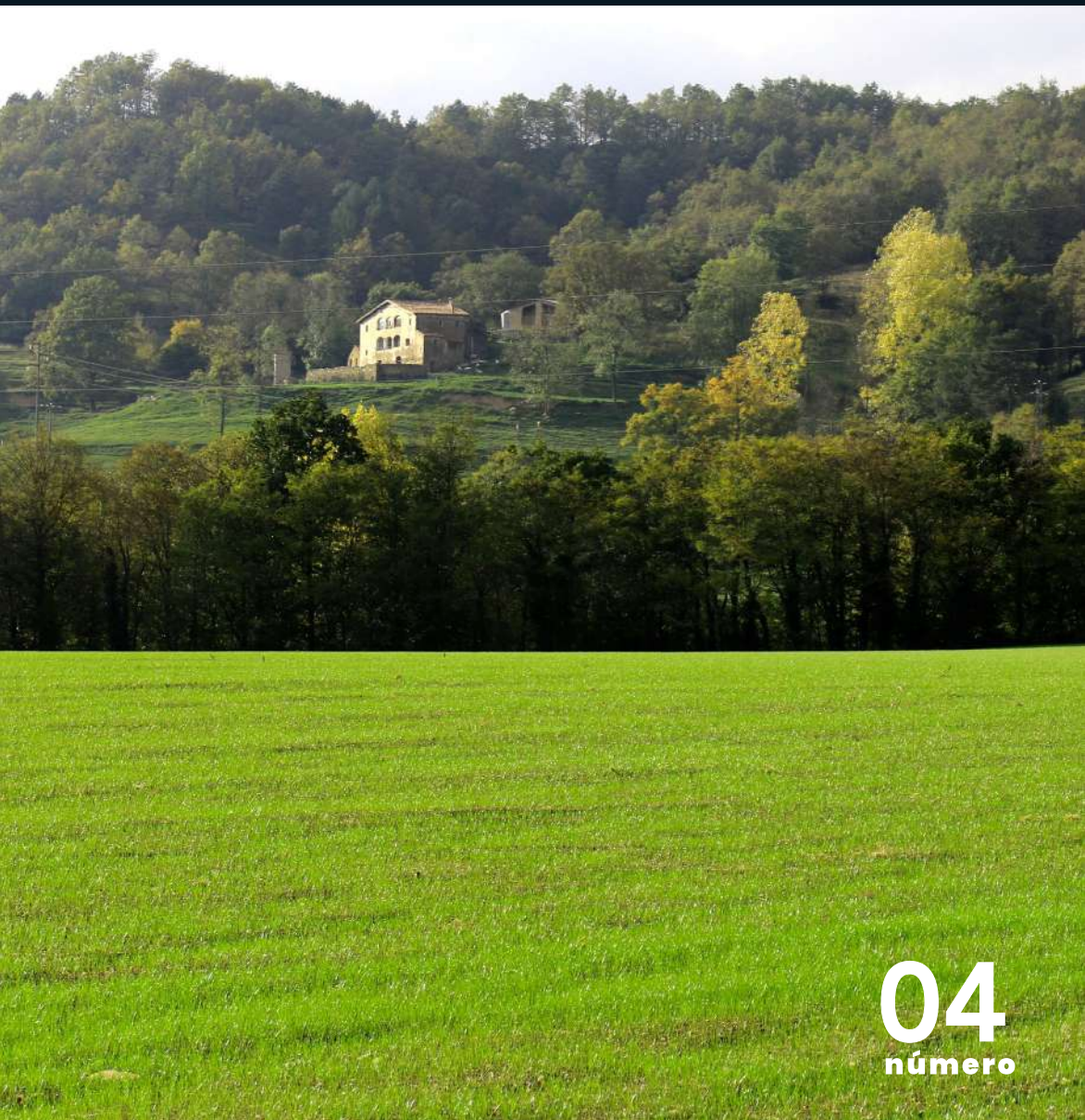


HOLA, RIPOLLÈS!

Revista gratuïta | juliol · agost · setembre 2024



04
número

respira comerç

LA REVISTA COMERCIAL DE LA COMARCA

La revista del comerç de la comarca del Ripollès

Quarta edició de Respira Comerç, del 20 de juny al 20 de setembre del 2024.
Especial estiu.

Direcció i coordinació de publicitat
Volcano Grup - UIER

Administració
Marc Payrà

Cap de contiguts
Jordi Tarré

Cap de Redacció
Laura Sánchez

Distribució i maquetació
Valerio Viano

Impressió
Impremta Maideu

Distribució
10.000 exemplars

Edició i Producció:



VOLCANO
GLOBAL MARKETING

Portada
Prats Verds
Per Ricardo Alaniz @raa22427

Col·laboradors/es:

Lídia Heredia, Marion Jaimes, Lluís Izquierdo, Roger Maideu, Oscar Montalvo, Mireia Formatgé, Montse Tallant, Olga Vilanova, Jaume i Pere Formatgé, Jordi Guitart, Carla Cid, Enric Bach, Natàlia González, Francesc Mauri, Arnau Puigvert, Jaume Forment, Aleix de Ferrater, Àfrica Brasó, Eva Serres, Albert Soler, Exther, Adrià Burull, Raimon Campubrí, Ramon Pau, Mireia Muñoz, Núria Pascal i Gerard Ahaik, Marc Peiris, Santi i Ricardo Alaniz.
Gràcies!

“Respira Comerç” és una revista enfocada a promoure el comerç local del Ripollès. Aquesta publicació és possible gràcies al suport publicitari d’empreses de la zona i dels voltants, així com a subvencions de diverses institucions. “Respira Comerç” prohibeix estrictament la reproducció total o parcial del contingut d’aquesta revista sense el permís previ de l’autor/a. Qualsevol publicació requereix l’autorització prèvia. “Respira Comerç” no es fa responsable de les opinions expressades en els articles de tercers que publiquem. La revista “Respira Comerç” és propietat de la UIER i Fecoris.
© 2024. Tots els drets reservats.

Respira Comerç: c. Macià Bonaplata, 4. 17500 Ripoll.
Email: areaempresa@uier.org Tel. 972 70 31 11

Amb la Col·laboració:



AJUNTAMENT DE
CAMPRODON



associació de comerç i turisme
La Vall de Camprodon



AJUNTAMENT DE LA
COMTAL VILA DE RIPOLL



amic
associació de comerç i turisme
informació i comunicació



AJUNTAMENT DE
RIBES DE FRESER



Consell Comarcal
del Ripollès



AJUNTAMENT DE
LA BARONAL VILA
DE SANT JOAN DE
LES ABADESSES



Amb el suport de:



Generalitat
de Catalunya



Diputació de Girona



fecoris
Federació de Comerç
del Ripollès



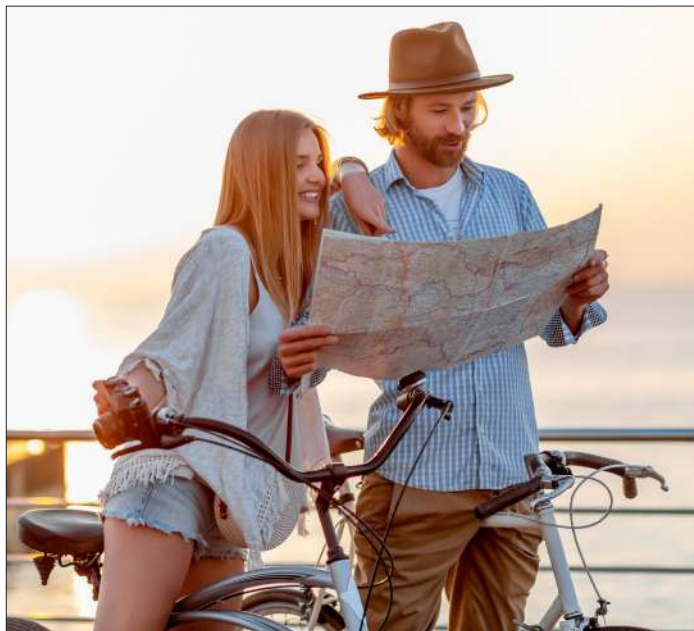
Cambra
de Comerç de Girona
Delegació del Ripollès

Voluntat ciutadana

Enric Bach

Els darrers anys han estat convulsos i hem d'admetre que, per damunt dels interessos del poble, hem tingut un gran pes. Això vol dir que les diferències es troben realment entre les persones; per això busquem refer les coses, guarir ferides i respectar els punts de vista de tothom.

Tanmateix, crec sincerament en la voluntat ciutadana enfront del model dels pobles més bonics de Catalunya. Al llarg del temps, ens ha permès mirar molts indrets del Ripollès. En aquest recorregut, hi ha molts suggeriments, ja que des dels cims de les muntanyes es pot observar una de les contrades més belles de Catalunya, una de les comarques més netes i obertes, amb pobles amb llars, campanars que s'alcen cap al blau del cel, on cada dia me'n adono de l'encant de les muntanyes. Les nits estan voltades d'un espill inacabable on el cel ha sembrat les seves estrelles, el sol dona als camps una bellesa indefinible de verd i groc, les espigues i un aroma aspre de maternitat eterna. Sempre amb el remor de la nostra terra, no cal anar molt lluny per practicar un turisme sostenible que us doni l'oportunitat de gaudir d'activitats saludables a l'aire lliure. En aquesta comarca



trobareu infinitat d'opcions per apropar-vos a la natura amb amics o família i observar un paisatge amb vistes d'ocell. És gairebé descobrir una terra nova; la perspectiva canvia i les construccions que semblaven tan grans de cop es tornen formigues des de les altures amb globus aerostàtic. La bellesa natural de la zona quedarà als vostres peus dins una còmoda i accessible cistella; podreu contemplar un paisatge de colors en una dinàmica espectacular. La singularitat de la comarca ve determinada per la seva bellesa patrimonial i monumental, així com per la gestió conjunta dels seus municipis, que permet als

visitants gaudir de la seva gastronomia i de la seva gent com un poble actiu i viu. El valor humà sempre hi és present, igual que les tradicions.

Per això, és habitual que, com a visitants, hi trobeu mercats, fires i festes que completen el valor patrimonial amb el ric valor humà. Per nosaltres és un orgull ser gent del Ripollès, i és la nostra il·lusió que la gent que vingui pugui gaudir d'aquesta comarca.



Un món de ripollesos: Entrevista a Lídia Heredia



Foto cedida per TV3 "Especial eleccions"

DADES:

Nom, cognoms: Lídia Heredia Soler

Activitat/A què et dediques? Periodista

Municipi i data de naixement: Badalona, 19 de maig de 1971

Llocs en els que has viscut: Badalona i Washington DC

Municipi actual de residència: Washington DC

Previsió de tornar al Ripollès?: Sempre que es pugui!

Què t'uneix a la comarca del Ripollès? Des de quan?

Vaig aprendre a caminar al Ripollès! Els avis tenien una casa a Campelles i des de ben petita que hi he passat llargs estius, setmanes santes i vacances de Nadal.

Habitualment vius fora? Per què Campelles i no un altra població del Ripollès? Què destacaries de Campelles?

L'avi era molt aficionat a la muntanya i havia recorregut i trespast per totes les del ripollès i la Cerdanya des de feia anys. Ell era metge, i quan ja estava a prop de la jubilació, va decidir que podria gaudir-ne més i també durant més temps s'hi podia tenir-hi una casa. I així ho va fer. Una casa des d'on podia contemplar totes les muntanyes que més li agradaven, des del Puigmal a la Còvil.

Pots parlar-nos de la teva professió? A què et dediques? Quines voltes has donat per arribar a on estàs ara...

Sempre dono la definició més senzilla, però més important de la nostra feina: els periodistes ens dediquem a explicar el que passa, i si pot ser, per què passa. Jo vaig començar de molt jove, amb 17 anys, a l'emissora municipal de la



Restaurant
de tapes



Carrer Sant Pere, 15. Ripoll

972 70 33 80



eltrotdecavall

Tens un comerç i t'hi vols anunciar?

Contacta amb nosaltres

i te n'informarem!

972 703 111

meva ciutat, Badalona, i he passat per molts llocs i moltes empreses, i a tot arreu he après i m'he fet com a professional i com a persona. He fet gairebé tots els papers de l'auca. L'últim, corresponsal als Estats Units.

Pots definir com va ser el teu primer contacte amb el Ripollès? Què és el que et va xocar més de la nostra terra?

No diria que em xoqui res, perquè com et dic, es pot dir que hi he crescut i que per mi és un lloc molt natural i me'l sento una mica meu, també. Pro-

curo respectar-lo i estimar-lo, els meus avis hi van ser molt feliços i això sol ja el converteix en un lloc important per mi.

Quin és el producte que més compres al comerç local del Ripollès? Podem saber a on compres?



Una de les coses que més m'agrada és veure com els meus fills gaudeixen de Campelles com jo el vaig gaudir de petita. Veure que els agrada venir, que tenen colla, que saben valorar-ho. Això em fa molt feliç. Tenim una tradició que és fer-nos una foto en família cada any, amb el Taga al darrera. S'ha convertit en un costum que gairebé no ens hem saltat mai i una manera de veure com ens fem grans



Jo sóc molt de vida, m'agrada tot! I quan sóc aquí, no m'estic de res: la carn, el pa, els pastissos, els ous, els formatges, els embotits... Actualment compro a tots els comerços de Ribes de Freser, però si haig de triar 3 llocs connectats als meus records d'infantesa, quan acompanyava l'àvia Pepita a comprar, ho tinc clar: Cal Sumera, la pastisseria Sant Jaume i Cal Pairó.

Com compagines la teva vida a Washington com a corresponsal de TV3 amb els teus moments de descans a Campelles? Com és el contrast entre la vida a una gran capital com Washington i la tranquil·litat d'un poble com Campelles?

El contrast és gran, però tot té el seu encant, i les seves

pegues! Des que treballo als Estats Units vinc molt menys, és clar, perquè no puc fer-ho els caps de setmana. Però tant per Nadal com a l'estiu, et diria que "necessito" passar per Campelles, pujar a Costa Pubilla, anar fins al riu, passar una tarda parlant amb la Dolors i l'Antonio de Cal Rum, dinar a Cal Ras, anar a buscar ous a la Rovelleta, veure els meus amics... em connecta amb moltes coses, ser a Campelles.

Com et mantens connectada amb els esdeveniments i la realitat catalana mentre cobreixes les notícies dels Estats Units?

Com puc amb el temps que tinc i menys del que voldria, però procuro estar al dia, sí.

Quina és la teva perspectiva sobre com es veu Catalunya des de fora?

Doncs es fa difícil generalitzar, però el nom de Barcelona és universal, tothom o pràcticament tothom sap de què li parles quan dius Barcelona. I en general ho associen a un lloc amb bon clima, bon menjar, a coses positives. Una altra cosa és què saben de la situació política o històrica, ja no només de Barcelona sinó de Catalunya o Espanya.

Centrant-nos de nou en la comarca, si haguessis d'aconsellar una escapada al Ripollès a uns amics o familiars? Quins llocs o rutes recomanaries?

Ui, se'm faria difícil triar. Però jo em sento molt de la zona nord del Ripollès, per tant, Campe-

lles, Pardines, Bruguera, Planols, Ventolà, Ribes de Freser, Querallbs... i per descomptat, pujar per les gorges del Fre-ser, passar una nit a Coma de Vaca i fer el camí dels enginyers fins a Núria. Una travessa que fa treballar les cames i calma l'esperit!

El teu entorn coneix res de la nostra comarca? El què?

Sí que ho coneixen, però és cert que el Ripollès a vegades queda una mica "amagat" entre la Garrotxa i la Cerdanya.

Com els hi vendries la "moto" perquè la vinguessin a conèixer?

No cal vendre cap moto! Un cop ho coneixen la majoria volen tornar.

Què t'agradaria que El Ripollès agafés d'allà on vius o has viscut?

No es pot tenir tot, i a mi ja m'està bé que cada lloc tingui la seva cosa, així conserves el desig d'anar-hi. Ens estem acostumant a tenir-ho tot com i quan volem, i jo sóc partidària de saber esperar, de conservar aquella emoció de saber que quan s'acabin les maduixes de bosc arribaran les mores, i després els bolets.

Hi ha previsió que Campelles, o un altre poble del Ripollès, passi a ser lloc de primera residència?

Ara mateix no faig plans a llarg termini! Mai m'hauria imaginat que estaria vivint als Estats Units... o sigui que prefereixo no fer plans de futur. Però per què no algun dia? ■



Foto cedida per TV3



Viu l'estiu a Moda re-
La teva botiga de moda sostenible



Roba, Calçat, infantil, Complements

REutilitza, REDueix.
Consumeix de forma REsponsible.

Segueix la nostra actualitat per 
Carrer de la Font, 7 - Ripoll

Projecte d'economia social de:
inseMAP Ripollès
empresa d'inserció

Intimitats dels Nostres Comerços: Guix Esports



Lluís Izquierdo Guix

Propietari de Guix Esports Ripoll

La teva cançó?

M'agraden les cançons del "Soldadet" dels Manel o "Garabatos" de Fito

Una pel·lícula?

"Patt Garret and Billy the Kid" d'en Peckinpah o "The night of the Hunter" d'en Laughton, també "Nosferatu" o "Pesadilla antes de Navidad".

Un llibre?

M'agrada el gènere d'aventures: El senyor dels anells, o també alguna novel·la tipus western.

Què és el primer que fas quan et lleves?

Endreçar una mica el desori que no vaig acabar d'endreçar a la nit

La teva paraula preferida?

M'agraden les paraules onomatopèiques: boom, pum, splash, crack... (paraules que expressen sons)

El teu plat preferit?

Cosa fàcil pel dia a dia, pollastre i arròs. En dates assenyalades la vedella que cuinen les meves tietes.

Qui cuina a casa teva?

Jo mateix.

Un lema?

Del perdut aprofita el que puguis.

Un equip de futbol?

No m'agrada el futbol

Quin és el teu pitjor malson?

No tinc malsons, de fet dormo poc.

Una mania?

Cap que jo sàpiga.

Què et treu de polleguera?

L'egocentrisme o l'absència d'empatia.

Quin cotxe tens?

Una furgó

Una beguda?

Aigua

Un insult?

«***»

Quin esport practiques?

Si la columna i el genoll em deixen vaig a córrer.

L'últim viatge que has fet?

A Minnesota, recordo haver assistit a la victòria de la lliga de l'equip de bàsquet local femení, no vaig poder anar a veure el masculí perquè no van coincidir les dates per poc, però d'això ja fa uns quants dies.



Un personatge històric?

Leonardo da Vinci.

Un hobby?

Aprendre a tocar la guitarra.

Un racó del teu poble...

El carreró de darrera del Monestir.

El millor lloc de Catalunya?

Colera o el Port de la Selva.

I del món?

El cim del Canigó.

Amb qui no et prendries una cervesa?

Amb la resta dels que si me la prendria.

Per a què serveix la TV?

Per tenir-la tancada.

Què faries si demà fos l'últim dia a la terra?

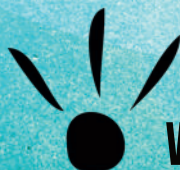
Morir-me de l'ensurt.



DISSABTE 28 SETEMBRE RIPOLL

**BUHOS · ELS AMICS DE LES ARTS
MISHIMA · LIANT LA TROCA · AMBAUKA
FLAMENC INCLUSIU JOSÉ GALÁN
I MOLT MÉS**

**DJ'S · VERMUT MUSICAL · FOOD TRUCKS
ZONA INFANTIL · TALLERS DE SENSIBILITZACIÓ**

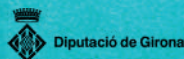
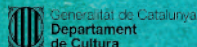


**VENDA ENTRADES
WWW.INSPIRAFESTIVAL.COM**

Una Iniciativa social de:



Amb el suport de:



Amb el patrocini de:



Històries dels nostres comerços:

Impremta Maideu



Roger Maideu Soy

Director comercial de la Impremta Maideu

DADES:

Nom i cognom: Roger Maideu Soy

Nom del negoci: Impremta Maideu

Municipi del negoci: Ripoll

Any d'inici de l'activitat: 1916

xarxes: @imaideu



Quan va començar la vostra activitat i per què?

Impremta Maideu es va fundar l'any 1916 per Daniel Maideu per treballar i guanyar-se la vida fent una feina que l'apassionava.

A què us dedicàveu en els inicis?

En aquella època els treballs d'impremta es limitaven a impresos com ara, papereria corporativa, cartells, programes, recordatoris, fulletons i llibres.

Qui estava darrere el vostre projecte empresarial? Qui el va engegar?

Impremta Maideu és una empresa familiar de quatre generacions dedicada als serveis gràfics integrals, fundada per Daniel Maideu, qui va ser, a part de propietari de la impremta i llibreria

abans anomenada "Tipografia Ripollera", un gran editor referent a Catalunya, especialment al Ripollès.

En els inicis quines motivacions teníeu? I els principals reptes que havíeu de superar?

Amb la invenció de la impremta i la industrialització desapareixen els sistemes de reproducció gràfica medieval, i esdevé la difusió, un element clau per valorar qualsevol contingut intel·lectual i periodístic. És llavors quan Daniel Maideu començarà la labor d'editor, amb multitud de publicacions de llibres i revistes.

Com us va canviar a la vostra vida aquest projecte?

A mitjans dels anys 60, la Impremta Maideu va passar a mans

dels fills de Daniel Maideu: Santi i Jordi. Aquests van combinar la gran experiència adquirida al llarg de tants anys, on la tradició i la passió per les arts gràfiques s'han transmès de pares a fills, amb la constant innovació exigida pel mercat. Posteriorment, Jaume i Jordi van agafar el relleu, transformant la impremta clàssica i tradicional en una impremta moderna amb un catàleg extens de productes gràfics que inclouen materials de suport, colors, acabats i manipulats infinits. Això els permet oferir noves propostes als clients i tenir la capacitat de donar forma als projectes més exigents.

A partir de 2014, Roger, fill de Jaume, es va unir a l'empresa, donant vida a la quarta generació i oferint bones perspectives de futur.

Els principals canvis i evolucions que destacaríeu:

En plena era digital, el sector gràfic ha fet un gran canvi pel que fa a tecnologies i immediatesa en la realització de feines. En els inicis de l'empresa per produir uns cartells podies tardar tot un dia i ara amb la impressió digital es fan amb qüestió de minuts.

I aquella anècdota que sempre expliqueu...

El nostre logotip original està creat per l'avi Daniel, on consta una mà i el número 10 en el clixé tipogràfic de l'època que signifiquen MAIDEU.



Màquina tipogràfica anys 60

El millor record fins al dia d'avui quin és? Què heu après amb tot el temps que porteu al capdavant d'aquest negoci?

Hem après que el més important és guanyar-nos la confiança dels nostres clients, complint amb les seves necessitats, terminis d'entrega i oferint una alta qualitat a preus competitiu. Creiem que aquest fet és el que fa que les empreses confiïn en nosaltres.

A dia d'avui, com descriuríeu el vostre projecte? Hi ha perspectives de futur? Relleu? Motivacions?

Avui en dia tenim clients de tots els sectors i d'arreu de la península, inclús d'algun país estranger. La globalització ha permès



treballar amb empreses d'arreu del territori amb facilitat i rapidesa. En els darrers anys hem diversificat el ventall de productes, com per exemple el sector de les etiquetes, el packaging i en productes de publicitat i marxandatge. També hem millorat la presència online, cosa que ha estat la clau del nostre creixement.

Un disseny de futur, més o menys immediat?

Estem preparant un "web to print" que permetrà als usuaris poder fer comandes online amb més facilitat. També ampliarem les nostres instal·lacions per poder continuar creixent i oferir un millor servei als nostres clients.



Visites amb Valors, activitats guiades a la Garrotxa

El projecte Visites amb Valors són **dotze experiències guiades** per divulgar els valors dels espais naturals de la Garrotxa coincidint amb efemèrides ambientals, turístiques o de conservació. Aquestes visites, organitzades en el marc de l'estratègia de la Carta Europea de Turisme Sostenible a la Garrotxa, permeten **conèixer i interpretar els elements i valors més singulars de la Garrotxa**: els volcans, el silenci, la flora i la fauna, el paisatge, la història, l'arquitectura i els productes locals. Anima't a descobrir-ho de primera mà!

Més info:
www.turismegarrotxa.com/visitesambvalors



Globus Kon Tiki

Vine a volar amb Kon Tiki i redescobreix Catalunya

A **Kon Tiki Vols en Globus**, hem fet de la nostra passió la nostra vida. **Volem en globus per tota la geografia catalana** des de l'any 1988. A part de les zones més demanades com, Montserrat, Empordà, Cerdanya, entre d'altres. Volem en zones on ningú més vola: Delta de l'Ebre, Pedraforca, Travessa del Pirineu, Congost de Mont-rebei i molt més! Vine a volar amb l'empresa **líder del sector** i redescobreix els paisatges catalans.

Més info:
935 156 060 | www.globuskontiki.com



Cala Montjoi, ciutat de vacances

Cala Montjoi, ciutat de vacances a la Costa Brava

Enmig del parc natural de Cap de Creus podem trobar **Cala Montjoi**, un resort a peu de platja **ideal per a gaudir d'unes vacances en família**. El complex compta amb bungalows, activitats esportives i de lleure, mini clubs per a infants i centre de submarinisme, entre d'altres propostes. Sota el lema "viu sensacions" i un sistema de "tot inclòs", tenen un únic i clar objectiu, la felicitat d'aquells que els visiten en el millor dels entorns.

Més info:
972 256 212 | www.montjoi.com



VIU EMOCIONS DIFERENTS A CATALUNYA
experience.catalunya.com



Anar al psicòleg.



Natàlia González Viñas

Psicòloga General Sanitària
Número Col: 26979

És cert que a moltes persones els costa anar al psicòleg, i això és comprensible, ja que tots fem les coses quan les necessitem i a vegades pot semblar-nos que es tard o d'hora. Però des d'aquí volem dir que ho fem realment quan ho necessitem.

Tot i això, és important reconèixer i respectar el ritme de cadascú. Si bé anar al psicòleg és molt beneficiós, forçar-se a anar-hi sense estar preparat pot no ser efectiu. El primer pas és reconèixer la necessitat d'ajuda i començar a explorar les opcions disponibles. En alguns casos, parlar amb amics de confiança o buscar recursos en línia pot ser

una manera de començar a abordar aquests temes fins que estiguis preparat per buscar ajuda professional.

Anar al psicòleg pot ser beneficiós per diverses raons, tant per a la salut mental com per al creixement personal. Aquí tenim alguns motius pels quals pot ser útil visitar un psicòleg:

1. Gestió de l'estrès i l'ansietat: Les situacions estressants o l'ansietat crònica poden afectar significativament la nostra qualitat de vida. Un psicòleg a través de la teràpia cognitiu conductual pot ajudar a desenvolupar estratègies per gestionar aquests sentiments.

2. Depressió: Si estàs experimentant sentiments persistents de tristesa, desesperança o una pèrdua d'interès en activitats que abans gaudies, un psicòleg pot oferir suport i tractaments efectius.

3. Problemes de relació: Ja sigui en relacions de parella, familiars o d'amistat, un psicòleg pot ajudar a millorar la comunicació, resoldre conflictes i desenvolupar relacions més saludables.

4. Desenvolupament personal: Moltes persones busquen suport psicològic per entendre's millor a si mateixes, establir i assolir objectius personals i desenvolupar habilitats que els ajudin a créixer personalment i professionalment.

5. Traumes passats: Experiències traumàtiques poden deixar seqüeles emocionals. Un psicòleg pot ajudar a processar i superar aquests traumes, permetent una vida més equilibrada i menys afectada pel passat.

6. Millorar l'autoestima i la confiança: Un psicòleg pot ajudar a treballar la manera com et veus i com et values a tu mateix, augmentant la teva autoestima i la confiança en les teves capacitats.

7. Addiccions: Tant si es tracta d'addiccions a substàncies com d'altres tipus (com el joc o les tecnologies), el suport psicològic és crucial per superar-les.

El Molí
Braseria - grill

La nostra especialitat

CARN A LA BRASA



Plaça Sant Eudald, 4. Ripoll
972 70 32 06

Braseriagrillelmo



BOTIGA
C/ Progrés, 14. Ripoll
972 70 42 01 – 608 380 269



BOTIGA ONLINE
tendalscaballol.com

TALLER
CN-152 Km.108 P.I. Rocafiguera. Ripoll
972 70 08 41 – 609 785 398



8. Canvis vitals significatius: Transicions com el dol, divorci, paternitat, o canvi de feina poden ser difícils de gestionar. Un psicòleg pot proporcionar eines per adaptar-se a aquests canvis de manera més eficient.

9. Problemes de salut mental: Condicions com el trastorn bipolar, esquizofrènia, trastorns alimentaris, entre altres, necessiten un seguiment professional per al seu tractament adequat.

10. Millora de la salut física: La salut mental i física estan estretament relacionades. Reduir l'estrès i l'ansietat pot tenir efectes positius en la salut física, com la millora del son i la reducció de dolors físics associats a l'estrès.

Anar al psicòleg no és només per quan ens sentim desbordats, sinó també per millorar la nostra qualitat de vida en general. És un espai segur on parlar de les nostres preocupacions, reflexionar sobre

nosaltres mateixos i trobar maneres de viure de manera més plena i satisfactòria.

En cas de dubte també pots consultar-li a un professional si creu que és necessària aquesta teràpia i recorda sempre consultar amb un professional psicòleg sanitari col·legiat.

Cuidar-te és viure bé!



LLIBRERIA • PAPERERIA
DIARIS • REVISTES
FOTOCOPIES
ENQUADERNACIONS
ARTICLES DE REGAL
LLAMINADURES
ARTICLES PER LA LLAR

972 73 05 30
c. Sant amand, 9
Campdevàrol



Bar Cucut

**Tapes • Entrepans • Amanides
Coques • Plats combinats**

**Tel. 972 130 112 - Plaça Dr. Robert, 12
17867 Camprodon**

Contra l'emergència climàtica fem KM0



Francesc Mauri

TV3 | @MeteoMauri

Estem immersos en un mercat global i altament industrialitzat. També en l'agricultura, la ramaderia i la pesca. El sector agroalimentari de Catalunya és el PRIMER sector econòmic del país fregant el 20% del PIB. Supera, per exemple el sector industrial de l'automòbil o el farmacèutic. I atenció, molt per sobre del turisme que és el 12%.

El pes del sector primari i tot el que l'envolta és puntal de la nostra economia.

Quan entrem en una botiga, sovint, perdem el fil de l'origen dels productes o de les empreses, obradors i tallers que les manufacturen. Allò que en diuen la traçabilitat. Gairebé sempre poso el mateix exemple. Si entres en una botiga i hi

ha pomes dels Alps i hi ha al costat pomes del Pirineu, Lleida o Girona quines agafaràs a un preu similar? Per desgràcia, moltes persones no miren les etiquetes. El màrqueting, les rentades i maquillatges de les fruites faran que ens decidim per una banda o un altre.

Han arribat fa poques setmanes les maduixes de Catalunya (Maresme, Baix Llobregat, Camp de Tarragona, Tordera i Ebre) i també les nespres. I fa molt poc poquet les cireres de la Ribera d'Ebre i el Segrià. També els albercocs. Comencen a desembarcar els primers tomàquets de l'Ebre i el Camp de Tarragona. Aviat arribaran els préssecs de Ponent, de l'Ordal, etc.



Són alguns exemples de fruites que enamoren aquestes setmanes i donen per tancada l'agonia hivernal de fruites amb gust de suro, perfectes d'aspecte i procedents d'hivernacles ultra intensius i hipofertilitats.

En el cas de la ramaderia, vetllar per ous, aviram, oví, porcí o vacum del país també és necessari.

La pesca, sovint procedent de grans flotes industrials ens pot oferir productes locals d'altíssim nivell. Si, ens espanta el preu, en alguns casos, hi ha peixateries de confiança i algunes grans superfícies amb peix de llotja de preus inferiors als vint, els 15 o fins i tot els 10 euros, quilo. El panga, el salmó de granja, el bacallà, lluç o rap són per desgràcia els únics referents per moltes llars.

El consum de productes KM0, en primer lloc, o àmbit català imprescindible. Afavorim productors d'aquí i el transport es redueix al mínim imprescindible. En segon lloc, àmbit mediterrani més proper i, en tercer lloc, resta de la península. I d'aquí no hauríem de sortir. Si consumim quan és temporal ja és de nota excel·lent.

Intimitats dels nostres comerços: Carnisseria/Xarcuteria Ca la Reme



Montse Tallant Jurado

Propietària de Ca la Reme de Campdevànol



La teva cançó?

Led Zeppelin - Stairway to heaven

Una pel·lícula?

La vida es bella

Un llibre?

Em costa decidir, l'últim que he llegit és "los asesinos del emperador" de Santiago Posteguillo

Què és el primer que fas quan et lleves?

Rentar-me la cara

La teva paraula preferida?

Seny

El teu plat preferit?

Paella

Qui cuina a casa teva?

Jo i el meu fill

Un lema?

Res és impossible

Un equip de futbol?

FCB

Quin és el teu pitjor malson?

Les malalties en el meu entorn

Una mania?

Baixar les persianes quan és fosc

Què et treu de polleguera?

Les mentides dites per ferir

Quin cotxe tens?

Un seat toledo

Una beguda?

La cervesa

Un insult?

Imbècil

Quin esport practiques?

Natació

L'últim viatge que has fet?

a Eivissa

Un personatge històric?

Leonardo da Vinci

Un hobby?

Llegir

VISTA OPTICA

ulleres de sol graduades

CHANCE
SUNGLASSES

VALUE OF QUALITY



DES DE **76€**

Consulta condicions de la promoció

Major 6 • Campdevànol • Tel. 972 730 242 | Comellas 7 • Sant Joan de les Abadesses • Tel. 972 720 291

Un racó del teu poble...

Sant Pere d'Auïra

El millor lloc de Catalunya?

Campdevàdol

I del món?

Menorca

Amb qui no et prendries una
cervesa?

Amb Carrizosa

Per a què serveix la TV?

Per entretenir i inculturitzar

Què faries si demà fos l'últim
dia a la terra?

Aniria a Sant Pere d'Auïra
amb un pack de cerveses i un
bon entrepà.

BEEP

RIPOLL

- Ordinadors
- Telefonía
- Impressores
- Gaming
- Servei tècnic
- i molt més!!



c. montgrony, 8 · Ripoll
dilluns a divendres de 9:00 a
14:00 i 16:00 a 19:00
dissabtes de 10:00 a 13:30

972 70 41 31

beep_ripoll

beep.ripoll



BARBARROC

creations

618705223 · 650871539

barbarroc@barbarroc.com

Sant Joan de les Abadesses

Estudi artístic de
projectes i creacions

RETOLACIÓ DISSENY GRÀFIC -TROFEUS- TALL·LÀSER MARXANDATGE

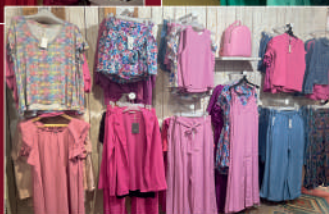
i un munt d'altres idees



ROBA DE DONA I HOME

Talles dona - XS a 3XL

Talles home - S a 2XL



LA CONFIANÇA

LA TEVA BOTIGA DE CONFIANÇA



C. Vell, 5 · Ripoll

Tel. 686 300 688

Obert de dimarts a divendres

de 10.00 a 13.30 h.

i de 16.30 a 20.00 h.

Dissabtes de 10 a 14 h.



@la_conf_ripoll

Històries dels nostres comerços: Cal Pepet Forner



Núria Pascal Boixés

Propietària Cal Pepet Forner

DADES:

Nom i cognom: Núria Pascal Boixés

Nom del negoci: Cal Pepet Forner

Municipi del negoci: Campdevànol

Any d'inici de l'activitat: 1925

mail: calpepetforner@gmail.com

Quan va començar la vostra activitat i per què?

Després de la sobtada mort de la Maria, em vaig fer càrrec el 2014 on volia continuar el projecte d'un negoci familiar; en part degut als records inoblidables i al sentiment d'enyorança.

A què us dedicàveu en els inicis?

Inicialment, érem un forn de pa, però des que es va incorporar la Maria es va començar a implementar altres productes fins al punt de ser un basar; no obstant això, ens vàrem anar especialitzant en entrepans, que s'han preparat sobre la marxa i al gust dels clients.

Actualment, es venen una diversitat de queviures, dels quals la gran majoria són de la mateixa comarca on podem incloure els que produïm nosaltres; com els entrepans que ens han donat més renom i ara amb la nova inclusió del sortit de "Licors Artesanals".

Qui estava darrere el vostre projecte empresarial? Qui el va engegar?

Es va continuar el projecte, tal

com ho havia deixat la Maria adaptant-lo a poc a poc als temps actuals, sense haver-hi cap finançament extern; és a dir; només en l'àmbit familiar com ha sigut des d'un inici.

El paisatge és, doncs, així no només exuberant, sinó enigmàtic.

El forn el van obrir el 1925 els avis de la Maria Vila; en Pepet Vila i la Maria Graugés; d'aquí el nom comercial.

En els inicis quines motivacions teníeu? I els principals reptes que havíeu de superar?

Continuar donant el millor servei i productes als clients; que s'havia fet fins al moment que vaig iniciar la gestió. La botiga ha estat la meua vida des que era ben petita, des dels onze anys anava a ajudar a estones, després hi anava als caps de setmana i finalment de dilluns a dissabte podent viure les diferents etapes que va patir la botiga al llarg del temps.

Com a reptes més importants seria: les llargues jornades, la dedicació per garantir la qualitat tant del servei com dels productes i la gran dificultat que comporta regentar un petit co-

merç; on cada vegada és més fumut; tant en l'àmbit econòmic com en un sentit laboral.

Com us va canviar a la vostra vida aquest projecte?

En una lluita diària per continuar impulsant el comerç del qual hem estat orgullosos. Això també ens ha portat molts mals de cap.

Els principals canvis i evolucions que destacaríeu:

Com he comentat anteriorment, els principals canvis i evolucions des dels inicis serien les implementacions de les idees de negoci que ha tingut cada regent que ha anat tenint el comerç al llarg del temps; des de només ser un forn de pa, passant per incloure entrepans, augmentant la varietat de productes tant alimentaris com de drogueria i finalment; en els que ens trobem actualment; on encara estem fent una anàlisi de mercat per garantir l'essència dels nostres predecessors; del Pepet i la Maria, al Francisco i la Paquita, a la Maria; i les necessitats dels nostres clients.

I aquella anècdota que sempre expliqueu...

El segon nom que té "Cal Pepet Forner".

De forma col·loquial també se li ha dit "Cal Burriquillo" perquè el pare de la Maria, "Francisco Vila", anava a portar el pa amb un burro a les colònies i a

les cases del voltant on vivien la majoria dels treballadors amb les seves famílies; en concret, a unes famílies d'Andalusos que van ser qui van estendre aquest nom, cridant als quatre vents.

El millor record fins al dia d'avui quin és? Què heu après amb tot el temps que porteu al capdavant d'aquest negoci?

Un dels millors records que tinc present sempre, seria estar envoltada dels meus. Tant la tia Paquita com el tiet Francisco

em tractaven igual que a la seva pròpia filla, la Maria. Com portà un negoci de cara al públic en un poble amb el qual s'ha cultivat una confiança des dels inicis de l'establiment.

A dia d'avui, com descriurieu el vostre projecte? Hi ha perspectives de futur? Relleu? Motivacions?

Un negoci petit familiar i proper a la gent del municipi, amb l'objectiu de no només guanyar-s'hi la vida sinó també d'oferir-hi productes de qualitat de la comarca a un preu raonable.



Núria Pascal i Maria Vila

Tot i que, actualment tinc al meu fill petit, amb l'ajuda del gran, regentant la botiga perquè estic de baixa, tots dos són informàtics i, per tant, no em faig il·lusions quant a que hi continuïn més endavant.



Durant el Corpus, Carrer Major, davant de la botiga

Un desig de futur, més o menys immediat?

Com a desig més immediat m'agradaria poder retirar-me després de tants anys treballats, per així poder gaudir de la vida sense tantes preocupacions o la necessitat d'estar al peu del canyó resistint com es pot amb la inestabilitat econòmica actual en la qual ens trobem.

api



Administrador
Finques
Col·legiat



Ripollès Assessors

El camí cap a la teva nova llar
comença amb nosaltres

Tel: 659 731 933

www.ripollesassessors.cat
www.inmobiliariagarrotxaactiva.cat

Compra, venda i lloguer de tot tipus d'immobles del Ripollès i la Garrotxa

RIPOLLÈS ASSESSORS Oficina ST. JOAN DE LES ABADESSES · Av. Jaume I, 2-4 local 2 · 972 72 31 32
Oficina RIPOLL · Carretera de Barcelona 27, baixos · info@ripollesassessors.cat · 972 70 13 85

Montserrat Casanova i Puigserinanell



Jaume Forment i Garcia
Mestre

Montserrat Casanova



Nen, 1929.
Montserrat Casanova. Oli sobre tela, 74x57 cm

En el número 2 d'aquesta revista, vam fer esment de la Concepció Casanova i Danés, poetessa, filòloga, traductora,...que va destacar en el seu temps.

En aquest número farem unes pinzellades de la seva germana, tot i que de mare diferent, la Montserrat Casanova i Puigserinanell. Neix a Campdevànol el dia 8 de novembre del 1909 i mor a Fàtima el 23 de desembre del 1990.

Una altra campdevanolenca destacada, en un camp com l'art, oblidada durant anys, i que aquest petit article pretén fer tornar a la memòria i ser un inici de més aprofundiment. Nascuda en el si d'una família burgesa, interessada en la cultura i d'idees avançades, la Montserrat no tarda en mostrar interès per la música, la literatura i, en especial, en les arts plàstiques. Amb aquestes inquietuds, el 1923, amb cator-

ze anys, marxa a viure a Barcelona i rep classes de dibuix d'Antoni Utrillo.

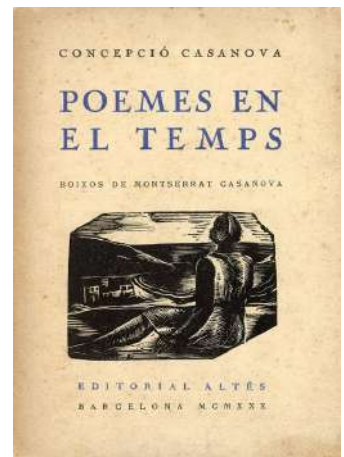
Ben aviat, comença a destacar en el circuit artístic barceloní, fent diverses exposicions col·lectives amb altres artistes de renom - Torres Garcia, Alfred Sisquella, Mondrian, Arp, Salvador Dalí, Josep Mom-pou,...- arribant a ser considerada una de les més importants pintores del país. També fa exposicions individuals.

Al mateix temps, desenvolupa obres amb la tècnica del gravat i de la il·lustració.

Les seves obres reben elogis de la crítica i és una de les artistes més reconegudes de la dècada dels trenta.

Abans de la Guerra Civil, la seva activitat artística és molta i intensa, fent reivindicar, per part de la crítica, la presència de les dones pintores en el panorama artístic espanyol.

El 1936, la Guerra Civil trunca el desenvolupament de la seva prometedora trajectòria. S'exilia a Itàlia i treballa com a gravadora i il·lustradora de



La Montserrat Casanova va il·lustrar l'obra "Poemes en el temps" de la seva germana Concepció Casanova, el 1930.

llibres infantils i de poesia. La producció de la seva obra disminueix considerablement.

L'any 1939 torna a Catalunya. Treballa a l'Institut Amatller d'Art Hispànic, i la seva obra fa un gir cap a obres de caire religiós.

La seva darrera exposició individual la fa a Ripoll, el 1950.

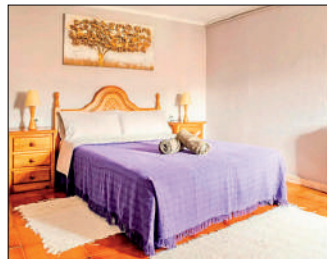
Continuarà pintant, gravant i il·lustrant, participant en diverses exposicions col·lectives fins el 1956.

És en aquest any, que entra a formar part de les "Petites sœurs de Jésus", abandonant tota activitat artística professional. Exercirà de missionera i aquest fet la portarà per Algèria, Alemanya, Suïssa i Portugal.

Mor a Fàtima el 23 de desembre de l'any 1990.



Montserrat Casanova, 1929.



ALLOTJAMENTS TURÍSTICS A CAMPDEVÀNOL

Ideal per a grups o famílies

Més informació i
reserves a

www.fincacaltarre.com



Històries dels nostres comerços: Restaurant i Hotel Els caçadors de Ribes



Ramon Pau Solà

Propietari Restaurant i Hotel Els caçadors de Ribes

DADES:

Nom i cognom: Ramon Pau Solà

Nom del negoci: Restaurant i Hotel Els caçadors de Ribes

Municipi del negoci: Ribes de Freser

Any d'inici de l'activitat: 1920

xarxes socials: @els_cacadors

Quan va començar la vostra activitat i per què?

La nostra activitat va començar el 1920. En aquell moment, eren dues germanes, una vídua i l'altra soltera, que es van quedar sense feina i van decidir aprofitar una oportunitat que es va presentar quan el seu pare acabava de llogar un local.

Aquest local pertanyia a l'Agrupació de Caçadors de Ribes, i van decidir convertir-lo en un petit bar.

A què us dedicàveu en els inicis?

En els inicis, ens dedicàvem a gestionar un bar/local social. Disposem d'una estufa per mantenir el lloc càlid i net.

Qui estava darrere el vostre projecte empresarial? Qui el va engegar?

El projecte va ser impulsat per la Carme i la Concepció amb el suport del seu germà, ja que aquest els va cedir dos fills, en Ramon perquè les ajudés amb el negoci, i la Dolores (Letes), qui es va comprometre a cuidar-les quan es fessin grans.

En els inicis quines motivacions teníeu? I els principals reptes que havíeu de superar?

Les nostres motivacions eren purament de subsistència. L'objectiu principal era posar un plat a taula, ja que vam començar des de zero absolut. Els reptes principals que havíem de superar eren poder menjar i afrontar les despeses essencials mentre intentàvem establir-nos en el negoci.

Com us va canviar a la vostra vida aquest projecte?

Totalment. Amb el temps, es va convertir en molt més que un simple negoci; era el nucli central de les nostres existències. La implicació en aquest projecte al llarg de les generacions ha estat màxima ja que es tracta d'una filosofia de vida que ens defineix i ens uneix com a família.

Els principals canvis i evolucions que destacaríeu:

Els canvis i evolucions que destaquem són moltíssims. Cada generació ha posat al dia l'establiment, adaptant-lo gradualment per no fer canvis abruptes. Malgrat tenir més de 100 anys

d'història, la sensació és que tot s'ha obert fa poc temps, gràcies a les renovacions i adaptacions. Hem realitzat una constant reinversió per modernitzar-nos i mantenir-nos al corrent amb les demandes del mercat i les expectatives dels nostres clients.

I aquella anècdota que sempre expliqueu...

Durant els Jocs Olímpics, quan el lloc estava tancat per reformes, en Daniel Plaza, atleta olímpic entrenat per Jordi Llopart, es va preparar per la competició a la zona i sovint venia a al restaurant a gaudir d'un dels seus plats preferits, els calamars.

De fet, va deixar una dedicatòria al nostre llibre i quan va guanyar la medalla d'or, ens va portar la medalla i va fer la broma que estava feta de calamars, fent al·lusió humorística al seu plat favorit.

El millor record fins al dia d'avui quin és? Què heu après amb tot el temps que porteu al capdavant d'aquest negoci?

La satisfacció de tenir clients satisfets, haver superat reptes importants i mantenir viva la memòria de quatre generacions implicades en aquest negoci. És significatiu també veure com els clients que ens visiten representen també quatre generacions, creant així un lligam especial amb la nostra història familiar i empresarial.

Amb tot el temps que portem al capdavant d'aquest negoci, hem

aprs una lliçó crucial: la importància de l'adaptació constant. Malgrat ser un negoci familiar amb profundes arrels, reconeixem la necessitat de canviar i evolucionar amb els temps, sempre escoltant les necessitats i les preferències dels nostres clients. Alhora, mantenim fermament les nostres arrels i l'essència familiar que ens ha definit durant tot aquest temps.

A dia d'avui, com descriurieu el vostre projecte? Hi ha perspectives de futur? Relleu? Motivacions?

Valent i ple de futur. Mantenim grans expectatives i ens hem posicionat de manera destacada dins el nostre sector. Som referents en fidelitzar clients i oferir un servei de qualitat, una reputació que esperem que pugui ser portada fins a una cinquena generació.

Una de les nostres principals preocupacions i motivacions és man-



tenir el relleu generacional. Estem compromesos a passar el llegat a les generacions futures i a assegurar-nos que el negoci continuï prosperant i mantenint la seva excel·lència al llarg del temps.

Un desig de futur, més o menys immediat?

Mantenir aquest moment dolç

que estem vivint ara mateix. És un moment bonic en el qual estem recollint els fruits de l'esforç de tots aquells que ens han precedit. Desitgem que aquesta etapa de prosperitat i reconeixement continuï i que puguem conservar aquesta sensació de satisfacció i gratificació en el nostre dia a dia.

CÀMPING BUNGALOWS MOBIL HOMES



RIBES DE FRESER

972 72 88 20

www.campingvallderibes.com



OBERT TOT L'ANY



Intimitats dels nostres comerços: ve de Gust



Olga Vilanova Torner

Propietària de ve de Gust Ribes de Freser

La teva cançó?

Vàries, sobretot les que em posen de bon humor i puc cantar al cotxe a ple pulmó amb la meua filla. Però van variant. La que sempre m'agrada tot i que no escolto tant sovint és 'Pipes of peace' de Paul McCartney.

Una pel·lícula?

El Nom de la Rosa, amb Sean Connery

Un llibre?

El petit príncep.

Què és el primer que fas quan et lleves?

Acaronar als meus gats, obrir la finestra i respirar profundament. M'encanta escoltar els ocells de bon matí.

La teua paraula preferida?

T'estimo! Crec que és una paraula que no tothom gosa dir i dona per suposat, però és maco fer saber a qui t'estimes que ho fas.

El teu plat preferit?

Les croquetes en totes les seves variants... i la xocolata negra, si pot ser amb avellanes, millor!

Qui cuina a casa teua?

Hahaha! Cal que respongui?

Ara mateix com visc sola, m'emporto el menjar de 've de Gust'. Quan està la meua filla, ens ho repartim.

Un lema?

Dir sempre que estic molt bé!... Qui m'aprecia s'alegrarà i no es preocuparà per mi i qui no... es farà fotre!

Un equip de futbol?

No soc gaire futbolera, però posats a triar, sempre els de casa.

Quin és el teu pitjor malson?

Sobreviure als meus fills, crec que em tornaria boja de tancar!

Una mania?

Estendre la roba de manera endreçada. Abans, per sort ara ja no, buscava fins i tot que totes les pinces de la peça fossin iguals. Digne d'un TOC, vaja!

Què et treu de polleguera?

La manca d'humilitat i la mentida... i els conductors que van a 10 per hora i encara frenen a cada corba!

Quin cotxe tens?

Un Nissan Juke

Una beguda?

La tònica, sense gel i amb molta llimona, si us plau. Que no sigui en vas de tub, en un got ample o copa. Gràcies.

Un insult?

No soc gaire d'insultar, qui insulta es perd el respecte a si mateix. Soc més de deixar anar alguna paraulota com ara 'Collooons' (amb totes les o tancades, però)

Quin esport practiques?

La risoteràpia compta com a esport? Bé, seriosament ara, tot just m'estic iniciant a la marxa nòrdica.

L'últim viatge que has fet?

Ufff! Fa molt que no viatjo! I el darrer que recordo no em porta bons records!



Un personatge històric?

El meu avi Isidre Torner Peix, fill de Queralbs... no és històric però era tot un personatge i continua marcant la meua història personal!

Un hobby?

Qualsevol manualitat: cosir, fer mitja, pintar, jardineria, cuinar... sobretot cuinar, per això n'he fet el meu ofici.

Un racó del teu poble...

El safareig a la vora del riu Freser. El soroll de l'aigua em relaxa.

El millor lloc de Catalunya?

Allà on estiguin els meus

I del món?

Ídem

Amb qui no et prendries una cervesa?

Amb ningú que no em faci riure.

Per a què serveix la TV?

Darrerament per agafar pòls... hi ha dies que ni l'encenc.

Què faries si demà fos l'últim dia a la terra?

Reunir a tots els meus al voltant de la taula i cuinar-los els seus plats preferits.



Obert els 365 dies,
de 7h a 22h.
C/ Bisbe Morgades, 3
T. 666 24 24 60

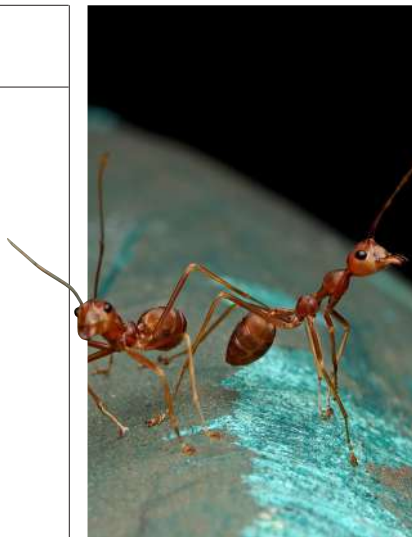
El Racó d'Aleix de Ferrater: Bestial



Aleix de Ferrater

Periodista i escriptor

*Formigues voladores rondant el clatell,
embogides pel beuratge de la suor,
no atenen els mastegots de l'excursionista.
Les orenetes fa setmanes que estiuegen,
el corb recerca carns fumejants,
no hi ha més remei que foragitar-les
amb el fuet de la cua de les vaques.
Sobre l'herba llueix un fèmur d'isard,
els insectes juguen a cuit i empenyar.*



Inspira't i vine a triar el teu color.
Tenim tot el que necessites per pintar
casa teva.

DROGUERIA ROIG
C/ Mossèn Cinto Verdaguer, 29 Ripoll
972 701 195
comercial@drogueriarioig.com

Soft Jade #C0D5D1
Vintage Seagress #D2B48C
Savannah #D0C9B8
Smoky Khaki #B78663



Instal·lacions d'aigua, gas,
aire condicionat, calefacció,
energies renovables

C. Progrés, 41 - Ripoll
T. 670 88 58 78

PLANETA OTAKU RIPOLL
BEN AVIAT ENS TROVAREU A

PLANETA OTAKU

WWW.PLANETAOTAKURIPOLL.COM

3cat
Passeu, passeu

LÍDERS EN CRÒNICA NEGRA

Una muntanya, tretze famílies
i un pacte que crema

TOR, una història de Carles Porta **13**

Cada dilluns a la plataforma 3Cat i a TV3 a les 22:05

#Tor3Cat

Descarrega't
l'aplicació de 3Cat



Can Gasparó

Carla Cid

La finca on s'ubica el mas de Can Gasparó (1260 m) es troba en una de les portes d'entrada del Pla d'Espais d'Interès Natural (PEIN), en concret, a la cara nord de la Serra del Montgrony (Pirineu català), on abunden els boscos d'avets (destaquem l'Avet Mil·lenari del Torrent de la Cometa), pi roig, i mixtes. En aquests boscos hi ha una gran diversitat de flora, molts, plantes medicinals (algunes històries expliquen que les feien servir les "bruixes" per als seus ungüents i aquelarres) i també diferents tipus de bolets molt apreciats al territori. A més, cohabitaven entre nosaltres diverses espècies de fauna vertebrada i invertebrada, algunes d'aquestes, protegides (la Geneta comuna, la Marta, l'àliga Daurada, etc.).

El lloc és ideal per practicar nombroses excursions tant des del mateix mas (la Roca Aguda amb la seva energia tel·lúrica i el Monestir de Montgrony entre d'altres nombroses) com des del pròxim Parc Natural de les Capçaleres del Ter i del Freser, com ara l'ascensió al Puigmal des del Collet de les Barraques on coincideix amb el GR-11 sec-



tor Planoles, i diverses rutes i activitats esportives per a ciclistes, escaladors (via ferrada de la Roca de la Creu a Ribes de Freser, on trobem l'únic Grandfí de Catalunya), esquiadors (Pistes d'esquí La Masella i la Molina), com també l'activitat d'hípica a Nevà; com ara activitats introspectives com retirs espirituals, ioga, banys de bosc; al mateix temps trobem rutes culturals com ara la visita a La Casa de les Papallones a Planoles, diverses esglésies romàniques dels pobles de la vall o el monument

reconstruït de la torre medieval a Campelles. Tanmateix, es pot gaudir de la ruta de les Fonts, ruta dels Búnquers (de la postguerra), ruta de Les Mines, ruta de La Transhumància i l'emblemàtica Vall de Núria a tan sols 20 minuts.

Pel que fa al nostre petit hotel rural amb encant i de tipus boutique, s'ubica a 2,5 km del centre urbà de Planoles i s'accedeix per mitjà d'una carretera asfaltada. Es pot dir que és un dels miradors de Planoles, sobretot pel seu emplaçament i pel seu res-



L'acudit de l'empresari



"Va un barrufet i es fa un blau"

Marion Jaimes - Ferlam Immobiliària

taurant amb grans finestres que captiven l'atenció meravellant al visitant.

El mas és de pedra, està orientat al nord-est i conserva parts datades de l'any 1730, s. XVIII. La seva mida, disseny, serveis i atenció personalitzada el converteixen en un allotjament singular i un referent entre els amants de la natura on el tracte personal i afable de l'equip envers els seus hostes fa de la visita una experiència única...

Sobre l'àmbit literari cal distingir els noms de les habitacions, només set, que corresponen a escriptors per a qui la natura ha format part important de la seva obra: W. Wordsworth, R.W. Emerson, W.S. Maugham, F. Chateaubriand, G. White, E. He-

mingway i H.D. Thoreau. Cada habitació disposa d'un breu document explicatiu sobre l'escriptor que dona nom a la cambra.

A diferència d'altres hotels, a la rehabilitació el 2006 es van determinar els camps geomagnètics. L'edifici és travessat per dos corrents d'aigua subterrània i es varen distribuir les habitacions de manera que s'evités l'impacte d'aquests camps sobre els llits assegurant un descans òptim i reparador. A més, segons els experts, una línia Peyre de caràcter positiu travessa una de les habitacions, la Chateaubriand, de manera que l'energia positiva t'envaeix mentre dorms.

Tot plegat fa d'aquest indret un entorn idíl·lic al bell mig del bosc, resguard de pau que es carac-

teritza per la seva bellesa paisatgística estacionària.

Refugi climàtic on connectar amb la natura i amb un mateix prestant atenció plena als mateixos sentits observant els cirerrers en flor, l'immens cel estrellat; escoltant cantar dels ocells, l'aigua que brolla, les esqueselles a la llunyania, el vent, tot seguit de l'imponent silenci. Prestant atenció plena també olorant la fusta, la terra humida, l'herba fresca, les plantes aromàtiques i les xemeneies cremant roure; tastant la gastronomia del nostre restaurant amb productes de proximitat. I el nostre secret més ben desat és l'energia de l'espai on les cases, les masies agrícoles i de ramaders ens transporten als temps dels càtars, que van tenir un cert arrelament a la zona.

Viatges
Feliptur

Pl. Nova, 9 Ripoll - Tel. **972 700 297**

eudald@viatgesfeliptur.com

www.viatgesfeliptur.com



683 605 605

PRAGA, BRATISLAVA I BUDAPEST

DEL 31 DE JULIOL AL 7 D'AGOST
DEL 2024



Visitant: Praga - Karlavy Vary -
Bratislava - Budapest.

Inclou: 8 dies i 7 nits amb
pensió completa - Vols
Barcelona - Praga i Budapest -
Barcelona - Traslats - Circuit
amb autocar segons programa.

Preu: 1.980€
Supl. Ind. 480€

PAÍS BASC

DEL 19 AL 23 D'AGOST DEL
2024



Visitant: Vitoria - Bilbao -
Gernika - San Sebastian -
Getaria - Zarautz - Bergara -
Oñati - Durango.

Inclou: Autocar - Guia -
Acompanyant - 5 dies i 4 nits
en règim de pensió completa -
Excursions segons programa.

Preu: 640€
Supl. Ind. 130€

TOLEDO, PUY DU FOU I TALAVERA DE LA REINA

DEL 6 AL 9 DE SETEMBRE DE 2024



Visitant: Toledo - Put Du Fou -
Talavera de la Reina -
Torrijos.

Inclou: Autocar - Guia
acompanyant - 4 dies i 3 nits
en règim de pensió completa -
Visites segons programa.

Preu: 720€
Supl. Ind. 195€

NORD DE PORTUGAL

DEL 14 AL 20 DE
SETEMBRE DEL 2024



Visitant: Salamanca - Braga
-Guimarães - Aveiro - Viseu -
Oporto - Creuer pel Duero
-Burgos.

Inclou: Autocar - Guia
acompanyant - Visites segons
programa - Règim en pensió
completa.

Preu: 950€
Supl. Ind. 220€

Intimitats dels nostres comerços:

Centre Mir Trainer



Mireia Formatgé López

Propietària Centre Mir Trainer
St. Joan de les Abadesses



La teva cançó?

High - lighthouse family

Una pel·lícula?

Un ciudadano ejemplar

Un llibre?

Res és impossible - Kilian Jornet

Què és el primer que fas quan et lleves?

Mirar el mòbil

La teva paraula preferida?

Llibertat

El teu plat preferit?

La pasta

Qui cuina a casa teva?

La meva Mare

Un lema?

Menja sa i mou-tel

Un equip de futbol?

FC Barcelona

Quin és el teu pitjor malson?

Que hem caiguin les dents

Una mania?

L'ordre

Què et treu de polleguera?

La gent que va molt lenta amb el cotxe

Quin cotxe tens?

Audi Q2

Una beguda?

Cerveza Galicia

Un insult?

Capullo

Quin esport practiques?

Uns quants: Pàdel, Tennis, Fútbol, Natació, Corre, Btt, bici carretera, esquí, entrenaments de força. Una mica tot i cap bé.

L'últim viatge que has fet?

Egipte

Un personatge històric?

Isaac Newton

Un hobby?

Viatjar

Un racó del teu poble...

Les 5 fonts

El millor lloc de Catalunya?

La costa Brava

I del món?

Hem faltat molts llocs per anar per decidir-ho! Molt complicat!

Amb qui no et prendries una cervesa?

Arturo Valls

Per a què serveix la TV?

Per no gaire res!

Què faries si demà fos l'últim dia a la terra?

Fer allò que més m'agrada i estar amb la gent que estimo celebrant.



L'acudit del botiguer ☺

Si et toca un dècim, que tingui ascensor!

Mireia Muñoz Forns - Propietària de la Caixeta a Ribes de Freser

THE TYETS, MUSHKAA I JULIETA ACTUARAN AL FESTIVAL ÍTACA DURANT LA REVETLLA DE SANT JOAN

El festival s'està celebrant amb propostes culturals variades a diferents localitats de l'Empordà des del 30 de març i durarà fins al 7 de juliol

El festival Ítaca presenta enguany la seva 12a edició amb un total de divuit actuacions ubicades a sis municipis d'arreu de l'Empordà (l'Escala, Gualta, Corçà, la Pera, l'Estartit i Calella de Palafrugell). El plat fort arriba el cap de setmana de Sant Joan amb actuacions dels cantants catalans **The Tyets, Mushkaa i Julieta** el 23 de juny i dels grups **Arde Bogotà, Cala Vento i Marlena** la nit del 22 de juny.

Al llarg del cap de setmana es podrà gaudir a l'Estartit de diferents estils musicals com rock, indie rock, pop, urban i electrònica en diversos espectacles que s'espera que superin el rècord d'assistència de l'edició anterior.

La novetat del Cavall de Troia

El festival es va inaugurar el passat 30 de març a l'Escala i va acollir unes 4.000 persones, amb un espectacle protagonitzat per un "Cavall de Troia" on s'hi ha habilitat un escenari. Aquesta escultura va ser creada pel col·lectiu La Llata i vol aconseguir un format de concerts dinàmics pels espectadors. Aquest mateix Cavall de Troia serà present els dos dies de concerts.

El director del festival, Fran Arnau ha explicat que "ÍTACA vol ser com el Cavall de Troia de la cultura, portant experiències úniques a les places dels pobles i els llocs emblemàtics del territori, alhora que continua apostant per la cita més multitudinària del festival a la platja de l'Estartit".

ÍTACA, Cultura i Acció està organitzat per la productora Link Produccions amb la col·laboració de tots els ajuntaments dels municipis que hi participen, en el cas de l'Ítaca Sant Joan, amb la col·laboració de l'EMD.



Cartell del Festival Ítaca

Impulsa:



Amb el suport:



Diputació de Girona

Històries dels nostres comerços: Casa Tatxé

CASA TATXÉ

Jaume Formatgé Vilarrasa

Propietari Casa Tatxé

DADES:

Nom i cognom: Jaume Formatgé Vilarrasa

Nom del negoci: "Casa Tatxé"

Municipi del negoci: Sant Joan de les Abadesses

Any d'inici de l'activitat: Entre 1911 i 1913

xarxes socials: @cantatxe

Quan va començar la vostra activitat i per què?

L'avi de la Remei (la meua dona), va iniciar el negoci quan va arribar de Beget, establint-se al mateix local on ens trobem actualment. La seva idea inicial era vendre productes a granel i articles per al camp.

A què us dedicàveu en els inicis?

Amb el temps, la botiga típica de queviures va evolucionar cap a una combinació de botiga i bar, on la gent podia anar a prendre "chatitos" o un vermutet abans d'anar al teatre o al cinema, que es trobaven a prop de l'establiment.

Qui estava darrere el vostre projecte empresarial? Qui el va engegar?

El negoci va ser iniciat per l'avi

de la Remei, Isidre Costa, convertint-se des d'aleshores en un comerç totalment familiar. Posteriorment, van ser els pares de la Remei, Concepció Costa i en Pere Marcer, qui se'n van fer càrrec. Actualment, el gestionem nosaltres, la Remei Marcer i en Jaume Formatgé, juntament amb el nostre fill, en Pere Formatgé.

En els inicis quines motivacions teníeu? I els principals reptes que havíeu de superar?

Els reptes més grans que vam

afrontar van ser durant la guerra i la postguerra. Durant el conflicte, van venir al nostre local i van arrasar tot el que hi havia al magatzem. Un cop acabada la guerra, en Franco va considerar que tots els nostres estalvis eren diners il·legals i, per tant, no els podíem utilitzar. A causa de tots aquests problemes, vam decidir obrir el negoci als pinsos per al bestiar. Gràcies a l'evolució de la zona i al creixement de la pagesia, vam poder subsistir.

Com us va canviar a la vostra vida aquest projecte?

Un projecte familiar que ha alimentat tres generacions.

Els principals canvis i evolucions que destacaríeu:

Com qualsevol negoci, hem tingut els nostres alts i baixos, fet que ens ha obligat a evolucionar. Quan la pagesia estava en declivi i els petits pagesos anaven desapareixent, vam decidir orientar-nos cap al sector de l'alimentació, adaptant-nos així als canvis del territori.



Cal PAIRO
www.calpairo.cat
☎ 673 694 068

**ESPECIALITAT EN AMETLLA
I AVELLANA TORRADA**

Horari:

De dimarts a dissabte de 10.30h a 14.00h i de 17.30h a 20.30h

Diumenges i festius de 10.30h a 14.00h

Dilluns tancat

c. Major, 8 - Tel. 972 72 71 77 - 17534 Ribes de Freser

I aquella anècdota que sempre expliqueu...

Una anècdota curiosa que ens va succeir va ser amb un home gran que solia venir al nostre establiment per recollir palla. Un dia, ens va comunicar que pujaria a la part superior del magatzem per agafar uns saques de palla. Nosaltres, sense cap dubte, li vam donar permís, ja que portava anys venint i teníem una gran confiança en ell. No vam pensar més en la seva presència, però, per sorpresa nostra, es va quedar adormit a la part superior del magatzem. A les quatre de la matinada, vam començar a sentir sorolls forts que venien de la porta del magatzem, que es troba a prop

de les nostres habitacions. Resulta que era el senyor Fontfreda, que volia tornar a casa. Tot i estar sol i amb un fardell de palla, va aconseguir tornar a casa, caminant a les fosques amb un lot fins a la seva masia.

El millor record fins al dia d'avui quin és? Què heu après amb tot el temps que porteu al capdavant d'aquest negoci?

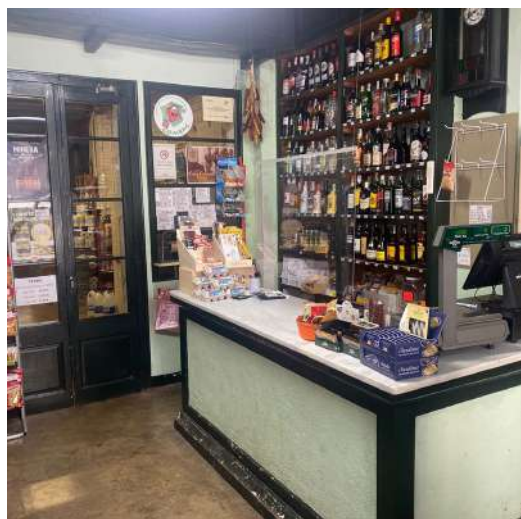
Destacaria totes les persones que hem conegut durant aquests anys gràcies al nostre negoci, de les quals hem après moltíssim. També vull ressaltar que per tirar endavant un negoci com aquest, hem hagut de treballar molt. Aquesta disciplina ha estat un aprenentatge important.

A dia d'avui, com descriuríeu el vostre projecte? Hi ha perspectives de futur? Relleu? Motivacions?

El comerç ha canviat molt amb l'arribada d'internet i les noves maneres de comprar de la gent, fet que ens obliga a actualitzar-nos constantment. Han canviat els costums dels consumidors. Actualment, volem destacar-nos oferint un tracte familiar i acompanyant el client des del moment que entra per la porta del nostre negoci.

Un desig de futur, més o menys immediat?

El meu desig és que la meua filla Roser tingui bona salut durant molts anys.



L'acudit del botiguer



Un home entra a una farmàcia :

- Fa 9 mesos vaig venir a comprar condons i no en tenia. En té ara ?
- Sí senyor.
- Doncs se'ls fica pel cul i em dóna un paquet de bolquers.

Oscar Montalvo Gómez

Intimitats dels nostres comerços: Cal Marquès Restaurant



Jordi Guitart Cano
Cal Marquès Restaurant

La teva cançó?

Vestida de nit, de Sílvia Pérez Cruz

Una pel·lícula?

Sweeney Todd, tot i que millor veure-ho en directe al teatre.

Un llibre?

La saga de Cazeneuve d'Orloli Molas i Ferran Grau.

Què és el primer que fas quan et lleves?

Preparar l'esmorzar a les meves filles.

La teva paraula preferida?

Simbiosi

El teu plat preferit?

La truita de patates de la meva mare, la millor!

Qui cuina a casa teva?

Tots dos

Un lema?

La puta vida; com ens deia l'Avi Juli

Un equip de futbol?

El Girona

Quin és el teu pitjor malson?

La rapidesa frenètica de la vida moderna i la prioritització

de la comoditat per sobre del plaer culinari. La gent ja no cuina a casa seva.

Una mania?

El cafè, ha de ser de qualitat, un mal cafè espatlla un bon àpat.

Què et treu de polleguera?

Les cinquenes games i els professionals de l'hostaleria que les utilitzen. No val vendre gat per llebre!

Quin cotxe tens?

Un volvo

Una beguda?

Mig mig de l'Empordà; un vi negre

Un insult?

Inútil

Quin esport practiques?

Córrer darrere les meves filles d'un any

L'últim viatge que has fet?

Toulouse, sempre hi tornem.

Un personatge històric?

De casa; la Dolors i la Joselina del Canaules

Un hobby?

Coleccionar Ferraris en miniatura



Un racó del teu poble...

La font de Sant Patllari

El millor lloc de Catalunya?

El coll d'Ares, per l'entorn i la història

I del món?

Camprodon

Amb qui no et prendries una cervesa?

Amb qualsevol persona tòxica que no ens ajudi a millorar com a societat.

Per a què serveix la TV?

Per passar l'estona

Què faries si demà fos l'últim dia a la terra?

Gaudir amb la família i els amics d'un bon àpat a Cal Marquès.



• Elaboració pròpia d'embotits
• Plats cuinats
• Pollastre a l'ast

Ca la Reme

c. Comte Arnau nº5,
Campdevàrol
Tel. 972 730 219
Tel. 608 302 011



WELL COME. English Academy

Curs 2024-25

Matrícula Oberta

Demana informació!

649 70 66 52

Plaça Josep Terradellas, 1 - Ripoll

www.well-come.es



VOLCANO

GLOBAL MARKETING

Som especialistes en:

SEO • Disseny Web

Xarxes Socials • Disseny Gràfic

972 223 619

info@volcanogrup.com

Ctra. Santa Coloma, 115 Ent. B
17005 Girona

www.volcanogrup.com

Històries dels nostres comerços:

CA LA NÚRIA la casa de la mel



Marc Peiris Pagès

Propietari CA LA NÚRIA la casa de la mel

DADES:

Nom i cognom: Marc Peiris Pagès

Nom del negoci: CA LA NÚRIA la casa de la mel

Municipi del negoci: Setcases

Any d'inici de l'activitat: 1978

mail: info@calanuria.com

Quan va començar la vostra activitat i per què?

Va començar la Setmana Santa de 1978.

Quan la meva mare tenia uns 23 anys, va arribar el moment de decidir si marxava a buscar feina fora, com ja havia fet anteriorment, o si intentava fer alguna cosa al poble. Se li va ocórrer obrir una botiga, ja que li apassionava el món del comerç. Havia estudiat comerç a Girona i, amb el turisme començant a créixer a Setcases, semblava una bona idea, sobretot perquè en aquell temps no hi havia cap altre establiment comercial al poble.

mel que produïa per vendre-la allà. Finalment, va decidir quedar-se per ajudar la meva mare amb la botiga. Compaginava la feina amb les abelles i la botiga, i va deixar l'ofici de paleta, excepte per feines d'ampliació de la botiga o tasques personals.

Qui estava darrere el vostre projecte empresarial? Qui el va engegar?

Els meus pares, entre tots dos, van començar aquesta activitat no com un projecte planificat, sinó com un "modus de vida" per generar recursos i tirar endavant. Tot i que requeria moltes hores

de treball, el fet de ser un negoci propi els motivava enormement. Tenien moltes ganes de convertir-lo en un negoci rendible i prosperar.

En els inicis quines motivacions teníeu? I els principals reptes que havíeu de superar?

Vam veure que la gent responia positivament, tant els habitants del poble com els turistes. Entre ells hi havia aquells que tenien una segona residència i els que venien només per dinar en algun dels restaurants. A poc a poc, van anar ampliant la gamma de productes: van començar amb productes de supermercat i mel. A mesura que els clients demanaven nous productes, van anar incorporant embotits i formatges de la vall, verdures de proximitat, ous, fruita i records de ceràmica orientats al turisme. Així han anat prosperant fins avui, 45 anys després.

Com us va canviar a la vostra vida aquest projecte?

Els meus pares combinaven la vida laboral i la vida familiar, treballant junts com podien. Tot i que no van faltar les discussions—me'n recordo bé, i a mi també em tocava rebre!—el projecte de la botiga es va anar consolidant i ha perdurat fins avui.

Els principals canvis i evolucions que destacaríeu:

Van començar com una petita botiga d'alimentació, similar als



actuals petits supermercats de les cadenes d'alimentació. Van anar ampliant la seva oferta de productes, amb la mel produïda per les abelles del meu pare i altres apicultors de la zona, que va tenir un gran èxit. També van incorporar embotits i formatges dels petits elaboradors de la Vall i la comarca, que encara avui hi són presents.

Més endavant, van afegir articles de souvenirs, com la ceràmica, que abans es venia molt més que ara.

L'evolució més destacada va ser amb la mel, ja que altres negocis de la comarca, com restaurants i botigues, van començar a interessar-se. Així va començar la distribució a petita escala de la nostra mel, i fins avui.



I aquella anècdota que sempre expliqueu...

Potser hi ha moltes anècdotes al llarg d'aquests anys, però una de les primeres que recorda la meva mare és quan tancaven la botiga i havien d'anar a envasar pots i gerres de mel perquè s'havien venut totes les del dia. La mel tenia molt èxit. Treballaven fins a altes hores de la nit per estar preparats per l'endemà.

El millor record fins al dia d'avui quin és? Què heu après amb tot el temps que porteu al capdavant d'aquest negoci?

El millor record és haver mantingut una manera de treballar basada en la cura del client, tant en el tracte com en la qualitat dels productes i el servei en general. Ens fa molt feliços veure que molts clients tornen diverses vegades durant l'any. Sempre hi ha



RESTAURANT DE MENJAR CASOLÀ

TEL. 617 11 72 57

ESMORZAR DE FORQUILLA, TAPES I ENTREPANS

OBERT DE 8H. A 18H. I CAPS DE SETMANA DE 8H. A 23H.

ctra. de pardines, km 0,5, Càmping Vall de Ribes,
17534, Ribes de freser



@CAN_PICOLA





algun cap de setmana per venir a Setcases! Hem après que cal tractar molt bé el client en tots els aspectes perquè torni a comprar. No som un negoci de pas ni estem en una població de pas; la gent ve expressament a visitar el poble i l'entorn. Per això, si vols que tornin, has de fer una bona feina. També hem tingut la sort que al poble s'han obert diversos restaurants, molts d'ells abans que la nostra botiga. Han treballat molt bé durant molts anys, atraient sempre més gent al poble, i això ens ha beneficiat, ja que augmenten les possibilitats que algú vingui a comprar.

En definitiva, hem creat una sinergia entre els negocis que ha perdurat durant molts anys, i esperem que continuï per molt de temps.

A dia d'avui, com descriuríeu el vostre projecte? Hi ha perspectives de futur? Relleu? Motivacions?

Creiem que el nostre projecte està força consolidat, però no podem abaixar la guàrdia. Hem de seguir seleccionant els millors productes i fabricar els nostres amb la màxima qualitat i innovació. També cal buscar noves vies de comercialització, com ara internet, un àmbit en el qual actualment no estem gaire al dia. El futur sembla indicar que la venda per internet pot jugar un paper important, així que hem de treballar en aquesta direcció.

Pel que fa al relleu, sembla que em toca a mi. Tinc un altre germà, però ell s'ha desvinculat del negoci familiar, almenys de moment, tot i que mai se sap. És necessari comptar amb personal per ajudar, ja que portar-ho tot sol és impossible. En aquest territori, ser una població de muntanya amb poca gent ho fa una mica complicat.

Un desig de futur, més o menys immediat?

Ens agradaria que els nostres clients, tant els antics com els actuals i futurs, continuïn valorant i consumint els nostres productes. Nosaltres seguirem treballant de la millor manera possible, per estar a l'alçada de les seves expectatives i assegurar-nos que tinguin a taula productes de la màxima qualitat.



DONA UNA SEGONA VIDA ALS MOBLES I OBJECTES EN DESÚS



- Restaurem, transformem i tornem a posar a la venda objectes.
- Desmuntatges i transport.
- Fomentem l'economia circular i generem oportunitats de formació i de treball.

La il·lusió de la segona oportunitat!

Pol. Ind. El Pintors - C/Joaquim Sorolla, 11 - 17500 Ripoll - 616 288 127

Amb el suport de:

Conselleria de Cultura,
Departament d'Agricultura,
Alimentació i Agricultura Rural

Agència de
Gestió de
Catalunya



FUNDACIÓ
MAP Segonama

Encara podem veure l'antic pont



Adrià Burull

Historiador

No fa ni un mes que vam commemorar el 185è aniversari del setge i caiguda de Ripoll a mans de les tropes carlines. Van fer-se concerts, xerrades, sardanes, cants corals i ofrenes, tal com el record a aquells terribles fets mereixia.

Tan se val que estiguéssim mesos preparant els actes del mes de maig, que llegíssim i rellegíssim el que calgués, que preparéssim les passejades temàtiques i les xerrades intentant no deixar-nos res; sempre hi ha quelcom que surt del guió, que ens obliga a seguir caminant, que ens recorda que en història mai està tot dit. Just una setmana després dels actes vaig as-sabentar-me d'un fet relacionat amb els setges de l'any 1839 del qual mai havia tingut notícia. No tenim ni espai ni raons per fer-nos els misteriosos per tant



ho direm ras i curt: Encara hi ha a la llera del Freser una part de l'antic pont que travessava el riu pel raval de Barcelona.

Quan els ripollesos foren obligats a fugir, el poble fou destruït de forma sistemàtica per les tropes comandades pel compte d'Espanya. Entre les infraestructures més importants a destruir hi havia, òbviament, els ponts que travessaven els dos rius. Mai sabrem amb total certesa com eren els ponts del nostre poble abans de la tragèdia de 1839, però els vestigis que se'n conserven, com en el cas de la murada, són valuosíssims.

Pel què fa al pont del raval de Barcelona havia estat reconstruït diverses vegades des de

l'edat mitjana, i quasi amb tota probabilitat la darrera reforma datava del segle XVI, és a dir, de la primera edat moderna.

Quan els carlins el feren volar una de les parts volgué quedar-se tossuda i sencera, ben a prop del lloc que sempre havia ocupat. Un aiguat als anys seixanta el va fer emergir i avui es veu a simple vista, des de dalt del nou pont.

Per acabar, val a dir que no és quest l'únic fragment que es conserva de l'antic pont. La base del pont, de la banda del Raval és encara més antiga, almenys del segle XV i lo millor és que encara treballa, amb les seves boniques arcades de punt rodó.



Vet-ho aquí el fragment de l'antic pont del segle XV que els carlins van fer volar amb dinamita

NO ET FA MANDRA TORNAR A CASA?

SI TINGUESSIS HABITATGE I FEINA AL RIPOLLÈS,
ET QUEDARIES?

www.viuitreballa.uier.org | Tel. 972 703 111 | rformacio@uier.org



JOGUINES DE FUSTA

Per a qualsevol
ocasió



Kids ★
& BABY

Moda infantil, home i dona

Obrim dissabtes tot el dia

C. Progrés, 39 - Ripoll

Tel. 609 817 822

kidsandbabyripoll.wordpress.com



**EL TACO
PERDUT**



Fabricants de
TANQUES ELÈCTRIQUES

www.llampec.com



i també al Respira de compres!!

COMPREM MONEDES PLATA OR BITLLETS - SEGELLS - ANTIGUITATS

CONTACTI SENSE COMPROMIS

ENS DESPLACEM 937271676 - phildom.com



L'acudit de l'empresari



Van dos i el del mig cau!

Raimon Camprubí Casas

Co-fundador i director comercial de Pirinat



Un viatge en el temps amb el "Tren del Ciment"

Aquest any, el Tren del Ciment torna a circular per la comarca del Berguedà, oferint una experiència única des del 23 de març fins al 3 de novembre de 2024. Aquest tren turístic, amb més de 100 anys d'història, era conegut com el "carrilet" i unia antigament la fàbrica de ciment Asland, a Castellar de n'Hug, amb Guardiola de Berguedà. Ara, ofereix als visitants un recorregut de 20 minuts i 3,5 quilòmetres que travessa paisatges impressionants i boscos a les portes del Parc Natural del Cadí-Moixeró.

El viatge amb el Tren del Ciment inclou parades a La Pobla de Lillet, La Pobla Centre, els Jardins Artigas i el Museu del Ciment al Clot del Moro, a Castellar de n'Hug. Cada parada ofereix la possibilitat de conèixer de prop els atractius locals, amb activitats i ofertes turístiques diverses. A La Pobla de Lillet, els amants del ferrocarril poden visitar l'Exposició de Trens Històrics de la Vall del Llobregat. A La Pobla Centre, es poden descobrir el Pont Vell i el Monestir de Santa Maria de Lillet. Els Jardins Artigas, dissenyats per Antoni Gaudí, i el Museu del Ciment, ubicat a l'antiga fàbrica Asland, són dues destinacions destacades que es poden visitar amb el paquet combinat "Un petit viatge, una gran història".

Entre les novetats d'aquesta temporada, destaca un nou parc infantil a l'estació del Clot del Moro, inspirat en el ferrocarril que transportava carbó, amb elements interactius per als nens.

També s'ha creat un circuit patrimonial per l'antiga colònia de la fàbrica de ciment Asland, que permet als visitants descobrir la història industrial del Berguedà. Aquest recorregut inclou la fàbrica, la central hidroelèctrica, els forns de calç i altres indrets rellevants.

L'agenda de la temporada 2024 inclou activitats al Museu del Ciment, amb exposicions permanents, visites guiades i teatralitzades, i tallers per a tots els públics. Els Jardins Artigas, dissenyats per Gaudí, són una altra atracció destacada, igual que el Monestir de Santa Maria de Lillet, declarat "Bé Cultural d'Interès Nacional". A més, els visitants poden gaudir d'un Escape Room a l'aire lliure a La Pobla de Lillet, que els porta a resoldre un enigma relacionat amb Antoni Gaudí.



Per a més informació sobre tarifes i activitats, visiteu: turistren.cat/trens/tren-del-ciment/

TREN DEL CIMENT

Un petit viatge, una gran història.





UNA VALL ÚNICA

valldenuria.cat

Vall de Núria

La Vall de Núria, situada a la comarca del Ripollès, és una destinació única que destaca per la seva preservació mediambiental, ja que és un espai natural sense cotxes, envoltat de cims que freguen els 3.000 metres. Aquest estiu, els visitants podran gaudir de diverses activitats a l'aire lliure, accessibles només amb l'històric Cremallera de Núria o caminant pel Camí Vell de Queralbs a Núria.

Durant la temporada estival, aquest entorn natural ofereix una àmplia gamma d'activitats pensades per a tota la família. Els visitants podran participar en sessions de ioga gratuïtes per a aquells allotjats a l'Hotel de la vall, així com explorar nous circuits de trail running que s'han creat a l'entorn. Per als interessats en la història i l'arqueologia, hi ha set rutes temàtiques que recorren la vall, mostrant la rica història de la zona des de la prehistòria fins

a l'època contemporània. També es pot gaudir d'activitats d'observació astronòmica a càrrec del Parc Astronòmic del Montsec, amb sessions que inclouen el reconeixement del cel a ull nu i l'observació amb telescopi.

Pel que fa a l'allotjament, la Vall de Núria compta amb l'Hotel Vall de Núria, apartaments Vall de Núria i l'alberg Núria Xanascot, tots equipats amb les comoditats necessàries per gaudir



Un estiu ple de novetats i sostenibilitat



d'una estada a l'alta muntanya. A més, els serveis de restauració de la zona ofereixen productes de km 0, amb propostes gastronòmiques que satisfan els paladars més exigents.

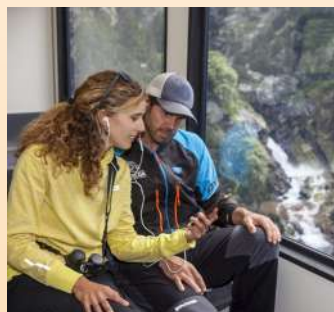
Entre les activitats destacades d'aquest estiu, es poden fer passejades en el Telefèric Coma del Clot, accedint a l'Alberg Pic de l'Àliga i a un mirador amb vistes espectaculars de la vall i els cims. Els visitants també poden participar en

rutes de senderisme, passejos en barca o canoa pel llac de Núria, i rutes a cavall o poni, descobrint els paisatges de l'estació. Els caps de setmana s'organitzen visites guiades a l'exposició del cremallera i a la història de la zona i l'Ecovall.

Com a novetat per a aquest any, la destinació està treballant en millorar la seva eficiència energètica, amb l'ampliació de la geotèrmia i l'aïllament de les façanes dels edificis més

antics. També s'instal·laran carregadors per a vehicles elèctrics en diversos aparcaments de la línia del Cremallera, i s'està treballant per aconseguir la certificació Starlight, que mesura la qualitat del cel nocturn.

Així doncs, aquest estiu, la Vall de Núria es presenta com un destí ideal per als amants de la natura, l'aventura i la tranquil·litat, oferint una experiència inoblidable en un entorn natural excepcional.



La fi del conflicte al Caucas Sud?



Arnau Puigvert Freixas

Creador de Contingut - youtube: [arnau103TR](#)

"La meua germana va morir a causa d'un bombardeig a Stepanakert. Ara vaig a veure els meus nebots a Goris".

Entaforats dins un minibus direcció a aquest poble fronterer amb la ja desapareguda República d'Artsakh, l'Anna, una ciutadana Russo-Armenia intentava explicar-me el motiu del seu viatge.

El conflicte entre Armènia i Azerbaidjan és un conflicte polític i ètnic a la regió de iure Àzeri de l'Alt Karabakh, de majoria ètnica armènia. L'inici del conflicte és la cessió de la regió a l'Azerbaidjan per part de les autoritats soviètiques durant la dècada de 1920. La política soviètica vers els nacionalismes va mantenir la regió en calma.

Al final de l'URSS, la situació escalaria ràpidament en forma de violència interètnica. L'any 1991 va esclatar la guerra oberta: va acabar amb milers de morts i desplaçats, amb la formació de la República d'Artsakh -un estat armeni independent no reconegut internacionalment-, i un conflicte congelat durant més de trenta anys.

L'any 2020 Azerbaidjan va reiniciar els atacs. Els diners del gas van permetre als Àzeris recuperar bona part del territori ocupat l'any 1994. L'estocada final a la república d'Artsakh va ser el 2023. Després de nou mesos de bloqueig Azerbaidjan va llençar una operació llampec. L'endemà la República d'Artsakh es va rendir.



Més de cent mil armenis van fugir de la regió i en una setmana van desaparèixer milers d'anys de presència armènia a la zona.

A Goris, la boira s'aixeca entre els arbres i mostra un paisatge molt semblant al del Ripollès. La Nadia, la propietària de l'hostal on m'allotjava, afirmava "Te-



nim Por. Mai sabem que pot passar. No confio en l'Azerbaidjan, no crec que vulgui pau". Després del 2023, Armènia i Azerbaidjan han iniciat converses de pau. L'última novetat ha estat l'acord de demarcació de fronteres, una solució clau que pot acabar amb més de tres dècades de conflicte.

Molts armenis veuen aquestes converses amb desconfiança, a causa de la permanent retòrica bel·licista Àzeri. Altres veuen al Primer Ministre com un traïdor. Al cementiri militar de Yerablur centenars de fotografies de joves soldats són el recordatori de les conseqüències del conflicte.

fecoris
Federació de Comerç del Ripollès

DINAMITZEM EL COMERÇ COMARCAL

DONEM VIDA ALS COMERCIANTS DEL RIPOLLÈS

972 703 111
c. Macià Bonaplata, 4.
17500 Ripoll

www.uier.org

Any acadèmic a l'estranger

Matrícula Oberta 24-25

- ESO/Batxillerat
- Trimestre/Semestre



Estades a l'estranger Estiu 24

widerful

Educational Travel

Your Future Starts Here

www.widerful.com

hello@widerful.com

606 350 875 - 972 700 521

Ripoll / Camprodon

Trastorn mixt d'ansietat i depressió

El model transdiagnòstic



Àfrica Brasó Soler

Psicòloga General Sanitària Col. 21.680

La xifra de persones que acudeixen a Atenció Primària per problemes psicològics és cada dia més alta. S'estima que un 30% dels casos ho fa amb la demanda d'atenció psicològica. Per aquest motiu, la implantació d'un servei d'assistència psicològica hauria de ser una prioritat inclosa en el servei d'Atenció Primària.

Els trastorns emocionals més freqüents són els trastorns d'ansietat i de l'estat de l'ànim, amb una prevalença vital del 25% i elevades taxes de comorbiditat (altres trastorns associats a un diagnòstic principal). En general, es tracta de problemes menors que causen emocions negatives a les persones, però que de no tractar-se a temps podrien ocasionar autèntics trastorns. D'altra banda, els factors psicològics poden influir en l'inici o curs de qualsevol malaltia física. No és estrany que molts pacients acudeixin a Atenció Primària, moguts inicialment per molèsties de tipus psicossomàtic.

Un dels trastorns més freqüents a Atenció Primària és el Trastorn Mixt d'Ansietat i Depressió (prevalença al nostre país de 6,7%). Es tracta de pacients que, sense complir criteris per a un diagnòstic complet, presenten símptomes

somàtics (físics) sense explicació mèdica, considerant-se població de risc per al desenvolupament d'altres problemes psicològics de caràcter més sever. Els símptomes són: dificultats per concentrar-se o tenir la ment en blanc, problemes de son, fatiga, manca d'energia, irritabilitat, preocupacions, plor fàcil, hipervigilància, anticipació de perill, desesperança o un permanent pessimisme envers el futur, baixa autoestima i sentiments d'inutilitat i culpa.

Fins ara, la Psicologia Basada en l'Evidència, fonamentada en els mateixos principis de la Medicina Basada en l'Evidència, és a dir basada en proves i evidència científica que avaluï una forma específica d'intervenció en salut mental i en psicologia, ha aconseguit identificar quines intervencions psicològiques disposen de recolzament empíric per ser considerades d'elecció per tractar cadascun dels principals trastorns existents de forma específica. Un model amb nombrosos avantatges, com ara delimitar pràctiques professionals amb valor científic. No obstant això, aquest model té alguns inconvenients, un dels més importants és que no té en compte la comorbiditat entre trastorns, essent aquesta més la norma que l'excepció.

Àfrica Brasó
Psicòloga General Sanitària
T. 637 182 228

Especialista en trastorns
d'ansietat i depressió
Teràpia d'acompanyament
a la natura

Olot - Sant Joan de les Abadesses - Molló

En contrast, el Model Transdiagnòstic té com a repte identificar allò que tenen en comú les diferents psicopatologies en funció de constel·lacions de símptomes compartits. És una alternativa al sistema categorial, més ajustat a la realitat clínica dels problemes psicològics. Si bé el model categorial es basa en determinats criteris diagnòstics o símptomes concrets, des del Model Transdiagnòstic ens basem en dimensions o variables transdiagnòstiques com:

Afecte negatiu (Neuroticisme) i Afecte positiu (Extraversió).
Ira, perfeccionisme, rumia-

ció o intolerància a la incertesa.

Processos psicològics bàsics, com l'atenció o la memòria.

Estratègies d'afrontament al malestar psicològic, com l'Evitació, la Recerca de reasserurança, la supressió de pensaments, etc.

En l'actualitat es disposa de protocols de tractament basats en el Model Transdiagnòstic per als Trastorns Afectius (Ansietat i Depressió) i per als Trastorns de la Conducta Alimentària (Anorèxia, Bulímia, Trastorn d'Ingesta Compulsiva, i Trastorns de la Conducta Alimentària No Especificats). Disposant del mateix



nivell d'eficàcia i efectivitat, i incrementant la seva eficiència en poder tractar diferents trastorns mitjançant les dimensions subjacents que els causen i que són comunes entre ells.

Matrícula oberta 2024-2025



Juliol 2024:

***Preparació Cambridge Exams
Reforç Escolar
Anglès per a viatjar
Conversa***

CA *Since 1980*
Languages

ANGLÈS A PARTIR DE 3 ANYS

Aprèn, millora, perfecciona... tots els nivells i edats.



 **972 700 521 - 655 377 486**

 **www.calanguages.com**

 **info@carmealier.com**

Aquest estiu,
descobreix el Carib amb

ORBITA
TRAVEL

Gaudeix de platges de sorra blanca, aigües cristal·lines
i deixa que la seva cultura et captivi des del primer moment

PUNTA CANA

des de
1170€
Tot inclòs



● Juliol
✈ Vol directe des de Barcelona
📅 9 dies / 7 nits

RIVIERA MAYA

des de
1290€
Tot inclòs



● Juliol
✈ Vol directe des de Madrid
📅 9 dies / 7 nits

CAYO STA. MARIA

des de
1080€
Tot inclòs



● Agost
✈ Vol directe a Sta. Clara des de Madrid
📅 9 dies / 7 nits

Més informació a:

+34 872 22 07 86

hola@orbitatravel.com

orbitatravel.com



CERDO Y GALLO
TATTOO
PIERCING
RIPOLL

CARRETERA BARCELONA 37
Tel. 972036890

📷 [CERDOYGALLO_TATTOO](https://www.instagram.com/CERDOYGALLO_TATTOO)

Per a sucari-hi pa: Hamburguesa del Cat amb tendre de Drap Muuu Beee



Eva Serres

Cuïnera de Cat Can Guetes

Ingredients:

Per fer elaborar

l'hamburguesa de 150gr.

- 75gr. de carn picada de porc
- 75gr. de carn picada de vedella
- 6 gr. de maizena
- 2,25gr. de sal
- 0,15gr. de pebre
- 4,5gr. ceba deshidratada

Per muntar

l'hamburguesa

- Hamburguesa de vedella de 150gr.
- Formatge Tendre de Drap Muuu Beee
- Enciam
- Melmelada de tomàquet

PASSOS A SEGUIR:

Per l'hamburguesa

1. Dissoldre la maizena amb una mica d'aigua freda
2. Barrejar tots els ingredients
3. Fer l'hamburguesa

Pel plat

1. Prepareu el pa de l'hamburguesa i afegiu l'enciam.
2. Coeu l'hamburguesa a una temperatura inferior als 60oc i afegiu-la a sobre de l'enciam i el pa.
3. Unteu l'hamburguesa amb melmelada de tomàquet.
4. Per últim, afegiu a sobre el formatge Tendre de Drap fos.



AUTO RIPOLLÈS MOTOR S.L.



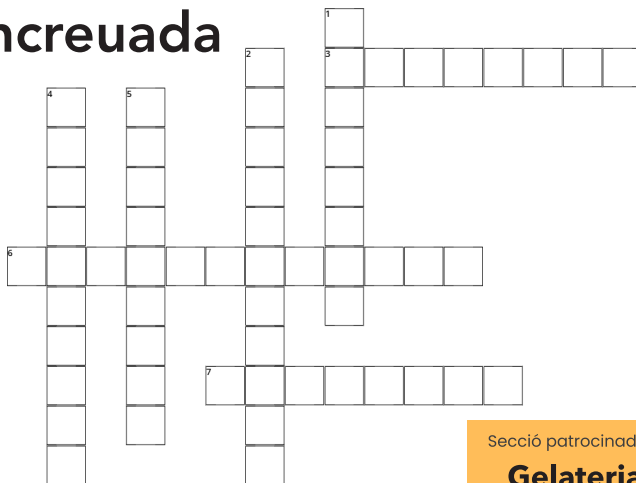
TEL 972703311

© 630260025

Respira Jugant:

La comarca encreuada

1. Nom de l'històric tren que puja des de Ribes de Freser fins a Núria.
2. Nom del gorg embruixat de Sant Joan de les Abadesses.
3. Famosa cursa de Campdevànol on el seu recorregut més difícil corona el cim de La Covil.
4. Nom de l'exposició permanent, didàctica i interactiva a Ripoll on pots conèixer el passat, gràcies a la conservació dels manuscrits copiats a mà pels escribes monàstics.
5. Nom de la festa que es du a terme a Ribes de Freser l'última setmana de juliol, una festa noucentista que transporta el municipi a principis del segle XX.



6. Nom de la font de Camprodon on es pot llegir uns versos de Joan Maragall.
7. Nom del riu que passa pels municipis de Pardines i Ribes de Freser, afluent del Freser.

Secció patrocinada per

**Gelateria i
Creperia
La Recuiteria**

c. Sant Pere, 11 · Ripoll

Tel. 602 405 396

6. Santfeliu de Llobregat
4. Scriptorium
2. Malatosa
1. Cremallera

GELATERIA - CREPERIA

La Recuiteria



- Gelats de iogurt o recuit ecològics i GELATS ARTESANS amb llet d'ovella
- Orxata, granissats i llet merengada, tot fet a casa
- Creps i gofres fets amb massa casolana
- Creps VEGANES / Kombutxa, cafès i infusions
- Smoothies i batuts de fruites, galetes o gelat / Xurros amb xocolata desfeta



1 Topping GRATIS amb la compra d'una bola de gelat-presentant aquest cupo retallat

Valid fins al 01/07/24
1 cupo x persona/dia.
Els cupons NO son acumulables

Veniu a tastar les nostres TAPES tots els dijous a La ruta de la tapa Ripoll



Carrer Sant Pere 11, Ripoll 17500



@larecuiteriaderipoll

Guia per a una barbacoa segura: precaucions i consells pràctics

Per Eva Remolina

Les barbacoes són tota una tradició, especialment durant els mesos d'estiu. És una oportunitat perfecta per reunir-se a l'aire lliure, gaudir de la natura i, és clar, delectar-se amb deliciosos menjars a la graella. No obstant això, és essencial recordar que, juntament amb l'emoció de l'oci, també hi ha la responsabilitat de garantir la seguretat de tothom i prevenir el perill d'incendis. Aquí us oferim una guia completa sobre com organitzar una barbacoa segura i satisfactòria.

Triar el lloc adequat:

La primera precaució que cal tenir en compte és seleccionar un lloc adequat per a la barbacoa. Opta per una àrea oberta i lluny de vegetació densa, arbres i estructures inflamables. Evita les zones ventoses que poden propagar les flames amb facilitat. Assegura't que hi hagi un espai suficient al voltant de la graella per a un accés segur i per evitar el risc de focs forestals.

Preparar la graella:

Abans d'encendre la barbacoa, assegura't que estigui en bon estat i lliure de greixos o residus que puguin provocar flames incontrolades. Si utilitzes una barbacoa de gas, verifica que les connexions estiguin ajustades i sense fugues. Mantén una font d'aigua o un extintor a prop en cas que sigui necessari.

Encendre el foc:

Opta per mètodes segurs per encendre el foc, com ara llançar els llauradors de carbó o les pastilles encenedores de barbacoa. Evita l'ús de líquids inflamables com benzina o alcohol, ja que poden causar explosions perilloses. No sobrepassis mai la quantitat recomanada de carbó o llenya per evitar que les flames siguin massa grans i incontrolables. Supervisar constantment: Mentre la barbacoa estigui encesa, és crucial supervisar-la constantment. Evita deixar-la sola, especialment si hi ha nens o mascotes al voltant. Mantingues els materials inflamables lluny del foc i recorda que la graella continuarà calenta durant un temps després de cuinar. Usa pinces llargues per manipular els aliments i evita cremar-te.

Apagar el foc adequadament:

Un cop hakis acabat de cuinar, assegura't d'apagar les flames completament i espera que el carbó o la llenya es refredin abans de descartar-les. No llencis cendres calentes en contenidors de fem o en àrees de vegetació, ja que poden provocar incendis. Fes servir aigua per apagar qualsevol brasa romanent i assegura't que la graella estigui totalment apagada abans de marxar.



Segueix-nos per estar al dia de totes les fires del Ripollès



@fires.del.ripolles



FERLAM®
Serveis integrals
Plaça Gran, 5 (baixos) RIPOLL

972 703 469 - 603 38 69 94

comercial@ferlamripoll.com

www.ferlamripoll.com

54. Respira Comerç • Serviços

4 / 2 / 2024

Degut a les recents incidències que ha patit la Línia R3 aquests horaris poden veure afectats

Horaris de tren: Dissabtes i Diumenges

Rodalies de Catalunya

Dissabtes, diumenges i festius Sábados, domingos y festivos **Saturdays, Sundays and Holidays** 4 / 2 / 2024

L'Hospitalet de Llobregat																														Barcelona - Sants			Barcelona - Pl. Catalunya			Barcelona - Arc de Triomf			Barcelona - La Sagrada Família			Barcelona - Torre Bruguera			Montcada - Bricolaco			Sta. Pau - Plaça de la Flor			Molíer - Sta. Rosa			Parets del Vallès			Granollers			Les Franqueses del Vallès			La Garriga			Figaro			Centelles			Balenyà - Els Hostalets			Balenyà - Tona - Segva			Vic			Manlleu			Torelló			Borjonyà			St. Quirze de Besora			La Farga de Bèrbia			Ripoll			Campdevànol			Ribes de Freser			Planells			Toses			La Molina			Urtx - Alp			Puigcaldé			La Tor de Querol			Enliva																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
5.24	5.31	5.36	5.39	5.45	5.48	5.51	5.54	5.59	6.03	6.07	6.12	6.20	6.22	6.28	6.33	6.38	6.43	6.46	6.49	6.57																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																			

SNCF Consulteu el horari a www.sncf.com. Consultez les horaires sur www.sncf.com. See the timetable at www.sncf.com

Cremlera de Vall de Núria 1972 73 20 20

La Molina 1972 89 20 31

Canvi horaris 4/2/2024
Edició Febrer 2024

**900 41 00 41**
www.rodaliesdecatalunya.cat

012
gencat.cat
Unitat de la família
segona operadora

app Rodalies
@rodalies

Degut a les recents incidències que ha patit la Línia R3 aquests horaris poden veure afectats



Odontologia general - Ortodòncia
Odontopediatria - Estètica dental
Pròtesi dental - Implantologia
Periodòncia

www.centredentalripoll.com tel. 972 70 00 16 Ctra.Barcelona 27 Ripoll

Dr. Xavier Linares COEC 3063
Dra. Eulàlia Sánchez COEC 6911
Dra. Perla Palada COEC 9211

Horaris de tren: Feiners Rodalies de Catalunya

Feiners Laborables Weekdays

4 / 2 / 2024

56. Respira Comerç • Serveis

L'Hospitalet de Llobregat																												Barcelona - Sants		Barcelona - Pi Catalunya		Barcelona - Arc de Triomf		Barcelona - La Sagrada Família		Barcelona - Fabra i Puig		Barcelona - Torre Baló / Vialbona		Montcada Bifurcació		Montcada Ripoll		Sta. Perpetua de Mogoda		La Florida		Parets del Vallès		Granollers - Cervelles		Les Franqueses del Vallès		Figaró		St. Martí de Centelles		Centelles		Balenyà - Els Hostalets		Balenyà - Tona - Seva		Vic		Manlleu		Torrello		Borriana		St. Quirze de Besora		Ripoll		Campdevànol		Ribes de Freser		Plaíoles		Toses		La Molina		Urrús - Alp		Puigverd de Lleida		La Tor de Querol		Enllec																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	
4.24	4.31	4.36	4.39	4.45	4.48	4.51	4.54	4.59	5.03	5.07	5.12	5.20																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																	</

Deput a les recents incidències que ha patit la Línia R3 aquests horaris poden veure afectats

Horaris de tren: Dissabtes i Diumenges Rodalies de Catalunya

Dissabtes, diumenges i festius Sábados, domingos y festivos Saturdays, Sundays and Holidays 4 / 2 / 2024

L'Hostrat de Llobregat																				Barcelona - Sarrià		Barcelona - Pl. Catalunya		Barcelona - Arc de Triomf		Barcelona - La Sagrada Família		Barcelona - Fabra i Puig		Montcada Bifurcació		Montcada Ripollat		Sta. Pau de Moya		La Florida		Parera del Vallès		Granollers - Canovelles		Las Franqueses del Vallès		Figaró		St. Martí de Centelles		Centelles		Balenyà - Els Hostalets		Balenyà - Tona - Segra		Vic		Manlleu		Torelló		Borjassola		St. Quirze de Besora		La Farga de Babilé		Ripoll		Camprodon		Ribes de Freser		Planells		Toses		La Molina		Urx - Aio		Puigverd de Lleida		La Tor de Querol		Enliva																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				
5.24	5.31	5.36	5.39	5.45	5.48	5.51	5.54	5.59	6.03	6.07	6.12	6.20	6.22	6.28	6.33	6.38	6.43	6.46	6.49	6.57																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																				</

 [Consulteu el horari a www.sncf.com](http://www.sncf.com) [Consulte los horarios en www.sncf.com](http://www.sncf.com) [See the timetable at www.sncf.com](http://www.sncf.com)

 **Cremallera de Vall de Núria**
1 972 73 20 20

 **1 972 89 20 31**

Canvi horaris 4/2/2024
Edició Febrer 2024

 **900 41 00 41**
www.rodaliesdecatalunya.cat

 **012**
gencat.cat
boti de la trucada:
ajuda operativa

app Rodalies
[@rodalies](#)

Degut a les següents incidències que ha patit la Línia R3 aquests horaris poden veure afectats

**ELS MILLORS PLATS PREPARATS
AMB PRODUCTE DE TEMPORADA**



**PIONIL**
OBERT CADA DIA

- PLATS PREPARATS
- ROSTISSERIA
- PESCA SALADA

MERCAT COBERT DE RIPOLL
Plaça Terradellas, s/n - Ripoll
Mòbil 651 70 53 58

Horaris d'autobús: MIR

Ripoll - Campdevàrol - Ribes de Freser - Vall de Ribes

SERVEIS INTERUBANS I LÍNIES REGULARS

RIPOLL - Campdevàrol - Ribes de Freix - Vall de Ribes

SORTIDES DE RIPOLL
dissabtes feiners i diumenges i festius



Autocars Mir

www.autocarsmir.com

Pol. Ind. Mas d'en Bosch

C/. Esteve Bover 1, 17500 RIPOLL

info@autocarsmir.com

Tel: 972 70 30 12

[illegible]

Horaris d'autobús: MIR

Vall de Ribes - Ribes de Freser - Campdevànol - Ripoll

VALL DE RIBES

Ribes de Freser

Campdevànol

Ripoll

SORTIDES DE LA "VALL DE RIBES" dissabtes feiners

VALL DE RIBES

Toses	-	-	10:10	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	18:10	-	
Fornells	-	-	10:15	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	18:15	-	
Navà (mtl)/Dorta (tardà)	-	-	10:25	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	18:25	-	
Querolbs	-	-	-	-	10:55	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	17:05	-	
Planols	-	-	10:30	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	18:30	-	
Pardines	-	9:05	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	16:50	-	
Campelles	-	8:55	-	-	-	-	-	-	-	14:00	-	-	-	-	-	-	-	
Bruguera	-	-	-	-	11:05	-	-	-	-	-	-	-	16:00	-	-	-	-	
RIBES DE FRESER																		
Parada Autobusos	-	9:15	-	10:40	-	11:15	-	12:15	-	14:15	-	-	16:15	-	17:15	18:40	19:40	
C.A.P.	-	9:16	-	10:41	-	11:16	-	12:16	-	14:16	-	-	16:16	-	17:16	18:41	19:41	
Montgut	-	9:18	-	10:43	-	11:18	-	12:18	-	14:18	-	-	16:18	-	17:18	18:43	19:43	
Aigües Blaves	-	9:19	-	10:44	-	11:19	-	12:19	-	14:19	-	-	16:19	-	17:19	18:44	19:44	
CAMPDEVÀNOL																		
La Corba	-	9:20	-	10:45	-	11:20	-	12:20	-	14:20	-	-	16:20	-	17:20	18:45	19:45	
Colònia Herand	-	9:23	-	10:48	-	11:23	-	12:23	-	14:23	-	-	16:23	-	17:23	18:48	19:48	
Colònia Penau	-	8:56	9:25	-	10:50	-	11:25	-	12:25	12:56	14:25	-	15:56	16:25	-	17:25	18:50	19:50
Mollinou	-	8:57	-	-	-	-	-	-	-	12:57	-	-	15:57	-	-	-	-	-
Barr S. Cristòfol (C. Barates)	-	8:58	9:27	9:58	10:52	10:58	11:27	11:58	12:27	12:58	14:27	14:58	15:58	16:27	16:58	17:27	18:52	19:52
Plaça Església	-	8:59	-	9:59	-	10:59	-	11:59	-	12:59	-	14:59	15:59	-	16:59	-	-	-
Hospital	9:00	9:30	10:00	10:55	11:00	11:30	12:00	12:30	13:00	14:30	15:00	16:00	16:30	17:00	17:30	18:55	19:55	
RIPOLL																		
Poligon Casa Nova de Baix	9:02	-	10:02	-	11:02	-	12:02	-	13:02	-	15:02	16:02	-	17:02	-	-	-	-
Colònia Noguera	9:04	9:34	10:04	10:57	11:04	11:34	12:04	12:34	13:04	14:34	15:04	16:34	17:04	17:34	18:57	19:57	-	-
Poligon Rocafiguera	9:05	9:36	10:05	-	11:05	11:36	12:05	12:36	13:05	14:36	15:05	16:36	17:05	17:36	-	-	-	-
Ctra. de Ribes	9:06	9:38	10:06	-	11:06	-	12:06	-	13:06	-	15:06	16:06	-	17:06	-	-	-	-
Plaça Pompeu Fabra	9:08	-	10:08	-	11:08	-	12:08	-	13:08	-	15:08	16:08	-	17:08	-	-	-	-
Plaça Gran	9:10	-	10:10	-	11:10	-	12:10	-	13:10	-	15:10	16:10	-	17:10	-	-	-	-
Ctra. Barcelona (Maragall)	9:12	-	10:12	-	11:12	-	12:12	-	13:12	-	15:12	16:12	-	17:12	-	-	-	-
Illibat																		
Plaça Església	9:13	9:40	10:13	11:02	11:13	11:40	12:13	12:40	13:13	14:40	15:13	16:13	16:40	17:13	17:40	19:02	20:01	-
I.E.S. Abat Oliba	9:14	-	10:14	-	11:14	-	12:14	-	13:14	-	15:14	16:14	-	17:14	-	-	-	-
Engordans	9:15	-	-	-	-	-	12:15	-	-	-	15:15	-	-	-	-	-	-	-
Caselles	9:16	-	-	-	-	-	12:16	-	-	-	15:16	-	-	-	-	-	-	-
Robreda Can Franquesa	9:17	-	-	-	-	-	12:17	-	-	-	15:17	-	-	-	-	-	-	-
Castellera	9:18	9:42	10:16	-	11:16	11:42	12:18	12:42	13:16	14:42	15:18	16:16	16:42	17:16	17:42	-	-	-
Ctra. Medici Rehabilitació	9:19	9:43	10:17	-	11:17	11:43	12:19	12:43	13:17	14:43	15:19	16:17	16:43	17:17	17:43	-	-	-
ESCAÑO																		
Parada Autobusos	9:20	9:45	10:20	11:05	11:20	11:45	12:20	12:45	13:20	14:45	15:20	16:20	16:45	17:20	17:45	19:05	20:05	-
Can Castalló	9:22	-	-	-	-	-	12:22	-	-	-	15:22	-	-	-	-	-	-	-
Sala Alegre	9:25	-	-	-	-	-	12:25	-	-	-	15:25	-	-	-	-	-	-	-
Basse Nogueras (Pla Ajunt.)	-	9:47	-	-	-	-	12:47	-	-	-	15:47	-	-	-	-	-	-	-
Ctra. Sant Joan (Edmuniu)	-	9:48	-	-	-	-	12:48	-	-	-	15:48	-	-	-	-	-	-	-
Poligon Rocafiguera	-	9:49	-	-	-	-	12:49	-	-	-	15:49	-	-	-	-	-	-	-
Ctra. de Ribes de Bosc	-	9:50	-	-	-	-	12:50	-	-	-	15:50	-	-	-	-	-	-	-
Poligon Priorat	-	9:51	-	-	-	-	12:51	-	-	-	15:51	-	-	-	-	-	-	-
Escola Teball	-	9:52	-	-	-	-	12:52	-	-	-	15:52	-	-	-	-	-	-	-
Plaça Nou	-	9:53	-	-	-	-	12:53	-	-	-	15:53	-	-	-	-	-	-	-
Sala Eudal Guals	-	9:55	-	-	-	-	12:55	-	-	-	15:55	-	-	-	-	-	-	-
ESCAÑO																		
Parada Autobusos	9:30	9:55	-	-	-	-	12:30	12:55	-	-	14:55	15:30	-	-	-	-	-	-

Ripoll - Campdevànol - Ribes de Freser

SORTIDES DE RIBES DE FRESER
diumenges i festius

RIBES DE FRESER														
Parada Autobusos	9:30	10:30	12:30	16:30	17:30	17:30	18:30	19:30	-	-	-	-	-	-
C.A.P.	9:31	10:31	12:31	16:31	17:31	17:31	18:31	19:31	-	-	-	-	-	-
Montgut	9:32	10:32	12:32	16:32	17:32	17:32	18:32	19:32	-	-	-	-	-	-
Aigües Blaves	9:34	10:34	12:34	16:34	17:34	17:34	18:34	19:34	-	-	-	-	-	-
CAMPDEVÀNOL														
La Corba	9:35	10:37	12:35	16:35	17:35	17:35	18:35	19:35	-	-	-	-	-	-
Colònia Herand	9:37	10:38	12:37	16:37	17:38	17:38	18:37	19:37	-	-	-	-	-	-
Colònia Penau	9:38	10:40	12:38	16:38	17:40	17:40	18:38	19:38	-	-	-	-	-	-
Barr S. Cristòfol (C. Barates)	9:40	10:43	12:40	16:40	17:43	17:43	18:40	19:40	-	-	-	-	-	-
Plaça Església	9:43	10:45	12:43	16:43	17:43	17:43	18:43	19:43	-	-	-	-	-	-
RIPOLL														
Colònia Noguera	9:48	10:48	12:48	16:48	17:48	17:48	18:48	19:48	-	-	-	-	-	-
Poligon Rocafiguera	9:50	10:50	12:50	16:50	17:50	17:50	18:50	19:50	-	-	-	-	-	-
I.E.S. Abat Oliba	9:52	10:52	12:52	16:52	17:52	17:52	18:52	19:52	-	-	-	-	-	-
Ctra. Barcelona (LLETA)	9:55	10:55	12:55	16:55	17:55	17:55	18:55	19:55	-	-	-	-	-	-
Can Castalló	9:57	10:57	12:57	16:57	17:57	17:57	18:57	19:57	-	-	-	-	-	-
Ctra. Medici Rehabilitació	9:58	10:58	12:58	16:58	17:58	17:58	18:58	19:58	-	-	-	-	-	-
Parada Autobusos	10:00	11:00	13:00	17:00	18:00	18:00	20:00	-	-	-	-	-	-	-

Horaris d'autobús: Teisa

Girona - Banyoles - Olot - St. Joan de les Abadesses - Vallfogona - Ripoll



GIRONA - BANYOLES - OLOT - ST. JOAN DE LES ABADESSES - RIPOLL



	Girona	Banyoles	Besalú	Olot	Olot	L'Hostalnou de Bianya	St. Joan de les Abadesses	Ripoll
De dilluns a divendres feiners					06.30	-	-	07.30
	06.30	Directe		07.40	07.40	Directe	08.05	08.25
	07.10	07.45	08.03	08.45	09.15	09.24	09.45	10.05
	09.30	Directe		10.30	10.30	Directe	10.55	11.20
	11.10	Directe		12.10	12.10	Directe	12.35	13.00
	13.10	13.45	14.03	14.45	14.45	14.54	15.15	15.35
	13.30	Directe		14.40	-	-	-	-
	14.10	Directe		15.15	15.15	15.24	15.45	16.05
	16.10	Directe		17.15	17.15	17.24	17.45	18.05
	17.10	17.45	18.03	18.45	18.45	18.54	19.15	19.35
	17.30	Directe		18.30	18.30	Directe	18.55	19.20
	18.10	Directe	18.55	19.15	19.15	19.24	19.45	20.05
	20.10	Directe		21.15	21.15	21.24	21.45	22.05

	Girona	Banyoles	Besalú	Olot	Olot	La Canya	Lloccolou	L'Hostalnou de Bianya	Canpalló	St. Salvador de Bianya	Túnel-Rotonda	La Colònia	Llaudet	St. Joan de les Abadesses	Ripoll	St. Bernabé	Vallfogona de Ripollès
Diàries feiners	07.45	-	-	08.45	08.45	08.52	08.54	08.56	08.58	09.00	09.11	09.13	09.15	09.30	09.40	09.50	
Diàries feiners	11.15	11.45	12.03	12.45	12.45	12.52	12.54	12.56	12.58	13.00	13.11	13.13	13.15	13.30	13.40	13.50	
Diàries feiners	17.15	17.45	18.03	18.45	18.45	18.52	18.54	18.56	18.58	19.00	19.11	19.13	19.15	19.30	-	-	
Diàries feiners	07.45	-	-	08.45	08.45	08.52	08.54	08.56	08.58	09.00	09.11	09.13	09.15	09.30	09.40	09.50	
Diàries feiners	11.15	11.45	12.03	12.45	12.45	12.52	12.54	12.56	12.58	13.00	13.11	13.13	13.15	13.30	13.40	13.50	
Diàries feiners	17.15	17.45	18.03	18.45	18.45	18.52	18.54	18.56	18.58	19.00	19.11	19.13	19.15	19.30	-	-	

	Ripoll	St. Joan de les Abadesses	L'Hostalnou de Bianya	Olot	Olot	Besalú	Amer	Banyoles	Girona
De dilluns a divendres feiners	06.40	06.55	07.10	07.30	07.30	07.50	Directe 1 2		08.40
	07.35	07.50	08.05	08.30	08.30		Directe		09.30
	08.00	08.15	08.36	08.50	09.15	-	09.55	-	10.45
	08.30	08.45	Directe	09.15	09.15		Directe		10.15
	12.15	-	-	13.15	13.30	14.00	-	14.15	15.00
	12.30	12.45	Directe	13.15	13.15		Directe		14.15
	13.40	13.55	14.10	14.30	14.30		Directe		15.45
	14.30	14.45	Directe	15.15	15.15		Directe		16.15
	16.00	16.15	-	16.50	17.30	-	-	-	19.00
	18.15	18.30	18.45	19.05	19.30	20.00	-	20.15	21.10
	19.45	20.00	Directe	20.30	20.30		Directe		21.30

	Vallfogona de Ripollès	St. Bernabé	Ripoll	St. Joan de les Abadesses	La Colònia (Llaudet)	Túnel-Rotonda	St. Salvador de Bianya	Canpalló	L'Hostalnou de Bianya	Lloccolou	La Canya	Olot	Olot	Besalú	Amer	Banyoles	Girona
Diàries feiners	09.55	10.05	10.15	10.30	10.32	10.34	10.41	10.43	10.45	10.47	10.49	11.00	11.00	-	-	-	12.10
Diàries feiners	13.55	14.05	14.15	14.30	14.32	14.34	14.41	14.43	14.45	14.47	14.49	15.00	15.00	-	15.40	-	16.30
Diàries feiners	-	-	18.00	18.15	18.17	18.19	18.26	18.28	18.30	18.32	18.35	18.45	19.30	19.57	-	20.15	21.00
Diàries feiners	09.55	10.05	10.15	10.30	10.32	10.34	10.41	10.43	10.45	10.47	10.49	11.00	11.00	-	-	-	12.10
Diàries feiners	13.55	14.05	14.15	14.30	14.32	14.34	14.41	14.43	14.45	14.47	14.49	15.00	15.00	-	15.40	-	16.30
Diàries feiners	-	-	18.00	18.15	18.17	18.19	18.26	18.28	18.30	18.32	18.35	18.45	19.30	19.57	-	20.15	21.00

1 Amb parada a Besalú

2 Els dies no lectius fa totes les parades

3 Realitza parada als Mossos d'Esquadra d'Olot i no s'atura a la Rodona

Efemèrides: Tal dia com avui...



PROGRAMA DE LES FESTES RELIGIOSES I CÍVILES QUE S' FARAN AMB MOTIU DEL V CENTENARI DE LA TROBALLA DEL SANTÍSSIM MISTERI A SANT JOAN DE LES ABADESSES

DEL 16 AL 25 JULIOL DE 1926

Programa

de les Festes centenàries a Sant Joan de les Abadesses del 16 al 25 de Juliol de 1926.

Programa de les festes centenàries per la commemoració del santíssim misteri a Sant Joan. On podem trobar dos tipus d'actes, els religiosos i els cívics.

PROGRAMA

FESTES RELIGIOSES

- Dia 16.** A dos quarts de vuit del vespre: **Visita** al Santíssim Misteri, resant el Sant Rosari, i cantant el «Crec en un Déu», Trísagí i Còigs. **Adoració** de la Sagrada Imatge de Jesús Crucificat.
- Dia 17. DIADA DEL CENTENARI.** A dos quarts d'onze: **Solemne Ofici** en el qual hi assistirà l'Esm. Patriarca de les Índies, Admor. Apostòlic de la Diòcesi de Vich, cantant-se la Missa de Nra. Sra. del Roser, de Mn. Lluís Romeu, Prevere. Assistiran les Autoritats de la Regió, Província i de la Vila.
- A les set del vespre - Hora en que fou mortada al poble la Sagrada Hostia, per primera vegada, després d'haver-se descobert i proclat el **Proclat Eucarístic**: **Solemnes Vespres**, EXPOSICIO DEL SANTÍSSIM MISTERI que continuarà fins a l'endemà, **Sermó** que predicarà el Dr. Miquel Ordeig, Prev., Catedratic del Seminari de Vich, i cant del **Te-Deum** en acció de gràcies. Còigs i Adoració particular del **Santíssim Misteri**.
- Dia 18.** A les dues de la matutada: Primera Missa, que serà cantada davant del Santíssim Misteri exposat des del dia anterior. En aquesta Missa, i en totes les que s'celebraran cada bona hora s'les nou, en donarà la Sagrada Comunió.
- A les dues: **Començarà el cant de Tertia**, per a l'**Solemne Pontifical**, que celebrará l'Esm. Patriarca de les Índies, Dr. D. Francisco Muñoz Izquierdo, assistit del Capítol Catedral de Vich. Se cantarà la **Missa Eucarística**, de Perosi, i predicarà l'Il·lre. Doctor Joan Lladó, Prev., Canciller Majstral de la Seu Vigentana; Assistiran les Autoritats de la Província i Vila.
- A dos quarts de cinc de la tarda: **Processó Eucarística** amb la assistència de les Autoritats eclesiàstiques, cívils i militars. Seguirà els principals carrers i places de la vila, aturant-se a la plaça de l'Abadia per a cantar el **Crec en un Déu** mentre es donarà la **Benedicció** amb el Santíssim. Al entrar en la Iglesia, hi haurà solemne cerimònia de la **Adoració Oficial** al **Santíssim Misteri** que acabat amb la **Reserva**.
- A les deu del vespre: En la plaça de l'Abadia s'organitzarà la **MARKA DE LES ANTORQUES** per a salutar a la Verge de Lourdes en la seva petita Capella amb el cant de la **Salve Regina** al retornar a l'esmentada Plaça, se cantarà el **Crec en un Déu** i es dissoldrà la Processó.
- Dia 19.** A les deu: **Ofici**, a l'hor del Santíssim Misteri que s'aplicarà pels nostres avant-passats, difunts de la Parròquia.
- Dies 20, 21.** A les nou: Se celebrará **Ofici Solemne** en honor del Santíssim Misteri, que podrà aplicar-se pels fidels que ho demanin.
- Dies 22, 23 i 24.** A dos quarts de vuit del vespre: **Visita** al Santíssim Misteri en la qual hi predicaran alguns Sacerdots fills de la Vila.
- Dia 25.** A les deu: **Ofici Solemne** al Santíssim Misteri.
- A dos quarts de quatre de la tarda: **Visita**, com els altres dies.

FESTES CÍVILES

- Dia 16.** A les dues de la tarda. Anunci de les Festes, per les companyes de la Vila.
- A les nou del vespre. Inauguració de les il·luminacions particulars i públiques. Focs de bengala i elevació de globos. Fogates a les muntanyes veïnes.
- Dia 17.** A les nou i mitja. **Traca valenciana** i **Passant** per la Banda de la Escola municipal de la Vila.
- A un quart d'onze. Arribada dels Esmos. Capità General, Il·lre. Patriarca de les Índies, Governadors Civil i Militar i el President de la Diputació, els quals seran rebuts per l'Ajuntament i acompanyats per la Banda del Batalló d'Estella aniran cap al Monestir per assistir al Ofici.
- A dos quarts de dotze. La «Jovenut Choral Abadesense» cantarà el **Gloria a España** davant la Casa de la Vila, ont el Capità General imposarà a l'estendard del dia Clere i no ric; Corbana, obsequi de l'Ajuntament.
- A les dotze. **Vermouth d'Honor** a les Autoritats i **Concert** al Passeig, per la Banda del Batalló d'Estella. A la plaça de Sant Pol: **Sardanes**.
- A les quatre de la tarda. **Ball de les Caputxes i Gambetos** i després **Sardanes** a la Plassa.
- A les deu del vespre. Il·luminacions, com en el dia anterior. **Concert** de Banda i Orquestra en la Rambla de l'Abat Ramon de Biensa.
- Dia 18.** A tres quarts de deu. Soricó de les Autoritats acompanyades de la Banda per a assistir al Solemne Ofici Pontifical.
- A les tres de la tarda. **Concert** en la Rambla; la Banda alternarà amb la Societat Choral d'aquesta Vila.
- A dos quarts de set. **Sardanes** en l'esmentada Rambla.
- A dos quarts d'onze. **Sardanes** en la Plaça Major i **Concert** per la Banda en la Rambla.
- Dia 19.** A les onze del matí. **Sardanes** en la plaça de Sant Pol.
- A les quatre de la tarda. **Ball de les Caputxes i Gambetos** i a continuació **Sardanes** en la Plaça Major.
- A les deu del vespre. **Sardanes** en la Rambla.
- Dies 20, 21.** A les nou del vespre. En el Teatre Centre Canòic d'Obrers, se donaran **22, 23 Conferències** de caràcter científic i recreatiu, a càrrec d'epinentes oradors de la nostra terra. Els assumptes i noms dels conferenciantes se publicaran en fulles separades.
- Dia 25.** A les onze del matí. **Sardanes** en la plassa de Sant Pol.
- A les cinc de la tarda. **Sardanes** en la Plassa Major.
- A dos quarts de deu del vespre. **Castell de Focs Artificials** i després **Sardanes** en la Rambla de l'Abat Ramon de Biensa.

Micro-conte: El noi que venia duros a quatre pessetes...



Albert Soler

Publicista i escriptor de *worse sellers*
Una existència digital.



Cada dissabte al matí, la parada que muntava l'Eloy al mercat del poble era una constel·lació de rostres expectants, tots ells atrinxerats darrere una invisible i respectada línia de sortida, esperant que l'agulla del rellotge marqués l'hora indicada.

Amb una elegància insospitada, l'Eloy muntava la taula sota els arcs de la plaça. Un cop feta, la tapava amb un llençol impol·lut, i l'omplia de fileres de moneda de duro perfectes, que anaven emergent del seu moneder que portava penjat del coll. I quan la desena fila ja estava completa, les campanades del monestir, sempre puntuals, repicaven amb una sincronia gairebé sobrenatural, anunciant l'hora màgica: les 9 del matí.

Amb aquell so celestial, l'Eloy començava a atendre la riuada humana. El mossèn, l'advocat, el carnisser, el banquer... tots estaven impacients, esperant poder adquirir el que aquell noi oferia. La primera a ser servida va ser una adorable iaia de vuitanta-tres anys. "Bon dia, joveneta! Com la puc ajudar?", va dir l'Eloy amb un somriure que podria fondre la neu. "Bon dia, jove. Em pots posar un duro, si us plau?". "I tant", contestava ell, radiant d'energia i felicitat pel fet de satisfer un dels seus clients. Amb un gest meticulós, va agafar la primera moneda de la primera filera, la va posar dins d'un sobre minúscul de color marró clar, el va tancar, i li va entregar. "Quant és?",

EXTHER

La bruixa
de la nova era



Contacte Directe
WhatsApp, informació
i reserves a

+34 628 81 36 17

va preguntar la iaia. "Són quatre pessetes". Amb una serenitat ancestral, aquella octogenària va obrir el moneder, inclinant-lo amb cura, deixant caure un munt de pessetes daurades damunt la seva palma arrugada. "Una, dues, tres i quatre. Aquí tens, jove". "Moltes gràcies!", va respondre l'Eloy, complagut de veure un altre client satisfet. Així passava els matins de cada dissabte: satisfent clients, un rere l'altre. Durant sis hores, l'Eloy no parava de vendre duros a quatre pessetes, sense descans, com una màquina ben oliada.

Un dia, en un impuls per incrementar encara més l'èxit del seu negoci, aquell jove va decidir perfeccionar la seva oferta. A partir d'aquell moment, vendria duros a tres pessetes. Aquella oferta irresistible va ser un èxit esclatant. Les cues davant la seva parada es van quadruplicar. Ja no només eren els veïns del poble, els que iniciaven les fileres a les dues del matí, sinó també ciutadans que venien de Barcelona, disposats a agafar el tren per suportar un viatge de cinc hores, amb l'esperança d'obtenir els preuats duros a tres pessetes.

Com no podia ser d'una altra manera, després de vendre més de 36.842 duros, el negoci de l'Eloy va caure en la ruïna més absoluta. Lluny de desesperar-se, va comprendre que el millor professor de tots és el fracàs, i que la fortuna només pica l'ullet a les ments més preparades. Potser per això, un dia, fullejant el diari per casualitat, va trobar una oferta de feina que va trobar interessant: "Es busquen tastadors de Nutella."

**Fragment extret del conte que te el mateix títol.*

La lluern
libreria

CARRER VELL, 3, RIPOLL
722473706
lalluernalibreria@gmail.com

Marlena

Roba íntima home-dona
Pijames, bany i bates

c. Macià Bonaplata, 7 · Ripoll
☎ 972 700 235
📞 663 615 711
marlenaripoll@hotmail.com

📱 Seguiu-nos a Instagram:
Instagram.com/botigamarlenaripoll



DELTER
ALIMENTACIÓ SL

DISTRIBUCIÓ I COMERCIALIZACIÓ
D'ALIMENTACIÓ

Centres de distribució:
Ripoll: c. Santiago Rusiñol, 4
Puigcerdà: Avinguda Catalunya s/n
Botiga: c. De la Font, 6, Ripoll

📞 615 81 30 36
📞 972 70 31 46

LA QUALITAT QUE CONEIXES, LA CONFIANÇA QUE ET MEREIXES. DES DEL 1990

Dolça Llarn
DECORACIÓ

DISEÑO PARA TU HOGAR
Encuentra la inspiración para tu hogar

JUEVES VIERNES Y SÁBADO
9 AM - 7 PM (EXCEPTO DOMINGOS Y FERIADOS)

640053396

L' Espai Màgic



Exther - Art Màgic

La bruixa de la nova era

NUMEROLOGIA SAGRADA PEL ZODÍAC

MISSATGES dels NOMBRES MIRALL



ÀRIES

Una nova oportunitat en l'àmbit laboral podria canviar el teu futur a curt termini. Tot i haver assolit l'estabilitat, no et sents feliç ni il·lusionat. Ja t'havies resignat a deixar de lluitar pels teus somnis. Però ara, una força interior t'incita a córrer i començar de nou. Quan un no se sent realitzat, una "veu misteriosa" et diu: "Corre! No et rendeixis! Torna a intentar-ho! No veus que aquest no és el teu lloc?" De què serveix l'estabilitat si no somrius ni tens el cor apassionat? Aprofita les noves oportunitats i no miris enrere, només recorda quan res et feia por i sempre superaves els reptes amb èxit. Mai és massa tard per començar de nou i acabar el que vas deixar a mitges.



TAURE

Records de conflictes familiars et fan perdre la son des de fa molts anys. Ara és el moment d'esmenar allò que no vas poder fer com volies. Oblida el passat i mira endavant. Encara tens temps de deixar anar les angoixes. La vida passa volant i ja no pots tornar enrere, però sí avançar i desbloquejar el cor t'atura, mostrant el gran amor que tens dins teu. Ningú és perfecte i no has de culpar-te per les circumstàncies que t'han amargat tant de temps. Tots podem ser febles i hem de tenir empatia. Tindràs sort en l'atzar; aposta per la data del teu naixement, suma tots els dígitos i redueix-los a un sol número que et portarà sort.



GÈMINI

Podries ser víctima d'un robatori; vigila amb les amistats i familiars amb problemes econòmics o mentals que podrien enganyar-te. Quant a la feina, les coses van bé i sembla que et recuperaràs econòmicament amb possibilitats de fer una inversió. T'ho has guanyat amb sacrifici i constància. No dubtis a regalar-te unes vacances merescudes i ajudar els que més estimes. En l'àmbit sentimental, reconeix que has de posar més de la teva part i prestar més atenció als que sempre han estat amb tu. No tot és la feina.



CÀNCER

Necessites un canvi de perspectiva mental. Has passat penúries per experiències traumàtiques de la infància, però has d'oblidar el passat i no martiritzar-te. Ningú pot gestionar el que has d'aprendre tu mateix/a. Desfogar-te amb amistats o família no sempre és recomanable, perquè només tu pots entendre el teu dolor. Alerta amb les medicacions antidepressives, podrien perjudicar-te. Hi ha molts remeis naturals per moments d'ansietat i nerviosisme. En l'amor, coneixeràs algú que et donarà el raig de llum que necessites i podria establitzar-te.



LLEÓ

És bo fer-te respectar, però controla els cops de geni. Tens enemics i moltes enveges, però el teu do sempre ha estat la capacitat de seguir endavant davant les injustícies. Tindràs un premi de reconeixement



VERGE

Necessites respirar millor i no comprometre't tant per ajudar els altres. Delega, comparteix tasques i dóna't temps per a tu. Un familiar o algú que estimes podria trair-te i atabalar-te molt. No t'involucris massa, fes costat amb estima. Descobriràs que tot té un motiu i una arrel. Un amor del passat voldrà tornar; no et deixis influenciar per records bonics. Busca estabilitat en la feina i quan resolguis el que t'estressa, podràs ser feliç amb la teva ànima bessona, que està molt a prop i no et defraudarà.



BALANÇA

La natura és un remei essencial per a la teva salut física, mental i espiritual. T'encoratjo a sortir a l'aire lliure, a alliberar-te de qualsevol pressió negativa. Si camines descalç per la terra, abraça arbres, prens el sol i et banyes en el mar durant els propers onze dies, notaràs com aquesta pressió desapareix. Practica la meditació i crea una barrera protectora contra els vampirs psíquics. Recorda, ningú pot ni podrà mai apagar la teva llum interior. Vigila aquells que desitgen veure't caure i no tinguis pietat a l'hora de rebutjar a qui vulgui fer-te mal. Valora la teva missió en aquest món. Aviat rebràs una notícia positiva relacionada amb una celebració important. Encara que hauràs d'anar vestit d'etiqueta, cosa que potser no t'agrada o no et fa sentir còmode, dignifica el motiu pel qual has vingut a aquest món.

ment que et posarà al damunt de tot. No forçis res i gaudeix els moments que la vida et regala durant els propers set anys. Possibilitats importants a escala internacional podrien canviar la teva vida. Pel que fa a la salut, estaràs millor que mai i resoldràs el que has somatitzat aquests darrers anys. Estalvia, no compris per comprar.

Ara és el moment de deixar volar la teva ment, de recórrer tot allò que tornarà a tu a través d'un "déjà-vu" rere l'altre. Sentiràs aquesta sensació quan viatgis físicament a un lloc que sempre has desitjat visitar.



ESCORPIO

Melancolia, apatia, poques ganes de fer res... Estaràs molt sensible aquest trimestre i podries sentir-te fracassat, però no és veritat! Tens moltes qualitats no aprofitades bé, però mai és tard. Desenvolupa el que tens dins teu i projecta-ho, que aconseguiràs fer realitat un somni. Vigila amb les al·lèrgies; canvia de dieta i elimina aliments perjudicials. En l'amor, estaràs a dues bandes; tria qui et respecti i et faci feliç. Allunya't de relacions tòxiques i amistats egoistes que només compten amb tu per interès.



SAGITARI

On està el Sagitari aventurer? Estàs quedant atrofiat d'experiències. Està bé prendre precaucions després d'aprendre, però cal seguir aprenent fins al final. L'estabilitat és un repte per a tothom i el secret està en l'equilibri. Et convidaran a una experiència inoblidable que no pots rebutjar. Pel que fa a la salut, podries tenir problemes capil·lars causats per tensions familiars i malentesos. Alerta amb les multes o sancions. Si pots, deixa el cotxe o la moto i ves amb bicicleta o caminant per canalitzar les tensions acumulades.



CAPRICORN

Allunya't de tot el que et fa mal. No és just que suportis tantes injustícies provocades per l'enveja. Fes-te valdre i respectar. Digues "prou!" Pren cura d'una amistat que parla malament de tu a les teves esqueses i vol enfonsar-te. En l'amor, si no tens parella, gaudeixes de la solitud, però vénen experiències bo-

niques. Si tens parella, viuràs moments de molta felicitat després de resoldre malentesos i negativitats.



AQUARI

Ha arribat el moment de demostrar el teu valor en la teva professió. Tens el do de la sensibilitat feta veu, no tinguïs por de mostrar-la. Trauràs profit d'estudis passats i podràs utilitzar-los per avançar o continuar estudiant una nova branca. Algú del passat tornarà al teu camí. Possibilitat de canvi de domicili i prosperitat econòmica; portaràs dues feines alhora. Trimestre estressant, però tot serà per un bé que marcarà un abans i un després a la teva vida. T'ho mereixes!



PEIXOS

Necessites un canvi a la teva vida que no pots ajornar. Has treballat incansablement i has arribat molt lluny; ara toca gaudir del triomf. Pretendre estar sempre a dalt és nociu per la salut. Surt, balla, somriu i gaudeix de les coses simples. L'orgull fa mal i bloqueja les bones energies. Alerta en la conducció; estàs despistat i pots tenir problemes amb una roda. En l'àmbit sentimental, records del passat et faran bategar el cor de nou.



RITUAL per saber LA VERITAT

A través de la lichnomància (interpretació de la combustió d'una espelma) i la ceromància (interpretació de les restes de cera, que farem en el pròxim exemplar d'aquesta meravellosa revista), podem obtenir respostes a qualsevol dubte que tinguem. Les espelmes parlen, sempre que no hi hagi corrents d'aire ni interferències al voltant. Per això, a poder ser, farem aquest ritual en fase de lluna nova o creixent (mai en lluna negra o minvant).

Lluna negra: tres dies abans de la lluna nova (no hi ha lluna visible al cel).

La mida de l'espelma hauria de ser petita, per no haver d'estar hores controlant les flames. En tot cas, ho podem fer amb qualsevol espelma que tinguem a mà, però hem de tenir en compte que no es pot apagar i s'ha de consumir tota. Si l'hem de comprar per fer aquest ritual, millor si és una espelma de cera natural i com a mínim de set dies de llargada.

Procediment:

Encendrem un encens per purificar l'ambient.

Encendrem una espelma blanca i, mentalment o en veu alta, farem la pregunta corresponent (si és per preguntar quelcom d'algú, podem acompanyar-la amb una foto el més recent possible de la persona).

Resultats:

Si la flama es mou cap a la dreta: és un SÍ.

Si la flama es mou cap a l'esquerra: és un NO.

Si la flama és llarga i tranquil·la cap amunt: positivitat, bones energies i benedicció.

Si la flama dóna voltes: interferències d'energies negatives, tensions, intranquil·litat, problemes afegits.

Si la flama fa fum negre: alerta, hem de fer una neteja urgent a casa.

Si la flama deixa anar o esquitxa petites espurnes: molta màgia positiva i bones astrugàncies.

Si la flama s'apaga i sembla que no vol encendre's: no podem saber la resposta, perquè hem d'aprendre alguna lliçó important per la nostra evolució espiritual.

Si l'espelma plora: injustícies, patiment, tristesa; reflecteix la necessitat urgent de posar-hi remei a tot el que ens deprimeix i perjudica.

Si la flama és petita: falta de recursos, apatia, problemes de salut física o emocional que podem haver somatitzat (per tant, cal tenir cura).

Aquests nou significats bàsics ens serviran de molt (sempre i quan projectem la pregunta adequada), tot i que l'art de la lichnomància és molt més extens.

L'almanac del Pagès:

Feines als horts

JUNY

La nit de Sant Joan les aigües i plantes adquireixen totes les seves virtuts potencials i màgiques. Cal fer les ratafies i els olis de cop.

Aquest mes, sembrarem i plantarem carbassons, cebes, espínacs, tomates tardanes, mongetes, enciams, moniatos i bitxos. Recol·lectarem alls, albergínies, cebes, escaroles, espínacs, pèsols, patates primerenques, cigrons, enciams, mongetes tendres, cogombres, carbassons, maduixes, pèsols i faves.

Lligarem enciams i escaroles. Protegirem les tomateres del sol fort, les pluges i la humitat. Nasprar i esporgar les tomateres és essencial, deixant la tija principal i tallant els xucladors de les vores. Assegurar-se que les tomateres estiguin ben seques és important per prevenir malalties.

Per prevenir malalties, prepararem una barreja de sulfat de coure, sofre, calç viva i aigua per fer una pasta que aplicarem amb un pinzell al peu de la tomatera (uns 20 o 30 cm). Aquesta mateixa barreja, diluïda amb més aigua, es pot polvoritzar sobre tota la planta.

JULIOL

Un dia considerat màgic per plantar al juliol és el dia 25, per la festivitat de Sant Jaume. Tradicionalment, es creu que plantar en aquesta data porta bona sort i una millor collita.

Aquest mes sembrarem i plantarem bledes, mongetes, pastanagues, raves i escaroles. Recol·lectarem productes hortícoles en general. Farem la poda en verd dels rosers, rebaixant els brots 10 cm i tallant les flors músties.

Per eliminar la grama, cal llaurar durant la lluna vella de juliol. El reg es farà de matinada, quan la terra i les plantes estiguin refredades. Continuarem podant, lligant i ensulfatant les tomateres, així com aplicant el tractament d'aigua d'ortigues (El tractament d'aigua d'ortigues consisteix a fermentar ortigues fresques en aigua durant 10-15 dies, filtrant la barreja resultant i diluint-la abans d'aplicar-la. S'utilitza per enfortir les plantes i combatre plagues de manera natural).

AGOST

Un dia considerat màgic per plantar a l'agost és el 15 d'agost, coincidint amb la festivitat de l'Assumpció de la Mare de Déu. Aquesta data és tradicionalment associada a rituals i creences de bona sort per a la plantació i collita.

Es planten bròquils, cols i pastanagues. Es despunten els melons, síndries, cogombres i carbasses. Es recullen les cebes, que s'han de deixar assecat al mateix hort, així com la majoria dels productes de l'hort. Se sembren naps i bròquils, i a finals de mes, raves. Cal nasprar bitxos i pebrots amb canyes i cordills, formant una tanca. Es trasplanten els apís i colífors sembrats al juny.



El refranyer

JUNY

- Al juny, la pluja és lluny; i si plou cada gota és com el puny
- Al juny, l'estiu no és lluny
- Pel juny, falç al puny
- Si plou a primers de juny, el bon temps és lluny

JULIOL

- En juliol, pobres dels qui estan al sol!
- En juliol, sega amb bon sol
- La bona col, s'ha de fer pel juliol
- Quan s'escau el juliol, la vinya vol conèixer el sol

AGOST

- Agost i verema tots els dies no aplega.
- Aigua d'agost, mel i most.
- Agost arribat, els porcs tancats.
- El bolet neix per l'octubre però és fill de l'agost.



Estil Ester

PERRUQUERIA UNISEX

- Perruqueria ecosostenible i unisex
- Productes vegetals
- Balayage, correcció del color, tractaments capilars, fades...

☎ 607 55 55 13 - Hores concertades

📍 Passeig Comte Guifré, 7. Sant Joan de les Abadesses



Espiga Verda

Floristeria
P. Sant Joan 14
T. 972 714 121

Jardineria Oficina
Can Casals C-151-A, Nau 5
T. 677 454 147 - 972 701 504

www.espigaverda.com

Mou-te pel Ripollès!

20 DE JUNY

CAMPRODON:

Festa Major (20, 21, 22 i 23)

22 DE JUNY

SANT JOAN DE LES ABADESSES:

11:00h – Clausura Exposició
2Ecofeminismes avançats:
clima, aigua i dona”

CAMPRODON:

18:00h – 22:00h – Cinema

23 DE JUNY

SANT JOAN DE LES ABADESSES:

Revetlla de Sant Joan

CAMPRODON:

Arribada de la flama del
Cangó
Mercat Artesanal
9:00h – Mercat Setmanal
18:00h – 22:00h – Cinema
22:00h – Foguera de Sant
Joan

CAMPDEVÀNOL:

Festival Flama (Revetlla de
Sant Joan)
Cicle Clavetaires (fins el 27 de
Juliol)

24 DE JUNY

VALL DE CAMPRODON:

Festival de música de la Vall
de Camprodon (del 24 al 21
d'agost)

CAMPRODON:

12:00h – Concert FMVC
18:00h – Sardanes amb la
Cobla Sol de Banyuls

25 DE JUNY

VALL DE RIBES:

Casal d'estiu a Ribes de Freser
(del 25 al 02 d'Agost)

SANT JOAN DE LES ABADESSES:

17:00h – Concurs de literatura
infantil i juvenil amb Judit
Sabaté

26 DE JUNY

SANT JOAN DE LES ABADESSES:

17:00h – Tot Sona! Estimulació
musical amb Judit Sabaté

RIPOLL:

19:00h – Papasseit Canta

28 DE JUNY

VALL DE RIBES:

“Solstici d'estiu” amb en camí,
ioga, art i natura (del 28 al 30)

SANT JOAN DE LES ABADESSES:

17:00h – Club de lectura
infantil: Lily Mitjalluna amb
Xavier Bonet
18:00h – Papasseit canta

CAMPRODON:

Dia internacional de l'orgull
LGTBI+
9:00 – 18:00h – Trobada de
gent gran del Ripollès

CAMPDEVÀNOL:

6a Trobada de Gent Gran del
Ripollès

29 DE JUNY

VALL DE RIBES:

Concurs de crestes amb
oxineu (29 i 30)
9:00h – Excursió Botànica:
plantes protegides de
pòrtols a pardines

RIPOLL:

10:30h – Taller Familiar de
moixaines i jocs de falda (0-2
anys)

CAMPRODON:

18:00h – 22:00h – Cinema

30 DE JUNY

CAMPRODON:

Gran Fondo Pirineu
9:00h – Mercat Setmanal
18:00h – 22:00h – Cinema
18:00h – Rebuda alumnes curs
Albéniz

CAMPDEVÀNOL:

66è Aplec de Sant Pere
d'Aüira

1 DE JULIOL

VALL DE RIBES:

Curs de Muntanya per a Joves
de entre 8 i 15 anys a càrreg
d'oxineu (1 i 2 de juliol)
Campus Ribatana CF a Ribes
de Freser (del 1 al 26 de juliol)
Campus Estiu Jove al casal
de Cultura de Ribes de Freser
(del 1 al 31 de juliol)
Casal d'estiu a Planoles (del 1
al 26 de juliol)

CAMPRODON:

Curs Albéniz (del 1 al 6 de
juliol)

3 DE JULIOL

SANT JOAN DE LES ABADESSES:

17:30h – Taller de Manualitats
per a infants i famílies

4 DE JULIOL

CAMPRODON:

18:00h – Activitat familiar
“Aigua”

5 DE JULIOL

CAMPRODON:

19:00h – Xerrada FCVC

6 DE JULIOL

VALL DE RIBES:

7:00h – Travessa Ulldeter
Pardines

SANT JOAN DE LES ABADESSES:

12:00h – FeMAP Social amb
Maria Pujades Edwin Garcia
18:00h – Presentació del XXIX
Festival del Comte Arnau

RIPOLL:

17:00h – Acampada al Pla de
Pena (Sant Amand) (del 6
al 7)
17:30h – Sardanes amb la
cobla Principal de Cassà –
Festa del barri del Ninot

CAMPRODON:

12:00h – Cloenda Albéniz
18:00h – 22:00h – Cinema
18:00h – Ruta guiada
Camprodon Vils Medieval
19:00h – Inauguració exposició

7 DE JULIOL

SANT JOAN DE LES ABADESSES:

18:00h – Audició de sardanes
amb la Cobla Foment de
Montgrí

CAMPRODON:

9:00h – Mercat Setmanal
18:00h – 22:00h – Cinema

11 DE JULIOL

CAMPRODON:

18:00h – Activitat familiar “El
misteri del pont”

13 DE JULIOL

VALL DE RIBES:

21:30h – “Maria Rosa” al
cinema de Ribes de Freser

SANT JOAN DE LES ABADESSES:

22:00h – XXIX Festival del
Comte Arnau: LIVE CHOIR



FEM COSTAT A LES EMPRESSES I COMERÇOS DEL RIPOLLÈS



WWW.UIER.ORG



FORMACIÓ:

1.939 participants en accions
formatives i **166 cursos** impartits.

EMPRENEDORIA:

Assessorament i acompanyament
a **182 emprenedors**.

TRASPASSOS:

18 negocis traspassats amb èxit.

BORSA DE TREBALL:

486 persones inscrites a la
plataforma, **89 ofertes** actives i
93 persones contractades.

ASSESSORAMENTS A COMERÇOS:

Prop de **5.800 visites** de suport
fetes.

SUBVENCIONS:

Suport i tramitació de **241
subvencions** (Kit Digital, CCAM,
Autoocupació de joves i 30plus.)

CAPTACIÓ D'INVERSORS:

29 Infraestructures detectades.
16 inversors contactats.

**2023
2024**



*Des de la **UIER** treballem perquè les empreses **no s'aturin!**
El Ripollès està en **creixement!***

☎ 972 703 111 **📍 c. Macià Bonaplata, 4. 17500 Ripoll**

13 DE JULIOL**RIPOLL:**

10:30h – Taller familiar de Land Art (3-6 ants)

CAMPRODON:

12:00h – Inauguració Exposició Josep M^a Lijuan

18:00h – Teatre Juventut del Ripollès

18:00h – 22:00h – Cinema

18:00h – Ruta guiada La Retirada

14 DE JULIOL**CAMPRODON:**

9:00h – Mercat Setmanal

11:00h – Ruta Guiada

Camprodon Vila Estiueig

18:00h – 22:00h – Cinema

16 DE JULIOL**CAMPRODON:**

18:00h – Sardanes amb La Principal de la Biabal

17 DE JULIOL**VALL DE RIBES:**

Classes de Tennis estiu a Planoles (del 17 al 31 d'Agost)

18 DE JULIOL**CAMPRODON:**

18:00h – Activitat Familiar "Aigua"

19 DE JULIOL**RIPOLL:**

17:30h – Ballada d'inici d'aplec – Cobla Vents de Riella

21:30h – Concert de sardanes. Cap de setmana sardanista – Caba Sol de Banyuls

20 DE JULIOL**VALL DE RIBES:**

8:00h – Convert de Vandàlia FEMAP a Planoles

SANT JOAN DE LES ABADESSES:

10:00h – Inflables a la piscina

22:00h – XXIX Festival del Comte Arnau: ANTÒNIA FONT

CAMPRODON:

Camprodon Terra de Jeeps (20 i 21)

18:00h – 22:00h – Cinema

18:00h – Concert Coral

Camprodon – Festival I.A.

18:00h – Ruta Guiada

Camprodon Vila Medieval

21 DE JULIOL**SANT JOAN DE LES ABADESSES:**

9:30h – 66a Missa al cim del Taga

CAMPRODON:

9:00h – Mercat Setmanal

18:00h – 22:00h – Cinema

25 DE JULIOL**CAMPRODON:**

Macroclima (del 25 al 28)

18:00h – Activitat Familiar "El misteri del pont"

26 DE JULIOL**VALL DE RIBES:**

"Quart Minvant" amb en camí, ioga, art i natura

RIBES DE FRESE:

Festa de l'Estiueig

CAMPRODON:

Hora del conte

27 DE JULIOL**SANT JOAN DE LES ABADESSES:**

22:00h – XXIX Festival del Comte Arnau: SERGI CARBONELL

CAMPRODON:

18:00h – 22:00h – Cinema

18:00h – Ruta guiada

Camprodon Vila Estiueig

19:00h – Xerrada FCVC – Futbol

RIBES DE FRESE:

Festa de l'Estiueig

28 DE JULIOL**SANT JOAN DE LES ABADESSES:**

18:00h – Audició de sardanes amb la Cobla Ciutat de Girona

20:00h – Havaneres amb LES ANXOVETES

CAMPRODON:

9:00h – Mercat Setmanal

18:00h – 22:00h – Cinema

RIBES DE FRESE:

Festa de l'Estiueig

31 DE JULIOL**VALL DE RIBES:**

Festa major de Pardines (31,1,2,3 i 4)

CAMPRODON:

22:00h – Havaneres

1 D'AGOST**CAMPRODON:**

Festa major Rocabruna

16:00h – Torneig de Futbol Sala Camprodon (del 1 al 16 d'agost)

18:00h – Activitat familiar

"Aigua"

18:00h – Sardanes Cobla Ciutat de Girona

19:00h – Xerrada Araceli Brunch

2 D'AGOST**CAMPRODON:**

Activitat infantil

Rocafest

17:00h – Concert Cor Jovè (Coral Camprodon a Sta. Maria)

3 D'AGOST**VALL DE RIBES:**

38è Aplec de la sardana del pirineu a Ribes de Freser (3 i 4 d'agost)

CAMPRODON:

Mercat Artesanal

18:00h – 22:00h – Cinema

18:00h – Ruta guiada

Camprodon Vila Medieval

18:00 – Xerrada ADVAC – Sara Ortíz

4 D'AGOST**CAMPRODON:**

Mercat Artesanal

9:00h – Mercat setmanal

18:00h – 22:00h – Cinema

19:00h – Festival Albéniz

6 D'AGOST**CAMPRODON:**

19:00h – Festival Albéniz

7 D'AGOST**SANT JOAN DE LES ABADESSES:**

21:00h – XXIX Festival del Comte Arnau: Els desitjos del comte Arnau – Vista dramatitzada

CAMPRODON:

Hora del Conte

19:00h – Festival Albéniz

8 D'AGOST**CAMPRODON:**

18:00h – Activitat Familiar "El misteri del pont"

18:00h – Sardanes

9 D'AGOST**CAMPRODON:**

Festival Albéniz – Suite Iberia

19:00h – Festival Albéniz

10 D'AGOST

CAMPRODON:

Havaneres Beget
Presentació llibre UEC
18:00h - 22:00h - Cinema
18:00h - Ruta Guiada
Camprodon Vila Estiuieg
19:00h - Presentació llibre UEC

11 D'AGOST

CAMPRODON:

9:00h - Mercat setmanal
18:00h - 22:00h - Cinema

12 D'AGOST

CAMPRODON:

19:00h - Concert Alfonso de Vilallonga

14 D'AGOST

CAMPRODON:

17:00h - Activitat infantil
19:00h - Xerrada a Càrrec de Pere Baltar - Bicentenari del naixement del fundador dels Cors de Clavé

15 D'AGOST

CAMPRODON:

18:00h - Activitat familiar
"Aigua"
18:00h - Sardanes Coblà Vila d'Olesa

16 D'AGOST

CAMPRODON:

17:00h - Sardanes Coblà Vila de la Jonquera
19:30h - Musics sense solfa

17 D'AGOST

SANT JOAN DE LES ABADESSES:

21:00h - XXIX Festival del Compte Arnau: Caminada nocturna Cercant les petjades del Comte Arnau

CAMPRODON:

Mercat Artesanal
12:00h - Festa infantil Beget
18:00h - 22:00h - Cinema
18:00h - Ruta Guiada de la Retirada
19:00h - Concert Beget
19:00h - Presentació novel·la Hiperràbia de Ferran Grau

18 D'AGOST

CAMPRODON:

9:00h - Mercat setmanal
11:00h - Ruta Guiada
Camprodon Vila Medieval
18:00h - 22:00h - Cinema

19 D'AGOST

CAMPRODON:

19:00h - Xerrada FCVC

20 D'AGOST

CAMPRODON:

19:00h - Fixart Coworking

21 D'AGOST

CAMPRODON:

19:00h - Xerrada ADVAC

22 D'AGOST

CAMPRODON:

Hora del Conte
18:00h - Activitat familiar "El misteri del pont"
19:00h - Xerrada Felicitat Llop - Educació i autoritat segons Hannah Arendt

23 D'AGOST

CAMPRODON:

Paradetes Carrer València (23 i 24)
19:00h - Presentació llibre Confeti de Jordi Puntí

24 D'AGOST

CAMPRODON:

PATAC
18:00h - 22:00h - Cinema
18:00h - Ruta Guiada
Camprodon Vila Estiuieg
19:00h - Òpera ONCOLLIGA
RIPOLL:
16:30h - Ballada doble d'estiu - Cobles Mediterrània i La Bisbal Jove

25 D'AGOST

CAMPRODON:

9:00h - Mercat setmanal
18:00h - 22:00h - Cinema
18:00h - FEMAP

27 D'AGOST

CAMPRODON:

19:00h - Xerrada a càrrec de Xavier Mas

29 D'AGOST

CAMPRODON:

18:00h - Activitat familiar "Aigua"

30 D'AGOST

CAMPRODON:

Activitat infantil

31 D'AGOST

CAMPRODON:

18:00h - 22:00h - Cinema
18:00h - Ruta Guiada
Camprodon Vila Medieval
18:00h - Sardanes La principal de la Bisbal

1 DE SETEMBRE

CAMPRODON:

9:00h - Mercat setmanal
18:00h - 22:00h - Cinema

7 DE SETEMBRE

CAMPRODON:

18:00h - 22:00h - Cinema

8 DE SETEMBRE

CAMPRODON:

Aplec del Roure
Isard Atac Run
9:00h - Mercat setmanal
18:00h - 22:00h - Cinema

11 DE SETEMBRE

RIPOLL:

12:00h - Diada Nacional de Catalunya - Sardanes amb la cobla La Principal d'Olot
CAMPRODON:
17:30h - Sardanes La Principal d'Olot

14 DE SETEMBRE

VALL DE RIBES:

Olla de Núria 2024 (14 i 15)

CAMPRODON:

18:00h - 22:00h - Cinema

15 DE SETEMBRE

CAMPRODON:

9:00h - Mercat setmanal
18:00h - 22:00h - Cinema

21 DE SETEMBRE

CAMPRODON:

16:03h - Activitats "Tàpies: línies juganeres" a la biblioteca
18:00h - 22:00h - Cinema
Sant Joan de les Abadesses
18:00 - Presentació premi Sant Jordi

Envieu-nos
les vostres activitats a
areaempresa@uier.org
i us les publicarem de franc.
Si en voleu destacar una,
truqueu-nos al **972 703 111**



Max Plàstic, s.a.
Ctra. de Queralbs, 19
17534 Ribes de Freser
T. 972 72 71 75
www.maxplastic.com

WEBS PER CONSULTAR LA PROGRAMACIÓ ACTUALITZADA



Vall de Ribes



Vall de
Camprodon



Sant Joan de
les Abadesses



Ripoll



Camprodon



Ribes
de Freser



Campdevàrol

Si teniu alguna **activitat** que volgueu afegir
a l'agenda de la **revista de setembre** ens la podeu enviar a:

areaempresa@uier.org

**Dona't a
conèixer al
Ripollès!**

10.000 exemplars
repartits arreu del
territori.

anuncieu-vos a
respira comerç

LA REVISTA COMERCIAL DE LA
COMARCA

**Informació,
contracció i
tarifes a**

 **respira.comerc**

972 703 111

areaempresa@uier.org

Directori de socis: Ripoll Comerç



MOU-T DANCE SCHOOL

C/ Concepció Ducloux, 5
972 70 05 32
@moutdanceschool

RESTAURANT LA PERLA

Plaça Gran, 4
972 70 00 01

ÀGORA COMPLEMENTS

Plaça Gran, 9
695 90 50 32
@agoraripoll

EL CALAIX

C/ Concepció Decloux
636 143 778
@el_calaix_sole

LA CONFIANÇA SABATERIA

C/ Vell, 5
872 01 27 13
@laconfiancasabaters

KIDS & BABY

C/ Progrés, 39
609 81 78 22
@kidsandbaby_ripoll

MARLENA

C/ Macià Bonaplata, 7
972 700 235
@botigamarlenaripoll

COMERCIAL PIRENE

C/ de les Vinyes, 8
972 70 40 72
@degisa_electrodomestics

L'ANTIGA RIPOLL

Plaça nova, 7
699 67 43 82
@lantiga_store

REDERI

Ctra. Barcelona, 22
972 70 38 95
rederi.es

TENDALS I CORTINES CABALLOL

C/ Progrés, 14
972 70 08 41
@caballoltendalsicortines

CAROL BRUGUERA

Plaça Nova, 3
972 71 40 38
@carolbruguera_team_ripoll

CENTRE DENTAL DEL RIPOLLÈS

Ctra. Barcelona, 27
972 70 00 16
@cdentalripolles

LES DELICIES DELS PIRINEUS

C/ Progrés, 29
972 700 996
@deliciesdelspirineus

DELTER ALIMENTACIÓ

C/ Santiago Rusiñol.
Pol. Ind. Ronda Mas d'en Bosch
972 70 16 47
@delteralimentacio

DIONI PESCA SALADA

plaça Terradellas s/n
651 70 53 58
@dioniberrocalgon

GELATERIA CREPERIA LA RECUITERIA

C/ Sant Pere, 11
602 405 396
@larecuiteriaderipoll

NYAM NYAM

C/ Canigó, 6
972 70 25 55
@nyamnyamripoll

LOTERIA EL FOLLET

C/ del Progrés, 24
972 71 44 90

RUPSA PANIFICADORA

C/Sant Pere, 18
972700499
@forn_rupsa_

PAPER TISORA

Plaça Anselm Clavé, 1
972965878
@paper.tisora

MATERIALS GÜELL

c/progrés, 67-69
972700662
@materialsguell

EL RAMPÍ CYCLING

c/ Ciutat Jardí, 1
872000482
@rampicycling

VIOLET

Ctra. de Barcelona, 38
631078614
@violetbotigaderoba

DOLÇA LLAR

c/ Mercader, 6. Baixos
@dolcallarripoll

ESPORTS GUIX

Carretera de Barcelona, 19
872 09 84 81
@guixesports

ANITIDIA_MANS

664 30 06 19
@anitidia_mans

RESTAURANT ELS AMIGUS

Ctra. Olot, 17
972 70 00 09
@elsamigus

ALFIL DAMA

C/ Vinyes, 25
972 70 39 37
@alfildama_montse_ripoll

LA CONFIANÇA ROBA

C/ Vell, 5
686 300 688
@la_confia_ripoll

CONFECCIONS CASA LORETO

Ctra. Barcelona, 15
972 70 10 82
@ca_la_loreto

KIKO'S

C/ de les Vinyes, 20
972 71 43 05
@kikosripoll

MERCERIA CONXITA

C/ de la Trinitat, 19
972 700 301

CERDO Y GALLO TATTOO

Ctra. Barcelona, 37
972 03 68 90
@cerdoygallo_tattoo

ESSÈNCIA

C/ de les Vinyes, 23
972 70 42 00
@essenciaripoll

FARMÀCIA DEL MONESTIR

C/ de Berenguer el Vell, 5
972 70 39 36
@lafarmaciadelsonestir

FARMÀCIA RIU LABABIDI CB

Plaça Gran, 24
972 700 140
@farmacia_ortopedia_riu

SOM FORMATGERS

C/ Mossèn Cinto Verdaguer 10
693 014 618
@somformatgers

VINS GUILLAMET

C/ Joaquim Sorolla, 19
972 70 40 65
@vinsguillamet

BRASERIA GRILL EL MOLÍ

Plaça Sant Eudald, 4
972 70 32 06
@braseriagrillelmoli

CAFÈ CANAULES

Plaça Gran, 22
972 70 00 00
@canaules

LOTERIA EL TRÈBOL

Plaça d'Anselm Clavé, 9
972 70 17 61

MORERA AGROCOMERÇ

C/ Concepció Ducloux, 3
972 71 40 86
@moreraagrocomerc

FOTOCCLICK

Plaça Sant Eudald, 10
608319340
@fotoclickripoll

LA QPERATIVA

Plaça Gran, 23
932176250
@laqp.ripoll

SKI & MOUNTAIN

c/Progrés, 24
972606714
@skimountain

REPSOL RIPOLL (BENZINERA-ENFINCO)

Passeig Ragull, 12
972701303
ripoll@enfinco.com

AUDIOSON RIPOLL

Plaça Gran, 9
872221212
@audisonripoll

EUROMAT

C/ Sant Amand, 0
972715022
@euromatsl

KAIROS CBD

c/montgrony, 8
644649029
@kairos_cbd

EL TACO PERDUT

c. del Forn, 9 Baixos
643 900 729
@eltacoperdut2024

IOGANUR

Passeig Mestre Guich, 15,
Baixos esquerra
626821531
@ioganur

FUNDACIÓ MAP – PACKTON

c/ Dalí, 6-8
972703018
@packton_oficina

VIATGES MONTSE BOIXASSA

Plaça Gran, 23
972 70 34 76 @
mboixassaviatges

GRÀFIC PAPER

C/ progrés, 27
972 70 18 07
@graficpaperripoll

IMPREMTA MAIDEU

Plaça de l'Ajuntament, 12
972 70 25 93
@imaideu

PLANETA OTAKU

Ctra. Barcelona, 58
872 09 29 42
@planetaotakuripoll

FARMÀCIA ROSA ROCA

Ctra. de Barcelona, 39 baixos
972 70 14 90 @farmaciarosa

MEET TATTOO INK

C/ Bisbe Morgades, 11
600 31 73 45
@meet_tattoo_ink

PERRUQUERIA ALBA CARRILLO

Ctra. Barcelona, 28
972 70 11 47
@albacarrilloripoll

PERRUQUERIA JUDITH AROCA

C/ Concepció Decloux, 17
972 70 33 44
@juditharoca

RITUELS DU MONDE

Plaça de la Llibertat 2
685 31 09 93
@rituelsdumonde

HOTEL SOLANA DEL TER

C-17
972 70 10 62
@solanadelter

RECCAPOLIS RESTAURANT

Ctra. Sant Joan, 68
972 70 21 06
@reccapolis

TROT DE CAVALL

C/ Sant Pere, 15
972 70 33 80
@eltrotdecavall

BEEP RIPOLL

C/ Montgrony, 8
972 70 41 31
@beep_ripoll

CATALUNYA TELECOM

C/ Barcelona, 25
621 282 633
@catalunyatelecom

DICO INDUSTRIAL

C/ Tornalls, 11
972 71 57 53
@dicoindustrial

NISSAN / AUTO RIPOLLÈS MOTOR

Ctra. Barcelona-Puigcerdà,
km. 108
972 70 33 11
@autoripolles

LES VETERINÀRIES

c/ Lleida, 4
972700089
@lesveterinaries

LA PIAZZETA

Plaça Nova, 11
972700215
@lapiazzettaripoll

ORIGEN MINERAL

602 358 684
@origenmineral

COR D'ACER

Plaça Nova, nº1
636 02 24 80
@cor_dacer

CAN FRUITÓS

Carrer de Sant Pere, 7
972 70 04 90
@canfruitsripoll

FERLAM

Plaça Gran, 5
659 15 74 59
@ferlam.inmobiliaria

THE WASHPOINT RIPOLL

Ctra. Barcelona, 13, baixos
652 6069 62
@thewashpointripoll

OPEL TALLER J. CAMBRAS

N-250, 92
Ripoll 972 70 20 00
@tallerj.cambras

ELITE FITNESS RIPOLLÈS

C/ Joaquim sorolla, 15
629 76 83 85
@elitefitnessripolles

SPORTSOUTLET

C/ Progrés, 43
677 09 25 16
@sportsoutlet_ripoll

FLORISTERIA ESPIGA VERDA

Passeig de Sant Joan, 14
972 71 41 21
@espigaverda

OCELLS I PLANTES ALARCÓN

C/ Progrés, 13
972 70 17 40
@ocells.i.plantes.alarcon

RAMS N' ROSES

Ctra. de Barcelona, 44
972 70 03 73
@ramsnroses

SALÓ SEGALÀ

Ctra. de Ribes, 45
972 70 10 38
@salosegalaperruqueria

ALIMENTACIÓ MARI

C/ Macià Bonaplata, 4
972 70 28 68

CARNISSERIA CARLES & MILA

Plaça de Tomàs Raguer, 2
639 96 12 48
@carnisseriacarlesimila

CARNISSERIA CONSTANS

Mercat de Santa Maria de
Ripoll
C/ Santa Maria, 5
651 70 53 58

CERVESERIA CATALLUNA

C/ de l'Estació, 11
695 93 22 26
@ccatalluna

DROGUERIA ROIG

C/ Mossèn Cinto Verdaguer, 29
972 70 11 95
@drogueriaroig

ESPECIAL TEAM

C/ Antoni Gaudí i Cornet s/n
666 666 648
@eteamworkwear

FUNDACIÓ MAP – MODA RE-

Carrer de la Font, 7
972 71 40 15
@modare_ripoll

GARATGE CORBATERA

C/ Indústria, 23
972 70 08 19
automobilscorbatera.com

IMMOBILIÀRIA MORENO

Ctra. de Ribes, 22
972 771 50 30
@moreno.real.state

VETERINARI TRIOLA

C/ de Margarida Diligeon 4
972 70 30 43
@centreveterinaritriola

LA WASH

C/ Bisbe Morgades, 3
666 24 24 60
@lawashripoll

NANKURUNAISA

Pol. industrial Rocafiguera, 18
972715222
@cafeterianankurunaisa

FUNDACIÓ MAP – CAT CAN GUETES

Ctra. C-26 Km.126 – Can Guetes
972718001
@catcanguetes

FUNDACIÓ MAP – SEGONAMÀ

Pol Ind Pintors – Sorolla, 11
616 28 81 27
@segonama_ripoll

LA LLUERNA

Carrer Vell, 3
722 47 37 06
@lluernallibreria

9 MOBLE

C. Josep Puig i Cadafalch, 26-28
872 21 18 43
@9mobleripoll



DESCONNEXIÓ EN ESTAT PUR

La seva dimensió, el seu disseny, serveis i atenció personalitzada converteixen aquest hotel-restaurant amb encant del Pirineu en un allotjament singular i un referent entre els amants de la natura. Activa els teus sentits per a viure una experiència única...

CAN GASPARÓ

HOTEL RURAL & RESTAURANT

hotelcangasparo.com

Directori de socis: Unió de Botiguers de Sant Joan



ADMINISTRACIÓ DE LOTERIA SANT JOAN

972720340
Avda. del Comte Guifré, 4

BENINTIM

972722291
C/ de l'Alcalde Pere Rovira, 1

BON PROFIT

657941931
C/ de Comella, 5

ALIMENTACIÓ CASA IRENE

972720267
c/ de Comella, 1

CARNISSERIA MARC COMA

972722094 / 636272409
Av. del Comte Guifré, 15

CARNISSERIA MARIA

972722325
Av. del Comte Guifré, 5

CASA TARRÉ

972720130
c/ Mestre Josep M^a Andreu, 32

CASA TATXE

972720016
C/ Ramon d'Urg, 9

CERVESA ARTESANA MINERA

619473188
Pol. Industrial Cal Gat, nau 15

CHARTER

649249949
c/ Ramón Serrat, 13

COMERCIAL PIRENE

630976707
Pl. de Josep Anselm Clavé, 2

CORTITROS

608286472
Av. del Comte Guifré, 5

DIR SANT JOAN

972720913
Pl. de Josep Anselm Clavé, 11

EL REBOST DE CAN BARRAMBA

872208145 / 629139046
Pl. de Josep Anselm Clavé, 6

ESTANC TARRE

972720713
Av. del Comte Guifré, 17

FERMAC

972702308
Carrer Beat Miró, 9

FLOR DE LIS

972723129 / 650002705
Plaça de Josep Anselm Clavé, 10

FLORISTERIA EL PONT VELL

630679067
c/ Berenguer Arnau, 3

FLORISTERIA L'HEURA

972720569 / 626012248
c/ Comella, 8 baixos

FORN MIKI

972720371
c/ Beat Miró, 1

FRANCESCA MODA

699097454
Plaça Major, 6

FRUITERIA LA PARADA

686630407
Crta. de Camprodón, 3

IMPREMTA GARRIGA

972720043
c/ Pere Rovira, 5

PASTISSERIA SALVAT

972720038
c/ Comella, 9

PESCA SALADA ANNA

972722191
c/ Pere Rovira, 12

RADIO BOSCH

972720133
c/ Beat Miró, 11

RELOTGERIA CASADEMUNT

972720132
c/ Pere Rovira, 8

RELOTGERIA ROQUE

972720205
c/ Beat Miró, 10

XERINOLA

636731270
Ctra. de Camprodón, 8

CENTRE KAIROS

972722100 / 691440112
c/ Ramon d'Urg, 10

ESTETICA NEUS

639382389
c/ Bernat Saulet, 27 baixos

ESTIL ESTER

607555513
Passeig del Comte Guifré, 7

MARIA PERRUQUERIA DO NA-HOME

972720827 / 628438846
Plaça Major, 7 baixos

MB ESTETICA

620549077
c/ Parassols i Pi, 9

PERRUQUERIA FINA I MONTSE

972720112
c/ Mestre Josep M^a Andreu, 25

PERRUQUERIA REFLEXE

630410517
Av. del Comte Guifré, 3

PERRUQUERIA SONIA

621181625
Pl. de Josep Anselm Clavé, 8

CLINICA DENTAL RICARDO

ALANIZ 972722208
Ctra. de Camprodón, 22

CLINICA DENTAL SANT JOAN

636745288
c/ Pere Rovira, 10 baixos

CLINICA VETERINARIA PIRINEU

972721111 / 620081809
Ctra. de Camprodón, 49

FARMÀCIA SOLÀ

669927745

C/ Alcalde Pere Rovira, 14

FISIOTERÀPIA-HIDROTERÀPIA

628001036

Passeig del Comte Guifré, 3

FARMACIA GEMMA CAMPRUBI

972722226

c/Ramon d'Urg, 56

GIMNÀS MIREIA

658798193

Pavelló Municipal d'Esports

HESTIA BENESTAR

689280790

MENTCOS

608440004

Ctra. de Camprodón, 12

VERSUS ESENCIALES

623193537

c/Mestre Josep M^a Andreu, 251^a 2^a**AUTOMOTOR SANT JOAN**

972722096

Pol. Ind. Cal Gat

BARBARROC CREATIONS

618705223

BARTRINA CONSULTORS

972721138

Pl. del Bisbe Torras i Bages, 4

BUSQUETS SERVEIS**INMOBILIARIS**

696929041

c/Ferrer i Olzina, 8

CUENDEXPERIENCE

636042481

EDR EVENTS

972730421

Ctra. de Camprodón, 47

ELECTRICITAT ALBERT COLL

607771306

Pl. de Josep Anselm Clavé, 9

MAPFRE

972720712

Carrer de l'Arxiver Mossèn

Masdeu, 2

PLANET TRIAL

658128864 / 972720063

Pol. Ind. La Coromina del Bac, 3

RIPOLLES ASSESSORS

972723132

Passeig Jaume I, 2 - Despatx 2

UBUNTU

694458880

CAMPING ABADESSES

630143606

Ctra. C-38 km 0,4

EL REIXAC TURISME RURAL

972720373

Mas Reixac

MAS SERRAT DE LA TEIA

972720735 / 653681636

Serrat de la Teia S/N, N260 km.

110

BAR LA RODONA

972720078

c/Mestre Andreu, 27

BAR L'ABADIA

661313481 / 972720535

Plaça Abadessa Emma, s/n

BAR NERVIS

633709808

Passeig del Comte Guifré, 2

BAR PERET

972721001

Plaça de l'Estació, 7

CAFÉ BAR PK2

620699134

c/Mossèn Masdeu, 8

KAN DIJOURS

696632805

Av. del Comte Guifré, 1

RESTAURANT CA LA NATI

972579509

c/Pere Rovira, 3

RESTAURANT CASA NOSTRA

972721287

Ctra. de Camprodón, 59

RESTAURANT MAS LES FEIXES

647655430

Ctra. de Olot, S/N Mas Les

Feixes

GRUP INICIA

613088417

Passeig del Comte Guifré, 4 B1

LA BATLLIA

619147840

Mas la Batllia



M. Boixassa
Viatges



**Descobreix Tailàndia,
Salou o el Pallars**

Demana'ns informació i
reserva-ho amb temps.
No et quedis sense plaça.

RESERVES I MÉS INFORMACIÓ A:



☎ 972 70 34 76

📞 628 58 41 76

Plaça Gran, 23 - Ripoll

Directori de socis: Associació de Comerç i Turisme de la Vall de Camprodon



adm. loteria num.1 - c/ valència, 57, camprodon

arrels restaurant - c/ sant roc, 10, camprodon

assessoria sanchez - c/ valència, 45, camprodon

atten assessoria s.l. - c/ freixenet, 1, camprodon

autos jordi scp - ctra. sant joan, 14, camprodon

bany i complements gutierrez - c/ valència, 53, camprodon

bar el cucut - pl. doctor robert, 12, camprodon

bar mercè - c/ catalunya, 2, llanars

bar nord - c/ germans vila riera, 13, camprodon

bo i fet - pl. santa maria, 11, camprodon

ca la núa casa de la mel - c/ fondo, 3, setcases

can prodon cafeteria, c/ sant roc 7, camprodon

cal campaner - c/ isaac albéniz, 9, camprodon

cal xec - c/ isaac albéniz, 1, camprodon

càmping vall de camprodon - planes xeturi, c-38, camprodon

can batlle - plaça generalitat, 5, sant pau de segúries

can bertran - plaça major, 6, molló

can frança - c/ valència, 11, camprodon

can jordi - c/ avall, 2, espinavell

can musiques restaurant i botiga - pl. major, setcases

can parruc carnisseria - c/es-glésia 7, molló

can piga - c/ valencia, 10, camprodon

can pineda - c/ valència, 27, camprodon

can xano xarcuteria - c/ valència, 73, camprodon

carnisseria cecília - c/ jesús 6, setcases

carnisseria colom - pl. doctor robert, 20, camprodon

carnisseria el pont - c/ sant roc, 5 camprodon

carnisseria pairó - c/ valència, 23, camprodon

carnisseria toni engràcia - pl. de la vila 5, camprodon

cinema casal camprodoní - pl. doctor robert, 1, camprodon

clínica dental j.luengo - pl. santa maria, 12, camprodon

club golf camprodon - bac de sant pere, camprodon

comestibles moret - c/valència, 5 camprodon

const. freixenet camprodon - c/ bastiments, 7 camprodon

const. monturiol - c/ valència, 47, camprodon

coop. llum elèctrica - c/ bastiments, 1, camprodon

el caliu - plaça de la vila, 4, camprodon

el molladar - vall de salarça, camprodon

el petit vegà d'en pep i la laura - c/ sant roc, 4, camprodon

el rebost del pont 9 - plaça de la vila, 8, camprodon

electricitat collboni - pl. doctor robert, 10, camprodon

els titelles roba infantil - c/ valència, 33, camprodon

embotits can blanch - c/ setcases, 22, vilallonga de ter

entrefils: solochef uniformes - c/ valència, 50, camprodon

estanc can polit - c/ valència , 4, camprodon

estanc morer - c/ josep morer, 6, camprodon

estètica susana - c/ muralla, camprodon

explora esports - c/ sant roc, 7, camprodon

farmàcia m.pujol suriñac - c/ valència, 44, camprodon

ferreteria benet - c/ valència, 22-24, camprodon

ferreteria gardella - c/ valència, 34, camprodon

finques camprodon - c/ valència, 28, camprodon

floristeria anthurium - c/ sant roc 7, local 2, camprodon

fonda riga - ctra. de tregurà, tregurà

forn la coixinera - c/ isaac albéniz, 26 camprodon

forn sala - c/ ferrer bàrbara, 14 camprodon

forn sant roc - c/ isaac albéniz, 6 camprodon

frankfurt iluro - c/ isaac albéniz, 18 camprodon

fusteria barbonell - c/ del mur, 7 camprodon

galetes birba - ctra. colònia estabanel

germans casanova - ctra. de molló, 6, camprodon

gestoria bassols pastorets - c/ valència, 43, camprodon

gimnàs esme - c/ ignasi casabó, 15, camprodon

girbet serveis tècnics veterinaris, passatge de la muralla, 8, camprodon

gràfics - passeig de la muralla 11, bis, camprodon

guies nord&sud - c/ josep morer, 28, camprodon

herbolari àrnica - c/ isaac albéniz, 14, camprodon

hostal el ter - camí ull de ter s/n, setcases

hostal la cabanya, c/ del rec, s/n, setcases

hostal la placeta - pl. del carme, 9, camprodon

hostal pastoret - pl. països catalans 10, vilallonga de ter

hotel calitxó - c/ el serrat, molló



NO ESPERIS MÉS!

Suma't a la lluita contra el canvi climàtic CC
i comença a estalviar!

A **GDS Instal·lacions** som especialistes en fotovoltaica i punts de recàrrega de vehicles elèctrics. Estem a la Garrotxa i us oferim:

- Instal·lacions claus en mà
- Sol·licitud de bonificacions i ajuts
- Optimització de la factura
- Els millors equips

Fem una visita i busquem la millor solució per a tu.

GDS

INSTAL·LACIONS

Tel. 621 27 69 32



621276932



instal@gds.cat



gds_instal·lacions



www.gds.cat

Qui som?

Som la **Clínica Dental Ricardo Alaniz**, amb més de 30 anys d'experiència professional, posem tot el nostre coneixement al vostre servei per cuidar de la vostra salut bucal.

Els nostres serveis

- Implantologia
- Pròtesi Dental
- Periodòncia
- Estètica Dental
- Ortodòncia Invisible
- Odontopediatria
- Ortodòncia invisible !*
- Tractament de l'apnea del son !*
- Fèrules anti roncs !*



@ra.clinica_dental



☎ (+34) 972 72 22 08



www.clinicadentalricardoalaniz.cat



Ctra. de Camprodon, n° 22 - Sant Joan de les Abadesses

Ricardo Alaniz
CLÍNICA DENTAL

hotel camprodon - pl. doctor robert, 3, camprodon

hotel cims camprodon - plaça santa maria, 9, camprodon

hotel edelweiss - ctra. sant joan, 28 camprodon

hotel el grèvol - c/ camprodon - setcases, llanars

hotel els avets - ctra. de molló, 3, camprodon

hotel la coma - prat de la coma, setcases

hotel puig francó - urbanització font rubí, s/n, camprodon

hotel sant roc - pl. del carme, 4, camprodon

ke bonik - c/ valència, 7, camprodon

l'hotelet del bac - bac de sant antoni, camprodon

la cosecha - c/ sant roc, 28, camprodon

la creperia - c/ isaac albènz, 2, camprodon

la flama - c/ sant roc, 6, camprodon

la fruiteria - c/ valència, 54, camprodon

la grangeta - plaça dr. robert, 12, camprodon

la taverneta restaurant - c/ jesús, setcases

l'almaca camprodon - plaça cèsar august torres, 6, camprodon

liens clothing - c/ valència, 33, camprodon

llenyes joan marcé - sant pau de segúries

llibreria anglada - c/ valència, 17, camprodon

maria gatus perruqueria - pl. doctor robert, 18, camprodon

mas can buixat - c/ molló, 15, setcases

mític restaurant - urbanització font rubí, s/n, camprodon

mobles magret - crta. sant joan, 21, camprodon

molló park - c/ molló a frança, veïnat de graells, molló

motos peitiví - c/ sant roc, 1, camprodon

natur vet veterinari - c/ valència, 18, camprodon

oh la la concept store - plaça dr. robert 16, baixos, local 2, camprodon

p3 disco club - c/ nou, 8, camprodon

patisserie pujol - c/ valència, 1, camprodon

patisserie vicenç - c/ valència, 48, camprodon

pelleteria gratacós - pl. c.a. torras, 4, camprodon

perruqueria mònica - c/ valència 10, camprodon

perruqueria xiroia - c/ nou, 20, camprodon

pizzeria del nord - c/ ferrer bàrbara, 10, camprodon

pub 2000 - c/ valència, 21, camprodon

rairot promocions - c/ valència, 25, camprodon

raul carmona fotografia - plaça santa maria 10, camprodon

rest. la muralla - c/ catalunya, 13, camprodon

restaurant can jepet - c/ de molló, 13, setcases

restaurant can parlet - c/ la canal, 9, vilallonga de ter

restaurant can rosa - veïnat abella, vilallonga de ter

restaurant can tiranda - av. ull de ter, 1 setcases

restaurant el pont 9 - c/ cerdanya, 1, camprodon

restaurant el serrat - c/ tregurà del mig, tregurà

restaurant l'escon de baix - c/ de la font, 25, llanars

restaurant l'esquella - c/ d'en ponts, 9, setcases

restaurant les planes - c/ camí costabona, 2, espinavell

restaurant nùria - pl. de la vila 11, camprodon

roba per la llar juncà - c/ valència, 59, camprodon

romanços - c/ sant roc, 4, camprodon

rostitseria el prat - c/ ferrer bàrbara, 19, camprodon

sabateria roque - c/ valència, 9, camprodon

sensacions gelateria - c/ valència, 55, camprodon.

sergi moragues - teràpies naturals - passeig de la muralla, 1, camprodon

spar camprodon - c/ valència, 12, camprodon

supermercat charter/consum - pl. de la vila, 9-10, camprodon

sweet moda intima - c/ valència, 50, camprodon

taverna fraxanet - c/ freixenet, 8, camprodon

taller morer - ctra. sant joan, 10, camprodon

thanda life - c/ valència, 48, camprodon

turisme rural el mariner - avinguda el mariner, sant pau segúries

vallter 2000 - pla de morens, setcases

vivac esport - c/ sant roc, 16, camprodon

xartic - c/ catalunya, 9, camprodon

ASSEGURANCES

nucli

Tot
el que vulguis
assegurar
i més!

www.assegurancesnucli.com

Directori de socis:

Unió de Botiguers de Ribes de Freser



Ita - Decoració i Complementes

C/ Major, 11
972728022

Assessoria Caparrós

C/ Núria, 17
972729177

Bartrina Consultors

C/ Major, 26
972727704

Cal Pairó (Alimentació)

C/ Major, 8
972727177

Can Tori (Alimentació)

C/ Sant Quintí, 24
972727092

Cansaladeria-Xarcuteria Cal Rueda

C/ Balandrau, 1
972727209

Centre de podologia Rosa M^a Tàpia

C/ balandrau, 7
652918097

Sacs (Moda i complementes)

Plaça del Mercat, 4
972727241

El Ginebró (herboristeria)

C/ Núria, 8
679168468

Estanc Cal Tanyà

C/ Núria, 11
972727219

Ferreteria Parés

C/ Major, 20
972727071

Forn Robiró

C/ Major, 1
972727106

Forn-Pastisseria Cal Cabanes

C/ Balandrau, 13
972727029

Galeria Padequart

C/ Major, 3
972728806

Gestaga (immobiliària)

C/ Major, 22 - 30
610276894

Imatge i so

C/ Major, 38
972727943

Mascotes Plujà

C/ Major, 16
972727525

Merceria La Vall

C/ Major, 19
972729081

Palau Carnissers

C/ Major, 18
972727043

Papereria l'Arcada

Ctra. Puigcerdà, 10
972728025

Terra Baixa (moda)

C/ Major, 32
676891825

Vinacoteca Busquets DO

Pg. Taga, 1
972727015

Xalip Supermercat

C/ Sant Quintí, 16-18
972727134

Xarcuteria Alba

C/ Núria, 4
972727069

Ski & Mountain

Pedrerà, 1
972727339

La Caixeta (regals)

C/ Major, 8
689233037

El Rebost de Ribes (alimentació)

Pedrerà, 1
659887609

Ve de Gust (menjar per endur)

Ctra de Puigcerdà, 8
972281756

Fruiteria Montse

C/ Balandrau, 4
664711217

Forn del Freser

C/ Pedrerà, 1
872018698

Manelic Cafeteria

C/ Eres, 20
679018703

Estanc Portabella

C/ Sant Quintí, 26
972727211

Núria Laguna Perruqueria

C/ Núria, 10
608539841

Outlet by N&N Shop

C/ Major, 19
689686397

Restaurant Can Picola

Carretera de Pardines - Km. 0,5

Camping Vall de Ribes

651 906 524

ve de Gust
menjars per emportar

vdGust.com
menús diari i
cap de setmana
tanquem només dimecres

Rostidor de Llenya
dissabtes i diumenges

diferents pollastres
i llangonissetes

Ctra de Puigcerdà, 8
Ribes de Freser
972-28-17-56
618-82-29-28
vdGust.RibesdeFreser

Directori comercial de Campdevàrol



anna otero imatge i bellesa

c/ clavetaires, 5 baixos
625 099 986

anna valls soler / club ecues-tre niubó

ctra. gombren
972 731 152

apren

avinguda de l'estació 20
686 599 398

bar cal grill

c/ balmes 4
872 26 91 34

bar el tut

c/ pompeu fabra 7
972 115 821

bar freser

c/ raval, 5
972 730 937

bar la dansa

plaça de la dansa, 6
610 876 277

bar pirinenc

ctra. gombren gi401 km 3
722 810 228

bar triana

pl. antoni claret 2
616 057 508

begudes ortés

colònia herand
637 276 648

ca la reme (tallant i fills s.l.)

c/ comte arnau 1
972 730 219

cal nasiet

pl. anselm clavé 5
972 730 105

cal pepet forner

c/ major 13
972 730 085

campdevet centre veterinari

c/ prolongació de la gala 22
972 730 549

càmping molí de serradell

ctra. gombren gi401 km 4,5
972 730 927

càmping pirinenc

ctra. gombren gi401 km 2,7
972 712 023

can vila

c/ raval, 17 1 - 2a
690 699 605

caparrós assessors s. l.

pl. mainada 2
972 730 018

carnisseria elisabet

c/ balmes, 9
972 712 184

carnisseria maribel

plaça de la mainada, 7
972 712 711

casa de colònies mas les coromines

ctra. de gombren gi401, km 6c
972 730 352

cerc, centre esportiu i de recuperació

c/ major, 16
972 712 183

clínica dental campdevàrol

c/ major 9-11
972 905 376

creixans consultors

pl. mainada 6
972 730 057

escoles de conducció freser / autoescola freser sc

c/ major 14 - 972 731 009

espai d'esportiva m. josé holguera

prolongació de la gala, 18 baixos
605 844 190

estanc pilar

plaça de la dansa, 1
972 731 090

estiula aventura

camí de l'auró, s/n
649 640 039

evanna centre d'estètica i massatge

av. verge de núria, 12
630 506 246

farmàcia anna gonzalez puig

c/ major 12
972 730 029

farmàcia teresa cuy

avd. estació 7
972 730 651

finca cal tarré. allotjaments turístics

c/ de la fulla 11
610 780 599

fiysioglobol

c/ hortas 7
972 73 04 48 · 696 78 68 51

flors i plantes eduard i merit-xell

678 218 046

formatgeria palou

camí del castell s/n
695 475 988

forn ca la carme

pl. mainada 1
972 730 628

forn cal roca

c/ balmes 11
972 730 007

francesc peregrina taxista

972 712 030

fruites gonzález

av.v. núria, 12
690 356 532

fruites higuera

camí de la creu n°27
699 700 584

fruites imma i ramon

c/ indústria, 5
972 731 033

fruites jamal aidoun

c/ major, 22
671 806 489

fusteria nicolás ortega pes-taña

c/ llevant, 3 - 628 166 105

garatge roma campdevanòl sl

ctra. puigcerdà s/n - 972 730 451

gasolis del ripollès s. l.

c/ sant amand 18
670 661 714

hospital de campdevàrol

ctra. gombren 20
972 730 013

hotel la sèquia molinar

c/ la fulla, 12 (n-260)
972 712 836

la carmanyola de la indira

c/ major, 4
640 913 121

la casa del roser

c/ roser, 3
972 702 353

lampisteria campdevanolen-se sl

c/ comte arnau 1, local 1a
972 730 108

llauneria joan planas

c/ sant grau, 12
972 730 273

llauneria juan josé liébana

636 468 746

llibreria l'espelt

c/ sant amand 9
972 730 530

mas cal rei "masoveria"

mas cal rei
972 730 706

mas la riera "masoveria"

ctra. gombren, km 4
972 701 807

mas pujol "masoveria"

ctra. de gombren gi401, km 5
972 712 835

mas serradell "masoveria"

ctra. de gombren gi401, km 5
972 198 069

materials güell

polígon industrial pla de niubó crta.
gi401
972 284 867

merceria fina

c/ pompeu fabra 17
972 730 245

merceria m. jesús comas campos

plaça sant antoni maria claret, 3
972 730 409

modulos naymo - napoleón ramos mora

ctra. n-260 km 121,5
610 408 325

perruqueria anna

c/ sant amand 9
628 908 517

perruqueria antonieta

avinguda estació, 7
972 730 859

perruqueria dolors noguera

c/ clavetaires 5

Perruqueria La Retro

C/ Prat, 11
658 160 094 - 972 685 192

perruqueria noèlia

c/ major 26
972 730 401

perruqueria paqui

avinguda montserrat, 8
649 133 171

perruqueria sara

plaça de la mainada
972 730 599

pintura i cristalleria abraham rodríguez fajardo

polígon molinou, 3
607 255 362

pintura i decoració gabriel vital

c/ llevant, 7
637 818 709

pirinat - carn ecològica del ripollès

ctra. gombren gi401 km 2
972 730 256

plant tape altea sl

colònia perneu
972 730 796

podologa rosanna caro

prolongació de la gala, 20 baixos
972 712 254

puig ciurana laboratori d'anàlisi sl

c/ puigmal, 2
972 730 029

queviures ca la teresa

pl. roser 2
677 422 869

reparacions carbonell

pol. ind. molinou nau b
972730451

restaurant càmping pirinenc

ctra. gombren gi401 km 2,7
972 730 927

restaurant ca la paqueta

ctra. gombren, 39
972 730 048

restaurant de càmping molí serradell

ctra. gombren gi401 km 5
972 730 927

restaurant s'ha acabat el bròquil

prolongació de la gala, 12
972 604 495

rga so i llum sl

colònia molinou, nau 10
972712613

ripoll trucks sl, logística capdevila

c/ puig rodon 5 p. ind pla de niubó
972704035

runmountain

c/ raval, 17-1
690 699 605

supermercat els arcs

plaça antoni maria claret, 4
972 730 551

taller marchouh khalid

ctra. gombren, 9

totcaravanes ripolles sl

colònia herand
606 852 599

treballs paleta capdevila sl

av. st. pere d'aüira, 20
649 733 435

vedella ecològica del ripollès

mas les coromines
972 730 352

vila's bar

pl. dança 10
972 712 775

vista òptica campdevàno / òptica serrat

c/ major 6
972 730 242

xalet aüira

barri sant pere d'aüira (xalet l'estel)

Bar Alba

Carrer Comte Arnau, 3
972 046 376

Respira Comerç
us desitja
bones vacances
i un bon estiu!



QUÈÈÈÈ?

T'han de repetir sovint les paraules?

L'audició es perd lentament i no ens n'adonem fins que és massa tard, pren mesures per trobar una solució més fàcil i discreta.

Vive a fer-te una

REVISIÓ AUDITIVA COMPLETA i GRATUÏTA!

Truca o vine per demanar dia i hora a:

Audioson 
CENTRES AUDITIUS

Plaça Gran, 9, de **Ripoll**
(antic local La Juguina)
Tel. 872 22 12 12

I només per venir a
la 1a visita gratuïta
**et regalem
aquest
paraigua!**



*1 regal per persona que es faci la primera visita i ens deixi les seves dades, només fins a final d'aquest mes.



**Els teus especialistes
en audició.**

Raül Nicolás i Laia Hernández.