U	R	N	I	F
R	G	D	O	R	A	D	O	R	E	A	E	M	A	I	R	U	I
D	S	A	I	G	E	R	T	A	T	N	M	N	E	P	E	S	U
E	E	R	Ç	O	A	G	R	E	S	I	A	A	T	O	T	P	Q
A	I	T	I	X	C	H	R	I	E	M	A	N	N	O	E	L	F
S	Y	N	L	B	R	R	A	N	A	A	F	I	O	M	R	A	G
A	N	E	R	U	A	J	H	G	F	D	O	R	U	T	O	U	Ç
C	O	Q	U	A	R	T	D	E	N	R	R	A	N	I	M	F	N
S	I	S	S	I	R	C	E	R	P	O	I	N	E	H	A	N	J



Girasol
 Puc tancar i obrir
 Entra dins del bosc
 Perles de gel
 El xarop del xaman
 Ahimsa
 Un cor a terra
 Rema
 No passa res
 Tot està obrint
 Hi ha una font
 Om Nama Shvaya
 Nari nan
 Amor Etern
 Un moment, si us plau

COMPLETA LA DITA CALDENCA AMB L'AJUDA DELS DIBUIXOS:

No

ni



SOLUCIÓ: "No mengis fruita passada ni beguts alguna paraada"

RUTA DE CALDES AL SURO DE CAL MAGRE, PANTANS D'EN LLOBET, CASTELL DE SANT ISCLE I TORNADA A CALDES

PRIMERA PART: CALDES, SURO DE CAL MAGRE I PANTANS D'EN LLOBET

Sortim de la plaça de la Selva per l'oest i trobem el c/ Mestre Mas Ros, girem a la dreta cap a la Plaça del mateix nom, la creuem seguint la mateixa direcció i trobem el c/ de les Mateues. Continuem en la mateixa direcció i al cap de poc trobem una pujada sense asfaltar amb una pineda a la dreta. Aquí sortim del nucli urbà **(foto 1)**. Aquesta pista ens portarà (en 2 km) a l'enllaç de la ruta de les ermites. Ignorem tots els trencants seguint la mateixa direcció

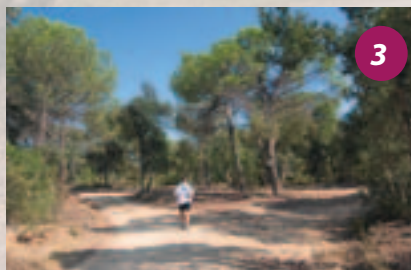


En una zona planera tenim camps a la nostra esquerra. Al final del tram trobem una petita pujada i una petita casa a l'esquerra. Més endavant a la dreta tenim camps i una casa de pagès, Ca l'Amargant. Seguim i trobem una altra petita pujada, uns 300 m més endavant després d'un lleuger descens.

Troblem el pal amb cartells indicadors de la ruta de les ermites que ens apunta la direcció cap a Sant Maurici. Nosaltres continuem en el mateix sentit que venim en direcció a Sta. Seclina **(foto 2)**. Seguim la pista principal.



La pista fa un revolt a l'esquerra, davant nostre veiem un trencant a la dreta que ignorem **(foto 3)**.



Troblem un pal indicador, la nostra pista va a donar a una de més gran que ens ve perpendicular amb una tanca de xiprers al cantó. Girem a la dreta seguint la direcció de Sta. Seclina **(foto 4)**. Al cap de 5' trobem un altre cartell indicador en un trencant que surt a la dreta, baixem per aquest seguint cap a Sta. Seclina **(foto 5)**.



Ressenya: Pere Serrats

Mapa: David del Rio

Fotos: Albert Torrent

Col·laboració: Club Excursionista de Caldes

Presentació: La ruta sencera, circular, fa 24 km i en aquest primer tram en fem la meitat 12 km. Una part important de la ruta passa pel municipi de Vidreres. El suro de Cal Magre, és una surera catalogada en els arbres monumentals de Catalunya al cantó d'una masia abandonada que li dona el nom. Val la pena visitar-lo malgrat estar en un lloc que no és gaire de pas.

Durada: Fins al Molí de la Selva i Can Poc, seguim la ruta del Puig Verd. La ruta està pensada per fer en bicicleta però també es pot fer a peu. No indiquem horaris però la ruta es pot fer en dues hores i mitja aproximadament.

COSES A DUR:

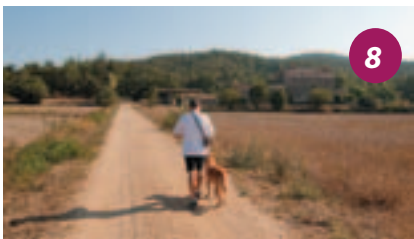
Aigua, menjar, impermeable, roba d'abric per si de cas i mòbil per si hi ha algun imprevist. Es recomanable dur com a mínim una càmera d'aire de recanvi i una manxa.

CONSELLS:

- Aviseu a coneguts sobre la zona on aneu i mireu d'anar acompanyats.
- Aneu sempre amb temps de sobres per si surten imprevistos
- Respecteu l'entorn i deixeu els llocs per on passeu igual o millor de com els heu trobat.
- Si sou discrets, serà més fàcil d'observar animals.

Al final de la baixada trobem l'autovia C35 (Maçanet-Platja d'Aro). Girem a l'esquerra per una zona que havia estat asfaltada (l'antiga carretera) **(foto 6)** i més endavant trobem el túnel de pas per sota l'autovia i ens porta a l'altre cantó. Hi passem **(foto 7)** i continuem

tot recte travessant una riera , el rec Clar i un camp que ens portarà a una casa de pagès, Can Poc **(foto 8)**. A la nostra esquerra veiem el pal indicador. Nosaltres girem a la dreta **(foto 9)** i seguim una pista que entra al bosc. Al cap de pocs metres la pista més ampla gira a l'esquerra. Nosaltres seguirem la que està en més mal estat en la mateixa direcció que portem **(foto 10)**.



Seguim aquesta pista fent petites pujades i baixades, al cap d'un quilòmetre arribem a una pista ben arreglada, a la nostra esquerra veiem ca l'Aulet **(foto 11)**. Hem de

girar a l'esquerra per voltar la casa per darrera, però si tenim temps, ens desviem a la dreta i baixem uns metres fins el rec Clar i seguint un camí per la part dreta del rec, fem uns 100m per visitar un freixe catalogat com a monumental, el freixe de l'Aulet. Tornem a ca l'Aulet. Hem voltat la casa girant a la dreta i seguim una pista en força mal estat que ens porta a dins de bosc. Al cap d'uns 600 m trobem un camp a la nostra dreta i iniciem un gir que ens torna a acostar cap al rec Clar. Seguim 200 m entre el rec i un camp que ens queda més amunt i trobem un trencant a l'esquerra, deixem el rec i girem a l'esquerra **(foto 12)**. Fem uns 100 m i entrem a bosc, fem un revolt i tot seguit atenció! Ens trobem un revolt a l'esquerra amb una rampa de fort pendent en un tram amb xargalls molt marcats **(foto 13)**.



Quan acabem la pujada ens trobem un trencant, deixem el brançal de l'esquerra que segueix pujant i continuem per la dreta **(foto 14)**. Fem uns 1.200 m sense desnivells gaire importants fins creuar una riera, iniciem una pujada i uns metres més endavant fem un revolt a la dreta per continuar pujant fort i per mal camí durant 250 m, fem un revolt a l'esquerra i uns metres més endavant veiem el suro de cal Magre a la nostra dreta **(foto 15)**.



Fem una aturada per visitar-lo. Aquesta alzina surera té una alçada de 19 metres però la seva monumentalitat li ve de la capçada que arriba a atènyer 20 metres. Es calcula que pot tenir uns 300 anys. Continuem més amunt fins al cantó de la casa **(foto 16)** i a la nostra esquerra veiem una gran alzina **(foto 17)**, catalogada com arbre singular. Continuem 200m i ens trobem una pista que ens creua perpendicular, si anéssim a l'esquerra enllaçaríem amb la ruta per

anar a Sta Susanna de Caulès. Nosaltres girem a la dreta (**foto 18**).



Iniciem el descens per una pista en bon estat i continuem la baixada durant gairebé 2 quilòmetres fins arribar al cantó del pantà d'en Llobet (**foto 19**). Continuem 300 m més endavant fins trobar una cruïlla on veiem un cartell indicador de rutes de Vidreres (**foto 20**).

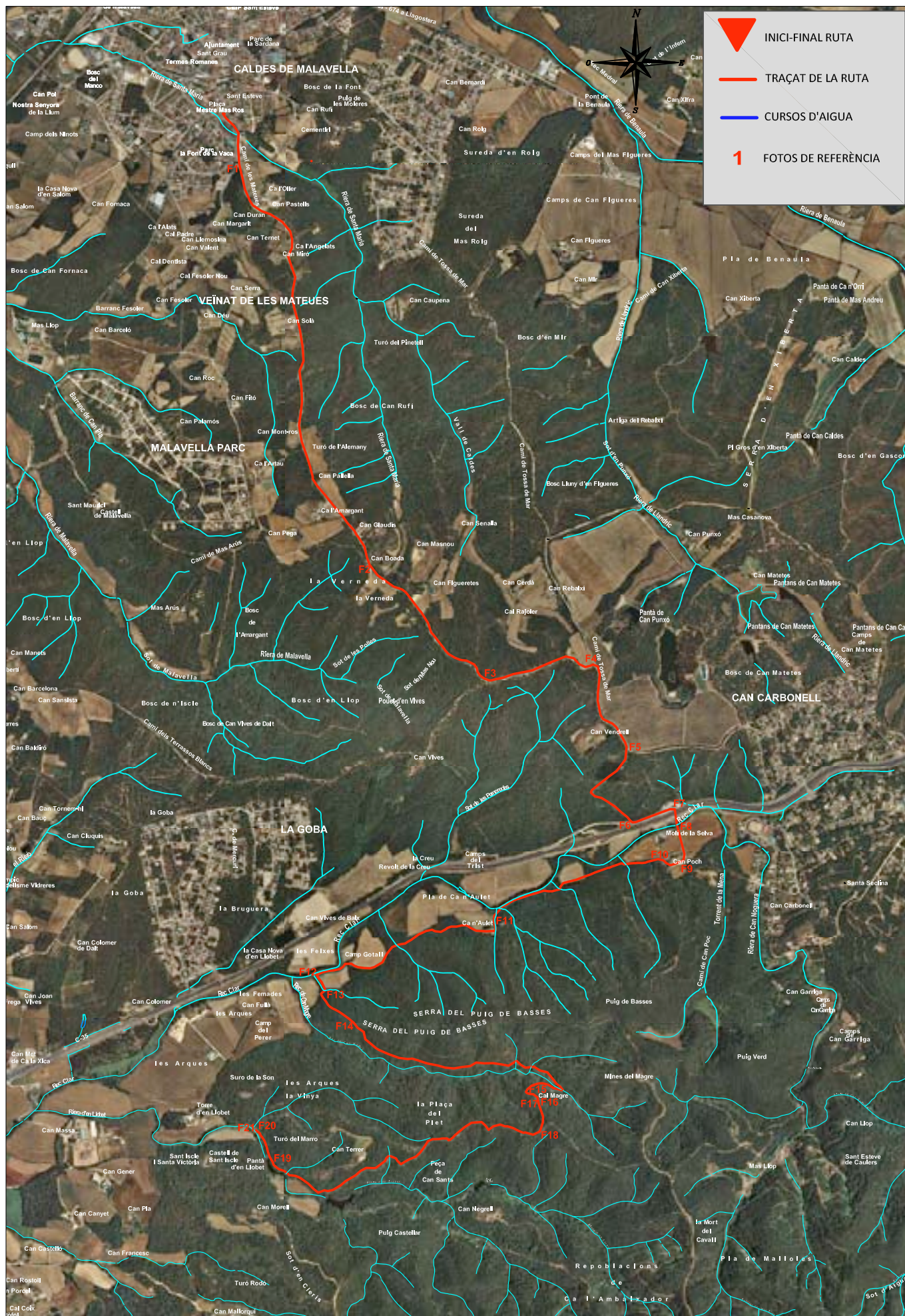


La nostra ruta ens porta a girar a l'esquerra per anar al Castell de St. Iscle (**foto 21**). Si no girem i continuem endavant, passarem pel cantó de la Torre d'en Llobet i anirem a l'autovia i a un pont per travessar-la que ens deixa a la urbanització La Goba de Vidreres.



Hem trobat durant l'excursió:







Autor: Albert Torrent i Amagat. Posta de sol a Caldes, 10 de novembre de 2013.

Si t'agrada fer fotos i en tens alguna sobre Caldes, fes-nos-la arribar a aquae@caldesdemalavella.cat, juntament amb el teu nom i cognoms i una breu descripció de la foto. Pot ser d'activitats que es celebren a Caldes, de natura, d'edificis... D'entre les que rebem, en triarem una per col·locar-la a l'última pàgina de la revista!

CALDES
DE
MALAVELLA