

ROCA^{DE}MIGDIA

REVISTA DE MIERES - NÚM. 10 - ABRIL 2025
EXEMPLAR GRATUÏT



En aquesta sopa de lletres, has de trobar les paraules:

ANIVERSARI, REVISTA, ROCA, MIGDIA, POBLE, PARAULA, CONVERSA,
METEOROLOGIA, HISTÒRIA, ACTIVITATS. Te'n posem un exemple:

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

Editorial

Tenim coses a dir i tenim coses a fer, doncs au, via fora!

Cridem qui som i que tothom ho escolti.

I en acabat, que cadascú es vesteixi

com bonament li plagui, i via fora!,

que tot està per fer i tot és possible.

(Miquel Martí i Pol)

Via fora!, és un antic crit català que s'emprava per fer sortir la gent de casa quan calia defensar-se d'alguna amenaça interna o externa. Ve a tomb, perquè vivim un moment en què a les nostres societats, a Catalunya, a Europa i al món sencer, sembla que hem perdut el senderi i que anem pel pedregar sense que res ho deturi.

Ja no és solament el canvi climàtic, la duresa de les nostres societats, cada vegada més injustes, i tot el que ens mena a guerres salvatges, a governs ocupats per gentola sense escrúpols i a la precarietat d'una vida que ens emmalalteix. El que és alarmant és que cada vegada més gent "vota" aquests governs i aquestes polítiques folles, desenganyats per les falses promeses i lladrocinis de governs que es van succeint i són cada vegada pitjors, que menyspreen la gent i les cultures, i van configurant un malson molt perillós que sembla imparable.

I què podem fer per sortir d'aquesta roda infernal? Doncs pensar i fer. Les dades que tenim són molt negres, però si ens deixem dominar pel pessimisme, estem fotuts. Cal fer i cal trobar maneres d'adreçar la nostra voluntat de lluitar per una bona vida. Tot el que no fem nosaltres, ens ho faran ells i en contra nostre. I no parlo d'heroïcitats, no. A Mieres tenim la sort de ser una població força activa i cadascú té les seves dèries. Això també és via fora! Agrupar-nos per aficions, treballar pel poble, parlar-nos i compartir poc o molt les nostres vides. Això ens fa humans i éssers més pensants i menys manipulables. Com s'ha dit, només el poble salva el poble.

Aquesta revista que teniu a les mans (o a la pantalla), vol ser una modesta contribució a la comunitat de Mieres. La fem amb esforç i dedicació perquè també és una eina que recull els batecs de col·lectius i persones que ajuden a relligar-nos els uns amb els altres. En aquesta ocasió festegem el **10è aniversari de Roca de Migdia** i volem donar les gràcies a tots els col·laboradors que la revista ha tingut en aquests anys. També celebrem els articles i entrevistes que ens aporten veïns nous i no tan nous, que ens enriqueixen amb el seu pensament i activitats, una bona manera de fer créixer la nostra comunitat. Ultra els articles de les entitats de Mieres que hi han contribuït, hem volgut aportar dos dossiers: un de celebració de la vida en diversos vessants i un altre sobre els hàbits lectors i culturals a Mieres. Esperem que siguin del vostre interès.

Sumari:

Mieres Edat moderna IV

La recuperació econòmica

Carles Guillot

Finalitzada la Guerra de Successió, i abans de poder aplicar el decret de Nova Planta, el territori es va veure de nou sacsejat per un nou conflicte internacional, anomenat la Guerra de la Quàdruple Aliança (1717-1720). Les antigues aliances entre la Corona Castellana i França es van trencar i l'exèrcit francès va tornar a ocupar la Garrotxa i l'Empordà. En alguns llocs de Catalunya aquesta nova contesa va fer que es revivés la flama de la resistència armada contra l'exèrcit borbó, però no va ser el cas de la zona de Mieres, exhausta com estava després de tants anys de conflicte a les seves terres. Tot i això, sí que hi va haver certa resistència no-violenta, com ho demostra el fet que un regidor de Mieres va ser perseguit per negar-se a reclutar homes per enviar al front amb l'exèrcit castellà.

Un cop acabada aquesta disputa entre les dinasties europees, va ser possible instaurar el Decret de Nova Planta, que organitzava el poder de la Corona de Castella des d'una visió centralista i absolutista de la política. D'aquesta manera es van abolir la Generalitat, les Corts Catalanes, el Consell de Cent, se substituïa el virrei per un capità general, es dividia Catalunya en corregiments, com a Castella, i desapareixien les tradicionals vegueries. Més enllà d'aquests canvis en l'administració, un nou impost tocava de ple els habitants de Catalunya: el Cadastre. Pensat com un impost directe, havia de carregar sobre les persones, els seus béns i les activitats productives, però amb l'inconvenient que la xifra a pagar pel municipi venia fixada per l'administració, repartida posteriorment segons la riquesa de cadascú. Per tant, s'obligava a fer una relació de persones i béns, però sovint s'incloïen «cases hermes i dirrihuides que son dins dita vila, les quals no tenen cap utilitat» o terres amb molt poc rendiment, com s'argumentava de les zones de muntanya dient que eren «*muntanyós, rocatós i estèril per ser casi tota la terra cultiva terra pedregosa de mala qualitat, que per la major part apenas s'i troba un pam de terra de fondo, que ja s'i troba la rocha viva y per tant donar molt poc fruyt*». Tot i aquestes explicacions, les sumes imposades, força desproporcionades, varen ocasionar molts mals de cap a qui les havia de pagar, com va ser el cas de Mieres, que havia d'aportar 403 lliures, o el Torn, amb 125 lliures. Si a aquest nou impost li sumem les obligacions pròpies de l'antic règim senyorial que es continuaven mantenint, com els delmes, les primícies i tasques que es pagaven al Monestir de Banyoles, podem entendre l'afirmació d'Amer Massó quan deia allò de «Són guerres de país sense pólvora ni bales».

Però potser una de les conseqüències més desastroses fou que el Decret de Nova Planta va prohibir l'ús de la llengua catalana a l'Administració de justícia de Catalunya. Segons l'article 5 del Decret, «*Las causas en la Real Audiencia se substanciaran en lengua castellana*». Un altre exemple d'aquestes accions la constitueix la instrucció secreta redactada per Abad de Vivanco, secretari del *Consejo de Castilla*, adreçada als corregidors de Catalunya, en la que es comunica que «*Pondrá el mayor cuidado en introducir la lengua Castellana, a cuyo fin dará las providencias mas templadas, y disimuladas para que se consiga el efecto sin que se note el cuidado*». Aquesta «oficialitat» del castellà es va intentar imposar també en l'àmbit educatiu, tot i que no va acabar de quallar, ja que sabem, per la *Gramatica* d'Ullastre, fill de Banyoles, que s'ensenyava en català, llatí i castellà. I té tot el sentit, car el català era empleat per gairebé tot, el llatí pels afers eclesiàstics i el castellà per a comunicar-se amb l'administració.

Saber de lletres

Durant els segles XVI, XVII i XVIII, i gràcies al desenvolupament social i econòmic, les famílies que volien progressar varen veure la necessitat de «saber de lletres». Es van creant així, escoles de titularitat pública o monacal, i existien també preceptors privats, que només es podien permetre les cases més adinerades i privilegiades. Tot i això, la majoria dels minyons reduïen les seves ambicions a saber llegir, escriure, les quatre regles aritmètiques o fins i tot, només a saber llegir. Aquests aprenentatges, juntament amb certes nocions sobre la doctrina cristiana, constituïen el bagatge cultural que s'oferia a les escoles, depenent a més a més, del propi saber del mestre, que no dubtava a utilitzar assots, cops, bufetades, vergues i estirades d'orella per fer-se obeir i escoltar.

En aquest ambient apareix un dels primers pedagogs catalans, Baldiri Reixac, rector de Sant Martí d'Ollers a Vilademuls, que en el seu llibre, el primer tractat pedagògic escrit en llengua catalana, «Instruccions per l'Ensenyança de minyons», de l'any 1749, ens ofereix algunes idees de cap a on avança el pensament de l'època. En aquest sentit, i impulsats per les reformes del Concili de Trento, s'aposta pel bé de la «cosa pública», el pensament racional, la relativització de les desigualtats, l'elogi del treball i del comportament útil. En qüestionar-se sobre les bases de la seva pròpia societat, elabora una dura crítica contra la noblesa, que a parer seu, no contribueix en res al bé comú, i que, per

tant, hauria de demostrar la seva utilitat per continuar existint. Aquesta crítica forma part de la dualitat del pensament d'aquest moment, que combina tradició i modernitat, com es desprèn d'altres conceptes seus com «conservar-te en l'estat en que Déu t'ha posat» o «dóna a cadascú el que li has de donar, a qui deus honor donaràs honor, a qui deus tribut donaràs tribut». Per tant, no la podem considerar, en cap cas, com a revolucionària, sinó que reforça la teoria de la resignació, que justificava l'status quo per la idea que el poder dels governants venia de Déu i, en conseqüència, no s'havia de qüestionar.

Juntament amb aquestes noves idees, es mantenen i es reforcen actes de culte religiós, com ara les processons i les prèdiques, tant per demanar la fi de la sequera com per implorar que altres fenòmens atmosfèrics siguin benevolents amb el poble. D'aquesta època es conserven els goigs a Sant Andreu apòstol, de Sant Andreu de Ruïlles, els de la Mare de Déu del Freix i els de la Mare de Déu de la Romeria.

Creixement econòmic

En un altre àmbit de coses, el s.XVIII està marcat per un fort creixement econòmic a Catalunya. Aquesta intensificació és fruit dels avenços que ja hi havia hagut durant el segle anterior, i que la Guerra de Successió havia paralitzat. Entre aquestes bases, és significativa l'extensió i generalització del contracte emfitèutic, que possibilita l'accés al camp de pagesos sense terra i sense propietats, alhora que s'estenia i es consolidava la figura de l'hereu, que permetia mantenir el patrimoni familiar sense dividir. D'aquesta manera es va poder donar sortida a una creixent mà d'obra, fruit del creixement demogràfic, juntament amb l'expansió de les terres conreables, a través de les rompudes i de la creació de feixes en zones abruptes i tradicionalment poc productives. La flexibilització de l'accés a la terra, gràcies al protagonisme dels contractes de rabassa morta, van fer passar a l'economia rural catalana d'una producció més o menys destinada a l'autoconsum a una dedicada al mercat. Aquesta transformació va ser encapçalada pel sector vitivinícol (seguit de coreus de naturalesa i ritmes similars, com l'olivera o les fruites per assecar), que integrava Catalunya en el mercat internacional, sobretot amb el nord d'Europa, que demandava vins i licors catalans. Aquesta especialització vitivinícol de les comarques litorals, prelitorals i centrals va obrir la porta a altres especialitzacions agràries i manufactureres comarcals o locals que, combinades, donaren lloc a un mercat intern progressivament més integrat i compensat. Algunes de les reformes fetes pels borbons varen afavorir aquest comerç, com és el cas de l'abolició de l'«estrangeria», és a dir, deixar de ser estrangers a Espanya, la qual cosa va permetre als catalans inundar els mercats espanyols de productes, inundar de tèxtil a la Castella tèxtil, conquerir tota la pesca de la sardina a Galícia o la provisió de

vestits per a l'exèrcit. Per a poder comerciar amb aquests excedents, un camí sortia d'Olot cap a Girona i cap a les zones costaneres passant per Santa Pau i amb hostals al Sallent i a Mieres per arribar a Sant Feliu de Guíxols, porta d'entrada i de sortida de mercaderies de muntanya, com la fusta, amb destinació a les drassanes i l'armada reial. De fet, hi va haver un ferri control sobre els boscos i la seva explotació per part de l'administració borbònica per tal d'assegurar-se el subministrament de fusta, especialment de roure, per la construcció de vaixells. Això comportava una càrrega afegida a municipis com Mieres, que havien de mantenir en bones condicions els camins per al trànsit d'aquesta matèria, així com proporcionar palla i la manutenció per a les mules i els traginers que les transportaven fins a port.

Per altra banda, a la zona s'hi continuava conreant mestall, blat i fajol, a més a més de faves, civada i els ferratges. També hi havia certa presència d'arbres fruiters, com els pomers, les nogueres i les figueres, i era important l'activitat ramadera, que, tot i no disposar de grans zones de pastura, podia utilitzar de les pastures d'estiu del Ripollès, com les ovelles del Torn, que pasturaven a Campelles. Aquesta llana era treballada per la gent de la contrada, paraïres i cardadors, que es dedicaven a fer draps o teles amb ajuda de telers, però la gran majoria feien gènere de punt de llana, especialment la fabricació de barretines i de mitges. En les fonts, però, no hi apareixen mai les dones, que eren essencials en el procés de filar a mà i fer anar les agulles de fer mitja.

Però no podem oblidar que tota aquesta efervescència econòmica va ser protagonitzada per la burgesia del país, que fou la gran beneficiària d'aquestes polítiques econòmiques, i no el poble menut. Un exemple el tenim en l'arribada del cotó a Olot en mans de migrants francesos del Llenguadoc. Aquesta nova manufactura de gènere de punt de cotó, fet a màquina, que va inundar Olot de telers. En poc menys de 10 anys, ja hi havia prop de 500 telers a la vila, del total de 955 que hi havia a tot Catalunya. Però la part principal d'aquest negoci estava en mans de societats o companyies de «mitges de teler», que permetien l'aportació de diners de mestres paraïres (provinents segurament de les manufactures tradicionals i del comerç), passant així de les velles estructures gremials a noves formes econòmiques en les quals poder invertir.

Tota aquesta bonança i prosperitat, es veurà trasbalsada amb un nou conflicte amb França, la Guerra Gran, de 1793 a 1795. Aquest episodi bèl·lic fou impulsat per la Convenció Nacional, el govern sorgit de la Revolució Francesa, que veié en episodis com els *Rebombris del pa* (una violenta revolta popular contra la pujada del preu del pa que es produí l'any 1789 a diferents ciutats del principat com Barcelona, Vic, Mataró o Sabadell), una possibilitat d'alliberar Espanya del domini borbònic amb l'ajuda dels revoltats.

10 coses que potser no coneixes de Mieres

Josep-Anton Monfort (text)

Lluís Fernández (fotografia)

Gemma Draper (il·lustració)

1

Finestra de Ca l'Anton

Avui seu de l'Espai nyamnyam (Can Caló 38), sembla que, segons indica G. Guardiola, aquesta finestra va ser extreta per l'Antoni Carboner d'una paret del castell del Freixe (Can Puig). Conté relleus molt interessants i podria ser del s. XIV-XV.

> **Informació extreta de Guardiola, G (2008), *Visites i notes històriques dels masos medievals i d'altres èpoques*. Mieres. Edicions Ecuador 21.**



2

Can Clenxa

Can Clenxa va jugar un paper important a Mieres fins no fa pas tants anys. Té una nau separada de la casa, on s'hi feia ball, teatre i cinema, amb una fantàstica màquina que encara es conserva. A la planta baixa, i amb entrada per Can Caló 53, hi havia un bar que en Joan Capdevila, el seu antic propietari, va conservar i mantenir net tot i estar en desús, i que els nous propietaris, la Montse i en Quim, mantenen tal com era.



3

Ca l'Evaristo

Fou una ferreria important on es ferrava i feien tota mena d'eines de tall. L'Evarist va plegar fa uns anys, però conserva la ferreria com quan hi treballava. La podeu veure a la Pl. Major, 3.



4

Sopa de pedres.

És una escudella amb tota mena de verdures llegums i tot el que la gent hi vulgui aportar. Té orígens llegendaris molt diversos, però l'enyorat Xesco Boix, ho va explicar en un conte preciós que teniu a sota, en versió escrita i en vídeo. Hi accedireu amb els codis QR.

A Mieres se'n fa una de ben famosa i que cuinen amb amor i saviesa l'Anna i en Marcel (en una olla de 500 l) cada any per la Fira de l'Intercanvi. No us la perdeu (2n diumenge de novembre).



5

Arbre Ginkgo

Es diu que el Ginkgo biloba, és un excel·lent exemple de fòssil vivent, d'una branca evolutiva que es va separar de la resta de plantes fa com a mínim uns 270 milions d'anys. És d'origen xinès i el seu nom significa albercoc de plata. S'utilitza en la medicina tradicional xinesa i la seva fortalesa li va permetre sobreviure a la bomba atòmica d'Hiroshima. En qualsevol cas, és una preciositat i a la Romeria en tenim un d'esplèndid, especialment si el visiteu a la tardor.



6

Antiga fleca de la Romeria

Si des de l'aparcament pugeu cap a Can Mosquera, us trobareu a l'esquerra la casa de la Montserrat Cornelles, vídua de Rafel Cufí. Allí veureu encara el rètol del que fou una fleca que tancà poc després que la Neus i en Manel s'instal·lessin a Can Casals. La Montse conserva encara el gran forn de llenya on feien el pa.



7

Maleta molt viatjada

Com sabeu, en marxar de Mieres, els propietaris de Can Mosquera (l'Alexander i la Francesca), la van donar al poble. Tanmateix, s'han conservat algunes de les coses que hi van deixar, com a homenatge a aquesta parella d'antropòlegs escocesos enamorats de Mieres. Entre altres coses, trobareu aquesta maleta que, ultra alguna etiqueta de destinació, du gravada a la pell el nom del seu propietari: Alexander Foster Robertson. Al web de Mieres hi trobareu una edició resumida i en català del seu llibre "El renaixement de Mieres" (t.ly/3PgvF)



8

Rectoria de Mieres

L'edifici, deshabitat, s'havia anat deteriorant i tenia usos no massa eclesiàstics :-). Finalment el Patronat del Bisbat de Girona el va enderrocar i construir un edifici nou de quatre pisos de lloguer, amb quatre hortets, que és el que ara veiem al carrer de Sant Pere, 2.



9

Indicadors equívocs

Caminant per Mieres, veureu uns indicadors que diuen *Cuartel de Norte* (a Can Carreter); *Cuartel de Mediodía* (a Can Pei); *Cuartel de Oriente* (a Can Batlle) i *Cuartel de Poniente* (a l'Aulina).

No cal espantar-se, no indiquen cap caserna militar. Simplement, és una denominació castellana de districte que, per cert, deriva del català quarter, en el sentit de quarta part d'un escut o d'una població.



10

Ca l'Espardenyer

Entre les moltes botigues que ja no hi són, aquesta era un veritable multiservei: s'hi feien i venien espardenyes i cordes, roba, servia de cafeteria dominical, telèfon públic i més tard de merceria. Regit per la família Noguer, la botiga va tancar fa anys, però hi continuen vivint en Miquel i l'Amparo.



Grup de Joves

Javi Blasco (Dinamitzador)

El grup de joves ens trobem cada divendres de 18:00 a 19:30 h al Pavelló. Aquest és l'espai que fem servir com a lloc de trobada, per a jugar o, de tant en tant, per a fer-hi reunions i debatre temes organitzatius o activitats a preparar.

El passat gener, per exemple, vam organitzar la Quina de Nadal, un clàssic que la gent de Mieres espera cada any. A finals d'any també vam preparar uns calendaris pel 2025 que vam imprimir a nyamnyam amb la tècnica risogràfica i que vam vendre al mercat Extraordinari de Nadal.

Totes les activitats les fem gràcies a la feina que el jovent fa en el seu temps lliure. Això, a més del mèrit que

té per si mateix, també té una recompensa per la feina feta de manera que, amb els guanys, podem organitzar unes petites vacances d'estiu que no només ens permet uns dies de descans i diversió, sinó que també és un moment per a relacionar-nos en un entorn nou, diferent de l'habitual.

El Grup de Joves, a més, sempre col·laborem amb altres col·lectius i associacions del poble i ajudem en moltes de les activitats que aquests organitzen. Entitats i organitzacions que sempre ens donen un cop de mà quan nosaltres organitzem activitats, tant a la Quina com en d'altres que fem durant l'any. Volem aprofitar, doncs, aquest espai, per a donar-los les gràcies.





Colla Activa de Mieres

Javi BlasCO (Tècnic comunitari)

Després de molt de temps d'espera, Can Mosquera comença a funcionar i la Colla Activa, per fi, tenim un lloc que sentim nostre. Un espai amb una cuina preciosa per preparar-nos un cafetó o una infusió, un forn que ja no es desmunta quan traïem els pastissos i amb una gran taula per a fer-hi àpats i manualitats.

Després de molts entrebancs entre permisos, llums, ascensor i llicències, per fi sembla que tot rutlla i que podem fer servir l'espai per, de mica en mica, anar-lo fent nostre. Us podeu imaginar com n'estem, de contentes! Ara, ens agradaria molt que la gent bonica de Mieres s'engresqués i el comences a fer servir, que el sentís acollidor, tan preciós com és, i que tothom pugui treure'n profit.

De moment, nosaltres hi som cada dilluns i dimecres de 5 a

7 de la tarda. Quedem allí per fer tardes de cinema, jocs de taula o manualitats per guarnir el poble en moments especials com ara Nadal o la Festa Major. També fem tallers per a la mainada, ja sigui per la castanyada, per celebrar la primavera o en altres moments de l'any que mereixin alguna celebració. Així mateix, organitzem sortides i excursions que ens conviden a conèixer el nostre entorn i estem començant un jardí de plantes remeieres al Camp del Truc que aviat farà goig. Ah!, i cada mes, cuinem receptes que ens ajuden a conservar i recuperar la nostra gastronomia.

Com veieu, hi ha activitats per a tots els gustos. Segur que, si en teniu ganes, hi podreu trobar el vostre lloc. A la Colla Activa, totes hi sou convidades! Si us ve de gust participar-hi, ajudeu a donar més vida al poble!

Parlen els joves de Mieres

Roca de Migdia

A Roca de Migdia ens agrada conèixer la gent que fem el poble. Per això a cada número entrevistem una persona gran, que ens aporta no solament la seva peripècia vital, sinó que ens explica com era i què s'hi feia al poble. Conèixer el passat de Mieres, és el millor homenatge que podem fer als homes i dones que, amb el seu treball i resiliència, han mantingut una comunitat que tants de nosaltres, vinguts de fora, hem anat fent també nostre.

I els joves? Ells són el present i el futur de Mieres, que portaran a dins siguin on siguin en cada moment de la seva vida. Hem volgut saber què pensen del poble i del món, com veuen el seu present i el seu futur, quines esperances tenen i quins problemes albiren en aquest tros de món on som...

Com que a aquestes edats primeres, pocs anys de diferència marquen força el pensament i l'experiència vital, amb l'ajut d'en Javi Blasco, Dinamitzador del Grup de joves, hem parlat amb ells separats en dos grups per l'edat: els menors i els majors de 15 anys. Veureu que moltes preguntes són les mateixes als dos grups, però les respostes no són iguals. A tots ells, moltes gràcies per la seva disposició i per ajudar-nos a conèixer millor un jovent del que els grans massa sovint desco-neixem la seva riquesa i complexitat.

Grup dels menors de 15 anys

Aitana (11 anys), Alba (13), Èric Porcel (12), Èric Vila (12), Gal·la (12), Isart (13), Jana (11), Nahuel (12), Ona (12), Tei (12)



—**Què us agrada més de Mieres i què us agrada menys i ho voldríeu canviar?**

-Ens agrada el Pavelló.

-El Pavelló ens agrada, però el volem obert els dissabtes i que l'ajuntament no ens tanqui els llums ni l'aigua.

-També ens agrada el Parc de la salut, que són els dos llocs on ens podem trobar.

-A mi m'agradaria un supermercat al Parc de la salut.

-Doncs a mi, una piscina. Ara hem d'anar al riu.

-Ens agrada la tranquil·litat, jo què sé... la gent que hi ha. Per Mieres podem anar tranquil·les i ningú ens molesta, cosa que sí que passa a Banyoles o altres ciutats...

-També ens agrada que ells estiguin tot el dia al Pavelló i nosaltres podem voltar tranquil·les pel poble.

-No ens agrada l'escola perquè és molt avorrida. Les mates no m'agraden, però sí que m'agrada l'educació física.

-També passa que a la botigueta no trobes tot el que vols. Vaja, per ser el poble petit que som, ja està bé, però hi ha coses que les haig de buscar a Banyoles, per exemple les Pringles.

-Una altra cosa és que si vols quedar, no hi ha gent, som molt poquetes i si estem aquí, els caps de setmana, per exemple, o tenim entrenament, o molts deures, o estem cansades... I portem aquí tota la vida, necessitem una mica de varietat.

-Una altra cosa que no ens agrada és el transport. Hi ha pocs busos i això et limita molt anar i venir. Al final, ets molt dependent dels pares.

—**Fa molt poc que heu deixat l'Escola de Mieres i ara esteu en un institut o escola secundària. Com heu viscut aquest canvi? Què us agrada més ara i què enyoreu de l'escola Finestres?**

-Jo de l'Escola enyoro que tot era superfàcil, dictats de 10 paraules... i, en canvi, a l'institut cada setmana tenim exàmens i una pila de deures!

-Sí, al cole no es feien ni exàmens ni deures, i això ho trobo bé.

-I hi havia poca gent i era com més agradable. I també ens agradava el pati. Els mestres ens coneixien i nosaltres coneixíem tothom. Ara coneixem sobretot el nostre curs. A l'escola la Txell ens feia pràcticament totes les assignatures i a l'insti hi ha com 90 profes. I tenim dos patis, un de 30 minuts i un altre de 15, que vol dir sortir, esmorzar, anar al lavabo i tornar a classe.

-És que aquí érem 8 i allà, a 1r d'ESO som 80 o 90 i a altres instituts són 6 línies de 25 cada una!

-A segon fem dues classes setmanals de música: teoria i instrument (normalment l'ukulele). Està bé.

-Tampoc m'agrada que ara per anar a l'institut ens hem de llevar súper d'hora, a les 5, 6:30, 7:15 h depèn! I hi ha moltes parades de bus!

-A l'institut hi ha molts profes que no volen ni ensenyar, són uns pesats!

—**El fet d'anar a estudiar fora, us ha canviat la relació tan estreta que teníeu quan anàveu a l'escola?, o bé encara sou tan amics com abans i us manteniu com a colla quan sou al poble i els caps de setmana?**

-Encara som igual d'amigues, però ens veiem menys perquè tenim molts deures i hem d'estudiar.

-Però també tenim amics i amigues a l'institut.

—**Preferiríeu, que hi hagués institut a Mieres o ja us agrada haver hagut de marxar on sou ara i haver tingut l'oportunitat de fer nous amics?**

-A mi ja m'agrada estar allà.

-A mi també.

-Jo aquí portava tota la meva vida sent l'única nena del curs, i vaig arribar a l'insti i a classe hi havia com 15 nenes de la meva edat! Vaig flipar.

-Tenim dos grups d'amics, el del poble i el d'Olot.

—**I del tema mòbils?**

-Ara està prohibit, però a uns llocs deixen més i altres menys, no ho entenc.

-Per exemple, al Greda et veuen amb el mòbil i te'l prenen durant 5 dies. A altres instis, te'l prenen, però te'l tornen al final del dia. També depèn dels profes, uns són molt estrictes i altres no.

-Després, a molts centres tens les xarxes socials bloquejades, però si poses el teu correu personal, no el de l'escola, pots fer-les servir...

—**I vosaltres?, us veieu vivint i treballant a Mieres quan acabeu els estudis, o bé teniu ganes de viure en algun altre lloc?**

-Jo no em veig vivint i treballant al poble. Aquí no hi ha feina, però hi ha gent vivint aquí i treballant a fora...

-Jo no ho sé. Encara no tinc clar què vull fer o estudiar.

-Jo vull ser professor de nens petits. Es cobra més fent de monitor a fora que aquí.

-Jo vull ser enginyer, muntador de Lego o pilot d'aviació.

-Jo vull ser el que sigui, però fora d'aquí i guanyar diners. I després anar a divertir-nos cada cap de setmana.

-Aquí no es pot fer res, no hi ha cap feina que paguin bé.

-No em veig fent de pagès, massa feina.

-Jo me'n vull anar perquè fa massa temps que estem aquí. Tota la vida!

-A mi, quan faci els 18 anys ja m'haureu vist prou. Em buscaré un pis a Banyoles, a Barcelona o on sigui.

—**Entre vosaltres us relacioneu normalment en català? I amb els vostres amics de l'institut?**

-Al poble sempre en català.

-A l'institut, un 80% en català i un 20% en castellà, o un 70/30, depèn dels llocs.

-Jo no, jo un 50/50.

-Clar, perquè als instituts hi ha més immigrants.

-Jo tinc amigues a l'insti que entenen el català, però que parlem en castellà perquè ens hem conegut

així i és com el costum.

-Jo també, perquè moltes se senten més còmodes en castellà.

-I jo tinc una part de la família amb les que parlo en castellà. El parlo de tota la vida i no hi tinc problema.

-Hi ha molts llatins. Al Greda són marroquins, indis i catalans... I tots parlen molt bé el català, però entre ells parlen en castellà.

—**I aquest món que us estem deixant els grans, us agrada? Quins són els problemes més importants que hi veieu i què faríeu per resoldre'ls?**

-Quins, els de Mieres?

-No, diu en general.

-Doncs que no hi hagués guerres.

-Ni fam.

-Matar a Putin i a Donald Trump.

-No mirem mai les notícies, no sé...

-A mi el que em preocupa és el preu dels pisos i de la benzina, tot i que potser no, perquè quan nosaltres tinguem cotxe ja seran elèctrics.

—**Voleu afegir alguna cosa?**

-No.

Doncs moltes gràcies.

Grup dels majors de 15 anys

Alba (20 anys), Balam (16), Clara (15), Jalil (18)

—**El fet d'estar estudiant o treballant fora de Mieres, us ha canviat la relació tan estreta que teníeu quan anàveu a l'escola?, o bé encara sou tan amics com abans i us manteniu com a colla quan sou al poble i els caps de setmana?**

-En el meu cas, sí. Els meus amics, quan nosaltres vam anar a l'ESO es van mudar, van marxar del poble i jo em vaig quedar aquí. Al final vaig fer amics a fora.

-Jo crec que sí, s'ha debilitat, però no vol dir que deixem de ser amics, sinó que ara ens veiem menys, perquè tots tenim amics lluny i també els anem a veure.

-Sí, és això, quan venim al poble som els de sempre i hi ha el mateix bon rotllo; potser no ens veiem tant

com abans, però continuem sent els mateixos i superbé.

—**Què us agrada més de Mieres i què us agrada menys i ho voldríeu canviar?**

-Una cosa que m'agrada és que ens coneixem tothom i hi ha bon rotllo. Per mi és com una arma de doble tall. És positiu i negatiu perquè al final, quan coneixes tant la gent, es creuen una mica amb el dret de ficar-se a la teva vida i no tens intimitat.

-Criar-te aquí per mi és molt guai i té avantatges, però quan tens 14 anys i no tens forma d'anar tu sol a Olot o a Banyoles, o has d'esperar una Teisa, ets molt dependent dels pares.

-Allà surts de casa i tens ja el teu grup

d'amics, no? Aquí gairebé tothom viu en una casa al mig de la muntanya.

-Jo prefereixo aquesta escola, perquè hi ha poca gent i tenen més temps per a tu, saps? Ara bé, trobo que a l'escola es fa molt poc anglès i això es nota molt quan arribes a l'institut. En canvi, en altres assignatures estava per damunt dels meus companys.

-Jo crec que l'escola ha fet una baixada forta comparant amb el que es feia quan nosaltres hi anàvem. Fèiem projectes (el projecte pati)...

-Els profes han baixat l'exigència però, sobretot, els pares. Profes, nosaltres i pares érem tots u. Ara sembla que els pares van per un camí i els profes per un altre.

-Jo sí que he notat un xoc en anar a

l'institut, perquè el nivell de deures és molt, molt més alt. Però això no vol dir que a l'escola no féssim res, també apreníem. Crec que això ha canviat molt.

-Jo crec que de vegades és com que estem aquí i no sabem ni què fer, perquè no hi ha res. Una botiga i un bar. Ens falta un espai que puguem fer nostre, on puguem anar en qualsevol moment. Ho vam intentar amb el Centre Cívic i a Can Mosquera, tenir una sala que sigui només pels joves, però ens van dir que no. Tens uns joves que s'estan quedant al poble, que estan implicats amb el poble, que els demanen coses, com ara pengeu això o allò i donem la cara, però al final no tenim un lloc per nosaltres que puguem obrir el cap de setmana. No és cuidar-nos.

—Participeu activament en alguna d'elles (Festa Major, Grup de joves, Cercavila...)?

-Sí, en la Festa Major, perquè, lligat amb la pregunta anterior, hi participem activament amb el grup de joves, la Cercavila, ajudem a les barres, a muntar i desmuntar...

-Sí, i a la Fira. Intentem ajudar en totes les activitats en tot el que es pot.

-També participem activament en la cavalcada dels Reis...

—Com veieu el futur de Mieres?, penseu que el poble anirà creixent en habitants i serveis o bé el contrari?

-Molt hippie, molt hippie. Em sap molt de greu, eh, però crec que està arribant com una generació de famílies pensant-se que els cauran a les fruites dels arbres. Al final, un poble com Mieres necessita gent que estigui implicada i que vulgui fer créixer aquest poble.

—I vosaltres?, us veieu vivint i treballant al poble quan acabeu els

estudis, o bé teniu ganes de viure en algun altre lloc?

-No ho sé, de tots els que són del nostre grup, crec que quasi cap té pensat de viure aquí ni res.

-Per què? Per raons econòmiques?, perquè no ens agrada viure aquí?

-O perquè voldríem viure aquí?, perquè podem creuar-nos una mica amb la gent i tot? No ho sé.

-Sí, sempre els mateixos i sempre la mateixa cosa...

-Perquè aquí acabem tenint els amics i la feina fora, és complicat. Almenys durant uns anys. Després no et dic que al cap de molts anys tornem o el que sigui, però en l'etapa més jove, és difícil. T'asfixies.

-Quan ja tens 40 anys i potser tens la vida encaminada, no sé... potser tens la casa dels pares i tornes... Depèn de la feina que tinguis. És complicat.

-Jo crec que també és positiu sortir d'aquí perquè al final aquí és com una bombolla. A la que tu surts d'aquí és com, ostres, hi ha totes aquestes coses que no sàbies que funcionen així, que no sé què, que no sé quan, i que tu estàs totalment aïllat si et quedes aquí.

-Aquí li passa a molta gent, que es queda a casa seva a dalt de tota una bombolla, que baixen un cop a la setmana o un cop cada tres setmanes i apareixen i estan desubicats.

—Si algú de vosaltres treballa, esteu contents amb la feina?, la combineu amb alguna mena d'estudis?

-Jo sí, estic molt content. Treballo amb un superbon home i ens entenem molt bé. A més, ho combino: als matins vaig a treballar i a les tardes estudio un cicle superior de Ramaderia i assistència en sanitat animal.

-Jo estava treballant al Collell i ara marxo a l'estranger a obrir-me nous horitzons...

—Com veieu el futur de Catalunya i del català? Amb quins percentatges de la gent que coneixeu: amics i coneguts, professors, companys de feina, etc., parleu en català o bé en castellà?

-Jo ho veig molt fotut perquè cada vegada es parla menys català i arribarà un punt que es deixarà de parlar, almenys en ciutats grans i no tan grans. Al Collell venen molts de nens que són d'aquí, de Barcelona, i que parlen castellà. I el 50% dels monitors també, tot i ser catalans, però la conversa s'inicia en castellà i segueixen, encara que tots els nens entenguin el català.

—I aquest món que us estem deixant els grans, us agrada? Quins són els problemes més grans que hi veieu i què faríeu per resoldre'ls?

-Mira, a mi hi ha una cosa que m'amoïna molt, de veritat, i és que ara per tenir un gos, un cotxe, qualsevol cosa, has de tenir un carnet, tot està regulat. En canvi, per tenir un fill no necessites absolutament res. Hi ha una de gent que no està prou bé del cap, que hauria de passar un psicotècnic i unes proves per poder ser pare i no les passen. I si no saben cuidar d'ells mateixos, com han de saber cuidar d'una altra persona? I després les escoles estan plenes de tot i de tota mena de problemes. És que a lo millor, si analitzem una mica la família, veurem d'on venen tots els problemes del nen.

—Voleu afegir alguna cosa?

No

Moltes gràcies per la vostra col·laboració!

Grup de lectura de Mieres

Ara fa ja uns tretze anys, estant a càrrec de la Sala de Lectura que hi havia al poble, vàrem començar a dinamitzar un petit Grup de lectura. El funcionament d'aquest «club» era (i és) el de triar un llibre, donar un espai de temps per a llegir-lo i quedar després per a comentar-lo. D'aquesta manera hem consolidat un espai de trobada per a persones del poble a qui els agrada llegir, fomentant el plaer de la lectura, descobrint nous títols i nous autors i autores, alhora que es comparteixen opinions i perspectives diferents sobre el mateix text. Amb el pas dels anys, algunes persones han anat marxant, mentre que altres s'han anat incorporant a la dinàmica del Grup de lectura, i ens ha permès crear una autèntica comunitat de lectores (en aquest moment ja en som 15), un espai relaxat per a socialitzar-nos, fomentant habilitats comunicatives entre gent de diferents procedències i amb diferents visions del món.

Les nostres tertúlies no són xerrades d'«expertes» en literatura, sinó que van combinant aspectes literaris de les obres amb les nostres pròpies vides. Pensem que, més enllà de les històries concretes de cada llibre, els temes i els

personatges de la literatura sempre tenen una connexió amb les experiències humanes universals i, per tant, cada obra literària reflecteix els desitjos, les pors, els somnis, els conflictes i les emocions que compartim com a éssers humans, independentment del temps, la cultura o el lloc en què se situa la història. En definitiva, per a nosaltres, xerrar de llibres és xerrar de la vida.

Durant aquests anys també hem dinamitzat diferents propostes culturals pels mierencs i mierenques, com ara cinefòrums, xerrades, presentacions de llibres i la Mostra Literària que es fa cada any per Sant Jordi al nostre municipi. Des de la inauguració de Can Mosquera, ens encarreguem de dinamitzar l'espai de la Biblioteca, que us convidem a gaudir tots els divendres de 17 a 20 h.

De tots els llibres que hem llegit, hem fet una selecció dels que ens han agradat més i que tenim a la vostra disposició a la Biblioteca de Mieres. Aquí us la deixem. Esperem que els gaudiu tant com ho hem fet nosaltres.

Salut i bona lectura.



És un llibre que no us podeu perdre. Tracta un tema molt difícil, que no podem desvetllar, amb molta delicadesa. És un llibre interessant, intens i molt sensible alhora.

Descobrireu les “mares d'ànima”, i la vida a la Sardenya dels anys 50: des de la força de la comunitat a diferents maneres d'afrontar la maternitat.

Rita Grané



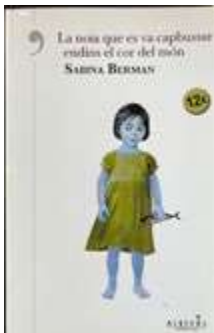
Podríem dir que ens mostra un món distòpic amb una gran dosi de supervivència. Us atreviu a llegir-la?

Anna Madriles



És una deliciosa novel·la epistolar, que ens parla del valor de la literatura com a refugi i consol en temps difícils. Una història que demostra la capacitat de la lectura per unir a persones de diferents gustos, cultures i ideologies.

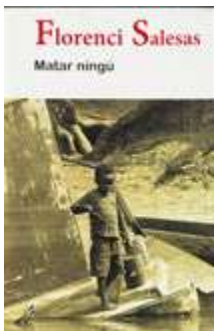
Anna Torras



¿Què hi ha entre Karen (protagonista de la novel·la, rebel, incompresa, genial...) amb Temple Grandin (zoòloga, etòloga, professora universitària americana...)? Que totes dues són autistes, i que la primera recrea, en una història que atrapa, alguns episodis de la vida de la segona.

Si investigueu una mica, comprovareu com tonyines, vaques, màquines de fer abraçades i escorxadors estan relacionats en aquest relat inoblidable.

Mari Carmen Paradas



Matar ningú, la primera novel·la de Florenci Salesas, narra les contradiccions d'en Jojo, un home ja adult que recorda les vivències de quan era infant al Congo Belga, previ al desmantellament colonial. Criat entre una mare blanca, catòlica, racista i patriòtica, i un pare de caràcter feble, les decisions que prendrà, el perseguiran tota la vida. Una història que discorre entre la fina línia de la culpa i la innocència, el sadisme i la candidesa.

Carles Guillot



“Una gota, una altra gota... i al final mullats”.

L'Estela deixa casa seva per anar set anys a netejar a casa dels patrons a Santiago de Xile i tenir cura de la Júlia, una nena amb ansietat. Sembla una història senzilla, però a cada pàgina passen “gotes i gotes”.

El verí, la pistola, la confessió inconfessable del senyor..., un degoteig “una gota, una altra... i al final remullats d'esdeveniments”.

Esther Álvarez i José Bazoco



Jocelyne Saucier ens endinsa en els frondosos boscos del Canadà, on anirem descobrint un petit món de relacions. Coneixerem enigmàtics, personatges que, després d'una vida atzarosa, han decidit viure en llibertat fins al final, sense defugir els entrebancs que el transcurs de la vida ha posat a cadascú.

És un preciós cant a l'amistat, al respecte i a l'amor sincer.

Gaudiu-lo!

Mieta i Victòria Seix

.....



Un original espectacle de malabars amb el llenguatge: neologismes, cultismes, ironies o vulgarismes, ballen arrauxadament per mostrar-nos una sàtira social i política crua, però plena d'humor.

Estimaràs els fatigosos o a l'ésser asocial que, sent un fastigós més, està reinventant la seva vida i descobrint les seves necessitats reals.

Tots fem de fatigosos en molts moments, però si això surt de la intimitat i ho acaben sofrint els altres, aleshores ets un MOCHUFA.

Des que vaig conèixer en Manuel, guardo un tornavís – talismà a la butxaca i intento ser allò que hauria de ser per no convertir-me en una Mochufa.

Maribel Prieto

.....



Una ficció històrica que retrata una etapa convulsa dels Estats Units d'Amèrica: el procés d'abolició de l'esclavisme (que no del racisme). L'autor ens proposa una mirada gens maniquea a partir d'un relat farcit de personatges que simbolitzen la diversitat de protagonistes de la que va ser una xarxa de suport als esclaus que fugien buscant la llibertat. L'autor transforma el Ferrocarril subterrani en un autèntic tren que viatja per les entranyes del país. Un viatge que recomano i que ajuda a entendre una mica més l'essència del ser humà.

Jordi Rojas

.....



Un llibre km 0. Miquel Aguirre i Oliveras ens delecta amb una novel·la d'humor negre, macabre i cínica. Ambientada al Pla de l'Estany i inspirada en personatges de l'entorn. Un seguit de fets esbojarrats van embolicant la troca i passem de la llum a la foscor a mesura que anem girant pàgines. Només hi ha una cosa clara: els morts no parlen...

Alba Massanas



Coral SISISI de Mieres

En iniciar un viatge com aquest, podria semblar que sorgeix d'una cosa meditada, pensada i amb un guió previ. Sospesant cada pas, cada acció, cada moviment que fem.

Potser una mica sí que és així..., però hi ha una gran part d'inconsciència, de confiar en què passarà, de fluir amb el moment i sobretot, de la perseverança d'algunes persones que van creure que provar-ho podria aportar-nos alguna cosa preciosa i especial a les nostres vides. Gràcies a totes les que vau poder sentir que iniciar un projecte musical com és una coral, ens aportaria tot això.

Ara i aquí, sé i sento que encara ens aporta molt més. Que durant set anys han passat tantes coses en aquest petit poble que és Mieres! Des d'aquí cap al món. Movent emocions i sentiments dins i fora nostra.

Gaudim de cada assaig, de cada persona que arriba; enyorem a la que passa una estona per les nostres vides i s'emporta el record d'haver compartit, d'haver-se compartit. Del pòsit que la música ens deixa a dins i de l'amor que tot plegat li ha fet arribar tot deixant-li alguna cosa especial.

Compartim molta música, però sentim que va més enllà d'aquest art, efímer i colpidor. L'amor és l'amor pel que fem, pel que sentim i pel que us volem fer arribar.

Compartim amb vosaltres un text fet de les paraules que ens fa néixer aquest cor:

Amb calma prenem les fibres que arrepleguem dels cors per arrelar-nos, teixint un niu que és fet de branquillons de música i d'amor, de creixement i de presència. Un niu fet d'aprenentatges que lliguen vincles que expressen el regal de rejuvenir-nos. Sumant-hi brins d'ara i aquí, de complicitats i de rialles, gaudim assolint reptes i afegint-hi palletes d'il·lusió i superació. Creem comunitat mentre compartim escoltes, afegim fils de memòria i experimentació. Lligant-hi volianes posem



tot el nostre cor, tot el nostre art, vivint amb gratitud el plaer d'aquest niu, on els espais són els silencis i l'estructura les notes que ens transporten, que ens fan bé i ens connecten. Cantem perquè quan connectem i totes les veus són una veu, ens sentim feliços i més si ballem i cantem per a tu.



**> Vídeo del SISISI
cantant el poema de Joana Raspall,
Podries, musicat per Roba Estesa.**



La màgia de cantar en comunitat explicada per la neurociència

Marta Trigo (text)

Mònica Bada (il·lustració)

“A la coral les veus s’entrellacen, però també els cossos i les emocions. És un acte col·lectiu que enforteix l’empatia i el sentit de pertinença”, aquestes paraules de la neurocientífica Nazareth Castellanos, expliquen molt bé la màgia que succeeix cada divendres al Centre Cívic de Mieres.

La Coral SISISI és molt més que un grup de persones cantant plegades. És un espai de connexió, alegria i benestar, sustentat no només per emocions compartides, sinó per una base neurocientífica que explica per què cantar junts és tan transformador. *“Cantar no és només un acte vocal, sinó una pràctica profundament corporal que connecta la*

respiració, el ritme cardíac i l’activitat cerebral”. Quan cantem en grup, el sistema nerviós es veu beneficiat de múltiples maneres, des de la sincronització de les ones cerebrals fins a l’alliberament d’oxitocina, coneguda com l’hormona de la confiança. Vols saber què més afirmen els estudis científics sobre els beneficis de cantar en una coral?

El cervell i el cant coral

Diversos estudis han demostrat que cantar en cor activa regions del cervell relacionades amb el plaer i la recompensa, com el nucli accumbens i l’escorça orbitofrontal (Vickhoff et al., 2013). A més, se sin-

cronitzen els ritmes cardíacs dels participants, creant un efecte gairebé màgic de cohesió grupal.

Un alleujament per a l’estrès

A més, cantar en una coral redueix els nivells de cortisol, l’hormona de l’estrès, i augmenta els nivells d’immunoglobulina A, clau per reforçar el sistema immunitari. Això no és anecdòtic, sinó un fet avalat per estudis com el de Kreutz et al. (2004), que conclouen que la música coral té un impacte directe en l’equilibri del sistema nerviós autònom, fomentant un estat de relaxació i benestar.



Cantar i la neurogènesi

Un dels efectes més fasci-nants del cant coral és la seva in-fluència en la neurogènesi, el pro-cés pel qual el cervell genera noves neurones al llarg de la vida. Recor-des allò que algunes generacions vam aprendre com a veritat abso-lutament científica, que al llarg de la vida anàvem perdent neurones i ja no les recuperàvem? Doncs re-sulta que no era pas així. La neuro-gènesi succeeix al llarg de la vida, però la seva eficiència depèn molt de nosaltres i el que fem amb el nostre cervell. Nazareth Castella-nos explica que *“el ritme del cant, combinat amb la respiració profunda i regular, estimula zones com l'hipo-camp, una àrea clau per a la memòria i l'aprenentatge, on es produeix la major part de la neurogènesi”* (Cas-tellanos, Neurociencia del cuerpo, 2021). Això significa que cantar no només reforça la salut mental i emocional, sinó que també con-tribueix a mantenir el cervell ac-tiu i adaptatiu, fins i tot en edats avançades. Estudis recents avalen aquesta idea, destacant que acti-vitats artístiques i musicals poden potenciar la neuroplasticitat i afa-vorir la regeneració neuronal.

Cantar per a la neuroplasticitat

Nazareth Castellanos destaca, a més, que activitats com el cant co-ral fomenten la neuroplasticitat, la capacitat del cervell per adaptar-se i canviar. *“La repetició de patrons rítmics i melòdics és com una gimnàstica per al cervell. Estimula connexions neuronals que enforteixen tant la memòria com l'atenció”*, diu Castellanos.

El cervell, el cant i el movi-ment corporal

A la coral de Mieres no només es canta; també s'hi incorpora percus-sió corporal i ball, una combinació que potencia els beneficis per al sistema nerviós. Aquestes pràctiques rítmiques afegeixen un component físic que, se-gons Castellanos, *“activa xarxes neuro-nals responsables de la coordinació motora i fomenta una connexió profunda entre el cos i el cervell”* (Castellanos, Neurocien-cia del cuerpo, 2021).

Diversos estudis han demos-trat que activitats que combinen moviment i ritme, com la percussió

corporal, augmenten la producció de dopamina, una substància clau per a la motivació i la felicitat (Thaut et al., 2005). A més, el ball en grup fomenta la sincronia social i la cohesió, activant circuits cerebrals associats amb l'em-patia i la col·laboració. Aquesta combi-nació fa que la coral de Mieres no sigui només un espai musical, sinó també un lloc on s'estimula la neuroplastici-tat i es promou un benestar integral.

La màgia del poble

Al nostre estimat poble, la coral és un espai de sanació on les tensions del dia es dissolen en melodies com-partides. *“Cantar en comunitat ens re-corda que no estem sols, que les nostres veus compten i que, juntes, podem crear alguna cosa bella”*, conclou Castellanos.

Si bé la neurociència explica els beneficis de cantar en cor, si can-tes a la coral de Mieres tot això ja ho sabies. Ara, simplement tens algunes dades i paraules que sonen molt cul-tes per explicar allò que tu i jo pas-sem pel cos cada divendres. Perquè només cal venir a la coral per sentir la màgia, una màgia que té profun-des arrels en la nostra biologia.

Referències científiques i fonts:

- Castellanos, N. (2020). El espejo del cerebro. Ediciones Kairós
 Castellanos, N. (2021). Neurociencia del cuerpo. Ediciones Kairós.
 Castellanos, N. (2021). Entrevista a La Mente es Maravillosa: “Cantar, una via d'empatia i connexió”.
 Castellanos, N. (2022). Conferència Neurociencia y Música. Universitat Complutense de Madrid.
 Thaut, M. H., Kenyon, G. P., Schauer, M. L., & McIntosh, G. C. (2005). The connection between rhythmicity and brain function. Progress in Brain Research, 155, 289-302.
 Vickhoff, A., Malmgren, H., Åström, R., Nyberg, G., Ekström, S. R., Engwall, M., ... & Nilsson, M. (2013). Music structure determines heart rate variability of singers. Frontiers in Psychology, 4, 334.
 Kreutz, G., Bongard, S., Rohrmann, S., Grebe, D., Bastian, H. G., & Hodapp, V. (2004). Effects of choir singing or listening on secretory immu-noglobulin A, cortisol, and emotional state. Journal of Behavioral Medicine, 27(6), 623-635.

Mantenim la il·lusió

Vivim Mieres

L'any 2024 ha estat, per a Vivim Mieres, un conjunt d'experiències i vivències de tota mena. Si l'any passat parlàvem de teràpia de xoc per a referir-nos als aprenentatges continus que vivíem: tributs, subvencions, pressupostos, processos, activitats, xarxa d'aigua, etc., enguany podem dir que el xoc va donant pas a un coneixement que es pot anomenar *incipient* però encara *no profund*.

Comencem a navegar en aquest llenguatge i aquestes normes tan estranyes, unes vegades tenint clar com funciona tot, i d'altres, encara movent-nos a les palpentes, desorientades i insegures. De tant en tant, encara ens sobrevenen dubtes i por d'equivocar-nos. Amb tot,

mantenim la força i la il·lusió i cada dia guanyem en confiança i seguretat.

Així, aquest vaixell ja va agafant velocitat i estabilitat. Ens hi hem embarcat i continuem viatjant, tot i que encara hi ha maniobres d'aquesta nau que no dominem.

La travessia de 2024 ha tingut de tot. Des de moments de calma i vent favorable fins a dures ventades que ens plantegen reptes, tant sobre decisions com sobre gestió. En són exemples la greu sequera, amb la compra de desenes de tancs cada setmana, que ha tingut com a conseqüència un greu problema de finances, i la decisió de posposar un any més els Pressupostos Participatius per a mirar d'estalviar. Iltíf va suposar un

repte com a equip i com a poble, i estem molt satisfetes de tot el que ha aportat i l'acollida i implicació tant de les persones com de les entitats de Mieres. Creiem que l'experiència no només deixarà una empremta en l'equip de Vivim Mieres, sinó també al poble mierenc.

Després de les adversitats, hem recosit veles i hem reprès el rumb sense saber del cert on arribarem, però convençudes de la direcció. Pel camí, es produeixen relleus. Un gran agraïment a les persones que marxen, per la seva dedicació i entrega, i també agraïment a les que entren per la seva predisposició i valentia.

La vida és canvi i forma part del procés que estem experimentant i del

seu flux natural. Anem construint i descobrint a mesura que avancem.

La il·lusió de nous projectes i horitzons ens continua motivant i animant, com el projecte Mieres (Re)genera. Ens porta a explorar i a relacionar-nos entre nosaltres i amb el territori d'una manera diferent, encara per definir. Construïm i actuem a mesura que avança el temps i treballem entre totes, i sembla que anem cap a un nou model de governança i participació. No sabem on ens portarà, però sabem que estem explorant noves rutes amb un potencial encara desconegut, però molt prometedori i engrescador.

Així doncs, encarem aquest nou any amb ganes, força, alegria... i, és clar, un punt d'incertesa!



Camins

Amics de la Serra de Finestres i
de l'entorn de Mieres

L'entorn de Mieres sempre ha format part de la vida dels seus habitants. L'han treballat, l'han viscut, l'han trepitjat. És un territori ple de vida, amb un lligam molt fort amb el paisatge. Els camps de cultiu, els masos, els ramats, les muntanyes, els boscos, les rieres, continuen sent l'essència de les persones que viuen a Mieres. I, en certa manera, Mieres i el seu entorn són un refugi, un lloc on trobar-nos, reposar, reflexionar i on ens sentim protegits i a gust.

En aquest espai vital, ha existit de sempre una xarxa de camins que han enllaçat amb el poble, com un arbre amb les seves arrels i les seves branques. Són camins antics, camins que s'han fet servir durant generacions per anar a bosc, per anar de poble en poble, per anar de casa en casa o perquè la mainada anés a l'escola. Són camins que ara tenim la sort de poder trepitjar mentre gaudim del paisatge en un matí d'excursió, camins que ens porten a una antiga casa, camins que ens apropen a una construcció de pedra, una feixa, una font, una balma, una cova o una ermita.

Tot aquest patrimoni natural i històric l'hem de cuidar i respectar i hem d'intentar transmetre el seu valor a les pròximes generacions.

Des de l'inici de l'Associació, hem anat mantenint gran part dels camins de la Serra de Finestres i de l'en-

torn de Mieres i n'hem recuperat i senyalitzat d'altres, amb rètols de fusta que s'integren en el paisatge. Pensem que organitzant activitats i excursions, donem valor a aquest espai que sempre ha format part de nosaltres i que ha donat vida.

Aquest any passat 2024 hem col·laborat amb una nova edició del mapa excursionista Alpina de la Vall de Llèmena, que inclou la muntanya de Rocacorba i la Serra de Finestres, on es defineix una gran part del terme de Mieres.

És un goig tenir un mapa a escala 1:15.000 de la Serra de Finestres amb els camins dibuixats i els topònims fixats que s'han anat recuperant i senyalitzant al llarg dels darrers anys. La feina que va fer en Joan Pontacq ara es veu reflectida. El seu esperit el continuem mantenint i també amb els companys de la colla El Cul Actiu Estassador, de Canet d'Adri, que continuen amb la tasca de recuperació del patrimoni.

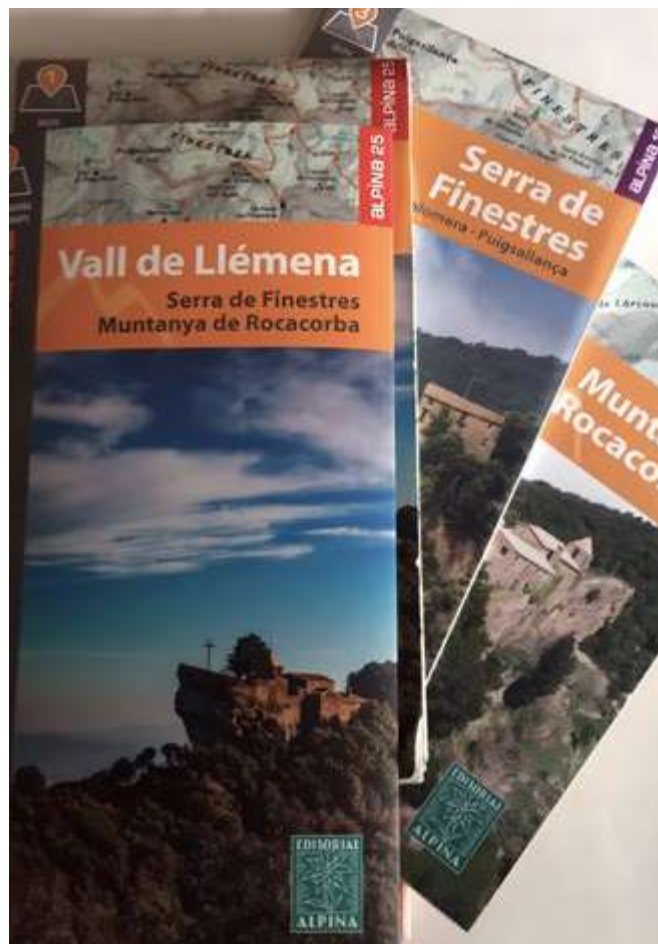
Noms de corriols, recs i torrents, fonts, balmes, avencs, masos, veïnats, serrats, turons, ermites, oratoris, lleixes, cingles, arbres singulars..., en el mapa, quedaran protegits de l'oblit pel pas del temps i continuaran sent part de nosaltres.

> Web dels Amics de
la Serra de Finestres.





> Excursió a Sant Aniol d'Aguja.



L'Esperit de la Fira és l'intercanvi

La Fulla 

Cada segon diumenge de novembre se'ns omple el poble de gom a gom. És el dia de la FIRA DE L'INTERCANVI.

A les 6 del matí comencen a arribar els primers de cada any, que es posen en el seu lloc estratègic per muntar la parada. És un moment de retrobades i de repàs de l'any, ja que amb la majoria, només els veiem aquest dia.

Encara és fosc i ja arrenquem el dia, al principi van arribant de gota en gota, i a mesura que va clarejant es va animant fins que arriben a tot raig, i cap al migdia torna a afloxar. La colla de l'entrada ha arribat a comptar cap a 700 vehicles.

Descarreguen i van muntant parades i més parades, es van omplint els carrers i com si fos un formiguer, la gent circula amunt i avall. Es posen en marxa els intercanvis, van seguint les retrobades i descobertes fins a l'hora de dinar. Quan arriba l'hora de la sopa de pedres, que ens fan els de Collbahi, hi ha una pausa, es concentra el personal a la plaça fent cua amb els bols i les olles per compartir. Tota l'activitat està concentrada en la sopa.

I mentre se serveix, anem escoltant la música que ens acompanya durant tot el dia. En Raúl coordina els músics i altres espectacles de voluntaris que disposen de l'escenari

obert, i ho va combinant amb la seva "Mezcla Infinita".

Després d'aquest moment de relax, es fan els últims intercanvis i a recollir. Hem de dir que aquest pas hi ha qui el fa millor que altres... Per acabar el dia ens queda rentar les olles, desmuntar el bar i recollir-ho al Torrent II · luminació.

Per a l'Associació la Fulla és un cap de setmana intens. Comencem dissabte al matí, buidant el racó del magatzem del pavelló, aprofitem per passar l'escombra, i ho portem tot a la plaça. Es fan els diferents equips per muntar carpes amb l'escenari i el bar, preparar les olles, marcar els aparcaments, fer la instal·lació de l'aigua i la llum i, de mica en mica, tot va agafant forma. En acabat dinem plegats, reunió per acabar de lligar caps, fer els últims tocs i a dormir d'hora que l'endemà és el gran dia.

Diumenge Fira. Pim, pam, pum.

I dilluns, acabar de desmuntar, esmorzar botifarrada, portar les coses al pavelló, rentar gots, plats, bols i culles, endreçar-ho tot al magatzem, dinar, reunió de valoració i llestos. Ja en tenim una altra al sac. Ja n'hi ha 38 !!!!

Aprofitem l'avinentsa per donar les gràcies a tota la gent que durant aquests dies ens dona un cop de mà i a la gent del poble per la seva paciència en aquest cap de setmana tan mogut.



Estalvia amb la CEL de Mieres

Cooperativa energètica CEL de Mieres SCCL



ACEL de Mieres continuem avançant per tal que els veïns puguem gaudir d'energia fotovoltaica neta i de proximitat. Per això cal una combinació d'una instal·lació ben dissenyada, eficiència energètica i aprofitament de les oportunitats disponibles. Aquí tens alguns consells pràctics:

Obtenció d'energia.

Aprofita que vivim en un territori assolellat i utilitza l'energia fotovoltaica. Pots fer-ho de manera individual, posant plaques a la teva teulada, però nosaltres t'oferim associar-te a la cooperativa i gaudir de l'energia solar col·lectivament, sense haver de fer obres ni preocupar-te del manteniment de la instal·lació. Estalviaràs i reduiràs la teva petjada de carboni, que és un dels principals causants del canvi climàtic que tant ens afecta i afectarà en molts àmbits, incloent-hi la nostra salut. Al nostre web trobaràs tota la informació i la manera de contactar i fer-te soci de la cooperativa: www.celdemieres.cat

Millora l'eficiència energètica.

Utilitza electrodomèstics eficients, aparells amb etiqueta A o B i llums LED.

Aïllament tèrmic.

Redueix el consum de climatització millorant els tancaments de portes, finestres i aïllant les parets. Pensa que més del 50% de l'energia que consumim a la llar es dedica a mantenir la temperatura interior (calefacció 44% i aire condicionat 7%). El Sistema d'Aïllament Tèrmic

Exterior (SATE), és segurament l'opció més eficaç per reduir l'intercanvi tèrmic amb l'exterior. Consisteix en la col·locació de plaques rígides de material aïllant sobre la superfície exterior de la façana, seguit de diverses capes de revestiment protector. Aquest sistema ajuda a reduir les pèrdues de calor a l'hivern i a mantenir la frescor a l'estiu, redueix les oscil·lacions tèrmiques a la llar i elimina tots els ponts tèrmics i humitats per condensació. Amb el SATE aconseguim reduir els costos energètics (entre 20 i un 40% en funció de la zona climàtica) i augmentem el confort de la llar.

Identifica els "vampirs energètics".

(ex: aparells en *standby*, com ara TV, impressores, etc.) i procura desconectar carregadors o aparells en repòs.

Aprofita la compensació d'excedents.

(com la que ofereix un contracte d'autoconsum) i ven a la teva comercialitzadora l'energia solar que no utilitzes i que injectes a la xarxa.

Calcula el consum.

Analitza les factures elèctriques per determinar quants kWh necessites. Evita sobredimensionar la potència contractada per no pagar més del necessari. A CEL de Mieres tindrem aviat una aplicació que ens permetrà saber en cada moment quanta electricitat gastem de la xarxa, quanta ens prové dels panells solars i quin estalvi aconseguim. Quan l'aplicació estigui llesta, s'avisarà oportunament als socis.

> Nota: bona part de la informació d'aquest article està extreta d'aquests webs dels quals us recomanem la visita per ampliar informació:

- <http://consellenergetic.garrotxa.cat>
- t.ly/oxtS5

Canvi d'hàbits.

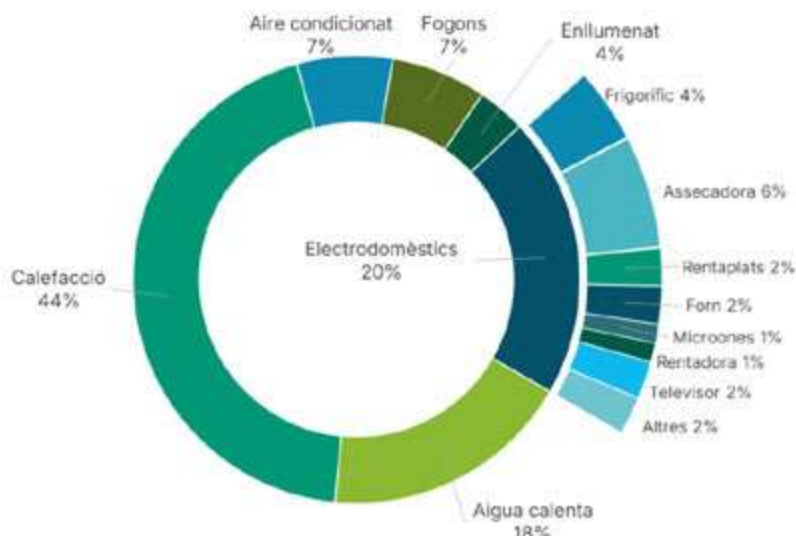
Si pots, fes servir o programa rentadores, rentavaixelles, etc. durant les hores de sol, que és quan reps l'energia fotovoltaica. Amb una planificació acurada i aprofitant les eines disponibles, l'energia fotovoltaica pot reduir significativament les teves factures i dependència energètica.

Eficiència energètica.

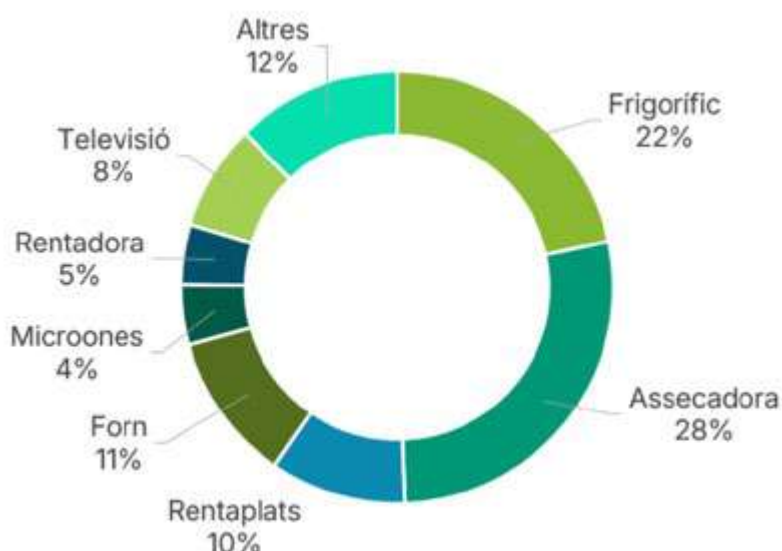
Al'hora d'estalviar en la factura d'electricitat, és important considerar diversos factors:

1. Una instal·lació eficient redueix el consum energètic sense renunciar al confort. Els equips moderns maximitzen l'ús de l'energia, fent la llar més sostenible i econòmica.
2. Les instal·lacions tèrmiques (calefacció i aigua calenta) suposen més del 60% del consum energètic de les nostres llars.
3. Els electrodomèstics, representen prop del 20% del total. Escollir electrodomèstics eficients i fer-ne un bon ús i manteniment és essencial per estalviar. Tenir en compte l'etiqueta energètica us ajudarà a prendre decisions informades i contribuir a un estalvi continu i a una vida més sostenible.
4. Parla amb la teva comercialitzadora i, en funció dels teus horaris d'ús d'electricitat i del teu consum, determina amb ells quin tipus de tarifa et convé més, d'entre les d'autoconsum col·lectiu amb dret a compensació d'excedents. Pot ser una tarifa plana a preu de mercat, o bé una tarifa per períodes horaris, com la del gràfic següent (P1, P2 i P3):

> Eficiència energètica



> Els electrodomèstics, representen prop del 20% del total



> Preu franges horàries



Manípul de Manaies i Botxins de Mieres

Rafel Noguer Planas

(President del Manípul de Manaies i Botxins de Mieres)

En primer lloc, volem felicitar a tota la gent que fa possible la revista de Mieres la Roca de Migdia pel seu 10è aniversari, l'enhorabona!

L'any 2024 el nostre manípul va participar en els següents actes:

El 21 de gener vam participar en una Trobada de Bandes a Banyoles, com a preludi de la Trobada de Manípuls de Manaies i Armats de tots Catalunya, del 3 de març, en motiu de la celebració del 75è aniversari del Manípul de Manaies de Banyoles.

El 22 de març vam celebrar la nostra Proces-

só en Honor de la Verge dels Dolors a Mieres, en la que ens van acompanyar els Manaies de Sant Daniel, i posteriorment, el dia 29 de març vam participar en el Via Crucis Vivent de Castelló d'Empúries.

Per tal de donar a conèixer la nostra Processó i el nostre poble, hem participat en el programa La Finestra de TV Olot i també hem col·laborat amb la revista Les Garrutxes, en concret amb en Guerau Palmada, per tal que poguessin explicar breument la Processó dels Dolors en el seu últim número (34), que va ser presentat a Can Mosquera de Mieres el passat 6 de desembre.

Recentment, ens hem posat en contacte amb en Pep Vila, de l'Institut d'Estudis Gironins, autor conjuntament amb en Mn. Joan Prat i amb Francesc Massip, del llibre *"La Processó dels Dolors de Mieres i la representació de la Passió"* (t.ly/lT_Nn), per tal poder fer alguna xerrada durant aquest any 2025 sobre la vida i obra de Fra Antoni de Sant Geroni, autor del fragment de la Passió que es representa al començament de la Processó. També estem mirant si podem fer alguna edició dels Goigs de Romeria que daten del 1669, essent un dels més antics de Catalunya.

> Trobada Manaies pel 75è aniversari del Manípul de Manaies de Banyoles. 2024



> Durant la Festa de Romeria, que se celebrava el dia 8 de setembre, dia de les Mares de Déu Trobades, es feia una missa a l'església de Romeria de la Celleria i es cantaven o recitaven aquests goigs

GOIGS DE LA

Nostra Sengora

QUE ES VENERA
CAPELLA DE MIERAS,



GLORIOSA VERGE

de Romeria,

EN LA SEVA
BISBAT DE GIRONA




Dir-vos vull els goigs, Sagrada i Excel·lent Verge Maria; puix que sou intitulada la Verge de Romeria.

El primer fou de gran bé per tota natura humana, quan Déu Etern trameté l'Angel Gabriel a Vós Mare, dient-vos: Ave Sagrada; concebireu el Messias, dient: aquí està l'esclava, o Verge de Romeria.

El segon fou dolç, Sagrada, dant a llum Déu Etern, restant Verge Immaculada, en el part no sentint mal; nit fou dia celestial, tenint d'àngels companyia Mare del fill immortal sou Verge de Romeria.

El tercer fou dels tres Reis, quan vingueren amb gran pressa, aportant-vos grans serveis, de terres molt estrangeres; els pastors en semblant dia feren també sa jornada oferint lo que tenien, de Romeria anomenada.

El quart fou incomparat, quan el tercer dia veié Jesucrist glorificat com tenia ja promès; molt alegre romangué excel·lent Verge Maria; mireu per nostres afers, o Verge de Romeria.



El quint fou d'excel·lència, quan vostre fill pujà al Cel, quedant la vostra Eminència amb l'Apostolat fidel; Mare del gran Manuel, Reina de gran Senyoria, de la terra i del Cel sou Verge de Romeria.

El sisè fou infinit de la il·luminació, que féu el Sant Esperit sobre la Congregació el fet fou d'un gran do per tota la companyia; pregueu a Déu que ns perdoni, o Verge de Romeria.

El setè goig que sentís, quan del tot magnificada sou pujada en paradís i a la dreta part posada, puix sou Mare excel·lada per tal gran Verge Maria, feu que tots tinguem posada amb Vós Alta Romeria.

A Vós, Verge singular, supliquem com fer-se pot pregueu a vostre fill car pels de Mieras devots i també per el món tot, que'ns doni tota alegria. Sigueu nostra intercessora, o Verge de Romeria.

Vos supliquem molt amada, excel·lent Verge Maria, sigueu la nostra advocada o Verge de Romeria.

V. Ora pro nobis Sancta Dei Genitrix. R. Ut digni efficiamur promissionibus Christi.

OREMUS

Concede nos famulos tuos, quæsumus, Domine Deus, perpetua mentis et corporis sanitate gaudere: et gloriosa Beatæ Mariæ semper Virginis intercessione, a presenti liberari tristitia et æterna perfrui lætitia. Per Christum Dominum nostrum. R. Amen.

AMB LICÈNCIA. Edició de l'any 1953, còpia de la 1669.

ALF. MATEU BANYOLES

Resum de les activitats de l'any 2024 a Mieres



> Quina de Nadal.



> Dinar de dones a Can Met.



> XII Mostra literària per la diada de Sant Jordi.

5 de gener. Cavalcada de les Reines d'Orient. Concert de la coral SISISI de Mieres. Organitza la Comissió de Festes.

13 de gener. Quina de Nadal, organitzada pel Grup de Joves de Mieres.

3 de febrer. Jornada: Parlem de l'aigua. Organitza l'Ajuntament.

16 de febrer. Carnaval. Organitzat per l'AFA, L'Escola i l'Ajuntament.

27 de febrer. Taller per aprendre a fer anar l'aplicació de la Meva Salut a les 4 de la tarda al Centre Cívic.

8 de març. Dinar de dones a Can Met. Organitza el Col·lectiu De-gènere.

10 de març. Com tirar endavant un hort amb poca aigua. Organitza l'Ajuntament.

17 de març. Sortida a Sant Aniol d'Aguja. Organitza: Amics de la Serra de Finestres.

22 de març. Processó dels Dolors. Organitza el Manípul de Manaies i Botxins de Mieres.

20 d'abril. XII Mostra literària per la diada de Sant Jordi. Organitza el Grup de Lectura de Mieres. Col·laboren la Comissió de Festes i l'Ajuntament.

6 de maig. Jornada de portes obertes a Can Mosquera. Organitza la Comissió Gestora de Can Mosquera.

1 de juny. Cinema Transhumant a Mieres. Organitza: l'Ajuntament.

2 de juny. Homenatge a la vellesa. Organitza: Ajuntament.

9 de juny. 'Si no vols pols no vinguis a l'era' a



> Homenatge a la vellesa.

l'espai nyamnyam.

13 de juny. Festa de final de curs.

23 de juny. Sortida per anar a buscar herbes per fer ratafia, en el marc del Festival de música als Micropobles.

18 de juny. Sortida per anar a buscar herbes per fer ratafia. Guiatge de Mari de can Zona. Organitza: Amics de la Serra de Finestres.

23 de juny. La Flama del Canigó arriba a Mieres. Bicicletada per recollir-la al Torn. Sopar popular, lectura del manifest i encesa de la foguera. Organitza la Comissió de Festes amb el suport de l'Ajuntament.

13 de juliol. Sopar a la fresca i bona música amb el grup The Keystone Cops. Organitza: Comissió de Festes i l'Ajuntament.

1 al 26 de juliol. Casal d'estiu per a Joves. Organitza l'AFA de l'Escola Finestres amb col·laboració de l'Ajuntament.

13 de juliol. Espectacle de dansa obert al poble, a l'Espai nyamnyam.

3 d'agost. Cinema a la fresca, a la Pl. Major. Organitza la Comissió de Festes.

27 de juliol. Bany de bosc. Organitza l'Ajuntament.

5 d'agost. Sopar i concert a la fresca amb el duet Naiara Burke i Berta Sala. Organitza la Comissió de Festes.

Del 22 al 26 d'agost. Festa Major de Mieres, organitzada per la Comissió de Festes:

- **Divendres 23. Itinerari artístic amb Irene Visa, Carlos Monleón i coral SISISI.** Organitza namnyam | Playback.



> Festa de final de curs.



> Sortida a buscar herbes per a fer ratafia.



> Sopar i concert a la fresca.





> Revetlla de Sant Joan.



- **Dissabte 24. Bicicletada** i es torna cap a l'escola on hi ha un mercat extraordinari de productes locals. **Farcells de Jocs i Kapla. Mercat d'andròmines. Portes obertes a Can Mosquera. Berenar popular. Cercavila** organitzada pel Grup de Joves i Grallers del Món. Inauguració de l'**exposició de fotografia**, organitzada per la comissió de fotografia de Mieres. **Sopar de festa major.** Tot seguit, **Concert de festa major** amb **Mother Mine.** A la matinada ball amb els **DJ's Amama i Mezcla Infinita.**
- **Diumenge 25. Celebració de la paraula | Sardanes** a la Plaça amb la cobla **Els Rossinyols** | **3r Concurs de truites** a la Pl. Major.
- **Dilluns 26. 2n campionat de ping-pong | Jocs tradicionals** a l'espai naturalitzat. Després dels jocs, **xocolatada | Entrega de premis del campionat de ping-pong** a la plaça Major i fi de festa.

21 de setembre. Dia de la Infància. Organitza l'Ajuntament.

19 de setembre a 1 de desembre. Cicle de tallers sobre regeneració del territori. Organitza l'Ajuntament.

11 i 12 d'octubre. l'Aplec Iltir 2024.

1 de novembre. Castanyada popular i concurs de ratafia. Organitza l'Ajuntament i els Amics de la Serra de Finestres.

2 de novembre. Xerrada L'arbre, aquest gran desconegut, a càrrec de Francesc Caralt.

10 de novembre. 38a Fira de l'intercanvi de Mieres. Organitza l'Associació Cultural la Fulla. Col·laboren l'Ajuntament de Mieres i la Diputació de Girona.

30 de novembre. Dins del cicle 'Vivim en un món devorat' a l'Espai nyamnyam, **vermut i dansa. Amb la coreògrafa Lu Cherigati.**

6 de desembre. Presentació de l'últim número de la revista Les Garrotxes.

15 de desembre. Dins del cicle 'Vivim en un món devorat', compartirem el **treball de recuperació de blats antics de Víctor Garcia.** Organitza: Espai nyamnyam.



> Jocs tradicionals.



> Aplec Iltir.



> Fira de l'intercanvi.



> Vermut i dansa. Amb la coreògrafa Lu Cherigati.

Aplec Iltir 2024. Algunes fotografies.

Lluís Fernández (fotografies)





Festegem

Gemma Draper (text i il·lustració)

De celebracions n'hi ha de tota mena. Els motius per celebrar són variats i són les ocasions per recordar, commemorar i assenyalar dates als calendaris que pauten el pas dels dies. Com estacions d'un viatge llarg, hi fem una parada, més o menys llarga, més o menys lluminosa, i seguim el camí. De celebradors també n'hi ha de molts tipus, mestres exquisits de l'art de la festa o bé devots anònims de rituals minoritaris. Celebrem en privat i en companyia; fem festa grossa i compartim un gest mínim; cremem el que és vell a la foguera o ens gastem la paga per fer lluir la taula parada; esperem tot l'any per un dia o ensopeguem per atzar amb un instant inoblidable. Molt sovint aprenem a celebrar quan aprenem les paraules familiars, així entrem com convidats en les litúrgies comunes, paganes o no, polides i repetides per generacions. O bé, n'iniciem de noves: noves raons, noves dates, nous participants. Tortells, banderoles, consignes, tonades, gestos, llaminaures, vestuari. Una celebració sempre actualitza una força humana i antiga, porta al present allò que va ser i allò que serà. Una celebració és un reconeixement, un edifici efímer de temps.

“Phyllobolia és la paraula del grec antic que fa referència al costum de llençar branquetes, fulles, garlandes o altres vegetals (a vegades ordi, flors, fruits) a sobre, al cap a o davant d'una persona, generalment en celebradora reverència, en ocasió de desfilades, casaments o funerals. Segons la forma canònica del ritual, es fa ús de retalls de verd, d'ofrenes no refinades de flors o de fruits. Tradicionalment, allò que es llença no és recollit o guardat, sinó que es trepitja.”

Hem trobat aquest fragment llegint un article sobre la història i orígens del *confetti*, material que en les seves múltiples formes juga un paper en moltes celebracions. Des del grapat de fulles, o d'arròs, simbòlicament llençat a l'aire, fins a l'explosió de cintes daurades que culmina una competició o un espectacle i omple l'espai d'or, hi ha tot un ventall de costums i gestos que utilitzem per expressar públicament un reconeixement. Rituals, costums i festivitats que giren al voltant de l'homenatge a algú, a un moment, a un esdeveniment; al voltant del vincle amb alguna cosa més o menys tangible.

En aquest dossier hem volgut recollir aproximacions ben diverses a la celebració, mirades de reconeixement cap al present. Veureu com, en cada un dels casos, les persones que escriuen, parlen, reflexionen o dibuixen, ens ofereixen una entrada a una festa ben present i ben viva. Festegem la vida, doncs.



> Títol: **Festí**

Xavier Aballí. L'art en general

Gemma Draper (text)

Aquesta conversa podria haver acabat un minut després de començar-la. I, d'algun manera, ja hauria inclòs tot el que vam xerrar després del primer minut. Una conversa nuclear. Amb un univers tan xafat i premnat a dins, que generaria energia molt densa i poderosa. En Xavier Aballí és un mestre singular en molts aspectes i en molts àmbits; i el seu sentit de l'humor també. És com una navalleta ben afilada que es treu de la màniga en un batre d'ulls. Et fa estar atent. No donar res per pensat, ni per dit, ni per fet. Aquesta és la primera idea de joc que ens va venir al cap, donar per acabada la conversa en el mateix moment de començar-la. I tot seguit, escriure un text inventat que posteriorment ell podria corregir de cap a peus, convertint la conversa fictícia en unes galerades amb les costures a la vista i el contingut real com a anotació, com a canvi que el millora. Una metaconversa disfressada d'esborrany. És per aquests viarans que finalment caminarem, corriols creuats per arribar a la casa de l'art en general. Si us vaga llegir-ne els rastres, pot ser que us sorprengueu assaborint fruits de gustos i noms estranys o rosegant arrels inesperades. L'art en general és un lloc realment fantàstic.

.....

[G.D.] M'agradaria saber... O potser, per començar, la primera pregunta és... Qui ets?

[X.A.] Doncs... soc el Xavier. Diríem que soc una persona que estic interessada pel món de l'art en general, també des d'un punt de vista de la producció personal. Però no només, és a dir, m'interessa tant, o més el que fan els altres que el que faig jo. I això em va portar a estudiar Belles Arts a la Universitat de Barcelona.

Després, m'he dedicat a l'ensenyament artístic, fonamentalment a secundària i batxillerat, i això ha ocupat una molt bona part del meu temps. Però mai he trencat el fil i, paral·lelament, m'he mantingut, més o menys intensament, vinculat al món de l'art, de les exposicions, dels creadors. M'ha interessat molt continuar vinculat amb això. I després, d'alguna manera, de continuar la meua pròpia producció, de forma molt humil, adaptant l'obra al temps de què disposava i utilitzant gairebé les classes com una plataforma des de la qual propiciar propostes, sovint conjuntament amb els alumnes. Ara que m'he jubilat, dispenso de més temps per fer les meves coses i per dedicar-me també a mantenir i augmentar les relacions amb la gent que produeix art des dels vessants més variats. No només en l'àmbit de les arts plàstiques, també m'interessa molt el cinema, la literatura, el teatre... Continuo fent algunes col·laboracions amb entitats, amb ajuntaments o amb persones vinculades a l'educació de l'art, tot i que, ara d'una altra manera. Això és el que jo soc.

Ara hem vingut a Mieres, que és un poble magnífic i que ens agrada molt. El vam trobar per casualitat, no el coneixíem. És a dir, la recerca d'una casa és la que ens ha portat al poble. Abans de comprar-la vam investigar una mica i vam veure que era un poble que, per les seves dinàmiques i per les persones que hi viuen, era el que buscàvem. Una intuïció. S'adequava molt al que nosaltres enteníem i ens agradava, aquesta pràctica molt col·laborativa, de facilitar i propiciar la participació de les persones en els afers del poble. Tot això va fer que la vinguda a Mieres fos gairebé perfecta. Ara estem arreglant la casa, perquè estava relativament bé, però tant per dintre, com també per fora, li calen unes repassades. I la meua parella, la Maite, i jo, juntament amb un dels meus fills i la seva companya, l'Ignasi i la Judit, estem aquí, a Mieres, amb aquest projecte, que gairebé és un projecte artístic, de fer una casa.

[G.D.] La següent pregunta potser seria: què fas?, que una mica ja ho has explicat explicant qui ets... però del que fas en podries parlar amb més profunditat. Tant de la part d'educació dins de l'art, com de l'art com a pràctica personal. Podries explicar una mica més tant un com l'altre, o bé els projectes que ara tens amb entitats, perquè em vas explicar que estaves col·laborant amb la fundació Arrels, oi?

[X.A.] A Arrels estic en un taller ocupacional, en el qual hi ha una barreja de professionals amb voluntariat i persones ateses. És un conjunt de tallers, de ceràmica, fusteria, enquadernació... on cadascú fa en funció de les seves pos-



sibilitats. M'agrada molt perquè he après moltes coses allà, també propiciant i fent projectes i donant i rebent idees.

Per exemple, des de fa molts anys faig una col·lecció d'art de persones que viuen al carrer. Cada vegada que per qualsevol lloc del món em trobava algú que estava al carrer i que feia alguna cosa artística, doncs jo l'hi comprava. No em refereixo als que fan caricatures a les Rambles de Barcelona, sinó a persones que realment viuen al carrer i que, a més d'això, mantenen la capacitat de fer una producció artística. Això és una cosa que trenca una mica el tòpic que diu que per produir art has de tenir resolts uns mínims de benestar. He conegut molta gent que fa meravelles dormint i vivint al carrer. Per tenir treballs d'aquestes persones, que sempre els hi compro al preu que ells em diuen, el fet d'estar a Arrels, m'ha proporcionat un augment exponencial de la col·lecció, perquè estic en contacte cada dia amb moltes persones que fan producció artística i que viuen al carrer. Potser ara tinc 500 o 600 peces de gent que viu al carrer per tot el món. Ara, a més, com que hi ha molta gent que ho sap, quan troben algú per algun lloc del món, doncs em porten obres.

[G.D.] Tens alguna idea de què en faràs, d'aquesta col·lecció?

[X.A.] Amb Arrels volíem fer una exposició. Hem parlat amb el Centre d'Arts Santa Mònica per fer-la allà, perquè és un lloc a prop d'on viuen i treballen la majoria de les persones ateses. Està a mig camí entre el Centre Obert, on hi ha dutxes i altres serveis, i el centre ocupacional. Així

doncs, seria fer una exposició de treballs de les persones d'Arrels, de la col·lecció i, en un espai paral·lel, de l'obra de Miquel Fuster que era un dibuixant professional que per circumstàncies de la vida va estar quinze anys vivint al carrer. A més, hi hauria concerts, conferències, i alguna obra de teatre. Arrels dinamitza molt i realment fa que les persones ateses i les altres (voluntariat) aprenguin moltes coses. Molt gratificant, de veritat.

[G.D.] I pel que fa a l'activitat de profe d'art, com ha estat l'experiència de dedicar temps i energia a l'educació primària, secundària i batxillerat?

[X.A.] Molts alumnes em deien, sobretot els grans, de batxillerat, "tu deus estar frustrat perquè anaves per ser artista i has hagut d'acabar aquí, fent-nos classe", com si fos el pitjor càstig. Jo sempre els vaig dir que no, que no m'he sentit mai frustrat. Jo vaig entrar a l'ensenyament perquè m'agradava, no perquè fos una sortida per guanyar-me la vida, que també. Hi vaig entrar perquè pensava que m'agradaria dedicar-m'hi..., aleshores tenia vint-i-quatre anys, i amb els anys m'he adonat que va ser un encert, perquè les pràctiques docents m'han permès estar molt al dia de com són i què pensen els joves. Jo tenia 65 anys i els alumnes en tenien 15, 16 o 17. M'interessava moltíssim saber què pensaven, què els agradava, quina música escoltaven, en general com veien la vida i el món, per mantenir-me també en una contemporaneïtat. I m'ho he passat molt bé fent classes amb ells... També és cert que la meua feina l'he hagut de barrejar amb fer tasques de gestió, que no m'han agradat gens.

Potser l'única cosa que trobo a faltar és aquest contacte amb els alumnes. De fet, fa pocs dies vaig sopar amb exalumnes que ara tenen uns trenta-tres anys. Tinc 8 o 9 grups d'exalumnes amb els quals ens trobem encara habitualment. Hi ha poques coses millors que això. Sobre tot quan veus que alguna cosa que has dit els ha anat bé. Només això, penso, ja justifica una feina. I a més a més, és una feina molt creativa. Preparar una classe, fer una conferència, anar a veure una exposició... Per a mi és igual fer una pintura que fer una classe i no distingeixo una classe d'art, d'una de filosofia, literatura o d'història...

[G.D.] Hi ha un element de performance en la docència...

[X.A.] Sí, com m'ho munto per explicar una cosa a un grup de gent i que els interessi, que aprenguin, que els generi ganes de transcendir? Això no és tan fàcil i procurar-ho és una feina molt creativa. Per això els deia que no em sentia frustrat. A part que els feia servir quasi com a...

[G.D.] Laboratori?

[X.A.] Com a productors de coses que després jo utilitzava. Els hi posava treballs que ja estaven pensats amb la intenció que més tard jo els pogués aprofitar. I en acabat els hi ensenyava. Jo treballava amb ells a la classe. La classe era com el meu estudi. Ells treballaven en unes coses i jo en unes altres. Jo els hi criticava el seu treball i ells el meu. Està molt bé. No em penedeixo en absolut d'aquests quaranta anys.

[G.D.] I pel que fa a la teva producció? Si haguessis de parlar-ne... no tant explicar-la, perquè la producció ja està feta, oi? Més que explicar-la, potser, el que s'hauria de fer seria celebrar-la. Però d'aquesta part de produir art en aquests moments, què és el que més t'interessa o més valores?

[X.A.] Tinc tres línies de treball que van en paral·lel i amb una dedicació variable en el temps. Una és el manteniment d'una col·lecció fictícia que es diu "Q. Løss Collection". La Quentin Løss és com el meu alter ego femení, és una dona finlandesa que té una gran col·lecció d'art en què les obres que la constitueixen estan formades per obres reals d'artistes existents i que les tinc perquè les he intercanviat, o les he rebut com a regal, mai les he comprat. El fons d'aquesta col·lecció es barreja amb obres que jo faig imitant o seguint la línia d'alguns artistes que m'interessen, com Duchamp, On Kawara, Calder... Ara estic fent Kurt Schwitters, per exemple. Aquestes obres que jo faig s'integren a la col·lecció intentant que a l'espectador d'una exposició li sigui impossible distingir quina és una obra feta per un artista de veritat o feta per mi. Com a anècdota, en una ocasió que vaig

fer una exposició d'aquesta col·lecció, va venir la meua mare a la inauguració i em va dir, "Xavier, fill meu... però lo teu on està?" El meu nom no sortia per enlloc, només sortia un comissari finlandès, una col·leccionista finlandesa, i hi havia altres artistes des de les avantguardes o més contemporanis, a d'altres, com la Regina Giménez, l'Ignasi Aballí (el meu germà), la Dora García, Enric Farrés, Rafel Bianchi i altres artistes que formen part de la col·lecció. En realitat jo havia fet pràcticament la meitat de l'exposició... però treballant d'aquesta forma, imitant o treballant a la manera d'altres autors. Aquesta és una línia de treball, alimentar la col·lecció a través de l'intercanvi o de noves propostes d'artistes. M'agrada la idea de l'intercanvi, com a pràctica que representa una idea molt menys mercantilista de l'art. Només cal que l'altra persona que intercanvia estigui d'acord a fer-ho.

Una altra línia de treball que m'interessa molt és el temps (el cronològic, el pas del temps). De fet, ara imparteixo un seminari a la Central del Raval, a l'Acadèmia, que es titula *La representació del temps en l'art contemporani*, que va sobre artistes que han treballat directament aquesta qüestió. N'hi ha molts... El temps és una qüestió que ha estat centre d'interès en molts àmbits diversos: la física, la filosofia, les religions, l'art... és un tema transversal. Jo també estic treballant fent coses en aquest sentit. Ara he fet una exposició a Londres que es deia *Temps Estètic* i que era una reflexió al voltant del temps. Procuo vincular la meua producció a temes que m'interessen, no deixar-la només en un àmbit de reflexió estètica, sinó que produeixi, o proporcioni, o generi reflexió i que faci pensar. És a dir, que l'espectador d'una exposició o la persona que veu una obra meua ho pugui vincular amb altres coses. Es tracta d'anar una mica més enllà de quelcom purament esteticista. Almenys és com jo ho entenc.

Encara treballo investigant i veient com puc anar incorporant a la col·lecció alguns artistes que m'interessen. El que jo faig no són mai còpies ni reproduccions falses d'una obra, sinó que es tracta de captar-ne l'esperit i fer una obra en la mateixa línia, com continuar-la. No són còpies ni rèpliques. Només en el cas de Duchamp podem parlar de rèpliques. De fet, perquè ell ho accepta com una possibilitat. En el cas de Duchamp és un joc que ja havia incorporat i propiciat ell mateix. Per això vaig començar amb ell, perquè era un cas molt clar en què ell havia dit que qualsevol que volgués podia fer una rèplica de la seva obra. Estic segur que tots els *readymades* que he fet, ell els hauria signat. Durant la seva vida ho va fer sempre. I a més procuro ser molt rigorós i que se semblin als originals. Però també treballo d'aquesta manera amb altres artistes, perquè em sembla que és maco, que no és cap mena de distorsió ni de cosa rara.

[G.D.] Són artistes que són morts.



> Schwitters_2 "KS-XA Series"



> Calder_2 "AC-XA Series"

[X.A.] Encara no he fet mai això amb un artista viu. Potser és perquè no n'he trobat cap, de moment, que jo vegi d'una forma clara com fer-ho. No ho dic perquè sigui molt complicat o no, sinó perquè també podria ser conflictiu. Per exemple, fer un On Kawara quan encara estava viu no té cap sentit. Ell pintava dates i no té sentit que jo pinti la mateixa data que ell hagués pogut pintar. La primera la vaig fer l'endemà de la seva mort, quan ell ja no la podria haver fet. A partir d'aquí el meu plantejament és fer tot un any, vull dir cada dia d'un any, en aquesta idea de retre-li un homenatge.

[G.D.] Al principi parlaves també de l'interès a conèixer l'art que fan els altres i estar en aquest coneixement de l'art dels altres. En aquest coneixement i en aquesta aproximació, no per reproduir ni per fer rèpliques ni fer còpies, d'alguna manera el que tu plantejes és com una intimitat artística amb un altre... amb un artista que no està viu. Ara em fa pensar en aquestes persones que han de fer traduccions literàries de grans obres clàssiques. Per exemple, l'Anne Carson amb les seves traduccions, com la que fa amb l'obra de Safo, que és com un projecte de traducció que implica una intimitat molt gran, tant amb l'autor com amb l'obra. Per fer-ne la traducció l'has de conèixer molt bé. Creus que té alguna cosa a veure amb la celebració?

[X.A.] No ho sé. En quin sentit ho dius? Per què se t'ha acudit fer aquesta pregunta?

[G.D.] En el sentit justament que celebrar és com un reconeixement. De fet, hi ha una part que l'entenem com a festa, una part que és com una commemoració, però també com un reconeixement, oi?

[X.A.] Sí, un reconeixement.

[G.D.] I aquesta intimitat que implica estar tan a prop com pots, és a dir, aproximar-se tant com pots, a l'obra d'algú em sembla que és... per mi ho interpreto com un màxim reconeixement.

[X.A.] Sí. Sí que té d'això. És a dir, el primer artista amb què vaig treballar d'aquesta manera va ser Duchamp, però després va ser On Kawara perquè sempre pensava que m'agradaria molt tenir-ne un. Però, clar, un On Kawara val molts diners. Els barats valen un milió i mig de dòlars i no me'l puc comprar. I llavors vaig pensar, per què no te'l fas? Abans de fer-me el primer, vaig estar estudiant-lo molt bé, anava a llocs on sabia que n'hi havia un, per mirar-me com era, com estava fet, com era per darrere. L'Ignasi, el meu germà, havia comissariat una exposició on hi havia obres d'On Kawara i m'enviava fotos per veure com

és per darrere, què hi posa. Vaig anar interessant-me en tot, amarant-me molt bé de tot, del rigor, de com fa les capses, de com posa la pàgina del diari, la mida, el color..., tot això. A partir d'aquí, vaig fer el pas a fer-me'n un, de forma que realment, quan jo el veiés, em fes la sensació que tenia un On Kawara. I, clar, a la vegada és evident que tant Duchamp com ell, com Calder, com Schwitters, són artistes que a mi m'agraden molt. Jo crec que la màxima celebració és intentar quasi posar-se en el seu lloc i imitar el que ells feien quan treballaven. He vist moltes fotos d'ells treballant, d'ells al seu estudi, d'ells com pintaven. Afortunadament, hi ha força documentació de quasi tots, de Schwitters no tanta, però bé, ho he resolt jo a la meua manera. I aleshores crec que sí, que és un gran homenatge envers ells, els artistes que m'han donat molt, i és com un petit retorn. Ha servit molt per donar-los a conèixer, perquè allà on hi ha una peça d'aquestes, moltes persones que no els coneixien, ara els poden conèixer.

[G.D.] Sí. És interessant això d'incloure el coneixement del taller de l'artista com a pista per conèixer la seva obra. També, en contrast amb això altre que has dit, que de fet l'artista també pot estar sense taller. I jo he conegut l'espai on feies les classes de què has parlat, com a tercera opció. Hem plantejat un triangle d'opcions, el taller de l'artista i la classe d'art i el carrer, com si fossin tres espais per l'art.

[X.A.] Exacte. La classe era un taller claríssim. Hi havia vegades que jo estava fent unes obres amb diferents colors, i els feia fer aquarel·les d'un color determinat, perquè després em quedava l'aigua de netejar els pinzells. Ells no sabien què era per això. Els prohibia llençar l'aigua, me la quedava jo com a material. Com a material pel meu treball. Coses així. En acabat els hi ensenyava. En això hi ha molts estereotips. L'artista, el taller, la soledat... Que sí, és cert que en forma part. Reflexionar ho fas quan estàs sol, és important, però això no vol dir que siguis asocial. També es reflexiona interactuant amb els altres. Hi ha molts estereotips sobre tot això que jo crec que són per desconeixement. Ja no hi ha una manera única i canònica de ser artista. No t'has de tallar l'orella, ni ser borratxo, ni ser... no sé què, el bohemí... Tens un Jeff Koons, que és gairebé un broker i que va vestit d'Armani... L'important és tenir idees i saber-les explicar.

[G.D.] Actualment podem dir que la societat té espais de contacte amb l'art antic. Som capaços d'entendre l'art antic, som capaços d'entendre l'art medieval, l'art modern... Però és cert que l'art contemporani sovint sembla menys proper. Hi ha un moment en què hi ha persones que se senten com que o no és un espai per ells, o apareix una resposta prototípica, que és: jo això no ho entenc, no li veig valor.

I això em sembla que és una manera d'escollir quedar-se fora o de protegir-se d'una cosa que incomoda pel que sigui. Tens alguna cosa a dir sobre això?

[X.A.] Una cosa que vull dir és que no comparteixo la teva premissa inicial. Jo crec que la comprensió que la majoria de les persones tenen de l'art antic és molt epidèrmica. És una comprensió situada en l'estadi primerenc de la figuració. Entenc que això és un senyor sobre un cavall, però no s'entra més enllà, si és una escena mitològica, per exemple, o si hi ha qualsevol altre tipus de concepte. Crec que moltes de les persones que creuen entendre l'art de les èpoques que et referies, en realitat no ho entenen. O no en tot el seu abast. Estic pensant en *Les Menines*, de Velázquez, per exemple, un quadre hipercomplex. El barroc dintre del barroc, que ha generat llibres, estudis de filòsofs, etc., i la majoria de les persones que s'acosten a *Les Menines* saben que és un quadre mític, veuen un senyor que es pinta a si mateix en un escenari amb més personatges, però ens quedem aquí.

El contemporani, en segons quines manifestacions, no té ni això. No hi ha figuració on agafar-se. I això genera rebuig. Jo crec que en bona part tenen raó. D'acord que l'espectador ha de fer un esforç, però crec que també hi ha d'haver uns mecanismes facilitadors que s'han d'utilitzar, des del plantejament museístic, educatiu, pedagògic o des del que sigui, que hi ha d'haver uns mecanismes facilitadors i d'apropament. Perquè si no, l'art es queda reduït a uns col·leccionistes, a unes elits que estan introduïdes i després, fora, la resta del món que queda totalment al marge (penso en la "Frase d'or" de Dora García que diu "*El arte es para todos, però solo una élite lo sabe*"). Al MACBA hi ha molta més gent a fora fent skate que a dintre mirant obres. I la majoria dels que estan a dintre són estrangers o turistes que hi van perquè la guia diu: *fes això*. I de tant en tant n'hi ha algun que sí. Però també segurament és d'aquest nucli d'iniciats. Jo crec que falta esforç d'explicació, de comissariat, per facilitar la comprensió. Si tu entens què vol aquell artista i per què ho fa, el plaer és enorme. Encara que sigui un artista conceptual, és que hi ha gent molt interessant. Però les han d'explicar, has de facilitar-ne l'accés a la comprensió. Jo crec que encara estem lluny d'això.

[G.D.] Aquests dies estava llegint un text de la Marina Garcés amb els alumnes que es diu *El desig i la dificultat*. Està bé perquè ella fa una autoreflexió de quan va començar a fer articles i li van dir: això la gent no ho entendre i serà difícil per la gent. I ella parteix de qüestionar què vol dir dificultat i què vol dir gent. Aleshores intenta desmuntar falses parelles d'idees, com dificultat i complicació. I reflexiona sobre un pretès antielitisme que al final el que fa és que s'acabi rebutjant i menystenint qualsevol dificultat i acceptant només allò que sigui fàcil.

[X.A.] Quan estudiava Belles Arts, el nostre professor era Joan Hernández Pijuan i un dia ens va dir una frase que m'ha quedat gravada tota la vida i que crec que és molt bona. La frase és de Trotski, no d'en Pijuan. Trotski va dir, segons en Pijuan, que s'havia de fer una altra cosa. Que s'havia de fer un poble per l'art i no un art pel poble. És a dir, no rebaixar el nivell artístic perquè sigui entès, sinó elevar el nivell cultural perquè la gent hi pugui arribar. A mi em sembla que és molt interessant això. Això es va dir en els inicis de la revolució, on artistes de superavantguarda van participar de la revolució política russa als anys 1917, 1918. Després tot això va canviar, però aquesta idea primigènia era extraordinària: eduquem la gent perquè puguin entendre, accedir, gaudir de qualsevol manifestació artística. No la rebaixem perquè sigui fàcil o planera. A mi em sembla molt important aconseguir que les persones puguin arribar a interessar-se i a comprendre. Fem propostes i en acabat fem que la majoria de les persones hi arribin. Em sembla que està bé això. És una molt bona idea.

[G.D.] Aquesta darrera pregunta ara la faig per si de cas, perquè a vegades, com que et conec una mica, sé que tens aquestes intuïcions... com un llum d'emergència per assenyalar on ets.

[X.A.] Una bengala.

[G.D.] Sí, una bengala, però d'aquestes nàutiques, no de revetlla de Sant Joan. De quina manera podem vincular aquesta petita conversa que hem tingut amb el poble? Amb la gent, amb el paisatge...

[X.A.] Tinc la sensació que Mieres és un lloc on hi ha una gran receptivitat. Hi ha molta gent disposada a deixar-se imbuir de propostes. Ho he vist, per exemple, a la Fira de l'intercanvi o en algunes propostes de la Festa Major... Per tant, crec que és un lloc que en moltes coses és realment singular. Jo estic disposat a fer coses. A participar en el que es cregui que pot interessar o en allò que pugui col·laborar. El que sigui. Jo ja em sento d'aquí. De la mateixa manera que molta gent et dona, donar també el que pots. Tinc ganes de col·laborar amb... allò que es consideri que puc fer.

[G.D.] Voldries afegir alguna cosa més?

[X.A.] Em fa molta il·lusió que des que som aquí, t'adones que... coneixies més gent que no et pensaves que està més o menys vinculada a Mieres o que el coneix. I és que estem molt contents de ser aquí. Realment... va començar com una casualitat, va encaixar tot, i estem molt contents amb tot el conjunt.



> Duchamp “MD-XA Series”

—Mrs Dalloway
said she
would buy
the
flowers
herself—



> Il·lustració: **Gemma Draper**

De la ciència als vincles.

Reflexions des de l'ecosofia d'un metge dels marges

Jordi Vila i Alcalde (text)

Gemma Draper (il·lustració)

Et converteixes en allò de què participes.

Henryk Skolimowski

El propòsit principal de la medicina no és el de servir a l'ésser humà. En el seu lloc, ha de ser el de cuidar de la salut del planeta; perquè si el planeta no està sa, els humans no podem estar sans.

David Orr

Aquest article respon a la creació d'un context i un desig de compartir, més enllà de qualsevol justificació.

Alguns metges ens movem en els marges i, com molt bé ha assenyalat Chantal Maillard:

Començar des dels marges és fer-ho fora del discurs. Dels discursos. Sempre m'ha estat grat deambular per llocs desconeguts on la gent parla en una llengua que no entenc. Quin descans no entendre! Rebre la parla com reps el llenguatge dels ocells, els grills, el vent entre les branques dels arbres, sense que la ment acudeixi amb els seus judicis. Quin descans no haver d'emetre respostes!

De fet, amb el temps s'obren pas noves maneres de veure les coses que requereixen nous espais. Això no fa que tot es desestabilitzi, sempre que siguem capaços d'integrar aquests nous espais. En el món de la medicina passa de manera constant i la medicina vista des dels marges no és una excepció.

En la tradició occidental no es pot parlar dels termes "naturalesa" i "cultura" per separat, pel fet que van néixer junts. La dicotomia dualista

que origina l'oposició entre els termes "naturalesa" i "cultura" fa que ens vegem totalment desvinculats del medi ambient. En general, ens veiem separats del nostre medi ambient o també dels éssers humans que ens envolten i sofrim les conseqüències d'això. La veritable separació no és entre la nostra naturalesa humana i tota la resta; és entre la nostra imatge de la nostra naturalesa i la nostra naturalesa real.

Si estudiem la procedència de la paraula "separar", veiem que prové del llatí *separare* o "apartar", de se- "per propi compte" i parare o "preparar-se". Representa la distància que ens prepara per a aconseguir la nostra pròpia individualitat. És una manera de començar a conèixer el que som que comporta molts perills, ja que ens representa d'una forma artificial "separats" del que ens envolta. En realitat, podem ser nosaltres mateixos reconeixent la permeabilitat dels nostres límits personals. Però no ens podem quedar aquí. Formem part d'una xarxa de relacions i connexions complexes, rebem un flux constant d'influències i, si som conscients d'això, li donarem espai a participar i a la llibertat de ser nosaltres mateixos.

Com ha assenyalat Rupert Spira:

Considerem que el nostre jo mora dins del cos i de la ment i que tota la resta està fora.

Aquesta és la principal creença responsable de la presumpció fonamental que apuntala tota la nostra cultura: que l'experiència està dividida en dues parts, un subjecte separat i interior, que és el jo que coneix, sent o percep, i allò que està separat d'aquest jo -objectes, persones, el món-, la qual cosa és el conegut, sentit o percebut.

Quan considerem tot el que existeix en el nostre medi ambient com un objecte, ens separem de manera automàtica del món i pretenem ser criatures separades de tot el que està coevolucionant al nostre voltant. No obstant això, si observem les presències que ens envolten com a subjectes, les coses es veuen molt diferents; les veiem com a éssers oberts, sense límits i amb una espontaneïtat inherent i dinàmica.

El que denominem realitat no és sinó una construcció mental que no pot ser mai del tot objectivable. A més, com ha assenyalat molt bé Chantal Maillard:

Es tracta d'entendre que el procés-univers no pot comprendre's ja mitjançant l'anàlisi dels seus components. Ens hem adonat, ara, que l'univers no és un rellotge i que la seva manera sistèmica de funcionar no correspon al funcionament del conjunt de les seves peces. Ara toca, doncs, atendre les parts des de i a partir del tot, sense oblidar mai que en aquest tot, també nosaltres som trajectòria.

Malgrat que totes les nostres percepcions, així com els pensaments i sentiments, són productes de la nostra imaginació i solament semblen existir pel fet que ens imaginem com una cosa separada d'ells, si observem de manera simple i dinàmica les coses tal com apareixen, podrem extreure conclusions que ens condueixin més enllà dels conceptes que tenim establerts.

En l'organització dels éssers vius que proposava Aristòtil podem veure, per exemple, una descontextualització del lloc en el qual habiten. Aristòtil va exposar una classificació dels organismes segons la seva funció, en la qual les espècies quedaven totalment separades del lloc en el qual vivien, per a existir, exclusivament, com si fossin complexos d'òrgans i funcions. Va haver-hi alguns intents a veure el que s'estava observant sense separar-ho del seu hàbitat. Així, per exemple, podem trobar en el segle XIV els *Tacuina sanitatis*. Per exemple, en els *Tacuina sanitaris* les il·lustracions, quan s'estava estudiant una determinada planta, aquesta es representava no de forma aïllada, sinó en el seu medi ambient habitual. Però van ser intents molt puntuals i la idea aristotèlica de separar l'ésser viu estudiat del seu context ha estat i és, en general, la més usual. El més freqüent és observar el món a través de la separació, veient un fora i un dins, que ens fa sentir el medi ambient com aquest fora que ens exclou d'ell.

Altres cultures, com la dels aborígens australians, en general no distingeixen amb paraules, per exemple, entre un arbre i el que viu en l'arbre. Podem dir que això, en lloc d'expressar una falta de lèxic, indica una visió especial o una comprensió del que realment pot ser un arbre, que sempre és ell mateix i tot el que permet que pugui ser. Per al naturalista Joaquín Araújo:

Entrellaçar fins no distingir continent i contingut, en realitat és tota una lliçó de coherència ecològica o, almenys, incloure en l'inconscient que la Natura funciona així, és a dir que tots els éssers vius són també el lloc on viuen.

Hi ha alguns autors, com Jesús Izco, que ens parlen del "psicotop", un terme encunyat pel romanès N. Boscaiu:

El marc natural en el qual es neix i es desenvolupa la nostra ànima. [...] Cada paisatge determina una classe d'homes, amb els seus mites, els seus costums, el seu vocabulari, la seva toponímia, els seus jocs, el seu folklore. Els homes són en bona part fruit del seu paisatge.

D'altra banda, ha existit en el pensament occidental un enfrontament continuat entre les idees mecanicistes i les idees vitalistes, però, com molt bé ha assenyalat Rupert Sheldrake:

Mentre que les teories mecanicistes i vitalistes daten totes dues del segle XVII, una tercera teoria, la teoria holística, organísmica o sistèmica, va sorgir en la dècada de 1920. Aquest enfocament holístic intenta anar més enllà de la prolongada polèmica entre vitalisme i mecanicisme. Concorde amb els mecanicistes a afirmar la unitat de la naturalesa, i a veure només una diferència de grau -i no de classe- entre els organismes vius i la resta del món físic. I concorda amb els vi-

talistes quan subratlla que els organismes són tots orgànics i no poden reduir-se a la física i la química de sistemes més simples.

L'ecòleg i silvicultor Aldo Leopold, creador del concepte *land ethic* o "ètica de la terra", veia als éssers humans com a membres en una íntima interconnexió amb el que per a ell era la *land community* o "comunitat de la terra", en lloc d'estar separats del medi ambient en el qual viuen i ser els seus conqueridors.

Com ha escrit Giles Clément:

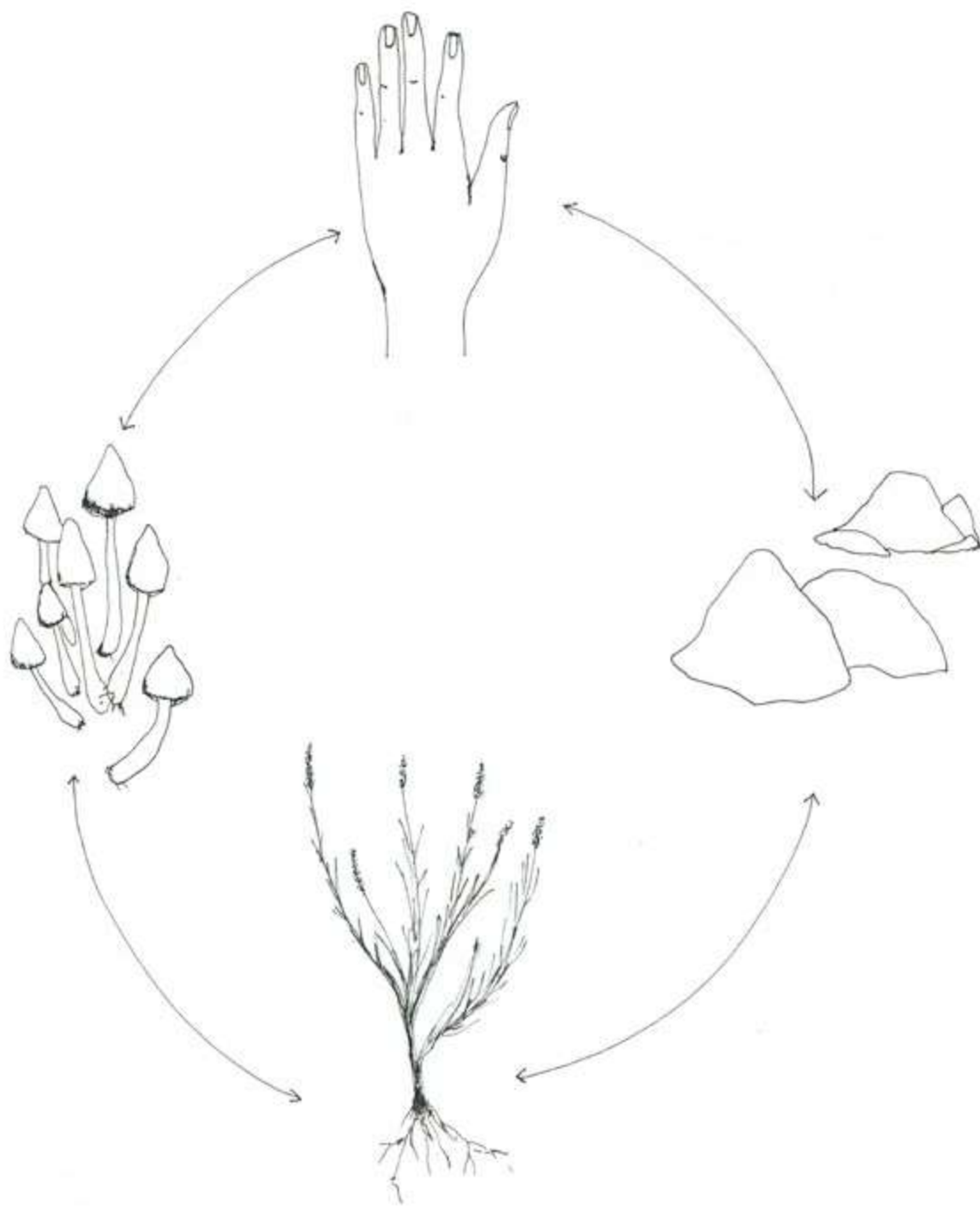
L'anàlisi ecològica ens porta a col·locar a l'ésser humà en una posició d'equivalència biològica amb altres éssers de la naturalesa; és a dir, en una posició d'igualtat en relació amb la dependència de l'ecosistema planetari, qualsevol que sigui l'aparent superioritat de l'ésser humà sobre el territori.

Tot el que existeix no està situat en una espècie d'estat exterior, sinó que està actuant de forma continuada amb el seu entorn i s'estructura de manera temporal.

Mai podem traçar un límit exacte que pugui distingir un determinat organisme del que l'envolta; en realitat, no hi ha res que l'envolta i tot contribueix a la seva existència. Però vivim en una espècie de "cosmotomia" que ens separa del món. Aquest veure'ns separats fa que no siguem capaços d'observar una intricada xarxa d'interconnexions de la qual també formem part. Vivim en un món "cosificat" en el qual han desaparegut els vincles o les relacions i ressonàncies que els fan ser i estar com són i en el lloc que estan. Un món en constant tensió interna en cadascú de nosaltres entre una presència singular i una participació comuna.

Com ha assenyalat Arne Næs:

És el moment de compartir amb tota



la vida en la nostra maltractada terra a través de l'aprofundiment en la identificació amb les formes de vida i les unitats majors, els ecosistemes, i Gaia, el nostre fabulós i vell planeta.

A més, el model científic, que avui dia predomina en la nostra cultura, no requereix una comprensió de la naturalesa subjacent a la realitat, i com molt bé assenyalava Bernardo Kastrup:

Cal una mena d'introspecció disciplinada que valori críticament no sols els elements observats, sinó també a l'observador, el procés d'observació i la interacció dels tres d'una manera holística; una introspecció que, com a tal, procuri mirar a través del "joc".

Tenim molta informació i coneixement, però ens fa falta saviesa per a aprendre a habitar el nostre planeta de manera autèntica.

L'activista mediambiental John Seedha ha escrit en la introducció de *Thinking Like a Mountain. Towards a Council of All Beings*:

Molts de nosaltres som conscients de la destrucció del nostre planeta a nivells molt profunds. Però no ho afrontem, no ho integrem per por d'experimentar la desesperació que aquesta informació ens pot causar.

Aquesta por pot empobrir la nostra capacitat emocional o sensorial i impedir la nostra habilitat de processar i respondre a tota la informació que rebem sobre aquest tema. Una informació que, en realitat, ens podria permetre desbloquejar aquests sentiments i obrir-nos a l'experiència d'interconnexió i de no separació. Podem, si ens traiem del damunt aquesta por, obrir nous horitzons, observar el món com a totalitats unificades i interrelacionades i no veure'ns separats. En definitiva, cal tornar a aprendre a habitar el món.

Ens trobem en una època de noves exploracions. Ja no es tracta d'explorar terres llunyanes, sinó de veure les complexes relacions intel·ligents i participatives que existeixen en el nostre món. L'explorat són les relacions i l'exploració s'està veient desplaçada dels marges al centre. A més, en una medicina extraordinàriament especialitzada que ha trencat els contextos, avui dia crec que no es pot elaborar un pensament mèdic sense un profund diàleg amb les noves visions del món procedents de disciplines com la nova biologia, l'antropologia, la mitologia, les teories del caos i de la complexitat o fins i tot de la física quàntica. Es tracta de realitzar un abordatge transdisciplinari en el qual estiguin inclosos els intercanvis entre ciències biològiques, físiques o humanes. Amb això, deixem el vell paradigma "essencialista", basat en la substància o

en l'essència, per a entrar en un paradigma "relacional" i complex, on tot és relació.

Cadascun de nosaltres té una sèrie d'arrels que s'endinsen en el més profund de la nostra tribu, de la relació amb els nostres amics i també amb el que representa la nostra llar o la comunitat en la qual ens trobem i amb el medi ambient en el qual estem vivint. Però, a més, deixem anar una espècie d'arrels adventícies cap a ambients que ens atreuen o en els quals ens agradaria estar.

Els organismes no existim de forma aïllada; vivim gràcies a les constants interaccions que realitzem entre nosaltres i en el medi ambient que habitem, que és bàsic per a la nostra existència. Per tant, els diferents nivells de salut que tinguem dependran de totes aquestes interaccions.

No obstant això, cal tenir present una realitat metafísica fonamental. Com assenyala Michael James:

Pel fet que ens identifiquem amb un cos particular, sentim que ens movem en l'espai, mentre que de fet l'espai es mou amb nosaltres. És a dir, pel fet que no som aquest cos material, sinó només consciència, tot espai existeix només dins de nosaltres, i, per consegüent, tot moviment en l'espai esdevé només dins de nosaltres. Sempre que semblen anar, el lloc present "aquí" va amb nosaltres.

Mai podrem veure les coses de manera total, no podem penetrar completament en els secrets del món o dels altres éssers; tot té aspectes visibles i aspectes invisibles. Però, en la manifestació de la vida, sempre existeixen trets intrínsecs que ens proporcionen fonaments universalitzadors. En el cas de la medicina passa el mateix, però per això, cal entrar en una medicina des dels marges.

La medicina des dels marges està situada en un punt de bifurcació o de singularitat dins de l'àmbit de la medicina o de la pràctica científica. Se situa en un punt de passatge, un punt que possibilita o que força un canvi i a sortir dels esquemes habituals per a crear-ne altres de nous; per això se la tem, i molt sovint se l'ataca. Però cal ser conscients de l'enorme potencial creatiu que comporta, i per això cal donar-li molt espai.

L'ésser humà circumspecte és aquell que considera amb respecte l'espai vital que l'acull. "Circumspecció" procedeix del prefix *circum-* i *specto* o "examinar amb atenció el que t'envolta". Com molt bé assenyala Jordi Pigem, hem d'aspirar a entendre la realitat no en termes de substàncies sinó de relacions. No saltres, els metges que ens movem en els marges, hauríem d'actuar d'aquesta forma, considerant els espais vitals de les persones a les quals tractem. És primordial entendre que l'individu és inseparable del seu medi ambient, de la mateixa manera que el seu possible tractament també ho és. A més, podem veure, amb una perspectiva còsmica, a tot l'univers com una realitat fonamental de la qual procedim nosaltres i el nostre entorn. Una perspectiva que tindrà les seves incidències perquè, com ha assenyalat Pierre Hadot:

La perspectiva còsmica implica una contemplació constantment renovada de les grans lleis de la naturalesa, en particular la perpètua metamorfosi de totes les coses, l'aspecte infinit del temps, l'espai i la matèria, una intensa meditació sobre la unitat viva del cosmos, l'harmonia que fa que totes les coses es corresponguin entre si.

No es tracta d'un punt de vista que "uneix" les coses, sinó que "s'uneix" a elles. Un punt de vista que no persegueix aconseguir un major detall, sinó que es tracta d'expandir o d'intensificar la seva

visió, perquè aconseguim percebre'ls sintèticament i amb una major amplitud i subtileza. Un punt de vista que, com succeeix en qualsevol pensament complex, pot ser provisional, ja que tot coneixement d'aquest tipus ha de ser conscient de la seva provisionalitat o de la seva càrrega d'incertesa.

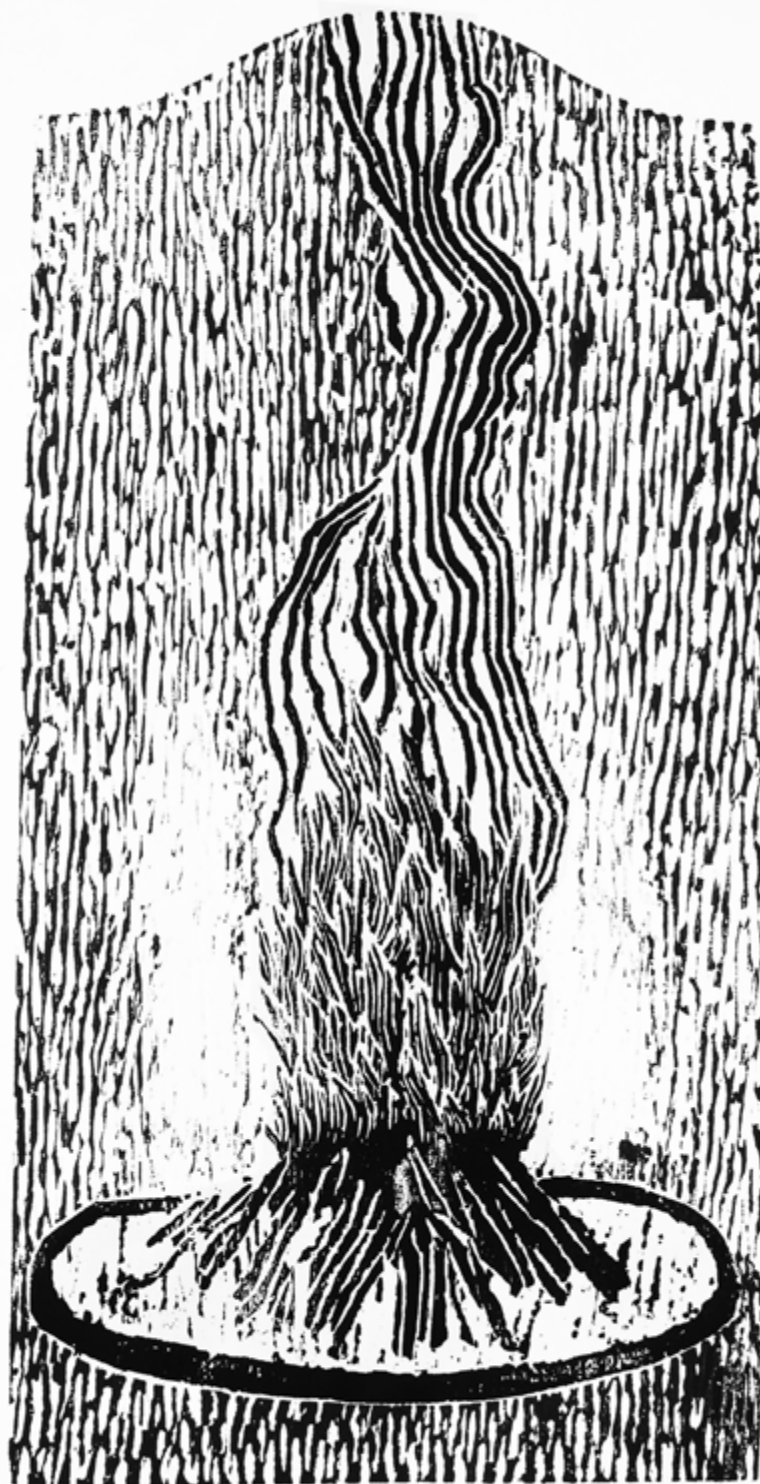
És en els marges on es poden manifestar grans capacitats creatives. El nostre sistema educatiu, que ens domestica, contribueix a inhibir aquestes forces creatives, que existeixen no sols en els individus, sinó també en les societats i que poden tornar a despertar-se en temps de crisis i agitació. Les capacitats regeneratives de la humanitat fan possible la metamorfosi. L'improbable no és l'impossible i pot succeir. Com ha assenyalat el sociòleg i filòsof Edgar Morin:

Esperem l'inesperat!

.....

NOTA:

Si voleu llegir aquest article amb la seva bibliografia i notes a peu de pàgina, podeu fer-ho a: t.ly/32WQi





A Great Day in Harlem: behind Art Kane's classic 1958 jazz photograph

Un gran dia a Harlem

Andreu Cunill Clares (Text)

Sovint el més obvi se'ns esmuny de les mans. Som incapaços de veure-ho. La seva familiaritat, la seva proximitat és un verí que ens condueix a l'oblit, una drecera a la inconsciència. L'excés d'estímul, la rapidesa i el degoteig de sobre informació fan la resta de feina, ens fan oblidar els punts de referència; les parets de càrrega i les columnes capitals. El temps, i tots els seus afluents, acostumen a tallar els esdeveniments de manera que els puguem veure amb més amplitud. El problema és que molts cops ja no som vius per copsar aquesta vista panoràmica. Ara mateix tinc al cap la gran instantània

que el fotògraf Art Kane va realitzar per la revista *Esquire* a Harlem, Nova York, el 12 d'agost de 1958. Art, un director d'art de la gran poma que tot just començava a flirtejar amb la fotografia, va rebre l'encàrrec de posar imatge al Jazz. Traduir a tinta aquella revolució musical i cultural que drenava per les clavegueres d'un Nova York uterí i alliberat. Una música que rugia com la gran fúria de l'avantguarda. Ressonant des de les minories, anava conquerint el gran públic americà. Unes minories que escapaven de la societat estandarditzada, pulcre, submissa i racial i rebutjaven la cultura imposada des dels mass media que operaven al servei



lució artística d'aquella comunitat de músics. Esbombar el secret i fer del xiuxiueig un crit.

De la mateixa manera que un va a la Xina i veu les estàtues de terracota dels guerrers de Xi'an, o des de les llotges de Roma admira els vestigis d'una societat absolutista, es deixa endur per les pintures rupestres de les coves d'Altamira i observa les piràmides d'Egipte, per a mi, veure aquella foto és també contemplar un altre pilar històric i cultural. Documenta quelcom que té el mateix valor. De moment és una cultura que encara no s'explica a les escoles, ni s'anomena a les universitats (molt poc, almenys a les nostres). Però sense cap mena de dubte la força creativa d'aquells 55 cats i 3 chics (com un periodista jazzístic els va anomenar. Pensem que en aquell temps encara dominava el patriarcat més ferotge) i totes les altres dones i homes que no van poder acudir a la convocatòria, ha format i influït gran part del substrat cultural que ens alimenta avui dia. Tant en l'àmbit musical, com en el visual i el literari. Una acció cultural que brollava sense control i que va tenir la capacitat de transformar i construir una societat diferent. Quan l'art era, per sobre de tot, una traducció directa de l'ànima.

del somni americà. La societat estava dividida entre els desperts i els adormits, els que creien en la vida i els engolits per la vida.

Ara mateix em costa d'imaginar que un gran mitjà de comunicació de repercussions nacionals ens pugui obrir els ulls i descobrir coses. Quan, devorats pels interessos del neoliberalisme i la cultura de consum, els interessa més adormir que despertar, vendre que desvelar. Però aquells eren altres temps. La cultura encara tenia la qualitat d'esmunyir-se entre les urpes del poder. Encara que fos per un temps reduït. Tallar el carrer 126, entre la 5a avin-

guda i Madison, i fer una crida a tots els músics de jazz de la ciutat que estiguessin disponibles, no es veia com una bogeria. El fet de no triar un estudi i, per tant, un espai controlat i vigilat, i optar per la combustió espontània en una escena quotidiana de Harlem, en un escenari caòtic i frenètic, semblava una bona manera d'afrontar aquell repte. Sens dubte quelcom inconcebible vist des de la mentalitat actual. Però allò era una celebració, una acció per explicar que el que feia temps que es coïa en les costures de la cultura s'havia fet gran. Era un homenatge a una música que estava arribant al seu zenit. Era fer públic i celebrar la gran revo-

Com deia Bud Freeman, no coneixia cap persona d'aquella foto que no estigués desperta tota la nit, anant tocant de club en club. Guanyant-se les garrofes i alimentant la seva llegenda. Des de Manhattan, els elegants clubs com l'Onyx, el Blue Note, el Birdland o el 3 Deuces; des de Harlem, el Savoy, el Nest, o l'Alhambra Ballroom, per només citar-ne alguns, acollien aquells músics en plena eferescència creativa. La ciutat que mai dormia era un bullici de clubs de Jazz, de festes i de concerts. De taxis amunt i avall travessant el vapor blanc que emanava del clavoguera. De solitud i multitud en agònica interferència. De poetes, estafadors, somiadors i desespe-

rats, hipnotitzats per la lluna. Quan a les deu del matí tothom va acudir a la cita per la foto, es van quedar parats. Hi havia músics que no s'havien vist en molt de temps. Alguns venien sense dormir, altres havien descansat el just per acudir a la cita. Tot eren abraçades, xerrades, riures i mirades de complicitat. L'ambient era altament festiu. Convivia la vella escola, amb algunes peces centrals com Coleman Hawkins, Monk, Mary Lou Williams, Count Basie, Gene Krupa o Lester Young, i els més joves, com Sonny Rollins, Charles Mingus, Gerry Mulligan, Oscar Pettiford o Horace Silver. Art Kane i el seu assistent Steve Frankfurt, intentaven organitzar aquella colla de músics que, embriagats per l'emoció d'aquella gran trobada, no eren capaços de centrar-se i posar per a la foto. Tenien coses més importants a fer, com saludar-se, xerrar i gaudir del moment present. Posar-se al dia. Una eufòria comunal que va ser molt difícil de frenar i de posar-hi ordre. Però des de quan una celebració ha de ser ordenada? Des de quan la humanitat ha de ser organitzada? Al final la foto es va poder fer. S'hi van afegir una colla de nens petits que jugaven al carrer, posant a la primera fila fent bromes amb un Count Basie ple de joia i d'alegria. La posteritat era ara.

Aquella foto desborda llegenda i humanitat. I el documental *A Great Day in Harlem* ho explica amb tots els ets i uts. És una celebració d'unes dones i homes que van saber transformar el seu dolor, la seva tragèdia, en una forma d'art que ha perdurat i ha influït a molts d'altres. Que ha desfiat el temps i l'espai. Que ha ballat amb la immortalitat. Ells, els músics protagonistes, entra tanta trifulga, entre tanta creativitat, entra tanta necessitat de guanyar-se les garrofes, no es van adonar que canviaven el món. Uns altres ho van intuir i en van treure profit. Sovint el més obvi se'ns esmuny de les mans. I el món canvia tantes vegades, que la certesa i la ficció s'acaronen en un vals amortitzat.

Una mica després d'aquella foto, el 1959, va ser Edward Bland en el documental de *Cry of Jazz* qui va especular amb la possibilitat que el Jazz ja havia mort. Aquell any l'explosió creativa semblava un cim impossible de superar. Miles Davis feia història amb el seu famós sextet i el disc *Kind Of Blue*. Coltrane, a part de tocar amb el sextet de Miles Davis marcava tendència amb la seu disc *Giant Steps*, un preludi de les grans peces que vindrien després. Ornette Coleman amb *The*

Sahape of Jazz to Come deixava la porta oberta perquè el free jazz s'enfilés cap a un espai buit i impossible d'emplenar. Mingus expressava la seva visió polièdrica de la música contemporània amb *Ah Um* i Bill Evans marcava la tendència del format trio de jazz amb *Portrait in Jazz*. Un any que va canviar la vida del Jazz. Res va tornar a ser igual, però això ja és una altra peripecia. És una altra celebració. *A Great Day in Harlem* és per a mi la història de com el patiment d'una comunitat es pot convertir en art i de com l'art és la celebració de la vida i té la capacitat de transformar-la. Un cercle en constant retroalimentació que empeny la humanitat cap a allò que ja és: una inesgotable deu de joia.

Si voleu veure amb més detall qui és qui en la foto, podeu obrir aquest enllaç: t.ly/Ls1yj

> En aquest codi QR trobareu un gran documental:
A Great Day In Harlem
(Jazz Culture Documentary 1994)



Aniversari

Gemma Draper (Il·lustració)



Conversa amb nyamnyam

Josep-Anton Monfort

L'Ariadna Rodríguez i l'Iñaki Álvarez són nyamnyam. Unint les seves formacions i deformacions en diverses disciplines, el seu treball pretén promoure la creació, la difracció i l'intercanvi de coneixements mitjançant estratègies d'interacció en cada context local en què treballen. En aquesta intersecció entre arts vives, arts visuals, pensament crític i pedagogies, el treball de nyamnyam es mou entre la creació de projectes i la curadoria entesa com un espai transdisciplinari de relació i disrupció, a contrapel d'una visió normalitzada de la mercantilització de la cultura. Han dut a terme la seva tasca a Espanya, Portugal, França, Itàlia, Suïssa, Noruega, Grècia, Estats Units, Mèxic, Colòmbia i Equador.
(www.nyamnyam.net)

.....

—Quan vau arribar a Mieres?

Farà sis anys aquest mes de maig.

—I per què a Mieres i amb quin propòsit?

Nosaltres pensem que no vam arribar sinó que fou el lloc que ens va trobar a nosaltres. És una miqueta llarg, però ho farem breu. Vam aconseguir fer un viatge familiar de gairebé onze mesos i en aquest temps vam estar desenganxats de Barcelona, que era el nostre centre de relacions i de treball. Cinc mesos a Colòmbia i Equador. I en tornar: València, Atenes, Madrid, de nou Atenes... tot això gràcies a encàrrecs que ens anaven fent i també llocs on arribàvem a través d'aplicar a convocatòries públiques. En tornar a Barcelona, vam sentir que el que havia estat el nostre centre, ja no ho era tant i que podíem treballar des d'un radi d'1,5 h de Barcelona. Un amic i artista d'Olot ens va comentar que aquesta casa es llogava i que ens encaixaria molt per la nostra feina, com ja ens havia comentat abans en Joan Nogué, tot un referent per a nosaltres. Vam venir a veure la casa, vam veure que s'ajustava molt al nostre projecte familiar i artístic, vam parlar amb la Fina, la propietària, i ens hi vam entendre.

Val a dir, també, que el que vam fer primer va ser submergir-nos al web municipal, que ens va servir per copsar el caràcter del poble, què s'hi fa, i el seu dinamisme. La sensació fou que havíem trobat un bon caldo de cultiu, tant per desenvolupar una millor vida pels nostres fills com per poder treballar i convidar artistes a fer els seus projectes. El nostre treball sempre ha sigut un treball que es relaciona amb el lloc on es desenvolupa.

—I què feu i voleu fer a nyamnyam? Ja s'explica una mica a l'entradeta d'aquesta conversa i al vostre web, però segur que els lectors agrairan saber per boca vostra que feu en aquest lloc tan especial de Mieres.

Creiem que podem dividir entre la feina que fem com a artistes i la feina que fem com a espai. Per una part sostenim aquest espai, que vol dir generar un lloc on persones de qualsevol camp de l'art i la cultura puguin venir a treballar aquí, i que aquest treball es contamini o s'entengui en relació amb aquest lloc. No es tracta de fer sempre un treball comunitari o participatiu, sinó d'entendre com es relacionen amb les problemàtiques del nostre entorn. La idea és que els treballs que

es fan aquí tinguin la perspectiva d'entendre què està passant aquí i d'aportar eines o pensament sobre aquest món devorat en què vivim, que és una de les nostres línies de treball. És una idea de risc i una aposta per parlar clar. No fem teatre ni arts convencionals, que ja tenen els seus espais, sinó que treballem el qüestionament i la reflexió des de punts de vista més laterals, però que creiem que ens poden aportar alguna llum, obrir alguna esquerdada per trencar aquest monòlit que ens té a tots atrapats. En el fons, nyamnyam és un espai de prova per tal que aquests artistes i la gent que se'ns aproxima, puguem veure què passa en aquest intercanvi. Per a nosaltres és important obrir-nos al poble. Per això ja fa cinc anys que tenim el cicle de Si no vols pols no vinguis a l'era.

Després hi hauria la feina de nosaltres dos, com a artistes que treballem en les arts visuals i escèniques. En paral·lel, també dediquem molt de temps a la gestió de l'espai, aconseguir subvencions i organitzar tot aquest sidral. També hem muntat La Impremta Oberta, on treballem amb la tècnica de la risografia i de les que només n'hi ha dues a Girona. Allí s'ha treballat, amb el Grup de joves



de Mieres per dissenyar i imprimir el magnífic calendari d'enguany. Tot això, i d'altres coses que fem, no ho podríem fer sols. Per això des de fa tres anys, som una cooperativa de treball associat, que ara ja és un petit grup de gent que ens ajuden i que la majoria viuen a Mieres.

—Déu n'hi do! Doncs si heu de fer balanç, quines coses positives i quines de negatives us ha portat aquesta decisió de deixar el vostre espai al Poble Nou de Barcelona i venir aquí, tant des del punt de vista personal com professional?

És un canvi brutal. No és solament personal, sinó que és familiar. Quan plantejàvem el canvi sempre pensàvem: som quatre que estem intentant anar cap a un altre lloc, oi? Venir aquí ens ha permès molta capacitat de treball, perquè els petits que ens acom-

panyen fan la seva i, d'alguna manera, el poble els vigila i ells campen per aquí amb els seus amics. Segurament que hi haurà un moment que això girarà, però ara per ara estem en aquest punt. També es pot dir que cap dels dos som de Barcelona i, per tant, hem viscut en altres entorns i això ens ajuda a adaptar-nos i no tenir aquest anhel de ciutat, però és veritat que per aguantar tot això treballem molt.

Pensem que si vius aquí hauries de poder gaudir més de l'entorn, però bé, ja arribarà. Al final has de fer sostenible tot això, que és molta feina. Si pensem en l'arribada de la Gal·la, ella ja ha fet aquí tota la primària i ha sigut radicalment increïble perquè realment arribes i de cop ho pots fer tot, tot és possible. El poble et dona la benvinguda.

Nosaltres a Barcelona vivíem a la resistència, que això és important ex-

plicar-ho. Vam crear un grup de criança compartida perquè l'escola bressol costava 350 euros al mes. Vam crear un mini grup de consum amb els productors que coneixíem. Vam crear un espai de recerca i creació on diverses de persones i artistes van compartir el seu treball durant vuit anys... Sentíem que tot això es podia normalitzar. Venim a Mieres i hi ha grup de consum, una escola en què confiem i on podem tenir una participació activa, i trobem un espai on el projecte es pot expandir en molts sentits... És un lloc que funciona i que és com un 'doctorat' en mediació. O sigui, tu fas coses a Barcelona i és molt fàcil que vingui la gent que necessites sense haver de desplaçar-te del teu lloc de seguretat. En canvi, aquí és tota l'estona un qüestionament. Què he de fer perquè la gent vingui? He de prioritzar que vinguin a tota la resta? A quin tipus d'artistes ens hem d'obrir i com? Amb



quin tipus de treball podem interaccionar en un poble com aquest? Si som 300 persones, vol dir que si venen 30 persones són el 10%, que a Barcelona haurien de ser 8.000. Ho pensem molt tot això, si parlem de valoracions, aquesta és una part important de la història.

—Heu establert llaços que us agradin amb les entitats artístiques de l'entorn?

Sí, a tot arreu. Amb el Bòlit, el centre d'art a Girona, després amb altres espais com el nostre, des de Nau Còclea, de la Clara Garí, que ja coneixíem abans, al Convent de Pontós, Cultural Rizoma a Celrà..., n'hi ha uns quants, i amb tots aquests anem fent molta cosa. Després hi ha aquest projecte d'Això el poble no li agradarà, on hi som 11 municipis de les comarques de Girona. També col·laborem amb teatres o els departaments municipals de cultura. Treballem amb Olot, Porqueres, Banyoles, Celrà... Aquesta és una de les decisions que ens va portar aquí, el teixit cultural del nord-est.

—I amb la població de Mieres,quina ha sigut la vostra relació i com ha evolucionat amb els anys?

Doncs hi ha moltes maneres d'encarar-ho, però em sembla important... Ens agrada molt quan de cop algú ens diu: jo vinc perquè sou vosaltres. Mira, això ja ens fa feliços. És molt important trobar un punt d'entrada. I el punt d'entrada és venir. Els diem: veniu, al que sigui, però veniu un dia. Perquè passa molt que des de fora, és clar, la sensació és que fem coses rares, tot això sense haver vingut. I aleshores ens passa molt que de cop ve algú i ens diu: ai, és que clar, no m'ho pensava gens que em passaria el que m'ha passat. M'ha fet pensar en el que fos, en el que mai havia pensat... Tenim clar que el que estem oferint no és entreteniment, sinó la possibilitat d'obrir processos de treball de gent que treballa sobretot en l'àmbit de l'art, de la cul-

tura, i pensem que és molt interessant poder obrir la panxa i veure els budells de coses que no podem veure mai. Les persones que ho creen hi són sempre. Això és superimportant perquè qui s'acosta té la sort d'entendre no el que s'acaba fent, ja sigui una exposició, un llibre, una peça de teatre, sinó com es fa això. I aquí rau el quid de la qüestió.

La relació amb el veïnat està en constant evolució. El que va passar amb la Coral per la Festa Major, per exemple, va ser molt important i et fa pensar: hem de pensar amb molt detall què proposar a cada col·lectiu, entendre molt bé què necessiten, decidir quin artista s'hi podria vincular, i entendre quin és el nostre rol com a agent articulador de tot plegat. Pensar de quina manera es crea aquesta relació recíproca. Nosaltres fem la feina que fem i l'espai és la mediació entre el treball i les persones. I bé, hi ha gent que ja s'ha acostat i li és molt fàcil tornar, i d'altres que no han vingut mai els costa de venir. Fonamentalment, aquí no es ve per contemplar ni entretenir-se, sinó per a fer-se preguntes, que no exclou la possibilitat de passar-s'ho bé, però és un altre plantejament.

—Per acabar, nyamnyam és ja una realitat sòlida de les que conformen Mieres. ¿Ho viviu així? ¿Crecieu que heu aconseguit una mena de nucli de gent que segueix amb regularitat el què feu, tot i que hi ha una part de la gent que ve més esporàdicament?

Mira, crec que una clau fonamental és ser pacients i tranquils. Les coses noves necessiten temps per madurar i arribar a la gent. Aprofitem per convidar a tothom a la nova edició del 'Si no vols pols no vinguis a l'era' d'aquest 2025, que passarà el 3 de maig, 14 de juny, 5 de juliol i el 22 d'agost i, com ja sabeu, és sempre d'accés gratuït pels veïns i veïnes de Mieres. De fet, ens agradaria que ens veiessin com una gran porta oberta on no hi ha cap barrera per poder-hi entrar, sinó al contrari. Per això mai la tanquem.

Hàbits lectors i culturals a Mieres

Carles Guillot (text i gràfics)

Mònica Bada (Il·lustracions)

Durant el curs passat es va dur a terme a Mieres un estudi sobre els hàbits lectors i culturals de la població del municipi. La idea principal era analitzar en quin estat està l'hàbit lector en un micropoble amb unes característiques peculiars com són les de Mieres, amb una població autòctona, majoritàriament tradicional i envellida i una població forana, vinguda sobretot de l'àrea metropolitana de Barcelona, però força integrada i implicada en la vida del poble. I com a objectiu secundari, estudiar també els nostres hàbits culturals. Per dur-lo a terme es varen prendre com a referència tres sectors de la població: d'una banda, els alumnes de cicle superior de l'escola Finestres; de l'altra, els i les adolescents del poble; i per acabar, la població adulta. L'anàlisi de les dades obtingudes havia de permetre fer una sèrie de propostes encaminades a consolidar aquelles pràctiques lectores, o activitats de promoció de la lectura, que ja es porten a terme, alhora que millorar i corregir aquells aspectes que ho necessitin.

Què és i com es fomenta l'hàbit lector

Podríem afirmar que l'hàbit lector és l'activitat de llegir, adquirida per la repetició constant de tal exercici, alhora que com la facilitat aconseguida per la constància en la pràctica de la lectura. Els hàbits de lectura són una pràctica fonamental en la formació acadèmica i personal de qualsevol individu, ja que una persona que exerceix l'hàbit de lectura enriqueix la seva cultura, afavorint les relacions humanes, possibilitant la capacitat de pensar, satisfent la curiositat intel·lectual i científica i despertant aficions i interessos. Tot i que llegir és una conducta individual, posseeix un significat social i cultural, i per tant és important determinar si la nostra cultura considera la lectura i el comportament lector com una competència social necessària. En funció del valor que tingui la lectura per a un subjecte i per al seu context, aquesta passarà a formar part del seu estil de vida en major o menor mesura.

La família és el primer agent alfabetitzador, ja que introdueix a la canalla en l'imaginari literari d'una comunitat i li transmet bona part del patrimoni cultural immaterial. En els primers anys de vida dels infants, l'acció dels progenitors és, doncs, essencial, i és amb les narracions orals que es proporcionen exemples concrets

de com s'articula el llenguatge, ja que no escrivim tal com parlem. Per tant, podem afirmar que la lectura en veu alta per part de l'adult o adulta és totalment beneficiosa pel desenvolupament de l'infant, ja que potencia la imaginació, la comprensió, l'entreteniment i el plaer; reforça l'empatia, ajuda a trobar solucions a diferents problemes, fomenta la capacitat d'atenció, amplia el vocabulari i forja el pensament perquè, posteriorment, el discurs escrit estigui ben estructurat.

Però tot i que és evident que les famílies s'haurien d'implicar directament en l'hàbit lector dels seus fills, indirectament també poden ajudar al fet que la lectura estigui present en les seves vides, ja que els pares i mares són uns grans referents dels seus fills i filles i, per tant, si aquests veuen com llegeixen els progenitors, els estan mostrant un bon model de conducta en vers els llibres i és probable que vulguin fer el mateix, ja que els infants aprenen per imitació.

Com que no totes les famílies s'impliquen en aquesta activitat de la mateixa manera, és a l'escola, on s'han de treballar les habilitats i estratègies que condueixin a la competència lectora, alhora que s'ha de transmetre el gust per la lectura. En aquest sentit, la biblioteca escolar hauria de ser la pedra angular, l'eix sobre el qual pivota el sistema educatiu, i s'ha de comprometre activament amb el rol educatiu que li està encomanat. Tot i això, no podem perdre de vista que, en les darreres dècades, l'escola ha deixat de veure's com un projecte social i polític de llarg abast per concebre's en molts casos com una fàbrica més o menys barata, més o menys qualificada, i en la qual cada client (cada família), pot escollir el producte (centre, itinerari, grup...) més d'acord amb la seva butxaca i amb el seu estatus. Seguir pensant que l'educació reglada en el nostre país ofereix les mateixes oportunitats a tothom, és, naïf i classista, i no aporta elements reals al debat, ans al contrari, contribueix a distorsionar les dades i fa les propostes de millora, absurdes i destinades al fracàs.

Un cop acabada l'etapa de primària molts dels i les adolescents que havien adquirit certs hàbits lectors en l'etapa de primària, perden aquest interès a arribar a secundària. Això es deu a diversos factors, entre els quals trobem la concepció que tenen de la lectura a l'escola com un mecanisme per aprendre a llegir i escriure, és a

dir, com una assignatura més i no com una activitat lúdica i gratificant en si mateixa. I en part, i sobretot entre el gènere masculí, hi ha la percepció del fet literari com a quelcom femení i que poc pot aportar-los en aquesta nova etapa de la vida per la qual transiten. Pensem que en aquesta edat estan en un moment vital de descoberta de les emocions i configurant la seva personalitat i l'aparència que projecten a l'exterior, i en aquest sentit, tot i que no en siguin conscients, l'experiència literària els pot dotar d'unes referències i un llenguatge per a aquest caos emocional propi de l'adolescència, i al mateix temps crear uns espais d'interacció emocional amb els seus companys i companyes.

Així doncs, els beneficis de la lectura són evidents per a qualsevol persona, també pels adults i adultes, ja que fomenta l'autonomia cognitiva, és a dir, la capacitat d'aprendre per una mateixa, ajuda a desenvolupar i perfeccionar el llenguatge, millorant l'expressió oral i escrita, aportant informació útil, millorant i enriquint els contactes personals, desenvolupant les habilitats socials, de comunicació i de comprensió. A més a més, mitiga el sentiment de soledat, millora l'estat d'ànim, estimula la creativitat i la sensibilitat, alhora que entreté i distreu.

Però per a aconseguir lectors compromesos, és necessari treballar la lectura en múltiples contextos i amb diferents estratègies. En aquest sentit, l'objectiu de la promoció lectora no és un altre que l'adquisició i millora dels hàbits lectors, intentant que arribin a ser estables i que els individus integrin la lectura en el seu estil de vida. Per això, les accions que la promocionen han de ser considerades com a part del procés educatiu i ciutadà i dur-se a terme tant a dins com a fora del context escolar. I en aquest punt, entra en joc el paper del mediador o mediadora literària. Aquesta figura hauria de ser l'encarregat de promoure i acompanyar la lectura, però entenent el gust per la lectura com una pràctica que es construeix socialment i, per tant, més que ensenyar-se, es transmet, generant un equilibri entre la seva intervenció, per part de permetre el descobriment autònom per part dels lectors fent que la mediació literària no sigui només una activitat educativa, sinó també un art que enriqueix l'experiència de lectura i fomenta l'amor per la literatura.

Estudi a Mieres

Com ja he dit, l'estudi sobre hàbit lector a Mieres tenia com a objectiu principal analitzar els hàbits lectors i pràctiques culturals dels diferents sectors poblacionals del poble de Mieres. Per dur-la a terme, es varen elaborar un seguit d'instruments de recollida de dades. En primer lloc, una entrevista a l'equip directiu de l'escola Finestres, per saber com funciona el PLEC (Pla lector de centre) i quines pràctiques lectores es desenvolupen a

l'escola, així com esbrinar com resolen el fet de no disposar de biblioteca escolar. També es va preguntar sobre el paper que, a parer seu, juguen les famílies d'aquests alumnes en la formació de l'hàbit lector. L'entrevista també analitza els problemes i les mancances d'una escola rural com la de Mieres. Després es van fer un seguit de qüestionaris adreçats a l'alumnat de cicle superior de primària de la mateixa escola i a les seves famílies, així com als i les adolescents del poble i a la resta de població adulta per esbrinar quina era la seva percepció sobre l'hàbit lector i la relació que tenen amb entorns lectors com la biblioteca. També es preguntava sobre les activitats culturals que realitzen i les mancances que en aquest àmbit detecten al poble.

Cal tenir en compte que en aquesta recerca les enquestes són sincròniques, és a dir, demanen informació en un moment determinat i únic, i per tant reflecteixen una «fotografia del moment». Com a la gran majoria de les enquestes, les respostes són subjectives, ja que es basen en les declaracions dels enquestats i de les enquestades. Aquest tipus d'instruments de recollides de dades presenten certs inconvenients, entre els quals destaquen les diferències entre les pràctiques lletrades reals i les declarades pels enquestats. Com que es basen en l'autopercepció que té cadascun d'ells o elles de la seva activitat, pot produir-se, tant una «sobreestimació» com una «subestimació» de les seves pràctiques lectores. Un altre inconvenient és el problema de mesurar la intensitat lectora, que entre altres coses implica un exercici memòric i pot deixar de banda lectures menys significatives o no incloure les que estan fora del concepte «llibre». A més a més, classificar les lectures també és difícil, ja que no hi ha una categorització estandarditzada, i és fàcil confondre temàtica i gènere.

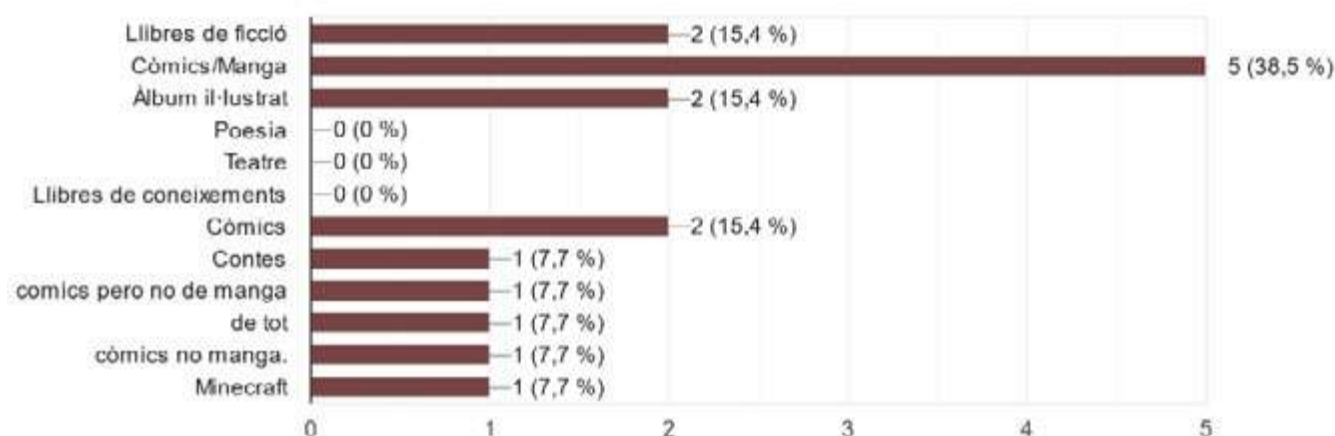
Síntesi de resultats

Tenint en compte els objectius marcats a l'inici del treball, podem concloure respecte a la canalla del cicle superior de primària:

- Majoritàriament els agrada llegir bastant o molt.
- Els llibres que llegeixen per plaer els encasellen en un sol tipus de lectura.
- Xerren d'allò que llegeixen, i ho fan majoritàriament amb la família, però gairebé no ho fan entre ells i elles. De fet, no hi ha intercanvi de llibres entre ells.
- Tenen accés a llibres perquè els hi compren, els tenen a casa, els llegeixen a l'escola o els agafen de la biblioteca comarcal.
- Llegeixen bastant a l'escola, a través del Pla lector de Centre, que estableix 30 minuts de lectura diària, alternant lectura guiada i lectura autònoma.

Quin tipus de llibres llegeixes més?

13 respostes

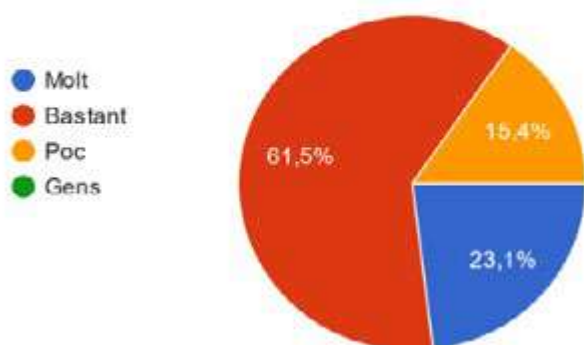


mediador literari), però no en fan entre ells i elles.

- Hi ha una clara manca de pressupost per l'escola i la itinerància dels i les metges trenca dinàmiques de promoció lectora.

T'agrada llegir?

13 respostes



Crec que es pot millorar els processos de lectura entre la canalla, per tal que adquireixin un fort hàbit lector, que els ajudi a passar a l'adolescència amb més eines per a poder mantenir aquest hàbit. En aquesta línia, crec que és imprescindible la creació d'una biblioteca escolar, fomentar converses literàries entre ells i elles i programar visites a les biblioteques comarcals.

Pel que fa als i les adolescents:

ma. Ho fan en els tres idiomes que s'imparteixen a l'escola (Català, Castellà i Anglès) i en grups reduïts en funció del nivell de lectura i comprensió lectora.

- L'escola no té biblioteca, tot i que hi ha llibres a l'aula i en alguns carretons. L'adquisició de nous llibres es fa a través de recomanacions de bibliotecàries i llibreteres, i una bona part són llibres de coneixements (pensats per les classes de medi social i natural). No hi ha servei de préstec de llibres a l'escola. Hi ha una forta demanda per millorar la diversitat i el nombre de llibres que tenen a l'escola.

- Les famílies, a qui també els agrada llegir bastant o molt, continuen llegint els seus fills i filles, tot que va disminuint aquesta pràctica amb el pas del temps. Generalment els llegeixen un sol tipus de llibre.

- Van poc a les biblioteques comarcals. Tot i que agafen llibres d'aquestes, no van a les activitats que allà es fan.

- També fan conversa literària a l'escola amb els menuts, havent de treballar-se ells les preguntes (fan de

- Majoritàriament, els agrada poc o gens llegir, i ho fan indistintament en català o castellà. De fet, si adaptem una mica el criteri de Manresa (2009) sobre perfils lectors, ens trobem que fora de les lectures obligades, aquelles prescrites per l'Institut, el percentatge encara és menor que la mitjana.

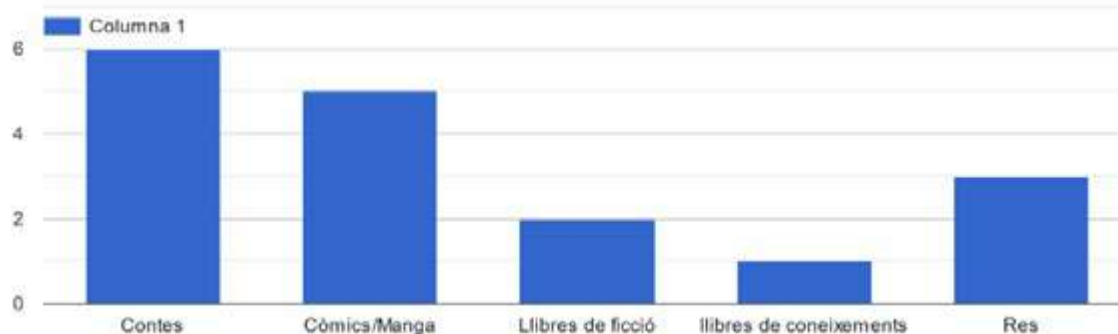
- Les lectures als instituts les trien a vegades els mestres, a vegades ells. Les que trien els mestres, no agraden gaire, tot i que pot haver-hi sorpreses i agradar. Els treballs que fan després de les lectures, no els motiven, tot i que el més ben valorat (dintre de la mala valoració) és fer de booktubers.

- Els alumnes que fan un Grau Mitjà no tenen cap mena de contacte amb llibres des de l'Institut.

- Els llibres que llegeixen per voluntat pròpia fora de l'institut són de temàtica romàntica o d'aventures. Els llibres de ficció, seguits pel còmic o novel·la gràfica són els gèneres que més els agraden. Ningú llegeix teatre, però sí poesia. Algun també llegeix webs, blogs, revistes.

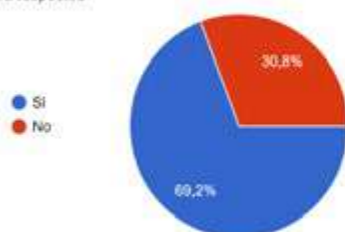
- Ja no els regalen llibres, i quan ho fan, ho fan els familiars.

Què et llegeixen?



Vas a la biblioteca?

13 respostes



Amb quina freqüència vas a la biblioteca?

13 respostes

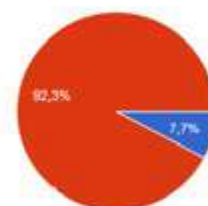
● No hi vaig
 ● 1 cop al mes
 ● 2 cops al mes
 ● 3 cops al mes
 ● Més de 3 cops al mes



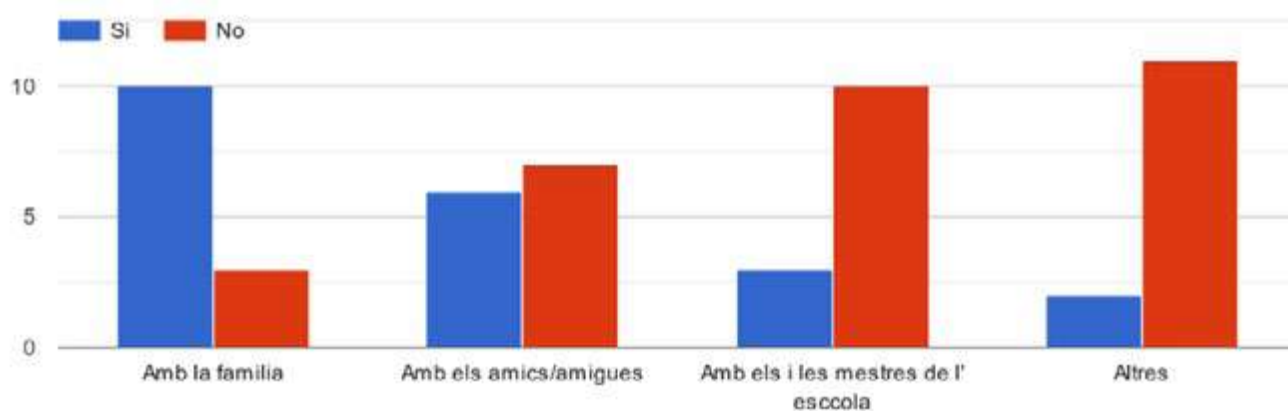
A què vas a la biblioteca?

13 respostes

● A mirar llibres
 ● A agafar llibres
 ● A alguna activitat que es fa allà

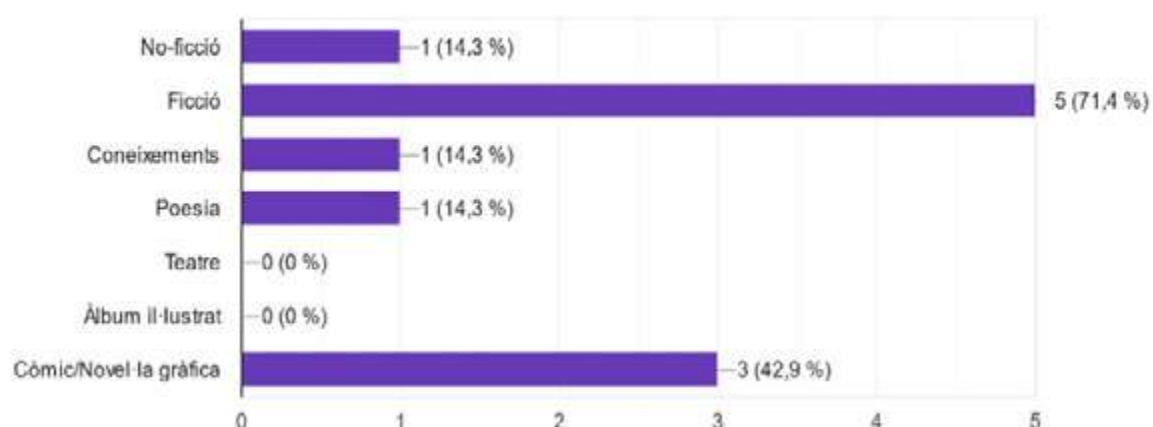


Amb qui parles sobre el que has llegit?



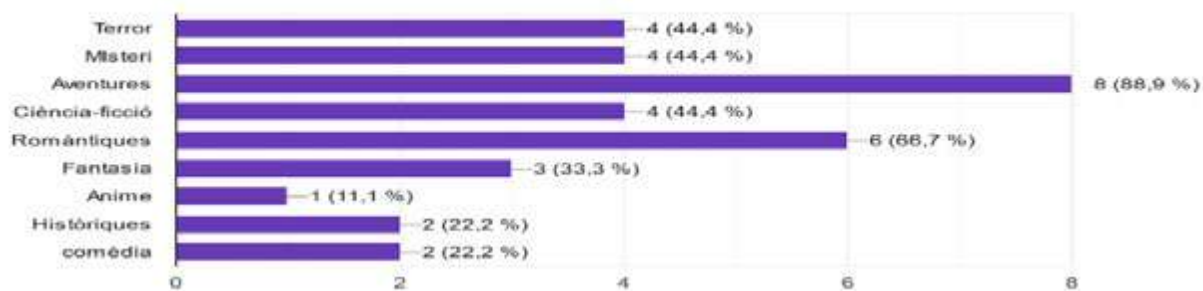
Quin gènere t'agrada més?

7 respostes



Quin gènere t'agrada de les sèries i pel·lícules que mires?

9 respostes



- En general, no van mai a la biblioteca.
- A la immensa majoria no els llegeixen a casa. Pocs llegeixen a la canalla més petita i quan ho fan, els llegeixen les coses que la canalla vol, generalment contes.
- Les seves preferències culturals són sèries i pel·lícules. Amb menys mesura concerts, encara menys teatre, museus i gairebé mai van a veure circ o altres espectacles.

Els adolescents han perdut (si en tenien), l'hàbit de llegir. Però aquestes crítiques a la seva manca de voluntat per llegir, eclipsa altres activitats culturals que els omplen i de les quals gaudeixen. Per tant, crec que és important valorar el que sí que fan, i donar-los un espai perquè puguin difondre i compartir les seves preferències culturals.

Adults i adultes:

- Els agrada bastant o molt llegir. La gran majoria accepta les recomanacions de persones conegudes (amics i familiars), mentre que n'hi ha moltes que també les accepten de llocs especialitzats o premsa. La majoria compra els llibres o els hi deixen. Menys de la meitat els demana en préstec a la biblioteca (el fet que no n'hi hagi, dificulta aquestes adquisicions).

- Els agrada xerrar d'allò que llegeixen, però ho fan de manera informal, amb parents o amics. Pocs ho fan amb altres lectors (Club de lectura). Però hi ha 19 persones que volen formar part del Club de Lectura de Mieres, que és àmpliament conegut per la gent del poble com a espai de promoció cultural.

- Més enllà del món literari, tenen un concepte molt ampli del que significa «cultura». Hi apareixen des d'activitats culturals clàssiques (teatre, cinema, museus, arts escèniques, etc.) fins a trobades informals, transhumància de bestiar, i les activitats que fan la majoria de les associacions del poble.

Hi ha poc coneixement d'allò que es fa a les proximitats del municipi, per més que siguin les capitals comarcals.

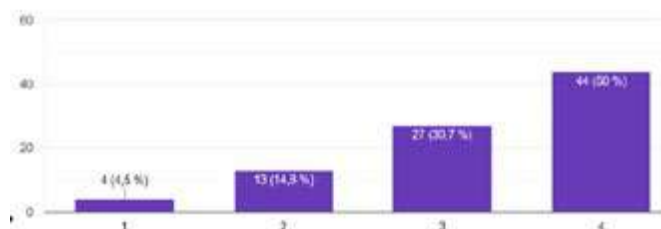
- Entre les mancances detectades hi ha una biblioteca municipal, una sala polivalent on poder fer concerts, teatre, cinema i altres activitats culturals. Hi ha moltes esperances en Can Mosquera, el nou equipament municipal.

Propostes de millora

Per tal de millorar i/o consolidar l'hàbit lector entre la població de Mieres, a l'estudi es proposen 6 actuacions.

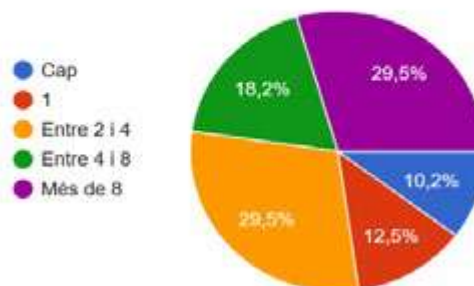
T'agrada llegir?

88 respostes

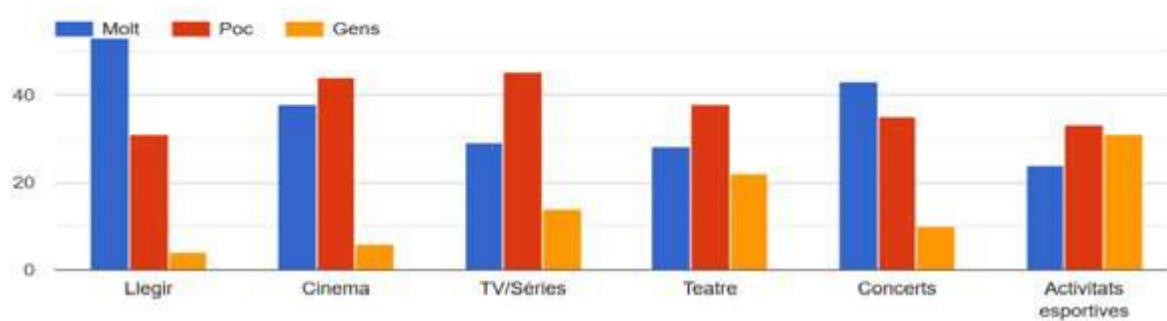


Quants llibres has llegit aquest darrer any?

88 respostes

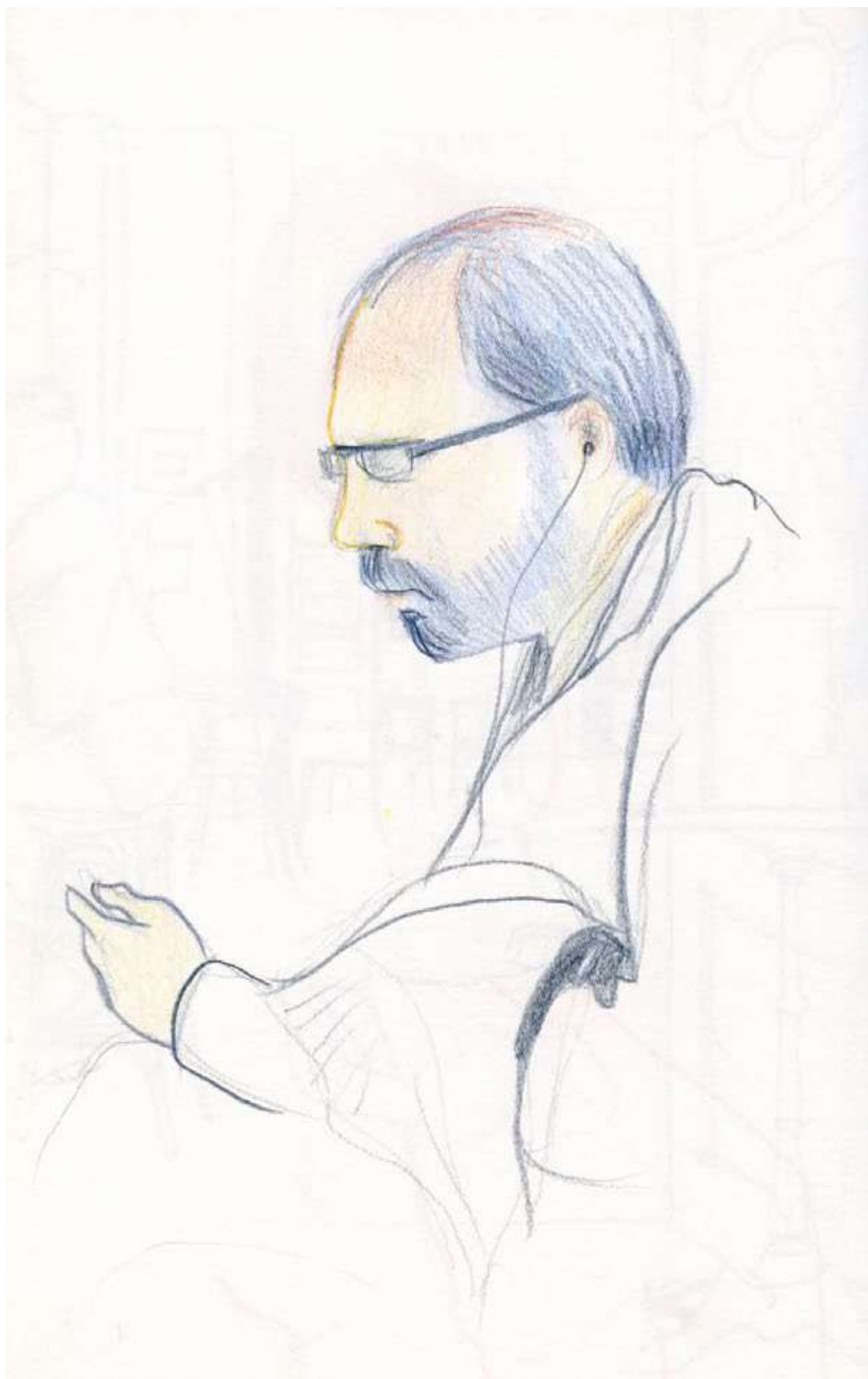


Quines són les teves preferències culturals?



1. Crear la biblioteca escolar

Objectiu	Catalogar el fons documental disponible a l'escola. Augmentar i diversificar el fons documental. Possibilitar el servei de préstec. Creació d'una comissió de biblioteca, de la que en formi part la comunitat educativa. Promoure activitats de promoció de la lectura per la mainada i les seves famílies.
Justificació	La creació de la biblioteca escolar és un deute que es té amb l'escola Finestres des de fa molts anys. La Llei d'Educació de Catalunya (LEC, 2009), en l'article 88, explicita que «tots els centres educatius han de disposar d'una biblioteca escolar, com a espai d'accés a la informació i font de recursos informatius en qualsevol suport a l'abast dels alumnes, del professorat i de la comunitat educativa». A més a més, la creació de la biblioteca ha de fer possible cobrir les necessitats prioritàries detectades a la diagnosi, com ara ampliar el nombre i el tipus de llibres disponibles a l'escola, la qual cosa pot afavorir que diversifiquin les seves lectures. També ha de facilitar el servei de préstec, permeten així que gaudeixin de les lectures fora de l'escola i potenciant la lectura a casa, de manera autònoma o amb la família.
Descripció	La creació formal de la Biblioteca escolar no parteix de zero. S'han fet ja actuacions pròpies d'una biblioteca, com l'esporga de llibres vells, fets malbé o desfasats, i hi ha una clara política d'adquisicions. Hi ha, a més, una persona responsable d'aquestes accions, que podria ser la persona encarregada del funcionament, difusió i promoció de les activitats que es realitzin. El primer de tot seria catalogar el fons documental que ja existeix, per saber exactament què hi ha, i per tant, saber també què cal. En segon lloc, s'hauria de fer una compra massiva de llibres, ja que actualment hi ha una demanda per part de la canalla de més llibres i més variats, tant en format com en gènere i introduir-los al catàleg. En tercer lloc, s'hauria de recuperar el servei de préstec, així com educar la mainada en el funcionament de la biblioteca, coneixent els seus drets i els seus deures com a usuaris i usuàries. L'escola no disposa d'espais per a fer una gran biblioteca, però aquest fet s'hauria de compensar amb la creació d'autèntiques biblioteques d'aula i amb la implementació del concepte «escola-biblioteca», on tots els espais del centre convidin a la recerca, a llegir, a fomentar la curiositat, pensant i creant els espais amb cura, que provoquin i motivin, amb els llibres itinerant per tota l'escola. Per tal que la persona encarregada pugui dur a terme totes aquestes propostes, cal la creació d'una comissió de biblioteca, formada per membres de l'equip docent i de l'AFA, implicats en la seva gestió i funcionament, que promoguin activitats de promoció de la lectura per la mainada i les seves famílies.





2. Potenciar les converses literàries entre alumnes de cicle superior de primària

Objectius	Afavorir el gust per la lectura i ajudar en la creació de l'hàbit lector des de les aules. Desenvolupar habilitats d'expressió oral. Fomentar l'esperit crític i el respecte a altres opinions. Construir significats a través de les aportacions individuals, establint connexions entre els i les companyes i entre l'alumnat i el món que els envolta.
Justificació	L'escola Finestres, amb l'activitat Parelles Lectores ja fomenta la conversa literària entre l'alumnat. Però aquestes es fan entre alumnes més grans que conviden a la canalla més petita a conversar sobre allò que els han llegit. Per tant, aquesta proposta està pensada a establir converses literàries entre iguals, és a dir, entre els i les alumnes de cicle superior. Hem de tenir en compte que compartir opinions sobre llibres crea un vincle especial entre la canalla, ja que comparteixen experiències i coneixements, construint un «significat compartit» i ajudant-los a millorar la seva comunicació i a la formació del seu propi criteri.
Descripció	La conversa literària es pot fer de moltes maneres diferents. Pot aprofitar-se un interès comú en algun tema concret per a fer lectures de llibres (de diferents formats i gèneres) i després posar en comú allò que s'ha llegit, o fer una lectura del mateix llibre i comentar-lo a classe després o que cadascú es llegeixi el llibre que vulgui i posteriorment el pugui explicar i conversar sobre ell amb la resta dels companys i companyes. Sigui quin sigui el format, és important que la canalla no ho percebi com uns «deures», sinó com una oportunitat d'aprendre coses noves dels seus companys i companyes. Aquestes converses literàries no han d'estar mediatitzades per l'equip docent, sinó acompanyades per aquest, aplicant criteris d'escolta activa i sense jutjar els gustos, les preferències i les opinions de la canalla. També s'haurien de combinar lectures de lliure elecció (lectura autònoma) o triades per l'equip docent (lectura guiada), però tenint present que aquestes aportin cert grau de dificultat, de superació, per tal que ajudin als i les lectors a créixer literàriament i lingüísticament.

3. Anar a la biblioteca comarcal a fer activitats (amb l'escola i amb l'AFA)

Objectius	Democratitzar l'accés a activitats culturals i de promoció lectora que es fan des de les Biblioteques comarcals. Enriquir la vida cultural de la mainada. Fer conscients a les famílies de la importància de participar en activitats culturals amb els seus fills i filles.
Justificació	El paper de les biblioteques en la formació de noves i millors lectors està més de demostrat. Aquestes creen un entorn atractiu i motivador a través dels seus programes i activitats, presentant als i les lectors una àmplia gamma de gèneres i formats, la qual cosa permet ampliar els seus horitzons lectors. A més a més, entre les seves actuacions, estan les sessions de contes i activitats d'alfabetització, que ajuden a desenvolupar les activitats lingüístiques bàsiques per a la competència lectora. No menys important és el paper que juguen a l'hora de democratitzar l'accés a la cultura i als llibres, disminuint així les descompensacions ocasionades per les diferències entre els diversos entorns culturals i socioeconòmics. Però, tal com expressen els resultats de l'enquesta, cap d'ells no hi va a fer activitats. Per tant, aquesta proposta es basa en la necessitat d'establir una sèrie de sortides de la canalla, algunes acompanyades de les mestres i altres acompanyats del màxim nombre de familiars per a poder gaudir de les accions que es fan a les biblioteques comarcals.

Descripció	L'escola hauria de programar una o dues sessions al trimestre per anar a gaudir d'aquestes activitats de matins. Per a poder-les gaudir plenament, l'equip docent hauria d'estar informat de qui és el propòsit de cadascuna d'elles, i d'aquesta manera, poder-les preparar amb anterioritat. També hauria de difondre les activitats que es fan en horari de tarda per tal de tenir informada a l'AFA d'aquestes. Per la seva banda, l'AFA hauria de valorar la importància d'aquestes activitats en família i gestionar i organitzar els viatges cap a les biblioteques per tal de poder assistir a alguna d'elles. Així, activitats com les estones de contes en família, han d'enfortir el vincle entre pares, mares i fills i filles, generant un entorn plàcid i segur per la mainada i potenciant el plaer per la lectura.
------------	--



4. Fer de Culturalubers i enregistrar pòdcasts entre els i les adolescents

Objectius	Motivar els i les adolescents a recomanar llibres i altres activitats culturals del seu gust. Treballar la competència lingüística i comunicativa Fomentar la utilització crítica de les eines digitals i les tecnologies de la informació.
Justificació	Com s'ha demostrat en la diagnosi de l'apartat dedicat als i les adolescents, hi ha una clara tendència a perdre hàbit lector quan deixen l'escola primària. Penso que oferir activitats de promoció literària i cultural, fora del context educatiu i des del municipi és importantíssim. Per això crec que és important oferir-los la possibilitat que investiguin en el món dels «youtubers» culturals, i que aprofitin aquest format, més dinàmic i adaptat a l'escenari comunicatiu virtual en el qual es mouen amb certa soltesa. El fet que no sigui una activitat acadèmica i, per tant, no avaluable en el seu currículum escolar, pot permetre que la visquin amb més llibertat, gaudint de la utilització d'un llenguatge personal, més informal i més flexible. Però per tal d'incloure al jovent que no llegeix ni gaudeix de la lectura, aquesta proposta engloba, no només la recomanació de llibres, sinó també de totes aquelles expressions culturals a les quals hi dediquen temps. Poder recomanar les sèries de televisió, pel·lícules, obres de teatre o altres espectacles que els agraden, cantants i grups musicals, així com videojocs, blogs que segueixen o qualsevol altra manifestació artística, els posa en el centre de les seves experiències culturals i posa sobre la taula les seves preferències, sense haver d'estar subjectes a judicis de valors per part dels i les adults.

Descripció	En aquest sentit, i aprofitant els espais i materials que hi ha al poble, proposo la creació d'un canal de <i>culturaltubers</i> dels i les adolescents de Mieres, vinculat al web de l'Ajuntament, en el que cada adolescent pugui recomanar llibres o qualsevol altra manifestació cultural que li hagi agradat i que vulgui compartir. Aquestes sessions de recomanacions artístiques es poden fer grupals, ja que això potenciarà la seva participació. El fet de comptar amb un equip de ràdio, permet també gravar aquestes recomanacions i penjar-les a la xarxa en forma de «pòdcast». Com qualsevol activitat de promoció cultural, aquestes sessions han d'estar treballades amb anterioritat, fent un petit guió d'allò que es vol recomanar. A més a més, el grup de joves ja té una figura de referència que els acompanya i dinamitza en altres activitats i, per tant, és una persona de la seva confiança, que pot fer que se sentin còmodes i puguin expressar les seves idees i emocions en relació amb el fet cultural que vulguin compartir. És important que no se sentin jutjats ni jutjades per les seves preferències, i que vegin que el terme «cultura» és molt més ampli del que es pensen.
------------	--

5. Crear un nou club de lectura per a adults i adultes.

Objectius	Crear un nou Club de lectura que doni resposta a la voluntat expressada a les enquestes de formar-ne part.
Justificació	De les respostes de l'enquesta feta a la població adulta es desprèn la necessitat de crear un nou club de lectura. Hi ha 19 persones que actualment no participen del Club de Lectura del poble però que voldrien formar-ne part. Com que no és viable fer un club de Lectura amb trenta-dues persones, l'única solució és crear-ne un de nou. Entre els beneficis de poder participar en un Club de lectura hi trobem el foment de la lectura, la millora de la comprensió i anàlisi, l'enriquiment cultural, el desenvolupament de l'empatia i la connexió social entre els seus membres.
Descripció	El primer que s'hauria de fer, és publicitar, a través dels canals que ja existeixen al poble, la creació d'aquest nou club de lectura, per tal que tots i totes aquelles interessades s'hi puguin apuntar. Un cop sapiguem quines són aquestes persones, es podria fer una primera reunió per tal d'explicar el seu funcionament, és a dir, quina serà la seva periodicitat, el lloc de trobada i les dinàmiques pròpies d'un club de lectura. En aquesta mateixa reunió es pot triar el primer llibre a llegir i el dia de la seva discussió. A partir d'aquí, els següents llibres es poden triar per consens, per recomanació d'algú o per recomanacions rotatòries entre totes les participants. Per aconseguir els llibres, es pot utilitzar el mateix mètode que s'utilitza en el ja existent, és a dir, que la persona encarregada de dinamitzar-lo, sigui qui aconsegueixi, a través del préstec interbibliotecari de la Biblioteca d'Olot, els exemplars necessaris.

6. Crear un Punt d'Informació i Lectura. (PIL)

Objectiu	Creació d'un Punt d'Informació i Lectura vinculat a la XPIL
----------	---

Justificació	Entre les mancances detectades en els resultats de l'enquesta hi ha l'existència d'una biblioteca pública. Per les dimensions del poble i de l'actual sala de lectura, la Diputació de Girona posa a disposició de municipis de menys de 3000 habitants la possibilitat de crear un Punt d'Informació i Lectura (PIL). Aquests PIL's estan vinculats a la Xarxa de Punts d'Informació i Lectura (XPIL), que actua com la xarxa de Biblioteques municipals, gestionat i assessorat pel Servei de Biblioteques de la Diputació de Girona. Els beneficis de tenir una biblioteca municipal són nombrosos, però per destacar-ne alguns, nomenaria l'accés a la informació i el coneixement, la inclusió digital, el foment de la lectura i l'alfabetització, la promoció cultural, la inclusió social i el desenvolupament personal i social.
Descripció	El Servei de Biblioteques de la Diputació de Girona assessora els ens municipals en la redacció de programes funcionals i arquitectònics. També assessora sobre la distribució i catalogació del fons, el seu manteniment i tractament, així com la senyalització necessària en els prestatges. Així mateix, dona suport a la selecció de la persona encarregada. Per poder-ho fer, l'Ajuntament ha de sol·licitar poder formar part d'aquesta xarxa de PIL's, reunint una sèrie de requisits entre els quals destaca la necessitat de tenir una sala de lectura, amb un fons documental, i amb una persona formada, contractada per l'Ajuntament i que en sigui la dinamitzadora i responsable. Aquesta persona podria comptar amb el voluntariat que actualment ja forma part de les activitats de promoció lectora i cultural que realitza el Club de Lectura de Mieres, i a part de la gestió pròpia de la biblioteca, podria recolzar totes les propostes anteriors, col·laborant en la creació de la biblioteca escolar, facilitant els espais de conversa literària entre iguals al cicle superior de primària, publicitant les activitats de les biblioteques comarcals i engegant projectes propis de dinamització lectora y cultural, acompanyant els i les adolescents en la tasca de <i>culturaltubers</i> i dinamitzant el nou club de lectura del poble.

.....

Trobareu aquest article en la seva versió completa a:
t.ly/o6DV-



Maria Boix

Josep-Anton Monfort

En Manel Prat ens fa el favor de dur-nos a la Maria, la Pilar a mi a Can Bertran, la casa on va néixer la Maria, sota el Collet de Bastarra i sobre Granollers de Rocacorba, un disseminat de Sant Martí de Llémena d'on era en Pere Joan Sala, que va encapçalar la segona guerra remença que començà, precisament, amb l'Alçament de Mieres el 1484.

El camí és costerut i enrevessat. Sort que en Manel es coneix cada corriol i cada pedra d'aquestes contrades. Arribem al Mas Oliveres, on ens espera el seu propietari, en Lluís Ferrer. Amablement, ens acompanya a Can Bertran, avui quatre parets enderrocades en mig de la bardissa. La Maria, abatuda, no se'n sap avenir de l'estat actual del què fou casa seva. Fa 67 anys que no hi havia tornat.

.....

—Parleu-me una mica de vos

—Em dic Maria Boix i vaig néixer aquí, a Can Bertran, el 1941 i tinc una germana que va néixer un any abans. A 16 anys vaig anar a servir a Can Planaferrana, i quan em vaig casar, vam anar a Can Reixac, on vam treballar vuit anys i on van néixer els meus fills, en Josep i la Pilar. Després a Burvella i en acabat a Mieres.

Mon pare era d'aquí, de Can Bertran, i ma mare de Canet d'Adri. Tots dos feien de pagès, tal com vaig fer jo a casa. El meu marit, en Joan, era fill de Mieres.

—Com era la vostra vida a Can Bertran?

—Aquí a can Bertran no teníem electricitat. Anàvem amb llums de petroli i de carbur. D'aigua sí, perquè teníem una font i una bassa a prop. Els d'eixut, com aquest any, quan la font flaquejava, anàvem a Oliveres a rentar els drapets, però potser un cop o dos. Oliveres no era com ara; poc que era així això, està desconegut!

—I llavors com us movíeu per anar amunt i avall?

—A tot arreu havies d'anar a peu. Per

anar a col·legi, si plovia hi anàvem amb esclops. O si havies d'anar a Mieres a comprar, anàvem amb un carro, amb un cavall o de vegades a peu. I si anàvem a mercat a Girona perquè teníem pollastres i conills per vendre, a fer dues hores a peu per agafar l'auto per anar a mercat. Tot carregat a l'esquena i agafar l'auto allà baix. Si anàvem a Amer, baixàvem a buscar l'autobús a Sant Esteve i si anàvem a Girona, l'agafàvem a can Batista, que abans era un bar. Perquè de cotxes, poc n'hi havia abans. Teníem un parell de bous i la carreta, però no podíem agafar la carreta per anar a portar un parell de pollastres.

—Vàreu anar a escola?

—Quatre dies, com tothom, Aquí baix, a Granollers de Rocacorba. Començàvem als 7 o 8 anys i plegàvem als 12 o 13. I què? Els nostres pares no havien anat mai a estudi. Nosaltres ara som igual com ells abans, perquè del que fa ara la mainada, nosaltres ja no en sabem res. Teníem un mestre, tota la vida vam tenir el mateix. Hi havia tres o quatre cursos i un mestre ho feia seguir tot. A escola teníem els amics, érem molta colla. S'han tancat moltes cases, però a Rocacorba a cada casa hi havia gent i a

cada casa hi havia mainada. Ara s'ha tancat tot.

—I pel que fa a la feina?

—Vaig començar a treballar a Reixac, però a deu anys, ja feia feina a casa i em feien anar a collir olives a Vilagran. A 16 anys vaig anar a servir a Can Planaferrana, i quan em vaig casar, vam anar a Can Reixac, de 1960 al 1969. Hi havia tots els amos: en Campistol, el senyor Esteve i en Pepe, que li deien en Pepe del carlins, em sembla. Tres germans i era un infern; molt treballar! També hi havia dos masovers i els amos, que ens tenien escanyats. Després vam anar a viure a Burvella, on hi vam treballar fins al 1988, que ja vam baixar a viure a Mieres.

—Però a més de treballar, també tindríeu les vostres festes, oi?

—Sí, és clar, però en dies assenyalats. Aquí a Granollers de Rocacorba també feien dues festes, la festa major a l'agost, i l'altre era per Sant Grau, a l'octubre. Els joves anàvem d'un poble a l'altra per a conèixer-nos. La Setmana Santa també se celebrava molt més que ara, amb professons i tot. I Per Sant Joan no es tiraven pe-



tards, però de fogueres en feien a totes les cases.

—I com celebràveu Nadal, els Reis, els aniversaris...?

—Ui, de celebracions, molt poques, res que es pugui comparar amb el que es fa ara. El dinar de festes era com el dels altres dies. Tothom a casa seu i ja està. I de regals... una mandarina si havies pogut anar a mercat i, si havies matat porc, la botifarra, que hi havia al rebost! Tampoc sabies pas ni què era el sant ni l'aniversari, no se'n parlava. Molt de treball i poca festa.

—I quina era la vostra relació amb Mieres?

—No coneixia gaire el poble. M'hi vaig casar, però abans ja hi anava a comprar i a algunes festes, fins que hi vam anar a viure. Ha canviat molt. Recordo que hi havia més botigues i totes eren plenes. No sé si hi havia més gent que ara, però segurament que sí, perquè la gent, va anar deixant la muntanya, on treballaven a bosc, carbonaven i feien la seva vida, per baixar al pla. Va passar al Freixe, que també era ple de gent, i va passar també aquí. Tants com en van baixar, i ara sembla que alguns tornen. Jo

baixava a Mieres per la festa major i altres festes. Hi havia ball a can Badó, a can Clenxa... sí que hi baixava quan festejàvem. Després, quan hi vam anar a viure, ja està, però hi havia més festes que ara: Sant Grau, Sant Sebastià... Ara de balls no se'n fan. Hi ha la festa major, la castanyada i coses així, però es van perdent festes...

—I estàveu informada del que passava a Catalunya?

—No res, que vols saber? No teníem diaris i de ràdio amb prou feines. Per aquí no hi havia res abans. Vivíem bàsicament de les nostres coses i les dels pobles veïns.

—Per exemple, els vostres pares us havien parlat dels carlins, de la guerra, dels emboscats i tot això?

—Jo de la guerra no en sé res, encara havia de néixer. El pare estava amagat a bosc, com tots, i quan va acabar la guerra van tornar a casa. Molta misèria, això sí.

—I aquesta gent que han anat venint des de fa 30 o 40 anys i que en deien neorurals, què en pensava el poble?

—No ho sé. Hi ha gent de tot... Bé, uns que sí, altres que no i ja està. Ara ja hi ha bona harmonia, perquè fa molts anys que hi són, però al principi es veu que els deien els hippies o no sé què.

—I com recordes el Mieres d'aquells anys?

—Home, hi havia més vida. De botigues n'hi havia una colla: ca l'Escatidor, can Badó, can Busquet, ca l'Espardeyer, cal Sabater, can Riera, cal Carter, can Carlina... tot eren botigues que venien coses, i tot això no hi és pas ara.

—Per acabar, avui en veure can Bertran després de tants anys, us heu quedat de pedra, oi?

—Sí, està tot desconegut, les parets a terra i tot embardissat! Ara bé, si com diuen han comprat aquestes cases i en fan de noves, potser això reviurà una mica, perquè si no, estarà tot fet una runa. És que ha marxat tothom. Ara el que té bosc té una ruïna i, en canvi, abans, qui tenia un tros de bosc o un petit camp, Verge Santa! Hi plantaves una mica de blat o de blat de moro i ja en tenies prou. En fi, tot canvia!

Moltes gràcies, Maria!

Coliflor cruixent amb Kimchi

Anna de Collbahí (text)

Lluís Fernández (fotografies)

Ingredients per a la coliflor:

- 1 coliflor maca
- 1 ou
- Pa ratllat de blat de moro
- Una mica de sal

Ingredients per preparar el Kimchi:

- 1 col
- 2 pastanagues
- 1 rave daikon
- 1 nap negre
- Sal no refinada
- Aigua no clorada

Preparació:

- Posar a bullir la coliflor al vapor i quan estigui al dente, uns 8-10 minuts, l'enretirem del foc i deixem que es refredi.
- Deixatem l'ou i passem la coliflor, prèviament salada, per ou i pa ratllat i la posem al forn a 180 uns 10-12 minuts.
- Tallem la col a trossos mitjans, i la pastanaga, el daikon i el nap a dauets mitjans petits.
- Preparem la salmorra diluint 12 g de sal a l'aigua. Després hi submergim les verdures ja tallades.
- Li fem massatges durant 5 minuts i la deixem de 2 a 3 hores amb la salmorra.
- I ara preparem la salsa en la qual submergirem les verdures que tenim en salmorra.

Ingredients:

- Dues tasses d'aigua
- Gíngebre
- 1 cabeça d'all

- 2 o 3 calçots o ceba tendra
- Pols de Xile
- Farina d'arròs
- Sal
- Sucre
- És important que tots els ingredients siguin ecològics.

Preparació:

Posem un pot a escalfar amb els dos gots d'aigua, li afegim les 4 cullerades de farina d'arròs i barregem durant 4-5 minuts.

Tallem la ceba, calçots, en trossos petits, els alls petits, ratllem el gíngebre i afegim 3 cullerades de gíngebre ratllat. Quan la barreja d'aigua i farina ja s'ha refredat, introduïm aquests ingredients a la pasta i afegim una culleradeta de sal, una culleradeta de sucre i 4 cullerades de pols de Xile.

Escorrem les verdures que estaven en salmorra, li barregem la pasta d'arròs freda i l'envasem en un pot ben tancat durant 3 dies perquè fermenti.

Passats tres dies ja podem gaudir d'acompanyar la coliflor o qualsevol menjar amb el Kimchi.

Després guardem el Kimchi a la nevera per aturar o adormir el seu procés de fermentació.

La coliflor és una verdura molt antioxidant, d'hivern, elimina molt metalls pesants de l'organisme i aporta molts de nutrients i vitamines.

El Kimchi és un fermentat d'origen coreà (lacto fermentats) i ens aporta aliment a la nostra probiòtica intestinal, nodrint la flora intestinal i el tub digestiu, que és a on assimilem els nutrients pel nostre organisme. És un ferment molt saludable i farà que els nostres budells estiguin contents i funcionin correctament.

Espero que us agradi.



Mieres

Raquel Tasa (text i fotografia)



Segons la web de l'Ajuntament, Mieres és un municipi de la Garrotxa de 26,29 km², que està a 286 metres d'altitud, on viuen 348 persones, a les que ben aviat s'afegiran dues més, 350 ànimes, un número bonic. Aquestes són les dades objectives. Afegiré que Mieres és contigu al Pla de l'Estany i és, per tant, l'últim poble de la Garrotxa.

Qualsevol poble és molt més que quatre dades físiques escrites en un paper. Mieres en concret, que és on visc i un lloc que m'ha fet estimar-lo, és moltíssim més que aquestes dades, que fan creure al visitant o al que ho pretén, que Mieres és un poble petit, on la gent

ha perdut el tren de la vida intensa de la ciutat.

Des que soc aquí m'ha cridat l'atenció que Mieres, en certa manera, no existeix per les persones que no viuen aquí. Quan als amics els deia que ara vivia a Mieres, la resposta invariablement era: Mieres, Astúries, ostres! Sí que has marxat lluny. Si googleges Mieres també de primeres el que et surt és aquest Mieres asturià. Després em vaig adonar que fins i tot gent d'Olot o gent que fa anys que hi viu, ni saben on és Mieres, l'aclariment sempre passa per: Santa Pau sí que saps on és, oi?, doncs el següent poble anant cap a Banyoles.

Després d'anys d'aquestes anades i vingudes i d'explicacions

d'on és aquest poble que ens ha acollit, la meua auto explicació és que Mieres es protegeix del món sencer i es fa invisible pels que no hi viuen o tenen algun vincle particular aquí. Ens protegim i protegim aquest poble petit, nascut en un entorn meravellós, perquè és una "rara-avis", ho hagi pensat o no, el que probablement has dit o escoltat és que "Mieres és un poble raro", sé que la paraula correcta potser seria estrany, però no, en diem "raro" perquè la majoria de nosaltres som barcelonins amb poc sentit de la puresa de l'idioma. Disculpeu si sou dels que sí que defensen l'idioma (i molt ben fet) a capa i espasa, no és el meu cas, ni el de molts, mal fet, ho sé.

Mieres és un poble atípic perquè ara mateix la majoria dels que hi hem trobat el nostre espai aquí, som de fora, no hem nascut aquí, no han viscut aquí ni els nostres pares, ni els avis (encara que alguns han fet la retornada, la retrobada amb les cases que van construir i viure els avis, saltant-se la generació del mig), però la majoria hem vingut a petar aquí per... bé per mi va ser de retruc, dins els meus plans no entrava viure a Mieres, malgrat que sens dubte és el lloc on em vull quedar i a on pertanyo, si és que en realitat pertanyem als llocs.

Diria que en general vam venir aquí fugint una mica de Barcelona, molts amb fills petits o el desig de tenir-los, amb l'esperit de donar-los un lloc més sa, amb natura a l'abast tots els dies, no només el cap de setmana, un lloc on gaudir del silenci sorollós dels ocells, on dormir sense sentir la vibració dins de casa de metres i cotxes, on respirar un aire més net i disposar de més temps per veure com els nens van creixent. No sé com va ser la trobada d'aquests primers nouvinguts amb la gent del poble, no sé si va ser rebuts amb els braços oberts o amb una certa o molta reticència, en qualsevol cas, el fet, és que ara som més els que em vingut de fora que els nascuts aquí i aquesta és una realitat que ha fet canviar el tarannà del poble.

Vau ser els primers i els següents els creadors d'una "nova" manera de fer poble, el "nova" va entre cometes perquè en realitat està del tot lligada en el que eren els pobles, o almenys amb el que jo entenc com a poble, que és: un lloc petit, on la natura té molt més protagonisme que a la ciutat, on els seus habitants es coneixen gairebé un a un, on cada dia en creuar-se es diuen un: bon dia, bona tarda, passi-ho bé, sovint mirant-se als ulls. Aquí tornem a ser persones un a un, i on tots o gairebé tots "treballen", treballem per un bé comú de què tots gaudeixen: el poble sencer.

Hi va afegir la cultura més urbana, gent llegida, preocupada perquè la natura meravellosa que ens envolta no es perdi, compromís polític i social, i a falta de llocs propers d'esbarjo (ni gimnàs, ni teatres, ni biblioteques a prop) ho va iniciar i mantenir. No conec cap poble on es facin tantes activitats, ni on les activitats estiguin econòmicament tant a l'abast de tothom, si a més afegeixo que totes aquestes activitats estan "dirigides" per persones realment competents... bé, a qualsevol que li diguis això li semblarà que Mieres és realment un paradís, per això no ho dic gaire, per si de cas... perquè tornant a l'inici, crec que tots en una mesura o altra, en un moment o altre, ens adonem que som persones privilegiades, que vivim

en un lloc privilegiat des de molts punts de vista, ho sabem i, tanmateix, com hem après a fer amb llocs especialment preciosos d'aquesta natura garrotxina, de no dir exactament on són, perquè cada cop que arriba gaire enllà, és plena de "turistes", i alhora de deixalles i és clar quan hi anem a gaudir-ne ja no és el mateix, hem après sense ni adonar-nos que millor no parlar gaire de les coses que hi ha i passen al poble, no sigui cas que vinguin tots en massa i no li doni temps al poble "d'educar" en l'ús d'aquest espai que hem creat entre tots.

Mieres és un lloc on quedar-se, definitivament, potser no per sempre, potser sí, cadascú troba la seva fórmula aquí, per cadascú diferent, un lloc on reaprendre que ajudar l'altre no és una cosa estranya, ni atípica, és una manera d'estar al món, avui per tu, demà per mi, sense esperar, com fan encara molts pagesos, quan comparteixen fruits i embotits fets a casa, no esperen res a canvi, però en el fons saben que rebran, donar té aquestes coses, abans o després el que necessites t'arribarà potser no allà on has donat però vindrà.

A Mieres jo he après que sola estic molt bé, i que quan comparteixo l'estona, el temps, el que sigui amb els altres m'enriqueixo encara més, hi ha temps per tot, per gaudir la solitud i per petar la xerrada davant d'una cerveza a can Met o a casa, o

a casa d'algú altre. Gaudir, per mi la paraula que aglutina tot el que dona sense esperar res a canvi Mieres és gaudir.

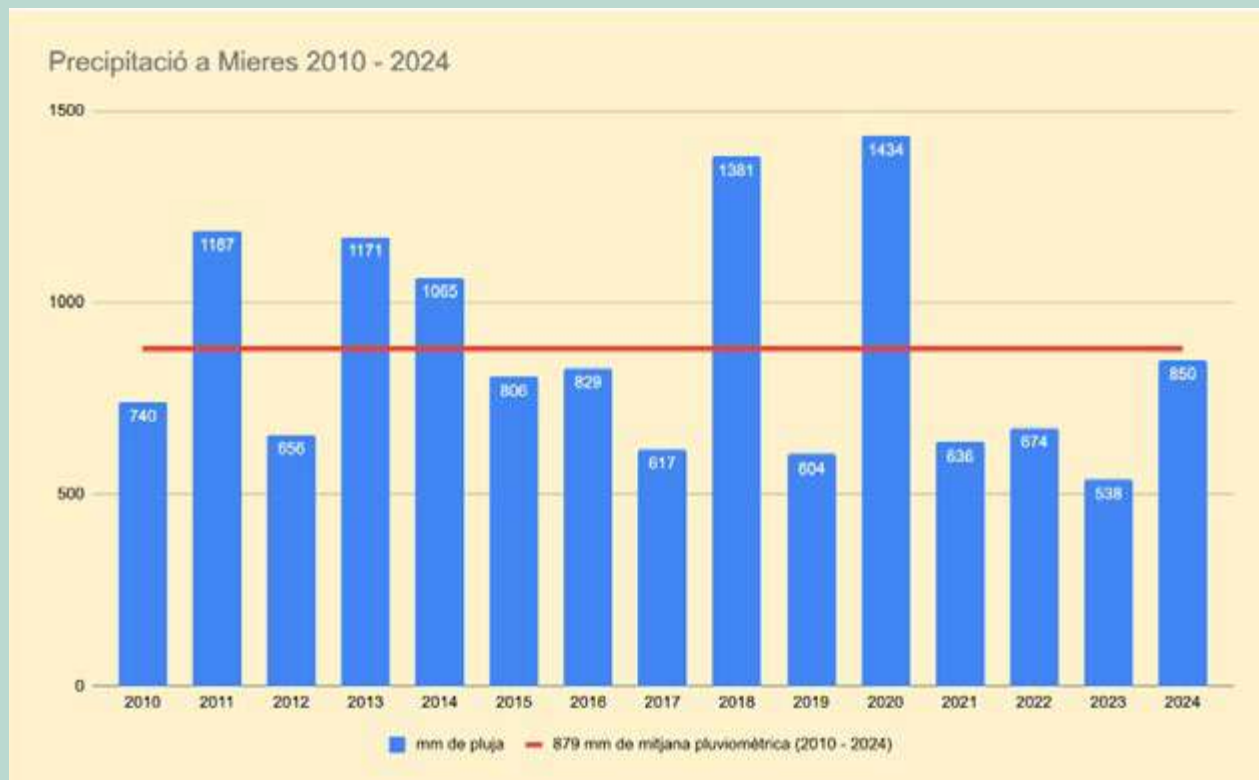
Mieres és un poble per gaudir, gaudir de la natura, de la seva gent... de la vida.

I tu? Has trobat el teu espai aquí? En gaudeixes? Si encara no, si encara no et convenç, prova, prova-ho, no costa res i en rebràs molt.

Resum meteorològic de l'any 2024

Xavier Gallofré Jané (text i fotografies)

Meteomieres



La precipitació recollida aquest any 2024, ha estat un -3,5% inferior a la mitjana climàtica dels últims 14 anys (881 mm). Aquest 2024 és el sisè any més plujós de tota la sèrie de Mieres (14 anys).

ALTRES REGISTRES PLUVIOMÈTRICS

Martin- CAN BOSC- 836,8 mm

Fermin- MOLÍ DE CAN BOSC- 969 mm

Wolfgang- LA ROVIRA- 905 mm

Ramon (Sant miquel de Campmajor) - 883 mm

LA SEQUERA

DEFINICIÓ

Situació de dèficit hídric en què les necessitats hídriques de la població, els animals i les plantes no poden ser satisfetes.

La sequera es distingeix en sequera meteorològica, sequera agrícola i sequera hidrològica.

SEQUERA HIDROLÒGICA: Es caracteritza per la no disponibilitat d'aigua en els sistemes hidrològics superficials i subterranis.

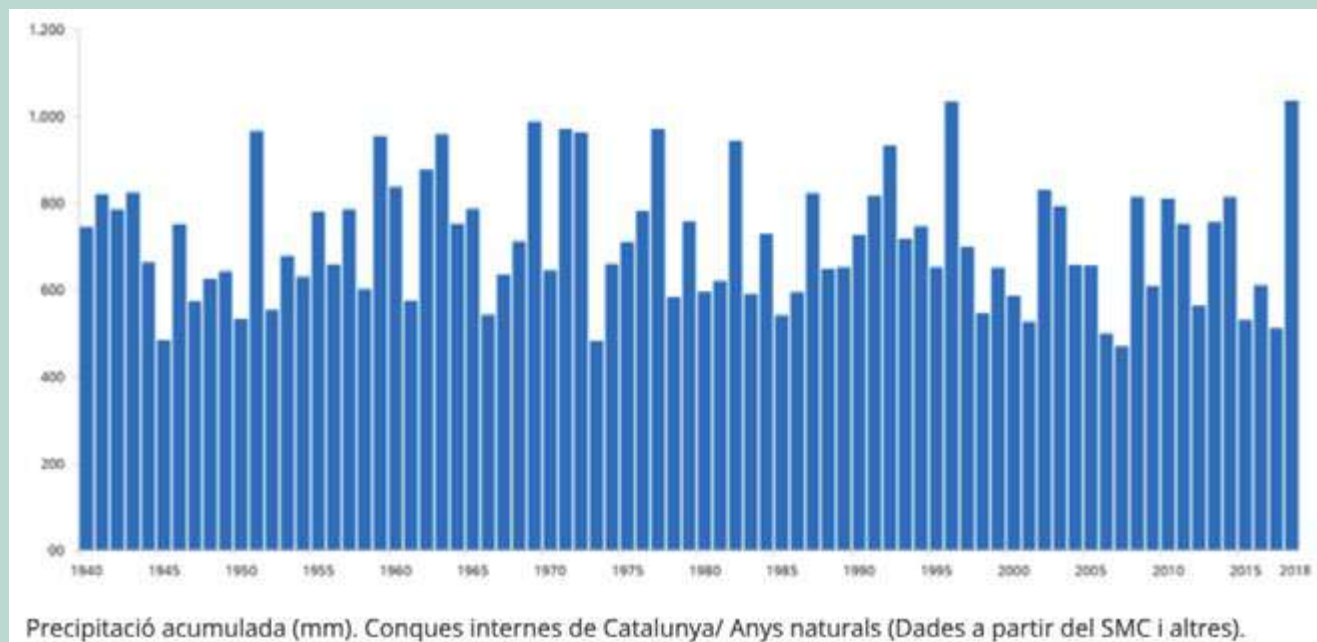
SEQUERA METEOROLÒGICA: Es caracteritza per una deficiència prolongada de precipitació respecte a la mitjana anual i en períodes de temps llargs.

SEQUERA AGRÍCOLA: Es caracteritza per la manca d'aigua aprofitable pels cultius, es pot produir poc temps després de la sequera meteorològica.

PERÍODES DE SEQUERA

La sequera és un període extens de temps en el qual un territori pateix una deficiència en el subministrament d'aigua. Generalment, passa quan plou per sota del que és habitual. Aquest fenomen produeix, per tant, un desequilibri entre la disponibilitat natural d'aigua i el consum que en fa l'activitat humana.

A Catalunya, les pluges tenen un caràcter irregular, alternant llargs períodes d'absència de pluges amb episodis de pluges torrencials, fruit del clima mediterrani. Això ens fa especialment vulnerables a patir episodis de sequera, especialment a les conques internes que és on es concentra el gruix de la població (més del 80%) i on només es disposa del 40% de l'aigua que hi ha a Catalunya (essencialment la que es troba als embassaments, als aqüífers i dins els pous). (t.ly/7NLZe).



CLIMATOLOGIA

(t.ly/BTEcv)

TEMPERATURA DE L'AIRE

La temperatura mitjana anual per al conjunt de Catalunya i per al període 1950-2023, ha augmentat a un ritme de +0,26 °C/decenni, valor estadísticament significatiu i força homogeni en el territori (no es detecten zones amb major o menor augment de la temperatura). Aquest valor de la tendència suposa que la temperatura mitjana anual a Catalunya ha augmentat 1,9 °C en els darrers se-

tanta-quatre anys.

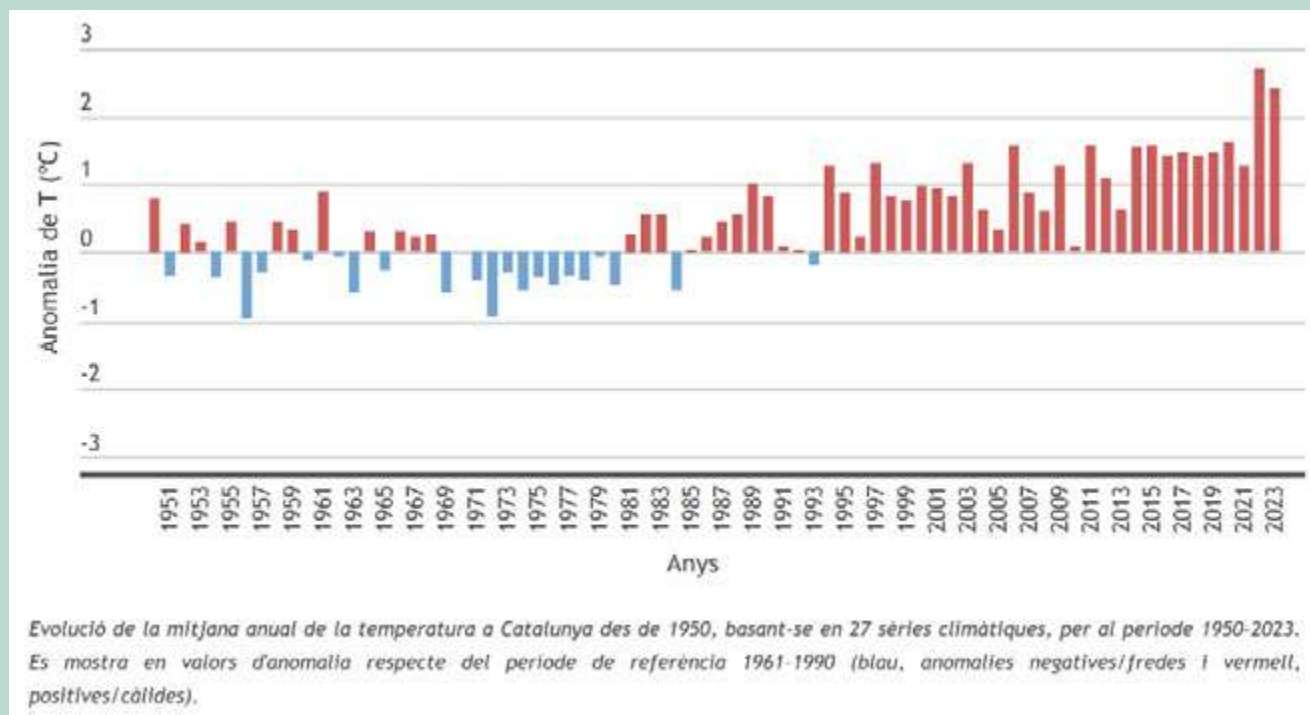
En el mateix període 1950-2023, la mitjana anual de la temperatura màxima ha augmentat a un ritme superior (+0,32 °C/decenni) al de la mitjana anual de la temperatura mínima (+0,20 °C/decenni), ambdós valors amb significació estadística.

Estacionalment, es destaca l'increment de la temperatura mitjana estival (+0,38 °C/decenni), seguit per la primavera, la tardor i l'hivern. A més, l'estiu és l'estació de l'any que presenta un major contrast entre la tendència de la temperatura màxima i la de la mínima (+0,47 °C/decenni i +0,28 °C/decenni, respectivament), sempre considerant el període 1950-2023. De tots els mesos de l'any, el juny i l'agost són els que augmenten

la temperatura a major ritme (+0,40 °C/decenni), mentre que gener és el que ho fa a un ritme més moderat (+0,17 °C/decenni).

L'any 2023 va ser el segon més càlid a Catalunya des del 1950, com a mínim, amb una anomalia per a la temperatura mitjana anual de +2,4 °C respecte de la mitjana del període 1961-1990 (només superat per l'any 2022; només aquests darrers dos anys del període 1950-

2023 han superat els 2 °C d'anomalia). Si es pren com a referència el període preindustrial (1850-1900), l'anomalia tèrmica a Catalunya de l'any 2023 és igual a +2,2 °C (prenent els punts de malla sobre Catalunya de la base de dades global 20CRv3 de la NOAA CIRES-DOE i de l'ERA5-Land). A Europa, l'any 2023 va ser el segon més càlid, mentre que a escala global fou el més càlid.



PRECIPITACIÓ

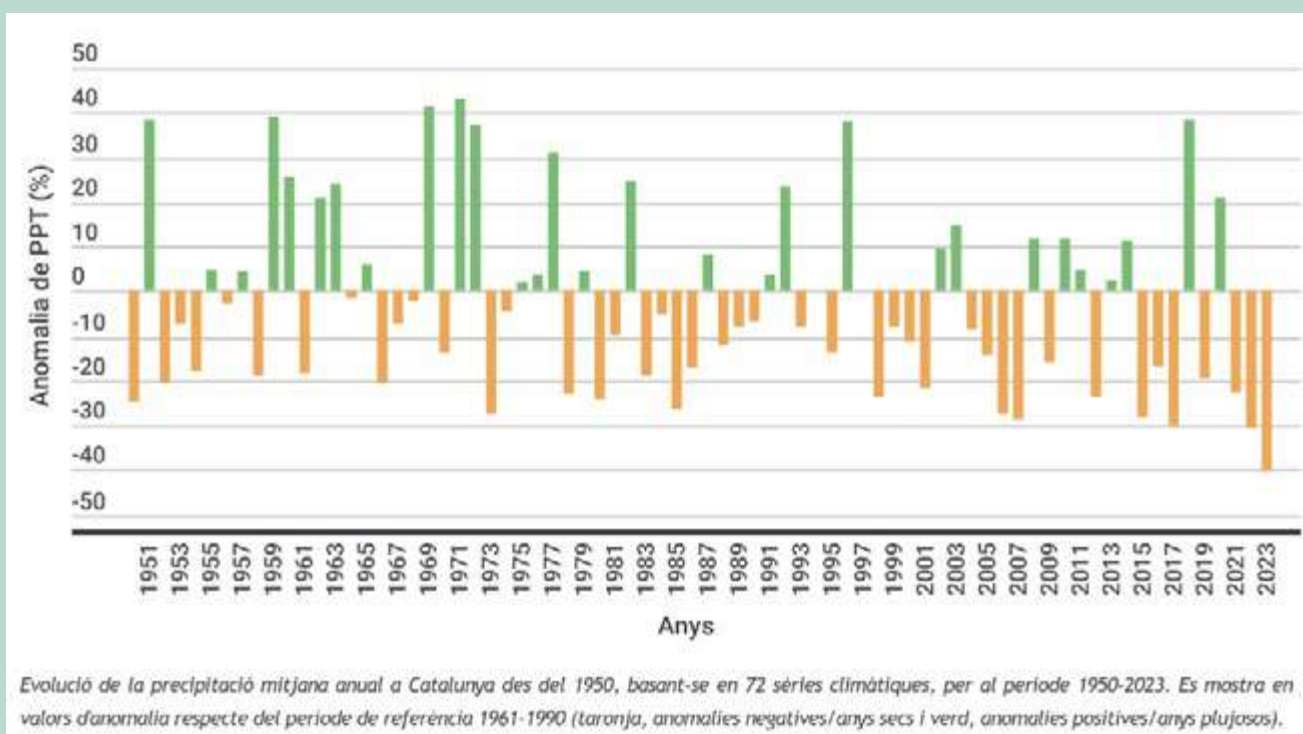
La tendència de la precipitació mitjana anual (PMA) per al conjunt de Catalunya i per al període 1950-2023 és de -2,3%/decenni (que equival a una disminució de la precipitació anual igual a 104 mm des de mitjan segle XX), valor estadísticament significatiu per a un nivell de confiança del 95%. Els darrers tres anys secs i l'acumulació d'anys secs en els darrers 20 anys han fet que la tendència de la PMA a Catalunya tingui significació estadística per al nivell de confiança requerit segons el test de Mann-Kendall. Si es manté aquesta certesa estadística en els pròxims anys, les conclusions per a l'evolució de la precipitació a Catalunya seran més robustes.

Totes les 72 sèries estudiades proporcionen un valor negatiu (disminució) per a la tendència de la precipitació anual durant els darrers setanta-quatre anys, i disset sèries presenten una tendència a la disminució estadísticament significativa. La majoria d'aquestes disset estacions estan localitzades al Pirineu i Prepirineu, fet que agreuja la disponibilitat de recursos hídrics al nostre país perquè en aquesta

zona és on es localitzen bona part de les capçaleres dels rius de les conques internes del país.

L'estiu és l'única estació de l'any que presenta una tendència de la precipitació mitjana a Catalunya estadísticament significativa durant el període 1950-2023; el seu valor és -4,8% per decenni, és a dir, durant els darrers 74 anys hi ha hagut una disminució de la precipitació estival d'uns 47 mm. Les altres estacions de l'any proporcionen valors negatius de la tendència, però no superen el criteri de significació estadística per a un nivell de confiança del 95 % (per tant, no són resultats conclouents).

L'any 2023 va ser el més sec a Catalunya des de 1950, com a mínim, amb una anomalia de -40,4 % respecte de la mitjana climàtica del període 1961-1990. Tenint en compte que els anys 2021 i 2022 també van ser secs, la sequera pluviomètrica s'ha allargat força mesos a Catalunya. Al conjunt d'Europa, però, fou un any plujós especialment al centre i nord del continent.



PERÍODES DE SEQUERA

Des de començament del s. XX fins a l'actualitat, a Catalunya hi ha hagut almenys deu episodis de sequera remarcable i d'altres poc duradors en el temps però amb força incidència en el territori i a la vida de les persones. Alguns d'aquests episodis van ser relativament extensos en mida i quantitat com el període entre 1910 i 1915. D'altres amb sequeres curtes però intenses entre 1922 i 1923.

Entre 1944 i 1945 va ser un any considerat fins ara, el més sec a tota la península Ibèrica.

Els anys 1988 i 1989, van ser anys molt secs a tota Catalunya, amb restriccions a bona part del territori. D'aquesta sequera se'n van treure lliçons, que han servit per a la gestió de l'aigua en aquests darrers anys. Als noranta també hi va haver períodes amb força dèficit hídric, degut a la baixa pluviometria i a l'elevat consum d'aigua.

Des de 1999 fins a finals del 2003, es van esdevenir una successió d'episodis que van generar alertes i nous decrets per gestionar la prevenció, encaminats a atenuar les situacions més crítiques de sequera.

Als anys 2007 i 2008, Catalunya va viure un dels períodes més greus de sequera, entre l'abril del 2007 i el maig del 2008, catorze mesos sense pluges destacables. Els embassaments que abastien d'aigua al 80% de la població de Catalunya, estaven al 20% de les seves reserves.

L'arribada de les pluges del maig i juny del 2008, va provocar l'increment de reserves i va posar fi al decret de sequera.

El 2012-2013 i el 2016-2017, el règim pluviomètric va estar per sota de la mitjana habitual. Aquesta manca de precipitació va provocar la baixa de les reserves d'aigua als pantans i restriccions a bona part del país. Es van posar en marxa dessalinitzadores i es va incrementar l'extracció d'aigües subterrànies.

El 2019 va ser un any sec i força calorós, les reserves d'aigua dels embassaments també es van reduir.

Veiem, doncs, que la sequera actual no ens ve de nou, ja que a casa nostra sovint hi ha hagut períodes de sequera amb més o menys durada. El canvi climàtic no afavoreix les sequeres, el que realment fa és augmentar la durada i la intensitat d'aquestes.

L'actual sequera va tenir el seu inici l'any 2021. Un any abans, el 2020, el temporal Glòria havia emplenat pantans, aqüífers i rius. D'aleshores ençà estem en fase d'excepcionalitat. És a dir, portem gairebé cinc anys amb precipitacions molt per sota de la mitjana, exceptuant el 2024, i això fa que es consideri el període més sec dels últims 150 anys.

LA SEQUERA A MIERES

Al poble de Mieres, moltes de les actuacions fetes a la xarxa d'aigua des del 1963, quan es va canalitzar l'aigua per fer-la arribar al municipi, estan relacionades amb les que s'aniran fent a partir d'aquell moment, durant els períodes de sequera que s'esdevindran.

L'any 1963 els propietaris dels terrenys on està situada la deu, varen signar amb l'Ajuntament un conveni per la cessió d'una part de l'aigua que brollava de la muntanya dins la seva propietat. Aquesta aigua serviria per abastir al nucli de Mieres, donades les necessitats hídriques d'aquell moment. Fins aleshores, la població es proveïa, principalment, de pous per al consum de boca i de la Riera del Merdançà pel reg i pel consum animal.

Hem de tenir en compte, que les necessitats hídriques d'aquells anys, eren infinitament inferiors a les actuals i que el règim pluviomètric (quantitat de pluja) anual, era en aquells moments d'uns 1.000 mm de mitjana.

Això no impedeix que, periòdicament hi hagués anys amb dèficit de precipitació i que s'haguessin de prendre mesures per abastir al poble.

El 1999-2000 es va construir l'actual dipòsit de 300.000 L i es va reformar part de la xarxa de distribució des del pou de la Casica fins al dipòsit, aquest pou es va perforar entre el 1993 i 1994, en previsió de futur. L'any 1993, també es van reformar i ampliar les arquetes de la captació i les canonades fins al pou.

L'any 2002 es va portar aigua del pou de Ruïtllles foradat anteriorment fins al dipòsit instal·lat a la Cadamont, que subministrava aigua en aquell veïnat. No va ser fins al 2013, que es va fer arribar l'aigua des del poble fins al veïnat de Ruïtllles, ja que el pou de Ruïtllles, en períodes de sequera no tenia prou cabal per abastir al veïnat. Al final va acabar en desús.

El pou de la Casica (fins fa pràcticament quatre anys), s'utilitzava de manera esporàdica, quan hi havia consum elevat al municipi i en algun període de sequera. És a partir del 2005, amb l'increment d'aquests períodes de sequera, quan la deu comença a eixugar-se i el volum d'aigua disminueix. Això obliga al pou de la Casica a treballar cada vegada més, sobretot a la primavera i a l'estiu, període més sec i amb més augment de consum.



Els períodes de sequera cada vegada sovintegen més i des de fa aproximadament cinc anys, amb la disponibilitat a la baixa de la deu, el pou ha de treballar més. Aquest sobre esforç lligat a la manca de precipitació, ha fet que no sigui suficient la quantitat d'aigua que se n'extreu. El que segueix ja no cal explicar-ho.

Aquest període de sequera actual és el més llarg en temps i intensitat dels que hi ha hagut fins ara, excepcional per la durada i extensió, recordem que estem parlant de sequera hidrològica i també, meteorològica.

Tal com hem explicat anteriorment, hi ha tres tipus de sequera: hidrològica, meteorològica i agrícola. La que actualment ens afecta de manera més contundent és la sequera hidrològica, ja que la major part de l'aigua de consum, prové de la surgència de la deu i actualment aquesta font està pràcticament eixuta.

Tanmateix, aquesta sequera és una conseqüència d'una sequera meteorològica, donat que portem quatre anys amb precipitació per sota de la mitjana climàtica.

Fonts i enllaços: SMC (Servei Meteorològic de Catalunya), Anna Puigvert (Ajuntament de Mieres)

Canvi climàtic: t.ly/IDNBI

Estat actual de la sequera: t.ly/HOvdP

Per acabar, si esteu interessats en la meteorologia i en conèixer el temps que fa i les prediccions que hi ha sobre Mieres, una molt bona manera és donar-vos d'alta al grup de WhatsApp "El temps a Mieres". Per donar-vos d'alta, envieu un missatge al telèfon +34 621 28 38 76 enviant el text "ALTA + El temps a Mieres" i el vostre nom i cognoms.

DADES METEOROLÒGIQUES 2024

TEMPERATURA

MÀXIMA ABSOLUTA DE L'ANY	41,5 °C	31 de juliol
MÍNIMA ABSOLUTA DE L'ANY	- 7,5 °C	8 i 9 de gener
T° MÍNIMA MÉS ALTA	21,5 °C	19 de juliol
MITJANA DE L'ANY	15,7 °C	
MITJANA DE MÀXIMES	23,2 °C	
MITJANA DE MÍNIMES	8,1 °C	
NITS TROPICALS (1)	5	La més tardana el 26 de setembre 21°C
(1) Quan la temperatura mínima nocturna no baixa dels 20 °C		

PLUVIOMETRIA

DIA MÉS PLUJÓS	52,5 mm	4 de setembre
MES MÉS PLUJÓS	116,7 mm	Maig (18 dies)
MES MENYS PLUJÓS	9,0 mm	Gener (6 dies)
MES AMB MÉS DIES DE PLUJA		abril (13 dies)
DIES DE PLUJA :	121 dies	
QUANTITAT TOTAL DE PLUJA:	850,6 mm	

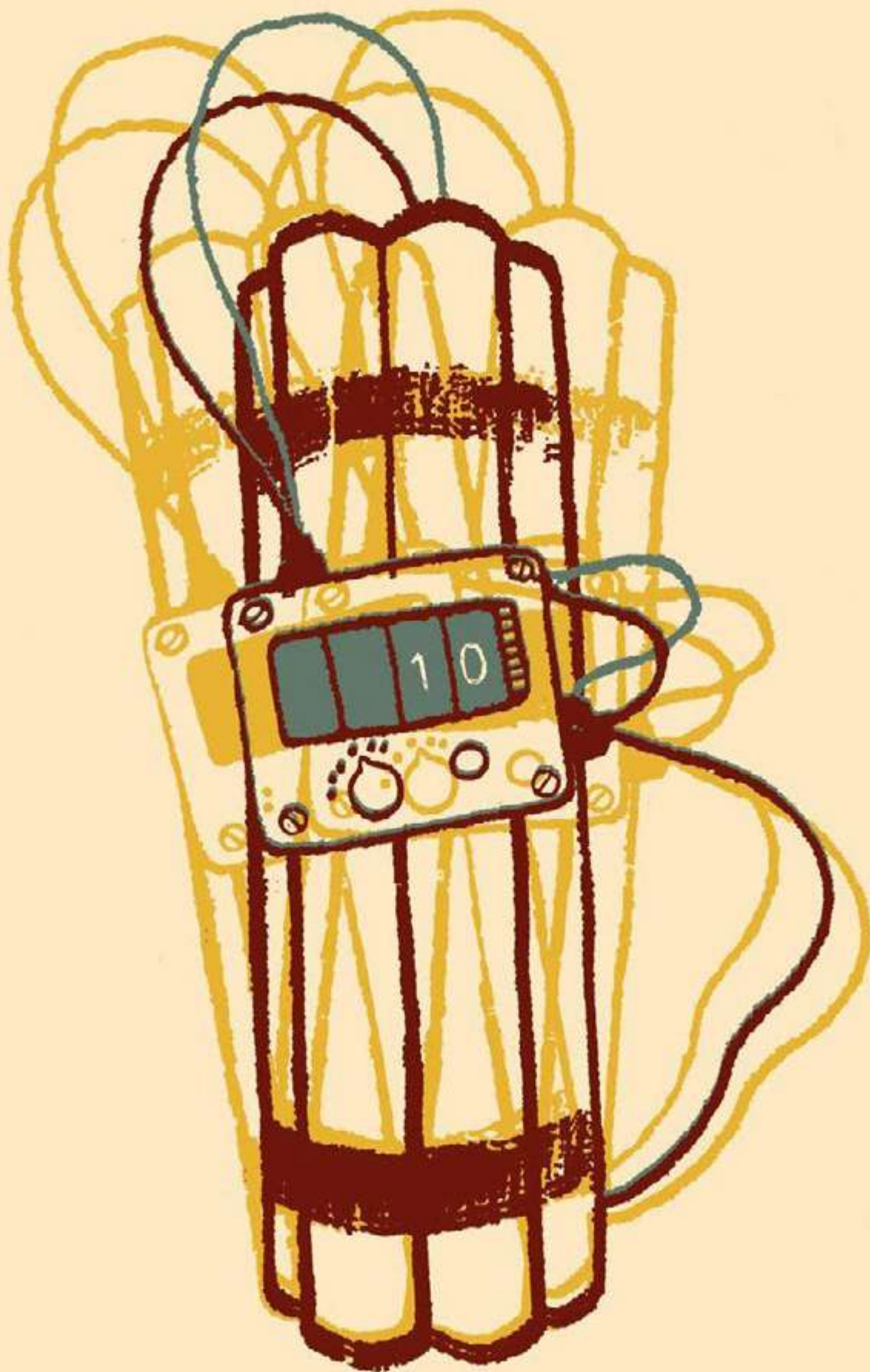
VENT

VELOCITAT MÀXIMA DE VENT	50 Km/h	23 de desembre
DIES DE VENT*	87 dies	
MES AMB MÉS DIES DE VENT	Abril (14 dies)	
MES AMB MENYS DIES DE VENT	Juny, Agost i desembre (4 dies a cada mes)	
* Velocitat superior a 20 Km/h		

ALTRES METEORS

DIES AMB TEMPESTA: 25		
MES MÉS TEMPESTUÓS: juny (6 dies)		
DIES AMB PEDRA: cap		
DIES AMB CALAMARSA: 6		
DIES AMB GELADA: 79		
DIES AMB NEU: cap		
DIES AMB ROSADA: 187		
DIES DE BOIRA: 35		
MES AMB MÉS BOIRA: Maig (7 dies)		
MÀXIMA PRESSIÓ ATMOSFÈRICA: 1042.0 hPa		16 de desembre
MÍNIMA PRESSIÓ ATMOSFÈRICA: 993.0 hPa		27 de Març
HUMITAT MÍNIMA: 27% (20 febrer, 19 abril i 14 setembre)		
POLs MINERAL: 54 dies		CALITJA: 39 dies
ARC DE SANT MARTÍ: 5 dies	Corona lunar: Un dia	Aurora Boreal: 2 dies (10-11 maig)
HORES DE SOL: 2088 hores		Entre el 19 i el 22 d'agost s'observa l'arribada de fum procedent dels incendis del Canadà
ANTROPONÚVOLS: 70 dies * Observat només a les 8:00 AM		





> Il·lustració: **Mònica Bada**

Roca de Migdia

Revista de Mieres

Equip d'edició i de redacció:

Mònica Bada, Gemma Draper, Lluís Fernández, Carles Guillot,
Josep-Anton Monfort, Raquel Tasa.

Dipòsit legal: DL Gi 163-2016. Ajuntament de Mieres

Tiratge: 200 exemplars

Portada i contraportada: Lluís Fernández

Guardes: Gemma Draper

La Roqueta: Gemma Draper

Maquetació: Gurni Design

Agraïm la col·laboració de les persones i entitats que han participat en l'elaboració dels articles de la revista, i esperem que s'incrementi en el pròxim número. Les opinions manifestades en els articles publicats són responsabilitat exclusiva dels seus autors i la seva publicació no implica que siguin compartides per l'equip de redacció.

Qui estigui interessat a participar en el pròxim número de la revista pot adreçar-se a: rocademigdia@gmail.com. Igualment, agraïm a les entitats del poble, associacions i col·lectius, que ens facin arribar **alguna fotografia dels actes que organitzen**, per poder tenir imatges de les activitats que es reflecteixen a cada número de la revista.

Col·labora:



Ajuntament de Mieres

Ordenades diferentment que a la guarda anterior, en aquesta sopa de lletres, has de trobar les mateixes paraules :

ANIVERSARI, REVISTA, ROCA, MIGDIA, POBLE, PARAULA, CONVERSA, METEOROLOGIA, HISTÒRIA, ACTIVITATS. Te'n posem un exemple:

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

