

BRUNYOLA I SANT MARTÍ

SAPRESA

informa



TELÈFONS I ADRECES D'INTERÈS

Ajuntament	972 423 214
Emergències en general	112
Servei d'ambulància	061
CAP d'Anglès	972 421 498
Mossos d'Esquadra de Santa Coloma	972 181 675
Bombers Santa Coloma	972 877 007
Protecció d'animals	972 340 813
Consell Comarcal de la Selva	972 842 161
Recaptació del Consell Comarcal	972 840 178
Parròquia St. Martí Sapresa	972 420 253
Parròquia Brunyola	972 473 042
Mèmora– Funerària	972 843 494
Correus Anglès	972 422 221
Agents Rurals	972 405 340

Pàgina web: <http://www.brunyola.cat>

Correu electrònic: ajuntament@brunyola.cat

Facebook: Ajuntament de Brunyola i Sant Martí Sapresa

HORARIS

OFICINES DE L'AJUNTAMENT

Atenció al públic: dilluns i dijous de 16:00h a 20:00h de la tarda

Serveis generals:

Registre d'entrada: registre de documents i informació. Dilluns i dijous de 16:00h a 20:00h i dimarts, dimecres i divendres de 10:00h a 14:00h.

Padró d'habitants: sol·licitud de certificats i modificacions-altes, baixes, canvi domicili o altres. Dilluns i dijous de 16:00h a 20:00h i dimarts, dimecres i divendres de 10:00h a 14:00h.

Registre civil: Dilluns i dijous de 16:00h a 20:00h.

Serveis tècnics:

Arquitecte: dilluns de 16:00h a 20:00h. Cal concertar cita prèvia trucant al telèfon de l'Ajuntament.

Treballadora Social:

Rosario Pérez: el segon i quart dimecres de cada mes de 9:00h a 12:00h. Cal concertar cita prèvia trucant al telèfon de l'Ajuntament.

SUMARI

3
SALUTACIÓ

4
LA NOSTRA GENT

Naixements, matrimonis i defuncions

5 i 6

HISENDA

Subvencions, ordenances i modificació pressupost

7, 8, 9, 10, 11, 12 i 13

ACTUACIONS MUNICIPALS

14 i 15

EL REPORTATGE

El mosquit tigre

16

ELECCIONS 2016

Resultats de les eleccions a Corts generals i Consulta Popular

17

MEDI AMBIENT

18 i 19

CULTURA I FESTES

Els reis Mags d'Orient, La Festa Major de Brunyola, Festa del Roser i la VII Festa Homenatge a la gent gran

20 i 21

ENTITATS

L'associació de joves, Els Amics de Brunyola i el Club Esportiu Avellana Límit

22

AGENDA

23

CUINA

24

SALUT

PASSATEMPS

25, 26 i 27



Francesc Johé i Carreras
Alcalde de Brunyola i Sant Martí Sapresa

SALUTACIÓ

Benvolgudes i benvolguts veïns,

Em complau de nou fer-vos arribar aquest 2n butlletí d'informació municipal, per donar a conèixer les actuacions i activitats d'aquest ajuntament.

Com que ja fa un any que estem en el govern ja podem donar comptes de les gestions que hem anat fent dia a dia.

El nostre objectiu és anar complint amb el nostre programa de govern i arribar al final dels 4 anys amb tots els compromisos assolits.

Alguns dels compromisos que ja hem assolit o ja hi estem treballant són:

- **Millorar l'assistència a la gent gran.** La persona que us visita per ajudar-vos ja ho farà tot l'any. Hem augmentat les activitats gestionades des de l'ajuntament.
- **Promoció econòmica.** Encarrilar el camí per obtenir en pocs mesos una MARCA COL·LECTIVA per l'avellana de Brunyola. Visites guiades al Castell, presentació a Brunyola de les rutes turístiques de La Selva, etc.
- **Urbanisme:** Projecte d'arranjament de l'entrada a Sant Martí Sapresa, en els propers dies es posarà a licitació per iniciar les obres seguidament.
Il·luminació pública d'una part del nucli de Brunyola.
- **Medi Ambient:** Portada de llum i aigua a la depuradora de Ca n'Illus, imprescindible per realitzar les modificacions necessàries per fer un correcte tractament de l'aigua correcta. Neteja i recuperació per passeig i esbarjo del Camí de Missa i la Font Boixa. Estudi tècnic de la situació actual de les granges del municipi.
- **Relació veïnal:** Creació d'una associació de voluntaris de Brunyola i Sant Martí Sapresa. Consulta popular per el canvi de nom del municipi amb resultat favorable.

D'aquest resum i més coses en trobareu una explicació extensa en el butlletí.

També comunicar-vos que, com ja consta en les actes dels plens, per motius personals va deixar la regidoria de joventut, educació, esports i lleure la Tresa Coll i en el seu lloc va assumir aquesta responsabilitat en Joan Ventura. Li agraïm a la Tresa la feina feta i molta sort i a en Joan li destiguem molt d'encert en les seves decisions.

Que la informació que trobareu en aquest butlletí us sigui útil i us permeti seguir el dia a dia d'aquest municipi.

Que tingueu un bon estiu!

LA NOSTRA GENT

El més menut

**JAN DIVÍ VILA**

Fill de David i Raquel, que resideixen a Brunyola, nascut el dia 29 de maig de 2016.

S'han casat



XAVIER NOGUÉ PLANELLA amb **REMEI CASADEVALL SERRALLONGA**, de Sant Martí Sapresa, es van casar al Registre Civil de l'Ajuntament de Brunyola el dia 23 d'abril de 2016.

MIQUEL VILA POCH amb **MARIA DEL MAR ARASA SANCHEZ TOSCANO**, de Brunyola, es van casar al Registre Civil de l'Ajuntament de Brunyola el dia 30 de juny de 2016.

Ens han deixat

NARCÍS TOMÀS VILELLA, de 88 anys, residia a Can Mariano de Brunyola, va morir el 23 de gener de 2016. Fou enterrat en el cementiri parroquial de Brunyola.

CONCEPCIÓ BOSCH MUNE, de 90 anys, residia al C/ Escoles, núm. 5 (Cal Curt), va morir l'1 de febrer de 2016. Enterrada en el cementiri municipal de Sant Martí Sapresa.

SALVADOR PIBERNAT VIÑOLAS, de 94 anys, residia a Can Marquès de Brunyola, va morir el 31 de març de 2016. Fou enterrat en el cementiri parroquial de Brunyola.

JORDI JOHÉ CARRERAS, de 65 anys, nascut a Brunyola, residia a Sant Cugat del Vallès, va morir el 8 de juny de 2016.

Les subvencions demanades

Programa	Entitat	Estat
Arranjament de ferm	Diputació de Girona– Àrea de Medi Ambient	Pendent resolució
Fons de cooperació econòmica i cultural	Diputació de Girona– Cooperació Local	✓
Esdeveniments de caràcter firal	Diputació de Girona– Unitat de Gestió Informació	Pendent resolució
Restauració i conservació immobles d'interès patrimonial	Diputació de Girona– Servei de Monuments	X
Noves tecnologies	Diputació de Girona– Noves tecnologies	Pendent resolució
Sega de marges camins rurals i prevenció d'incendis	Diputació de Girona– Àrea de Medi Ambient (ADF)	Pendent resolució
Suport de promoció activitat fisicoesportiva	Diputació de Girona– Cooperació esportiva	Pendent resolució
Brigada jove	Dipsalut	Pendent resolució
Programa Pt05—Avaluació piscines ús públic	Dipsalut	✓
Jutjat de Pau	Generalitat de Catalunya—Departament de Justícia	✓
Programa Pm07– Activitats de promoció de la salut	Dipsalut	Pendent resolució
Projecte atenció a l'envelliment	Ajut "Obra social" La Caixa	Pendent resolució
Projecte Millora de la competitivitat Territorial 'Dinamització de l'activitat comercial'	Diputació de Girona - Promoció Econòmica	✓

VISITES GUIADES



CONTACTEU I RESERVEU LA
VOSTRA VISITA A TRAVÉS DE:
Telèfon: 972.423.214
ajuntament@brunyola.cat

CADA 3r DIUMENGE DE MES
PREU: 3,50€/persona

Descobriu el Castell de Brunyola
i el seu entorn!
Ajuntament de
Brunyola

PROGRAMA DE MILLORA DE LA COMPETITIVITAT TERRITORIAL

La finalitat d'aquest projecte és potenciar i millorar els avantatges competitiu territorials dels municipis de la demarcació de Girona, a partir de la seva detecció i definició, mitjançant la prestació del servei d'assessorament tècnic en l'àmbit de la promoció econòmica i desenvolupament local.

Des de l'inici del programa l'any 2012 fins a l'actualitat, ja són 3 anys consecutius que ens aproven el programa que preveu l'assessorament tècnic de 25 hores anuals extensibles fins a 40 hores per ajudar a determinar una intervenció o actuació per dinamitzar el municipi. Aquest any hem sol·licitat l'assessorament tècnic en les visites guiades del Castell de Brunyola.

El castell de Brunyola es troba ja documentat en el segle XI i catalogat com a Bé Cultural d'Interès Nacional en l'Inventari del Patrimoni Arquitectònic del Departament de Cultura de la Generalitat, és un dels principals atractius turístics de la població i l'objectiu de l'ajuntament és potenciar la seva visita obrint aquest recinte al públic concertant visita cada 3r diumenge de mes.

HISENDA

APROVACIÓ PROVISIONAL DE L'ORDENANÇA FISCAL REGULADORA DE L'IMPOST SOBRE DESPESES SUMPTUÀRIES PER APROFITAMENT DE VEDATS DE CAÇA I PESCA

En el ple del 21 de desembre de 2015 es va aprovar una ordenança reguladora de l'impost que grava els vedats de caça i pesca. Val a dir que els ingressos que es poden derivar d'aquest impost són mínims, però en canvi permet tenir un control sobre els vedats i les peces de caça.

**ORDENANÇA DE PREUS PÚBLICS I APROVACIÓ DEL PREU PÚBLIC CORRESPONENT A LA VISITA GUIADA AL CASTELL DE BRUNYOLA.**

Aquesta ordenança permet a l'Ajuntament de Brunyola cobrar preus simbòlics per activitats que tenen per objecte donar a conèixer el nostre municipi o bé facilitar els veïns activitats respecte les quals potser no tenen les eines precises. Com a primer preu públic s'ha aprovat el relatiu a les visites guiades al castell (que us animeu a visitar). També es preveu establir preus públics per a la utilització de la zona d'acampada, o fins i tot per a cedir als veïns que ho precisin eines del camp (desbrossadora de cadenes i mitja canya).

MODIFICACIÓ DE CRÈDIT 1/2016, corresponent al pressupost municipal exercici 2016

Amb aquesta modificació pressupostària es podrà abordar l'obra d'arranjament de l'entrada al nucli de Sant Martí Sapresa. Al mateix temps ha de permetre costejar altres infraestructures imprescindibles com són: l'enllumenat públic al nucli de Brunyola o la dotació d'energia elèctrica a la parcel·la municipal del polígon industrial de ca n'Illus. Al mateix temps s'han incrementat la previsió de despeses corrents com pugui ser per exemple l'ajut a famílies i institucions sense ànim de lucre.



Al llarg del 2016...

Cartellera de Sant Martí Sapresa

S'ha col·locat una cartellera informativa a l'exterior de la marquesina de les bústies.

D'aquesta manera, tothom té la informació accessible amb un cop d'ull.



Senyalització desfibril·lador

Per tal de complir amb els requeriments d'instal·lació, alguns desfibril·ladors no s'han pogut situar en lloc suficientment visibles, és per això, que l'ajuntament va sol·licitar 1 senyal per tal que el desfibril·lador que hi ha a l'entrada de l'ajuntament sigui fàcilment identificable.

Ja hem rebut la placa i en breu es procedirà a la seva col·locació.

Presentació projecte d'ordenació accessos a Sant Martí Sapresa

Aquest final d'estiu s'iniciaran les obres d'ordenació dels accessos a Sant Martí Sapresa.

És una obra molt necessària per dignificar l'accés al nucli que millorarà la seva imatge i funcionament.

El projecte l'ha redactat l'equip de paisatgistes Martí Franch S.L. i a dia d'avui ja es troba aprovat definitivament i s'estan enllestit els treballs administratius necessaris per a la seva adjudicació.

Es crearà una franja de vegetació arbustiva que separarà la carretera del poble, un espai de plaça a la banda de l'accés que dona al nucli amb bancs i arbres, i una àmplia zona pavimentada que es destinarà a aparcaments i en cas de ser necessari puntualment a espai d'esbarjo (si es celebrés alguna fira o esdeveniment a Sant Martí Sapresa), desplaçant-se després dels aparcaments a la banda sud de l'actuació, on hi haurà una zona complementària a aquest ús.

Entre aquests aparcaments i el restaurant, una zona que podrà destinar-se parcialment a terrassa del bar sota l'ombra dels til·lers, que es plantaran per ser els arbres més importants de l'àmbit.

Els contenidors, bústies i panell d'informació municipal es traslladaran a la banda dreta de l'accés entrant al poble, on es disposarà d'espai d'estacionament i gir.

Tot i haver finalitzat el termini d'exposició pública, qualsevol veí que vulgui consultar el projecte el trobarà a la seva disposició a les oficines municipals.

La inversió inicial prevista és de 99.853,11€, amb els que el gruix principal de l'obra quedarà realitzada. A partir d'aquí, es presentaran millores a les empreses per tal que pugin ofertar aquelles que considerin possible de realitzar; la resta, que seran aspectes puntuals d'enjardinament i paviments, es realitzaran així que es disposi de més assignació pressupostària.

Amb l'actuació també es millorarà la connexió del poble amb el pas soterrat existent que travessa la carretera, així com amb la parada de l'autobús.

Brigada jove

La Brigada Jove és un projecte promogut per l'ajuntament amb el suport del Consell Comarcal de la Selva. I tal i com s'havia fet els últims anys, consisteix en contractar joves del municipi durant els mesos d'estiu per tal de fer feines d'administratiu i tasques de peó de l'ajuntament. Aquest any es varen ofertar tres places i les persones seleccionades han estat la Carola, en Joaquim i la Roser que ens ajudaran durant el juliol i l'agost.

ACTUACIONS MUNICIPALS

Obres de reparació de la depuradora del Polígon Industrial ca n'Illus

Aquest mes de juny s'han finalitzat les obres de reparació de la depuradora de Ca n'Illus, necessàries per tal de complir amb els paràmetres exigits per l'ACA a l'abocament a llera pública (riera).

Quan es va realitzar l'obra d'urbanització del polígon de Ca n'Illus es va instal·lar una depuradora que ha resultat sobredimensionada per l'activitat que hi ha actualment al polígon, amb poques activitats que només aboquen puntualment per aigües de sanejament dels seus lavabos. Per aquest motiu, la depuradora no té prou cabal d'aigua circulant i no es depuren suficientment les aigües. Hi havia 2 possibles reparacions per resoldre el tema; l'una ja es va realitzar amb anterioritat però no ha resolt els problemes de funcionament, així que s'ha hagut de realitzar una segona reparació.

No ha sigut pròpiament la reparació el que ha suposat un cost tant elevat de l'obra sinó que ha calgut portar l'electricitat fins a la parcel·la de la depuradora, doncs tot i que aquest servei estava contemplat en el projecte d'urbanització, ens hem trobat que en el seu moment es va recepcionar l'obra sense aquests serveis bàsics que eren obligatoris.

S'ha realitzat la portada d'electricitat a la parcel·la i aprofitant la rasa, s'han fet també les previsions per a futures necessitats d'aigua i enllumenat públic.

L'obra ha suposat un cost de 21.950,22€



Adhesió al PAES al pacte d'alcaldes i alcaldesses per a l'energia sostenible local

L'Ajuntament en el Ple de data 16 de juny de 2016 i amb el vot favorable de tots els regidors, va aprovar l'adhesió al Pacte d'Alcaldes i Alcaldesses per a l'Energia Sostenible Local. Així doncs, ja és un dels més de 3.500 municipis europeus que ha signat el Pacte d'Alcaldes.

El Pacte d'alcaldes és una iniciativa europea, impulsada a les comarques gironines per la Diputació de Girona i el CILMA. Brunyola, amb la signatura del Pacte, es compromet, per l'any 2020, a reduir un 20% les emissions de gasos amb efecte d'hivernacle.

Per tal d'assolir aquest objectiu tan ambiciós, l'ajuntament, amb el suport de la Diputació de Girona i el CILMA, redactarà el Pla d'Acció d'Energia Sostenible (PAES). El PAES inclourà un inventari de les emissions de gasos amb efecte d'hivernacle del municipi i definirà les accions necessàries per tal d'assolir els objectius del Pacte d'alcaldes.

Les accions es centraran en el nostre municipi, principalment, a millorar l'eficiència energètica de l'enllumenat públic.

Així mateix, també caldrà tenir en compte l'àmbit domèstic. És aquí on la ciutadania haurà de tenir un paper molt important, tant en el canvi d'hàbits com en les petites accions que poden millorar l'eficiència energètica de la seva llar.

Adherir-nos al Pacte és condició necessària per accedir a línies d'ajut per a la millora de l'eficiència energètica de l'enllumenat públic, que es gestionen a través de la Diputació i provenen de Fons Europeus.

ACTUACIONS MUNICIPALS

Prolongació enllumenat públic a Brunyola

A dia d'avui es troba pràcticament finalitzada l'obra de prolongació de l'enllumenat públic al poble de Brunyola. Era indispensable dotar d'enllumenat públic el tram de carretera que discorre pel nucli (és sòl urbà), on resideixen veïns i es du a terme una activitat de casa de colònies. L'enllumenat s'ha prolongat des de la Plaça fins a Can Gelabert, coincidint amb el final del sòl urbà.

Els fanals són de línia clàssica, coincidint amb els existents, i pel que fa a les làmpades, tot i que en els 2 punts de llum més pròxims a la plaça s'ha prioritzat que el to de llum sigui el mateix que els existents per l'elevat valor patrimonial de l'àmbit i per no malmetre'n l'harmonia, la resta s'ha dotat de làmpades leds per la màxima eficiència energètica.

La inversió ha tingut un cost de 16.241,99€.

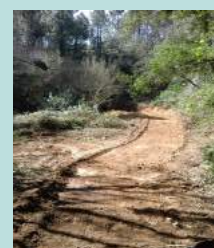
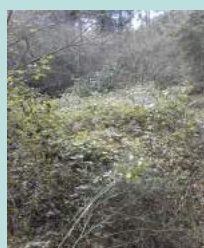

Programa de treball i formació adreçat a persones en situació d'atur de més de 45 anys que hagin exhaurit la prestació i/o subsidi per desocupació a través del Consell Comarcal de la Selva

A mitjans de novembre de 2015 es va iniciar el programa Treball i Formació adreçat a persones en situació d'atur de més de 45 anys i que haguessin exhaurit la prestació i/o subsidi per desocupació i que ha finalitzat el 15 de maig de 2016. La durada del projecte ha estat de sis mesos compartits amb els municipis veïns d'Anglès i Osor. A Brunyola la durada de l'actuació sol·licitada ha estat d'un mes i mig (del 31 de març al 15 de maig de 2016). Els dos candidats seleccionats a participar al Programa durant els sis mesos un era veí de Brunyola i l'altre veí d'Osor.

El projecte portat a terme ha estat **l'Adequació del camí de l'església.**

L'actuació al camí ha consistit en:

- Creació dels accessos
- Neteja, desbrossada i esporga de l'arbrat adjacent
- Senyalització
- Construcció d'un mur de contenció i d'una passera sobre el Torrent de Sant Martí.



La valoració global del projecte és molt positiva. Des d'una òptica municipal s'ha recuperat un camí veïnal que permet posar en valor una antiga ruta senderística semiabandonada. I a nivell ocupacional també ha resultat satisfactori doncs s'ha donat feina a persones en situació d'atur, majors de 45 anys que havien exhaurit la prestació i/o subsidi per desocupació.

En aquest projecte també hem comptat amb l'ajuda de voluntaris del municipi.

A tots ells, **MOLTES GRÀCIES!!!**

ACTUACIONS MUNICIPALS

Avellana de Brunyola - Marca col·lectiva

El passat mes de novembre de 2015, representants de l'ajuntament i el Director Territorial i tècnics del Departament d'Agricultura, Ramaderia, Pesca i Alimentació de la Generalitat de Catalunya, vam iniciar un seguit de reunions per poder engegar un projecte per donar nom propi a l'avellana de les nostres comarques.

Des de llavors, continuem treballant-t'hi. El passat dissabte dia 18 de juny, es va fer una reunió a la Sala de Dalt de l'Ajuntament de Brunyola comptant amb l'assistència de **l'Ajuntament de Brunyola** (Sr. Francesc Johé Carreras, alcalde del municipi) del **Departament d'Agricultura, Ramaderia, Pesca i Alimentació** (Sr. David Mascort Subiranas, secretari general i la Sra. Elisenda Guillaumes Cullell, directora dels SSTT a Girona) del **Consell Comarcal de la Selva** (Sr. Salvador Balliu Torroella, president - i el Sr. Moisès Jordi Pinatella, AODL del Departament de Promoció Econòmica) de **l'ADV Productors de l'Avellana** (Sr. Joan Masmiquel Giró, tècnic agrícola) i diferents **Cooperatives i Empreses** (Sr. Pere Ferré, gerent de COSELVA; Sr. Josep M^a Viader, fundador de Frit Ravich, Sr. Joan Cabrero Domingo, president de Fruits Secs Catalans), alcaldes i representants de pobles veïns i productors d'avellanes.

Objectiu: Aconseguir donar nom a la producció d'avellana del nostre municipi i pobles veïns, una marca de qualitat, en aquest cas de marca COL·LECTIVA.

Ponents convidats: La missió dels ponents convidats és la de proporcionar informació als productors de les avantatges, gestions, costos, etc... Així, els productors poden prendre una decisió amb la informació necessària. Opinen que en el mercat actual és molt necessari disposar d'una marca de qualitat que distingeixi un producte.

Debat: La majoria dels productors assistents a la reunió estan d'acord en fer tots els passos necessaris per a obtenir la marca col·lectiva de l'avellana. Tot seguit, expliquem què és la "marca col·lectiva" i els passos a seguir d'ara endavant.

Què és la marca col·lectiva?

És una tipologia de marca que serveix per distingir al mercat els productes d'una associació de fabricants, comerciants o prestadors de serveis. El titular és aquesta associació, que és qui decideix com autoritza i controla la marca.

Què implica crear una marca col·lectiva?

Crear una associació formada per les persones i entitats que vulguin implicar-s'hi, especialment productors però també industrials, comercialitzadors, administracions...

Crear un reglament d'ús de la marca col·lectiva que detalli les condicions d'ús d'aquesta marca i que especifiqui qui està autoritzat a utilitzar-la.

ACTUACIONS MUNICIPALS

Quin cost té la marca col·lectiva?

El cost el determinarà la mateixa associació, que serà qui:

- Decideixi si contracta una empresa que certifiqui el compliment del reglament d'usos per part dels usuaris de la marca (productors, industrials o comercialitzadors).
- Determini com repercuteix aquest cos als seus associats (productors, industrials o comercialitzadors).

La comissió de treball ja està formada amb els voluntaris que es van oferir. Serà coordinada pel tècnic de l'ADV, Sr. Joan Masmiquel.

La previsió és que la presentació dels acords de la marca col·lectiva es pugui fer per la Fira de l'Avellana.

**Pla Local de Joventut de Brunyola i Sant Martí Sapresa**

El Pla Local és un document que fa un anàlisi de la situació i les necessitats del jovent del poble de 14 a 30 anys i planifica la política municipal de joventut dels propers 4 anys, és a dir, que determina els objectius a assolir per tal de cobrir les necessitats que s'han identificat en els joves del municipi.

El Pla de joventut actual acabava el 2015 i per aquest motiu aquest any s'ha de redactar un nou Pla. Des de la regidoria de joventut de l'ajuntament ja s'ha començat a treballar per recollir dades i opinions dels joves del municipi amb l'organització d'una trobada i la realització d'una enquesta a tots els joves empadronats.

Gràcies a les enquestes que els joves ens han retornat contestades, s'han pogut identificar demandes, necessitats i suggeriments. Considerem molt important aquesta informació recollida amb la participació del jovent i que a més, serà molt útil per a començar a treballar en la redacció del nou Pla Local, que esperem tenir acabat abans de final d'any.

Reunió amb la Coordinadora de joventut de Girona

El passat dia 21 de juny la regidoria de joventut de l'ajuntament ens vam reunir amb la Sra. Agnès Fàbregas, la nova coordinadora de joventut de Girona. Aquesta reunió va servir per a presentar-nos i per conèixer les línies d'ajudes que té la Generalitat en matèria de joventut.



També se'ns va informar que en breu es convocaran les noves ajudes locals en matèria de joventut i per això des de l'ajuntament ja s'ha començat a treballar per presentar-nos-hi.

Arranjament de camins

Ja s'han començat els treballs de desbrossament i arranjament de camins. Es seguirà el Pla de Prevenció d'Incendis Forestals del municipi. Cada any es fa un arranjament dels camins més transitats i l'ajuntament decideix quins camins s'han de repassar segons l'estat en què es troben. Els treballs s'encarreguen a l'ADF o a altres empreses que es dediquen a fer treballs de millora.



ACTUACIONS MUNICIPALS

Xerrada farmacèutica

L'Ajuntament el dia 7 de juny de 2016 va organitzar una xerrada informativa sobre aspectes relacionats amb la salut.

La va realitzar la Sra. Maria Dolors Amiel Comalada, farmacèutica de Santa Coloma de Farners i va tractar sobre 'Què cal saber de la hipercolesterolèmia?'.

Canvi de regidor de joventut, educació, esports i lleure.

En data 7 de gener de 2016, la Sra. Maria Teresa Coll Oliveras va presentar la seva renúncia expressa, per motius personals, al càrrec de regidora. En el Ple de 29 de febrer de 2016 el Sr. Joan Ventura Linares va prendre possessió del càrrec de regidor de la corporació.



Campanya Anti-ràbica 2016
Ajuntament de Brunyola

Brunyola, 9 de juny de 09:30h – 10:30h (Plaça Brunyola)
Sant Martí Sapresa, 9 de juny de 11:00h – 12:00 h (Cruïlla de Can Valls)

Preus en campanya
vacuna ràbia: 22€

CENTRE VETERINARI D'UNYAR

Campanya antiràbica

El passat 9 de juny es va realitzar una campanya antiràbica al municipi de Brunyola.

3er Girona Històric

El dissabte 27 de febrer de 2016, es va dur a terme un esdeveniment de vehicles clàssics no competitius, anomenat 3er Girona Històric, on només hi poden participar vehicles de més de 25 anys d'antiguitat. L'horari i l'itinerari va ser el següent: entre les 14:25h i les 15:40h van passar per la carretera de Sant Dalmai a Brunyola, continuant per la GIV-5334 fins la C-63 direcció a Santa Coloma de Farners.

8a Concentració de vehicles 4x4 de Fornells de la Selva

Durant el cap de setmana del 16 i 17 d'abril de 2016 es va dur a terme la 8a concentració Fornells 4x4, en el seu pas pel municipi de Brunyola.

Associació de Voluntaris de Brunyola i Sant Martí Sapresa

El passat mes de febrer es va crear l'Associació de voluntaris de Brunyola i Sant Martí Sapresa, constituïda i promoguda des de l'Ajuntament. A tots els que en vulgueu formar-ne part, per engegar nous projectes, fer poble i relacionar-nos, i a la vegada passar-ho bé ens podeu trobar a través de voluntarisbsm@gmail.com



ACTUACIONS MUNICIPALS

Agilització en la tramitació de les llicències d'activitats

A l'objecte d'agilitzar la tramitació de les llicències d'activitats que requereixen un informe previ de caràcter preceptiu l'ajuntament de Brunyola i el Consell Comarcal de la Selva col·laboraran de tal manera que seran els tècnics del Consell els qui emetran els referits informes per compte de l'ajuntament. D'aquesta manera es vol garantir una tramitació més ràpida, tenint en compte que l'ajuntament no disposa dels mitjans humans i tècnics per a poder-hi fer front.

Això no suposa un increment de costos per a l'ajuntament atès que la taxa per pagar aquests informes seria la mateixa si fossin emesos directament per personal municipal, essent els interessats els obligats al seu pagament.

Granges

S'ha demanat un estudi de les granges en funcionament (amb especial èmfasi de les explotacions porcínes) que hi ha al municipi a un tècnic enginyer agrònom per tal que aclareixi la seva situació actual, per tal de veure si és possible compatibilitzar el respecte al mediambient (nitrats que generen, afectació d'aqüíferes, olors...) amb la necessària viabilitat econòmica de les mateixes.

Re-delimitació de terme

S'ha iniciat conjuntament amb l'Ajuntament de Bescanó la re-delimitació dels termes municipals de Brunyola i Bescanó a la zona de la urbanització del Mas Llunès. Es preveu que el camí esdevingui el límit de terme i que l'Ajuntament de Bescanó es faci càrrec de la conservació del camí. Serà l'ajuntament de Bescanó el qui incoarà i instruirà l'expedient i l'Ajuntament hi intervindrà en el preceptiu tràmit d'audiència, per tal d'agilitzar-ne la tramitació.

Consulta Popular pel canvi de nom del municipi

El passat diumenge dia 26 de juny es va celebrar al nostre municipi, coincidint amb les Eleccions generals, la consulta popular per preguntar als veïns del municipi si estarien interessats en què l'Ajuntament iniciés els tràmits per al canvi del nom del municipi, que passaria a dir-se **Brunyola i Sant Martí Sapresa**.

El resultat de la consulta el teniu a peu d'article; al tenir resposta afirmativa, ara, el consistori, iniciarà els tràmits necessaris per assolir aquesta fita. Cal dir, que fins al moment no s'ha iniciat cap tipus de contacte amb altres administracions ni s'ha realitzat cap pas, doncs per nosaltres era primordial primer de tot saber la opinió dels veïns.

Caldrà preparar la documentació necessària, i l'organisme encarregat de la seva aprovació en última instància serà la Generalitat. No cal dir que durant tot el procés rebreu informació al respecte i qualsevol tema que pugui resultar confós s'aclarirà en tot moment.

Creiem que és una iniciativa molt interessant pel municipi, doncs el propi nom ajudarà a comprendre millor el territori; són molts els que circulen per la C-63, per l'eix, i pocs els que coneixen la seva realitat física. I a la vegada, és una manera d'establir la base per una nova relació entre veïns, que històricament s'ha vist dividida per la pertinença a un o l'altre nucli.

Cens	314		
Votants	187	SI - 101	NO - 77
Vots en blanc	9		
Vots nuls	0		
% Abstenció	59,55%		

EL REPORTATGE

EL MOSQUIT TIGRE



El mosquit tigre *Aedes albopictus* és una espècie de mosquit d'origen asiàtic, però s'ha estès quasi arreu del món i s'ha convertit en una espècie invasora molt important al nostre país.

Aquest petit mosquit pertany a la família dels [Culicidae](#). Els adults fan entre 5 i 8 mm i són de coloració negra amb taques i ratlles blanques en el cos i les potes. La seva coloració és característica i el fa fàcilment identificable de la resta de mosquits que tenim a casa nostra, i també d'aquí ve el seu nom popular, mosquit tigre, per la presència d'aquestes ratlles.

A diferència de molts altres mosquits, aquest mosquit pot picar durant el dia, cosa que el pot fer més problemàtic que la resta, tot i que el màxim d'activitat és durant el vespre.

Si parlem una mica de la seva biologia, com la gran majoria de mosquits, les femelles són les que tenen la trompa per poder xuclar la sang dels diferents vertebrats -entre ells els homes- per a poder alimentar els ous. Els mascles en canvi no xuclen sang i s'alimenten bàsicament de nèctar.

El mascle té una vida molt curta i la principal funció és la fecundació de la femella.

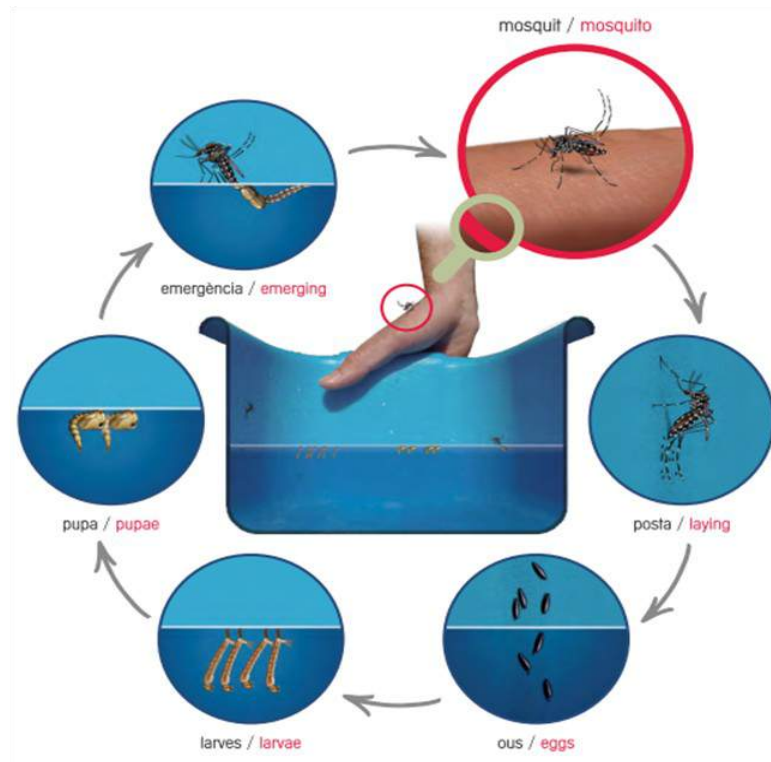
Quan mascle i femella fan la còpula, la femella queda fecundada per tota la vida. Aquesta guarda els espermatozous que els farà servir per a fecundar els ous de les diferents postes. Per a fer la posta la femella ha de buscar un hoste per poder xuclar la sang i així alimentar aquest ous.

La femella fa la posta en un lloc sec però proper algun punt d'aigua. D'aquesta manera quan les larves neixen, aquestes cauen a l'aigua i es desenvolupen en el medi aquàtic. De fet, no els cal molta aigua, qualsevol petit recipient que contingui un dit d'aigua és suficient per a què les larves es desenvolupin.

Aquestes larves solen fer 4 o 5 mudes fins arribar a la fase de pupa on faran la metamorfosi i es convertiran en un mosquit adult preparat per a tornar a iniciar el cicle.

Al nostre país el mosquit tigre es va detectar per primer cop l'any 2004 a prop de Barcelona i es creu que va arribar a casa nostra procedent d'Itàlia. A partir d'aquí s'ha estès ràpidament per quasi tot el territori català.

EL REPORTATGE



Com podem prevenir la presència de mosquit tigre? Doncs, hem de pensar que el mosquit tigre té un radi d'acció relativament curt, és a dir, que si evitem que a la nostra vivenda trobi un punt d'aigua on criar, podrem evitar força la seva presència. Les Larves sempre es desenvolupen en aigües quietes i estancades. En llocs on l'aigua té moviment com rierols, fonts... és difícil que puguin criar.

Per tant, és molt important no deixar aigua acumulada en recipients o residus com poden ser plats de tastos, neumàtics, cubells, piscines infantils Intentant evitar que allà s'hi acumuli aigua més de set dies, i si s'acumula simplement buidant l'aigua ja fem que les larves es morin. Si tenim la cura de posar els objectes que poden acumular aigua del revés ja evitarem que es torni emplenar amb la pluja un altre cop.

Hem de vigilar amb les canaleres, netejant-les bé, per evitar que s'hi pugui acumular aigua. I també és bo buidar o tractar amb un producte larvicida l'aigua d'embornals i desaigües.



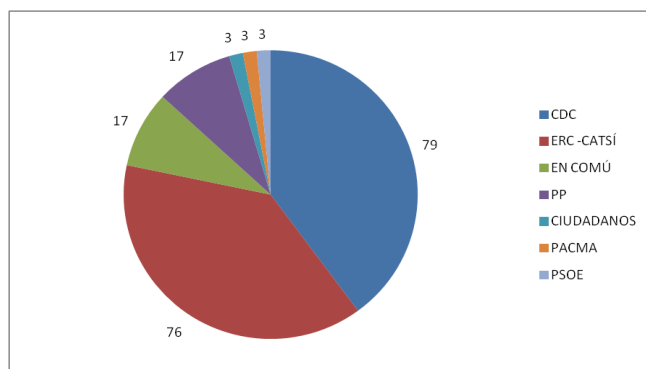
ELECCIONS 2015



Resultats votacions a Brunyola i Sant Martí Sapresa...

Corts Generals 2016

2016



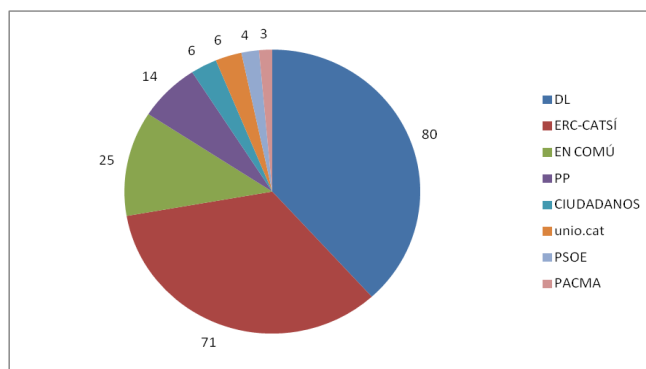
Participació: 69,97% Escrutat: 100%

Nombre de vots

CDC	79 (38,73%)
ERC-CATSI	76 (37,25%)
EN COMU	17 (8,33%)
PP	17 (8,33%)
CIUDADANOS	3 (1,47%)
PACMA	3 (1,47%)

Cens	293
Votants	205
Vots en blanc	6
Vots nuls	1
% Abstenció	30,03%

2015



Participació: 70,3% Escrutat: 100%

Nombre de vots

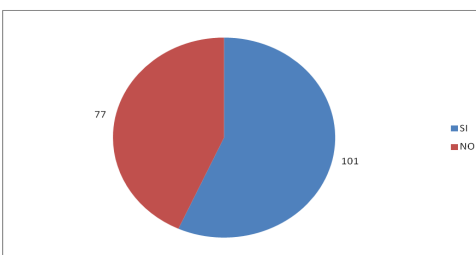
DL	80 (37,56%)
ERC-CATSI	71 (33,33%)
EN COMU	25 (11,74%)
PP	14 (6,57%)
CIUDADANOS	6 (2,82%)
unio.cat	6 (2,82%)
PSOE	4 (1,88%)
PACMA	3 (1,41%)

Cens	293
Votants	213
Vots en blanc	4
Vots nuls	0
% Abstenció	29,70%

Consulta Popular 2016

Estaria d'acord amb que l'ajuntament iniciés els tràmits pertinents per tal que el nom oficial del municipi de "Brunyola" passés a ser de "Brunyola i Sant Martí Sapresa"?

Cens	314
Votants	187
Vots en blanc	9
Vots nuls	0
% Abstenció	59,55%



Franges perimetrals d'incendi



En el butlletí municipal anterior ja vam informar que en el Ple extraordinari celebrat en la sessió del dia 19 de novembre de 2015, es va aprovar definitivament el plànol de delimitació, segons el que estableix la Llei 5/2003.

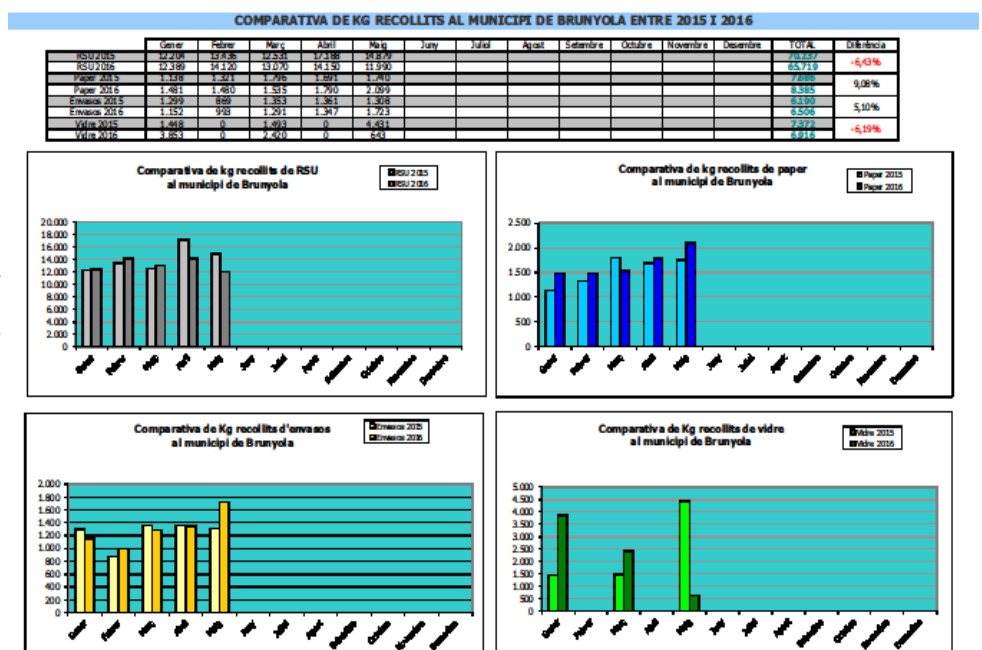
La Llei 5/2003, de 22 d'abril, de mesures de prevenció dels incendis forestals en les urbanitzacions, els nuclis de població, les edificacions i les instal·lacions situats en terrenys forestals ha estat modificada mitjançant la Llei 2/2014, del 27 de gener, de mesures fiscals, administratives, financeres i del sector públic i ha creat noves obligacions per als ajuntaments.

La llei és d'aplicació a tots els terrenys que es trobin en zones forestals o dins la franja de 500 metres de distància d'aquestes i, abans de la modificació de 2014, imposava obligacions a les urbanitzacions sense continuïtat amb trama urbana i edificacions aïllades, excepte les que estan destinades al sector primari. La modificació amplia el seu àmbit a tots els nuclis urbans i urbanitzacions i edificacions aïllades que es trobin en terrenys forestals o dins la franja de 500 metres de distància d'aquests sense excepcions. Per tant, la modificació multiplica els subjectes obligats a complir les determinacions de la llei.

Residus

Us informem de la comparativa de Kg recollits al municipi de Brunyola de gener a maig entre 2015 i 2016.

Us demanem des d'aquí a tots plegats un esforç addicional perquè reciclem.



CULTURA I FESTES

GENER

REIS MAGS D'ORIENT

El dimarts 5 de gener de 2016 a 2/4 de 7h de la tarda va arribar la comitiva dels tres reis procedits pels seus patges.

El recorregut va ser: entrada de Sant Martí Sapresa, Carrer Escoles i fins arribar a la plaça major, on varen ser rebuts pel Sr. Alcalde.

El Sr. Alcalde els va donar la benvinguda i els va oferir les claus de la població per tal que poguessin obrir totes les llars del municipi.



Grans i petits vam disfrutar de la seva visita i dels molts regals que ens van deixar.

El nostre més sincer agraïment perquè any rere any són entre nosaltres.

FESTA MAJOR DE SANT FRUITÓS DE BRUNYOLA**FESTA MAJOR DE SANT FRUITÓS DE BRUNYOLA**

DIUMENGE 24 DE GENER DE 2016

A les 10:00h Visita guiada del Castell de Brunyola, l'església de Sant Fruitós i el seu entorn.

A les 11:00h Ofici Solemne en honor a Sant Fruitós amb l'acompanyament de la Cobla La Principal de Porqueres.

A les 11:30h Concentració de motos clàssiques. I tot seguit, Vermut popular.

A les 12:00h Audició de sardanes a càrrec de la Cobla La Principal de Porqueres.

Des de la comissió organitzadora de:



El passat 24 de gener de 2016 es va celebrar la festa major de Sant Fruitós de Brunyola, on es va gaudir d'una visita guiada al Castell de Brunyola, l'església i el seu entorn. A les 11:00h ofici solemne en honor a Sant Fruitós amb l'acompanyament de la cobla La Principal de Porqueres. A les 11:30h concentració de motos clàssiques acompanyats d'un vermut. I per acabar la celebració una audició de sardanes a càrrec de la mateixa cobla.



GENER

FESTA DEL ROSER

Es fa saber a tothom que :

El dissabte de 4 a 5 es podran veure les coques i pastissos a la sala de festes de l'ajuntament. A 2/4 de 6 concentració a les portes de Porqueres. Con l'ent per participar i el guany del VII torneig internacional de Petanca.

A les 6, s'entreguen els premis dels pastissos i petanca, respectivament.

Podem menjar-nos els pastissos!!!!!!

Resistim-nos i no ho podem deixar!!

els xançleta!!!!!!

El dissabte, a les 11 del matí, ofici solemne.

A les 12 del migdia es podran veure les coques i pastissos a la sala de festes de l'ajuntament que ens donarem la corda.

la principal de Porqueres!!!

Ens hi veurem, oi????



Organitzat: Els Amics de Brunyola

Col·labora:

Ajuntament de Brunyola

Diputació de Girona

El dissabte dia 2 i el diumenge dia 3 d'abril de 2016 es va celebrar la Festa del Roser.

El dissabte es va celebrar el VII torneig internacional de petanca, tot seguit vam disfrutar i ens ho vam passar d'allò més bé amb 'Els Xançleta' i vam degustar els pastissos i coques presentats al concurs.

La guanyadora del concurs de coques va ser: La Tresa Crehuet



ABRIL

VII FESTA HOMENATGE A LA GENT GRAN



El passat diumenge 19 de juny es va celebrar la VII Festa Homenatge a la gent gran de Brunyola i Sant Martí Sapresa amb l'ofici solemne a l'església de Sant Martí Sapresa i l'acompanyament de la Coral Cors Alegres d'Anglès ; seguidament un petit concert de cançó catalana a càrrec de la mateixa coral.

Després ens vam desplaçar al poble veí d'Anglès, on es va organitzar una visita guiada al Museu de Vapor de la Burés, tot seguit ens vam dirigir a la Sala Polivalent (cedida per l'Ajuntament d'Anglès) on vam fer el dinar de germanor. Van assistir-hi un total de 108 veïns, amics i familiars.

Als empadronats al municipi i majors de 65 anys se'ls va obsequiar amb un tassa personalitzada. Els tres senyors i les tres senyores assistents a l'acte de celebració de major edat se'ls va obsequiar amb un barret i una planta de decoració respectivament a cada un. Per acabar la diada, hi va haver un concert de cançó variada i tradicional a càrrec de la cantant Susanna del Saz.



ENTITATS

Associació de Joves de Brunyola i Sant Martí Sapresa

f Jo Sóc de Brunyola
jovesbrunyola@gmail.com



Des de fa uns anys els joves de Brunyola i Sant Martí Sapresa hem posat en marxa un ambiciós projecte: crear espais i organitzar activitats pel jovent al municipi així com també per a tots els veïns.

Durant aquest temps, aquestes activitats s'han materialitzat en l'avellana Jove, un concert de gran èxit en motiu de la Fira de l'Avellana, caminades pel municipi, sopars populars a la fresca, la organització dels busos de l'Onze de Setembre (el darrer 2015 conjuntament amb l'ANC), etc..

I encara tenim noves propostes per tirar endavant! Us informem de les darreres novetats:

Enguany incorporem la organització d'una vetllada de sopar popular i ball amb orquestra el dissabte 1 d'octubre, coincidint amb la Fira de l'Avellana i com sempre celebrarem el concert Avellana Jove, que ja arriba a la desena edició i que es realitzarà el dissabte 8 d'octubre (es trasllada al cap de setmana després de la Fira). Us hi esperem a tots!



Volem recordar-vos a tots que podeu unir-vos a nosaltres i col·laborar de la forma i disponibilitat que més desitgeu, tan joves com grans!

Ens podeu trobar a través de **jovesbrunyola@gmail.com** i de la nostra bústia, situada al castell de Brunyola.

M^a Alba Puigdevall Mascort

Presidenta de l'Associació de Joves de Brunyola i Sant Martí Sa-

Els Amics de Brunyola

f Pessebre Vivent de Brunyola
elsamics@pessebrebrunyola.cat



Els Amics de Brunyola, qui som els amics de Brunyola?

Una associació que organitza i realitza el pessebre?

Una associació que, a més del pessebre pensa, organitza i porta a terme activitats al poble de Brunyola perquè es faci més "poble"?

Perquè la gent de Brunyola i els que no ho som, però ens en sentim, puguem trobar-nos, compartir experiències i organitzar activitats que ens apropin a la terra, com són les caminades?

Som els que tossudament, any rere any organitzem conjuntament amb l'ajuntament la festa del Roser, perquè no es perdi una festa de primavera, on la gent es pugui trobar?

Som els que donem un cop de mà a la Fira de l'Avellana, perquè es pugui celebrar una fira que dona identitat al nostre poble?

ENTITATS

Som els que cada any, a l'estiu, apleguem més de dues-centes persones que han fet el pessebre, per donar-los les gràcies i comptar amb ells per l'any vinent??

Doncs sí, som totes aquestes coses, però avui, que la persona que era un dels motors importants d'aquesta associació, en Jordi, ens ha deixat, veiem que el que realment som els amics de Brunyola, és això justament, **amics** que es troben, que organitzen, que posen en comú les seves idees, que fan poble, que es recolzen en els moments més durs, que ploren, discuteixen, treballen i riuen ...junts.



Si voleu ser dels nostres, només cal que ens ho féu saber
elsamics@pessebrebrunyola.cat o bé al
 telèfon **628070943**.

Club Esportiu Avellana Límit



Aquest any s'ha constituït el club esportiu Avellana Límit al nostre municipi. Aquest club s'ha creat per encarregar-se de l'organització de la cursa Avellana Límit durant la Fira de l'Avellana. Aquesta es va organitzar per primer cop l'any passat amb el suport del Consell Comarcal de la Selva i l'Ajuntament i va tenir força èxit.

Aquest any ja s'ha començat a organitzar la segona edició de la cursa, que es realitzarà el proper dia 1 d'octubre, dins el marc de la Fira de l'Avellana. Com a novetat la cursa d'aquest any es farà de caràcter solidari i una part dels beneficis que s'obtinguin es destinaran a fins socials.

Tot i que el principal motiu de creació del club esportiu és l'organització de la cursa, els objectius del club no es volen quedar aquí. A mitjà termini es planteja que el club esportiu Avellana Límit pugui ser una entitat més del municipi que organitzi activitats relacionades amb l'esport i especialment amb el Trail Running.

Des d'aquí fem una crida a tots els veïns que vulguin formar part del club i sobretot ajudar a organitzar la cursa d'enguany, que no dubtin en contactar amb nosaltres. Entre tots la cursa d'aquest any tornarà a ser un èxit!

Podeu trobar més informació a la web <http://www.avellanalimit.cat/> o ens podeu enviar un correu a curso@avellanalimit.cat

Club esportiu Avellana Límit.



AGENDA

Calendari



APLEC DE SANT ROMÀ



- Diumenge, 14 d'agost de 2016

APLEC DE SERRALLONGA



- Dilluns, 5 de setembre de 2016

FIRA DE L'AVELLANA DE LA SELVA

- Dies :
- 1 d'octubre
- 2 d'octubre



CONCERT AVELLANA JOVE

- Dissabte, 8 d'octubre de 2016



PESSEBRE VIVENT DE BRUNYOLA

Dies:

- 18, 25, 26 desembre de 2016
- 1 de gener de 2017

FESTA MAJOR DE SANT MARTÍ
SAPRESA

- Diumenge, 13 de novembre de 2016

CHALLENGE Costa Brava

Challenge Costa Brava és una marxa ciclista que es disputarà el proper 14 i 15 d'octubre de 2016 i el recorregut passarà pel nostre municipi.

Els participants podran optar per dos recorreguts el llarg, de 250Kms i 4000 metres de desnivell i el curt que denominen HALF CHALLENGE, amb la meitat de kilòmetres.



El període de cobrament de l'IAE, IBI rústica i cementiri és durant els mesos de setembre i octubre. El 13 d'octubre serà el dia de cobrament a l'ajuntament de 10:00h a 13:00h

Amanida de tallarines de sèpia i favetes (entrant)

Ingredients per a 6 persones:

- 3 sèpies mitjanes
- 200 g de faves baby confitades en oli
- 300 g de gambes
- 200 g d'enciams variats
- 1 escarola
- 2 tomàquets
- 1 cullerada de vinagre balsàmic



Preparació:

Talleu, renteu i escorreu els enciams i l'escarola i col·loqueu-ho tot en una plàtera, juntament amb els tomàquets pelats i tallats a daus. Netegeu la sèpia, emboliqueu-la i congeleu-la. Quan sigui dura, talleu-la ben finament. Peleu les gambes. En una paella amb 4 cullerades d'oli, salteu la sèpia tallada a tires i les gambes pelades. A continuació, afegiu-hi les favetes i deixeu-ho coure un parell de minuts més. Salpebreu-ho tot i finalment tireu-hi la cullerada de vinagre balsàmic. Serviu l'amanida amb el saltat calent per damunt.

Amanida de fruites amb cava (postres)

Ingredients per a 5 persones:

- 2 préssecs
- 1/2 meló
- 1/2 pinya
- 1/2 síndria
- 200 g de cireres
- 1/2 ampolla de cava
- 1 copa de brandi
- 2 cullerades de sucre
- 1 copa de licor marrasquí



BON PROFIT!

Preparació:

Peleu i talleu la fruita en trossos d'uns 2cm més o menys. Poseu-los en un bol i afegiu-hi el cava, el sucre, el brandi i el licor. Remeneu-ho tot i serviu-ho ben fred. Si voleu, acompanyeu-la amb neules.

SALUT

HIPERCOLESTEROLÈMIA, què en sabem?

Aprofitant que aquest mes de juny s'ha organitzat una xerrada sobre la hipercolesterolèmia, a continuació farem una breu introducció a aquesta alteració metabòlica.



QUÈ ÉS LA HIPERCOLESTEROLÈMIA?

És l'excés de colesterol en la sang que afavoreix la formació de dipòsits de greix a les parets de les artèries. Aquests dipòsits dificulten el pas de la sang i provoquen malalties del cor i de la circulació. Hi ha dos tipus de colesterol: el colesterol LDL o "colesterol dolent" que pot ser perjudicial per a l'individu si es troba a la sang en excés; i el colesterol HDL o "colesterol bo" el qual té un efecte beneficiós per a la nostra salut.



QUÈ PUC FER?

- **Deixar de fumar.**
- Seguir una alimentació de tipus mediterrani.
- **Augmentar el consum de fibra alimentària** mitjançant verdures i hortalisses, fruites, llegums, productes integrals...
- Consumir **carns blanques** (pollastre, gall dindi i conill) i **carns magres** (porc, be, vedella). Evitar les vísceres, embotits, hamburgueses, salsitxes, ànec, oca i patés.
- Augmentar el consum de **peix blau** (sardina, verat, salmó, truita de riu, tonyina, seitó, etc.). Hem de restringir els crustacis (gamba, llagosta, cranc, etc.) i cefalòpodes (pop, sípia, calamars, etc.).
- Reduir el consum d'ous, màxim tres a la setmana.
- Consumir llet i productes **làctics descremats** o semidescremats.
- **Oli d'oliva** per cuinar i amanir.
- Consum de **fruits secs** (nous, ametlles o avellanes).
- Evitar: pastisseria i rebosteria industrial (croissants, ensaïmades, magdalenes...) i postres elaborades amb llet entera, ou, nata, mantega o margarina.
- Desaconsellar el menjar precuinat i els aperitius, com: patates de xurreria, cotnes, cacauets salats...
- Beure com a mínim **1,5 l d'aigua** diàriament. Evitar el consum excessiu de begudes alcoholiques.
- Fer **exercici físic** (caminar, fer bicicleta..) durant un mínim de 30 minuts cinc dies a la setmana.
- Mantenir i/o aconseguir el pes adequat.
- Controlar la hipertensió i la diabetis, si en tenen.

ONADA DE CALOR, què hem de fer?

Protegiu-vos del sol i la calor. Manteniu-vos hidratats i frescos.

A casa, controleu la temperatura: Durant les hores de sol, tanqueu persianes i finestres on hi toca directament. Obriu les finestres de casa durant la nit, per refrescar-la. Estigueu-vos a les estances més fresques. Utilitzeu ventilador o climatitzador. Refresqueu-vos sovint amb dutxes o tovalloles amarades d'aigua.	Al carrer, eviteu el sol directe: Feu servir una gorra o un barret, ulleres de sol i protector solar. Utilitzeu roba lleugera, de colors clars i ample. Procureu caminar per l'ombra, descansar en llocs frescos al carrer o en espais tancats que estiguin climatitzats. Porteu aigua i beveu-ne sovint. Eviteu fer trajectes amb cotxe durant les hores de més calor.
Les hores de més calor: Reduïu les activitats intenses, sobre tot a l'aire lliure o sense aire condicionat. Eviteu sortir al migdia, que és quan fa més calor.	Líquids i alimentació: Beveu aigua fins i tot sense tenir set. Eviteu menjar molt calents. Ajudeu als altres.



Sopa de lletres

A la sopa de lletres hi trobareu els següents Castells de la Selva:



CASTELL DE SANT JOAN
- Lloret de Mar



CASTELL DE MONTSORIU -
Arbúcies / St. Feliu de Buixalleu



CASTELL D' ARGIMON -
Riudarenes



CASTELL DE FORNILS -
Susqueda



CASTELL DE BRUNYOLA -
Brunyola



CASTELL DE SANT ISCLE
- Vidreres



CASTELL DE FARNERS -
Sta. Coloma de Farners



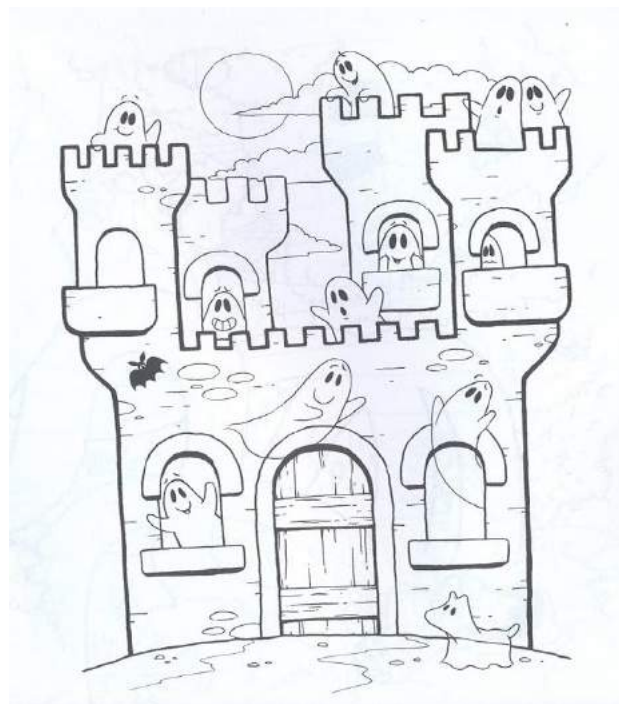
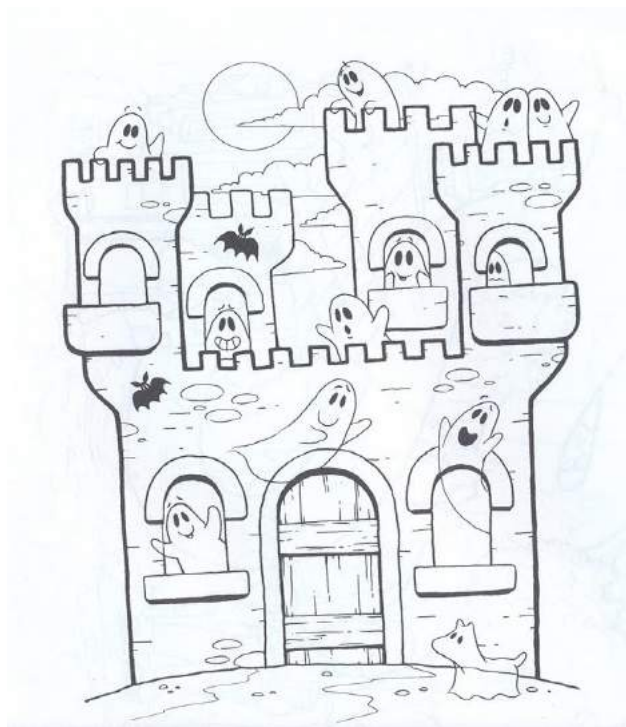
CASTELL DE CALDES -
Caldes de Malavella

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

PASSATEMPS

Diferències

Trobeu les 8 diferències:



Jeroglífics (Solucions butlletí anterior)

Fa temps que vius en aquest poble?

4 ANYS



Com van quedar elles a la classificació?

SISENES

N N N N N N

Qui són aquests?

DOS MESTRES

2 + 3

D'on és en Mauri?

IGUALADA

D = DA

Si la vol tenir...

PAGUI-LA

P



Fruita

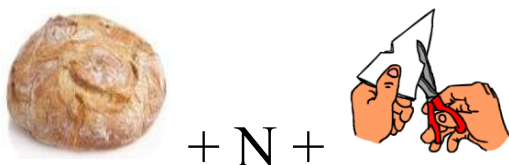
PLÀTAN

Argent N

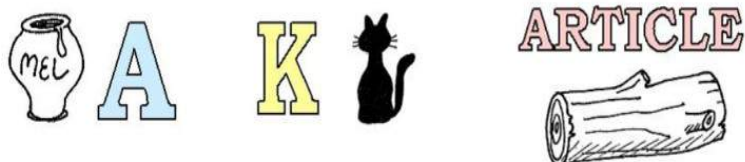
Jeroglífics

PASSATEMPS

Quina part de l'ordinador no funciona?



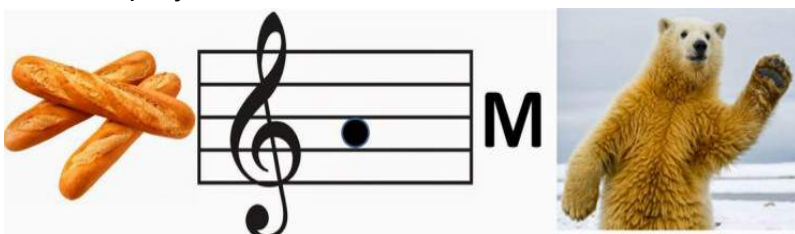
Qui t'ha regalat aquesta joguina?



Quin dia vindrà la Clara?



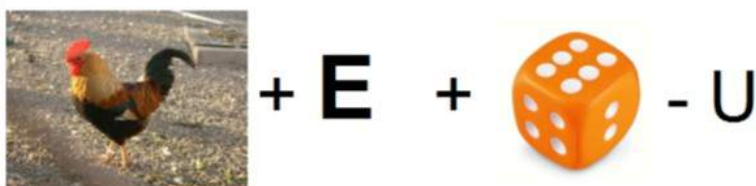
Aniré a la platja de...



Què tens a la boca?



Amb què jugues?





Disseny i edició:



Ajuntament de
Brunyola

Amb la col·laboració de:



Diputació
de Girona