

el batall



número 154
BUTLETÍ
ESQUELLES
desembre 2014

Índex

Editorial	3
• Sants innocents tots aquí presents!	3
Activitats GEAE 2014	
• La Volta al Mont en 80 fites	4
• Tot organitzant la mostra	5
• Sortides	
“Coneguem els nostres camins”	6
Tot un món	
• Sortides els dimarts	7
La Junta informa	
• Breus	8
• Millora important en les rutes d'Amer	9
• La gestió d'altres, baixes i dades del grup	10
Escalada	
• Enamorats d'una sirena!	11
Alta muntanya	
• I per sant joan, seguim escalant!	12
La Proposta	
• El Pedraforca	14
Sona una Esquella	
• D'El Batall a El Vèrtex	17
Esquella a la vista!	17
Col·laboracions	
• Descobrim el nostre entorn	18
• Educar en verd	20
• Recomanacions APPS	21
Herbilis	
• Romaní - <i>Rosmarinus officinalis</i>	22
Esquellerincs	
• Carta als reis	23
• Llistat Esquellerincs	23

EDITA: Grup Excursionista Amerenc Esquelles (GEAE)

CONSELL REDACTOR: Irene Bosch, Noemí Casadellà i Isabel Junquera

MAQUETACIÓ: Adriana Fontàs

CORRECCIÓ DE TEXTOS:
Servei Comarcal de Català de la Selva

FOTO PORTADA:
Josep Fontàs · Novembre 2014
Col·locació de senyals al poble

IMPRÈS EN PAPER RECICLAT



Calendari d'activitats 2015

GENER

Dia 9. Assemblea ordinària (en acabar, els germans Roca oferiran una degustació)

Dia 17. Sortida a la neu: el Gra de Fajol

Dia 25. Coneguem els nostres camins

Dia 31. Aplec de Santa Brígida i V Concurs Fotogràfic Nummulit

FEBRER

Dia 1. Aplec de Santa Brígida i V Concurs Fotogràfic Nummulit

Dia 22. Coneguem els nostres camins

MARÇ

Dia 14. Actes de l'aniversari del grup

ABRIL

Dia 12. Sortida naturalista

Dia 26. Coneguem els nostres camins

MAIG

Dia 17. Marxa de les Ermites

Dia 31. Coneguem els nostres camins

JUNY

Dia 13. Sortida als Pirineus

Dia 28. Coneguem els nostres camins

JULIOL

Dia 4. Ruta Nocturna

Dia 11. Memorial Pere Fontàs

Dia 26. Coneguem els nostres camins

Edició d'El Batall

SETEMBRE

Dia 20. La Volta al Mont

Dia 27. Coneguem els nostres camins

OCTUBRE

Dia 4. La Ruta

Dia 25. Coneguem els nostres camins

IV Mostra d'Audiovisuals de Muntanya i Aventura Cingle de Santa Brígida

NOVEMBRE

Dia 29. Coneguem els nostres camins

DESEMBRE

Dia 20. Portada del pessebre

Edició d'El Batall

Col·labora



Ajuntament d'Amer

Contacte

Grup Excursionista Amerenc Esquelles
Plaça del Monestir, 5 (Can Boles)
17170 AMER – (Girona)
esquelles@hotmail.com
www.esquelles.org
www.facebook.com/gea.esquelles
Twitter: @esquelles

Acabem l'any i, o bé de manera espontània o bé havent-hi reflexionat, en algun moment deixarem anar un “sí, un altre any que ja ha passat”. I hi pot haver dues actituds: la de *qui dia passa, any empeny* o la d'Amunt i Endavant. Com sabem aquesta actitud és la que el Grup Esquelles ha fet servir des de la seva fundació com a lema de l'entitat i que gairebé 46 anys més tard continua plenament vigent. I, el que és més important, no continua només vigent com a lema oficial del Grup, sinó que ha anat impregnant, en major o menor mesura, la manera de fer de qui coneix l'entitat i hi participa.

Un pas rere l'altre, i resulta que la mainada i joves del poble han pogut conèixer el nostre entorn a través de la seva participació al Casal d'estiu i que, gràcies a l'esforç conjunt de famílies i monitors i monitores, els dissabtes al matí podran gaudir d'un temps d'esbarjo i aprenentatge que fa revifar l'Esplai La Teranyina i recull els valors del Grup.

Un pas rere l'altre, i resseguint una de les activitats emblemàtiques del Grup, la Volta al Mont, i encara sense haver-se refet de la pujada, un grup de joves comença a embastar “Els pastorets”; encara no és acabada una sardana, que qui ens fa marcar curts i llargs a l'Aplec de Santa Brígida decideix organitzar una sortida al Pedraforca.

Un pas rere l'altre, i resulta que des de l'arc mediterrani i fins a Sud-àfrica podem anar resseguint el mateix clima i deixar-nos convèncer per la mateixa olor del romaní.

Amb calma, gaudint de les estones emmarcades en les activitats, coneixements i valors que traspua el Grup Esquelles i que contagia a qui s'hi suma, amb un pas rere l'altre, ens plantem al 2015 amb el lema del Grup Esquelles més vigent que mai: Amunt i Endavant.

Consell redactor

Sants innocents tots aquí presents!

D'on neix la tradició de fer innocentades?

El dia dels sants innocents o dels innocents és la commemoració de l'anomenada matança dels innocents (un episodi de l'Evangeli segons Sant Mateu) segons el qual Herodes el Gran, rei de Judea, va ordenar matar tots els nens menors de dos anys per matar també Jesús. Les esglésies cristianes veneren aquests nens morts com els primers màrtirs del cristianisme, amb el nom de **Sants Innocents**. En recordatori d'aquesta data, fixada el 28 de desembre, arreu d'Espanya i a diferents països hispanoamericans, hi ha la tradició de fer bromes i “penjar llufes” en representació de les enganyifes que els pares dels infants es van haver d'empeçar per tal de protegir els seus petits de l'assassinat i allunyar-los dels perseguidors enviats per Herodes.

El Batall no es pot escapar d'aquesta tradició tan nostrada... busca les innocentades entre els escrits publicats.



La Volta al Mont en 80 fites

21 de setembre

Passepartout, amb els ulls excessivament oberts, les parpelles i les celles alçades, els braços caiguts, el cos abatut, oferia, doncs, tots els símptomes de la sorpresa portada fins a la incredulitat.

— La volta al món! — va exclamar.
— En vuitanta dies — respongué Phileas Fogg.

8 del matí d'un diumenge qualsevol. El dia es lleva fred i humit, il·luminat per una tènue llum que aconsegueix travessar la densa capa d'uns núvols blancs que ens acompanyaran al llarg de la jornada. L'ambient ens recorda per un moment que ens trobem a la tardor i no a l'estiu com els dies anteriors. El temps és boig. Surto de casa

amb l'estranya sensació que el llum de l'habitació ha quedat obert, i em pregunto si sóc la primera persona que abans de fer la Volta al Mont ha tingut la mateixa sensació.

A l'estació d'Amer ens reunim un grup d'excursionistes units pel mateix propòsit: fer la Volta al Mont. Comencem la ruta direcció a la font del Turó. Avancem tots units, enmig d'un ambient d'alegria i complicitat. Converses sobre futbol, política i bolets ens acompanyen fins a arribar al trencant de la font del Turó. La pujada comença, i ja no l'abandonarem fins a arribar al castell d'Estela, la nostra primera fita. Enmig de la pujada el grup es trenca. De seguida s'observa que entre els

qui avancem hi ha els qui fan la Volta al Mont amb la intenció d'establir la millor marca; hi ha els qui aprofiten la volta per collir bolets amb què omplir la cassola del diumenge; i finalment, hi ha els qui simplement volen fer la ruta, al seu ritme, sense pressa, però sense pausa. Continuem el camí, pas a pas, i com aquell qui no vol la cosa, arribem als peus del castell d'Estela. Davant nostre s'alça una pujada recta. Més que un camí sembla una esllavissada. Ni un senglar amb el suficient sentit comú pujaria per aquell camí. Els entesos en la ruta asseguren que aquell és el camí. Així doncs, enfilem cap al castell. Pugem amb més convicció que força, amb més orgull que energia. Ataquem el tram final, i a l'arribada ens dona la benvinguda una estelada que "vola com au galana per damunt del nostre anhel". Tenim la vall als nostres peus. Per un moment, fixem les mirades en l'horitzó. Que bella que és la nostra terra!

Al cap de pocs minuts de fer cim, ens tornem a posar en ruta, encara no hem fet ni la meitat del camí, però ens acompanya la sensació que el més difícil ja està fet. Caminant, caminant, arribem a l'altura del Mont, però no hi ha temps per analitzar el que acabem de fer, i seguim en ruta. Abans de començar la baixada en direcció un altre cop a la vila, ens parem a esmorzar a la parada que els Esquelles han muntat. Aquell reconfortant cafè ens donà energia per continuar.

Iniciem el tram de baixada de la ruta. L'ambient és més distès. Els pastors congregats per l'ocasió aprofitem l'ambient per començar a planejar l'obra. Es podria dir que *Els pastors* d'enguany sorgeixen tot fent la Volta al Mont. I és que, com he dit abans, a la Volta al Mont no s'hi va simplement a caminar, s'hi va a passar una bona estona. S'hi va a superar-se un mateix, a establir nous límits. S'hi va a fer poble, a fer país.

Narcís Junquera i Cros



Tot organitzant la mostra

18 i 19 d'octubre

Aquest any ja hem portat a terme la 7a edició de la Mostra d'Audiovisuals de Muntanya i Aventura Cingle de Santa Brígida, com passen els anys...

Tot va començar l'any 2008, quan en Jordi Rabionet, membre en aquells moments de la junta, ens proposa a en Josep Capdevila i a mi d'anar a una de les reunions. Cal dir que en aquells anys érem una colla de socis força actius, i la idea era canalitzar una mica les ganes de fer coses i fer-ne participis la resta de socis. Vam sospesar diverses idees, algunes de prou llunàtiques, però, com que en aquella època anàvem sovint a veure documentals de muntanya, al final ens vam decantar per aquesta opció. M'agradaria remarcar que la junta d'aquell any va ser la gran "culpable" que tot tirés endavant, ja que ens van insistir molt i ens van donar suport en tot moment. Total que anàvem amb les espatlles ben cobertes...

Però tot i així quan ens vam assegurar per començar a engegar el tema, va ser quan vam ser conscients del merder en què ens havíem posat. Trobar el nom de la mostra va ser el més fàcil, però anar a veure els possibles col·laboradors ja era una altra cosa... Abans d'anar-hi havíem de definir el cartell, perquè per poder vendre s'ha d'oferir el producte, i com que érem novells i no disposàvem de gaire temps vam optar per portar com a únic ponent d'aquell any en Ferran Martínez, un escalador sabadellenc que feia poc ens havia fet un curs d'escalada i que sabíem que feia xerrades. Però per acabar-ho d'embolicar ens animem a organitzar el matí del dissabte una "escalada popular" oberta a tothom i amb dinar inclòs... Un cop concretat el cartell tocava el que vèiem més feixuc... Aquell any vam passar per tots els establiments i empreses d'Amer, a banda d'altres de la rodalia. I és clar, demanar col·laboració per a una mostra que no s'havia fet mai i sobre un tema que per més que a nosaltres ens apassioni no és gaire popular va ser tot un repte. Des d'aquestes ratlles també m'agradaria agrair a totes les per-



sones que ens van atendre i ens van acabar ajudant. Un cop definits el ponent i els col·laboradors, calia recopilar la informació per poder fer els programes i cartells, i un cop recollit demanar a un amic que ens fes un cartell ràpid, bonic i, és clar, sense cobrar-nos res. Així doncs, tenint en compte el fet que érem novells organitzant i que va anar tot força ràpid, el resultat va ser prou satisfactori.

Amb l'empenta del primer any la següent edició ja va ser una mica més ambiciosa, i fem el "salt" a ponents més mediàtics. La feina d'organització també es veu diferent, amb l'experiència de l'any anterior i amb un llistat de col·laboradors ja definit la feina es fa més fàcil i anem més organitzats. L'únic que canvia i fa patir una mica és que el fet de portar algun alpinista de renom —en la segona edició aconseguim fer venir l'Òscar Cadiach— fa que a causa del ritme de vida que solen portar i al fet que estiguin permanentment planejant nous reptes, sempre et queda una mica de neguit pensant que no passi res a última hora i no puguin venir. No ens ha passat mai en aquests set anys, però el fet que s'hagi de lligar el tema dels ponents uns quants mesos abans de la mostra fa que quan llegeixes en webs i en revistes especialitzades que ara l'Òscar és a l'Himàlaia, que en Ferran Latorre marxa al K2 o que la Núria Picas té un acte al País Basc el dia abans de la mostra, fa que sempre estiguis una mica amb la mosca darrere l'orella. Però tot ha sortit sempre bé i tothom ha complert amb escriure.

Les següents edicions van seguir la mateixa tònica: escollir uns ponents



que estiguin al nostre abast, anar a trobar els col·laboradors, i lligar diferents temes com l'escalada popular, el castell inflable, els sorteigs del final de la ponència i altres. Cada any també tenim la típica discussió de qui fa les presentacions, el sorteig o qui dona els regals, tot i que en les darreres edicions ho hem arreglat una mica...

A partir de l'any 2012 es reforma l'organització de la Mostra i la junta crea una comissió que es dedicarà a organitzar-la, amb l'ajut de la mateixa junta. Aquesta comissió la formem en Jordi Rabionet, l'Albert Planagumà i jo mateix. Com ja he dit, la resta de la junta ens dona un bon cop de mà a l'hora de passar a veure els col·laboradors, en la confecció del programa i en tot el que ens cal per poder tirar-ho endavant.

I d'aquesta manera han anat passant aquests primers 7 anys de vida de la Mostra d'Audiovisuals de Muntanya i Aventura Cingle de Santa Brígida, i esperem que en siguin molts més!

Relació de ponents

- 2008: Ferran Martínez (Caranorte)
- 2009: Òscar Cadiach / Eduard Barceló
- 2010: Josep Ajram + Lluís Collell / Araceli Segarra
- 2011: Arnau Julià + Joan Soler / Eduard Sallent
- 2012: Joan Cardona / Ferran Latorre
- 2013: Jordi Tosas / Marc Pinsach
- 2014: Xavier Sadurní / Núria Picas

Marçal Marcos

Sortides "Coneguem els nostres camins"

Darreres sortides

Agost - Desembre 2014

26 d'octubre (sortida 29)

Participants: 16

A dos quarts de 9 estem a punt per sortir. El mateix dia es fa la cursa de BTT i sembla que coincidirem en algun tram.

Amb pas d'anar fent, arribem a Santa Brígida: visita a l'ermita i continuem la marxa. A la pista del Bruguer ja trobem el primer ciclista, que va passar com un llamp. Seguim i... alerta que en vénen més! Decidim esmorzar en un racó de la pista, mentre veiem passar els ciclistes.

Refets i veient que ja no en vénen gaires, continuem la marxa fins a arribar al Pla de Poriol i continuem fins als Tres Rocs. Alguns i algunes pugen al roc del mig i d'altres anem a visitar la cova. Seguim direcció Roca Bandera: bona vista! Foto de família i altre cop fins a arribar al collet dels Tres Rocs i avall que fa baixada.

Quan som a l'alçada de Canadell, altre cop trobem la cursa. El corriol és molt estret i tenim el cor una mica encongit... sort que l'últim està alerta i ens informa: biciiii! Però amb poca estona arribem al Solivent, on ens veiem del tot salvats!



30 de novembre (sortida 30)

Anul·lada per mal temps.

Properes sortides

Gener - Juny 2015

25 de gener

Amer - Carril bici - Can Ter - El Rajolet - Roques Negres - Can Boada - El Reverter - Can Pau - Cruïlla de Can Puig - El Branzell - Amer.

Sortida de la plaça del Monestir a les 8 del matí.

Hores de marxa (aprox.): 3h 45min.

22 DE FEBRER

Amer - Font del Turó - Can Molsa - La Plana - Castell d'Estela - Collet de les Saleres Velles - El Gallisà - Camí Voramera - Amer.

Sortida de la plaça del Monestir a dos quarts de 9 del matí.

Hores de marxa (aprox.): 3h.

MARÇ

Descans per Setmana Santa.

26 D'ABRIL

Amer - Pista de Can Catau - Camí de les Gorgues - Els Fusos - Can Sensaire - Pla de Poriol - Els Tres Rocs - Roca Bandera - Puig Dalí - Torre Rocasalva - Canacell - Solivent - Amer.

Sortida de la plaça del Monestir a dos quarts de 9 del matí.

Hores de marxa (aprox.): 2h 45min.

31 DE MAIG

Amer - Santa Brígida - Puigserador - Turó del Bruguer - Collet del Puig del Moro - La Blanquera de Dalt - Ca l'Hereu - La Blanquera - La Fàbrega - El Busquets - Font d'en Fàbregues - Font dels Capellans - Camí del Reg - Amer.

Sortida de la plaça del Monestir a les 8 del matí.

Hores de marxa (aprox.): 3h 40min.

28 DE JUNY

Amer - Bici Carril - Camí Voramera - Gorga de Can Paulí - Camí de l'Aragonés - Camí del Reg - Amer.

Sortida de la plaça del Monestir a dos quarts de 9 del matí.

Hores de marxa (aprox.): 2h 40min.

Josep Fontàs

Sortides els dimarts

En aquest apartat del nostre butlletí habitualment hi publiquem ressenyes de viatges, activitats i visites que han tingut lloc a uns quants

quilòmetres de casa nostra. Aquesta vegada, però, fem un punt i a part, parem a reflexionar... i ens adonem d'una obvietat: quants móns per descobrir

que tenim al nostre voltant, indrets i persones properes per descobrir tot caminant, tot voltant món.

Som una colla de vilatans, la majoria jubilats (menys en període de vacances, durant el qual se'ns afegeixen altres persones) que tenim per costum sortir a caminar els dimarts. Podeu creure que és un plaer perquè pràcticament no trobem mai a ningú (si no és algun jubilat igual que nosaltres).

Crec que és interessant que expliquem com va venir aquesta afició. Doncs bé, resulta que ja fa molt temps el mossèn Enric i en Francesc Guitart (l'Aiano) ja anaven a caminar els dimarts. El mossèn, gran coneixedor del país, portava en Francesc a racons força desconeguts per a molta gent. Com la majoria sabeu, en Francesc malauradament ens va deixar ja fa un temps, però abans que succeís en Pere Font (Pere Bagué) ja s'havia afegit al grup i ell va continuar acompanyant el mossèn i per les vacances s'hi afegien tota una colla, abans ja mencionada, sobretot del món de l'ensenyament, Mercè V. Lurdes C.- Joan M., entre d'altres.

D'un temps ençà s'hi han anat incorporant més components (Xavier T., Miquel C. Joan S.), alhora que el mos-



sèn s'ha anat fent gran i finalment s'ha hagut de retirar molt a contracor seu.

Qui ha agafat el relleu d'escollir els llocs és en Pere Font, ja que el mossèn li ha deixat un bon llegat de racons bonics.

El que escriu s'ha afegit al grup fa un any i mig, i ja hem fet un munt de sortides, en alguns llocs no hi havia estat mai (torrent de la Cabana, serra de

Bufadors...) i d'altres sí (Costabona, Comanegra, Sant Aniol d'Aguja, Puigsacalm...). Últimament ja comencem a fer algun camí de ronda de la costa (l'última va ser al cap Norfeu, Roses).

D'un temps ençà s'han anat jubilant més persones i en moltes ocasions som 8 o 9 a les sortides i la veritat és que ens ho passem molt bé.

Si algú es troba en la mateixa situació de temps lliure que nosaltres i els fa gràcia de venir, creieu que sereu benvinguts i benvingudes, gaudireu de salut física fent un bon exercici i salut mental perquè de parlar i riure ho fem molt. Per acabar-ho de rematar anem a dinar (de menú), en un restaurant. Com podeu veure, el nostre sentit de la vida és passar-nos-ho tan bé com podem.

Ànims, Amunt i Endavant!

Josep Fontàs



Breus

NOUS/VES SOCIS/ES:

Sagrà i Mas, Josep M.	886
Casas i Villacampa, Eudald	887
Marcos i Ferrés, Bernat	888

ENCESA DE L'ESTRELLA

Com cada Nadal, entre els dies 24 de desembre i 5 de gener, ens trobarem a 2/4 de 6 de tarda a la zona del camp de futbol d'Amer per pujar a Santa Brígida a encendre l'estrella.

Tothom hi és convidat! Recordeu portar un frontal o llanterna i roba d'abric. Us hi esperem!

RESSENYA AL CASTELL D'ESTELA

A les 8 del matí de l'11 de setembre l'Albert Planagumà i en Jordi Rabionet ja havien anat al Castell d'Estela i a la Torre de Sant Silvestre a col·locar les plaques informatives dels corresponents cims. Des d'aquell dia tots els que hi passeu podreu estar més informats gràcies a la ressenya que hi trobareu.



EL GRUP ESQUELLES, "A LA TELE!"

És motiu de satisfacció que la nostra entitat i que algunes de les seves activitats més simbòliques fossin escollides per ser mostrades al programa *Divendres* de TV3. En Josep Fontàs va mostrar a l'equip de *Divendres* l'ermita de Santa Brígida, la Carme Casacuberta els va fer cinc cèntims del Grup i tot Catalunya va poder veure en què consisteix el Concurs Mundial de Xiulet amb Cargolina i el Concurs de Lloances. Que no ho vares veure? Cap problema: ho pots consultar al servei de "3 a la carta".



Secció "Paraules en ruta":

- <http://www.ccma.cat/tv3/alacarta/programa/Amer-Paraules-en-ruta-Part-2/video/5323091/> (Concurs de Xiulet amb Cargolina)
- <http://www.ccma.cat/tv3/alacarta/Divendres/Recomanacions-turistiques-a-Amer-amb-el-gran-Quim-Xena/video/5330551/> (la Carme ens explica què cal visitar a Amer)

LLICÈNCIES FEEC 2015



Benvolguts socis, a la pàgina web del grup (www.esquelles.org) trobareu tota la informació necessària i els passos que cal fer per demanar la llicència federativa per al 2015. Preus, modalitats, cobertura, zona geogràfica, etc. És molt important que, si la voleu, la demaneu com més aviat millor. Veureu que caldrà escollir quina modalitat us interessa més en funció de les vostres activitats, fer l'ingrés corresponent al compte del Grup Excursionista Esquelles i omplir un breu formulari de demanda que informarà de les vostres dades. Un cop fet això tramitem la vostra llicència.

Penseu que malgrat que l'assegurança és efectiva des del mateix moment de la tramitació, la FEEC sempre triga uns dies a fer-nos arribar les targetes. És per això que us aconsellem no demorar les vostres peticions.

També trobareu la informació de les llicències amb els corresponents preus al plafó del grup (cau o local social, ubicat a la plaça del Monestir).

Qualsevol dubte que tingueu ens el podeu fer arribar via correu electrònic a esquelles@hotmail.com o fsamblas@xtec.cat (Paco Samblàs) o en persona a qualsevol membre de la junta.

Salut i seguretat a muntanya!

Amunt i endavant!

Millora important en les rutes d'Amer

"Com me l'esperava, aquest plafó! – Comentava en Lluís de l'Snack – No sabeu pas la gent que entrava i preguntava per les rutes. Ermites, Mont... Si era millor començar pel Solivent o per l'altre costat... I jo, que no conec els camins, els havia d'informar..."

Des de fa un temps s'ha estat treballant conjuntament amb l'Ajuntament d'Amer i el Consell Comarcal de la Selva per fer un marcatge de les nostres rutes al nucli urbà del poble. Més d'una persona ens havia comentat de trobar-se visitants que venien a fer la Ruta de les Ermites just a l'antiga estació, punt de sortida, i no saber com seguir per iniciar el camí. Ja sabem que preguntant s'arriba a Roma, però creiem que s'havia de rumiar alguna solució pràctica a aquest fet.

Feia molt temps que teníem la intenció de marcar d'alguna manera les rutes a l'interior del poble; amb pintura, amb senyals, amb adhesius... però mai hi havíem posat fil a l'agulla.

Doncs bé, ha arribat l'hora. Com podeu comprovar, en algunes cantonades d'alguns carrers o places, hi ha posats uns senyals que ens indiquen els diferents itineraris. També tenim un altre punt de sortida, que és a la plaça del Centre, on hem col·locat un plànol de totes les rutes amb les seves variants. També hem substituït el plafó de l'estació, ja que des que tenim la nova guia, l'anterior havia quedat desfasat.

D'altra banda, hem modernitzat la senyalització introduint-hi uns codis QR. A través de qualsevol aplicació de lec-

tura de codis QR descarregada al telèfon mòbil o tauleta, podrem visualitzar la informació més important d'aquella ruta o variant (punt d'inici, quilometratge, llocs d'interès...). En el món actual, on les noves tecnologies gairebé s'han fet imprescindibles, creiem que és un avenç prou important.

Esperem que la millora sigui ben rebuda, i que tant el poble com els visitants que vinguin a caminar pels nostres camins i corriols ho sàpiguen valorar.

Amunt i Endavant!

Llegeix aquest codi QR amb el teu telèfon... Saps quina ruta és? Prova-ho!



La gestió d'altres, baixes i dades del grup

Aquest era una proposta de títol. L'altra era: "Coordinar-se o morir!"

A priori sembla senzill: qui es vol donar d'alta del Grup Esquelles, ho comunica a algun membre de la Junta, facilita les seves dades (completes i detallades d'entrada, evidentment!) i les entrem a la base de dades de persones associades amb què compta l'entitat. La teoria és així de senzilla, però, a la pràctica, la cosa es complica una miqueta més perquè cada persona que s'associa —o que fa temps que és membre de l'entitat— té diferents opcions amb relació a diferents propostes.

Per exemple: pot ser que pertanyi a una família que ja és membre de l'entitat (actualment en tenim 88) i, en aquest cas, cal pensar que tant per al pagament de les quotes com per a l'enviament d'*El Batall*, cal tramitar-ho de manera conjunta (un sol càrrec de quotes i un sol enviament de la revista).

Pot ser també que la persona ja hagués estat associada al Grup però es donés de baixa, i per tant cal recuperar el número de soci o sòcia, cosa que ha fet sentir el pes de la "maduresa" a més d'un i evocar grans records a més d'una. Si us havia sorprès alguna vegada trobar, entre el llistat de nous socis i sòcies números "vells", ara haureu entès el perquè. El darrer número donat ha estat el 888.

Pot ser que a més a més vulgui que li tramitem la targeta federativa o assegurança, etc.; per obtenir aquesta assegurança, cal pertànyer a una entitat de la Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya i actualment el Grup Esquelles és una de les entitats amb quota més econòmica, fet que porta a diverses persones a associar-se; cal dir que aquestes persones ens són poc fidels, es donen d'alta però es queden poc temps en el grup i, per descomptat, gairebé no participen en les nostres activitats.

Si a aquests aspectes de gestió de dades hi sumem que les persones associades poden rebre els programes per correu postal o en format electrònic (a

les persones que es donen d'alta de nou se'ls trameta per defecte en aquest format), i que algunes són d'Amer i altres de fora... ja teniu part de la Junta i satèl·lits preparant diferents "piles" segons el destí de la correspondència.

Aquesta varietat de dades obliga a repassar amb calma els llistats on figureu tots vosaltres i, quan ho fem amb calma, ens adonem del camí recorregut pel Grup i ens animem en veure que cada vegada som més les persones que ens aixopluguem sota el paraigües del Grup Esquelles.

Algunes dades a destacar:

Evolució del nombre de persones associades (en tancar l'any):

2011	367
2012	412
2013	394
2014	402

La primera alta va ser la data de la fundació de l'entitat, el 12 de març de 1969 i la darrera el passat 29 de novembre de 2014.

On viuen principalment els i les Esquelles? Doncs a Amer i als següents principals municipis on podríem obrir delegacions territorials:

Amer	226
Girona	27
La Cellera de Ter	23
Anglès	16
Les Planes d'Hostoles	15
Olot	7
Salt	7
Nova York	5

No disposem de totes les dates de naixement, però segons el nostre registre, el soci més jove d'esperit és nascut el juliol del 1923, però no patiu, comptem amb un bon planter: no ens falta mainada nascuda els darrers anys i, fins i tot, els darrers mesos!

Recordes el teu número? Vols actualitzar les teves dades? Contacta'ns: esquelles@hotmail.com o comunica-ho a la Junta (per l'Aplec segur que trobaràs un moment!).

Enamorats d'una sirena!

Últimament hem escalat vies llargues a Montserrat, Vallter o les Agudes (Montseny). Aquest cop en Jordi Sidera em proposa escalar una via llarga a la Costa Brava, desestimant la meua proposta d'anar escalar a Solius. Em va dir que hi havia l'oportunitat de fer una via llarga molt interessant, i va tenir molta raó! Em va recomanar que la busqués a Internet; fins i tot està publicada a un exemplar de la revista *Vèrtex* com a foto de portada! De totes maneres, em vaig refiar més de la seva confiança i recomanacions.

Es tracta d'una via clàssica per excel·lència; és anomenada la **Intrèpida Sirena**. Està situada a 100 m V+ de la punta Ventosa de cala Montgó; és una via equipada l'estiu del 2010 per escaladors locals. Un cop davant l'objectiu, la paret imposa respecte: un imponent penya-segat sense treva de verticalitat o desplom. Millor no pensar en res més que no sigui sortir per dalt.

Va ser una gran experiència per repetir-la: una via que es caracteritza per la seva verticalitat, el mar, l'entorn... però sobretot per la companyia que vaig tenir. Està clar que escalar una via llarga d'aquest tipus és gràcies a l'ajuda de l'altre. La corda que uneix, la tècnica i la vessant humana són les claus de l'èxit.

09/08/14 (8:00h)

És curiosa la sensació de caminar amb les cordes penjant a l'esquena d'un camí de ronda i veure la gent com ens mira com si ens haguéssim begut l'enteniment. Caminem 30 minuts i ja la tenim al davant. Ostres, imposa moltíssim! Pugem a final de via, observem la perspectiva des del caire de l'espadat i uuuuuuu!!!! (em recorda el buit de la presa de Susqueda). Tots dos quedem molt sorpresos i parats. No ens ho imaginàvem tan bèstia!

En aquest moment, els meus nervis no es poden controlar. Li repeteixo diferents cops: "Jordi, vols dir? Per què no busquem una altra via?" Ell reia. A poc a poc ens escalfem i trobem un guia professional que anava amb els seus clients. Ens va donar ànims. El guia la va escalar molt ràpid i ens va



comentar que és una via molt assequible. Els seus clients van anar amb barca fins a peu de via. En canvi, nosaltres comencem des de dalt! Estem acollonits només de veure-la! La tornem a mirar una mica per l'esquerra i ho veiem un pèl millor, ens sentim més animats... què carai! Per què no? Endavant, Jordi!

Ens preparam per fer el ràpel i de cop s'acosta una persona local que ens dóna opinions, informació i no calla mai. El trobem una mica pesat. Rapelem 100 metres totalment desplomat: no toquem la paret de la via. Penjat, penso que la pròxima vegada agafarem la barca per anar a peu de via i ara entenc com alguna ressenya aconsella no rapelar. Canto un xic per treure'm la gran tensió de sobre. Havia de ser optimista d'un privilegi de tenir una meravella de natura mediterrània sota els peus on brillava molt el mar, i pensava si devia ser molt fonda en cas de caiguda.

Ens reunim a la meitat de la paret. No ens calen les paraules. Déu n'hi do quin ràpel tan brutal i espectacular. El nou amic que hem trobat a dalt, "el pesat", ens fa un gran favor: ens col·loca les cordes bé per poder-les estirar i continuar el següent ràpel. Qui ho diria! Cridant només fem que donar-li les mil gràcies (ara el nostre salvador). El segon ràpel el baixem més escalfats i confiats: tenim una altra dificultat que resollem a temps.

Arribem al començament de la via amb la companyia del fort soroll de les onades abraçant les roques. Iniciem l'escalada, dins nostre estem contents, tenim molta il·lusió. Sabíem que per nosaltres no era una escala-

da qualsevol: ens feia molt de respecte i era una fita per assolir. Amb un dia esplèndid ens donàvem força entre nosaltres, aixecàvem el cap per mirar la paret sense definir el final que per sort ja no toca el sol. El mar ens anima amb el seu gran color blau al darrere nostre que ens dóna una gran empenta amb l'ajuda de la marinada.

Avançem a poc a poc. La via no és del tot difícil, però és molt desplomada. El seu grau actual, un VI+, és bastant molt més complicat. Per sort hi ha molts bons cantos i peus. És una roca calcària una mica sorrenca pel desgast de la sal. Està ben equipada amb químics. Pas amunt cada vegada la verticalitat era més exposada. En algun moment no ens sentim per culpa de l'aire i ens comuniquem pel mòbil. A les reunions còmodes, com nius de gavines, bevem i mengem poc. És una satisfacció estar junts, comentem errors i dubtes. I algun somriure per sota el nas, perquè sabíem que el final ho aconseguiríem. Pensem amb el nostre company Albert, que estaria molt content d'estar aquí penjat amb nosaltres. Amb la seva càmera sortien unes imatges impressionants; però aquest cop no va poder ser: ell estava de camí de tornada dels Alps.

Una de les anècdotes va ser que va passar un vaixell de turistes per sota la paret de la via, i tothom ens feia fotos! La nostra imatge devia semblar unes gavines penjades a la penya.

Escalant de primer una placa a punt de xapar, caic, faig un "saque" de 5 metres a 45 metres d'alçada. M'espanto molt! Ostres, hi torno perquè la por no em descol·loqui davant del penya-segat. Ho aconsegueixo. Després en Jordi em diu que m'ho he "curat". Potser de moment és el llarg més difícil. Per mi era la millor recompensa després de la suada. Torno a concentrar-me per obrir i tornar a gaudir, però tinc un error, em cau una cinta a baix al mar. Ni la veiem de tan ràpid com

cau.. La tensió em deixa les mans enrampades. No tinc prou confiança: estic trist, no puc obrir més i pateixo per en Jordi, de la feina que ha de fer sol i pel seu braç, però continua obrint amb una confiança increïble.

Finalment sento en Jordi amb veu alta: ja hi sóc! Que bé! Terra ferma després de 4 hores penjats; l'últim pas totalment desplomat amb tota la via sota els peus. Final de la via ens col·loquem còmodes, riem i ens fem una fortíssima abraçada i el nostre crit: taaaaaschhhh!

Al nostre voltant uns turistes ens miren molt sorpresos, com si fóssim herois. Ens pregunten: "Per aquí, heu pujat? I com ho heu fet?" Nosaltres ho expliquem i es queden amb unes boques obertes i cares blanques.



Davant el mar se'ns comença a encendre la mateixa flama de la grandíssima satisfacció i alegria quan aconseguim el repte d'un gran cim d'alta muntanya. Sabem que el més important és estar units, i gaudint hem desafiat un gran referent de l'escalada de la Costa Brava.

En aquell gran moment em passa pel cap el nom del títol d'una cançó catalana, "Invencibles", que amb la Dúnia sempre anomenem quan estem a un lloc únic. També aquesta vegada recordant la gran il·lusió d'un altre nom: Ferran.

Jordi Rabionet

I per sant joan, seguim escalant!

Arriba el pont de Sant Joan, i amb l'Albert i la Irene hem quedat per anar als Alps a fer alguna cosa ràpida i teòricament assequible. El nostre objectiu: el Gran Paradiso, de 4061 metres.

21/06/14

Sortim de matinada i arribem a l'aparcament del parc nacional del Gran Paradiso a l'hora de dinar. Mengem una mica de pasta, ens equitem i comencem l'aproximació al refugi Vittorio Emanuele, situat a 2.732 metres d'altura. Sort que hem fet cas a la Irene i ens hem posat les malles curtes, ja que jo i l'Albert volíem pujar amb els pantalons de Gore-Tex, i ara mateix fa molta calor. Pugem suaument per un camí que s'endinsa pel mig d'un bosc d'avets d'un color verd intens preciós, anem trobant els típics salts d'aigües d'aquestes valls que baixen per tots costats, i moltíssimes flors, que acompanyen aquest paisatge tan alpí. Just abans d'arribar al refugi, topem amb una marmota que sembla un gos: és enorme! Em sembla que tothom que passa li deu donar menjar...

Arribem al refugi, hem trigat dues hores i mitja, pujant molt tranquils.



Anem a la recepció i ens ha tocat "il secondo piano, sinistra" (segon pis a l'esquerra) i el segon torn per sopar. No m'estranya, hi ha moltíssima gent. El refugi està molt bé: habitacions de quatre persones, dutxes i lavabos amb molt bon estat i un servei molt agradable. Per fer temps, fem una cervesa a la terrassa, i com sempre, comprovem que el món és molt petit: l'Albert es troba amb uns companys que havien estudiat junts, també van al Gran Paradiso. Per fi arriba l'hora del sopar i entrem al menjador. Hi ha un moviment de gent brutal, el segon torn també està ple, agafem taula i ens diuen si volem sopa o *cannelloni*, evidentment *cannelloni*, i déu meu quins *cannelloni*! Són boníssims, de segon carn, i de postres flam de xocolata! Ben tips, sortim a fora a estirar les cames, ens hi quedariem més estona, però ens notem cansats i anem a dormir.

22/06/14

Toca el despertador, són les 3:40, uff... quina son... em vesteixo i ens reunim amb l'Albert al menjador, la Irene es queda al refugi. Crec que ens ha tocat el segon o tercer torn de l'esmorzar, i tot just són les 4! Esmorzem i ens equitem amb la jaqueta de Gore-Tex, ja que fa vent. Comencem a caminar a les 4:20. Davant nostre, portem molta gent, que, amb la llum dels frontals, sembla una processó. En poca estona els atrapem i comencem a avançar alguna cordada. Anem a bon ritme, i anem avançant més cordades, no sé si anem massa ràpids, però tant l'Albert com jo ens trobem molt bé en aquest ritme. Comença a clarejar i el dia no és gaire maco, està tapat, no sabem si és boira o núvols, però no pinta gaire bé. Segons la météo, ha de fer bo al matí, i a la tarda ha de nevar una mica. Em sembla que el canvi de

temps s'està avançant. Mirem amunt: està totalment tapat, les poques cordades que portem al davant continuen; nosaltres també. Arribem a un petit coll situat a uns 3.600 metres, les dues cordades que portem al davant s'han parat, parlen i decideixen baixar. Nosaltres, veient que hi ha la traça ben marcada, ens encordem i continuem. Ens han dit que portem una cordada al davant, però no la veiem. De fet, no veiem a més de quatre metres. Ara el vent bufa més fort i fa més fred: ens hem de posar els guants gruixuts. Anem pujant, la neu que aixeca el vent ens pica a la cara i ens molesta una mica.

Mirem el rellotge. Ens falten uns dos-cents metres de desnivell. Ens estem guiant per l'altímetre i per la traça: estem caminant a cegues, però, tot i així, ens notem bé i tranquils, continuem, i, una mica més amunt, sembla que veiem roca i trobem la rimaia. L'Albert em diu que estem molt a prop del cim (ja que ell ja l'ha fet una vegada), i ens motivem. A més, sembla que el vent afluixa una mica. Passem la rimaia i enfilem un pas molt estret, fàcil, però aeri, després una mica de mixte i arribem a la part final: un lloc de roca allargat. Anem passant, fins a arribar al que seria el pas clau del cim, un pas horitzontal amb bons cantos per als peus i les mans, assegurat amb tres ancoratges d'anella. Això sí, amb un bon "pati". El passem sense dificultats i ja només ens queda superar una llosa ben plana i arribem a la verge! Són les 8 del matí i hem fet cim! Ens abracem i cridem el nostre crit de guerra: taaasch! (perdoneu, però ho havia de dir). Estem eufòrics, molt contents, no podem veure gaire res, però és igual, aquesta part final ha sigut brutal. L'Albert em comenta que res a veure amb l'altra vegada que va pujar, i és que les muntanyes poden canviar molt. Realment estic molt content, és d'aquells cims que l'has de lluitar i guanyar-te'l. Dalt al cim me'n recordo de l'Anna i de l'Estel. Encara deuen dormir (o no), també penso en en Jordi i la Irene. Fem una filmació ràpida i comencem a baixar, ja que inesperadament comença a arribar molta gent i tots hem



de passar per aquest pas estret i aeri. Veiem que pràcticament tothom va amb guia. Continuem baixant, ja que fa molta fred, anem seguint la traça i a uns 3.500 metres. De cop sortim del núvol, quina alegria! Mirem amunt, està molt tapat, i té un aspecte molt lleig, espero que la gent baixi ràpid. Més relaxats, acabem de baixar fins al refugi. Són les 10:30, ens fem una foto amb la senyera i acabem de baixar fins a la furgoneta, on ens espera la Irene. Està molt sorpresa de veure'ns tan aviat. Tot rient, li diem que hem pujat al nostre estil fent "alpinisme"... (corrents), dinem i marxem cap a Chamonix, on ens instal·lem en un càmping. Una dutxa i anem de botigues. Més tard, per sopar, agafem la clàssica *fondue savoiarde*.

23/06/14

Avui volíem pujar al Mont Blanc de Tacul o fer l'aresta de les Còsmiques, però la météo no és gaire bona: vent molt fort i possible tempesta al migdia. Si volem fer alguna cosa, haurà de ser a una altitud més moderada. Decidim anar a la Mer de Glace. Cap dels tres hi ha anat, i per les fotos sembla molt interessant. No tenim cap objectiu en concret: baixarem a la gelera i ja veurem, potser ens arribem al refugi d'Envers d'Aiguilles o potser practicarem l'escalada amb gel. Agafem el típic tren de color vermell i després de superar un desnivell de mil metres (alguns trams molt drets) arribem a l'estació de Montanvers, baixem i quedem fascinats pel lloc i el paisatge. Podem veure les geleres amb els

seus seracs penjants, que baixen de les muntanyes de més de quatre mil metres, els salts d'aigua interminables, les agulles de granit afilades com espases...

De totes aquestes agulles, en voldria destacar una: l'Aiguille de la République, de 3300

metres. Mirant-la des d'aquí la gelera, sembla impossible d'escalar: un gran repte per a qualsevol escalador alpí, i per mi també. Me l'he proposat a llarg termini (o no tan llarg), la posarem a la llista dels desitjos...

Comencem a caminar per un corriol i arribem a unes escales de ferro incrustades a la paret per poder accedir a la gelera. Abans de baixar, veiem un cartell que indica on arribava el nivell del gel l'any 1810. Quedem consternats pel desglaç tan bestial! Per arribar a la gelera, hem tingut de baixar uns 150 metres. Això ho diu tot...

Ens situem a la cua de la gelera, on molt a prop hi ha les famoses coves de gel plenes de turistes. Avancem pel mig d'un caos de pedres, grava i gel. De moment, sense grampons. Més amunt, comencem a trobar les primeres esquerdes i més gel que roca, i ens posem els grampons. Anem pujant, això és llarguíssim, però no tenim cap pressa. Gaudim del paisatge, observem que hi ha molta gent, inclòs uns militars fent manobres. El temps es comença a tapar, no podem pujar gaire més amunt. De cop, després d'un petit turonet de gel, trobem el nostre "oasi": dins la gelera, una esquerda gegant, on hi passa un riu amb l'aigua cristal·lina per sota, a les dues parets de l'esquerda, ple de gent practicant l'escalada amb gel. Sens dubte, una imatge surrealista...

Podem veure els aspirants a guia fent unes acrobàcies amb un sol piolet, i no ens ho acabem de creure. Nosaltres també volem escalar (sen-

se acrobàcies) i muntem una reunió en un gran bloc de pedra. Tot a punt. Primer baixo jo, l'Albert em comença a baixar lentament. Haig de reconèixer que al principi fa una mica de respecte, i és que estem baixant dintre un esquadra! Quan faltaven dos metres pel riu, he avisat que ja estava bé, però amb l'ambient que hi ha, no m'han sentit i he quedat a dos pams de l'aigua! Uff, ha anat just. Aquest riu és preciós, però l'aigua deu ser molt freda...

Començo a pujar. El gel és de fusió, i es puja molt bé. Estic pujant amb un somriure com poques vegades. Estem escalant amb gel, el dia de la revetlla! Tot això és surrealista...

Li toca a l'Albert. Li miro la cara. Com gaudeix! Mentrestant, la Irene ens fa una sessió de fotos. Al mig d'aquesta bogeria, penso en en Jordi. Com gaudiria amb els seus grampons nous, però, tranquil, aquest any anirem a Bielsa.

Fem unes quantes escalades, i ja cansats, però eufòrics, comencem a baixar, ara molt més ràpids. Arribem a les escales, però aquesta vegada les evitem i pugem per unes cordes fixes per fer-ho diferent. Quant s'acaben les cordes, queden més escales, però veiem un guia amb un client passant per una variant a la dreta i els seguim. És una gran placa, amb un replà d'un pam, fàcil però molt exposat. El passem amb un peu darrere l'altre i el cos tombat una mica a l'esquerra. Superat el pas, veiem un cartell de camí sense sortida. Suposem que només hi passen els guies...

Arribem a l'estació, i ens prenem un refresc a la terrassa, tot contemplant aquest espectacle. Mentre posem una mica, penso a portar l'Anna i l'Estel. Els encantarà! Ho recomano a tothom! Arriba el tren i comencem a baixar cap a Chamonix. Encara no hem marxat, i ja estic pensant en el pròxim objectiu! Amunt i endavant!

Jordi Sidera i Anna Capdevila

El Pedraforca

El Pedraforca sempre serà el Pedraforca, però la data en què s'hi vagi, la companyia o el temps que s'ensopegui ens en farà tenir visió

ons diferents. Ho voleu comprovar? Doncs llegiu aquests dos escrits sobre el Pedraforca i us semblarà que us parlen de muntanyes diferents!

Sortida al Pedraforca amb els Esquelles

La ruta al Pedraforca va començar la nit abans amb els dubtes propis dels principiants: l'equipament, la roba adequada que ens havíem d'endur, les sabates que ens havíem de calçar, etc.

L'endemà, ben d'hora, i encara amb alguna lleganya, ens vam reunir a les 6 del matí a Can Boles. Pugem a l'autocar i comencem l'aventura direcció al mirador de Gresolet, fent parades a Sant Feliu de Pallerols i a Vic per recollir la resta de membres del grup.

Al poble de Saldes girem a la dreta i conduïm carretera amunt fins a arribar a l'aparcament. Un cop allà, vam veure que no estava pensat per a autocars d'aquelles dimensions, i menys encara quan hi ha molts cotxes aparcats. El conductor va tenir dificultats per girar, però després de moltes maniobres i gràcies a l'ajuda de dos guies, va aconseguir-ho.

Vam iniciar la ruta per un petit corriol que ens va portar, després de 10 minuts de marxa, al refugi de Lluís Estasen, on vam parar per esmorzar. Alguns vam aprofitar per anar al lavabo,

amb desconeixement que era d'ús exclusiu per als clients del refugi. Un treballador malcarat en veure'ns ens va fer fora, i no únicament això, sinó que sense adonar-se'n va tancar-hi en Carles Paredes.

Ben tips, arrenquem la caminada entre agradables converses cap al coll del Verdet.

Un cop allà, els xerpes de l'expedició, en Jordi Rabionet i l'Albert Planagumà, ens van alligonar sobre com fer la segona part de l'ascensió al cim: havíem d'anar en fila índia, seguir els passos de la persona que teníem davant i vigilar amb les pedres.

Després d'escollir els consells, vam començar la grimpada, que va resultar molt divertida i distreta. Arran de la gran afluència de gent, anàvem molt a poc a poc, cosa que ens va permetre gaudir del paisatge totalment canviant a causa de la rapidesa amb què es movien els núvols.

Vam arribar als peus d'una de les punxes de la forca i vam iniciar l'últim tram de pujada per la cara posterior. El cim té una altura de 2506 metres i és conegut com el Pollegó Superior. Malgrat que en el moment d'arribar-hi

el cel estava emboirat, la felicitat d'haver-lo assolit recompensava l'esforç realitzat. El cim era petit, tant que tots junts l'ocupàvem pràcticament tot. Això va fer que tinguéssim certs problemes per sortir tots a la tradicional fotografia de grup, sense que ningú s'estimbés barranc avall.

El descens va ser inicialment fàcil fins a l'enforcadura. En aquest punt, ens vam parar a observar la tartera del Pedraforca, coneguda per la seva perillositat. Però, per sort, com que no vam fer la ruta circular, vam poder baixar per la de Gósol. Tot i això, les reliscades i els cops de cul van ser presents en el segon tram de baixada.

Tothom anava al seu ritme i de tant en tant fèiem una pausa per esperar que arribés la resta de caminaires. En una d'aquestes parades, i després d'esperar molta estona, vam començar a témer que les cinc persones que faltaven per arribar s'havien desviat del camí. Primer, vam descartar aquesta hipòtesi perquè anaven acompanyats d'un dels xerpes, en Jordi Rabionet, que teòricament es coneixia bé la ruta. De fet, després ens van explicar que en Jordi Serrano tenia certs dubtes del corriol per on baixaven, i per això li anava preguntant: "Segur que anem bé, Jordi?", i ell, contundent, responia afirmativament. El millor de tot és que no únicament van perdre's els cinc esquelles, sinó que també els van seguir un parell de grups més.



Un membre del grup va desfer un tros de camí per mirar de trobar-los, però no eren enlloc. Mentrestant, la resta estàvem asseguts al mig del camí, tot abrigant-nos i desabrigant-nos amb el paravents pels canvis de temps constants. Alguns van encetar la gana menjant fruits secs, i d'altres, fins i tot, van començar a dinar.

Després d'aproximadament 40 minuts, vam sentir els companys força per sota del camí on ens trobàvem la resta. Una vegada localitzats, el dubte va ser: segueixen caminant avall o bé retrocedeixen amunt? Des de dalt podíem veure que anaven encaminats cap a una pedrera, i per aquest motiu finalment van decidir retrocedir.

Junts de nou vam seguir caminant fins a arribar a un prat on vam dinar. Abans que ens vingués la mandra, vam continuar el descens fins al poble de Gósol.

En arribar a l'autocar, els més experts es van poder canviar les xiruques per sandàlies i la samarreta suada per una de neta.

La tornada va ser més silenciosa que l'anada, ja que molts van aprofitar per fer un cop de cap. A les 19 hores arribàvem a Amer, molt satisfets, i pensant quin seria el pròxim cim a assolir.

Irene Garangou i Sergi Farres

Sortida al Pedraforca per segona vegada en dos mesos

Tot això va començar en un diumenge d'aplec, aparentment un diumenge d'aplec com qualsevol altre, fent temps entre sardana i sardana mentre tocaven les altres dues cobles. Era l'Aplec de Sardanes de Peralada, amb les cobles Ciutat de Girona, Mediterrània i Bisbal Jove. Per a qui no sàpiga el funcionament d'aquests aplecs, les cobles anem tocant una sardana cadascú, de manera que t'estàs tot el dia tocant una sardana i reposant-ne dues. Va ser precisament durant una sardana de la cobla Mediterrània quan se'm va acudir anar a parlar amb el trombonista de la cobla Ciutat de Girona, Francesc Sala Giralt, familiar dels Espíol-Batlle, de Can Gatzíu. Me'l trobo mirant el mòbil, molt concentrat. A la pantalla hi tenia un mapa cartogràfic dels Pirineus. De seguida veu que l'observo i em comenta que el dimarts tenia la intenció d'anar al Pedraforca juntament amb altres músics de la cobla, i immediatament després em pregunta si em faria gràcia anar-hi també. La meua primera resposta va ser que jo ja l'havia fet feia poc més d'un mes amb el grup excursionista d'Amer, els Esquelles, i, per tant, vaig donar a entendre que en principi rebutjava la invitació. Durant tot el matí, però, hi vaig anar donant voltes, i vaig pensar que amb les poques ocasions que tinc per poder anar a caminar no po-

dia pas deixar perdre aquesta oportunitat. A més, em feia molta gràcia que a altres músics de cobla com jo també els agradés anar a la muntanya i fer cims de considerable rellevància. Així que, en la sardana de conjunt de just abans de dinar, en la qual en Francesc i jo vam tocar l'un al costat de l'altre, li vaig dir que ja podia comptar amb la meua assistència.

L'endemà, dilluns, ja veig en el meu mòbil que m'han afegit a un grup de Whatsapp. El grup es deia "Pedraforca", és clar. Els components d'aquest grup érem en Francesc Sala, Joni Ripoll (fiscorn a la Bisbal Jove), Alberto Rodríguez (contrabaix a la Ciutat de Girona), Salvador Salla (fiscorn a la Ciutat de Girona) i jo. Mitjançant aquest grup vam acordar els horaris i punts de trobada, material que calia dur, etc.

El dimarts 2 de setembre ja va ser el gran dia! Ens trobem a Olot amb l'Alberto, en Joni i en Francesc, que venien de Castelló d'Empúries i Sant Pere Pescador. Pensava que passàriem per Ripoll però veig que tirem cap als túnels de Bracons, Vic, Berga... que és més llarg en quilòmetres però es triga pràcticament el mateix. A Gironella recollim en Salvador, resident d'Igualada. El veiem amb una gorra negra on duia escrites tres inicials: "ATF"; i a en Joni se li acut que podrien significar "Atenció! Toco el Fiscorn!".

Arribem al poble de Saldes a les 9.00 h. El primer que fem és anar a fer un cafè a una fleca-bar. No ens vam poder resistir a una coca que feia molt bona pinta i en vam comprar per esmorzar. Tot seguit comencem la ruta. Era una ruta circular que en Francesc havia trobat per Internet (probablement Wikiloc) en la qual primer anaves a peu fins gairebé a Gósol vorejant la muntanya, i després pujaves al Pedraforca i baixaves cap a Saldes altra vegada. Primerament vam passar pel coll de Jou, vam seguir una ruta marcada en groc anomenada "360°" (que pel nom vam entendre

Continua...



El Pedraforca

...continua

que donava tota la volta al Pedraforca) i vam arribar a l'entrada del poble de Gósol. Allà vam haver d'enfilat per un torrent sec, molt ben arreglat amb paret de pedra i xarxa metàl·lica. Al cap d'una estona ja vam empalmar amb el camí marcat, el qual passava entremig de pinedes. Que bé caminar per l'ombra! Aquella ombra no era pagada amb diners! Més endavant, però, la pineda es va acabar i vam continuar enfilant cap a l'enforcadura del Pedraforca en ple sol. Eren les 12.00 h i no hi havia ni un núvol enlloc. Aquí ja ens vam començar a distanciar... per alguns aquest tram va arribar a ser un malson. Anàvem parant en les poques ombres que trobàvem per reagrupar-nos, fer un glop d'aigua o menjar alguna fruita. Quan ja no quedava cap ombra enlloc vam anar tirant cadascú per les seves fins a l'enforcadura. Els primers a arribar-hi vam ser en Francesc i jo. Havíem deixat els altres tres molt enrere i vam decidir acabar d'arribar a dalt del cim nosaltres dos. Mentre pujàvem sentim en Joni, que ja havia arribat a l'enforcadura, preguntant-nos si ara s'havia de pujar per allà on estàvem passant. En sentir la nostra resposta afirmativa ens va comunicar que ell ens esperava a l'enforcadura, que no acabava pas de pujar.

Arribem al cim en Francesc i jo. Allà hi trobem tot de jovent amb cares cansades però amb un punt de satisfacció. Parem a observar les vistes (el cel era pràcticament tot serè) i demanem que ens tirin una foto. Al cap d'una estoneta comencem a baixar, per no fer esperar els altres tres. Per sorpresa, però, ens trobem a l'Alberto, ja a pocs minuts d'arribar a dalt del cim! L'acompanyem fins a dalt, tornem a mirar les vistes, fem fotos als qui ens ho demanen i ens fan una foto a en Francesc, l'Alberto i a mi dalt del cim. Comencem a baixar per segona vegada. Al cap d'un moment, més o menys on havíem trobat l'Alberto abans, ara hi havia en Joni i en Salvador pujant junts, a punt també d'arribar al cim! De manera que els



D'esquerra a dreta: Salvador Salla, Pau Feixas, Joni Ripoll, Alberto Rodríguez i Francesc Sala

vam acompanyar, i els vam dir que ja quasi hi eren. Un cop a dalt, vam poder fer la foto on sortim tots cinc junts!

Vam dinar plegats a dalt el Pedraforca, perquè ja eren les 15.00-15.30... Tots, excepte en Francesc, ens havíem quedat sense aigua (en portàvem 1,5 l, excepte ell, que en duia 3l). Jo mateix vaig haver d'anar tirant d'una poma; quan tenia set feia un parell de queixalades i la tornava a la bossa...

Havent dinat vam baixar altra vegada a l'enforcadura, i aquesta vegada vam passar per l'altra tartera, la tartera del Pedraforca que porta a Saldes. Si volies passar per on el camí estava marcat la dificultat era extrema. Poques vegades he baixat per una tartera com aquesta... Hi va haver un moment que en Joni va començar a patinar pedres avall i no podia frenar. Per sort només es va fer un parell de rascades. El que anava a davant (jo) ja podia vigilar perquè baixaven pedres des de dalt contínuament...

Finalment es va acabar la tartera i vam entrar en un bosc de pins. La nostra recompensa per tot el que havíem passat va ser trobar uns rovellons macos i grossos perquè sí, en bon estat i just al costat del camí! En vam fer tres bosses.

Vam tornar a anar a parar al coll de Jou i vam baixar cap a Saldes pel mateix camí que havíem fet a les 9 del matí. Un cop a la plaça de Saldes vam beure aigua de la font que hi havia allà, morts de set. La font estava dedicada al MOLT HONORABLE president Jordi Pujol, en la qual havien ratllat el MOLT HONORABLE i ho havien substituït per PUTO LLADRE.

A les 7 de la tarda ens ficàvem dins del cotxe per tornar cap a casa, i arribàvem a Amer a les 21.45. Estava rebentat, però després d'una dutxa ho vaig veure tot molt més clar; i per sopar, uns rovellons fregits boníssims amb all i julivert em van acabar de fer marxar tots els mals.

Pau Feixas

D'El Batall a El Vèrtex

Sóc sòcia del Grup Excursionista Amerenc Esquelles des de fa uns cinc anys. Essent gironina com sóc, vaig arribar a les Esquelles de la mà de les germanes Cortijo, la Sílvia i l'Anna, amerencques de soca-rel. Recordo que vaig tenir coneixement del grup excursionista arran d'uns mitjons que la Sílvia duia en alguna caminada fa anys i panys i que intentava fotografiar-se amb les muntanyes de fons. Vaig preguntar-li de què era la insígnia que duien cosida els mitjons; "De les Esquelles d'Amer!" va contestar-me amb entusiasme. Amb les de Can Cortijo he tingut el privilegi de conèixer la vila i la vall d'Amer. Gairebé cada visita al poble ha anat acompanyada d'un puja-i-baixa a l'ermita de Santa Brígida. I, amb més temps, a acabar de fer la volta completa per la ruta de les ermites de Sant Roc i Santa Lena.

Les Esquelles ens tramiten l'assegurança anual de la FEEC (Federació

d'Entitats Excursionistes de Catalunya) que, a banda de la cobertura d'accidents, ofereix descomptes en refugis i material de muntanya. Amb la federació t'envien a casa la revista bimensual de la FEEC, *Vèrtex*, que es fa ressò de les activitats senderistes, alpinístiques, d'esquí de muntanya i d'escalada que tenen lloc a Catalunya o en altres indrets del món protagonitzades per esportistes de muntanya del país. L'any 2012 vaig guanyar un concurs literari que convocava aquesta revista sobre l'ascensió en algun cim català. El relat vaig centrar-lo en el Montmajor, una muntanya de l'Alta Garrotxa situada al terme d'Oix, el poble dels meus avis. El premi, que consistia en la publicació de la narració a la revista, va obrir-me les portes a col·laborar amb la revista professionalment; de primer amb alguna ressenya literària d'excursions i des de principis d'aquest any 2014 de forma periòdica tot encarregant-me de la secció de novetats editorials de la revista.

D'una banda, la secció es basa en la crítica de llibres, ja siguin guies com novel·les, relacionades amb esports de muntanya que solen pertànyer a editorials específiques d'aquest camp com ara Cossetània, Alpina, Piolet o Desnivel. De l'altra, es fa la ressenya d'algun llibre que si bé no és novetat es podria dir que és un clàssic perquè és un referent d'algun esport de muntanya o en parla amb qualitat literària com a novel·la o assaig.

Finalment, l'any passat també vaig tenir l'oportunitat de ser jurat dels Premis Vèrtex que convoca anualment la FEEC i que premia un recull d'itineraris que abrasi una zona determinada de Catalunya, Andorra, País Valencià, Illes Balears o aquests territoris en general. El guanyador va descriure excursions pel parc de Collserola de Barcelona amb tota mena de detall i d'il·lustracions fetes per ell mateix.

Judith Baseiria

ESQUELLA A LA VISTA!

Arribada de la cursa dels matxos, 63 km, 7000 m acumulats. Tots quatre amb la samarreta esquelles: David Marín, Bernat Ortiz, Jordi Rabionet i Oscar Térens.



En Quirze Junquera i Serrat, hivernant a la Casa de l'Ós, a Alòs d'Isil.



En Marc Crosas i Marcó, el passat abril, que participa sovint als "Coneguem".



ESQUELLERINC

Us presentem l'Esquellerinc Bernat Marcos Ferrés:



Descobrim el nostre entorn

Actualment ens trobem que les noves generacions de joves tenen una actitud poc enèrgica i passiva per portar a terme activitats de descoberta de l'entorn o qualsevol activitat que requereixi esforç físic o moviment en general. La majoria de nens i nenes prefereixen jocs passius, sedentaris, sobretot videojocs i s'estan perdent els jocs tradicionals de cooperació i d'equip. És per això que des de l'equip del casal ens preocupava aquest aspecte, perquè no volem que els infants del nostre poble deixin de descobrir els bells indrets que Amer amaga, la seva història i sobretot tot el que es pot descobrir a través d'excursions a les nostres muntanyes i camins.

A més, partint de la idea que des de l'equip del casal d'estiu d'Amer entenem el casal com una activitat lúdica i educativa, la qual té com a principal objectiu que els nens i nenes gaudeixin del seu temps de lleure d'una manera activa i divertida, on aprenguin i experimentin amb activitats que normalment queden fora de les aules.

És per aquests motius que aquest any vam centrar el nostre projecte en la descoberta de l'entorn natural, rural, cultural i històric del nostre municipi, Amer.

El motiu principal d'escollir aquesta temàtica i utilitzar-la com a eix central del nostre projecte va ser principalment pel que he esmentat anteriorment, perquè des de l'equip del casal d'enguany ens vam adonar del poc coneixement i apreciació que els infants del poble tenen del seu municipi, de l'entorn proper que els envolta, en el qual viuen i creixen.

Per treballar-ho es van proposar un seguit d'activitats, tant per a grups d'edats concretes, com adreçades a totes les franges d'edat que formaven el casal.

Aquestes activitats estaven adreçades a descobrir l'entorn rural i els límits del terme municipal, com també a descobrir la seva història i cultura.

Es van portar a terme diferents jocs i gimcanes que permetien conèixer els



carrers, les places i els parcs del poble, els seus noms i les seves històries més característiques o rellevants.

També es van conèixer personatges i indrets que han estat significatius per la història del municipi, com ara el poblament ibèric i el neolític, o els gegants d'Amer, els quals vam anar a visitar. I la presidenta de la colla gegantera ens va explicar la seva història, de quin material estan fets, les seves dimensions i característiques, etc.

Es van organitzar moltes sortides, ja que un dels objectius principals que es perseguien, a banda que es descobris l'entorn i es practiqués el senderisme, era que es sortís del casal. És a dir, que els grups no es quedessin tancats dins les instal·lacions, perquè creiem que si no sortim a descobrir i a aprendre del nostre entorn, ens estem perdent un munt d'aprenentatges i sensacions que mai podrem descobrir des de les aules. Quedar-nos tancats ens porta a acabar fent sempre els mateixos tallers i activitats que per als nens i nenes no són ni motivadores ni enriquidores. Si sempre ens quedem a les aules els infants es desmotiven i no els donem l'oportunitat de descobrir, de córrer, de viure, de respirar i d'aprendre de l'escènica del seu entorn.

És per això que gairebé cada dia, si la meteorologia ho permetia, es va

sortir a fer jocs pel poble, rutes per la via verda, caminades per les diferents rutes i camins que marquen les muntanyes que envolten la nostra vall. Es van fer gimcanes i activitats pels carrers i places del municipi, es van anar a descobrir els rius i gorgues de què gaudim a Amer o als pobles del voltant (el Pasteral o les gorgues de Santa Helena o les de Santa Margarida), en les quals es podia aprofitar per passar-hi una bona estona refrescant-se i descobrint la vegetació i fauna que hi habiten.

Un altre dels recursos més utilitzats per portar a terme el nostre eix central va ser l'exercici físic. Ja fos amb caminades, bicicletades, anant a la piscina o als rius, fent gimcanes, esports clàssics, jocs físicoesportius... tots ells ens van permetre no només promoure l'activitat física i lluitar contra un tipus de vida sedentària, o potenciar habilitats i aptituds com amb la piscina, o la resistència física amb les caminades; sinó que van permetre despertar en els usuaris una motivació per practicar esport, que a part dels beneficis físics esmentats també n'aporta d'altres directament relacionats amb la seva socialització, vida en grup, presa de decisions, l'equitat, actuar i respectar el que es decideix democràticament, respecte per les pautes o normes, l'aprenentatge a

través dels teus iguals, cooperació i esforç.

De totes les activitats que es van portar a terme durant els mesos del casal per potenciar el senderisme i la descoberta de l'entorn, cal destacar-ne una en concret, que és l'acampada. Durant l'última setmana de juliol, els grups d'edat de P5 fins als usuaris d'ESO, van estar quatre dies d'acampada pel terme municipal. Es va fer una part de la ruta de les ermites, la qual va ser pautaada i aconsellada per dos integrants del grup excursionista Esquelles. Es va acampar a la Barroca, a la parada de les Planes d'Hostoles i a les instal·lacions del casal, però per anar d'un punt de campament a l'altre es van seguir els camins marcats als mapes de les Esquelles.

Aquesta acampada va demostrar moltes capacitats i valors que els infants poden arribar a tenir i que sovint els adults no els permetem mostrar, ja sigui per por o protecció.

Els usuaris de tots els grups d'edats van fer llargues caminades, van muntar i desmuntar campaments, van dormir durant quatre nits fora de casa, alguns fent bivac, i van crear i reforçar lligams i vincles molt forts a partir de totes les experiències viscudes durant aquests quatre dies. Val a dir que el que es pretenia amb aquesta acampada, però, era fer una iniciació a l'excursionisme i a l'apreciació de la natura, l'acampada i les caminades. Per això es va crear un equip d'intendència, que cuinava cada dia a les instal·lacions del casal, els traïen l'equipatge perquè els usuaris es poguessin centrar a descobrir l'entorn, a fer cohesió de grup i a gaudir del fet de caminar, sense haver de patir pel pes de les motxilles o pel dolor d'esquena.

Aquesta activitat va donar molt bons resultats tant per l'equip com pel que fa als usuaris i famílies. Arran d'aquest èxit, aquest any des de l'Esplai la

Teranyina, seguint els seus orígens, s'està tornant a apostar per aquesta temàtica per tal que no es perdin les ganes pel senderisme entre aquestes franges d'edat, i que els infants també portin i motivin les seves famílies a anar d'excursions per descobrir l'entorn que els envolta.

Cal afegir, també, que l'eix central del nostre projecte no només perseguia que el conjunt d'infants conegués millor el seu poble i terme municipal; sinó que també pretenia potenciar hàbits, despertar la curiositat, oferir noves opcions de lleure, treballar valors, potenciar l'activitat física, possibilitar un creixement personal, donar al casal un valor educatiu tangible, realitzar activitats sempre amb la màxima seguretat i cobrir les necessitats familiars.

Aquesta temàtica, a més, ens permetia reforçar els vincles de solidaritat, respecte i companyerisme entre nens i nenes, i l'estima pel senderisme, la cultura i la natura. Per això, vam centrar temps i esforços a planificar les nostres activitats de manera que no solament fossin un recull de jocs, tallers i excursions, sinó que, més enllà, oferissin una oferta educativa integral que tenia com a objectiu gaudir del temps de lleure deixant volar la

imaginació, descobrint les pròpies capacitats creatives i fomentant valors solidaris entre els participants.

Per acabar, m'agradaria afegir que seria molt interessant seguir potenciant aquestes sinergies que s'han creat aquest estiu entre els infants i joves del poble, per seguir descobrint l'estima per la natura i l'excursionisme. Crec que no hem de permetre que això es perdi o quedi en un simple record d'estiu. És per aquest motiu que entre tots hauríem de mirar de mantenir-ho i de seguir-ho potenciant. Ja sigui de manera particular, des de casa, portant els nostres nens i nenes a fer excursions de diumenge per les muntanyes i racons del nostre municipi, o apostant per col·laborar en les associacions del poble que vetllen i ofereixen la possibilitat de descobrir-ho d'una manera col·lectiva, com són el grup excursionista de les Esquelles o l'Esplai la Teranyina, els quals portem a terme diferents activitats familiars que permeten descobrir i aprendre de tot allò que Amer presenta, en l'àmbit natural, històric, rural i cultural. És a dir, el nostre entorn i tot allò que ens pertany i que ens identifica com a amercencs i amerenques.

Eva Carreras



Educar en verd

L'Esplai La Teranyina i els Esquelles creuen els seus camins

Comença un nou curs escolar i al mateix temps tot un seguit d'activitats, les quals esdevenen una proposta educativa durant el temps de lleure d'infants i joves. L'educació en el temps no lectiu és vital perquè nens, nenes, adolescents i joves es desenvolupin d'acord amb uns valors que els ajudin a afrontar la maduresa.

Una de les propostes que ofereix la nostra vila és l'Esplai La Teranyina, una entitat que ha treballat, durant més de 20 anys, amb la intenció de ser un servei a la comunitat i amb l'objectiu de formar infants i joves per aconseguir que creixin com a persones des d'una perspectiva integral que té en compte la identitat catalana, el compromís social i el coneixement respectuós de l'entorn.

Amer té uns paratges privilegiats d'una gran riquesa natural; per tant, assolir l'objectiu de conèixer i respectar el paisatge és una fita assequible. Enguany l'Esplai ha preparat una programació anual centrada a educar en

Si voleu estar informats de les activitats que anirem fent, entreu al web <https://sites.google.com/site/esplaiteranyina/>

verd, amb la intenció que els infants i joves entrin en contacte amb la major part possible de les experiències que constitueixen l'essència de l'excursionisme i estiguin motivats per continuar fent muntanya. A banda de les activitats tradicionals de dissabte, hi haurà també sortides d'un dia amb una cadència mensual, estades o acampades d'un cap de setmana un cop al trimestre i uns campaments o rutes a finals de juny.

Aquest any es comptarà amb el suport del grup Esquelles, grans coneixedors del nostre entorn, que ajudaran quan calgui a dibuixar els perfils de les sortides que es vagin fent al llarg del curs, per tal que aquestes s'adaptin en tot moment a les nostres possibilitats. Entenem que és molt enriquidor buscar sinergies entre les diferents entitats del poble, i és per



La millor manera d'estimar el teu entorn és tenint-ne cura.

això que l'inici d'aquest curs va ser compartint una tarda d'activitats a la plaça de la Vila amb els Esquelles. Al llarg de l'any anirem creuant els nostres camins i esperem que puguem compartir alguna altra activitat. En la mateixa línia, ja estem treballant conjuntament amb l'Associació de Comerciants d'Amer (UCA), per dinamitzar alguna activitat els dissabtes del mes de desembre.

Dolors Guerrero



Recomanacions APPS

Naturalistes i excursionistes, us recomanem les següents aplicacions per a mòbils i tauletes:**Maps 3D Lite** - gratuïta

Aplicació útil per a senderisme, ciclisme i esquí. Ens permet planificar rutes en 3D per tot el món.

**Sportstracker** - gratuïta

Aquesta aplicació, bastant coneguda sobretot per corredors, ens grava el track de la ruta sobre un mapa, ens mostra el desnivell realitzat, la velocitat que hem portat en cada tram i el temps realitzat. Si tens pulsòmetre també et gravarà el pols i les calories en cada moment. Ens permet compartir els tracks amb els companys i adjuntar-hi fotos.

**Mapa Estelar** - gratuïta

Apuntant el cel amb el mòbil i utilitzant el GPS d'aquest, podrem veure les constel·lacions, les estrelles i els planetes amb els noms i característiques.

**Aves de España** - gratuïta

Aplicació especialitzada per observar i conèixer les aus sobre el terreny. Té informació de 563 espècies espanyoles, 200 vídeos i 300 cants que ens permeten distingir els ocells fàcilment.

**Orquídeas Ibéricas** - apple 6,99€ / android 0,50€

Guia completa de les orquídies ibèriques amb abundants fotografies i descripcions per poder-les reconèixer.

**Identificación de Setas** - 1 €

Aplicació que ens ajudarà a reconèixer els bolets amb fotografies detallades i descripcions de 282 espècies. El més interessant és que ens permet georeferenciar els llocs on hem trobat els bolets per trobar-los la pròxima vegada.

**Toca Nature** - 2,69€

Aplicació infantil amb gràfics molt bonics. Els infants podran plantar arbres, crear turons, muntanyes i rius. Collir bolets i flors tot jugant amb diferents animals. Ells mateixos poden escollir els paisatges naturals en els quals vulguin interactuar.

**Pyrenées Sommets** - 2,69€

Enfocant el paisatge amb el mòbil ens apareix a la pantalla informació dels cims que tenim al davant sobre un mapa cartogràfic. L'aplicació disposa de 4.000 muntanyes franceses i espanyoles, colls, llacs, refugis, coves, ermites...



Albert i Irene

Romaní - *Rosmarinus officinalis*

El romaní és un arbust perennifoli molt aromàtic de 0,5-2 metres d'alçada. Té les fulles estretes, oposades, de marges recargolats i blanquinoses pel revers. Floreix a la primavera i a la tardor i les flors són blaves de 10-12 mm.

El trobem en llocs eixuts, en vessants sud fins als 1500 metres d'altitud.

Té nombroses propietats entre les quals podríem destacar les remeieres com l'efecte recuperador en refredats, pres en forma de tisana (una cullerada per cada tassa d'aigua) o en ús extern, afegint la infusió en l'aigua de bany per calmar els dolors musculars. També se'n poden fer bossetes aromàtiques o utilitzar-lo com a recurs biològic per evitar insectes indesitjats a l'hort.

Però avui us volia parlar del seu ús culinari. De ben segur que molts de vosaltres l'utilitzeu en estofats o carns a la brasa. La meua proposta és una mica diferent. Us convido a provar una recepta de la xef sud-africana Kim Slabbert que em sembla molt adient com a entrant per a qualsevol dia de festes de Nadal o Cap d'Any. I és que el romaní no només el trobem a la conca mediterrània! L'extrem del sud d'Àfrica també té clima mediterrani i se n'hi pot trobar.



Podeu trobar més informació sobre on trobar romaní, com i quan recol·lectar-lo i altres receptes a les següents fonts:

Amanida de nous rostides amb romaní

Ingredients: (les quantitats estaran en funció del nombre de persones, en ser una amanida no cal ser gaire estrictes)

Nous del país
Romaní
Escates de sal
Pebre negre
Enciams variats
Sèsam blanc
Pera
Formatge blau
Ceba tendra
Alvocat

Per a la vinagreta:

Mostassa
Oli d'oliva
Vinagre de vi blanc (o de poma)
Un pessic de sucre

Trossegeu les nous i rostiu-les amb unes fulles de romaní, oli d'oliva, pebre negre i escates de sal. Reserveu-ho.

Engruneu el formatge blau.

Talleu la pera a quarts i feu-ne llesquetes primes (si la pera és ecològica la podeu posar amb la pela)

Talleu l'alvocat també a llesquetes.

Barregeu tots els ingredients amb els enciams variats i serviu de seguida.

Bon profit!

- *Deliciosa Natura*. Marc Estévez Casabosch. Cossetània Edicions.
- www.floracatalana.net
- www.iolandabustos.com
- www.dolcarevolucio.cat
- www.terradeflors.com
- www.etselquemenges.cat

Olga Freixa i Bódalo

Carta als reis

Estimats i estimades Esquellerincs,

Arriba el Nadal, descans de les escoles, i toca fer el pessebre, retrobar-nos amb familiars, llargues sobretaules de pares, mares i família i, sí, segurament no us costarà gaire trobar un moment per escriure la Carta als Reis.

Des del Grup Esquelles us presentem diferents propostes que us permetran conèixer de més a prop tot el que ens envolta i compartir el temps lliure amb les vostres amistats. Esperem que hi trobeu regals que us agradin. I no us oblideu de demanar alguna cosa per a tots els de casa!

Els ocells. *El meu primer llibre de sons*. Grup Editorial 62, Estrella Polar. Per familiaritzar-se amb els diversos cants dels ocells. A partir d'1 any. (1)

El jardí. Col·lecció Xiicdoc. Ed. Cruïlla. Un llibre amb solapes, llengüetes, despleables... un llibre per llegir amb les mans i veure llimacs, pixallits, soques, heures, etc. A partir de 2 anys. (2)

SURA, joguina de suro natural, per jugar a pescar peixos i aprendre l'ofici dels petits pescadors de palangre, una de les arts de pesca més respectuoses amb el medi ambient. No és com els aneguets de les fires... en aquest cas cal enfil·lar els peixos a la boia. Incorpora una plantilla per crear més peixos reutilitzant els envasos de gels i xampús de bany. Està 100% dissenyada i manufacturada a Catalunya. www.hory.cat (3)

Binoculars per observar cims nevats, ocells, arbres, etc. (4) I per mirar de prop... el visor d'insectes (per observar-los sense fer-los mal) (5). A partir de 5 anys. A les botigues Eureka Kids.

I perquè presumits i presumides no passin fred quan surtin amb la colla, res com mantenir calentes les idees d'una manera ben "fashion". Fabricat a la Garrotxa www.marcelinus.cat (6)

I per sumar-se a l'actualitat catalana... cap noi ni noia tindrà un "no" per a aquestes samarretes. (7)

Per als qui estan enamorats, podeu posar el nom a una estrella www.globalstarregistry.com/es

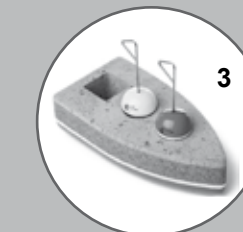
Per a tota la família, podeu comprar una caixa regal Ergosum i escollir d'entre 25 propostes d'experiències científiques, ambientals, socials, culturals, gastronòmiques i artístiques per gaudir en família el dia que vosaltres vulgueu i en diferents indrets de Catalunya (per a mainada d'entre 3 i 12 anys). www.ergosum.coop



1



2



3



4



5



6



7

Llistat Esquellerincs

Aniol Samblàs Fontàs
Dúnia Rabionet Casadellà
Xavier Carbonés Mitjavila
Laia Collell Pol
Júlia Tarrés Colomer
Pau Salvà Rabionet
Roger Fontàs Silva
Arnau Térmens Arrondo
Jofre Térmens Arrondo
Èlia Tràfach Cantó
Enric Tràfach Cantó
Gerard Costa Casacuberta
Mariona Galceran Massachs
Carla Cullell Auguet
Nil Pujades Panosa
Pol Pujades Panosa
Mariona Samblàs Fontàs
Iona Casas Villacampa
Elna Tarrés Colomer
Aleix Amagat Jiménez
Berta Amagat Jiménez
Arlet Térmens Arrondo
Estel Collell Pol
Aina Prenafeta Panicot
Azalais Codina Parra
Quirze Junquera Serrat
Arianna Carbonés Mitjavila
Eira Arnau Roura
Bernat Marcos Ferrés
Marc Crosas Marcó (8 anys)
Eudald Casas Villacampa

EL GRUP ESQUELLES AMB...



G E A E
GRUP EXCURSIONISTA
AMERENC ESQUELLES