MIRA'M

Num
317
Novembre
26

LA REVISTA DE CULTURA I OCI DE L'EMPORDÀ



L'OR ANTIC
DES DE 1980
COMPRA I VENDA D'OR
JOIES · LINGOTS · MONEDES D'OR · PLATA I ANTIGUITATS · TAXACIÓ GRATUÏTA
MÀXIMA DISCRECIÓ · ES PAGA AL MÀXIM I AL COMPTAT · ACHAT - VENDRE D'OR
C/ Lasauca, 10 Figueres Tel · 972 674 048 www.lorantic.com

CONTINGUT

NOVEMBRE 2026



Pàgina 4 · 5
Monestir de Notre-Dame de la Source
'Ora et Labora' a l'Albera



Pàgines 10 · 14
Sempre fugim de les situacions perilloses
Entrevista a Ramon Vallès, pilot d'avió



Pàgines 18 · 20
Museu de la Pipa
Un símbol de calma i repòs



Pàgines 30 · 35
Miastènia gravis, una malaltia rara que imposa límits
Entrevista a Mireia Sais, delegada d'AMES



Pàgina 37
Can Genover
Testimoni del passat industrial de Boadella



Pàgines 92 · 95
Artesans dels Avalls
Formatges artesanals de llet crua de vaca

MIRA'M
ADN empordanès
Premsa Comarcal

Edita: Premsa Empordanesa
Direcció i maquetació: **Òscar J. Carrés**
Continguts: **Redacció Mira'm**
Comptabilitat: **Teresa Risque**

Publicitat **Tel · 615 370 187**
Administració **Tel · 972 530 308**
miram@miramdigital.com
www.miram.cat

La còpia, reproducció o adaptació dels dissenys publicitaris, fotografies, textos i maquetacions continguts en aquesta publicació sense autorització expressa podrà donar lloc a les accions legals previstes per la normativa de propietat intel·lectual.

Dipòsit legal - GI 958-2002 **17600 Figueres**

BONA SALUT I VOLUNTATS ANTICIPADES

Entrats de ple a la tardor i a les acaballes del mes d'octubre, la diada de Tots Sants representa per a la nostra societat un moment en què, qui més qui menys, dedica un pensament als familiars difunts més propers, així com als amics i coneguts, especialment si han traspassat fa relativament poc. Un costum que sovint es tradueix en una visita al cementiri com a testimoni físic d'aquest record.

Tots arribem al final de la vida i morim, però per quines causes i a quines edats? S'acaba de publicar l'informe anual dels indicadors clau de la comarca, que elabora l'Institut d'Innovació i Recerca Glòria Compte de la Fundació Salut Empordà (FSE). Segons l'anàlisi de les dades del 2024, l'esperança de vida en néixer se situa en 83,26 anys per al conjunt de la població. Les dones tenen una esperança de vida de 85,93 anys i els homes, de 80,64.

Les causes de mort es mantenen gairebé invariables en els darrers anys. En números rodons, un 30% dels empordanesos moren de càncer (més homes que dones); un 20%, de malalties del sistema circulatori; un 15%, de malalties del sistema respiratori, i un altre 15%, d'infeccions. El 20% restant correspon a causes diverses. Per la seva banda, l'esperança de vida en «bona salut», que aquest estudi defineix principalment com el nombre mitjà d'anys de vida sense limitacions funcionals ni discapacitats, era de 80,69 anys al conjunt de Catalunya l'any 2023. Una xifra que ha anat creixent, tot i que darrerament ho fa de manera més moderada.

Arribats a aquest punt, ens referirem a un fenomen que segurament té relació amb aquestes dades: la formalització del document de voluntats anticipades (DVA), que va en augment i situa l'Alt Empordà a la zona mitjana del rànquing de Catalunya, amb 512 registres per cada 100.000 habitants. Això significa que més de 700 persones ja han expressat de manera clara quin tipus d'atenció mèdica volen rebre al final de la vida en cas que no tinguin capacitat per decidir o comunicar-se.

És un tema delicat, que genera punts de vista molt diferents i fins i tot contraposats dins de les parelles i les famílies. Però, al mateix temps, demostra una maduresa personal notable, que segurament es deu a l'augment de la cultura social de les generacions que arriben a l'etapa final de la vida, a l'increment dels anys viscuts en «bona salut» i a les campanyes de sensibilització que es duen a terme, especialment per part de l'Associació Dret a Morir Dignament de Catalunya, que presideix la figuerenca Cristina Vallès, recentment guardonada per l'Ajuntament.

Un altre fet que ha facilitat la formalització dels DVA és que actualment ja no cal recórrer necessàriament a un notari ni a tres testimonis: el document també es pot formalitzar davant d'un professional sanitari de l'àmbit de l'atenció primària, hospitalària o sociosanitària de Catalunya.

Parlar de vida és parlar, indefectiblement, de mort. I viceversa. Per això, l'augment de l'esperança de vida i dels anys viscuts en «bona salut» ens interpel·la també a pensar en una «bona mort».





Espai de retir i taller artesanal

'ORA ET LABORA' A L'ALBERA

A tocar del Pertús hi ha un monestir habilitat en una antiga masia que comparteixen dues comunitats de monges de vida contemplativa

Un dissabte qualsevol de tardor, al Pertús, hi ha una activitat frenètica. No tant com a l'estiu o a la campanya de Nadal, però es veu molta gent amunt i avall dels carrers comercials comprant des de productes alimentaris o tabac fins a cosmètics, licors o peces de vestir. Una mica de tot i de tot una mica. Travessem el poble i ens dirigim cap al municipi de Sant Joan de l'Albera, situat als contraforts de la serralada pirinenca que uneix i fusiona el nord i el sud de Catalunya.
S'hi pot accedir per la carretera que trobem just en sortir del Pertús, a mà dreta, al costat del darrer aparcament del poble, però per anar al nostre destí agafem el vial de més amunt un cop passat el pont de la Rivière de Rome (en tots dos casos es tracta de la comarcal D71), entre el cementiri i la comissaria francoespanyola. A poc més d'un quilòmetre, a mà dreta, un rètol ens indica l'accés, per un camí de terra estret però practicable, cap al monestir de Notre-Dame de la Source/Mare de Déu de la Font.
En pocs minuts es passa del brogit del Pertús a un oasi de pau situat enmig de la natura. A l'entrada dels boscos de l'Albera, una microregió botànica protegida i farcida d'alzines, suredes, fagedes i pi-avets segons l'alçada a la qual arribem. El monestir està envoltat d'arbres, però no és un espai convencional. És a dir, quan parlem de monestir pensem en una edificació com a mínim d'origen medieval, amb una església més o menys monumental i un claustre. Ben lluny de tot això. Es tracta d'una antiga masia de la serralada, degudament restaurada i a l'interior de la qual hi resideix una comunitat religiosa de vida contemplativa i que es complementa amb un conjunt de cinc petites casetes, distribuïdes per les hectàrees de bosc que envolten el mas, on fa anys residien les monges, però que ara acullen persones que vulguin fer-hi una estada per reposar, meditar i gaudir d'un oasi de pau i d'espiritualitat a prop i lluny alhora de la vida quotidiana.
L'origen d'aquest espai d'espiritualitat situat al bell mig de l'Albera cal buscar-lo a mitjans dels anys quaranta del segle passat, quan ho compra un matrimoni francès. El país surt de la Segona Guerra Mundial i es troba sacsejat i, en part, dividit. Arreglen el mas, construeixen una petita capella i busquen religiosos perquè s'hi estableixin. Al cap de poc acullen les Eremites de Maria.
Aquesta comunitat va ser molt coneguda per una activitat que els va generar ingressos per poder viure: la cria i l'en-

sinistrament de mastins del Pirineu, una raça de gossos cotitzada. Van acabar de restaurar l'immoble. El mas acollia la comunitat i feia les funcions d'espai de visites i sala de reunions, complementant la capella, i també disposava de cuina i menjador. Les monges, que en alguns moments van arribar a ser una quinzena, vivien de forma eremítica, d'acord amb els postulats de la seva congregació, en les casetes disseminades pel bosc.

Amb el pas dels anys, la demanda de mastins va anar de baixa, però la comunitat va continuar dedicant-se a elaboracions artesanals en els tallers que hi havia en els espais complementaris al recinte religiós. Les Eremites de Maria, que s'havien fet grans, volien mantenir la vida monàstica i la continuïtat es va aconseguir gràcies a la intervenció de l'aleshores bisbe de Perpinyà-Elna, monsenyor Turini, que va incorporar-hi la Família Monàstica de Betlem, de l'Assumpció de la Verge i de Sant Bruno, conegudes com les Monges de Betlem.

La tradició monàstica de vida contemplativa –és a dir, no dedicada prioritàriament a tasques socials com la salut o l'educació, habituals a moltes congregacions– es resumeix en l'al·locució llatina "ora et labora". I això és certament el que trobem al mig de l'Albera. Allà ens rep la germana Amanar (aquest és el seu nom de religiosa), que és la persona encarregada habitualment de fer l'acollida als visitants que s'hi adrecen per assistir a les cerimònies religioses que s'hi celebren diàriament, a comprar els productes artesanals de la botiga o a passar-hi uns dies de repòs i meditació.

La religiosa en porta una desena a l'Albera i, tot i que ens parla en francès, la seva estada en un monestir espanyol fa que el castellà li sigui una llengua familiar. Ens explica que "les monges segueixen una vida d'oració, silenci i solitud. La capella està oberta diàriament per a les litúrgies. També elaborem productes com ara melmelades, espelmes, sabons i brodats, però també venem estàtues, procedents de tallers artesanals d'altres monestirs, i oferim les estades".

La congregació està inspirada en l'ordre dels eremites cartoixans, però no contemplen una clausura estricta. A més, en els oficis religiosos incorporen tradicions bizantines orientals. Un fet evident només entrar a la capella, on destaquen diverses icones en lloc de les imatges de verges i sants que solen acollir aquest tipus d'espais. Es dona la circumstància que la fundadora de les Monges de Betlem, Odile Dupont, havia fet una estada a Sant Joan de l'Albera als anys cinquanta. Actualment, tenen una trentena de monestirs distribuïts per arreu del món i apleguen unes 500 monges. També hi ha branca masculina.

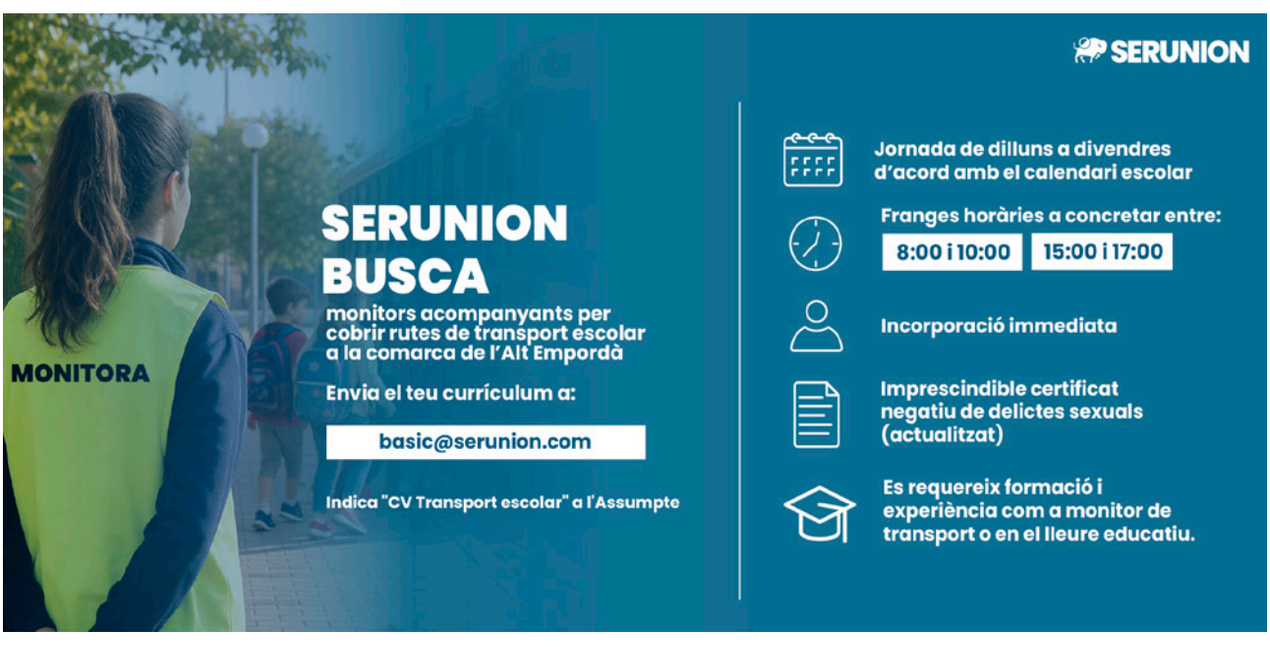
La germana Amanar conviu amb tres religioses més, una de 73 anys i les altres es troben al voltant de la cinquantena, per la qual cosa es pot considerar una comunitat jove. Les acompanyen dues monges més de les Eremites de Maria, que tenen 96 i 97 anys, en aquest cas ateses complementàriament pels serveis socials francesos que, segons ens remarca, són molt competents i es desplacen diàriament al monestir per vetllar pel seu estat i la seva salut. En els habitatges de la zona boscosa també hi resideix un capellà que atén espiritualment la comunitat.

"Aquí vivim en pau i solitud, però això no vol dir que estiguem aïllades del món i de la realitat. Parlem amb les persones que acollim per fer-hi retirs i amb totes aquelles que ens visiten durant la setmana. Tenim internet, pàgina web, mòbil, correu electrònic... està clar! Però no en fem un ús abusiu, continuat", ens explica. Tot i que els visitants són bàsicament francesos, també reben gent de la Catalunya del Sud. "És molt a prop de l'accés de l'autopista", remarca, deixant clar que, tot i estar en una mena d'oasi, la resta de la civilització és ben propera. En tots els sentits.

La capella del monestir està oberta sempre. Els dilluns només hi ha missa a les 18 h, però els altres dies de la setmana hi ha Matines i Laudes a les 7.30 h i Vespres i missa a les 17.30 h. Els dissabtes la missa és a les 8.20 h i els diumenges a les 9 h. De tota manera, recomanen mirar la pàgina web o trucar-hi abans per confirmar que els horaris de les cerimònies religioses no hagin tingut algun canvi.

Fem un passeig per l'immens bosc que envolta la propietat. Estem al bell mig dels contraforts del vessant francès de l'Albera. A l'extrem situat més al sud, s'albira perfectament el Canigó, la muntanya més màgica de la serralada pirinenca. "No han patit pels incendis forestals?", li pregunto a sor Amanar. Assenteix, però remarca que van pregar molt quan, l'estiu passat, les flames van assolar el departament dels Pirineus Orientals. El monestir, però, va continuar essent un oasi.

Josep M. Bernils





GASOIL A DOMICILI

petrolis figueres

Des de 1993 subministrem gasoil a domicili. Servei ràpid, segur i de qualitat per a particulars, empreses i professionals. Lliurament en poques hores amb flota pròpia. Siguis on siguis de l'Alt Empordà, nosaltres hi arribem i com sempre al millor preu.

C/ Nou de Vilatenim, 4 Vilatenim
Tel · 972 505 608 / 629 737 349
petrolisfigueres@gmail.com



GARDEN CENTER

VIVERS ITXART

Venda de plantes i complements per al jardí. Viu la tardor amb Vivers Itxart i no descuidis el teu jardí. Disposem d'arbres, plantes d'interior i exterior.
Horari: de dilluns a divendres
de 09.00h a 13.00h i de 15.00h a 19.00h.
Dissabtes de 08.00h a 13.00h
Diumenges de 10.00h a 13.00h

Figueres a Llançà Km. 26,8 Garriguella
Tel +34 972 552 191
www.itxart.com



SUMINISTRES BigMat EMPURIABRAVA

Transformem la teva cuina en un espai únic i funcional. Dissenyem cuines a mida adaptades al teu estil de vida, amb materials de qualitat i assessorament personalitzat. T'acompanyem des del disseny 3D fins al muntatge final.

C/ Puigmal, 14
17487 Empuriabrava
Tel +34 972 450 517
cuines2@materium.cat

BOTA



DE RIURE

HUMOR FIGUERES
19a edició

DEL 4 AL 7
DESEMBRE
2026

HUMORFIGUERES.CAT



Reconeixement a l'excel·lència esportiva

NIT DE L'ESPORT A ROSES

Roses va reconèixer els èxits, la trajectòria i el compromís dels seus esportistes i entitats esportives locals

El Teatre Municipal de Roses va acollir la Nit de l'Esport Roses 2026, un esdeveniment dedicat a reconèixer l'esforç, la dedicació i els èxits de la darrera temporada dels esportistes, clubs i entitats que van contribuir a fer créixer l'activitat esportiva al municipi. L'acte va distingir fins a vuit guardonats en les categories d'equip més destacat, esportista més destacada, promoció de l'esport, projecció esportiva, trajectòria esportiva i menció especial, i va posar en valor tant els resultats assolits en competició com la tasca formativa, inclusiva i de promoció dels valors de l'esport.

La celebració i el lliurament dels guardons van comptar amb la participació del secretari general de l'Esport de la Generalitat, Abel Garcia; del representant territorial de l'Esport a Girona, Narcís Casassa; de l'alcaldessa de Roses, Sílvia Ripoll; del regidor d'Esports de la corporació, Miguel Ángel Muñoz; i de l'esportista més destacat de l'any 2025, Pere López.

L'Equip de Futbol Sala Inclusiu de la Fundació FADIR va rebre el guardó a l'equip més destacat pel seu compromís amb la inclusió, la convivència i la superació personal a través de l'esport. Iniciat l'any 2022, el projecte comptava amb una plantilla de dotze esportistes que entrenaven setmanalment al Pavelló Municipal de Roses i que havien consolidat un grup cohesionat al voltant del treball en equip, la il·lusió i la millora contínua. En el moment de la gala, l'equip treballava per fer un pas endavant i participar en la lliga inclusiva organitzada pel Consell Esportiu de la Diputació de Girona.

La nedadora Berta Gelabert Saló va ser distingida com a esportista més destacada de l'any pels seus excel·lents resultats en natació i aigües obertes, especialment en categoria màster +25. Entre les seves fites de 2026 van destacar les medalles de bronze al Campionat d'Espanya i a la Copa del Món d'Aigües Obertes, disputats a Eivissa, i les sisenes posicions en les proves de 1.500 i 3.000 metres al Campionat d'Europa Màster d'Aigües Obertes, celebrat a Eslovàquia. En l'àmbit català, s'havia proclamat campiona i subcampiona en diverses proves i estils (800 m lliures, 400 m estils, 200 m esquena, prova Knock Out en Aigües Obertes, entre d'altres).

El Grup d'Esports Nàutics de Roses va rebre el reconeixement a la promoció de l'esport per la seva contribució a la difusió de les disciplines nàutiques, la formació esportiva

i la projecció de la badia de Roses com a escenari de competicions. Amb més de 800 socis i sòcies, l'entitat oferia una àmplia varietat d'activitats, com ara vela lleugera, windsurf, creuer, natació, rem, caiac i paddle surf, entre d'altres. Treballava en l'esport escolar i de base amb el projecte Esport Blau, que apropava el mar a més de 200 alumnes de les escoles locals, i una oferta de campus, casals i cursos que sumava prop de 3.700 participacions i usos anuals. El GEN comptava, a més, amb més de 120 esportistes en equips d'entrenament i destacava per la capacitat d'organitzar competicions de nivell català, estatal i internacional. Aquell any, el títol a la projecció esportiva va recaure en tres esportistes rosincs: Biel Escudero López, Nora Botello Martín i Coral Botello Martín, en reconeixement als seus destacats resultats i a la seva trajectòria en les respectives disciplines. Biel Escudero, regatista de windsurf en les modalitats Techno 293 i iQFOiL, havia representat la selecció espanyola al Campionat d'Europa i havia assolit la 21a posició al Campionat del Món de Techno 293, a més de proclamar-se campió de Catalunya sub-13 els anys 2025 i 2026. Per la seva banda, les germanes Nora i Coral Botello van ser reconegudes pels seus èxits en gimnàstica artística: Nora havia aconseguit destacades classificacions al Campionat d'Espanya i havia pujat al podi del Campionat de Catalunya, on el 2026 havia estat tercera en la classificació general juvenil; Coral, per la seva banda, s'havia proclamat campiona d'Espanya en l'aparell de barra, tercera en la classificació general individual i subcampiona per equips al Campionat d'Espanya de 2026, després d'haver estat també campiona estatal per equips el 2025.

Miguel Ángel Bernal Domínguez, va ser distingit per la seva llarga trajectòria futbolística i el seu compromís amb el futbol rosinc. L'Institut Illa de Rodes va rebre una menció especial en reconeixement a la seva tasca educativa i formativa en l'àmbit de les activitats físiques, l'esport i el lleure. El centre s'havia consolidat com un referent comarcal en la preparació de futurs professionals del sector, gràcies a una oferta formativa que incloïa el grau mitjà de Guia en el Medi Natural i de Temps de Lleure i el grau superior d'Ensenyament i Animació Socioesportiva.









Ramon Vallès, pilot d'avió

HE PASSAT MITJA VIDA DINS UN AVIÓ

Tres dècades volant pel món, milers d'hores de vol i una vida marcada per vocació, responsabilitat i sacrifici

El comandant pierenc, amb més de tres dècades als comandaments i milers d'hores de vol, acaba d'obrir la porta de la cabina amb un llibre i una comunitat de centenars de milers de seguidors.
Hi ha qui passa una vida somiant amb volar i hi ha qui acaba fent del cel la seva oficina. Ramon Vallès va convertir, de petit, aquella fascinació pels avions en una professió que l'ha portat arreu del món i que, encara avui, viu amb vocació. Però darrere del comandant que explica a les xarxes què passa quan tanquem la porta de l'avió hi ha també un home que ha conegut la por, que ha viscut situacions límit, que ha vist com la professió canviava radicalment després de l'11-S i que ara afronta els últims anys de vol abans de la jubilació. Parlem amb el pierenc que ha aconseguit una cosa poc habitual: fer que milers de persones vulguin saber què passa a l'altra banda de la porta de la cabina.

Després de més de 30 anys volant i milers d'hores als comandaments, encara hi ha algun moment abans d'enlairar-se en què senti respecte o fins i tot una mica de por?

Jo sempre dic que el concepte por en el pilot no ha d'existir, perquè si en algun moment de la meva vida jo hagués de pensar que tinc por d'enfrontar-me a alguna cosa, qualsevol tipus de maniobra que jo pugui realitzar amb el meu avió, estaria pensant clarament que m'enfronto a una cosa que és perillosa. I heu de tenir clar que els pilots, per definició, sempre fugim de les situacions perilloses perquè si no, estaríem posant en risc premeditadament i sabent-ho la integritat del nostre viatge i els seus ocupants.
Això sí, afrontem moltes situacions cada dia amb el màxim respecte, amb la màxima humilitat, assumint que cada fase de vol té les seves particularitats. Majoritàriament, el passatger habitual té més temor o bé a l'enlairament o bé a l'aterratge, que són les fases en què l'avió es troba més proper a terra i, en conseqüència, són les fases més sensibles del vol. Però insisteixo: jo mai he afrontat un enlairament amb por perquè, si tingués aquesta percepció, senzillament el que faria seria no enlairar l'avió. Jo he de tenir molt clar que la meva operació és segura. I si penso que tinc por perquè davant meu hi ha una cosa que pot ser perillosa per

a tots plegats, a partir d'aquí el que haig de fer és prendre temps, observar i, si convé, retardar l'enlairament uns minuts o l'estona necessària perquè aquella situació que pogués presentar perill per a l'operació s'esvaeixi.

El 1997 va viure l'accident de Porto, una experiència que el va marcar. Què li passa pel cap a un pilot quan, de cop, s'adona que la seva vida corre perill?
En concret, si alguna cosa tinc molt present d'aquell dia de l'any 1997 a Porto, és que el primer que em va passar pel cap va ser tan senzill a pesar de la situació que era tremendament adversa: aplicar els procediments que els pilots practiquem en el simulador de vol.
S'ha de tenir sang freda. És evident que s'ha de tenir el cap molt centrat, perquè davant d'una situació que veus que la teva vida corre perill, en comptes de quedar-te bloquejat sense saber què has de fer, apliques tot allò que en els simuladors assagem periòdicament i que és tan important.
En el cas de Porto, en el moment en què l'avió es posa a terra, vam tenir problemes grossos i acabem literalment arrossegant-nos sobre la pròpia panxa del nostre avió. Els procediments impliquen, senzillament, preparar una evacuació segura. Per què? Perquè l'avió ja ha sortit del seu espai de confort i podríem ser sensibles a tenir fum i flames que posessin en perill les vides dels ocupants. Per tant, mentre l'avió s'arrossegava per la pista de Porto, jo personalment em vaig dedicar a preparar els procediments d'evacuació i un cop l'avió es va aturar, senzillament vam sortir per cames.

Després d'aquell accident, hi va haver un moment en què es va plantejar seriosament deixar de volar?
No, de cap de les maneres. Jo, a la meva vida, he viscut experiències que són interessants, de caràcter potent, i sempre he pensat que no, que s'ha de tirar endavant. No, perquè llavors agafaria por.
Insisteixo en el que he dit en l'anterior pregunta. Precisament, a pesar de la situació que estàvem vivint en aquell moment, on el teu avió s'arrossega per la pista sense rodes, la sang freda, la preparació i l'entrenament del pilot fan que tu, a pesar de tot, actuïs com a pilot. Després baixes de l'avió, faràs les teves reflexions personals... evidentment és una lliçó a la vida molt potent, però és una lliçó. Com jo acostumo a dir, recordeu que l'ésser humà i l'error sempre van agafats de la mà. I l'error no provocat, en definitiva, és l'oportunitat de millora. Per tant, a mi el que m'ha generat l'accident de Porto és, bàsicament, una oportunitat d'aprenentatge que em podia haver costat la vida perfectament i, en canvi, no va ser així, gràcies a Déu, i tal com va dir el meu pare, una experiència gratuïta que em va donar la vida.
L'any passat vaig fer una ascensió a un cim als Alps italians, que és el Gran Paradiso. Lògicament, quan fas aquest tipus d'activitat d'alta muntanya també hi ha uns riscos associats i per això sempre vaig acompanyat d'un guia professional. Aquell dia vaig tenir la mala sort de caure dins d'una esquerda d'una glacera. Vam pensar que havíem de prendre totes les precaucions necessàries, que és anar tots lligats amb cordes, amb l'arnès, perquè si no ara mateix no estaríem parlant. Jo hauria caigut al fons de la glacera i a saber si m'haurien tret mai d'allà dins. Però, evidentment, anàvem tots encordats. I una vegada més, quan a mi em van rescatar i em van treure d'allà dins, com que gràcies a Déu tampoc vaig patir lesions importants, vaig continuar l'ascensió fins a fer el cim del Gran Paradiso, que era més de 4.000 metres d'altura. Per tant, són lliçons a la vida molt potents, però jo sempre en faig una lectura positiva.

Vostè ha dit moltes vegades que volar és molt segur, però quan una persona ha viscut un accident pot arribar a perdre mai del tot la por?
És ben cert que, malauradament, alguns dels accidents que recordem del passat, i alguns del present, poden tenir conseqüències molt greus, amb la pèrdua d'una gran part dels ocupants o, fins i tot, de la totalitat dels ocupants de l'avió.
Ara bé, estem parlant del mitjà de transport més segur amb diferència. Ningú es planteja que, després d'haver tingut un accident de cotxe, de més o menys gravetat, hagi de prescindir del cotxe per sempre. En molts casos és una eina que necessitem per anar a treballar, per fer gestions o per desenvolupar moltes activitats del nostre dia a dia. I hi ha molta gent que, d'alguna manera, també desenvolupa una part important de la seva vida dins d'un avió: per feina, per obligacions professionals o perquè ha de fer desplaçaments llargs. I, a més de ser un mitjà de transport molt segur, és també el més ràpid.





Per tant, davant d'una experiència negativa, si has tingut la sort de poder-la explicar, jo crec que n'hem d'intentar sortir reforçats. Entenc perfectament que hi hagi persones que no hagin patit un accident d'avió, afortunadament, però que, per exemple, hagin viscut un episodi de turbulències molt fortes i hagin agafat molta por perquè han tingut un vol nefast.
I jo sempre dic el mateix: una turbulència, per si mateixa, no és perillosa ni per a l'avió ni per al passatger. Ara bé, en el cas del passatger, hi ha una condició molt important: que porti sempre el cinturó de seguretat cordat.
Jo no em puc posar dins del cervell de les persones per saber quin grau d'afectació els ha pogut provocar una experiència negativa dins d'un avió. Hi ha gent que acaba necessitant tractament. Jo mateix, en ocasions, faig classes particulars a passatgers que tenen por de volar i els explico moltes coses per intentar ajudar-los.
Però, al final, aquests són processos que cadascú ha de viure al seu ritme.

I al marge dels moments difícils, quin és aquell instant, després de tants anys, que encara li fa pensar: «Quina sort poder dedicar-me a això»?
Jo que faig viatges molt llargs, cap a Amèrica, per mi això succeeix cada dia. Cada vol que realitzo, per a mi és una oportunitat, per unir famílies, sentiments, passions. Perquè no hem d'oblidar que hi ha molts llocs on les persones, per desplaçar-se a grans distàncies, com són vols de ciutadans de Sud-amèrica que venen cap a Europa a veure els seus fills, que fa temps que van marxar i que van canviar de país. Tot això en ocasions representa un esforç econòmic molt important. Aleshores, jo sempre sento la part més humana del meu vol. Amb la meva màquina tinc una relació tècnica en els procediments que desenvolupo en cada fase de vol perquè aquella fase de vol sigui segura, però mai oblido que darrere meu, juntament amb la meva tripulació, hi ha més de 300 persones que han dipositat tota la confiança en nosaltres perquè els portem d'un punt a un altre. I el que per mi pot semblar normal, que és desplaçar-me quatre cops cada mes cap a Amèrica, resulta que potser aquelles persones que m'acompanyen dins l'avió aquell dia, fa cinc, sis o set anys que estan somiant i estalviant per aquell viatge, i no els podem fallar. Poso l'exemple de no fa massa temps, en un trajecte de Santiago de Xile a Barcelona, on una passatgera em va manifestar obertament que se n'anava a Barcelona a veure el seu fill, que feia set anys que no el veia. Això són històries molt potents i, com que jo, per sobre de tot, valoro les persones que porto dins l'avió, totes aquestes petites històries de cadascun d'ells me les faig meves, perquè d'alguna manera no els fallem. Tot i que ha de quedar clara una cosa: que si l'avió té una avaria tècnica prou important, hauré de prendre la decisió, potser, de cancel·lar el vol i aquests projectes temporalment se n'aniran en orris, perquè la seguretat està per sobre de tot.

Ha vist el món des d'una perspectiva privilegiada. Hi ha algun paisatge o algun moment des de la cabina que encara avui, quan hi pensa, li posa la pell de gallina?
És ben cert que els pilots acostumem a dir que tenim el despatx, que tenim les oficines amb les millors vistes, sempre que la visibilitat del que tenim a sota sigui bona, perquè en ocasions sobrevolem territoris meravellosos, però és possible que entre l'avió i aquell territori tan bonic, aquell paisatge tan meravellós, hi hagi una capa de núvols que ens ho tapa tot. Ara, dit això, és ben cert que en ocasions tenim la sort de gaudir de vistes molt boniques. En vol nocturn, a la zona de Groenlàndia veus les aurores boreals. És un espectacle meravellós, però també ho és sobrevolar, com l'altre dia, per la zona d'Iguaçú, les seves cataractes... així mateix, quan arri-

bes a Barcelona i veus Montserrat des de l'avió, que fa tan goig i és el nostre territori. Cada lloc té coses úniques. I jo, en definitiva, les valoro totes, perquè per a les persones que viuen en aquell lloc, és important. Tinc el privilegi de poder gaudir de totes elles. Quan vaig o quan surto de Xile, tinc el privilegi de gaudir d'unes vistes del cim de l'Aconcagua que no les té ningú. I això són privilegis. I què passa? Que això no només ho han de valorar els habitants del territori argentí de Mendoza, que és on pertany l'Aconcagua, sinó que jo, que soc català, pierenc, però resident a Igualada, veig l'Aconcagua i li dono el valor que es mereix. Per a ells és important i per a mi també ho és. Per tant, no m'agrada dir només «això m'impressiona»; no, m'agrada tot el que veig des del cel.

A les xarxes socials ha aconseguit una cosa poc habitual, que centenars de milers de persones tinguin curiositat per saber què passa dins d'una cabina. Què creu que té l'aviació, que ens fascina tant?
El que fascina a les persones en general és que molta gent d'avui en dia, a diferència de fa 50 anys enrere, té l'oportunitat de volar amb avió, encara que sigui un trajecte curt. Hi ha molts perfils d'aerolínies, amb uns preus que a vegades dius: com és possible que un bitllet d'avió pugui ser gairebé més barat que un d'autocar? Però tant se val. La curiositat és que ens asseiem dins d'un avió, ens cordem el cinturó de seguretat i, a partir d'aquí, tot ho donem per fet. Ja confiem i pensem que tota la seguretat d'aquell vol la donem per feta. El rigor de l'aplicació dels procediments, l'entrenament periòdic que fem i moltes més coses que els pilots treballem fora dels avions perquè, dins, l'operació sigui extremadament segura. I jo el que he volgut sempre des de les meves xarxes socials, tant a l'Instagram, com al YouTube, o el llibre que he escrit, és apropar aquest món desconegut del passatger, perquè d'alguna manera agafi una cultura de viatger que considero que és molt important que la tingui. Ha de saber per què és imprescindible posar-se el cinturó de seguretat. Si dins d'un cotxe ningú ens ho discuteix, és curiós que a l'avió encara hi hagi gent que en moltes ocasions no el porta cordat.

Després de tants anys observant passatgers, quina és la cosa més estranya, divertida o surrealista, que ha vist fer a bord?
Jo considero que les actuacions d'indisciplina dins d'un avió són pràcticament surrealistes. Per què? Perquè no haurien de succeir. Són coses que jo ja dono per fet que per sentit comú dins d'una aeronau la gent hauria de tenir un comportament exemplar i lamentablement en ocasions no és així. S'ha de posar una miqueta de disciplina, perquè un passatger amb un estat d'haver ingerit alcohol, etc., en ocasions seria preferible que aquesta persona no pugés a dins d'un avió, perquè realment podria posar en risc la vida dels altres ocupants. Per tant, aquest és un dels escenaris dels que jo defujo sempre, en un viatge. I quan parlo amb la meva tripulació abans de començar un viatge els dic: estigueu molt atents. Per si hi ha algun passatger que puja a l'avió en unes condicions que potser no són les més desitjables. Per tant, a partir d'aquí, seria aconsellable que aquella persona fins i tot abandonés l'avió. I per això us deia abans el tema de culturitzar el passatger, és a dir, de fer-li entendre l'important que és el seu comportament dins un avió. També he vist històries humanes molt boniques, en les quals senzillament intento ajudar les persones que tenen por. Hi ha moltes històries que procuro sempre encaminar de la manera més òptima per la seguretat del vol.





Ser comandant significa tenir responsabilitat de la vida de centenars de persones. Com s'acostuma a una responsabilitat tan gran? O no s'hi acostuma mai?
Sí, totalment cert. Aquesta responsabilitat, d'alguna manera, l'assumeixes des del moment que comences a pilotar un avió. I no oblidem que, quan jo vaig començar a volar, ja fa molts anys, jo era copilot.
Ser copilot és, en definitiva, una fase d'aprenentatge en què, des del seient de la dreta, que és el que habitualment ocupa el copilot, vas impregnant-te d'ensenyaments, d'experiències i de situacions que has de saber interpretar i de les quals has de fer una bona lectura.
Perquè, al cap i a la fi, al seient de l'esquerra tens el comandant, que és la persona amb més experiència i antiguitat i que, lògicament, acaba sent el responsable final de tota l'operació. Per tant, jo de tot això m'he anat impregnant al llarg de tota la meva vida professional. I quan va arribar el moment que em va tocar ser comandant d'un vol, ja venia d'un aprenentatge important i, sobretot, d'haver interioritzat el sentit de la responsabilitat que tens sobre totes les persones que tens a bord. I no parlo només dels passatgers. També ets responsable de la tripulació. Tu ets el líder d'aquella tripulació i has de vetllar per tothom.
Per tant, no sé si t'hi acabes acostumant mai del tot. El que sí que fas és aprendre a gestionar aquesta responsabilitat amb l'experiència, amb la formació i amb els anys.

Ara, amb 60 anys, ja pot mirar enrere en perspectiva. Si pogués tornar al primer dia que va entrar en una cabina com a pilot faria exactament el mateix camí?
Si ho pogués fer, no tinc cap dubte que ho repetiria.
A veure, és com tot: si poguéssim fer enrere el temps i buscar petits moments en què penséssim «això ho hauria canviat», segurament en trobaríem. Però com que això no és viable, prefereixo deixar-ho tot tal com està, almenys a títol personal. Una altra cosa és que jo pugui pensar que, en l'entorn de les companyies aèries, en tot allò que regula d'alguna manera la nostra professió i la relació que establim entre els treballadors i la companyia, potser hauríem de fer més esforços en matèria de conciliació familiar, que és el que comentava en l'anterior pregunta. La vida del pilot i la de la seva família, en aquest sentit, és molt peculiar. Comporta grans sacrificis i grans absències, fins i tot en dates molt importants. Perquè, per al pilot, els 365 dies de l'any i les 24 hores de cadascun d'aquests dies són potencialment laborables.
Per tant, d'alguna manera, el que a vegades he trobat a faltar és que ens haguessin fet la vida una mica més fàcil per poder conciliar, repeteixo, la feina i la família. Jo, però, m'hi he esforçat. He dedicat sempre tot el temps que he pogut a la meva família, sobretot tan bon punt baixo de l'avió. I ho continuo fent avui en dia perquè, d'alguna manera, sento que estic en deute amb ells. Per què? Perquè, insisteixo, jo abandono la meva família per transportar centenars d'altres famílies. Aquest és el preu que paguem per la nostra feina.
Però, almenys en el meu cas, m'acompanyen un esperit i una vocació molt potents, i això fa que tot aquest sacrifici també sigui molt més gratificant.

I una última pregunta, potser la més personal. Quan arribi el dia de fer el seu últim vol com a comandant, i es tanqui la porta de la cabina per última vegada, què li agradaria sentir, que ha acabat una etapa o que en comença una de nova?
Bé, irremeiablement, tot seguirà en les dues coses. És a dir, és evident que la meva etapa professional més potent de la meva vida s'acabarà. Això és llei de vida, és una cosa que jo ja sé que succeirà, tirant llarg, el dia que faci 65 anys, perquè senzillament el pilot comercial que transporta passatgers, a partir dels 65 anys ja no se li permet renovar el certificat mèdic. I el certificat mèdic és un document essencial per poder volar un avió. Per tant, sí, o sí, s'acabarà una etapa. Però com que això jo ja sé que està venint, que s'apropa, que queden ja menys de 5 anys perquè arribi, tirant llarg, si la salut m'acompanya, també és cert que jo ja preparo aquella nova etapa. I ja l'estic iniciant ara, en el sentit que, a banda de la meva feina, que és apassionant, procuro sempre mantenir una activitat física, una activitat intel·lectual. I no cal dir-ho, sempre acompanyat de la família perquè, d'alguna manera, quan jo em jubili, tindré tot el temps per a mi i per a la meva família.
També tindré l'oportunitat d'explorar nous territoris fora de l'avió, que no vol dir que hagin d'estar fora de l'aviació, però sí, fora de l'avió. Quan arribi el moment veurem cap on tirem. Però jo, més o menys, ja vaig enfilant el camí i estic, diguem-ne, mentalment preparat per tot això.



ELECTRÒNICA
Carreras
foto vídeo
Botiga de Fotografia i imatge i so amb més de 50 anys d'experiència, especialitzada en Sony, Fujifilm, GoPro, Garmin... amb servei d'impressió de fotos Kodak de bona qualitat, revelatges de rodets analògics i còpies de vídeos domèstics antics a format digital. Entrega i configuració de TV Sony a domicili gratuït a partir de 55".
C/ Nou, 9 Figueres
Tel +34 972 50 16 16
www.carrerasweb.cat

NOVA COL·LECCIÓ



ROBA PER DONA I HOME

AVD.MONTSERRAT 5 / 7 · C/ PI I SUNYER 4 · 22 · **ROSES**

SANT MORI 15 · **EMPURIABRAVA**

pierre cardin · Desigual · ONLY · VILA CLOTHES · Superdry · BOSS · Anna Mora · Red Point



Entre la memòria i els secrets de Malaveïna

MALAVEÏNA, DE MARTÍ GIRONELL

Una novel·la ambientada a l'Alt Empordà que recupera la força de la natura, les creences populars i el llegat de les dones

Martí Gironell va presentar *Malaveïna* al Castell de Peralada d'una manera molt especial: recorrent alguns dels escenaris que han inspirat i donen vida a la seva nova novel·la. La presentació va començar als jardins del Castell, on l'escriptor va explicar com es van gestar aquests jardins i com la curiositat per conèixer-ne els orígens va acabar convertint-se, anys després, en el punt de partida de *Malaveïna*. Entre arbres, plantes i camins, Gironell va desgranar la relació entre la natura, el poder i els coneixements ancestrals que travessa tota l'obra.

El recorregut va continuar a la biblioteca del Castell de Peralada, un altre dels espais presents en la novel·la, on l'autor va aprofundir en la història de *Malaveïna* i en el procés de documentació que hi ha al darrere. Posteriorment, a l'església del Carme, Gironell va posar veu a la seva obra amb la lectura d'un passatge del llibre, acostant els assistents a l'atmosfera, els personatges i els secrets que recorren la història.

La presentació va culminar amb un tast del vi *Malaveïna*, elaborat a la finca del mateix nom de Garriguella, un vincle que no és casual, ja que la cultura del vi i el paisatge empordanès també formen part de l'univers de la novel·la.

L'enòleg de Perelada va explicar les característiques d'aquest vi i va completar així un recorregut que va permetre descobrir *Malaveïna* a través de la literatura, la història, la natura i el vi.

Amb aquesta nova novel·la, Martí Gironell torna a mirar cap al passat per recuperar la memòria d'un territori. Entre el Castell de Peralada i els boscos de l'Empordà, l'autor entrellaça la història dels jardins amb la figura de la *Malaveïna*, una remeiera de Garriguella dipositària d'un coneixement ancestral sobre les plantes i els seus usos.

Una història en què conviuen ciència i superstició, creences populars, secrets familiars, cultura del vi i, sobretot, el llegat de generacions de dones que van transmetre uns sabers que sovint van ser perseguits o menystinguts.

Quan comença una nova novel·la, què el sedueix primer: el personatge, el context històric o la història que vol explicar?

El que engega el motor per voler començar una novel·la és la curiositat per un personatge, per un moment o un fet històric. I un cop me n'he enamorat, miro de documentar tan bé com puc aquella època per després bastir una ficció que permeti als lectors entendre, viure i veure aquell temps passat.

Com aconsegueix equilibrar el rigor històric amb les necessitats narratives de la ficció?
Quan faig una novel·la històrica, el que tinc sempre molt present és la versemblança del que plantejo en el relat. No es tracta tant d'equilibrar el rigor històric amb la ficció, sinó de trobar la manera que la ficció històrica que crearàs sigui prou versemblant, prou creïble perquè els lectors et facin confiança i vulguin finestrejar en aquell moment del passat com si el visquessin en primera persona o des de primera fila.

Què representen els premis literaris per a un autor: una validació, una responsabilitat o una oportunitat per arribar a més lectors?
Depèn del moment. Pensa que, per a mi, el premi Nèstor Luján va suposar una oportunitat per arribar als lectors. Al cap de deu anys i unes quantes novel·les més, vaig rebre el Llull. I em va donar una empenta molt important i, al mateix temps, una responsabilitat cap als lectors. No els vols decebre. Vols que et llegeixin amb premis o sense; aquest és el veritable reconeixement. I que ara fa quatre anys, el 2022, m'atorguessin el Prudenci Bertrana, per a mi va representar una validació de la manera de connectar amb els lectors.

En la seva trajectòria ha guanyat el Premi Ramon Llull i el Premi Nèstor Luján. Com va viure aquests dos moments?
De manera diferent, però amb la il·lusió que et fa rebre aquests reconeixements. L'un, el Luján, em va fer il·lusió perquè era la segona vegada que m'hi presentava. La primera va ser amb un manuscrit que es deia *El pontífex* i que no va guanyar, però tres membres del jurat van valorar que es mereixia ser publicat i, d'aquí, el 2007, en va sortir *El pont dels jueus*. I per això, l'any següent hi vaig presentar un original que es deia *Caragirat* i va guanyar. El que passa és que es va comercialitzar amb el títol de *La venjança del bandoler*.
I el Llull em va fer molta il·lusió perquè sabia que tenia una dimensió internacional per les traduccions que en podien sortir, que encaixava amb la història del personatge que va inspirar la novel·la amb la qual vaig guanyar, la d'en Ceferino Carrión, en Jean Leon, a *La força d'un destí*.

Hi ha algun personatge històric que encara no hagi pogut portar a les seves pàgines i que li agradaria convertir en protagonista?
Sí! Ben aviat en tindreu notícies!

Què ha après personalment dels personatges que ha investigat i recreat?
Són personatges que sempre han cregut en el que feien. Que han lluitat per aconseguir els seus somnis, les seves fites, treballant i tocant de peus a terra. Trobo que és molt important que no abaixem els braços si volem aconseguir qualsevol repte. Creure-hi, treballar per fer-lo realitat i no defallir. La tenacitat i la curiositat són dues característiques que tinc molt presents.

Com influeix la seva experiència periodística en la manera d'escriure novel·les?
Suposo que en el fet de documentar-te, de fer recerca, d'entrevistar-me amb persones que tenen informació, opinió i criteri sobre allò que vull escriure. Haver fet de periodista et dona eines per recollir informació i després mirar de crear un exercici literari, una ficció, per comunicar-ho el millor possible.

Quins són els principals reptes a l'hora de fer atractiva la història per als lectors més joves?
Que trobin interessant allò que s'explica. De vegades, si la història està explicada des de la seva perspectiva, és més probable que hi puguis connectar.

Quin paper juga el patrimoni cultural català en la seva inspiració literària?
Hi ha molts elements del nostre patrimoni que tenen una història molt interessant al darrere. Només s'ha de saber trobar la manera de fer-la arribar als lectors. Jo crec que aquesta és la gràcia: encuriosir-los perquè coneguin, entenguin i valorin el nostre patrimoni. I, com deia Umberto Eco, «la ficció és una gran eina per entendre la realitat». I jo hi afegeixo: l'actual i la passada. S'ha de voler llegir el patrimoni per entendre el nostre passat. Fer-ho a través d'una ficció és més engrescador.

Quina importància té l'emoció en una obra basada en fets reals?
Tota la importància, perquè la ficció el que aporta és emoció a la fredor de les dades de la documentació.

Què li agradaria que els lectors sentissin en tancar la darrera pàgina d'un llibre seu?
Que s'ho han passat bé, que ha valgut la pena la lectura perquè els ha fet pensar, reflexionar, emocionar, sentir una part de la nostra història que desconeixien.

Quins projectes o somnis literaris li agradaria fer realitat en els propers anys?
Que les històries que em proposi escriure, i en tinc unes quantes a la carpeta de «futures novel·les», arribin a com més lectors millor.

Fotografies: Òscar J. Carrés





Entrevista a Segimon Baulenas

MUSEU DE LA PIPA

Es tracta d'una exposició permanent de pipes de fumar. La fabricació de pipes té més de 300 anys de tradició a Maçanet de Cabrenys

Fins a l'any 2001, a Maçanet va funcionar la factoria Salvatella, fundada l'any 1887, que va arribar a produir fins a 150.000 pipes l'any.
La pipa representa, des de fa segles, un símbol de calma i repòs. Els seus nombrosos adeptes pertanyen a totes les classes socials i professions. Es pot afirmar que la pipa ha inspirat artistes, ha acompanyat homes d'estat en les seves decisions i ha infós coratge als més febles. Una de les característiques que tradicionalment se li ha atribuït és la capacitat d'equilibrar les forces espirituals. D'això en trobem nombrosos testimonis en novel·les, poemes i quadres d'èpoques passades.

El fabricant de pipes Segimon Baulenas, veí de Maçanet i encarregat del Museu, respon les preguntes que li plantegem.

Ens podria dir quan i qui va inventar aquest instrument?
Saber-ho amb seguretat és complex. S'ha dit que el costum de fumar amb pipa provenia dels pobles indígenes d'Amèrica i que els espanyols i portuguesos, en descobrir aquest continent, van adoptar aquest hàbit. Tanmateix, s'han trobat pipes d'argila de l'època romana. La dada més antiga que es coneix correspon a una pipa d'argila trobada a Holanda, en un enterrament prehistòric de Terplen, amb una forma molt semblant a la de les pipes actuals.

Com ha evolucionat el disseny i la seva fabricació al llarg dels anys?
Primer es van construir amb argila, i els indis d'Amèrica fumaven en pipes de canya. A Europa es van començar a fabricar amb fustes de tota mena i, anys més tard, cap al 1900, es va descobrir l'arrel de bruc, de l'arbre conegut com a Erica arborea, una fusta molt porosa, resistent i que no dona cap sabor.

Com es fusiona l'art amb la manera de fabricar-les?
Al museu en tenim de diferents èpoques. Una és feta d'argila, amb característiques molt semblants a les de l'època



romana, i és la més antiga de la col·lecció. La gran majoria són fetes amb bruc i, al llarg dels anys, la seva evolució s'ha basat en la millora dels materials i en la recerca de qualitats superiors de bruc. El broquet, que abans era de plàstic, es va anar substituint per materials com el metacrilat o l'ebonita.

Quins tipus de pipes es poden trobar al museu, quant a la seva aparença?
La major part tenen una forma clàssica, ja sigui recta o corba. Pel que fa al material, gairebé totes són de bruc, tot i que també en tenim de fang, d'argila, de vidre, de pedra, de pedra volcànica i de plata. El museu es basa en col·leccions que ens han donat o, en alguns casos, cedit fumadors de pipa i col·leccionistes.

Hi ha algun model notable que destaqui per la seva tècnica de fabricació o pels materials únics?
En tenim una de forma molt treballada, fabricada íntegrament amb plata, des de la cassoleta, amb una tapeta inclosa, fins al broquet. De tota la col·lecció, aquesta es pot considerar la més original i singular.

Quins són els materials més comuns utilitzats en la seva fabricació?
El més antic és l'argila. Després també se n'han fet amb sepiolita, un mineral porós que en el món de la pipa es coneix com a escuma de mar i que s'utilitza sobretot a Turquia. També se'n poden trobar de fusta de cirerer i de boix, tot i que són minoritàries. Avui dia, el noranta per cent es fan amb bruc.

Què és la fumada lenta? Hi participa gaire gent?
Arreu del món se celebren fumades lentes i jo, particularment, he anat a fumades on se celebra el Campionat del Món. A Maçanet fem una fumada anual i acostumem a ser entre 25 i 30 fumadors. Val a dir que l'any 2017 el Girona Pipa Club va organitzar el dissetè Campionat Mundial i que, per falta d'espai al municipi de Maçanet, es va dur a terme al restaurant El Pa Volador, a Vilatenim. Hi van concursar més de 300 fumadors.
Els estris d'una fumada lenta es limiten a una pipa nova, tres grams de tabac i dos llumins. Una vegada els controladors de l'esdeveniment donen el vistiplau que tot és correcte, els participants tenen cinc minuts per carregar la pipa. Després disposen d'un minut per encendre-la amb els llumins que s'han repartit. A partir d'aquí, el concursant que aconsegueix mantenir la pipa traient fum durant més temps és el guanyador. El campió del món és un italià que té el rècord de dues hores i deu minuts. La meva millor marca és de 63 minuts, és a dir, menys de la meitat del temps del campió del món. És tota una tècnica saber mantenir el tabac encès durant tanta estona.

Hi ha exemplars especials al museu que tinguin un significat particular, cultural o històric?
La pipa, en si mateixa, ja es pot considerar part d'una cultura. Pel que fa al vessant històric, dins de la col·lecció tenim un exemplar fet d'argila que, amb el pas dels anys, s'ha escantellat, però que, tot i això, es pot considerar inestimable. Dins de la col·lecció també hi ha algunes pipes donades per celebritats que, en alguns casos, no volen que se'n digui el nom, mentre que d'altres no hi posen cap inconvenient. Una d'elles pertanyia a Xavier Cugat, un personatge que no fumava, però que sovint apareixia amb una pipa a la mà. Hi ha fotografies en què se'l veu dirigint l'orquestra amb la pipa en lloc de la batuta.

Fan exhibicions educatives que expliquin com fumar en pipa?
El que es coneix pròpiament com una demostració, diria que no. Però el que sí que hi ha arreu del món són els Pipa Clubs, dels quals a Espanya en tenim més d'un. Són llocs on es reuneixen els fumadors de pipa que, a més de fer tertúlia, intercanvien opinions sobre quin tabac i quina pipa són els millors. En algunes d'aquestes reunions conviden persones, siguin fumadores o no, per fer explicacions sobre la temàtica de les fumades amb pipa.



Trobaríem algun prototip relacionat amb figures històriques o famoses en la col·lecció?
Anys enrere en teníem una que, a la cassoleta, tenia tallada la cara de Winston Churchill, que precisament també fumava amb pipa. Era, però, un exemplar cedit a la col·lecció i el seu propietari el va retirar.

Podem dir que, en alguns casos, els procediments artesanals utilitzats les converteixen en petites escultures?
El fumador de pipa aprecia molt la forma d'aquest objecte i els seus components: la cassoleta, el broquet i la canya. I puc dir que n'hi ha que són petites obres d'art. És més, el fabricant italià Baldo Baldi produïa peces que eren veritables obres mestres i que havien arribat a valer 6.000 euros. O sigui que, en el món de la pipa, qui tenia una Baldo Baldi era com qui té un Ferrari en el món del cotxe.

Els visitants tenen l'oportunitat de participar en activitats interactives relacionades amb les pipes?
No. El Museu, a l'estiu, està obert cada dia i, a l'hivern, els caps de setmana. La persona encarregada de la recepció disposa d'una explicació sobre el món de la pipa, principalment al municipi de Maçanet, i sobre la fàbrica Salvatella, en la qual treballaven 50 persones del poble. De totes maneres, si algun visitant es mostra molt interessat, el recepcionista em truca i, sense cap problema, em presento al museu per donar explicacions més detallades.

Hi ha mesures especials per mantenir en bon estat els models més antics?
La majoria de pipes són de fusta de bruc i, per tant, poden agafar humitat. Per evitar-ho, hem de mantenir-les a una temperatura constant, i les més predisposades a humitejar-se es conserven dins de vitrines.

Existeixen col·laboracions amb artesans locals o comunitats per preservar o promoure la fabricació de pipes tradicionals?
Certament, cada vegada és més difícil. Quan viatjo per anar a una fumada o a una trobada de pipes, demano als artesans, siguin catalans, espanyols o d'arreu del món, que em donin una pipa per exposar-la al Museu. A la col·lecció n'hi ha alguna que té aquesta procedència, concretament d'artesans italians. Quant a fabricants de pipes, avui dia d'espanyols no n'hi ha cap, i de catalans en quedem dos.
Perquè no s'extingeixi l'ofici, des de fa un any dono classes aquí, a Maçanet, a persones interessades a aprendre l'art de fer pipes. També he de dir que actualment costa trobar la matèria primera, és a dir, la fusta de bruc, tot i que d'arbres no en falten al nostre entorn. El que no hi ha és gent que vagi al bosc i en serri trossos rectangulars que serveixin per confeccionar una pipa.

Com es realitza la restauració de pipes antigues i malmeses? Hi ha algun cas específic que hagi estat particularment interessant o complex?
A part de fer pipes, també en restauro. El que més es fa malbé és la part del broquet on es mossega. Dies enrere en vaig restaurar una en què el propietari volia, sí o sí, que el broquet fos de banya, cosa que ja no es fa actualment. Al magatzem tinc peces de banya de toro, de vaca i de búfal, i amb una d'elles m'hi vaig passar tres dies per confeccionar-lo. Val a dir que cal tenir experiència per restaurar, i els meus 50 anys treballant en aquest món ho avalen.

Es proporcionen recursos educatius per als visitants, com guies, vídeos o materials didàctics?
Tenim previst, en un futur, donar als visitants un tríptic explicatiu sobre com es fabrica una pipa i també posar una pantalla de televisió en la qual es reprodueixin vídeos que mostrin els passos que se segueixen per fabricar artesanalment una pipa.

La pipa ha estat representada en la cultura popular, com ara a la literatura, el cinema o l'art?
Hi ha diversos llibres dedicats a la pipa.
Pel que fa al cinema, en moltes pel·lícules antigues de l'oest americà era habitual veure personatges, especialment pistolers, fumant amb pipa. També cal recordar les pel·lícules de Sherlock Holmes, amb la seva pipa tan característica i extravagant.



Amb el seu disseny esculpit en acer i una autonomia de fins a 496 km, viuràs una experiència de conducció que transcendeix qualsevol límit. Gràcies al seu avançat sistema de connectivitat Pleos amb assistent d'IA, podràs estar connectat amb el que t'envolta d'una manera fàcil i intuïtiva, mentre gaudeixes d'un espai interior dissenyat acuradament per al teu màxim confort i que s'adapta al teu estil de vida. Això és molt més que llibertat. Això és el Nou IONIQ 3. 100 % elèctric.

Power Your World.

Fornells Motor
Ctra. Nacional IIa, km 1,3 - T. 972 50 20 12 - 17771 Sta. Llogaia d'Àlguema (Figueres)

HYUNDAI

Hyundai IONIQ 3: Emissions de CO_2 combinades (g/km): 0 durant l'ús. Consum elèctric (Wh/km): 138 (bateria de 42 kWh) – 142 (bateria de 61 kWh). Autonomia en ús combinat (km):* 344 (bateria de 42 kWh) – 496 (bateria de 61 kWh). * Dades provisionals pendents d'homologació final. Model visualitzat: Hyundai IONIQ 3. Més informació a la xarxa de concessionaris de Hyundai o a www.hyundai.es



Un artista que mira, pensa i transforma (com tothom)

JORDI MITJÀ, TRANSFORMAR LA REALITAT

Des de Figueres fins als principals centres d'art contemporani, una trajectòria marcada per la llibertat creativa, l'experimentació i l'arrelament a l'Empordà

Nascut a Figueres l'any 1970, Jordi Mitjà és una de les veus més singulars i reconegudes de l'art contemporani empordanès. Format a l'Escola d'Art d'Olot i a l'Institut del Teatre de Barcelona, ha desenvolupat una trajectòria de més de tres dècades explorant els límits entre la pintura, l'escultura, la fotografia, el vídeo i les instal·lacions artístiques. La seva obra, exposada en centres de referència com el MACBA, la Fundació Joan Miró, la Fundació Suñol o el Bòlit de Girona, ha transcendit les fronteres catalanes amb projectes presentats a Itàlia, Mèxic, Brasil i França. Arrelat a l'Empordà, on viu i treballa actualment,
Mitjà construeix un univers creatiu propi a partir de la memòria, els objectes quotidians, els arxius i la reflexió crítica sobre la societat contemporània.

Conversar amb ell és endinsar-se en una manera d'entendre l'art que combina sensibilitat, experimentació i una mirada profundament vinculada al territori.

Quan va descobrir que l'escultura seria una part essencial de la seva vida?
De nen, vaig anar entrant amb qüestions vinculades amb els materials i les formes de manera molt natural al taller del pare, també en el món dels sorolls que s'amplificaven del taller cap a l'habitatge. De petit ets com una esponja i la majoria de les coses aparentment insignificants es van dipositant i en certa manera solidificant, i un dia les apliques a les obres de forma natural. Per a mi, totes les qüestions del treball manual o sonor han estat fàcils o lògiques. Treballar amb allò que els altres descarten ha estat també una opció que comença amb els bidons de la ferralla del meu pare. Apropiar-me del que s'ha descartat no és una opció forçada.

Quins records de la seva infància a Figueres han influït més en la seva obra?
Les particularitats perifèriques han forjat una manera de pensar i de ser. Jo soc un nen de barriada i això deixa



empremta. Créixer en un lloc marginal de Figueres que, conceptualment —pel veïnatge dels que convivíem allà—, estava escindit del centre. Els nens i nenes del Culubret dèiem que anàvem a Figueres, quan sortíem del barri.

L'Empordà és una terra amb una forta identitat artística. Com es reflecteix aquest entorn en el seu treball?
L'Empordà té identitat com qualsevol altre lloc. Suposo que vaig prendre consciència del paisatge i la bona vida que duia quan vaig anar-me'n a estudiar a Barcelona. Però els aprenentatges són això, saber veure les millors opcions de cada lloc i experimentar-les com una benaurança. No soc particularment entusiasta de cap lloc tot i viure a Lladó, que —en certa forma, per orografia i paisatge—, és el poble menys empordanès de l'Empordà.

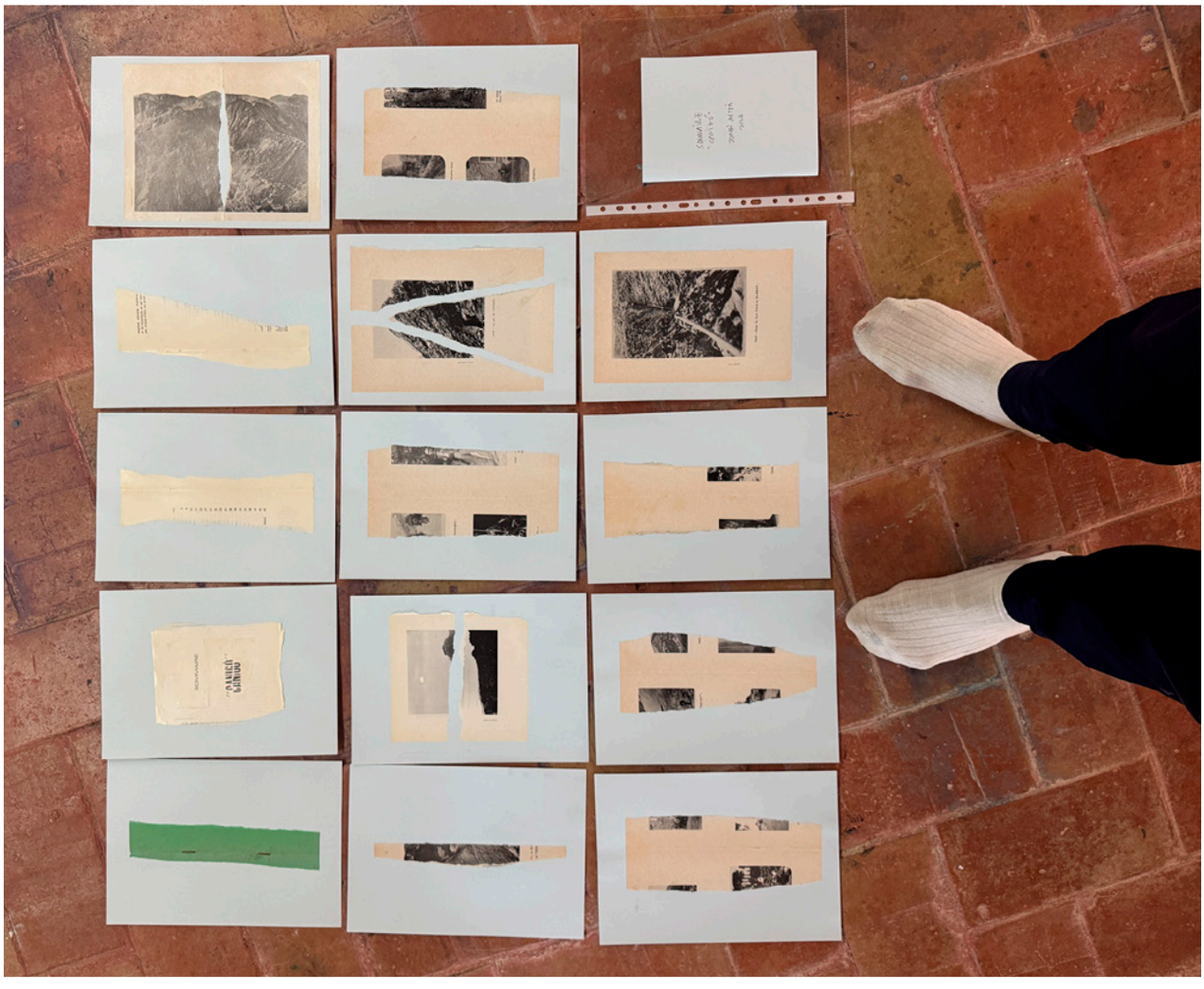
Quins artistes, clàssics o contemporanis, han estat una font d'inspiració per a vostè?
No acabaríem mai, la qüestió aquí és com creixem sense deixar de ser curiosos i voler continuar coneixent artistes joves i d'altres latituds que ens interpel·len. Per mi no és tant la inspiració com la curiositat, que no s'ha de perdre mai, que esdevé respecte cap a l'ofici i una pràctica indestriable del treball diari.

Com comença habitualment una nova obra: amb una idea clara o amb una intuïció?
Quin misteri, potser no ho sabrem verbalitzar mai com comença. Jo parlo sempre de detonants que poden ser infinits i que es mouen des del món de les idees fins al de les troballes fortuïtes, passant per preocupacions cícliques que es desperten de tant en tant. Deixem-ho en un misteri irresoluble.

Quin paper tenen el color i la llum en el seu llenguatge visual?
Cap paper. No són massa troncals estilismes com aquests i d'altres, el lloc des d'on treballes o l'espai on s'exposaran és important, i molts cops les materialitats són definides per capricis de l'atzar. Val més que decideixin els altres per mi, penso, quan trobo objectes o materials hi decideixo incorporar-los en els processos de treball. La major part de les vegades, les coses que exposo ja existeixen i tenen, evidentment uns colors, unes pàtines o l'aspecte que sigui. Molts cops m'interessa més la càrrega que hi ha al darrere, el que l'obra amaga.

Hi ha alguna obra que consideri un punt d'inflexió en la seva trajectòria?
Moltes, a mesura que ens fem grans les podem detectar amb més precisió. Sempre explico l'exposició que vaig fer a l'espai 13 de la Fundació Joan Miró de Barcelona. Una instal·lació que —sense trair el meu treball—, ningú del context esperava que fes allò. Això és un punt d'inflexió i com aquest, tants d'altres. Les inflexions sempre es produeixen en moments de valentia i de canvi radical.

Quins són els principals reptes que afronta avui un escultor independent?
Sobretot arribar a finals de mes i poder continuar amb una trajectòria que ara es troba més enllà de la mitja carrera. Cada etapa és dura i complexa, no és fàcil això de treballar a l'àmbit del que s'ha anomenat "Arts visuals". Un professor a l'Escola d'Arts i Oficis d'Olot, ens deia que ens cuidéssim o tinguéssim cura de la salut, que la cosa anava per llarg, en Joan Brossa en els sopars que vaig poder compartir amb ell, gràcies a en Josep Maria Joan i Rosa del Museu del Joguet de Catalunya, ens deia que li agradava mirar enrere i veure la seva trajectòria com la bava que deixen els cargols, que depenent de la incidència de la llum, brilla en algun punt i es fa invisible en molts d'altres.



Creu que l'art té la capacitat de transformar la manera com observem la realitat?
La realitat està molt qüestionada i ho estarà molt més i no precisament per qüestions filosòfiques. La IA pot esgavellar-la i certament ja ho fa. Vull dir que hem d'observar totes les realitats, les més palpables i les falses promeses de mons millors. La realitat és molt capriciosa i haurem de ballar al so que toca.

Les noves tecnologies han canviat la manera de difondre l'art. Com valora aquesta transformació?
Ara es difonen malament la majoria de les coses que passen en el món de l'art. Les plataformes digitals ens acosten a tots els esdeveniments mundials creant necessitats i "FOMO" a tort i a dret. Res, però, és comparable a l'experiència de viure les coses als llocs, de compartir-les i d'aprendre de l'experiència. No crec i m'emprenya moltíssim tot això dels "màpings", les realitats virtuals i les falses experiències immersives per a turistes. Ara com ara, la farsa està sobrevalorada.

Hi ha temes o inquietuds que encara no ha explorat i que li agradaria abordar en el futur?
Quan arribi el moment ho sabré, espero poder explicar-ho quines seran. Cada dia passen coses al món i en el nostre entorn que modifiquen el que fem i com ho fem.

Com veu l'escena artística actual a Figueres i a les comarques gironines?
Ostres!... a Figueres, si jo tingués una mena de poder absolut, voldria veure una sala d'exposició a les noves instal·lacions de la Fundació Gala-Salvador Dalí; un espai dedicat als i les artistes joves que podria combinar creació local amb creació internacional.
Voldria veure també una Escola d'Art per formar persones. Voldria que tornessin les beques i els ajuts per donar oportunitats a creadors locals. I voldria una ciutadania menys racista i més flexible amb les noves formulacions de ciutat que haurem de construir plegats. Però soc conscient que és demanar massa, una mena de carta als Reis, impossible però desitjable.

Quins projectes té entre mans i cap a on s'encamina la seva trajectòria artística?
Aquest any faré una conferència al Bòlit de Girona sobre una escultura meva que s'ha extraviat a Portbou; participo en un Màster d'Art Imprès i Edició d'Artista a la Universitat de Barcelona; i de cara a l'any vinent preparo una exposició d'escultura per a Can Mario de la Fundació Vila Casas de Palafrugell i altres projectes en curs.

Si pogués deixar un únic missatge a través de la seva obra per a les futures generacions, quin seria?
Val més que parli la meva obra per mi, que jo diria una bestiesa, i el meu treball és —molt probablement-, més audaç. En Dalí deia allò de "Pintor pinta i calla", però no s'ho aplicava pas.


M&T Center
Salón Orgánico
Belleza Natural - Ecológica - Sostenible..
Lo natural te sienta bien...
Coloración 100% Vegetal
Certificación Ecológica
Sin químicos
Sin PPDs
Salón Curly
Diagnostico
Corte en Seco
Productos aptos
Rec Arnau, 4 Figueres 972 50 83 64
www.mtcenter.es



Una nova vida després de l'hospital

POST-UCI GIRONA

Post-UCI Girona ofereix suport físic, psicològic i emocional als pacients i familiars després d'un ingrés crític

L'associació Post-UCI Girona neix amb l'objectiu d'acompanyar les persones que han passat per una unitat de cures intensives i que afronten seqüeles físiques, psicològiques i emocionals després de rebre l'alta hospitalària. La iniciativa vol donar visibilitat a les dificultats que sovint apareixen després d'un ingrés crític i oferir suport tant als pacients com a les seves famílies. El seu president, Toni Augustín, exmosso d'esquadra i treballador social, va passar 33 dies a l'UCI arran d'un greu accident de trànsit el juliol de 2022. Després de tres mesos hospitalitzat, més de deu operacions i dos anys i mig de rehabilitació, coneix de primera mà les dificultats de recuperar la normalitat. Augustín destaca que, més enllà de les conseqüències físiques, les seqüeles psicològiques són sovint les més invisibles i les que requereixen més temps per superar-se.

L'entitat va sorgir de la iniciativa de Carlos Filipe Seixas, també expacient d'UCI, que va detectar la manca d'acompanyament emocional i orientació per a les famílies. Amb el suport d'altres persones que havien viscut situacions similars i de professionals sanitaris, el projecte es va convertir en una associació dedicada a facilitar el procés de recuperació. Entre els seus objectius hi ha oferir orientació en tràmits administratius, baixes laborals, sol·licituds d'incapacitat i accés a serveis de psicologia. També promou itineraris personalitzats i grups de suport per a pacients i familiars, on compartir experiències, preocupacions i possibles solucions. L'associació, formada íntegrament per voluntaris, manté contacte amb diferents entitats socials i professionals sanitaris, així com amb les unitats de cures intensives dels hospitals Josep Trueta i Santa Caterina. Actualment, disposa d'un espai d'atenció al Centre Cívic del Ter, a Taialà, els dilluns de 18 a 20 h.

Post-UCI Girona també vol sensibilitzar la societat sobre les conseqüències de la síndrome posterior a les cures intensives i fomentar un seguiment psicològic dels pacients després de l'alta. Amb aquesta iniciativa, els seus impulsors reivindiquen una realitat sovint desconeguda: sortir de l'UCI no significa haver-se recuperat completament.Per a moltes persones, és precisament en aquell moment quan comença un llarg camí d'adaptació, superació i reconstrucció personal.


Vacunar-se és estimar
JO VEURÉ CRÉIXER ELS MEUS NETS
Vacuna't de la grip i la COVID
per protegir-te a tu i protegir els teus
Demana cita a La Meva Salut,
a citasalut.gencat.cat
o al teu CAP.
Generalitat de Catalunya
El Govern de Tothom



TELECOMUNICACIONS

TECH - WEST

Som una empresa de telecomunicacions. Posa't en mans de profesionals amb experiència per la teva seguretat.

C/ Oliva, 63 Figueres
Tel +34 972 510 053



PAPERERIA

DE L'EMPORDÀ

Servei de copisteria material escolar i d'oficina, hosteleria informàtica.

C/ Hermenegild Arruga, 18
17780 Roses
Tel · 972 152 527
empordacopisteria@gmail.com



JOGUINES

LEY'S

Gran assortiment de joguines infantils articles de platja, disfresses, regals.

C/ Doctor Pi i Sunyer
17480 · Roses
Tel +34 972 150 204



TOT PEL NADÓ

BABY PLANET

Llistes de naixement, mobiliari, roba de llit. Tenim marques com: Jane, Be cool i Nurse.

C/ Nou,173 Figueres
Tel +34 972 500 809
www.babyplanetfigueres.com



DERMATOLOGIA

CLÍNICA I ESTÈTICA

Dr. Lluís Martínez Via
Metge especialista en Dermatologia per la universitat de Barcelona

C/ Sant Llàtzer 12,1r
17600 · Figueres
Tel · 674 747 467



PERRUQUERIA

EL MIRALL

Perruqueria especialitzada en el tall de cabell tant per dona com per home.

C/ Mar, 31
Sant Pere Pescador
Tel · 639 780 109
perruqueriaelmirall@gmail.com



VILA-SACRA

FARMÀCIA

Atenció farmacèutica personalitzada. Sistema personalitzat de dosificació (SPD) Consell nutricional.

Pl. de l'Església, 7
Vila-sacra
Tel · 682 596 841



CENTRE

NEURO EMPORDÀ

Neurorehabilitació, fisioteràpia, logopèdia, teràpia ocupacional, integració social, psicologia infantil.

C/ Empordà, 76 Figueres
Tel · 661 612 455
www.neuroemporda.com


Parc Bosc
CENTRE MÈDIC I DENTAL
972 501 078 / 609 681 712
www.parcboscdental.com
Avda. Salvador Dalí 64
FIGUERES
Plaça Catalunya 15
2a planta
GIRONA
centremedicdentalparcbosc@gmail.com



Mireia Sais, delegada d'AMES

QUAN LA FRAGILITAT ES TORNA FORÇA

Mireia Sais converteix la seva experiència amb la miastènia en esperança, acompanyament i visibilitat per als afectats

Hi ha persones que converteixen l'adversitat en una manera d'entendre la vida i de fer bé als altres. Mireia Sais n'és un exemple. Des de fa anys conviu amb la miastènia gravis, una malaltia rara que li ha imposat límits, però que també li ha revelat una força interior que potser desconeixia. Amb sensibilitat, valentia i una enorme capacitat d'empatia, ha fet del seu recorregut personal una eina per acompanyar i donar esperança a moltes altres persones. Delegada d'AMES Catalunya, treballa perquè ningú se senti sol davant el diagnòstic i perquè la societat sigui més conscient de les dificultats que comporta conviure amb una malaltia invisible. Aquesta entrevista és també un testimoni de coratge, d'humanitat i d'amor per la vida.

Mireia, recorda el moment en què la miastènia gravis va entrar a la seva vida? Quins sentiments li desperta avui aquell record?
Ho recordo perfectament. Fa dotze anys, tenia 29 anys. D'un dia per l'altre, vaig passar d'estar completament bé a no poder parlar ni empassar. Va ser un debut molt brusc. Amb la perspectiva del temps, sempre dic que, dins de tot, vaig tenir molta sort, perquè aquesta aparició tan sobtada va permetre que el diagnòstic arribés molt ràpid. Avui aquell record encara em remou, però també em fa sentir agraïda perquè soc aquí i he après molt de tot el que he viscut.

Quan va rebre el diagnòstic, què va ser el més difícil d'assumir i quines van ser les primeres preguntes que es va fer?
El més difícil va ser la incertesa. El primer dia vaig pensar que era estrès, però l'endemà, en un centre privat, em van arribar a dir que possiblement tenia un tumor cerebral. Em vaig espantar molt. Quan finalment em van dir a l'Hospital Trueta que probablement era miastènia gravis, em van ingressar i, després d'una setmana de proves, em van confirmar el diagnòstic.

Les primeres preguntes que vaig fer van ser molt directes: És una malaltia hereditària? És una malaltia degenerativa? Em moriré?
En aquell moment tenia la meva filla, l'Abril, que acabava de fer tres anys, i el meu fill, el Biel, que tenia només un any i mig. Quan ets mare de dos nens tan petits, el primer que et passa pel cap no és pensar en tu, sinó en ells.

La miastènia gravis és una malaltia poc coneguda i, sovint, invisible. Com explicaria a algú que no la coneix què significa conviure-hi cada dia?
Conviure amb la miastènia és viure amb una malaltia que ningú veu, amb la incomprensió, però que condiciona cada aspecte del teu dia a dia. Hi ha dies en què pots fer moltes coses i d'altres en què el cos, simplement, no respon. Has



d'aprendre a escoltar-te, a adaptar-te i a acceptar que la teva energia és limitada i que cal dosificar-la constantment. Sempre dic que som com una bateria de mòbil: com més ús en fas, més ràpid s'acaba l'energia i més costa carregar-la.
Però conviure amb una malaltia minoritària i invisible va molt més enllà dels símptomes físics. També és aprendre que, sovint, t'hauràs d'explicar constantment. Hauràs d'explicar què tens als amics, a la família, als veïns i, de vegades, fins i tot a professionals que no han tingut contacte directe amb la patologia. La invisibilitat és, probablement, una de les parts més difícils de la malaltia i on hi ha una major afectació psicològica. Com que moltes vegades no hi ha signes externs evidents, la gent et veu bé i li costa entendre que pots estar fent un esforç enorme simplement per mantenir una conversa, caminar o acabar el dia.
Aquesta falta de comprensió acaba generant molta frustració i, sovint, un sentiment de solitud. Has d'aprendre a conviure no només amb la malaltia, sinó també amb la sensació que els altres no acaben d'entendre què et passa. Quan et diuen "però si fas bona cara" o "no sembles malalta", sents que una part del teu patiment queda invalidada. Per això, la miastènia no és només una qüestió mèdica; és també una experiència emocional i psicològica molt intensa. T'obliga a adaptar-te contínuament, a gestionar la incertesa i, alhora, a donar explicacions i reivindicar una realitat que sovint passa desapercebuda. Crec que la societat encara ha d'aprendre que el fet que una malaltia sigui invisible no la fa menys real ni menys limitant.

Com han canviat la seva vida personal, familiar i professional, aquests anys de convivència amb la malaltia?
La meva vida ha canviat completament. He hagut d'aprendre a viure d'una altra manera, a conèixer i respectar els meus límits físics i, sobretot, a escoltar el meu cos. He après que necessito fer pauses, descansar i dosificar l'energia per evitar accidents, com caigudes, o simplement per prevenir una nova recaiguda. Alhora, la meva família també s'ha hagut d'adaptar. No només a les meves limitacions, sinó també als meus horaris de descans i a una manera de viure més pausada, buscant sempre mantenir un equilibri estable amb la miastènia. Sempre dic que, com passa amb moltes malalties cròniques, no només la pateix el pacient; també la viu l'entorn més proper. Són malalties que irradien i que, d'una manera o altra, afecten psicològicament tota la família. Professionalment és on he experimentat el canvi més brusc. L'any 2016 em van concedir una incapacitat absoluta, perquè havia arribat a un punt en què no podia realitzar ni les tasques més bàsiques de la meva vida personal ni de la meva vida laboral. Va ser un procés molt dur d'acceptar, perquè et fa replantejar la teva identitat i el teu projecte de vida. Però també m'ha ensenyat que el valor d'una persona no depèn de la seva capacitat de produir, sinó de la seva capacitat d'adaptar-se, de continuar endavant i de trobar nous propòsits.

En els moments de més dificultat, d'on ha tret les forces per continuar endavant?
De la meva família i de les persones que m'estimen. També de la necessitat de continuar lluitant per tenir una millor qualitat de vida. Quan portes anys convivint amb una malaltia complexa, aprens a treure forces d'on no pensaves que en tenies.

Quin paper han tingut la seva família, els amics i les persones més properes en aquest camí?
Han estat fonamentals. Si avui soc qui soc i estic on estic, és en gran part gràcies a ells. La malaltia m'ha fet entendre que el més important a la vida són les persones que tens al costat i m'ha fet valorar encara més la meva família.
Al principi van passar molta por. Els meus pares, els meus germans i els meus tiets pensaven que em moriria. Era una malaltia completament desconeguda per a tots nosaltres i la incertesa era enorme. Tot i això, mai em van fallar. Han estat al meu costat en cada ingrés, en cada recaiguda i en cada moment difícil. Els meus fills també ho van patir molt. Eren molt petits: l'Abril acabava de fer tres anys i en Biel tenia només un any i mig. De cop, la seva mare, tal com l'havien



conegut fins aquell moment, havia desaparegut. Ja no podia cuidar-los, no podia atendre les seves necessitats bàsiques, ni portar el ritme que qualsevol mare voldria tenir amb els seus fills. Aquesta és, probablement, una de les coses que més m'ha fet mal de la malaltia. I la meva parella, en Lluís, ha estat el meu gran pilar. Es va bolcar en cos i ànima en mi i en els nens, assumint responsabilitats, sostenint-nos a tots i, moltes vegades, deixant la seva pròpia salut en un segon pla per cuidar-nos. Estic molt agraïda a la família, que sempre ha estat al meu costat.

Hi ha algun moment especialment difícil que, amb el temps, s'hagi convertit en una font d'aprenentatge o de creixement personal?
Sí. Hi va haver una etapa especialment dura, quan anava passant per totes les opcions terapèutiques del protocol: Mestinon, Imurel, Ciclosporina, Rituximab... i cap d'elles acabava de donar el resultat esperat. És molt difícil conviure amb la sensació que ho estàs intentant tot i que res funciona. Hi havia moments en què et preguntaves fins quan podries continuar així. Però, amb el temps, aquell període també s'ha convertit en una gran font d'aprenentatge. Quan vaig arribar a l'Hospital Sant Pau, vaig saber que era en un centre de referència i vaig decidir confiar plenament en els professionals. Vaig deixar la meva salut a les seves mans perquè sabia que, si algú em podia ajudar a sortir d'aquell forat, eren la Dra. Illa i la Dra. Cortés. Aquesta confiança em va permetre deixar de lluitar contra tot i començar a caminar al costat dels professionals que m'acompanyaven.
També ha estat essencial tot l'acompanyament psicològic que hem rebut al llarg dels anys, tant jo com el meu nucli familiar. La miastènia no afecta només el cos; també remou emocions, pors, expectatives i la manera d'entendre la vida. El suport psicològic ens ha ajudat a entendre què ens estava passant, a acceptar la malaltia i, sobretot, a aprendre a ser feliços en el present, sense viure constantment pendents del que podria passar demà.
Avui sé que aquella etapa em va ensenyar una de les lliçons més importants de la meva vida: no sempre podem controlar el que ens passa, però sí que podem decidir com ho afrontem i amb qui volem caminar aquest procés.

Què va significar per a vostè descobrir AMES i trobar una xarxa de persones que compartien experiències similars?
Va significar trobar una nova família. Persones que entenen perfectament el meu dia a dia, perquè elles també el viuen. Saber que, si necessito ajuda o simplement desfogar-me, sempre hi ha algú a l'altra banda, no té preu.

Avui és delegada d'AMES Catalunya. Què la va motivar a implicar-se tan activament en l'associació?
Precisament el que AMES em va donar a mi. Em vaig sentir tan acompanyada que vaig voler retornar-ho. Vaig entendre que ningú hauria de sentir-se sol davant d'un diagnòstic de miastènia i vaig decidir implicar-me per poder ajudar altres persones i donar visibilitat a una malaltia tan desconeguda.

Quan acompanya una persona acabada de diagnosticar, què intenta transmetre-li per ajudar-la a afrontar aquesta nova realitat?
El més important és escoltar. Una persona acabada de diagnosticar necessita treure tots els neguits, les pors i els dubtes que porta a dins. Per això, abans de donar consells, intento escoltar-la i fer-li saber que no està sola i que és completament normal tenir por i moltes preguntes.
També intento transmetre-li una idea que considero fonamental: tot i que tots tenim miastènia, cap miastènia és igual. De la mateixa manera que no hi ha dues persones iguals, tampoc hi ha dues malalties que evolucionin de la mateixa manera. Cada pacient té els seus símptomes, els seus límits i el seu propi recorregut terapèutic.
Una altra cosa que m'agrada explicar és com funcionen els tractaments. Els nostres tractaments no són com un paracetamol que et prens per un mal de cap i al cap de vint minuts

et trobes millor. En la miastènia, els tractaments necessiten temps. Alguns poden trigar mesos a fer efecte i, de la mateixa manera, també cal temps per saber si funcionen o si s'han de descartar. Per això és tan important mentalitzar-se que el procés d'estabilització pot ser molt ràpid en algunes persones i molt més llarg en altres.
Intento transmetre esperança, però també realisme. Sobretot, m'agrada ser la figura que jo hauria volgut tenir quan em van diagnosticar. Quan parles amb algú que ha passat pel mateix, connectes d'una manera especial. Et sents comprès, et sents menys perdut i, per primera vegada, tens la sensació que, malgrat la por, aquest camí no l'hauràs de recórrer sol.

Encara hi ha molt desconeixement sobre les malalties poc conegudes. Què creu que la societat hauria d'entendre millor sobre la miastènia gravis?
Que el fet que una malaltia sigui invisible no significa que no existeixi ni que sigui menys limitant. Moltes vegades, les persones amb miastènia fem un esforç enorme per fer coses que, des de fora, semblen tan senzilles com mantenir una conversa, anar a treballar, pujar unes escales o arribar al final del dia. Necessitem més comprensió, més sensibilització i més empatia. Però aquest desconeixement no és només un problema de la societat en general; també ho és de les administracions públiques. Massa sovint, quan les persones afectades més necessiten el suport de l'administració, aquesta no respon amb la rapidesa ni amb els recursos necessaris.
La manca de coneixement sobre les malalties minoritàries i la lentitud dels tràmits administratius fan que moltes persones hagin de lluitar alhora contra la malaltia i contra el sistema. Parlem de processos relacionats amb els serveis socials, el reconeixement de la discapacitat o les incapacitats laborals, tràmits que arriben en un moment de gran vulnerabilitat física i emocional i que, en molts casos, es converteixen en una càrrega afegida. Crec que la societat i les institucions han d'entendre que darrere de cada diagnòstic hi ha una persona i una família intentant adaptar-se a una nova realitat. Com més vulnerable ets, el sistema hauria de ser un suport i no un nou obstacle a superar.

La investigació mèdica ha avançat molt en els darrers anys. Amb quina esperança mira avui el futur dels pacients amb miastènia?
Amb molta esperança. Jo mateixa soc un exemple del que pot arribar a canviar la investigació. Vaig estar més de deu anys buscant un tractament que em permetés estabilitzar la malaltia. Vaig intentar entrar en diversos assaigs clínics i, quan finalment ho vaig aconseguir, una nova teràpia em va permetre millorar moltíssim. Si avui soc aquí i tinc la qualitat de vida que tinc, és, en gran part, gràcies a la investigació.
La gran diferència respecte a fa només sis anys, quan vaig iniciar els assaigs clínics, és que avui hi ha alternatives. En aquell moment, quan esgotaves les opcions terapèutiques, la sensació era que t'havies quedat sense sortides. Ara, gràcies també al meu paper a AMES i al contacte constant amb la comunitat científica i els pacients, sé que s'estan desenvolupant i aprovant noves teràpies específiques per a la miastènia. Això ens permet mirar el futur amb molta més tranquil·litat i esperança, perquè sabem que, si un tractament deixa de funcionar, hi ha altres possibilitats.
Sempre dic que la pandèmia de la COVID-19 va ser un gran trasbals per a tota la societat i també per a mi personalment. Però, al mateix temps, va representar un impuls enorme per a la investigació biomèdica. Va demostrar que, quan es destinen recursos i esforços a la ciència, els avenços poden arribar molt més ràpidament. Aquest impuls també ha contribuït al desenvolupament de nous tractaments més específics per a la miastènia, i això fa que avui els pacients puguem mirar el futur amb una esperança que fa uns anys era impensable.





Quins reptes considera que encara té al davant el col·lectiu de persones afectades per aquesta malaltia?
Encara tenim molts reptes al davant. El primer és continuar avançant en el diagnòstic precoç, perquè un diagnòstic a temps pot canviar completament l'evolució i la qualitat de vida d'un pacient.
El segon gran repte és garantir un accés equitatiu als nous tractaments, independentment d'on visquis. No és possible que, encara avui, hospitals de referència provincials com el Josep Trueta de Girona, l'Arnau de Vilanova de Lleida o el Joan XXIII de Tarragona hagin de derivar molts dels seus pacients a Barcelona perquè puguin accedir a una teràpia de nova generació. Tampoc és acceptable que centres que no formen part de la xarxa de centres de referència tinguin tantes dificultats per derivar pacients, fins i tot dins de la mateixa àrea metropolitana. Necessitem que tots els centres, tant els de referència com els provincials, comptin amb neuròlegs formats en miastènia gravis i amb coneixement dels nous tractaments. Els pacients no hauríem de dependre del nostre codi postal per tenir accés a les millors opcions terapèutiques.
En definitiva, el gran repte és aconseguir una atenció més equitativa, més especialitzada i més centrada en el pacient, perquè cap persona amb miastènia hagi de lluitar, a més de contra la seva malaltia, per accedir al tractament i als professionals que necessita.

Com a delegada d'AMES, quin és el projecte o iniciativa que li ha generat més satisfacció personal?
Sens dubte, tot allò que té a veure amb l'acompanyament dels pacients. Quan una persona acabada de diagnosticar et diu que, després de parlar amb tu, se sent més tranquil·la, menys perduda i amb més esperança, saps que tot l'esforç val la pena.
Però també m'agrada destacar que jo soc la cara visible d'AMES a Catalunya, la figura representativa, però darrere hi ha una gran xarxa de socis i sòcies extraordinària. Tenim una comunitat molt participativa, compromesa i solidària, i moltes de les iniciatives que tirem endavant són possibles gràcies a la seva implicació i generositat. Sempre dic que AMES Catalunya la construïm entre tots. Des de qui organitza una trobada, qui ajuda un nou pacient, qui participa en les activitats de sensibilització o qui simplement està disposat a escoltar una persona que ho està passant malament. Aquesta manera de fer xarxa i de cuidar-nos els uns als altres és, probablement, la meva satisfacció més gran. Perquè al final, més enllà dels projectes i les activitats, el que estem construint és una comunitat on ningú se senti sol davant la miastènia.

Hi ha alguna història o algun testimoni que l'hagi emocionada especialment i que guardi amb afecte a la memòria?
N'hi ha molts, perquè cada persona que arriba a l'associació té una història única i totes tenen alguna cosa especial. M'emociona especialment veure aquelles persones que arriben completament perdudes, plenes de por i de preguntes, i que, amb el temps, es converteixen en un suport per a altres pacients. Veure aquesta cadena d'ajuda i d'acompanyament és una de les coses més boniques que m'ha regalat la miastènia.
Però, si hagués de destacar un cas que m'ha colpit especialment, seria el de la meva companya d'assaig clínic durant cinc anys. És una noia jove que també va emmalaltir amb vint i pocs anys i que havia recorregut pràcticament el mateix camí que jo. Ens trobàvem en el mateix punt, amb la diferència que a ella l'assaig clínic no li va funcionar.
Des de llavors ha passat per molts ingressos i diverses estades a la UCI. Veure-la passar per tot això em va fer pensar moltes vegades que allò també m'hauria pogut passar a mi. Quan convius amb una malaltia com la miastènia, és impossible no veure't reflectida en l'altre.
Tot i això, ella mai ha deixat de lluitar. Hem creat una gran amistat i continuem en contacte permanent. Ha tingut moltes anades i vingudes a l'hospital aquests darrers anys, però mai ha perdut l'esperança. I avui podem dir una cosa que, fa uns anys, semblava gairebé impossible: està esperant una nena. Per a mi, aquesta història és un exemple extraordinari de superació i també de tot el que la medicina i la investigació

han aconseguit. Tot i conviure amb una miastènia refractària molt agressiva, el seguiment mèdic i els nous tractaments li han permès complir un dels seus grans somnis: ser mare. Històries com la seva em recorden cada dia per què val tant la pena continuar lluitant, investigant i mantenint l'esperança.

Què li agradaria que les administracions, els professionals sanitaris i la societat en general fessin millor per a les persones amb miastènia gravis?

Sobretot, que escoltin més els pacients. Ningú coneix millor la malaltia que la persona que hi conviu cada dia. Necessitem sentir-nos escoltats, compresos i formar part de les decisions que afecten la nostra salut i la nostra qualitat de vida.

També m'agradaria que es facilités l'accés als centres de referència i als nous tractaments. No és just que el lloc on vius determini les oportunitats que tens de rebre la millor atenció possible. Els pacients amb malalties minoritàries necessitem equips especialitzats, professionals formats i circuits de derivació més àgils i equitatius.

A les administracions els demanaria més sensibilitat i més agilitat. Quan una persona rep un diagnòstic com la miastènia, la seva vida fa un gir de 180 graus. És precisament en aquell moment de màxima vulnerabilitat quan més necessita el suport del sistema. Els tràmits relacionats amb la discapacitat, les incapacitats laborals o els recursos socials no haurien de convertir-se en una cursa d'obstacles afegida a la mateixa malaltia.

Als professionals sanitaris els demanaria que continuïn apostant per la formació i la investigació. La miastènia ha canviat enormement en els darrers anys gràcies als avenços científics, i continuar investigant significa continuar donant esperança als pacients.

I a la societat en general li demanaria més empatia i més coneixement. Que entengui que les malalties invisibles també existeixen i que darrere de cada diagnòstic hi ha una persona, una família i una història de lluita i d'adaptació. No volem llàstima ni compassió; volem comprensió, oportunitats i poder viure amb dignitat.

Per acabar, què és allò que la miastènia gravis no li ha pogut prendre mai?

Si hi ha alguna cosa que aquests dotze anys de convivència amb la miastènia m'han ensenyat és que, fins i tot en els moments més difícils, sempre hi ha espai per continuar mirant endavant.

L'esperança. La malaltia m'ha posat molts límits i m'ha obligat a reinventar molts aspectes de la meva vida, però mai m'ha pres la il·lusió, la capacitat d'estimar ni les ganes de continuar lluitant.

Resiliència. Si la meva experiència pot servir perquè algú se senti comprès, acompanyat i amb una mica més d'esperança, aleshores tot aquest camí també ha tingut un sentit.



Mireia Sais



ASSEGURANCES

CATRIN KOHL

Agent d'assegurances exclusiu
Allianz num. C0109X00740300E
posa a la teva disposició una àmplia gamma d'assegurances per protegir la teva llar, vehicle, salut, negoci i família. Amb experiència, solvència i un servei proper, ofereix solucions adaptades a cada necessitat.

C/ Puig Rom, 53 Roses
Tel · 972 257 590 / 666 034 343
catrin.kohl@allianzmed.es

PROCASA

PROJECTES D'OBRA I CONSTRUCCIONS



ESPECIALISTES EN CONSTRUCCIÓ DE CASES D' ALT ESTANDING





LA NOSTRA MISSIÓ:

QUE L'EXPERIÈNCIA DE CONSTRUIR-SE UNA CASA SIGUI AGRADABLE I POSITIVA

OFICINA ROSES

Av. de Rhode, 105, 17480 Roses, Girona

fincas@procasa.com +34 972 154 321

www.procasa.com

OFICINA EMPURIABRAVA

Carrer Penís, 90, 17487 Empuriabrava, Girona

fincas@procasa.com +34 972 100 400

www.procasa.com



Premis d'Arquitectura Comarques Gironines

CAN GENOVER

Els forns de Can Genover recuperen el passat industrial de Boadella amb un nou espai patrimonial visitable

Els forns de ciment de Can Genover, testimoni del passat industrial de Boadella i les Escaules, van estar en funcionament entre finals del s. XIX i principis del XX. Un cop en desús, caigueren en l'oblit i finalment quedaren colgats de terres i vegetació. Els únics vestigis visibles eren les boques tapiades que s'endevinaven al mur de pedra.
S'aprofita la necessitat d'eliminar l'arbrat de la feixa superior, que malmetia el mur de contenció, per excavar arqueològicament els forns. Es descobreixen així, quatre grans obertures còniques, que comuniquen visualment el carrer superior amb les boques a nivell de carretera. Un cop consolidat el mur i reintegrades les parets perdudes dels forns, es genera una plaça mirador, que salva el desnivell amb el carrer a través d'una graderia de tova ceràmica, mateixa peça que forma la barana d'obra perimetral original. Els buits es protegeixen amb unes baranes roges, que emulen el propi foc que es generava als forns i alhora en permeten la seva visió.



Autors:
Servei de Monuments de la Diputació de Girona
Promotor:
Ajuntament de Boadella i les Escaules



PROMOCIONS

PROMOCIONS PARADA, S.L. · CONSTRUCCIONS RAMÓN PARADA

A construccions i promocions Parada posem al seu abast un ampli ventall de propietats a la venda.
També construïm o rehabilitem el seu habitatge, mantenim l'harmonia del conjunt adaptant sempre l'edificació i el paisatge, respectant al màxim les virtuts del terreny.

C/ Gran Via, 119 Roses
Tel +34 972 254 762 / 650 548 485
www.promocionsparada.com



IMMOBILIÀRIA FALGÀS

Més de 30 anys d'experiència en el sector immobiliari ens avalen, comptem amb infinitat operacions realitzades, així com a compradors i venedors satisfets de la nostra gestió i intervenció.
Destaquem per la nostra gran professionalitat i esperit de servei.
Assessorament personalitzat.

Av. Joan Carles I, Quermançó, 128
17487 Empuriabrava
Tel +34 972 454 545
www.falgas-immo.com



INSTAL·LACIONS BURGAS

Empresa instal·ladora de l'Alt Empordà amb una àmplia trajectòria en el sector. Realitzem instal·lacions domèstiques i industrials de tota mena, així com serveis de manteniment d'aigua, gas, electricitat, aire condicionat, calefacció, i energia solar.

Tel · 972 505 895
www.instalburgas.com

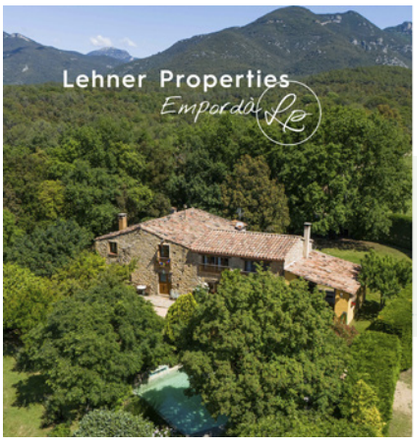


FINQUES

R.BARTOLOMÉ

Som especialistes en assessorament immobiliari. Compra i venda, lloguers i peritatges.

C/ Monturiol, 19
17600 Figueres
Tel · 972 505 015



IMMOBILIÀRIA

LEHNER

Les millors cases de poble, masies i finques rústiques de la comarca.
Ens falta la teva!

C/ Monturiol, 27
Castelló d'Empúries
Tel +34 972 988 333



IMMOBILIARIA

FALCÓ

Disposem d'una àmplia cartera de propietats a la venda o lloguer a l'Empordà.

Plaça Major, 1
17490 · Llançà
Tel +34 972 380 091



DROGUERIA

CALVÓ

Comerç al detall de productes de drogueria, neteja perfumeria, pintures. cosmètica, neteja.

C/ Ample, 30 Figueres
Tel +34 972 501 623
drogueriacalvo@gmail.com

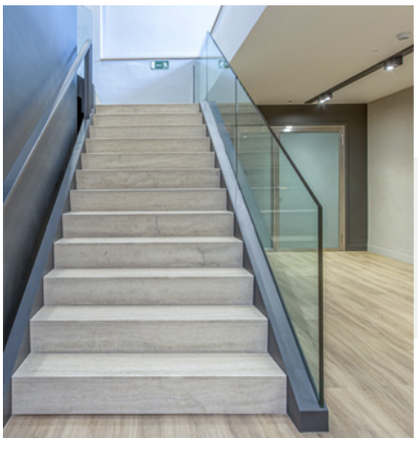


FUSTERIA

TURRA I FILL

Mobles a mida, parquets, cuines, reformes. Demani pressupost sense compromís.

C/ de l' Albera 10 Pau
Tel · 972 552 160
futeriaturraifill@gmail.com



CRISTALLERIES

TULOMA

Disseny d'interiors i arquitectura, vidres mòbils, sistemes de cortines de vidre, tancaments d'alumini

Pg. del Cementiri, 13
17600 Figueres
Tel +34 972 505 266



FERROS

PERICH

Venda de tot tipus de materials de ferro. Teles metàl·liques, malles, material de reg i molt més.

Av. Alguema, 7-11
Sta. Llogaia d'Alguema
Tel +34 972 500 624

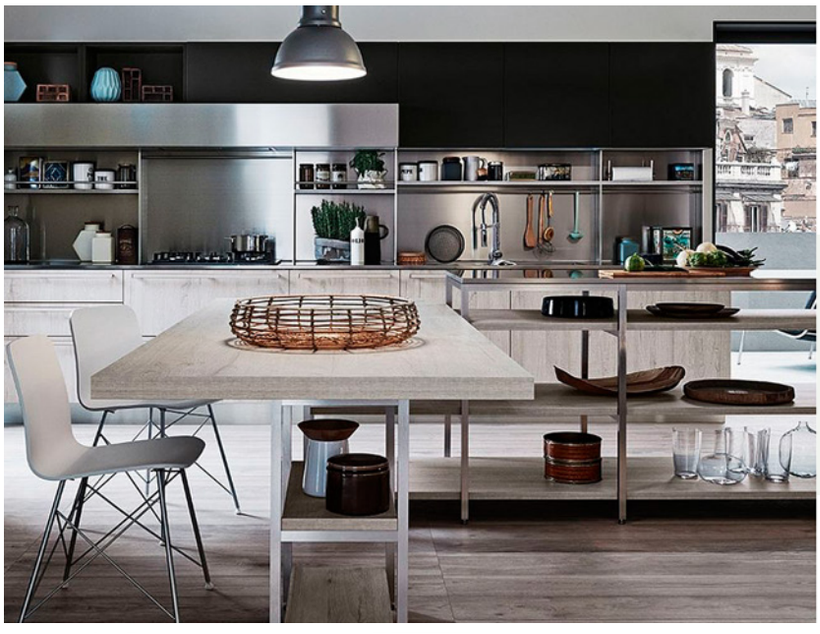


INSTAL·LACIÓNS

MARCTRONIC

Instal·lació, venda i reparació de: vídeo televisió i audio. Antenes terrestres i satèl·lit, xarxes wifi.

Av. Joan Carles I, 38/42
17487 Empuriabrava
Pintor Joan Massanet, 76
17130 l'Escala
Tel · 972 454 632 / 972 772 120



MOBLES I CUINES

DECOR MOBEL de Pedro

Posem a la seva disposició un extens catàleg de mobles i decoració per a la seva llar.
Més de 15.000 articles des de sofàs, butaques i matalassos fins a revestiments, aixeteria per a bany, mobiliari de menjador juvenil, plaques de cocció i cuines completes.

Ctra. de Figueres a Roses Km. 3
Tel +34 972 506 454
www.decormobel.com



ADMINISTRACIÓ DE FINQUES TRILLA

Finques Trilla és una immobiliària amb més de 45 anys d'experiència a l'Alt Empordà. Especialitzats en lloguer i administració de finques urbanes i rústiques, oferim ofertes diàries, un ampli catàleg d'habitatges i la major garantia econòmica del mercat. Oficines a Figueres i Roses.

Carrer Sant Llàtzer, 9 Figueres
Tel · 972 505 701 / 972 510 054
Carrer Cap Norfeu, 16 Roses
Tel · 972 255 415
trilla@finquestrilla.com



ELECTRICITAT ELECTRIC PABLOS

Més de 40 anys d'experiència garanteixen el nostre treball, som especialistes en instal·lació i manteniment d'aire condicionat i calderes. Oferim qualitat i professionalitat, treballant amb les millors marques i la garantia del nostre servei.

Sector Francoli, 22 Empuriabrava
Tel +34 972 454 881
www.electricpablos.com



LLENYES I TREBALLS FORESTALS EMPORDÀ

Venda de llenya i treballs forestals **Alfred López**

Amb mig segle d'experiència, professionalitat i servei, i amb dues generacions dedicades a treballar i transformar la primera matèria en llenya de màxima qualitat, **Llenyes i Treballs Forestals Empordà** de Mollet de Peralada segueix oferint tot tipus de varietats de llenya de la serra de l'Albera: roure, alzina, olivera, faig, pi, freixe o castanyer, i amb diferents mides i presentacions, com poden ser l'estellada, la rodona, la de diàmetre gran o mitjà, entre d'altres.

El poder calorífic de la llenya és el que es valora més en cada tipus de llenya. Que la llenya duri més temps encesa i també l'olor que desprèn, pot fer que el client esculli una llenya o una altra.

Compten amb 3.000 tones de llenya seca i preparada per a subministrar l'escalfor necessària i fer de la seva llar un indret més acollidor.

Com a bons subministradors professionals, tracten tot el procés d'elaboració de la llenya, des de l'adquisició de la matèria primera fins a l'obtenció final.

La comanda mínima és d'una tona i a partir de tres tones es comencen a aplicar descomptes.

Val a dir que, per a major comoditat del client, l'empresa serveix també la llenya en sacs tipus "Bigbag" de 600 kg, la qual cosa permet als clients emmagatzemar correctament el seu material i oblidar-se definitivament de la llenya mal apilonada o escampada pel jardí o el garatge.

Fruit del seu compromís i prova irrefutable de la seva professionalitat, lliuren sempre el corresponent tiquet de bàscula (per certificar el pes de la llenya) juntament amb un albarà de lliurament i la garantia que la llenya romandrà seca durant tot l'hivern.

Tenint en compte que segons Alfred López "hi ha molta gent que ofereix preus per sota del mercat i després la quantitat i qualitat que et subministren no és la que s'havia acordat prèviament", **Llenyes i Treballs Empordà** de Mollet de Peralada només es fa responsable de la quantitat i qualitat de la llenya lliurada que s'hagi encarregat trucant als telèfons:
639 523 737 / 972 563 215.

L'empresa disposa d'una flota de 6 vehicles per fer arribar les comandes de llenya en un termini de 12-24 hores. També realitza treballs forestals, com ara la poda d'arbres, el desbrossat de boscos i l'arranjament de jardins, i amb preus que varien en funció de les necessitats de cada client. Disposa també d'un gran estoc de carbó vegetal (uns 2.500 sacs) per a restaurants o braseries.

Llenyes i Treballs Forestals Empordà de Mollet de Peralada segueix preparant les seves llars per a l'arribada de l'hivern, amb un gran estoc de 3.000 tones de diferents tipus de llenya seca. Disposa d'un punt de distribució a Figueres: Ronda Sud, a 200 metres direcció els cinemes de Figueres, de la rotonda que engloba el carrer Nou, el de la Mare de Déu de Montserrat i la Ronda Sud.

També compta amb un autoservei, que facilita als clients que puguin anar a buscar la llenya que necessitin sense un mínim de quilos.

Plaça de l'Església, s/n Mollet de Peralada
I també punt de servei a Figueres
Tel · 639 523 737 / 972 563 215
www.llenyesempordà.com



La màxima qualitat al millor preu

KOI SOFÀS & KOI DESCANS

L' assessorarem sobre l'estil, amb el que es trobarà més a gust. La nostra botiga posa a la seva disposició una àmplia gamma de productes



El món de la decoració ha estat sempre molt lligat al de les tendències, i a vegades hi ha tantes tendències diferents i la gamma de productes és tan àmplia que un no sap ni per on començar.
L'assessorarem sobre l'estil, amb el que es trobarà més a gust. La nostra botiga posa a la seva disposició una àmplia gamma de productes.
Dins de la nostra gamma de productes hi trobarà sofàs, sofàs llit, sofàs de pell, tresillos, butaques, matalassos, canapès, coixins, somiers, capçals, taules de centre, menjadors, dormitoris, complements, miralls i sempre amb la millor qualitat de materials a preus molt assequibles.

A **Koi sofàs** oferim un gran assortiment d'articles i productes de gran qualitat perquè pugui veure'ls, provar-los i comparar-los, per a així poder tenir més clar com és el producte que millor s'adaptarà a les seves necessitats.
A la nostra exposició també hi trobarà promocions puntuals a preus inigualables. Financem fins a trenta-sis mesos sense interessos.

RESSENYES REALS DELS NOSTRES CLIENTS ★★★★★

Jordi Comas

Molt contents amb el nostre sofà nou! És molt còmode, elegant i té uns acabats impecables. Ens van assessorar des del primer moment oferint opcions per a tots els estils. El tracte és proper, professional i sincer. Més que comprar un sofà, t'endús confiança, qualitat i una experiència excel·lent.

Maria Arnall

Una experiència fantàstica de principi a fi! El sofà és encara més bonic del que imaginàvem i comodíssim. L'Àngel t'ajuda a trobar el model perfecte sense presses i amb molt bon criteri. Es nota que li agrada la seva feina i cuida cada detall. Qualitat, bon servei i un tracte que marca la diferència.

Mercè Ribas

Estem encantats amb la compra! El sofà és preciós, molt confortable i de gran qualitat. Uns professionals que resolen tots els dubtes amb un somriure. Hi ha una gran varietat de models i acabats. El servei és excel·lent i et fan sentir com a casa.



A **Koi Sofàs** som un referent en el món del descans. Els oferim una selecció dels millors matalassos en viscoelàstica que proporcionen un gran alleujament de la pressió i garanteixen un descans reparador.

Aquest tipus de matalàs es pot combinar amb molles o escumes. No ens podem oblidar dels coixins que gràcies a la fermesa que aporten, gaudiran d'una correcta posició cervical durant tota la nit. La nostra empresa està compromesa amb el medi ambient i el desenvolupament sostenible.

Dins aquest marc d'actuació, i d'una manera coordinada i adaptada a les necessitats del client, oferim la recollida dels sofàs i matalassos vells, traslladant-los a un punt net per a la correcta gestió mediambiental i posterior reciclatge.

KOI SOFÀS

Ctra. Roses 19 · Figueres
Tel · 972 671 561

KOI DESCANS

C/ Aeroclub 15 baixos · Empuriabrava
Tel · 872 200 828


325€ KIT
muntat 369
GP.047
Capçal i
2 tauletes
75€ KIT
GP.048
Capçal
155x60 cm
Blanc
Tablilla
Cambrian Blanc
La llar que t'inspira
CALAIXOS amb guies METÀL·LIQUES
Blanc
Tablilla
Cambrian Blanc
49€ KIT
GP.034
Mirall
90x70 cm
64€ KIT
GP.037
Mural Mirall
170x35 cm
17€ KIT
GP.053
JOC 4 POTES
12 cm Roure/Blanc
POTES opcionals
198€ KIT
muntat 234
GP.052
Xifonier 6 c.
110x54x35 cm
125€ KIT
muntat 147
GP.051
Tauleta 3 c.
62x54x35 cm
105€ KIT
muntat 125
GP.050
Tauleta 2 c.
46x54x35 cm
195€ KIT
muntat 235
GP.050
Cómoda 4 c.
78x94x35 cm
MOBLES
FÀBREGA
Miquel Quer
QUALITAT
DISSENY
PER A LA TEVA LLAR
c/ Barceloneta, 19 - c/ Cadaqués, 15
17600 FIGUERES
Tel/Fax 972 504 340
moblesfabrega@hotmail.es

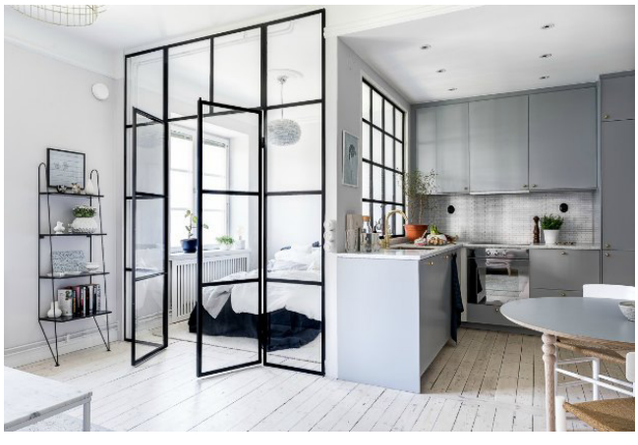

electroahorro
FINANÇAMENT SENSE INTERESSOS
Ctra. de Roses, 25 - FIGUERES - Tel. 972 284 122
c/ Nou, 100 - FIGUERES - Tel. 872 989 614
c/ Santa Eugènia, 7 - GIRONA - Tel. 972 447 415
alberto@electroahorro.com · www.electroahorro.com
GARANTIA OFICIAL
DIRECTES DE FÀBRICA
VENDA D'ELECTRODOMÈSTICS
QUASI A MEITAT DE PREU
DIRECTES DE FÀBRICA - GARANTIA OFICIAL
PREUS IRREPETIBLES
189€
PLACA D'INDUCCIÓ AMB 3 ZONES DE CUINAT
105€
ENCIMERA INOX BLANC
175€
FORN 4 FUNCIONS
6 Kg 235€
7 Kg 255€
8 Kg 269€
9 Kg 289€
10 Kg 325€
12 Kg 420€
RENTADORA
FRIGORÍFIC AMERICÀ
BLANC 550€
INOX 660€
ESTUFA
65€
BLANC 289€
INOX 310€
RENTAPLATS
185 cm INOX 395€
185 cm BLANC 375€
160 cm 269€
145 cm 225€
299€
178 cm
310€
176 cm
FRIGORÍFIC COMBI NOFROST
FRIGORÍFIC 2 PORTES
TRANSPORT I RECOLLIDA GRATUÏTA
Consulta condicions
2 ANYS DE GARANTIA
Servei tècnic propi
FINANÇAMENT A MIDA
Sense interessos
LES MILLORS MARQUES AL MILLOR PREU
Directes de fàbrica



Per a un bon aïllament tèrmic

ALUMINIS BENITEZ

Passeig del Cementiri, 12 Figueres **Tel • 972 511 916** www.bricoalu.com





Evita pèrdues de calor per forats d'escala. Aïllar un habitatge tèrmicament implica que hem millorat les seves prestacions per incrementar la seva resistència a la calor i al fred, i per aconseguir-ho hi ha una única fórmula que, a més, garanteix l'èxit: la incorporació de materials aïllants i una bona instal·lació dels mateixos.

D'entrada, sembla fàcil de resoldre, però les estadístiques ens indiquen tot el contrari, fins al punt que la pràctica totalitat dels habitatges, en concret, un 99% pateixen pèrdues innecessàries de calor arran del seu nefast aïllament tèrmic.

I aquesta circumstància també repercuteix en la nostra economia domèstica, ja que per aconseguir la temperatura desitjada, a l'hivern cal posar la calefacció i, a l'estiu, l'aire condicionat.
Conclusió: l'energia té un cost i el paguem cadascú de les nostres butxaques.
A **Aluminis Benítez** els oferim: finestres practicables, corredisses, vidres amb cambra d'aire, baranes d'alumini, d'inoxidable, mampares, banys, cuines, lavabos, portes d'entrada d'alumini i fusta, galeries, solàriums, portes de garatge seccionals, tancament de terrasses i molt més.



Servei personalitzat per a llars i empreses

CLIMAPROTEC, COMPROMÍS I CONFIANÇA

ClimaProtec ofereix manteniment, reparacions i solucions energètiques per a llars i empreses, amb atenció personalitzada i eficient

Què és Climaprotec, com va néixer l'empresa i a què us dediqueu exactament?

Tot va començar amb una idea pràctica. Els nostres clients ens trucaven d'un dia per l'altre amb molta urgència perquè els anéssim a fer la revisió de la caldera i la calefacció o perquè féssim un cop d'ull a aquell aire condicionat que començava a no refredar tan bé. Vam detectar que els nostres clients, als quals ja havíem instal·lat els sistemes de climatització, o d'altres als quals els havíem reparat els seus sistemes, es despistaven amb la posada a punt dels seus equips i en arribar l'hivern o l'estiu, necessitaven urgentment la nostra revisió i posada a punt. Davant d'aquesta necessitat i urgència dels nostres clients, vam pensar una solució: si organitzàvem amb antelació totes aquestes visites de manteniment d'equips, garantíem que les calderes, aerotèrmies i aires condicionats estiguessin a punt per a la temporada, alhora que evitàvem avaries inesperades i molt més costoses de reparar. I just així, del fet d'escoltar, va néixer **ClimaProtec**.

ClimaProtec és la branca especialitzada en llars i negocis de l'empresa IMAR. A IMAR, Instal·lacions i Manteniments Arbúcies, tal com les seves sigles indiquen, ens dediquem a les instal·lacions i al manteniment d'instal·lacions, des de la revisió d'una aerotèrmia a la instal·lació de panells solars, passant per la posada a punt d'una caldera i calefacció de gasoil o biomassa. Fa més de 30 anys que ens hi dediquem, i l'experiència és un grau quan pensem en els nostres clients. De fet, no és el mateix pensar en la climatització d'una biblioteca o d'un poliesportiu que fer la instal·lació d'un aire condicionat en un pis de 60 metres quadrats.

Quan parleu de manteniment, reparacions i energia, quins serveis oferiu concretament als vostres clients?



Resumint, a **ClimaProtec** ens dediquem a les instal·lacions, al manteniment i les reparacions d'equips de climatització i instal·lacions, i a l'energia amb la col·laboració oficial amb Iberdrola.
Pel que fa als manteniments anuals per a llars, oferim dos tipus de plans, el BASIC i el PLUS 24. En ambdós plans, ens encarreguem nosaltres de trucar als nostres clients i donar-los cita de manteniment en el moment precís perquè la temporada no se'ls tiri a sobre i prevenir avaries inesperades. També comptem amb un telèfon d'atenció al client 24 hores els 365 dies de l'any. I ja específicament en el pla PLUS 24 també ens fem càrrec de la primera avaria sense despeses extres i el pla contempla 50 € en concepte de material, a banda de la possibilitat del servei de reparació urgent 24 hores. Per altra banda, els plans de manteniment PLUS 24 residencials també incorporen el pla de manteniment Llum i Aigua BASIC, de manera que quan anem a fer la visita de manteniment, també fem la revisió de les instal·lacions elèctriques i de llauneria. És una manera de saber que les instal·lacions estan sempre a punt.

Quin tipus de clients confien en vosaltres? Treballeu amb particulars, empreses, comerços o comunitats de propietaris?
També tenim els plans de manteniment EMPRESA per a negocis amb dues modalitats, BASIC i 365. En ambdues, fem la visita de manteniment de les instal·lacions segons la normativa legal i la seva certificació, i l'acompanyament en les visites d'inspecció de l'ECA, de manera que si hi ha qualsevol dubte o qüestió tècnica, donem resposta al moment. Els plans EMPRESA són plans fets a mida, ja que no és el mateix una perruqueria o una botiga petita que una casa rural de 10 habitacions. Donem la possibilitat que cada empresa triï què és el que més l'interessa. Per exemple, tenim una clienta que ens ha demanat tenir el servei d'urgències 24 hores i 5 avaries incloses en el seu pla de manteniment.
Pel que fa a les comunitats de propietaris, també treballem fent els manteniments de les climatitzacions centralitzades en alguns casos, o encarregant-nos de cada un dels habitatges de manera independent, amb la gestió de l'administrador de finques. També ens demanen instal·lacions o remodelacions que tenen com a objectiu les millores de tota la comunitat i la bona convivència entre veïns.

Si una persona té una avaria a casa, un problema amb la calefacció o necessita instal·lar un sistema de climatització, com la podeu ajudar?
Si una persona té una avaria en la seva calefacció, per exemple, i és clienta **ClimaProtec**, ha de trucar al telèfon d'atenció 24 hores, on li agafaran nota i des de l'oficina tècnica li agendarem una visita per dur a terme la reparació. A més, com que ja sabem per endavant quin equip té, portem peces de recanvi per estalviar temps i costos innecessaris.
En el cas que la persona que té una avaria i no tingui el pla de manteniment amb **ClimaProtec**, també pot trucar al telèfon d'atenció 24 hores, on li agafaran la nota i des de l'oficina tècnica contactaran per saber què necessita i quina és l'avaria a reparar. No obstant això, cal tenir en compte que sempre prioritzarem les reparacions i manteniments d'aquells que tenen un pla de manteniment **ClimaProtec**. És una qüestió de compromís.



Un dels aspectes que destaqueu és l'atenció les 24 hores. Com funciona aquest servei i quines urgències acostumeu a atendre?
Pel que fa a les urgències més freqüents, ens trobem especialment calderes que no s'engeguen o aires condicionats que no refreden, i això normalment passa els dies més freds i els dies més calorosos de l'any. Però també hem detectat que hi ha moltes menys avaries quan hi ha hagut una visita de manteniment prèvia, ja que l'objectiu és deixar a punt l'equip per a la temporada i no tenir sorpreses. També, en aquestes visites de manteniment detectem si a l'equip li queda poc temps de vida, per exemple, o si ja ha arribat a un punt en què les avaries són tan continuades que cal pensar en fer una renovació. A tots els nostres clients, els oferim un 5 % de descompte en les noves instal·lacions. Som conscients que fer la renovació d'una caldera, per exemple, suposa una despesa considerable. És per això que també oferim fins a 5 anys de finançament. De vegades, posant en una balança les despeses en reparacions, més la despesa en combustible, ja que les calderes velles, per norma, consumeixen molt més que les noves, és recomanable fer el canvi. No obstant això, també ens hem trobat en situacions en què el client ha volgut fer un canvi i no ho hem vist viable; per tant, li hem recomanat que no faci la inversió.

L'eficiència energètica i l'estalvi són cada vegada més importants. Quines solucions oferiu per ajudar els clients a reduir el consum i la factura energètica?
Actualment, el que més ens sol·liciten és aconseguir la màxima optimització i independència energètica possible juntament amb la millor climatització i confort. Per exemple, en habitatges de nova construcció o renovacions, ens demanen la instal·lació de climatització per aerotèrmia per conductes i terra radiant o radiadors, i millorar l'eficiència energètica si es complementa amb panells solars.
Una altra opció interessant és passar de la caldera de combustibles fòssils a l'aerotèrmia, tenint en compte que l'aerotèrmia fa fred i calor, de manera que si es contempla la possibilitat de posar splits o conductes, pot ser una molt bona opció i una bona inversió.
A més, també ens encarreguem de la gestió dels certificats d'estalvi energètic, més coneguts com a CAE (Certificado de Ahorro Energético). El CAE és una compensació econòmica que reconeix l'estalvi d'energia mitjançant les actuacions d'eficiència energètica, com la instal·lació de panells solars, o el canvi d'una caldera de gasoil per una d'aerotèrmia, per exemple. El CAE millora la rendibilitat econòmica de les instal·lacions i redueix el temps d'amortització de la inversió.

Al vostre anunci apareix també IMAR i destaqueu la col·laboració oficial amb Iberdrola. Quina relació hi ha entre aquestes marques i què representa aquesta col·laboració per als clients?
I lligat a les instal·lacions, ens trobem amb l'energia, que era i és un pas lògic quan parlem d'instal·lacions. Fa gairebé 15 anys que comptem amb oficines pròpies per a la comercialització de llum i gas. Una vegada més, vam detectar la necessitat dels nostres clients de mantenir l'eficiència i l'equilibri entre la instal·lació i el pagament de la factura del subministrament. És una forma més d'oferir un punt d'atenció cara a cara, uns punts que, des de l'arribada d'internet als nostres telèfons mòbils, s'estan perdent.

De fet, un dels nostres objectius com a empresa és aconseguir que els nostres clients tinguin la millor eficiència en les seves instal·lacions, i això també recau directament en la factura dels subministraments.
Com a col·laboradors oficials d'Iberdrola, comptem amb oficines fixes i punts mòbils, així que fàcilment ens podeu trobar a Roses, Blanes, Sant Celoni, Arbúcies i Breda. El que fem, primer de tot, és demanar una factura de subministraments d'energia, llum o gas, i fer la comparació de la tarifa. Si ens adonem que està pagant de més o que podem fer una millora, ho fem saber als nostres clients. A més, a les mateixes oficines, podem consultar tant els seus contractes de manteniment **ClimaProtec** com l'estat de les seves factures de la llum i del gas.
Un servei que ens agrada oferir, i en què hi creiem molt, és la figura de la gestora personal. La seva tasca és atendre de manera individualitzada cada client. Per exemple, ens trobem amb clients que no tenen temps de fer algun tràmit respecte a l'energia, la seva gestora personal se'n fa càrrec per tal de facilitar al màxim el temps de les gestions o procediments que de vegades es fan feixucs.
Aquesta atenció personalitzada també la duem a terme amb negocis i professionals. Pel que fa als negocis, ens fem càrrec dels tràmits que treuen molt i molt de temps, i pel que fa als professionals, és ben curiós, perquè treballem també amb molts instal·ladors autònoms que no treballen per **ClimaProtec** però que es dediquen justament al mateix que nosaltres. Ens encarreguem de fer les altes de subministraments i tràmits que els solen prendre el temps i la paciència.

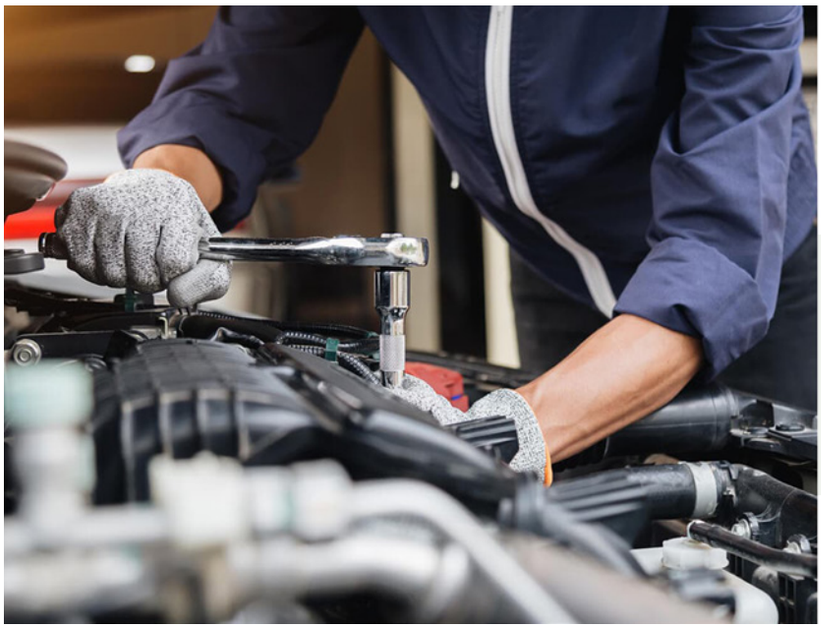
Teniu presència en diferents poblacions de Girona, com Arbúcies, Blanes, Roses, Breda i Sant Celoni. Quin territori cobriu i com organitzeu el servei per estar a prop dels clients?

Pel que fa a la nostra àrea d'actuació, tenim una frase que ens agrada molt dir "del mar a la muntanya, gaudint de la tramuntana", i és que els nostres orígens són a Arbúcies, al bell mig del massís del Montseny, però gràcies a les bones connexions per carretera, treballem a Osona, a parts del Ripollès i del Vallès Oriental i Occidental. També tenim presència a Blanes, amb una oficina ClimaProtec en col·laboració amb Iberdrola, fent que el Maresme i el Baix Empordà siguin zones d'actuació. Finalment, la nostra oficina a Roses dona cabuda a l'Alt Empordà, el Gironès, a tocar de la nostra comarca mare, la Selva, i indrets del Pla de l'Estany.

En un sector amb tanta competència, què diferencia Climaprotec d'altres empreses de manteniment, reparacions i instal·lacions?
I si ens pregunten què té de diferent **ClimaProtec** respecte a altres empreses d'instal·lacions i manteniments, direm que és el compromís amb els nostres clients. Som conscients que el món de les instal·lacions té molta competència, però això no sempre ha de ser dolent. Sabem que els nostres clients valoren la feina ben feta, els equips de qualitat i el fet de tenir oficines a l'abast on se'ls atendrà. Els manteniments són bàsics per garantir la prolongació en el temps dels equips de climatització, i més ara que ve l'hivern i sabem que el fred ens agafa de sobte d'un dia per l'altre.

Per acabar, quin missatge donaríeu a una persona que encara no coneix Climaprotec i que pot necessitar algun dels vostres serveis?
Del que es tracta és donar tranquil·litat i bon servei als nostres clients, garantint un servei òptim i prioritari. De fet, ens truquen sovint per fer reparacions o manteniments, però la nostra prioritat són les reparacions i manteniments de llars i negocis que tenen un pla de manteniment **ClimaProtec**.





TALLER MECÀNIC
R-DOS-SPORT

El nostre taller està format per un equip de professionals de la mecànica, amb una formació constant i amb l'objectiu d'oferir-li al client els resultats esperats en tot el relacionat amb el manteniment i reparació del seu cotxe.
Les instal·lacions estan dotades de maquinària d'última generació.

C/ Ricard Giralt 1, Figueres
Tel +34 972 675 900
www.tallermecanicrdossport.com

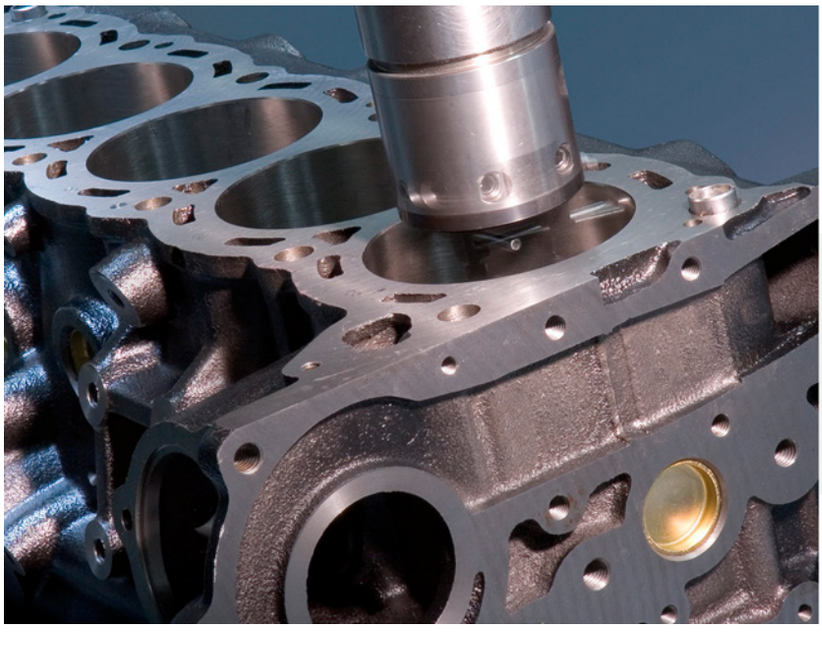
bertucars
COMPRAVENDA I TALLER MULTIMARCA



TALLER MULTIMARCA
BERTUCARS

Taller mecànic especialitzat en manteniment, reparació, electricitat, diagnosi, climatització, pre-ITV, detailing i compravenda de vehicles. Treballa amb diferents proveïdors per oferir solucions adaptades a cada client. Destaca per un servei ràpid, professional i de qualitat, per garantir el millor servei.

C/ de Les Hortes, 19 Figueres
Tel +34 972 504 164 - 696 750 984
info@bertucars.com



RECTIFICADORA
TÈCNICA

Especialistes en el rectificat de motors. La nostra plantilla de tècnics està especialitzada en la reparació integral de tot tipus de motors. Turismes, camions, maquinària pesada, embarcacions de pesca i d'esbarjo, compressors, grups electrògens. Venda de recanvis i accessoris per a vehicles americans.

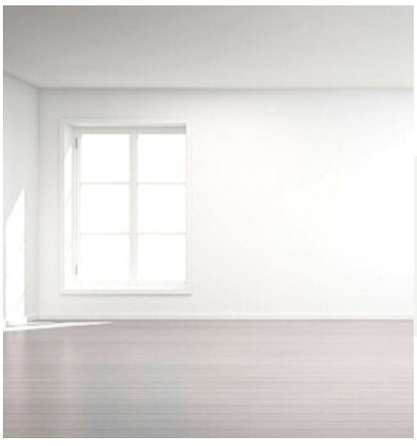
C. Castelló 74, Vila-sacra
Tel +34 972 671 515
www.retecsl.com



EXCAVACIONS
JOSEP NEGRE

Excavacions i manteniment.
Tot tipus de moviments de terres i enderrocs.

Barri de Valleta · LLançà
Tel · 685 868 229
excjosepnegre@hotmail.com



PINTURES
LLANÇÀ

Tenim una àmplia experiència en el sector. Disposem dels millors materials.

C/ Besalú, 3 Llançà
Tel · 660 011 594 Lluís
Tel · 618 143 476 Josep
pinturesllanca@hotmail.com



CLÍNICA DEL
PNEUMÀTIC

Canvi de pneumàtics rapidesa, atenció personalitzada. Disposem d'una gran varietat de models.

C/ Hortes, 29
17600 Figueres
Tel · 972 502 953



AUTOGRUAS
NADAL

Taller mecánico, flota de asistencia en carretera, desguace vehículos de ocasión.

Ctra NII, 6 La Jonquera
Tel +34 972 554 647
www.grupoautogruasnadal.com



CLUB NÀUTIC
LLANÇÀ

Una situació immillorable, 490 amarradors per a embarcacions fins a 18 m. d'eslora.

Port de Llançà, s/n
17490 · Llançà
Tel +34 972 380 710



PLANXISTERIA
ELS TERRERS

Disposem de tot el necessari per al tractament de la carrosseria del seu vehicle

C/Fortià, 4
Castelló d'Empúries
Tel +34 972 250 354



CADENA MASTER
FIGUERES

Continuem amb el tracte personal oferint el millor servei, per la teva compra d'electrodomèstics.

C/ Méndez Núñez,14
17600 Figueres
Tel · 972 507 731
Tel · 618 378 658



ELECTRÒNICA
MARÍ

Venda i reparació d'equips informàtics. Tot el necessari per la teva llar I negoci. Material i programes.

C/ Sant Llàtzer, 35
17600 Figueres
Tel · 972 50 29 12
www.electronicamari.com

La humitat puja per les seves parets?

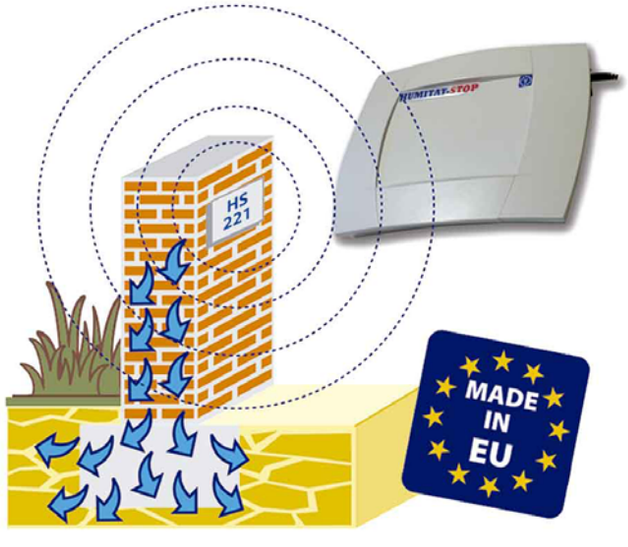
Salta la pintura de les parets i apareixen trencs?



NOVA SOLUCIÓ ELECTRO-FÍSICA

HUMITAT-STOP

Elimina les humitats "SENSE OBRES"



TRUQUI'NS i li farem un diagnòstic **GRATUÏT** del seu problema d'humitat!

T. 678 323 939

Ni una gota més!
HUMITAT-STOP
www.niunagotames.com

Antoni Pagès: Distribuïdor Oficial província de Girona
C/ Les Feixes, 6. 17753 Espolla Tel · 972 563 418 Mòbil · 678 323 939
info@niunagotames.com | **www.niunagotames.com**



MERITXELL NEDDERMANN

EMPORDÀ A ESCENA

TEATRE · MÚSICA · DANSA

PROGRAMACIÓ CULTURAL

Es poden incloure actes fins el dia 22 enviant-los a: **miram@miramdigital.com**



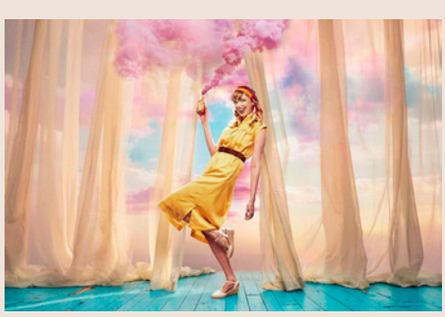
Diumenge, 1 de novembre, a les 12.00 h
OPTIMIST: "Pots"
A càrrec de Tanaka Teatre
Teatre Municipal de Roses

Teatre · L'Alícia és una periodista ambiciosa que pensa en arribar lluny. Però un fet inesperat la durà a ficar-se en un món màgic on la realitat es confon amb la memòria i els records prenen forma. Un viatge oníric que convida a mirar amb ulls nous.



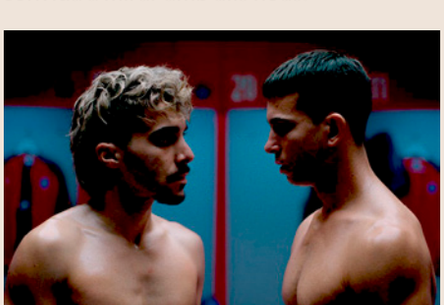
1, 6, 7, 13 i 14 de novembre
a hores diferents
HURACÀ
Cercle Sport Figuerenc

Teatre · Una de les obres més emblemàtiques i polèmiques de l'escriptora Carme Montoriol, autora teatral, poeta, novel·lista, traductora de Shakespeare, concertista de piano, conferenciant, promotora d'activitats culturals i destacada feminista.



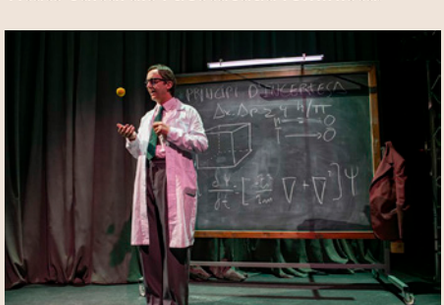
Diumenge, 1 de novembre, a les 18.00 h
L'ELISIR D'AMORE
De Gaetano Donizetti
Teatre Municipal el Jardí de Figueres

Òpera · Una autèntica obra mestra del gènere còmic, una història d'amor transparent i sincer, una comèdia sobre l'amor, la ingenuïtat i l'engany que combina humor, sensibilitat i melodies irresistibles, com la celebrada ària «Una furtiva lagrima».



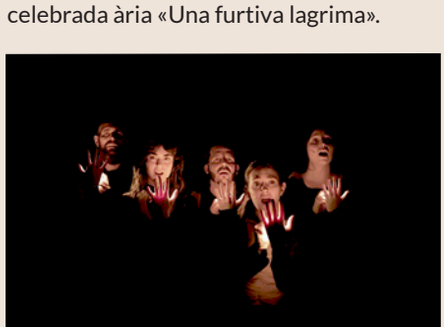
Dimecres, 4 de novembre, a les 20.30 h
MASCULINITAT(S) A LA PANTALLA
Sessió de curtmetratges
Sala La Cate de Figueres

Taller · La masculinitat s'ha convertit en una agenda de debat important, sobretot per les crítiques als models de masculinitat normativa que han desenvolupat en diferents llocs del món els moviments feministes o els moviments pels drets civils.



Divendres, 6 de novembre, a les 20.00 h
L'ÚLTIM ÀTOM
Dirigida per Jordi Oriol
Teatre Municipal el Jardí de Figueres

Teatre · Una tragicomèdia apocalíptica, una obra que enfronta dues visions del món, amb una gran incertesa fent jugar la ciència i el llenguatge, i, de retruc, explora la necessitat que té l'ésser humà de crear ficcions per fugir de la realitat.



Dissabte, 7 de novembre, a les 10.00 h
TALLER DE CANT I ESCOLTA COL·LECTIVA
Amb Elena Tarrats
Teatre Municipal el Jardí de Figueres

Taller · Una aproximació pràctica a la veu com a eina de relació, escolta i construcció col·lectiva. A partir de materials senzills i amables, s'hi treballan aspectes com la respiració, la ressonància, i la consciència del cos en l'acte de cantar.

MERITXELL NEDDERMANN La Cate de Figueres



Dissabte, 7 de novembre, a les 18.00 h
EL MUNTAPLATS
Una producció de Teatrebrik
Teatre Municipal de Roses

Teatre · Dues dones esperen instruccions per a una feina que no acaba d'arribar. Tot sembla aturat i inofensiu. Entre converses aparentment trivials i mirades carregades de sospita, l'atmosfera es va enrarint fins a esdevenir gairebé irrespirable.



Diumenge, 8 de novembre, a les 18.00 h
LA TEMPESTA
Zero en Conducta
Sala La Cate de Figueres

Teatre · Un conte i una odissea de barri en què els oracles i els herois són veïns i veïnes, i les batalles que afronten es diuen «el dia a dia. Hi ha llàgrimes que són la gota que fa vessar el got, i que tard o d'hora han de sortir per algun lloc.



Dimarts, 10 de novembre, a les 20.00 h
CARMEN
Òpera en directe
Sala La Cate de Figueres

Música · Sota la calor del sol espanyol, la lliure i indòmita Carmen capta l'atenció de Don José. Tot i advertir-lo que no s'enamori d'ella, la passió del jove soldat es converteix en una obsessió sense límits que desencadenarà un drama de violència.



Divendres, 13 de novembre, a les 20.00 h
TENDRAMENT
De Judit Colomer i Pau Vinyals
Sala La Cate de Figueres

Teatre · Els intèrprets d'aquesta història, estan cansats de caure, una vegada i una altra, en el que s'espera d'ells: un pis, una feina, un amor, un gos, un fill. Així que aposten per l'amor, el desig i el plaer per fugir d'una llar confortable.



Dissabte, 14 de novembre, a les 11.00 h
BIBLIONADONS
A càrrec de Laura Nogueras.
Biblioteca Jaume Vicens Vives de Roses

Familiar · Una activitat d'animació a la lectura, contes, música i sensorialitat. En aquesta sessió, les històries ens faran gaudir d'una estona en família on tindrem moments de joc i diversió, d'aprenentatge i descoberta, i també de calma i vincle.



14 i 15 de novembre, a les 10.00 h
TEATRALITZAR LA TROBADA
Amb Judit Colomer i Pau Vinyals
Sala La Cate de Figueres

Taller · Després de formar part de diferents equips artístics en peces de creació, per a Pau Vinyals i Judit Colomer *Tendrament* suposa un punt d'inflexió en la seva trobada com a artistes. Ara, reflexionen sobre el procés de creació de l'obra.



Diumenge, 15 de novembre, a les 11.30 h
Circoland
Cia. La Sola
Sala La Cate de Figueres

Familiar · Els Germans Boom homes bala, equilibristes, funambulistes i impacients per estrenar un canó, organitzen una funció sense presentador. Amb l'ajut de la tieta Lena i companys de Circ poc preparats, la funció estarà plena d'entrebancs.



Diumenge, 15 de novembre, a les 17.00 h
PRÈVIA DE 'WE. NOSALTRES I ELS TEMPS'
Activitat Mercat de les Flors en Gira
Teatre Municipal el Jardí de Figueres

Taller · A fi d'estar més informats del que passa a dalt de l'escenari, proposem una cita prèvia una hora abans de l'espectacle. Aquest és un dels programes clàssics del Mercat de les Flors per acompanyar l'espectador abans d'entrar a la sala.



Diumenge, 15 de novembre, a les 18.00 h
EL TRENCANOUS
L'International Ballet Company
Teatre Municipal de Roses

Ballet · Quan tota la família dorm, la Clara i el seu Príncep Trencanous, després de vèncer l'exèrcit del Rei dels Ratolins, viatgen per llunyanes terres, gaudeixen amb màgics flocs de neu i joguines de diferents països que ballen per a ells.

EL REI DE LA RAJOLA

TOT PER LA TEVA

REFORMA

Dóna vida als teus espais

RAJOLES
Varietat d'estils i acabats.

GRES
Acabats rústics i naturals.

BANY
Mobiliari, sanitaris i complements

BBQ D'OBRA
Barbacoes d'obra fetes a mida.

PEDRA NATURAL
Elegància i caràcter en cada espai.



El material ideal per a cada projecte

QUALITAT GARANTIDA

ENTREGUES ÀGILS

ASSESSORAMENT PERSONALITZAT

VISÍTA'NS

BIURE
Ctra. N-II km 766
+34 972 52 93 32

MEDINYÀ
Ctra. N-II km 726
+34 972 49 83 12

PALAFOLLS
Ctra. N-II km 680
+34 937 64 71 68



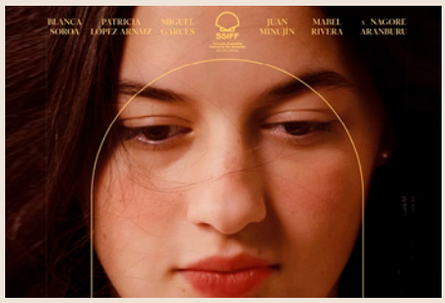
Diumenge, 15 de novembre, a les 18.00 h
MULAR (O LA GRAN CAPTURA)
Cinc Cèntims Teatre
Sala La Cate de Figueres

Teatre · Dues amigues que viuen en un poble de la costa surten una nit a veure el mar. No s'imaginen que aquesta escapada les portarà a descobrir una criatura insòlita. Quan el Sereno també ho descobreix, dona el crit d'alerta per capturar-la.



Diumenge, 15 de novembre, a les 18.00 h
36+1
Ricard Creus i Maria Pla
Casa de Cultura de Llançà

Teatre · Relat de la vida quotidiana durant la Guerra Civil, el testimoni vital de les conseqüències de la repressió i de la dictadura sobre una generació i el reconeixement de la lluita silenciosa que va portar a la recuperació de les llibertats.



Dimecres, 18 de novembre, a les 18.00 h
LOS DOMINGOS
D'Alauda Ruiz de Azúa
Sala La Cate de Figueres

Cinema · Una jove de 17 anys, ha de decidir quina carrera universitària vol estudiar. I això és el que la seva família espera que faci. Però, la jove diu que se sent cada vegada més a prop de Déu i que es planteja la vida de monja de clausura.



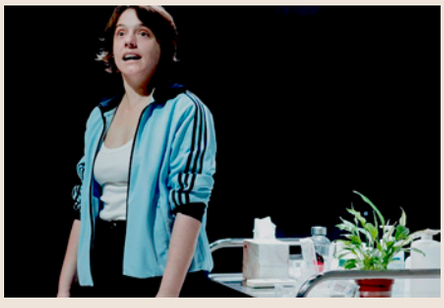
Dijous, 19 de novembre, a les 18.00 h
Pavarotti 90th
The Grand Tribute
Sala La Cate de Figueres

Música · Concert homenatge dedicat a la figura del llegendari tenor Luciano Pavarotti en el 90è aniversari del seu naixement. Enregistrat a l'emblemàtica Arena di Verona, aquest espectacle reuneix algunes de les grans veus de la música clàssica.



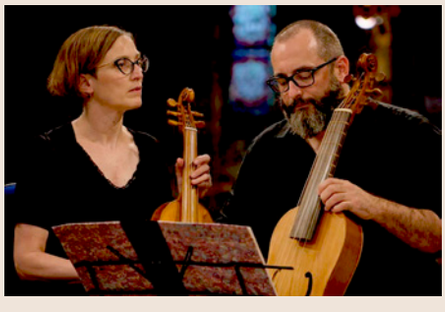
Dijous, 19 de novembre, a les 19.00 h
FESTIVAL BAIDEFEST
Festival de curts fantàstics i de terror
Teatre Municipal de Roses

Cinema · El festival internacional terriblement divertit de curts de l'Empordà celebra la novena edició, on el terror, la fantasia i l'esbarjo omple la pantalla del teatre, amb la projecció de més de 70 curts, 1 documental, 3 pel·lícules, i molt més.



Divendres, 20 de novembre, a les 20.00 h
PERMAGEL
Dirigida per Victoria Szpunberg
Teatre Municipal el Jardí de Figueres

Teatre · El vertigen de desaparèixer. Una dona lesbiana suïcida s'endinsa en un viatge interior on desafia la família, l'amor romàntic i fins i tot la pròpia idea de supervivència. A través de la lectura i el sexe, busca les taules de salvació.



Divendres, 20 de novembre, a les 20.00 h
QUAN FLORIST LA VIOLETE
De Locus Desperatus
Cercle Sport Figuerenc

Música · Un viatge per l'amor en la música de l'edat mitjana, des de l'època dels trobadors catalans fins a l'amor i el desamor més burleta del Trecento italià, amb una parada molt especial a Montpeller. L'amor cortès va alterar la literatura europea.



Dissabte, 21 de novembre, a les 20.00 h
BENVINGUDA A HOLANDA!
Lur Produccions
Sala La Cate de Figueres

Teatre · La protagonista prepara un viatge a Itàlia i està disposada a esforçar-se al màxim perquè tot surti bé, ho té tot a punt. Però què passa quan allò que planeges no és ben bé com esperaves? Un musical sincer i amb el seu punt just d'humor.



Diumenge, 22 de novembre, a les 11.30 h
EL SECRET DE L'ESQUIROL
Cia. La Sal d'Olot
Sala La Cate de Figueres

Familiar · Pel bosc hi corre un esquirol una mica maldestre, però amb un cor immens i moltes ganes d'ajudar tothom. Ben a prop viuen unes oques esbojarrades que tenen un gran desig: poder tenir pollets. Però al bosc no tot és tan fàcil com sembla.



DES DE **199€**/MES*

CON SEGURO DE CRÉDITO. ENTRADA: 5.900€. ÚLTIMA CUOTA: 25.757,75€.

* Oferta financera de 36 mesos i 30.000 km. **Nuevo Compass Altitude e-Hybrid amb preu si es finança de 31.325,09€** a la Península i les Balears per als clients particulars que financin com a mínim a 36 mesos a través d'Stellantis Financial Services España, EFC, S.A. Inclosos els impostos, el transport, els descomptes. Subjecte a aprovació financera. **Entrada: 5.900,00€. Mensualitat de199€, que es componen d'una quota financera per a una durada de 34 mesos de 175,16€€ i d'una assegurança de crèdit de23,84€ al mes. Última quota: 25.757,75€. Capital finançat amb comissió d'obertura: 26.429,38€. Comissió d'obertura (3,95 %): 1.004,29€. Interessos: 5.458,97€. Cost total del crèdit: 6.463,26€. Import total degut: 31.888,35€. Preu total a terminis: 37.788,35€. TIN: 6,99%. TAE: 8,79%** Sistema d'amortització francès. Al final del contracte pot triar entre lliurar el vehicle o abonar o refinançar l'última quota. Oferta vàlida fins al 30/06/2026. **Preu al comptat: 32.625,09€.** El model visualitzat pot no coincidir amb el model ofert. Assegurança de crèdit opcional (23,84€) inclosa a la mensualitat i no al capital finançat, subscrita amb Stellantis Life Insurance Europe Limited, amb el núm. de registre C68966 i amb domicili social a MIB Housse, 53 Abate Rigord Street, Ta' Xbiex, XBX1122 Malta, com a companyia d'assegurances, i amb la intermediació d'Stellantis Financial Services España, EFC, SA, agent d'assegurances vinculat inscrit a la Direcció General d'Assegurances i Fons de Pensions amb la clau AJ-171, amb assegurança de responsabilitat civil contractada. Subjecta a les normes de subscripció de l'asseguradora. Consulteu les condicions a **www.jeep.es**

Jeep®
THERE'S ONLY ONE

www.jeep.com

Ctra. N-II, Pol. Ind. SANTA LLOGAIA D'ÀLGUEMA (FIGUERES)
Tel. 972 50 20 77 - **garatgesala.com** Garatge Sala

Garatge SALA



Diumenge, 22 de novembre, a les 17.00 h
25 CANÇONS QUE ENS FAN SOMIAR
Colla Dolça Tardor
Teatre Municipal el Jardí de Figueres

Música · El somni és el fil conductor de la funció d'aquest any. Neix al menjador de la Rosa Maria Malé i de la seva filla, la Ita, i que s'ha anat fent realitat al llarg de 25 anys. Va començar amb 9 persones actuant, i ara ja en són més de 30.



Diumenge, 22 de novembre, a les 18.00 h
ARA JO!
Dones Emporderades i Enraona Teatre
Sala La Cate de Figueres

Teatre · L'obra neix de les vivències reals de dones que han patit violència masclista en primera persona. Elles són les que decideixen què s'explica i com i quin és el missatge que ha de quedar. Cada funció és un acte de resistència, de memòria.



Dimecres, 25 de novembre, a les 18.00 h
JEAN VALJEAN
Els miserables. L'origen
Sala La Cate de Figueres

Cinema · Jean Valjean surt del presidi després de 19 anys de condemna i es troba destrossat i rebutjat per tothom. Sense que ningú vulgui acollir-lo, acaba trobant refugi a casa d'un home d'Església, que viu amb la seva germana i la seva serventa.



Divendres, 27 de novembre, a les 20.00 h
ALBA CARETA GROUP
Presentació del nou àlbum '*Panical*'
Sala La Cate de Figueres

Música · *Panical* combina composicions pròpies amb noves versions de la Nova Cançó, reinterpretades amb un llenguatge de jazz actual i personal. Un quart àlbum que confirma l'Alba com una de les intèrprets i compositores de jazz més destacades.



Dissabte, 28 de novembre, a les 10.00 h
COS I IDENTITAT
Amb Àngel Duran
Sala La Cate de Figueres

Taller · Una exploració pràctica de la relació entre cos, identitat i construcció social a través del moviment i el treball físic. Mitjançant exercicis, s'introduiran conceptes com la responsabilitat, la confiança, la cooperació i la interdependència.



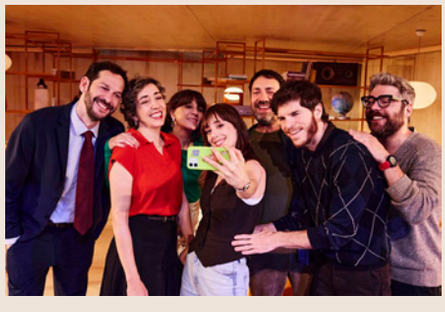
Dissabte, 28 de novembre, a les 17.30 h
FESTIVAL ÒMNIUM DE CINEMA
A càrrec d'Òmnium Cultural
Teatre Municipal de Roses

Cinema · Acte que reconeix i impulsa les millors produccions audiovisuals en català, des de curtmetratges fins a llargmetratges. Ofereix al públic l'oportunitat de descobrir el millor cinema en català de l'any, connectant creadors i espectadors.



Dissabte, 28 de novembre, a les 21.00 h
MERITXELL NEDDERMANN
En directe
Sala La Cate de Figueres

Música · Pianista, compositora i cantant, a la seva música, els sons del piano clàssic es fusionen de manera natural amb el jazz, el pop, el soul i l'electrònica. Una proposta única en un concert ple d'atmosfera, emotivitat, harmonia i virtuosisme.



Diumenge, 29 de novembre, a les 18.00 h
PERFECTES DESCONEGUTS
Dirigida per David Selvas
Teatre Municipal el Jardí de Figueres

Teatre · En un sopar, quatre parelles que es coneixen de tota la vida juguen a llegir en veu alta els missatges i les trucades dels seus mòbils. Entre tensions, equívocs i revelacions inesperades, tots se situen al límit entre l'humor i el conflicte.



Diumenge, 29 de novembre, a les 18.00 h
HEROÏNES DEL CINEMA
Fundació Roses Contra el Càncer
Teatre Municipal de Roses

Música · Un espectacle vibrant que connecta directament amb el públic a través de les bandes sonores més estimades del cinema. El concert posa el focus en personatges femenins icònics i en històries que han deixat empremta. Una proposta dinàmica.

Bona cuina
Bons moments
Sempre amb tu

GRAN CAFÉ
EMPURIABRAVA

Terrassa
Vistes
Bon servei

GRUPS Menú

45€ PER PERSONA

PICA-PICA
Pernil ibèric
Cloïses al vi blanc
Musclos a la marinera
Calamars a la romana
Patates braves
Crep de salmó

CARNS
Entrecot de vedella
Espatlla de xai
Costelles de porc

PEIXOS
Tonyina
Calamars a la planxa
Rap a la marinera

Filet de vedella 5 € +
Lluç a la planxa 5 €
Aquests plats tenen un suplement de 5 €.

Si voleu paella o fideuà també pot ser

VINS
Aigües i cafès

POSTRES
Tiramisú
Sorbet de llimona
Flam casolà
Crema catalana

GRAN CAFÉ EMPURIABRAVA

Pica Pica

35€ PER PERSONA

- Patates braves
- Gambes a la planxa
- Croquetes casolanes
- Pinxitos de tomàquet i mozzarella
- Calamars a la romana
- Musclos a la marinera
- Cloïses al vi blanc
- Navalles a la planxa

A ESCOLLIR

Carn
Entrecot de vedella
Filet de de porc
Magret d'ànec

Peix
Tonyina a la planxa
Salmó a la planxa
Calamars a la planxa

Menú per a Grups

35€ PER PERSONA

Ideal per a dinars i sopars de grup
Amics · Empreses · Celebracions · Esdeveniments

Vins | Cafès | Aigua | Refrescos

Tot inclòs!

Postres
Tiramisú · Sorbet de llimona · Flam casolà · Crema catalana

GRAN CAFÉ EMPURIABRAVA

CAP D'ANY

RESERVES 972 451 279

APERITIU
GAMBES, PERNIL IBÈRIC,
CALAMARS A LA ROMANA, ANXOVES
RICARD, MARTINI, SANGRIA

PLATS
CREP DE MARISC
LLUÇ EN PAPILLOTE
FILET DE VEDELLA

POSTRES
PINYA ESPECIAL
AMB CREMA CATALANA
VINS, CAVA, AIGUA, CAFÈ,
RAÏM DE LA SORT I COTILLÓ

130 €

DISCO 24H - 4H

DJ MÚSICA 80S / 90S

GRAN CAFÉ · C/ ALBERES, 17 · EMPURIABRAVA · WWW.GRANCAFEEMPURIABRAVA.COM



Entrevista a Míriam Lanero

LA JONQUERA ENCARA NOUS REPTES

L'alcaldessa de la Jonquera repassa la gestió municipal, els projectes pendents i els reptes del futur

A les portes del darrer tram del mandat 2023-2027, l'alcaldessa de la Jonquera fa balanç de la gestió municipal i dels principals reptes que afronta el municipi. La seguretat, la convivència, la dinamització comercial i la millora dels serveis públics han centrat bona part de l'acció de govern en una legislatura marcada també per la necessitat de buscar acords. En aquesta entrevista a Mira'm, l'alcaldessa repassa els projectes executats, les actuacions que encara queden pendents i les dificultats de governar un municipi amb una realitat fronterera tan particular. També reflexiona sobre el futur de la Jonquera, les oportunitats per als joves, la revitalització del centre i els reptes polítics davant les eleccions municipals del 2027.

El 2023 vas assumir l'alcaldia de la Jonquera. Ara que ens acostem al final del mandat, quin balanç fas d'aquests quatre anys?
En faig un balanç positiu, però també amb la consciència que governar la Jonquera és gestionar una realitat molt exigent. Quan vaig assumir l'alcaldia volia donar un nou impuls al municipi, especialment en àmbits com la seguretat, el comerç, la neteja, el civisme i l'atenció a les persones. Durant aquests anys hem avançat en tots aquests fronts, alguns amb resultats molt visibles i d'altres amb una feina menys visible però igualment necessària.

També ha estat un mandat d'aprenentatge. Hem hagut de gestionar un Ajuntament sense majoria absoluta, amb cinc regidors de govern d'un total d'onze, i això obliga a dialogar, buscar acords i assumir que els processos a vegades són més lents del que voldríem. Però crec que hem mantingut un rumb clar: posar les persones al centre, reforçar els serveis públics i treballar perquè la Jonquera sigui un poble més segur, cuidat i amb oportunitats.

Quins consideres que són els tres projectes o actuacions més importants que s'han dut a terme durant aquest mandat?
Em costaria reduir-ho només a tres, però destacaria, en primer lloc, tot el reforç de la seguretat. La posada en funcionament de la nova comissaria dels Mossos d'Esquadra ha estat una fita importantíssima, després de molts anys de feina de l'Ajuntament. També hem continuat reforçant la Policia Local i la coordinació entre cossos policials.
En segon lloc, destacaria l'impuls econòmic i comercial, especialment el projecte de l'APEU El Portús Shopping Village. És un projecte pioner que neix de la col·laboració entre l'Ajuntament i el teixit comercial i que ha de permetre modernitzar, dinamitzar i millorar la projecció del Portús.
I, en tercer lloc, posaria tot el treball sobre l'espai públic i els serveis quotidians: el desplegament del nou model de



neteja i recollida de residus, les actuacions de manteniment, les millores en equipaments i l'esforç continuat per tenir una Jonquera més endreçada i agradable.

Dels objectius que us vau marcar el 2023, quins consideres que s'han pogut complir i quins encara estan pendents?
El 2023 parlàvem sobretot de seguretat, comerç, civisme, neteja i atenció a les persones. En tots aquests àmbits s'ha avançat. En neteja i residus hem desplegat un nou model amb més freqüències, nous contenidors, nova maquinària, recollides específiques i més hores de neteja viària. En seguretat tenim la nova comissaria dels Mossos, hem reforçat la Policia Local i hem intensificat els dispositius conjunts. En comerç hem treballat tant al centre de la vila com al Portús, amb mesures de dinamització comercial, actuacions als locals buits i, sobretot, amb l'APEU.
També hem reforçat polítiques educatives i socials, amb el Pla Educatiu d'Entorn, el suport als centres i entitats i l'ampliació de serveis com la Llar d'Infants.
Ara bé, hi ha objectius que no es poden considerar mai acabats. La seguretat, la convivència, la neteja, la revitalització del centre o les oportunitats per als joves requereixen continuïtat.

Hi ha algun projecte que volíeu tenir acabat abans del final del mandat i que finalment no haurà estat possible completar?
Hi ha projectes que probablement arribaran al final del mandat iniciats o encaminats, però no completament desenvolupats. En un Ajuntament hi ha actuacions que necessiten anys perquè impliquen planejament, projectes tècnics, subvencions, licitacions o coordinació amb altres administracions. Un dels exemples més importants és el projecte de Prat de Malagrava i Sant Pere Pla de l'Arca. És una actuació de gran abast que volem deixar en marxa, però que previsiblement no estarà completament finalitzada abans d'acabar el mandat. En aquest cas, els processos de licitació han requerit més temps del previst, incloent-hi procediments que han quedat deserts, i això ha obligat a reajustar els terminis. D'aquest projecte, ja hem pogut licitar i adjudicar la renovació de la xarxa d'aigua dels dos carrers per tal de poder obtenir una subvenció de l'Agència Catalana de l'Aigua.

Per què no s'haurà pogut acabar? Ha estat per una qüestió de finançament, tramitació administrativa, dependència d'altres administracions, temps o per altres motius?
Cada projecte té la seva realitat. Sovint no és una única



causa. L'administració té uns procediments i unes garanties que s'han de respectar: redacció de projectes, informes, licitacions, disponibilitat pressupostària, subvencions o autoritzacions d'altres administracions.
A més, la Jonquera té qüestions que superen clarament les competències municipals. La seguretat fronterera n'és l'exemple més evident. L'Ajuntament hi pot destinar recursos i pressionar perquè s'hi actuï, però necessitem necessàriament la Generalitat i l'Estat.
També tenim actuacions que depenen de subvencions d'altres administracions. Per exemple, hem sol·licitat al Departament d'Educació una subvenció de 80.000 euros per renovar el sistema elèctric de l'escola, que actualment està molt obsolet i necessita una actuació important. En aquest cas, nosaltres podem fer la petició i avançar en la preparació del projecte, però, mentre depenguem de la resolució i dels terminis de l'altra administració, no podem concretar encara quan es podrà executar l'obra.
És el cas també d'algunes de les millores que estem treballant a la zona esportiva. Hi ha projectes que segueixen el seu curs, com la construcció de les pistes de pàdel o la renovació del parquet del pavelló, però en aquests moments no podem garantir que estiguin completament finalitzats abans d'acabar el mandat.

Hi ha algun compromís assumit el 2023 que avui reconeguis que no s'ha pogut desenvolupar com estava previst?
Més que parlar de compromisos abandonats, parlaria d'objectius que necessiten més temps. Quan vam presentar el projecte el 2023 ja dèiem que volíem una població més cohesionada, que els joves trobessin motius per quedar-se a viure a la Jonquera i que el treball conjunt entre administracions, ciutadania i empreses permetés millorar la qualitat de vida. Són objectius de llarg recorregut. Hem posat eines i projectes en marxa, però seria poc realista afirmar que qüestions com la cohesió social, el civisme, l'habitatge o la revitalització comercial queden resoltes en quatre anys.

La Jonquera té una realitat molt particular per la seva condició fronterera i pel pes del comerç i els serveis, també al Portús. Quins han estat els principals reptes que aquesta realitat ha plantejat al govern municipal?
La frontera és una gran oportunitat econòmica, però també genera unes necessitats que un municipi de la nostra



dimensió no tindria en unes altres circumstàncies. Tenim una població resident relativament petita, però suportem una mobilitat, una activitat comercial i un trànsit de persones i vehicles molt superiors. Això afecta la seguretat, la neteja, la mobilitat, l'espai públic i els serveis municipals. I el Portús encara té una singularitat més gran perquè és un espai transfronterer amb una realitat comercial molt específica.

Seguretat i convivència són qüestions especialment sensibles en un municipi fronterer com la Jonquera. Quin balanç fas de la feina feta durant aquest mandat i què continua pendent?
La seguretat ha estat una prioritat des del primer dia. Hem reforçat l'estructura de la Policia Local, hem incorporat agents, hem treballat en la professionalització del cos i, sobretot, hem potenciat molt la coordinació amb Mossos d'Esquadra, Policia Nacional i Guàrdia Civil.
La inauguració de la nova comissaria dels Mossos el juliol del 2024 va representar un abans i un després en els recursos disponibles al territori. També s'han fet macrodispositius conjunts amb desenes d'agents per actuar sobre problemàtiques molt concretes. Però no podem dir que la feina estigui acabada. Continuem tenint problemàtiques derivades de la nostra situació fronterera, del trànsit internacional, del tràfic de drogues, de determinades conductes incíviques i de la sensació d'inseguretat que poden generar. Cal mantenir la pressió i, sobretot, continuar reclamant la implicació de totes les administracions competents.

Més enllà de la frontera i de l'activitat comercial, la Jonquera té un important patrimoni natural, històric i cultural. Què s'ha fet durant aquest mandat per reforçar aquesta altra imatge del municipi?
Aquest és un dels aspectes que més ens interessa reivindicar: la Jonquera és molt més que una frontera o un eix comercial. Tenim l'Albera, Requesens, Panissars, un patrimoni megalític extraordinari, el MUME, Can Laporta i un patrimoni vinculat a la memòria històrica que té una dimensió europea.
Durant aquest mandat hem continuat treballant aquesta línia. S'han formalitzat nous convenis per preservar i fer visitables búnquers i trinxeres, hem continuat potenciant el MUME i la memòria de l'exili i hem impulsat iniciatives que combinen natura, esport i patrimoni, com Gravelera Empordà.
També hem mantingut una programació cultural estable i iniciatives com la Ruta de l'Art. El repte és aconseguir que les persones que travessen la Jonquera també descobreixin la Jonquera.

Quines actuacions s'han fet per millorar el dia a dia dels veïns —espai públic, equipaments, serveis o habitatge— i què consideres que encara falta fer?
Hem treballat molt en aquelles coses que potser no sempre generen grans titulars però que són les que els veïns perceben cada dia: neteja, residus, manteniment de carrers i voreres, espais verds, equipaments educatius i esportius, mobilitat i serveis municipals.
Hem ampliat recursos educatius, consolidat una nova aula a la Llar d'Infants, impulsat el Pla Educatiu d'Entorn, mantingut i millorat equipaments esportius i introduït mesures per facilitar l'aparcament i la mobilitat. També hem treballat per revitalitzar el carrer Major i el centre comercial de la vila. Queda feina, especialment en habitatge, en la millora continuada de l'espai públic i en la revitalització del centre. Són àmbits que necessitaran continuïtat.

Si haguessis de destacar una decisió especialment difícil que has hagut de prendre com a alcaldessa durant aquest mandat, quina seria?
Governar implica prendre decisions que no sempre són populars. Un exemple clar han estat les decisions relacionades amb la taxa de residus. Haver d'incrementar-la no és una decisió agradable, però la normativa obliga els municipis a cobrir el cost real del servei i l'increment del cost del tractament dels residus ens hi ha obligat. Crec que la responsabilitat d'un govern també consisteix a explicar aquestes decisions amb transparència, fins i tot quan sabem que no agradaran.

I mirant-ho amb perspectiva, hi ha alguna cosa que avui faries d'una manera diferent?
Segurament intentaria explicar encara més determinades decisions i processos. Quan ets dins de l'Ajuntament coneixes tota la tramitació que hi ha darrere d'un projecte, però des de fora és comprensible que algú es pregunti per què una actuació triga tant.



Aquests anys m'han reafirmat que no n'hi ha prou amb fer: també cal explicar millor què fem, per què ho fem i per què determinades coses necessiten temps.

Tens intenció de tornar-te a presentar a les eleccions municipals de 2027?
Ara mateix la meva responsabilitat és acabar el mandat i continuar treballant fins a l'últim dia pels compromisos que vam assumir amb els jonquerencs i les jonquerenques. Encara queda mandat i tenim projectes en marxa que requereixen tota la nostra atenció.

Si decideixes presentar-te, per què voldries continuar quatre anys més al capdavant de l'Ajuntament?
Hi ha actuacions que hem iniciat durant aquest mandat que necessitaran continuïtat, però si decidís tornar-me a presentar no seria només per acabar projectes. Seria perquè crec que encara tenim molta feina per fer i moltes oportunitats per continuar millorant la Jonquera, amb un projecte renovat que miri més enllà del 2031 i pensi en el futur del poble.

Quins projectes iniciats durant aquest mandat necessitaran continuar durant el període 2027–2031?
Caldrà continuar treballant en la revitalització comercial del centre de la vila, en la millora de l'espai públic, en els equipaments municipals, en la seguretat i en els projectes de promoció turística vinculats a l'Albera, el patrimoni, la memòria i el turisme actiu. I hi ha una qüestió transversal que haurà de continuar sent prioritària: la coordinació amb altres administracions per donar resposta a les singularitats que comporta ser un municipi fronterer.

Si tornes a ser alcaldessa, quines serien les tres grans prioritats del pròxim mandat?
Sense avançar un programa electoral que encara no existeix, crec que hi ha tres grans reptes que qualsevol projecte de futur per a la Jonquera haurà d'afrontar: la qualitat de vida i la cohesió social; la seguretat i la convivència; i el desenvolupament econòmic i la transformació urbana.
Això significa continuar millorant els serveis i els equipaments, generar oportunitats perquè la gent pugui viure i desenvolupar el seu projecte de vida aquí, reforçar la seguretat i el civisme i, alhora, ajudar el comerç i l'activitat econòmica a adaptar-se als canvis que vindran.

A banda d'acabar els projectes que ja estan en marxa, quins projectes nous consideres que necessita la Jonquera durant els pròxims quatre anys?
Crec que hem de continuar pensant en una Jonquera cada vegada més pensada per a les persones que hi viuen. Això passa per habitatge, espai públic, mobilitat, equipaments i oportunitats per als joves. També hem de continuar transformant el model econòmic. El comerç continuarà sent essencial, però hem de diversificar i aprofitar molt més el nostre potencial natural, cultural, esportiu i turístic. Tenim un territori extraordinari i encara tenim marge perquè aquest patrimoni generi activitat econòmica de qualitat sense perdre la nostra identitat.

Quins són, al teu entendre, els principals problemes que la Jonquera encara té pendents de resoldre?
Sempre hi haurà temes pendents i nous reptes per afrontar. Però crec que tan important com avançar és no baixar la guàrdia en allò que ens ha costat molt aconseguir. La seguretat n'és un exemple clar: avui tenim un nivell de seguretat que ha requerit molta feina i coordinació, i l'hem de mantenir i reforçar, especialment en un municipi fronterer com el nostre, amb una realitat molt diferent a banda i banda de la frontera.

Com t'agradaria que fos la Jonquera l'any 2031? Què hauria de ser diferent respecte d'avui?
M'agradaria una Jonquera encara més segura, cuidada i cohesionada; amb un centre viu, un Portús renovat i competitiu i un comerç capaç d'adaptar-se als nous hàbits de consum. M'agradaria també que els joves trobessin oportunitats per quedar-se aquí, que disposéssim de bons serveis i equipaments i que la Jonquera fos reconeguda cada vegada més per l'Albera, Requesens, Panissars, el MUME, la cultura i el nostre patrimoni. En definitiva, que continuéssim sent un municipi fronterer i comercial, perquè forma part de la nostra identitat, però que aquesta no fos l'única imatge que projectem.

Quan els veïns hagin de valorar aquest mandat 2023–2027, què consideres que haurien de tenir en compte de la feina feta pel teu govern?
M'agradaria que valoressin el conjunt de la feina i no només les grans actuacions. Que tinguessin en compte el reforç de la seguretat, la nova comissaria dels Mossos, la feina de la Policia Local i la coordinació policial i les mesures de suport i dinamització del comerç; el nou model de neteja i residus; les millores en educació, esport i serveis; i l'aposta per la cultura, el patrimoni i l'entorn natural. Però sobretot m'agradaria que valoressin si durant aquests quatre anys l'Ajuntament ha estat al costat del poble i si hem treballat amb responsabilitat per resoldre els problemes quotidians i preparar la Jonquera per als reptes que venen.

Fotografies: Òscar J. Carrés
Agraïments: Museu Memorial de l'Exili (MUME)



SANT MARTÍ

PERALADA

5, 6, 7 i 8 de Novembre

PROGRAMA DE LA FESTA MAJOR

DIJOUS 5 DE NOVEMBRE

17.00h | Escape room: «Crim al teatre»
{ Gimnàs de l'Escola Ramon Muntaner }

19.45h | Recital poèticomusical "Geografies"
{ Sala d'actes de Sant Domènec }
Antoni Ventura, rapsode i Judit Giralt, piano

DIVENDRES 6 DE NOVEMBRE

16.45h | Castanyada popular i inflables
{ Pati de l'Escola Ramon Muntaner }

19.30h | Bingo Musical, a càrrec de Duet d'Ambient
{ Centre Social } Preu: 2€/cartró

IMPORTANT
Participants: A les persones que vulguin participar en les enceses, se'ls recomana portar roba de cotó, amb màngues i pantalons llargs, protegir-se el cap amb un mocador o barret i evitar la roba sintètica.
Habitatges: Es recomana als habitatges situats als espais on es facin les enceses que vulguin protegir portes, finestres, vidrieres o altres elements, que els cobreixin adequadament abans de l'inici del correfoc. Si necessiteu cartró per protegir aquests elements i no sabeu com aconseguir-ne, podeu contactar amb la brigada municipal i passar a recollir-ne a la nau municipal els dimecres a la tarda i els dissabtes al matí.

DISSABTE 7 DE NOVEMBRE

12.00h | Elecció del Pubillatge de Peralada 26
{ Centre Social }
Amb l'acompanyament musical del cantant de Sau i exconcursant d'Eufòria, Fredrik Strand.

16.30h | Animació infantil amb Jordi Tonietti
{ Centre Social }

18.00h | Ball de places amb la Colla Gegantera
{ Inici a la plaça de l'Església }

19.30h | Petarlada. Pregó i enlairada del coet
{ Plaça Gran }

19.45h | Presentació de la Bèstia de foc de Peralada
{ Plaça Gran }

20.00h | Cercavila Bestial, amb el Drac i els Dimonis de Figueres, la Bèstia de Peralada i la xaranga Buidant la Bota
{ Inici a la plaça Gran.
Enceses en diferents places del centre històric }

21.00h | Castell de focs artificials
{ Plaça Gran }

Tot seguit | DJ Lady Viking fins a les 23.00h
{ Plaça Gran }

DIUMENGE 8 DE NOVEMBRE

11.00h | Missa solemne, amb l'acompanyament de la Coral de Peralada
{ Església de Sant Martí }

12.30h | Concert de l'Orquestra Montgrins
{ Centre Social }

17.00h | Audició de sardanes, a càrrec de la Cobla Montgrins
{ Plaça Gran }

19.30h | Ball de fi de festa, amenitzat per l'Orquestra Montgrins
{ Centre Social }

DISSABTE i DIUMENGE

De 10h a 14h i de 15.30h a 19.30h
Parc d'Aventura
{ Pati de l'Escola Ramon Muntaner }
Inflables, jocs i d'altres activitats
Perquè els més petits no parin de divertir-se!
Preu infant/dia — 5€

Hi haurà servei de food truck.

Organitza

AJUNTAMENT DE PERALADA

Col·labora



Entrevista a Miquel Brugat

FESTA DE SANT MARTÍ A PERALADA

Miquel Brugat presenta les novetats de Sant Martí i comparteix el seu vessant més personal com a alcalde

Amb l'arribada de Sant Martí, Peralada es prepara per viure una nova edició de la Festa Major, una celebració que combina tradició, cultura i participació popular.
L'alcalde de Peralada, Miquel Brugat, ens parla de les novetats d'enguany, entre les quals destaca la presentació d'una nova bèstia de foc, i ens mostra també el seu vessant més personal. Conegut per molts veïns com en Miki, reflexiona sobre la seva manera de viure l'alcaldia, les decisions difícils, les crítiques i la il·lusió de continuar treballant pel poble on ha nascut i crescut.

Ser alcalde del poble on ha nascut i crescut és un avantatge o una dificultat a l'hora de prendre decisions?
Facilita totalment les coses. Indiscutiblement. Aquí ens coneixem tots, i prendre decisions sempre és més fàcil quan coneixes les persones, les situacions i la realitat del poble. Quan un veí et planteja un problema, moltes vegades ja coneixes el context, saps d'on ve i pots entendre millor què necessita. I això, a l'hora de governar, és un avantatge. També és veritat que, com que ens coneixem tots, hi ha decisions que poden ser més delicades. Però crec que el més important és actuar amb criteri, escoltar tothom i intentar prendre les decisions pensant en el conjunt del poble.

Quan arriba Sant Martí, encara aconsegueix viure la Festa Major com en Miquel Brugat, un veí més de Peralada, o des que és alcalde ja és impossible desconnectar del càrrec?
Sí, i tant. És veritat que, com a alcalde, estàs més pendent que tot funcioni, que les activitats es facin amb normalitat i que no hi hagi cap incident. Però el dia de la investidura ja vaig dir que volia continuar sent la mateixa persona, i crec que la gent ho entén i ho respecta. Gaudeixo de les festes com ho feia abans de ser alcalde, amb la mateixa energia. M'agrada molt ballar, no em fa cap vergonya i soc una persona molt natural. No crec que, pel fet de ser alcalde, hagi de canviar la meva manera de ser ni forçar una actitud diferent. Al final, abans de ser alcalde ja era en Miki de Peralada, i això és el que vull continuar sent.

Parlem de la Festa Major d'aquest any. Què oferirà Sant Martí 2026 i quines novetats o activitats destacaria especialment per convidar la gent de Peralada i de fora a participar-hi?



La programació segueix la línia dels últims anys, amb molta implicació de les entitats locals, que són essencials per fer possible la Festa Major. Com a novetat, enguany presentarem una nova bèstia de foc. Ja tenim gegants, un gegantó, capgrossos i cavallets, però ens faltava una figura d'aquest tipus. Encara no en desvetllarem el secret, però us avanço que està relacionada amb Peralada!

Quina decisió ha pres sabent que podia generar crítiques, però que considerava necessària?
Diria que les ordenances de civisme i de protecció animal, i també la senyalització més clara de les normes i les sancions. Sé que són mesures que poden generar crítiques, però com a ajuntament ens toca posar ordre i deixar clares les normes de convivència: portar els gossos lligats, recollir els excrements, tirar aigua als orins o respectar les zones verdes d'aparcament.
Alguns cartells fins i tot han estat vandalitzats, però crec que hem de ser coherents.
Al final, cuidar el poble és responsabilitat de tothom, i governar també vol dir prendre decisions que potser no agraden a tothom, però que són necessàries.

Hi ha alguna decisió que avui prendria d'una altra manera?
Crec que, com qualsevol persona que assumeix responsabilitats, segur que hi ha coses que avui faríem d'una altra

manera. Sempre hi ha marge de millora, i governar també és aprendre pel camí. Potser en alguna ocasió hauríem pogut comunicar millor una decisió o explicar-la amb més temps.

Més enllà del Castell, el Festival i el patrimoni, quina és la Peralada que es viu cada dia?
Peralada és tot això que heu dit, però la Peralada que vivim cada dia els que hi som és la del carrer, la de les festes majors i les tradicions, la dels restaurants i els comerços, la dels pagesos que treballen la terra i la de les entitats que no paren de fer coses.
És també la vida que hi ha cada matí a la llar d'infants, a l'escola i a l'institut, els nens i nenes que creixen aquí, els equips de futbol, bàsquet i patinatge, i tota la gent que dedica temps i esforços perquè el poble es mogui.
Tot això potser no surt tant als fullets turístics, però és el que fa que Peralada sigui un poble viu, i no només un lloc bonic per visitar. I crec que és important que continuem cuidant-ho.

Quan un alcalde rep una crítica al carrer, què costa més: acceptar-la quan sap que tenen raó o callar quan considera que és injusta?
Qui em coneix sap que, quan em fan una crítica, de primer faig morritos! (riu) Però sí, les accepto, tot i que de vegades em costi una mica més. També n'he d'aprendre, perquè al final les crítiques formen part de ser alcalde.
I quan considero que una crítica és injusta, sempre intento explicar per què hem pres una decisió i no una altra. Al final, tothom pot tenir la seva opinió, però crec que també és important entendre els motius que hi ha al darrere.

Els pressupostos participatius van escollir renovar els llums de Nadal. Era també la seva prioritat?
Segurament, si hagués depès només de mi, hauria prioritzat alguna altra actuació, potser més enfocada a les necessitats de la gent gran. Tot i això, renovar els llums de Nadal ja era una idea que teníem sobre la taula com a equip de govern, perquè molts ja tenien força anys. Però precisament aquesta és la gràcia dels pressupostos participatius: que la decisió no la prens només tu. Els veïns poden proposar i escollir entre diferents projectes i, de vegades, et fan veure que les seves prioritats són unes altres. I això també és important: saber escoltar, respectar la decisió que han pres i entendre què vol la gent.

L'alcaldia té data de caducitat. Què li faria decidir que ha arribat el moment de deixar la política municipal?
Després de 21 anys a l'Ajuntament, 14 com a Dinamitzador Cultural, 4 com a regidor i ara com a alcalde, si encara no he perdut la il·lusió, no crec que la perdi a curt termini! (riu) Però crec que la clau és aquesta: el dia que deixi de tenir ganes de fer coses per Peralada i Vilanova i d'afrontar nous reptes, serà el moment de deixar pas a algú altre.

Què ha descobert de si mateix des que és alcalde?
He descobert que, quan una cosa t'apassiona de veritat, ets capaç d'arribar molt més lluny del que et pensaves. Ja m'implicava molt en el poble i amb les entitats, però ara he vist que no tinc gaire fre! (riu) No em fa mandra estar disponible a qualsevol hora ni posar-me reptes constantment. Però, sobretot, he descobert que poder fer coses pel poble que estimes et dona una felicitat enorme. Veure que pots ajudar algú o millorar alguna cosa del municipi és el que em continua donant energia i il·lusió.

Fotografies: Òscar J. Carrés



FESTIVALET
DE LA POSTA DE SOL
ROSES

MÚSICA
GASTRONOMIA
PAISATGE

visitroses.cat

#PostaDeSolRoses



ROSES
14 i 15 NOVEMBRE
PLATJA DE LA PEROLA

MANDIE RULES
GERMANES MASSANET
FLORIDA
GENNA DJ
GUMBO
MISHIMA
DJ CALAMITAT

MÚSICA

ROSES®

Ajuntament de Roses
Promoció Econòmica



La consolidació d'una proposta

FESTIVALET DE ROSES

Música en directe, gastronomia de proximitat i postes de sol úniques en un entorn privilegiat de Roses

El Festivalet de Roses torna al novembre amb música en directe, gastronomia local i les postes de sol de la badia com a grans protagonistes. El regidor Fèlix Llorens repassa la consolidació d'una proposta que reivindica els atractius de Roses fora de l'estiu, presenta els artistes d'enguany i fa balanç de la seva implicació en el festival, en la que serà la seva última edició com a representant del consistori municipal.

El Festivalet de Roses s'ha convertit en una cita destacada del calendari cultural de la vila. Què representa avui aquest esdeveniment per a Roses?
Permet posar en relleu els valors de Roses fora de la temporada alta i mostrar que tenim molt per oferir més enllà del sol i la platja a l'estiu. I ho fem començant per les magnífiques postes de sol que es poden gaudir a la tardor i a l'hivern a Roses.

Per a aquelles persones que encara no coneixen el Festivalet, què hi trobaran i què el fa diferent d'altres festivals musicals?
La resta de festivals musicals se celebren en plena temporada estival. Nosaltres hem apostat per fer-lo fora de temporada perquè creiem en Roses durant tot l'any. La gent podrà gaudir de la tranquil·litat del poble a la tardor i de les magnífiques postes de sol. Gràcies a l'orientació de la badia, les podem contemplar mirant al mar, a diferència d'altres pobles de la costa catalana, on el sol es pon darrere les muntanyes.

Quines novetats presenta l'edició del Festivalet 2026 i què heu volgut potenciar especialment aquest any?
No hi ha cap novetat destacable. El model actual funciona molt bé, sempre d'acord amb els restauradors que ens acompanyen.
Centrem tots els esforços a cuidar els detalls i aconseguir que tot surti bé.

La música és una de les grans protagonistes del Festivalet. Quins grups i artistes actuaran enguany i què ha motivat la seva elecció?
Sempre hem vetllat per aconseguir una programació musical de qualitat que acompanyi el paisatge, intentant donar espai a grups emergents, però sempre amb un bon cap de cartell. Aquest any obrim dissabte amb Mandie Rules, Germanes Massanet i Florida. Diumenge actuaran Gumbo i, per tancar, Mishima com a cap de cartell.



Mishima

La gastronomia també ocupa un lloc destacat al Festivalet. Quines propostes trobaran els visitants i quin paper hi tenen els establiments locals?
Sempre hem comptat amb els restauradors locals per a l'oferta gastronòmica, com no podia ser d'altra manera. Durant els dos dies de **Festivalet** ofereixen tastets de la seva cuina, amb les propostes que millor representen els seus restaurants.

El Festivalet té un escenari privilegiat, amb la posta de sol sobre la badia de Roses com a teló de fons. Què fa tan especial l'experiència de viure-hi un concert?
És el lloc adequat. Des de la platja és des d'on millor es veu la posta de sol: mirar el mar i veure com el sol se'n va. Tenim la sort de tenir unes postes de sol úniques a Catalunya, de les més boniques. Unes postes de sol que bé es mereixen un festival.

El Festivalet se celebra al novembre, fora de la temporada turística habitual. Fins a quin punt contribueix a desestacionalitzar el turisme i dinamitzar l'activitat econòmica del municipi?
Molt. Demostrem que Roses pot oferir atractius tot l'any i el **Festivalet** ha servit per fer-ho visible. A més, cada vegada hi ha més gent que ens acompanya al festival. També notem que rebem més visitants fora de l'estiu, tant turistes com persones que venen a passar el dia, perquè aprecien el que hi troben.

Música en directe, gastronomia, fotografia i postes de sol. Com s'aconsegueix que tots aquests elements es complementin i converteixin el Festivalet en una experiència que va més enllà dels concerts?
Buscant sempre la qualitat: programant músics de molt nivell, potser desconeguts, però de molta qualitat; oferint una molt bona gastronomia gràcies als restaurants de Roses que ens volen acompanyar, que cada vegada són més; i, finalment, amb el millor escenari possible, que no és altre que la posta de sol de Roses.

Al llarg de les diferents edicions, com ha evolucionat el Festivalet pel que fa a la participació del públic, la programació i la seva projecció més enllà de Roses?
Vam començar amb un horari partit, al matí i a la tarda, però ja fa anys que ho vam concentrar tot a la tarda, a l'hora de la posta de sol, que és el millor moment. Aquests canvis els hem fet sempre escoltant i tenint en compte l'opinió dels restaurants que ens acompanyen.

Aquest serà l'últim Festivalet per a Fèlix Llorens com a representant del consistori municipal. Després de tots aquests anys d'implicació, quin balanç en feu, què us emporteu personalment d'aquesta experiència i quin futur us agradaria per al Festivalet?
El balanç és molt bo. És un festival molt consolidat: la gent de Roses ja hi compta cada any i molts visitants el tenen en compte a l'hora de planificar la seva visita. Ha servit per desestacionalitzar la temporada turística de Roses, que era un dels objectius. A mi m'agradaria que el **Festivalet** tingués molts més anys de vida, evidentment, però això serà decisió del pròxim regidor de Promoció Econòmica.

Platja de la Perola (Av. de Rhodes, 62-70, Roses)



ESTANC
YAGO

Estanc Yago, és un estanc dedicat a la venda de tabac, productes per a fumadors i cigarrets electrònics. Tenim a la seva disposició una cava de cigars molt àmplia, amb els millors cigars del món. L'assessorarem en tot moment i resoldrem tots els seus dubtes sobre els millors havans.

Av. Pau Casals, 152 Roses
Tel +34 972 152 746
IG/ estancyago

Celler · Bodega · Cave · Winery
Visites
Degustació
Venda
cooperativa agrícola Garriguella
cooperativagarriguella.com
RESERVES
ENOTURISME
Venda de proximitat circuit curt
Generalitat de Catalunya
Decret 24/2013
EMPORDÀ
CONSELL REGULADOR DE LA DENOMINACIÓ D'ORIGEN
Ruta del Vi DO Empordà
Costa Brava
Pirineu de Girona



RESTAURANT
L'ANCORA

Situat a primera linia de la platja de Roses i amb unes vistes espectaculars de la badia, el restaurant l'Ancora ofereix cuina marinera empordanesa i de mercat, amb una acurada selecció del producte, sempre de qualitat i cuidant cada detall del plat.

Avd. de Rhode, 62 Roses
Tel +34 972 256 386
ancoraroses.com

Tanquem per vacances

Del **16 de novembre** al **16 de desembre**

SETMANA DEL 9 AL 15 DE NOVEMBRE

GRANS OFERTES!

DIES 13 · 14 · 15 DE NOVEMBRE

LIQUIDACIÓ TOTAL



OBRIM EL 17 DE DESEMBRE

CARNIQUES BLASI

Mercat Municipal · Roses Tel · 972 25 42 54



Entrevista a Assumpció Mateu

PINTAR EL BLAU, HABITAR LA MEMÒRIA

Assumpció Mateu explora el paisatge, la memòria i les emocions mitjançant una obra artística compromesa i sensible

Una mirada íntima a la trajectòria d'una artista que ha convertit el paisatge, la natura i la memòria en matèria primera de la seva obra. El passat divendres 9 d'octubre, la Ciutadella de Roses va inaugurar «Les Ombres del Blau», una exposició d'Assumpció Mateu dedicada a un dels elements més presents i simbòlics de la seva trajectòria artística. La mostra, que es podrà visitar fins al 20 de desembre, va tenir una molt bona acollida i va reunir pintura, poesia visual, instal·lació i videoart al voltant del paisatge mediterrani, la memòria, la història i els conflictes del nostre temps. Amb motiu d'aquesta exposició, conversem amb la pintora gironina sobre el poder del color, els records que es transformen en obra i la necessitat de crear com a forma de coneixement.

«Les Ombres del Blau» té el blau com a gran protagonista. Què representa avui aquest color per a vostè? Ha canviat el seu significat al llarg de la seva trajectòria?

El blau és el més profund dels colors; en ell, la mirada es fon, es perd en l'indefinit. És el color més immaterial: la natura ens el presenta només fet de transparència. El blau sempre ha estat un color atractiu que t'invoca cap a l'aigua, l'aire o l'univers. «Les Ombres del Blau» seria una metàfora del que hi ha darrere de la nostra cultura i del nostre territori actualment. Els conflictes es refereixen a aquestes ombres del nostre estimat Mediterrani.

Assumpció, en la seva obra, el paisatge és molt més que allò que veiem: és memòria, emoció i experiència. Quin és el seu «paisatge personal» i fins a quin punt continua dialogant amb els paisatges de la seva infantesa?

Som tot allò que ens ha fet. El nostre entorn. Fins als set anys vaig viure en un poble de pagès, envoltada d'alzines sureres, i vaig tenir la gran sort de tenir un avi que em va fer estimar i respectar la natura. Em sentia lliure i formava part



Assumpció Mateu i Sílvia Ripoll, alcaldessa de Roses

d'ella. Als estius anàvem al mar perquè tenia descalcificació i el metge ens ho va recomanar. Així vaig descobrir una altra part de la natura, molt més enigmàtica i apassionant. Crec que la província de Girona és un paradís i, després d'haver viscut a Barcelona, París i altres llocs, fa trenta anys que visc a l'Empordà.

Vostè ha definit la pintura com una «necessitat vital» i també com un instrument per trobar coneixement. Què busca descobrir quan pinta? Hi ha coses que només pot entendre a través de la pintura?
La pintura, o qualsevol disciplina creativa, és una eina de coneixement. Busco un diàleg amb mi mateixa a través de preguntes que em faig, de coses que busco i necessito entendre, de situacions que vull denunciar, de bellesa que necessito compartir... Depenent del que busco o m'inquieta, faig servir tècniques diferents, perquè hi ha temes que, per exemple, amb la pintura no arribo a comunicar bé i treballo amb escultura o amb un altre mitjà.

La memòria i les vivències són una font essencial de la seva obra. Quan pinta a partir dels records, intenta recuperar el passat o transformar-lo en alguna cosa nova?
Recuperar és la paraula clau. Recuperar és anar enrere per projectar-nos endavant; així és com vivim i aprenem. No són els records, són les vivències que et permeten avançar quan les recuperes.

La seva trajectòria també està marcada pel context social i polític que li va tocar viure. Obres com «Presons Íntimes» tenen una clara vinculació amb els últims anys de la dictadura. Com ha influït el seu temps històric en la seva manera de crear?
Els anys 1974, 1975 i 1976 van ser un temps de molta repressió. Quan estàvem acabant Belles Arts, fèiem teatre a porta tancada i ens perseguien. Ens hi jugàvem molt. Jo vaig tenir alguns amics empresonats per aquest motiu i necessitava expressar com em sentia. Vaig treballar molt denunciant la situació i creient que potser jo, al carrer, estava més limitada que ells entre reixes. D'aquí va néixer la sèrie «Presons Íntimes». Sempre he cregut que els que ens dediquem a la creació som testimonis del nostre temps i, per aquest motiu, no podem restar impassibles davant del que passa al món. Ens hem de comprometre.

«El bosc cremat» és una de les seves sèries més emblemàtiques i neix d'una experiència personal de dolor. Com pot l'art transformar una experiència de devastació en una reflexió sobre el renaixement i l'esperança?
«El bosc cremat» va sorgir inesperadament en coincidir un moment personal de dolor i pèrdua d'un ésser estimat amb un bosc que s'havia cremat i per davant del qual passava sovint, fins que vaig aturar-me i endinsar-m'hi. El dol és molt personal; cadascú el viu de manera diferent, depenent de les circumstàncies. Vaig establir una metàfora entre la pèrdua natural, que reneix al cap d'un temps, i la pèrdua personal, en què, amb el temps, aquell dolor es converteix en llum. L'art és curatiu.

Al llarg de la seva trajectòria ha treballat la pintura, el collage, l'escultura, el gravat, la poesia visual, la instal·lació i el videoart. Què la porta a canviar de llenguatge? I què continua trobant en la pintura que la fa tornar una vegada i una altra al pinzell?
Em considero essencialment pintora, però al llarg dels anys he necessitat incorporar altres mitjans, ja que la pintura,

segons el que volia comunicar, se'm quedava curta. Necessitava l'escultura quan es tractava de dialogar amb la natura, o la poesia visual en temes de denúncia, entre d'altres. Actualment, a través del color, busco comunicar emocions o crear estats de contemplació que transcendeixen cap a l'interior.

La seva obra té una forta dimensió sensorial: textures, materials, transparències, pigments i colors. Quan comença una obra, té clar quin serà el resultat o prefereix deixar que la pròpia matèria i el procés la sorprenguin?
Mai sé quin serà el resultat quan començo una obra. Parteixo del caos per arribar a l'ordre. És com iniciar un diàleg que et va portant cap a un lloc on vas descobrint com serà el final. Treballo amb materials relacionats amb l'aigua i pigments naturals que, a vegades, es barregen amb terres o pols de marbre. M'agrada treballar inicialment amb les mans, sense pinzells.

La seva pintura ha viatjat a ciutats com Milà, Mont-real i París. Què ha significat confrontar-la amb altres contextos culturals? Hi ha alguna exposició o projecte internacional que recordi especialment per la resposta que va generar en el públic?
He tingut la sort de poder ensenyar la meva feina a molts llocs diferents i tinc moltes experiències interessants. A la primera exposició a Milà, després que a Barcelona cap galeria volgués exposar-me perquè era una dona i massa jove per a l'època, va venir a la inauguració molta gent del món intel·lectual, molt influent en aquell moment (1976), i vaig rebre molt bones crítiques, que realment em van sorprendre i em van animar a continuar endavant. De la Fondation Vasarely d'Aix-en-Provence en guardo grans records; també de Nova York, on vaig ser convidada al Triangle Workshop i vaig treballar amb Anthony Caro i artistes d'arreu del món; i de Mont-real, on, per mitjà del meu galerista, vaig treballar i exposar amb Jean-Paul Riopelle... I de tantes altres experiències! Com la de «Presons Íntimes» a l'Espai Volart de la Fundació Vila Casas, a Barcelona, que vam treballar amb Glòria Bosch i de la qual guardo un record meravellós.

El seu showroom o sala d'exposició i Espai Art60 han esdevingut també espais de trobada entre disciplines, amb poesia, música, teatre i altres propostes creatives. Per què és important per a vostè que l'art no quedi tancat dins d'una galeria o d'un museu?
L'art és un mitjà d'expressió i comunicació i una experiència que cal compartir perquè tingui sentit. Jo soc partidària d'ajuntar diferents mitjans i obrir portes a noves experiències que enriqueixin la comunicació.

Després de més de cinc dècades de trajectòria, què continua buscant Assumpció Mateu davant d'una tela en blanc? Hi ha encara algun territori artístic que senti que li queda per descobrir?
Mentre estigui viva continuaré buscant. Tot m'interessa i aquest món no s'acaba mai. Davant d'una tela en blanc hi ha la pregunta, el misteri que cal afrontar. L'art és una eina de coneixement i, com a tal, no pot morir mai. M'agradaria escriure més poesia i que la meva obra ajudés a crear un món millor a través de la bellesa i la reflexió.

Fotografies: Òscar J. Carrés

Ciutadella de Roses
Av. de Rhode, s/n, Roses
Tel · 972 15 14 66

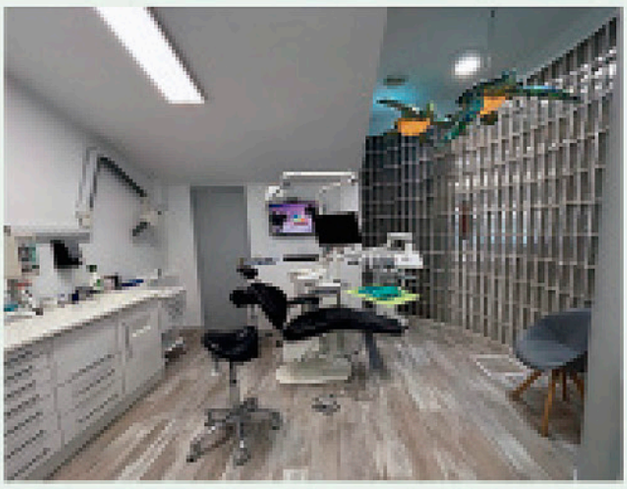


CATALDENT

Clínica Dental Privada



Endodòncia
Odontologia conservadora
Ortodoncia
Periodòncia
Implantologia
Pròtesis
Radiografies 3D
Blanquejament
Cirurgia





Clínica privada, fundada el 1995 a Roses

Contacta'ns també per Whatsapp per demanar cita al 687197256

C/. Puig-Rom, 107, Baixos 17480 Roses

La consulta és oberta de dilluns a divendres de 9 a 20 hores
(+34) 972 15 24 31 contact@cataldent.com



M. AGRÍCOLA
TALLERS FUENTES

Venda de maquinària agrícola, nova i d'ocasió. Disposem d'una àmplia gamma de desbrossadores vibradors, ensulfatadors i maquinària de poda en general. Podem subministrar-li qualsevol tipus d'accessori o complement per a maquinària agrícola. Disposem de les millors marques del mercat.

Ctra. Figueres - Llançà
Paratge Picagall, s/n Pedret i Marzà
Tel +34 972 53 04 09 - 972 55 23 46
www.tallersfuentes.cat



MAQUINÀRIA
GARDELL

Fabricants de maquìnaria agrícola i foestal. Gardell Maquinària Agrícola està al servei de l'agricultor des de fa 35 anys. Els coneixements sobre la terra i els cultius, en especial sobre la vinya, serveixen per perfeccionar dia a dia els nostres productes; ofrerint un servei de qualitat a l'agricultor del segle XXI.

C/ Sant Climent 37 Capmany
Tel +34 972 549 155
www.maquinariagardell.com



TREBALLS
TAF AGRICOLES I FORESTALS

Realitzem treballs amb vinyes i oliveres, poda d'arbres, neteja i manteniment de finques. Treballs amb excavadora, rases per canonades amb rasadora, clavar pals per fer tanques, vinyes i arbres, moviments de terra en espais reduïts. Venda d'oli verge de producció pròpia.

C/ Albera, 2 Garriguella
Tel +34 626 760 620
enricilla@hotmail.com

XXIV FIRA DE LA CASTANYA 2026

07/11



9:00 H CAMINADA POPULAR
Caminada entre fulles, a càrrec del CEM

10:00 H- 19:00 H FIRA DE LA CASTANYA
Parades de productes artesanals de proximitat i entitats del poble, al centre de la Vila.

11:00 H - GRALLERS DE BANYOLES
Al circuit de la fira

12:00 H - ESPECTACLE DE MÀGIA
Amb JMAGIC a la Terrassa de Can Viola

16:00 H - TALLER PER A LA MAINADA
Taller infantil per a totes les edats: mòbils i composicions amb fulles de tardor.
A càrrec d'Aina Aymamí i Maria Vial.

17:30 H - MÚSICA EN DIRECTE
Amb Sweet Marta & The Blue Shakers a la Terrassa de Can Viola.

18:30 H - SORTEIG DE PRODUCTES
Lots especials de productes de la Fira i col·laboradors. A la Plaça de la Vila.

MAÇANET DE CABRENYS

ORGANITZA
Ajuntament de Maçanet de Cabrenys

AMB LA COL.LABORACIÓ DE:
Diputació de Girona
Salines Bassegoda
Can Viola
La Quadra
La Placa
Bar la Pau
La Cova
Els Cacadors de Maçanet
Can Mach



La tardor més activa

CASTANYES, NATURA I BTT

Maçanet de Cabrenys celebra la tardor amb la Fira de la Castanya i la Marxa BTT Terra de Senglars

La XXIV **Fira de la Castanya**, el 7 de novembre, i la Marxa BTT Terra de Senglars, el dia 22, converteixen Maçanet de Cabrenys en un punt de trobada per als amants de la natura, la gastronomia, l'artesania i l'esport de muntanya. Dues propostes que conviden a descobrir el municipi i el seu entorn en una de les èpoques més atractives de l'any.

La tardor transforma el paisatge de Maçanet de Cabrenys en un escenari de colors càlids, boscos plens de fulles i camins que conviden a sortir a l'aire lliure. Situat a l'Alt Empordà, en un entorn privilegiat de les Salines, el municipi conserva una estreta relació amb la natura, les tradicions i la vida de poble. Durant el mes de novembre, aquesta vinculació es fa especialment visible amb dues cites que comparteixen un mateix protagonista: el territori.

D'una banda, la XXIV **Fira de la Castanya**, que se celebrarà el dissabte 7 de novembre de 2026, omplirà el centre de la vila de parades d'artesania, productes de proximitat, música i activitats familiars. De l'altra, el diumenge 22 de novembre, la Marxa BTT Terra de Senglars portarà els aficionats a la bicicleta de muntanya a recórrer els camins i desnivells que caracteritzen aquest racó de l'Alt Empordà.

Dues jornades amb personalitats diferents, però amb un objectiu compartit: posar en valor l'entorn natural de Maçanet de Cabrenys i oferir experiències que combinen tradició, convivència i descoberta.

La Fira de la Castanya arriba a la 24a edició

La **Fira de la Castanya** és una de les celebracions de tardor de Maçanet de Cabrenys. Enguany arriba a la seva vint-i-quatrena edició, una trajectòria que reflecteix la voluntat del municipi de mantenir vives les activitats vinculades als productes de temporada i a la cultura popular.

El dissabte 7 de novembre, de les deu del matí a les set de la tarda, el centre de la vila acollirà parades de productes artesanals de proximitat i d'entitats del poble. Durant tota la jornada, els visitants podran passejar pels carrers, conèixer les propostes dels expositors i gaudir de l'ambient que caracteritza les fires dels petits municipis.



La castanya, producte emblemàtic de la tardor, dona nom a una celebració que va més enllà de la gastronomia. La fira és també una oportunitat per reivindicar el comerç de proximitat, la feina artesanal i el paper de les entitats locals en la dinamització de la vida social.

En un moment en què els hàbits de consum evolucionen constantment, aquestes trobades permeten recuperar el contacte directe entre productors, artesans i públic. Cada parada es converteix en un espai de conversa i descoberta, en què el valor dels productes no es limita al que s'hi exposa, sinó que també inclou la dedicació i els coneixements de les persones que hi ha al darrere.

La celebració convida igualment a redescobrir el nucli urbà de Maçanet de Cabrenys, amb els seus carrers, places i edificis de pedra, que formen part de la identitat d'un municipi profundament lligat a la seva història i al paisatge que l'envolta.

A les nou del matí comença amb la caminada popular «Caminada entre fulles», organitzada pel Centre Excursionista Maçanetenc (CEM).

Aquesta activitat proposa iniciar la jornada amb una experiència a l'aire lliure, aprofitant els atractius que ofereix l'entorn natural del municipi durant la tardor. Els boscos de la zona, amb la diversitat d'arbres i vegetació pròpia de les Salines, constitueixen un dels principals valors paisatgístics de Maçanet de Cabrenys.

Caminar per aquests indrets durant el novembre permet observar els canvis de coloració de les fulles, sentir l'ambient característic del bosc i descobrir una altra perspectiva del territori.

La proposta també reforça la importància de l'excursionisme com a activitat de descoberta i respecte per la natura. El CEM, vinculat a la promoció de les activitats de muntanya, participa així en una jornada que combina el vessant festiu amb el coneixement de l'entorn.

La programació de la **Fira de la Castanya** pretén com cada any, arribar a públics de totes les edats.

A les onze del matí, els Grallers de Banyoles recorreran el circuit de la fira i aportaran el so de la música tradicional als carrers del municipi. La presència de les gralles contribueix a crear un ambient festiu i a reforçar la connexió entre les fires populars i les expressions musicals de la cultura catalana.

Al migdia, a les dotze, la Terrassa de Can Viola es convertirà en l'escenari d'un espectacle de màgia a càrrec de JMAGIC.



HOTEL-RESTAURANT

LA QUADRA

L'Hotel Restaurant La Quadra, situat a Maçanet de Cabrenys, ofereix cuina tradicional catalana amb productes de proximitat, quatre menjadors i terrassa amb jardí. Amb habitacions confortables i un ambient familiar, és ideal per gaudir d'escapades gastronòmiques i de natura.

C/Rectoria, 11 Maçanet de Cabrenys
Tel +34 972 544 032
www.laquadra.com

La proposta afegirà un component d'humor, sorpresa i entreteniment a una jornada pensada per gaudir-ne en família.
A la tarda, a les quatre, serà el torn dels més petits amb un taller infantil dedicat a l'elaboració de mòbils i composicions amb fulles de tardor. L'activitat, conduïda per Aina Aymamí i Maria Vial, està adreçada a infants de totes les edats i proposa treballar la creativitat a partir d'elements inspirats en la natura.
Aquest tipus de tallers permeten acostar els infants al paisatge de manera participativa. Les fulles, les formes i els colors es converteixen en materials d'expressió artística i ofereixen una oportunitat per descobrir les possibilitats creatives dels elements naturals.
La música tornarà a ser protagonista a dos quarts de sis de la tarda amb l'actuació de Sweet Marta & The Blue Shakers, també a la Terrassa de Can Viola. El grup aportarà el seu repertori de blues a la programació i oferirà un concert en directe per acompanyar les darreres hores de la fira.
Finalment, a dos quarts de set, la plaça de la Vila acollirà el sorteig de lots especials amb productes de la fira i dels seus col·laboradors. Serà un dels últims actes de la jornada, que posarà el punt final a un dia dedicat a la cultura popular, l'artesania i la convivència. La castanya ocupa un lloc destacat en l'imaginari de la tardor catalana. Durant generacions, la seva recol·lecció i consum han format part de la vida quotidiana de moltes poblacions, especialment en territoris amb una important presència de boscos.
Maçanet de Cabrenys, la **Fira de la Castanya** permet mantenir aquesta vinculació amb el territori i, alhora, donar protagonisme a les iniciatives locals.
La celebració ofereix als visitants una bona excusa per apropar-se al municipi, passejar pel seu nucli antic i descobrir un entorn natural que conserva bona part del seu atractiu lluny de les grans concentracions urbanes.

Terra de Senglars: la bicicleta de muntanya pren el relleu.
Quinze dies després de la Fira de la Castanya, Maçanet de Cabrenys tornarà a convertir-se en un punt de trobada, aquesta vegada per als aficionats al ciclisme de muntanya.
El diumenge 22 de novembre se celebrarà la Marxa BTT Terra de Senglars, una proposta esportiva que combina esforç físic, aventura i descoberta del paisatge.
La marxa ofereix dos recorreguts amb distàncies i desnivells diferents, pensats per a ciclistes amb experiència i preparació diverses. Tots dos itineraris plantegen una jornada exigent, en què els participants hauran d'afrontar els desnivells característics de la zona.
El recorregut curt, de 24 quilòmetres i 900 metres de desnivell positiu, representa un repte considerable per als participants que vulguin gaudir d'una experiència intensa sense afrontar la distància més llarga.
Per la seva banda, el circuit llarg, de 40 quilòmetres i 1.500 metres de desnivell positiu, està orientat als ciclistes que busquen un desafiament físic superior. L'acumulació de desnivell serà un dels elements determinants d'una marxa en què la resistència i la capacitat d'adaptació al terreny tindran un paper important. Els organitzadors anuncien un recorregut exclusiu per a l'ocasió, un dels atractius d'aquesta convocatòria. La possibilitat de pedalar per itineraris especialment preparats per a la jornada afegeix interès a una prova que vol oferir una experiència diferenciada als participants.
Maçanet de Cabrenys disposa d'un entorn natural especialment atractiu per a la pràctica del ciclisme de muntanya. La combinació de boscos, pistes forestals, camins i relleus pronunciats permet plantejar itineraris amb característiques molt diverses. La seva situació geogràfica, al sector occidental de l'Alt Empordà i a tocar de la frontera francesa, converteix el municipi en una porta d'entrada a alguns dels paisatges muntanyosos més singulars de la comarca.
La Marxa Terra de Senglars vol aprofitar aquest potencial per reunir esportistes que comparteixen la passió per la bicicleta i la natura. Més enllà del component físic, la jornada representa una oportunitat per descobrir l'entorn des d'una perspectiva diferent.
Pedalar per la muntanya exigeix concentració, tècnica i esforç, però també permet gaudir del paisatge i establir una relació directa amb el territori. Aquesta combinació és precisament un dels elements que expliquen l'atractiu creixent de les activitats esportives a l'aire lliure.
Les inscripcions per participar en la Marxa BTT Terra de Senglars es poden formalitzar a través de la plataforma curses.cat.



HOTEL-RESTAURANT
ELS CAÇADORS

L'Hotel Els Caçadors de Maçanet combina la tranquil·litat del Pirineu amb l'encant de l'Empordà. Disposa de 17 habitacions amb terrassa, piscina i restaurant de cuina tradicional empordanesa amb tocs d'autor. Ideal per a escapades, celebracions, casaments i trobades d'empresa.

Urb. Casanova, s/n
17720 Maçanet de Cabrenys
Tel +34 972 544 136
www.hotelelscassadors.com



MARXA BTT

Terra de Senglars

Maçanet de Cabrenys

novembre

22/11

Curta
24km 900+

Llarga
40km 1500+

Inscripcions a curses.cat

8:00h - 8:45h recollida de dorsals
9:00h Inici Marxa

Camiseta de regal als primers 150 inscrits, premis i un recorregut exclusiu per a l'ocasió!

Ajuntament de Maçanet de Cabrenys · canmach · Carnisseria Quintana · Les Creus · Bar la Pau · Olympia 2 · El Molí d'en Robert Restaurant · Fleca Jaume · Bucardo Cross Bike · Futbolf Catalunya · Autoservei Carme · Camping Maçanet de Cabrenys · La Coma · Servioliva · La Plaça · Salines Bassegoda · Mels Maçanet · Fruxuer · Els Cacadors de Maçanet Hotel · Restaurant · La Quadra Restaurant · Hotel · Mas Roquet Turisme Rural · Confitures Mas Roquet

Persianes Sol i Vent S.L. · matcarrelage.com · Obradors Fusteria i Decoració · Marctronic

organitza:

CEM BTT Senglanassos Maçanet de Cabrenys · Club Excursionista Maçanetenc CEM 1988



Herència familiar i l'ofici de la cuina

EL CAFETÍ DE LA SOCIETAT

El Cafetí de la Societat de Terrades reobre les portes amb una aposta clara per la cuina casolana de tota la vida

Des del passat mes de novembre, el **Cafetí de la Societat de Terrades** torna a bategar amb força. Després d'un llarg període amb les portes tancades per dur a terme una reforma i remodelació integral del local, aquest espai emblemàtic ha reobert les portes. La nova gestió familiar del negoci ha iniciat aquesta etapa amb una proposta de cuina tradicional basada en plats casolans, de xup-xup i de tota la vida.

Aquesta reobertura ha suposat un veritable impuls per a Terrades. En un moment en què el municipi havia anat perdent serveis de proximitat i punts de trobada quotidians, especialment després del tancament de la fleca local, el Cafetí s'ha convertit en un nou nucli de vida social i en un autèntic pulmó per al poble.

La reobertura del **Cafetí** s'emmarca en la rehabilitació de Ca la Lola, promoguda per l'Ajuntament, que vol convertir tot l'immoble en un nucli cultural i social que aculli tallers, presentacions de llibres i trobades veïnals, fent que el servei de bar actuï com a eix dinamitzador de la vida del poble.

Rere els fogons del **Cafetí** hi ha una trajectòria de dècades d'ofici en l'hostaleria de la comarca. La cuinera compta amb un bagatge consolidat després d'haver treballat durant nou anys en diferents restaurants de la comarca. «Vaig dir que no volia saber res més de l'hostaleria perquè és molt dur, especialment a la cuina, amb moltes hores i molta responsabilitat. Avui en dia és molt complicat trobar personal que tiri com un vol i que estigui a l'altura, així que t'ho has de fer tot tu sola», admet amb la franquesa de qui coneix bé la duresa del sector. Malgrat el desgast, la vocació i el pes de la memòria familiar van acabar decantant la balança: «Jo el que faig és la cuina que feia la meva mare, la cuina de l'àvia. Ella ja era cuinera i havia sigut cambrera; és el que he vist i he après tota la vida».

La proposta gastronòmica del **Cafetí** defuig conscientment les tendències culinàries d'avantguarda, les modes passatgeres i el menjar ràpid. La carta és un homenatge als plats tradicionals catalans que requereixen hores de preparació i



afecte als fogons. «Faig peus de porc amb cargols, mandonguilles amb sèpia, popets amb salsa, macarrons de l'àvia, bolets, pop a la gallega... coses d'abans. Avui en dia la cuina casolana està molt buscada perquè ja no s'estilen tant els plats de cassola de tota la vida», remarca la responsable.

Aquesta aposta per la tradició va estretament lligada a la matèria primera de proximitat i de quilòmetre zero. La verdura prové directament de productors de Vilafant, la carn s'adquireix a distribuïdors de confiança de Figueres i els cargols que s'utilitzen per fer a la llauna o per acompanyar els peus de porc es compren directament a un veí de Terrades que en certifica la qualitat.

L'oferta gastronòmica s'ha dissenyat per ser accessible a tots els públics i adaptar-se a les necessitats diàries. De dimarts a divendres s'ofereix un menú diari per 12 euros que inclou quatre primers i quatre segons a triar, pa, vi, aigua, xupito i postres casolanes, com el flam d'ou o la crema catalana, aquesta última «només els mesos més frescos per evitar que es talli amb la calor». Els caps de setmana, el menú passa a tenir un preu de 15 euros i incorpora opcions de carn a la brasa, com entrecot o xai. Així mateix, per als grups de més de deu persones s'ha preparat una proposta de 15 euros que inclou cinc entrants de pica-pica, combinant part freda i calenta, i un segon plat a escollir entre opcions de carn o peix.

La combinació de bon producte, preus ajustats i trajectòria professional ha provocat un fort efecte crida que va molt més enllà dels límits del municipi de Terrades. «Tinc molts clients que venen de fora, de Vilafant, de Borrassà o de Figueres, perquè molta gent ja em coneixia d'haver treballat durant anys en altres locals. Saben com cuino i saben què s'hi trobaran», expliquen els responsables del local.





El Cafetí funciona com un negoci estrictament familiar i recorre a personal d'extra únicament en moments puntuals, per exemple quan s'atenen grups grans. El local té un menjador interior acollidor amb capacitat per a unes 30 persones, però compta amb la possibilitat d'ampliar l'aforament utilitzant la sala gran de ball compartida amb l'Ajuntament o el jardí exterior. Precisament aquest espai verd ha estat el gran protagonista dels mesos d'estiu gràcies a les vesprades dels dissabtes. L'exterior del local disposa d'una petita tarima integrada per on han passat grups de música en viu de diversos estils, des del flamenc fins al rock o la música electrònica. Els arbres i les taules decorades amb llums converteixen el jardí en un acollidor escenari a l'aire lliure. Pel que fa a la gestió dels horaris, l'establiment manté els dilluns com a dia de descans setmanal. Durant l'estiu, el servei s'ha concentrat en els esmorzars i els dinars, amb horari de cuina de 13.00 a 15.30 hores i tancament cap a les 17.00 hores, un cop recollit el servei, ja que a les tardes la gent del poble es trasllada cap a les piscines o les platges de la zona per passar la calor. Amb l'arribada de la tardor i l'hivern, quan la vida torna al nucli urbà, **el Cafetí** obrirà els vespres dels divendres i els dissabtes.



Fotografies: Òscar J. Carrés



BAR-RESTAURANT

EL CAFETÍ

El Cafetí de la Societat Unió Terradenca és molt més que un restaurant: és un espai de trobada on es respira l'essència dels pobles de l'Empordà. Amb una carta variada i elaborada amb productes de proximitat, ofereix una cuina casolana i de qualitat, basada en plats típics de la zona. **Menú diari 12€ i cap de setmana 15€.**

C/ Major, 11 Terrades
Tel · 972 313 836 / 666 819 180



RESTAURANT

EL TRULL D'EN FRANCESC

Especialistes en cuina de temporada. Productes de Km0.

Placeta de l'Oli, 1
Boadella d'Empordà
Tel +34 972 569 027



RESTAURANT

CAN BATLLE

Cuina tradicional catalana, menú diari i cap de setmana. Terrassa.

Plaça de Baix, 7
17780 · Garriguella
Tel +34 972 530 598



RESTAURANT

MAS ULLASTRE

Gaudexi de la cuina tradicional ben elaborada. Productes casolans i de proximitat.

Crta. Capmany - Vilajuïga
Sant Climent Sescebes
Tel +34 972 545 001



RESTAURANT

VORAMAR

Cuina de mercat amb una proposta de plats de temporada. Terrassa davant el mar.

C/ Castellar, 23
17490 · Llançà
Tel +34 972 380 804



RESTAURANT

JR CASTELLÓ

Oferim menú diari amb plats variats i de qualitat. Esmorzars i tapes en un ambient agradable.

C/ Santa Clara,12
Castelló d'Empúries
Tel +34 972 158 621



RESTAURANT

LA FRATERNAL

Tenim un dels millors arrossos de la zona i cargols boníssims. Vins i oli d'Espolla.

Plaça del Carme, 4
17753 · Espolla
Tel +34 972 563 004



BAR

EL TRONCO

Algunes de les nostres especialitats són els callos, les tapes i la sèpia amb mandonguilles.

C/ de la Muralla, 16
Castelló d'Empúries
Tel · 649 112 915

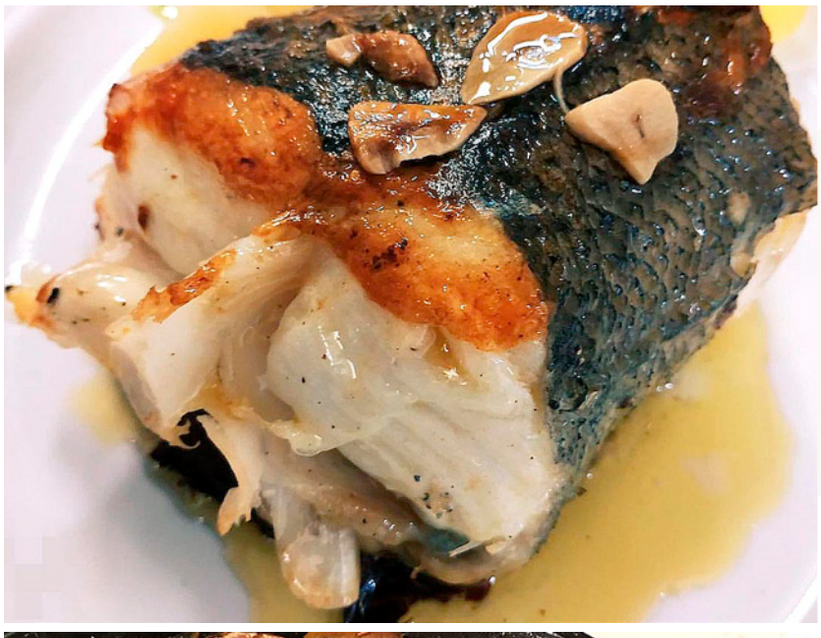


RESTAURANT

L'ARENGADA

Restaurant especialitzat en carn a la brasa, torrades i embotits ibèrics.

Ctra. d'Olot, s/n
17740 · Vilafant
Tel +34 972 513 831



RESTAURANT
CAN NARRA

Som un dels establiments amb més història de Llançà. Aquí podrà gaudir d'uns productes de qualitat i proximitat amb un tracte acollidor i familiar en un agradable ambient mariner. L'especialitat és el peix fresc, que prové de la llotja del Port de Llançà.

C. Castellar, 37 Llançà
Tel +34 972 380 178
www.restaurantcannarra.com



RESTAURANT
VENT DE LLEVANT

Oferim 23 varietats de paelles, entre arrossos, paelles i fideuás. Estem especialitzats en mariscades. També oferim l'especial pica-pica i una àmplia carta de plats. Disposem de menjar vegetarià i també oferim servei de menjar per emportar. A més, tenim una terrassa exterior a pocs metres de la platja

Passeig Marítim. Empuriabrava
Tel +34 972 454 771
Segueix-nos a les xarxes socials



HOTEL - RESTAURANT
BON RETORN

Presentem els nostres plats amb cura i detall. Triem els millors productes frescos i de qualitat de la comarca per a l'elaboració dels nostres plats per a oferir-li als nostres clients la millor experiencia gastronómica. Comptem amb una carta, que varia quatre vegades a l'any.

Av. Barcelona, 36 Figueres
Tel +34 972 504 623
www.bonretorn.com



CÒMODE I UNA EXPERIÈNCIA GASTRONÒMICA DE QUALITAT

RESTAURANT LA TERRAZA

El restaurant **La Terraza**, a Castelló d'Empúries, compta amb una àmplia oferta gastronòmica, on se serveixen deliciosos plats de cuina mediterrània i de mercat que s'adapta a cada temporada, amb productes frescos i de qualitat.
El restaurant disposa de dues terrasses i aparcament privat gratuït.
De dimarts a divendres Menú del dia, amb 6 primers i 6 segons a escollir, que es canvia cada dia. Menú vegà i vegetarià. També disposa d'un Menú de nit amb 10 primers i 10 segons a triar. Menú cap de setmana.

L'**Hostal Empordà**, a Castelló d'Empúries, és d'una estrella i té serveis molt complets i per sobre de la seva categoria.
Totes les habitacions són exteriors i disposen de televisor de pantalla plana, reproductor de DVD i bany privat amb articles de tocador gratuïts, calefacció i aire condicionat. A més, l'establiment ofereix internet wifi gratuïta a tot el recinte.

Av. Generalitat, 12 Castelló d'Empúries
Tel · 650 516 682 · 972 250 614





RESTAURANT
EL CORRAL DE SANT QUIRZE

Descobreixi un restaurant situat en un entorn incomparable. Els nostres plats, cuinats de manera tradicional estan elaborats amb productes de qualitat i ofereixen un ampli assortiment per triar. Vine a gaudir d'una experiència culinària única.

Monestir de Sant Quirze, Rabós.
Tel +34 972 193 186
IG@elcorraldesantquirze



BAR RESTAURANT
LA PARADA

Al restaurant La Parada podrà gaudir d'esmorzars de forquilla, menú diari o carta. Els nostres plats estan elaborats amb productes de qualitat i proximitat. Els oferim un espai acollidor amb un tracte familiar i un ambient agradable.
Disposem d'una acollidora terrassa.
Dimecres i diumenges nit, tancat.
Horari de 07.00h a 23.00h

C/ Alberes, 10 Pont de Molins
Tel +34 972 563 909



RESTAURANT S.A.P
BAR ANGEL

La Societat Avinyonet de Puigventós, amb un ambient familiar i acollidor, és el lloc ideal per gaudir d'esmorzars, dinars, sopars i trobades amb amics o família. Cuina casolana, carns a la brasa i una atenció propera converteixen cada visita en una experiència molt agradable.

Plaça Pous i Pagès, 1
17742 Avinyonet de Puigventós
Tel +34 872 028 249

RESTAURANT Bé..de gust

ESPECIALISTES EN
CARN A LA BRASA I A LA PEDRA

HORARI D'HIVERN : DE DIMARTS A DIVENDRES OBERT DE 06:30H A 23:30H
DISSABTES OBERT DE 07:00H A 23:30H DIUMENGES I FESTIUS OBERT DE 08:00H A 23:30H | DILLUNS TANCAT

EL PUNT DE TROBADA DE LA FAMÍLIA MOTERA

Bé..de gust quedar aquí

CARN A LA BRASA I A LA PEDRA



Carrer de l'Empordà, 74
17600 Figueres, Girona

RESERVES: **616 337 141**
+34 972 50 07 51

MENÚ DIARI 15€
CAP DE SETMANA 22€
MENÚ PER A GRUPS AMB RESERVA

GASTRONOMIA • AMBIENT MOTER • BONA COMPANYIA



De la física nuclear als formatges de l'Empordà

PASSIÓ PER L'OFICI

Phil Roberts uneix tradició formatgera britànica i territori empordanès amb formatges artesanals, sostenibles i de personalitat pròpia

Entre Terrades, Boadella i les Escaules, al peu de la Serra dels Avalls, hi ha nascut un projecte que uneix dues terres aparentment llunyanes però que, en mans de Phil Roberts, han trobat un punt de trobada: Anglaterra i l'Empordà. L'any 2020, a la masia de Can Carbassa, va començar a elaborar formatges artesanals de llet crua de vaca, recuperant tradicions formatgeres britàniques i reinterpretant-les amb producte local. Avui, Artesans dels Avalls compta amb sis formatges i una identitat pròpia que reivindica la sostenibilitat, la qualitat i el valor de fer les coses sense presses.

Vostè és d'origen britànic i ha viscut molts anys a Catalunya. Com va arribar fins a l'Empordà i què el va fer quedar-se aquí?
Vam arribar a Barcelona l'any 1987. Vam sortir d'Anglaterra perquè, quan Margaret Thatcher va guanyar per tercera vegada les eleccions a Gran Bretanya, la meva dona i jo vam decidir buscar un altre país, perquè no estàvem gaire d'acord amb el que estava passant allà. Bàsicament, vam deixar les nostres feines. Jo treballava a la petroliera Shell i la meva dona era a Londres. Vam decidir deixar la feina, vam carregar quatre coses al cotxe i cap a Catalunya, cap a Barcelona, a veure si trobàvem feina i pis. Ens van donar un termini de sis mesos i encara som aquí.

Abans de convertir-se en formatger va ser físic nuclear. Com es produeix aquest salt tan sorprenent entre la ciència i l'artesania?
És una casualitat total. Pel que fa a físic nuclear, vaig estudiar la carrera i tinc el doctorat en aquesta matèria, però mai havia exercit com a físic nuclear. Havia treballat en la indústria petroquímica, i aquí, a Barcelona, vaig estar treballant en el món de la construcció, a Dragados, i també vaig fer coses relacionades amb el ferrocarril i amb el metro. I per què em vaig convertir en artesà? Doncs perquè l'any 1992 vam comprar la finca i la casa aquí a l'Empordà i volíem venir aquí a viure i a treballar. Era una manera de poder residir aquí, a casa nostra, a la nostra finca de l'Alt Empordà.

Quan i per què va néixer la idea de fer formatges? Hi va haver algun moment concret en què va sentir que aquest ofici podia convertir-se en una nova etapa de la seva vida?



Sí. Abans d'organitzar això, el 2020, ja feia uns anys que estàvem pensant, mirant i investigant què podríem fer aquí amb la finca que tenim. Vam parlar amb assessors, consultors, agrònoms i tot plegat, i donant-hi voltes i més voltes vam decidir que potser fer formatge podria ser possible, amb una inversió raonable, petita. I és quan vam decidir que, a finals de 2019, ja hi aniríem de cara a ser formatgers.

Artesans dels Avalls va començar l'any 2020, en plena pandèmia. Va ser una casualitat, una necessitat, o potser el moment que li va permetre fer realitat una idea que ja feia temps que tenia al cap?
Això últim, perquè ho teníem tot a punt. Jo havia fet cursos de formatges, perquè no n'havia fet mai cap abans de venir a l'Empordà. Vaig fer un curs amb l'IRTA, vam preparar un projecte per fer una formatgeria i ho teníem tot a punt quan va arribar la pandèmia, va ser l'impuls, diguem-ne, per deixar les feines a Barcelona. Quan va començar el confinament, ens vam escapar de Barcelona i vam venir aquí. Llavors va ser l'oportunitat de posar en marxa la formatgeria.

Els seus formatges tenen una clara inspiració britànica —Cheddar, Caerphilly, Red Leicester, Stilton, Shropshire Blue...— però s'elaboren amb llet local i amb territori empordanès. Què passa quan la tradició anglesa es troba amb l'Empordà?
És una combinació meravellosa. Per una banda, tenim tota la tradició dels formatges britànics, que és la base del que fem, i per l'altra, tenim la llet, el clima i el territori de l'Empordà. Nosaltres intentem mantenir l'essència d'aquests formatges, però adaptant-los al lloc on els fem. I això fa que, al final, siguin formatges amb una clara inspiració britànica, però també molt vinculats a aquest territori.

Per què va voler recuperar precisament aquestes tradicions formatgeres britàniques aquí, en lloc de fer formatges més vinculats a la tradició catalana?
Aquí, a Catalunya, crec que hi ha entre vuitanta i cent formatgeries artesanes i ningú fa formatges britànics. Vam pensar: mira, fem una cosa particular i ens diferenciem dels altres. A mi sempre m'havia agradat molt el formatge britànic. Em donava una mica de por, per la mala fama que té la gastronomia britànica, però els formatges realment són espectaculars, són molt bons. I són molt poc coneguts fora del país, menys el Cheddar i el Stilton, que sí que són coneguts a nivell mundial. Però hi ha molts formatges molt bons i molt populars al Regne Unit que aquí no es coneixen. La idea era fer una cosa diferent. I per sort, ha funcionat.

Tots els seus formatges són de llet crua de vaca i treballen amb llet d'origen local. Quina importància té per a vostè la qualitat de la llet i la relació amb els ramaders?
És primordial. La llet és la clau de tot. Ara només treballem amb una granja, d'Avinyonet de Puigventós, de la família Clavaguera. Havíem treballat amb tres granges en total, però la llet és diferent en cadascuna. Encara que sigui la mateixa raça, dins de la raça la genètica és diferent, l'alimentació és diferent, tot és diferent. Vam decidir concentrar-nos i treballar amb només una granja. I el Jaume Clavaguera, que porta la granja, s'ha implicat moltíssim en el projecte. Per exemple, l'any passat van instal·lar uns robots a la granja, cosa que ens canviava una mica la forma de recollir la llet. Nosaltres anàvem a les sis del matí a recollir directament la llet calenta de la vaca. Amb els robots, però, les vaques es munyen durant tot el dia. Aleshores, entre el Jaume i nosaltres, vam treballar per buscar i trobar una solució amb un tanc especial per poder seguir recollint la llet de la nostra manera. Així que sí, és molt important la relació, i jo crec que tenim el privilegi de tenir molt bona afinitat amb el Jaume Clavaguera.

Parlem de la manera de fer. Què significa avui elaborar un formatge de manera artesanal? Què aporta fer-lo a mà que no pugui proporcionar un procés industrial?



Fer un formatge és un procés molt senzill. Però el complicat, el que és difícil, és que surti un formatge igual cada dia, perquè la llet varia cada dia, ja que no sempre agafes la llet de la mateixa vaca. Al llarg de l'any també va canviant la llet. La llet d'agost no és igual que la llet de desembre. Hi ha petits canvis que l'artesà ha de treballar i als quals ha d'estar atent. Això vol dir que hi ha petites variacions en el formatge. Un formatge industrial ja saps que constantment surt igual, perquè a les grans fàbriques reben la llet, la descomponen i la recomponen, i aconsegueixen tenir una llet estàndard cada dia.

En canvi, artesanalment ni volem ni podem fer-ho. Així doncs, en concret, fa que es generi un formatge artesanal bo o molt bo.

La maduració en cova és una part essencial del seu projecte. Què li fascina d'aquest procés en què el temps, la humitat i els microorganismes acaben transformant una peça?

Per mi és fantàstic. Fer formatge combina tots els meus interessos, perquè és ciència, naturalesa i gastronomia.

És tot en un. És un procés molt interessant, perquè veus que el formatge entra a la cova amb un color, una consistència i unes característiques, i entre vuit i dotze setmanes més tard és una altra cosa. I durant aquest temps l'hem de controlar molt.

Hem de vigilar la temperatura i la humitat, cosa que no és gens fàcil aquí a l'estiu, per les variacions i les fortes temperatures. Però és fantàstic, la veritat.

Dels sis formatges que fan, n'hi ha algun que senti especialment seu, que representi millor el que és Artesans dels Avalls?
Potser el que més es ven, que és un 50% de la producció que fem, és el Blau del Mas, que és un formatge blau basat en el Shropshire Blue, que és una variant del famós Stilton. És un formatge molt interessant i sempre té molt bona acollida entre la gent, sobretot pel color.
Fem dos formatges que porten un colorant natural que ve d'una planta tropical, l'arxiota, que és un colorant que s'utilitza en el món formatger a França i a la Gran Bretanya. Aquí, a aquest costat dels Pirineus, no s'acostuma a utilitzar. Jo crec que, almenys a Catalunya, som dels pocs que elaborem formatges de color taronja, i potser a tota Espanya.

El Xedolí és un cheddar fet a l'Empordà i madurat amb una tela impregnada d'oli d'oliva. És potser una bona metàfora del seu projecte: una tradició britànica reinterpretada aquí. Fins a quin punt els interessa innovar a partir de la tradició?
Jo crec que és una mica la història del món del formatge: ell mateix es va adaptant a la climatologia, al país on es fa. Molts dels formatges que es fan a Catalunya, per la proximitat amb França, tenen molta influència francesa. I nosaltres, sobretot amb el Xedolí, ho hem adaptat. Normalment, a Anglaterra sobre la tela s'hi posa greix de porc. Nosaltres aquí utilitzem oli d'oliva, un producte mediterrani.
Una altra cosa és el formatge que tenim que es diu Eixart. Vam posar-li aquest nom perquè aquí estem entre la serra dels Avalls i la serra dels Eixarts. Un dia, buscant al diccionari de Pompeu Fabra, vaig descobrir que la paraula «eixart» vol dir un empelt. I vam pensar que era un bon nom per al formatge que havíem fet, perquè és una espècie d'empelt: un formatge britànic en una soca catalana.

La sostenibilitat és un dels principis del projecte. Què significa per a vostès ser sostenibles més enllà de l'ús d'energies renovables?
Ho és tot per nosaltres. El tema de l'energia renovable l'hem de fer per força, perquè per la ubicació que tenim aquí no arriba la xarxa elèctrica. I jo, com a enginyer físic, em va atreure el repte de muntar els sistemes solars per ser totalment autònoms.
Som totalment renovables. L'aigua ve d'un pou, però si s'asseca el pou, ja que estem en una zona amb molt poca aigua, recollim l'aigua de la pluja. I últimament, per ser encara més sostenibles, hem comprat un cotxe elèctric i, en lloc d'utilitzar un grup electrogen com a suport, utilitzem el cotxe. Així, pràcticament no gastem combustibles fòssils.

La formatgeria està en un entorn molt especial i poc conegut de l'Alt Empordà. Quan i com influeix aquest paisatge en la seva manera de treballar i en la identitat dels formatges?
En la forma de treballar: per la ubicació que tenim, per la poca aigua que tenim i per la llum, amb les plaques solars, hem de ser molt, molt curosos en la manera de treballar, de gastar l'energia i de gastar l'aigua. Crec que és una cosa molt important.
Jo estic jubilat, i ara que les meves filles aquest any han agafat el negoci, crec que elles estan molt sensibilitzades amb el tema de l'energia. Jo crec que la pau i la tranquil·litat que tenim aquí en aquesta zona es transmeten i s'absorbeixen en el formatge.

Quan veu un dels seus formatges acabat i el tasta, què busca? Què ha de tenir una peça perquè pensi: «Sí, aquest és exactament el formatge que volia fer»?
Nosaltres utilitzem receptes tradicionals i estem basats en els formatges típics d'Anglaterra. No pretenem que surtin igual que els formatges britànics, perquè és impossible per la diferència de clima i tot plegat.
Però, per exemple, quan obres un formatge blau, pot ser que les vetes blaves no s'hagin desenvolupat bé i quedi poc blau. Però quan obres un blau i està ple de blau i la distribució de les vetes és perfecta, aleshores és gairebé aquest formatge que no vull vendre: me'l quedo jo.

I per acabar: després de tots aquests anys a Catalunya, quan fa un formatge amb una tradició que li recorda Anglaterra, però amb llet i paisatge de l'Empordà, el sent més anglès, més català o ja simplement un formatge dels Avalls?
Una bona pregunta. Per mi, és un formatge dels Avalls, i espero que d'aquí a cent anys aquest formatge sigui un producte tradicional i típic d'aquest territori. I que es parli d'uns orígens britànics molt llunyans, perquè, en realitat, és un formatge d'aquí.



CARNISSERIA-XARCUTERIA

PELAI

El secret de l'èxit és la qualitat de les materies primeres i el caràcter totalment artesà amb el qual elaborem els productes. Destaquem pels embotits assecats (fuets, llonganisses, lloms i cansalades), pels cuits (botifarra blanca, de fetge, de cap, d'ou, de perol, negre i catalana) i, sobretot, per la botifarra dolça.

C/ Espolla, 14 Sant Climent Sescebes
Tel +34 972 563 008
www.pelai.com



DE PROXIMITAT
CAN FRANCESC

Fruites i verdures de proximitat, comestibles, estris agrícoles, venda de planters, terres vegetals, adobs orgànics, ecològics i químics. Pinsos, cereals i alimentació per animals. Venda de gallines de diverses races segons demanda. I recordi tot el que venem és de primera qualitat.

C/ Santa Clara, s/n
Castelló d'Empúries
Tel +34 972 250 291



CARNISSERIA
CAN MARTÍ

Som una carnisseria i xarcuteria de primera qualitat situada al centre de Figueres.
Fundada l'any 1986 per la família Giró Oriol. El nostre servei i la qualitat dels nostres productes són la nostra garantia.
Disposem d'una gran varietat de formatges .

Carrer Besalú, 5 Figueres
Tel +34 972 510 415
www.canmartifigueres.com



TRULL D'OLI
YLLA

DES DE 1873

Amb més de 140 anys d'experiència en el món de l'oli, som en l'actualitat un referent a l'Empordà.
A la botiga del Trull, podreu trobar-hi a més del nostre Oli de l'Empordà i la nostra olivada, altres productes empordanesos com el vi, la mel i olives. Sabons fets a base d'oli d'oliva, productes ecològics.

C/ Plaça de l'Oli s/n Cabanes
Tel +34 972 505 980
www.trull-ylla.cat @trullylla



LA CARNISSERIA
DE LA NÚRIA

La millor carn de l'Empordà, embotits d'elaboració pròpia plats cuinats amb els millors ingredients.

C/Eduard Rodeja, 10
17600 Figueres
Tel +34 972 502 470
Whatsapp 627 731 406



ROSTISSERIA
LLANÇÀ

Gran varietat de plats per escollir. Pollastres espatlles de xai, conill, costelló de porc, galtes i molt més.

C/ Gardissó, 1
17490 Llançà
Tel +34 972 380 760



CARNISSERIA
CAN SALVI

Som especialistes en xai de llet i tenim ramat propi a les Alberes. Productes ecològics, embotits.

Plaça Major, 6 Vilajuïga
Tel +34 972 530 624
www.cansalvi.com



COMESTIBLES
M R DUXANS

Alimentació de proximitat, estanc llibreria, productes de neteja i molt més.

Pl. Carles Camps, 2
Sant Llorens de la Muga
Tel + 34 972 542 040



RESTAURANT
PORTOBELLO

Especialistes en fideus, arrossos mariscades i tapes. davant el mar.

Av. de Rhode, 111
17480 · Roses
Tel +34 972 154 265



PER EMPORTAR
CA LA PETRONILA

Gran varietat de plats cuinats per emportar elaborats amb productes de la zona.

C/ Nou, 35
17600 Figueres
Tel +34 972 511 864



PLATS CUINATS
LA CUINETA

La Cuineta és espai de cuina casolana, proper i familiar, amb cuina per emportar tradicional i saborosa

C/ de Tapis, 29
17600 Figueres
Tel +34 972 507 401



SUPERMERCAT
PRÒXIM

Els oferim un ampli assortit de fruita fresca, alimentació congelats, pa i molt més.

Pl. Carles Cusí,11
St. Climent Sescebes
Tel +34 972 563 168

També menjar per emportar



A Buffet Costa Brava ofereim una àmplia varietat de plats de cuina mediterrània i casolana. La nostra proposta combina qualitat, sabor i diversitat per satisfer tots els gustos. Una opció ideal per gaudir d'un bon àpat amb una excel·lent relació qualitat-preu. **(Zona Eurospar)**

C/ Camprodon, 2-4
17490 Llançà
Tel · 636 562 852





BAR-RESTAURANT
VISTA ALEGRE

El Bar Restaurant Vista Alegre de Llançà és un establiment de cuina casolana que ofereix esmorzars, tapes, entrepans i carns a la brasa. Destaca per l'ambient familiar, el tracte proper i una proposta gastronòmica senzilla basada en la cuina tradicional i els productes de proximitat.

C/ Estació, 1 Llançà
Tel +34 872 012 739
rfernandez_1974@hotmail.com

Edifred

ELECTRODOMÈSTICS

EQUIPAMENT PROFESSIONAL
PER AL **TEU NEGOCI**

VINE A DESCOBRIR TOT EL QUE EDIFRED POT FER PEL TEU NEGOCI

Solucions en equipament industrial per a restaurants, hotels, cafeteries, bars i comerços.

ESCANEJA EL QR
I DESCOBREIX
TOTES LES OFERTES



Vitrina expositora

VRE-100
1000x913x1237h

- Refrigeració ventilada
- Ideal per a bar, restaurant i cafeteria

1.444 € + IVA



Taula refrigerada

Snack2200TN
1360x600x960h

- Temperatura de 0° a +10°
- Gran capacitat de treball

1.029 € + IVA



Cuina professional

Des de **4.000 €** + IVA

- Opcions a gas i elèctriques
- Diferents mides i configuracions



Rentavaixelles ST500

Cistella 50x50

- Alt rendiment per a hostaleria
- Cicles ràpids i eficiència

1.149 € + IVA



Armari refrigerat

360 L
580x610x1980mm

- Ideal per a begudes i productes frescos
- Il·luminació LED

499 € + IVA



Càmera frigorifica

A partir de

- Diferents mides i temperatures
- Instal·lació i assessorament professional

3.700 € + IVA



Mural expositor

MPL070-R
705x700x1998h

- Refrigeració ventilada
- Gran visibilitat del producte

1.899 € + IVA

SUBMINISTRAMENT I TRANSPORT (consultar)

INSTAL·LACIÓ PROFESSIONAL

SERVEI DE GARANTIA EN DESTÍ

FINANÇAMENT A MIDA

ASSESSORAMENT EXPERT

Ctra. de Roses, 71
17484 Vilatenim (Girona)

972 50 18 55

www.edifred.es

comercial@edifred.com

Equipem el teu èxit

PROMOCIÓ
UNITATS LIMITADES

7 zones de fermesa
Millora l'alineació del cos.

ViscoSense
S'adapta a les teves línies.

Doble cara DualSystem
Frescor a l'estiu i calidesa a l'hivern.

Teixit Tacte Suau
Transpirable, resistent i fàcil de netejar.

Sistema SpringProtect
Carcassa de molles encapsulades.



90 x 190	135 x 190	150 x 190
~~267€~~	~~368€~~	~~406€~~
ARA	ARA	ARA
198€	268€	295€

SUPER MOBLE
Ctra. de Roses, s/n
17600 Figueres (Girona)
972 50 91 23
supermoble@moblesgimeno.com

MOBLES GIMENO
C/Méndez Núñez, 30
17600 Figueres (Girona)
972 50 37 28
moblesgimeno@moblesgimeno.com

MOBLES ANDORRA
C/Méndez Núñez, 59
17600 Figueres (Girona)
972 50 98 72
moblesandorra@moblesgimeno.com

50 ANIVERSARI
MOBLES GIMENO
www.moblesgimeno.com
SEGUEIX-NOS A LES XARXES

FABRICACIÓ PRÒPIA · MATERIALS PREMIUM · DISSENY FUNCIONAL · ACABATS EXCLUSIUS · SOSTENIBILITAT I FUTUR