

CASTELLAR DEL VALLÈS

ESPORTS | P14

Marc Cabestany,
nou tècnic del
CE Sabadell B



ECONOMIA | P03

**El PIB per
habitant
s'acosta als
27.000 €**



SUPLEMENT
TEMPORADA
SETEMBRE
DESEMBRE



Diversos participants en el moment de la sortida d'aquesta caminada nocturna que suma any rere any èxits en nombre d'assistents. En aquesta edició ha comptat amb 400 caminaires || L'ACTUAL ESPORTS | P13

Sotalalluna, nou èxit de participació

REBAIXES

1ª ullera graduada

50 % dte.

2ª ullera graduada

70 % dte.

*consultar condicions a la botiga

Valoració clients: ★★★★★

ISUPER ÒPTICS

REBAIXES

1er audifon

10 % dte.

2on audifon

70 % dte.

*consultar condicions a la botiga

Òptica & audiologia SUPERÒPTICS

Carretera de Sentmenat 74, Castellar del Vallès

FARMACIA
YANGUELA

Ens tens pel
que necessitis

652 72 82 80

Ctra.
Sentmenat, 1

Y

CLIENTS

clínicadental

ParkCastellar

Dr. Alfredo González Sancho | Col·legiat: 3237

c | Portugal s/n Local 1-2 (Davant de l'Espai Tolrà)

93 714 21 95 | www.parkcastellar.com

Els polígons voregen les 400 empreses

El sector logístic, d'alimentació i industrial reforcen la seva presència

© Redacció

Són gairebé 400 les empreses que estan actives als dos polígons de Castellar del Vallès, Can Carner i, principalment, el Pla de la Bruguera. En concret, segons dades municipals hi ha ara mateix als polígons 395 empreses. El Pla de la Bruguera, l'espai industrial més potent del municipi, agrupa ara 267 empreses en una superfície d'1.240.140 m². Can Carner, un polígon més petit, ara compta amb 128 empreses amb una superfície total de 951.517 m².

S'ha fet evident en els darrers dos anys un increment de l'activitat al voltant de la B-124 amb les obres de noves naus industrials, especialment les ampliacions d'ID Logístics i GMP i, encara en obres, l'aterratge de la central de Congelats La Sirena, empresa que té la seu a Terrassa i ara la tindrà a Castellar, on s'ubicarà un dels congeladors més grans de Catalunya. Dins del sector de l'alimentació, una de les darreres empreses en arribar va ser Aromitalia, experts en elaboració de gelats artesanals però aplicant molta innovació implantada des dels seus orígens a la ciutat italiana de Torí.

També ha suposat una empenta

important per als polígons l'arribada des de Barberà del Vallès de Flojim, empresa que és referència en el mercat de distribució de productes de gran consum en el sector de la papereria i material d'oficina. En el camp del disseny gràfic destaca l'aterratge fa uns mesos de Cachiman Gràfic al carrer Priorat.

Cachiman Gràfic és una empresa amb voluntat de presència internacional, dedicada a les arts gràfiques. Les seves especialitats inclouen la impressió de llibres, catàlegs, revistes o, fins i tot, *packagings*.

El pes comercial i del sector serveis al Pla de la Bruguera també ha guanyat múscul en els darrers temps. Començant per establiments que han obert amb gran èxit com Ametller Origen, però també negocis de restauració de menjar ràpid com McDonald's i Burger King. Castellar té ara mateix 446 establiments comercials i de restauració.

Si afegim l'activitat comercial i econòmica a tot el municipi, Castellar va tancar el 2024 amb 728 empreses. Per sectors, d'aquestes 728 empreses 456 són del sector serveis, a més distància ja se situen les 172 empreses considerades del sector industrial i les 99 de la construcció. Dins del sector de l'agricultura, totalment residual, el 2024 es mantenia 1 sola empresa. Si comparem aquestes dades de nombre d'empreses amb les que hi havia fa 10 anys s'ha produït un increment de 42 empreses més, ja que s'ha passat de les 686 que hi havia el 2014 a les 728 del 2024.

L'evolució per sectors també mostra que el sector industrial ha anat baixant des de l'any de la pandèmia (2020): ara hi ha 29 empreses



Imatge de la nova construcció d'una gran nau industrial on a finals d'any començarà activitat La Sirena. || Q. PASCUAL

menys del sector industrial que fa 10 anys. Sí que s'han notat increments destacables és en els sectors de serveis i de construcció. En aquest últim cas, s'ha passat de 74 empreses el 2014 a 99 el 2024. Més important ha estat el creixement dels serveis: el 2014 Castellar tenia 409 empreses d'aquest sector i el 2024 el total va ser de 456.

D'altra banda, durant el 2024 es van tramitar a Castellar del Vallès

35 comunicacions per inici d'activitats, entre empreses i comerços, seguint una mica la tendència del 2023. Aquesta evolució confirma l'interès empresarial en implantar-se als polígons castellarencs. En aquest sentit, la possibilitat que es construeixi la Ronda Nord i, per tant, un enllaç directe a una via ràpida per a Castellar, fa més atractius els polígons. Ara mateix la infraestructura ja disposa

de consignació pressupostària per part de l'Estat i que ha d'executar la Generalitat, però encara se n'estan estudiant els traçats. Amb una ocupació de més del 80% dels espais dels polígons, Castellar disposa del futur desplegament del polígon de Can Bages, la urbanització del qual s'hauria de recepcionar aquest mandat i que ja té empreses que s'hi voldrien instal·lar en un futur no llunyà. ➔



Tens entre 12 i 29 anys i t'avorreixes a l'estiu? La Fàbrica t'ha preparat un munt de propostes perquè et moguis, riguis i passis el juliol com mai!



femc_st_ll_r

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES
MARATÓ DE CINEMA	SORTIDES DE TOT EL DIA A PARCS TEMÀTICS I AQUÀTICS	TORNEIG DE FUTBOL I STREET BALL	SORTIDES CULTURALS I MICRO OBERT	TARDES DE DIVERSIÓ I FESTA A LA PISCINA
Projecció de les 4 pel·lícules de la saga original The Hunger Games 14/07 i 21/07 OBERTURA: 17.10 H. PROJECCIONS: 17.30 H	15/07 i 22/07 PLACES EXHAURIDES	Torneig de futbol infantil i cadet 23/07, DE 18.30 A 21.30 H Inscripcions presencials les tardes de juny a La Fàbrica Street Ball amb Bàsquet Pinya Castellar i La Fàbrica 16/07, DE 19 A 21 H Partits 3x3, 5x5, concursos de tir jocs. No cal inscripció	Sortides culturals i de coneixement 17/07 PLACES EXHAURIDES Micro obert 24/07, DE 19 A 21 H Canta, recita, fes monòlegs o simplement vine d'espectador! Hi haurà berenar per als participants. INSCRIPCIONS: www.castellarvalles.cat/microobertlafabrica	Tarda de diversió a La Fàbrica 18/07 Podrem jugar, cantar, escoltar música, xerrar i compartir una estona divertida plegats. Festa a la piscina de Sige 11/07 i 25/07, de 19 a 21 h Música, activitats i molta diversió. Recull la teva entrada les tardes de juny a La Fàbrica

Més informació: www.castellarvalles.cat/estiulafabrica

El PIB per habitant s'acosta als 27.000 €

Segons l'Observatori del Vallès Occidental, el 63,4% del teixit industrial castellarenc són petites i mitjanes empreses

© Redacció

Segons l'informe Flaix de la Indústria 2025 de l'Observatori del Vallès Occidental, Castellar del Vallès tenia un PIB per habitant de 26.818 € el 2022. Tot i tenir només dos polígons d'activitat econòmica, amb una superfície total de 164,8 hectàrees, Castellar es posiciona amb força al sector industrial de la comarca, amb una mitjana de 82,4 hectàrees per polígon, una de les més elevades del Vallès Occidental.

El 2022, Castellar va registrar un PIB per habitant per sota de la mitjana comarcal (34.000 €), però amb un creixement notable de l'11,6% respecte al 2019 i superant la mitjana catalana (+4,9%). Aquest increment reflecteix un bon múscul de la indústria local, especialment en un context post-pandèmic marcat per la inestabilitat geopolítica i l'encariment dels costos energètics que també va afectar la indústria ubicada als polígons del Pla de la Bruguera i Can Carner. Ara, les estimacions avançades per al 2023 suggereixen un augment fins als 27.500 €, gràcies

a l'increment de la productivitat.

En comparació, municipis com Castellbisbal lideren el rànquing comarcal amb un PIB per habitant de 110.555 €, gràcies a la seva especialització industrial (42,2% del VAB). Altres localitats com Santa Perpètua de Mogoda (+20%) i Sant Quirze del Vallès (+21,9%) també han mostrat creixements significatius del PIB per habitant entre el 2019 i el 2022, cosa que consolida el Vallès Occidental com una de les àrees industrials més dinàmiques de Catalunya.

VALOR AFEGIT BRUT

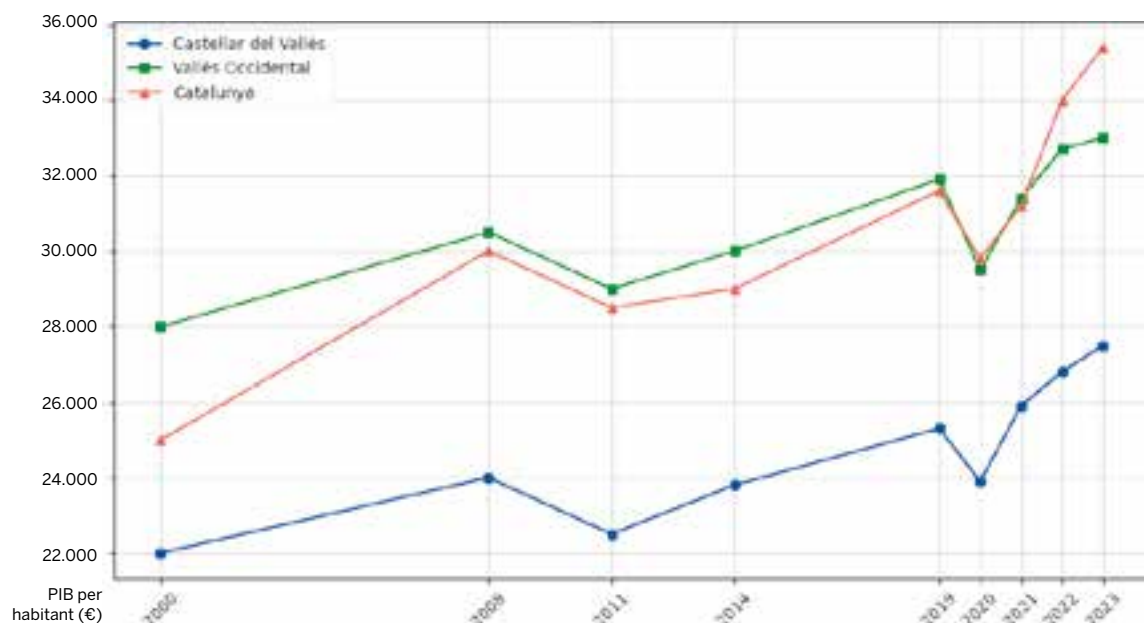
L'informe destaca que el Vallès Occidental concentra el 15,3% del valor afegit brut (VAB) industrial de Catalunya, amb Castellar jugant un paper rellevant gràcies als seus polígons de mida considerable. Tot i que només disposa de dos polígons, aquests representen una superfície mitjana superior a la de municipis com Terrassa (16 polígons, 27,7 ha de mitjana) o Santa Perpètua de Mogoda (13 polígons, 31,9 ha de mitjana).

Pel que fa a l'ocupació, el sec-

tor industrial del Vallès Occidental tenia 84.200 afiliacions a finals del 2024, amb Castellar contribuint a aquesta xifra com a part del teixit productiu comarcal. Tot i això, l'informe apunta que la indústria a la comarca ha patit una pèrdua del 32,7% d'empreses des del 2008, un repte que també afecta a Castellar. En comparació, municipis com Terrassa i Sabadell, amb més polígons i empreses, concentren una proporció més alta d'ocupació industrial, però també han estat més impactats pels expedients de regulació d'ocupació (ERO), amb més de 100 persones afectades en cadascun.

La contractació industrial a la comarca mostra una temporalitat elevada (76,9%), un factor que també afecta Castellar, on la majoria de les empreses són petites i mitjanes (63,4% són micro-pimes). No obstant això, el sector industrial a Castellar destaca per una especialització similar a la vallesana en branques com la química, la metal·lúrgia i la fabricació de maquinària, que generen llocs de treball amb un alt contingut tecnològic. ✦

Evolució del PIB per habitant 2000 - 2023



Evolució històrica del PIB castellarenc comparat amb la mitjana comarcal i catalana des del 2000. Gràfica creada amb IA

Castellar va tancar el 2024 amb 6.425 assalariats i 1.770 autònoms

Segons dades facilitades per l'Ajuntament de Castellar i l'Institut d'Estadística de Catalunya (Idescat), el 2024 es va tancar amb un total de 6.425 persones assalariades i 1.770 autònoms. La suma total de persones actives, per tant, és de 8.195, la xifra més alta si es mira l'evolució històrica. Si posem el retrovisor, fa 10 anys Castellar tenia 4.769 assalariats i 1.924 autònoms, que sumaven, en conseqüència, 6.693 persones actives, una xifra molt allunyada dels actuals 8.195. Però cal tenir en compte que fa 10 anys hi havia mil persones més a l'atur que en les dates actuals: en concret, el 2014 es va tancar amb 1.831 persones desocupades contra les 885 amb les quals es va tancar el juny passat.

El mercat de treball dels assalariats per sectors reafirma la tendència dels darrers anys: prop del 40% dels empleats ho són del sector serveis (2.510), seguit pel sector industrial (2.435) i la construcció (480). Des de fa gairebé 4 anys el sector industrial es manté estable, al voltant dels 2.400 empleats, mentre que el sector serveis ha experimentat un creixement de més de 400 assalariats en el mateix període de temps. En el cas dels autònoms, l'evolució més destacable és que des de 2021 la xifra total va en retrocés. El 2021 Castellar va tocar sostre amb un total de 2.029 autònoms i posteriorment la xifra ha anat minvant fins a arribar als 1.770 del 2024, per sota fins i tot dels 1.924 de fa 10 anys. Per tant, fa 10 anys hi havia a Castellar 154 autònoms més que l'any passat. Repartits per sectors aquests 1.770 autònoms queden de la manera següent: 1.180 a serveis, 320 a construcció, 260 a indústria i 15 a agricultura. || REDACCIÓ

'a
anuncia't!

comunicacio@ielou.cat
T| 93 707 00 97

CUINATS
MENJAR PER EMPORTAR

MENJAR PER EMPORTAR | CUINA DE MERCAT

De dijous a dissabte de 11h a 16h i diumenge i festius de 12h a 16h
C. Anselm Clavé, 3 · T 93 114 44 15 · (encàrrecs) 647 48 11 32 · hola@cuinats.cat · www.cuinats.cat

neCessites
audiòfons?
vols el millor
servei
d'Audiologia?
vols un 40% de
desCompte?

**CENTRE AUDITIU
CASTELLAR**

PLAÇA CALISSÓ, 2
93 000 83 98 / 637 15 91 91

actualitat

JOVENTUT | PROVA PILOT

‘Speed dating’ d’orientació professional

Dues castellarenques impulsen una iniciativa que reuneix grafologia i coaching

© Jordi Rius

Seguint el model de *speed dating* o cites ràpides, en què en només 10 minuts les persones troben parella o, si més no els serveix per fer amistat o conèixer gent nova, dues castellarenques –la coach professional i laboral Montse Lorente i la grafòloga i certificada en recursos humans i selecció de personal Maribel González– posen en marxa un projecte innovador: un *speed dating* d’orientació professional.

“Es tracta d’una orientació per escollir la formació que més es pot adaptar a les característiques de personalitat i vocació professional d’una persona”, explica González. Actualment, la gent ja no treballa “en el sentit de sacrificar-se per anar a treballar i pels diners, sinó busca una mica el sentit de propòsit, de sentir que pertany, que està aportant alguna cosa”, apunta Lorente, que remarca que “és molt important acompanyar en qualsevol moment de la vida professional, però especialment quan ets jove i tenir més recursos a l’hora de triar”.



Montse Lorente i Maribel González, impulsores de l’‘speed dating’ professional. || J. R.

El projecte s’iniciarà amb una prova pilot a l’octubre a La Fàbrica.

Els joves que assisteixin a aquest *speed dating*, que és totalment gratuït, participaran en una prova grafològica que donarà les pautes del seu caràcter i com pot encaixar en determinades sortides professionals. “Elaboraré el perfil a partir de la seva lletra ‘in situ’

i llavors passaré la informació a la Montse, que és qui detallarà les sortides de formació i professionals que té”, afegeix González. El projecte serveix tant per a una persona que es planteja què estudiar com per a aquell treballador que vol canviar de feina o una persona que vol accedir a la seva primera ocupació. Tot el procés en el

qual intervindran González i Lorente dura uns vint minuts. “Cada una de nosaltres estarà en una taula i estarem amb el participant uns 10 minuts”, assegura Lorente. Les dues impulsores de la iniciativa consideren que introduir la grafologia “t’aporta d’una manera molt ràpida moltes dades professionals de la persona i és una tècnica 100% fiable”.

Les dues professionals han pensat en aquest mètode d’orientació professional perquè “la gent jove s’avorreix en un auditori escoltant algú i necessiten alguna cosa diferent, una dinàmica que els resulta familiar com l’‘speed dating’ que pot ser més divertida, més amena, més interactiva i més personalitzada”, apunta Lorente. La coach professional i laboral apunta que “avui dia ens hem de reinventar la manera d’arribar als joves”. La intenció amb aquest *speed dating* és crear un conjunt de preguntes “poderoses” que ajudin “a orientar la persona per entendre què és el que més li agrada, l’apassiona o quin és el seu propòsit”, diu Lorente, que fa deu anys que treballa com a coach i que també treballa a Esade amb el programa Between Jobs, que acompanya estudiants de màster que no tenen feina.

Aquest projecte s’ofereix a centres d’ensenyament, d’ESO, batxillerat, i si algú ho requereix a nivell individual. Per a més informació es pot contactar al correu spd.orientacio@gmail.com. +

MÉTÉO | PREVISIÓ

Tornen les pluges el cap de setmana

Després d’una setmana amb certa inestabilitat i pluges intermitents, la jornada del cap de setmana continuarà en la mateixa línia, ja que es preveu la caiguda de més aigua per a les jornades de divendres i dissabte, mentre que el cel estarà serè en la de diumenge, segons les previsions dels radars del Meteocat.

Aquesta previsió afirma que durant el divendres, la possibilitat d’aigua se situa entre el 25 i el 45% a partir de les hores del migdia, amb jornada ennuvolada des de primera hora del matí. Aquesta aigua pot venir acompanyada de la possibilitat de vent suau i un augment de la temperatura, amb màximes de 28 graus i mínimes al voltant de 20.

Dissabte, la probabilitat serà mitjana, amb el radar indicant una lleu baixada de temperatures amb mínimes de 19 i màximes de 27, respecte a divendres. Des de la matinada, la previsió serà del 25% de probabilitat, que anirà augmentant fins al 60% a mitja tarda, amb vents que poden arribar fins als 28 km/h.

Diumenge es preveu certa estabilitat i amb una lleu pujada de les temperatures, amb màximes de 32 i mínimes de 20. No s’espera aigua durant el transcurs de dia, però el cel estarà tapat. + || REDACCIÓ

CASTELLÒMETRE

Com valoreu la moda a l’alça dels tatuatges?



ORIOLEL COLLELL

“Crec que cada cop hi ha menys prejudicis cap a la gent que va tatuada. Sí que és veritat que depèn de la feina –sobretot si és de cara al públic– pot ser que afecti el fet de portar tatuatges a l’hora que et contractin, però em sembla que cada cop passa menys. Tinc la sensació que en els pròxims anys la moda no només no anirà cap avall, sinó que es portaran més tatuatges que ara.”



NEREA ARCOS

“M’agrada pensar que cada cop hi ha menys prejudicis cap als que portem tatuatges, al final no som persones pitjors pel fer de portar-ne. En el meu cas no m’ha perjudicat mai el fet d’anar tatuada a l’hora de trobar feina, però segurament hi haurà gent que sí que ha tingut problemes. Espero que els tatuatges no passin de moda, de fet, fins i tot crec que n’hi haurà molts més.”



JOSEP COMPANYY

“Suposo que cada cop hi ha menys prejudicis cap a la gent que porta tatuatges, ja que fa molts anys que se’n veuen i s’ha convertit en quelcom més natural. A l’hora de trobar una feina, dependrà sobretot de qui hagi de contractar si afecta o no. Imagino que la moda dels tatuatges anirà a més els pròxims vint o trenta anys, perquè cada cop la gent se’n fa més.”



AINA CASTOSA

“Tinc la sensació i m’agradaria pensar que cada cop hi ha menys prejudicis davant la gent que porta tatuatges, però no ho tinc clar. Depèn de la posició, potser sí que afecta a l’hora de trobar feina, sobretot les de més alt rang, però, al cap i a la fi, si els portes tapats no hauria d’influir. Espero que es mantingui la moda i fins i tot que creixi, ja que els tatuatges, estèticament queden molt bonics i m’agraden.”



JAUME SEGARRA

“Crec que ja no hi ha els mateixos prejudicis cap a la gent que va tatuada, ara som una societat més oberta. Segons la feina i el lloc on estigui el tatuatge pot ser que afecti a l’hora de contractar, però el que importa és com sigui la persona. Els tatuatges han evolucionat molt els últims vint anys, però crec que la moda s’ha estancat una mica i d’aquí a uns anys estarà més o menys com ara.”

FUNDACIÓ RIVUS | BALANÇ DE CURS

400 alumnes descobreixen el riu

A la iniciativa hi han participat sis centres educatius de Castellar

© Redacció

Durant el curs 2024-2025, un total de 392 alumnes de 6 centres educatius de Castellar han participat en el programa d'educació ambiental "Descobreix el riu", impulsat per la Fundació RIVUS. El projecte ofereix activitats educatives adreçades a grups escolars i adaptades als diferents nivells educatius, i dues activitats formatives adreçada a altres col·lectius. Les escoles del municipi que hi han participat són Bonavista, Mestre Pla, Emili-Carles Tolrà, Joan Blanquer, IE Sant Esteve i Institut Castellar.

L'activitat més sol·licitada ha estat "Coneguem la depuradora", amb 154 alumnes, seguida per "Rius de conte", amb 90 alumnes, i "El riu a l'escola", amb 46 participants. Altres activitats en què han participat els alumnes castellarencs han estat "Bèsties i bestioles del riu", "El joc de l'Aiguòmetre", "Descobreix els ocells dels nostres rius" i "El retorn de la llúdriga".

A més de Castellar del Vallès, hi han participat 35 municipis més: Badalona, Barberà del Vallès, Barcelona, Caldes de Montbui, Campins, Canovelles, Cànoves i Samalús, Figaró-Montmany, Granollers, l'Ametlla del Vallès, la Garriga, la Llagosta, les Franqueses del Vallès, Lliçà d'Amunt, Llinars del Vallès, Malgrat de Mar, Martorelles, Mollet del Vallès, Montcada i Reixac, Montmeló, Palau-Solità i Plegamans, Parets del Vallès, Sant Adrià de Besòs, Sant Antoni de Vilamajor, Sant Celoni, Sant Esteve de Palautor-



Uns alumnes participant a l'activitat "El riu a l'escola". || CEDIDA

dera, Sant Feliu de Codines, Sant Fost de Campsentelles, Sant Pere de Vilamajor, Sant Quirze del Vallès, Santa Eulàlia de Ronçana, Santa Maria de Palautordera, Vallgorguina, Vallromanes i Vilanova del Vallès. En total, 6.415 alumnes de 102 centres educatius de les conques del Besòs i la Tordera.

Durant el curs 2024-2025, el programa educatiu ha rebut el suport de les empreses Sorigué i Grifols, mitjançant els convenis de col·laboració establerts amb la Fundació RIVUS.

Els centres educatius interessats poden obtenir més informació d'aquest programa dins l'apartat

d'Educació Ambiental a fundaciories.rivus.cat. Les inscripcions per al curs que ve ja es poden formalitzar al telèfon 93 842 93 61 o a l'adreça electrònica apren@apren.cat d'Aprèn Serveis Ambientals, empresa encarregada d'impartir el programa educatiu.

El programa va néixer el curs 1995-1996, impulsat pel Consorci Besòs Tordera, i des d'aleshores ha rebut més de 142.000 alumnes, que han pogut conèixer millor els seus entorns fluvials més immediats i la biodiversitat que amaguen, així com la importància de l'aigua i del sanejament. ➔

PREVENCIÓ | ALERTA



El Parc de Bombers de Castellar. || CEDIDA

El Parc de Bombers, obert des de dilluns

El Parc de Bombers Voluntaris de Castellar està obert des de dilluns a la nit, seguint la directriu de la Generalitat de Catalunya que ha activat tots els parcs de Catalunya per l'alt risc d'incendi, **"tot i que aquí a Castellar el risc és moderat"**, puntualitza el cap de Bombers Voluntaris de Castellar, Oriol Garcia. En vista de la situació de l'incendi del Baix Ebre –amb un balanç provisional de 3.321 hectàrees cremades i ja totalment estabilitzat– parcs com els de Terrassa o Sabadell hi han enviat efectius i **"nosaltres estem cobrint la zona perquè no quedi descoberta"**. Garcia ha precisat que **"si ara enviéssim un camió cap al Baix Ebre, no podríem garantir que demà hi hagi un altre relleu per poder fer el canvi de personal"**. Per això, ha estat necessari l'activació de personal de reforç en tots els àmbits del cos de bombers. De fet, el Parc de Bombers Voluntaris de Castellar obrirà 55 dies aquest estiu amb 23 efectius i 3 vehicles d'extinció.

A l'incendi del Baix Ebre s'han mobilitzat més de 460 bombers, a més de la UME i de brigades forestals. Ara queda l'extinció total de l'incendi que pot tardar encara alguns dies. Protecció Civil va aixecar dimecres el confinament domiciliari a Xerta, Alfara de Carles, Aldover, Tivenys, Roquetes i a tres barris de Tortosa i va mantenir el confinament a Paüls fins a la nit de dimecres.

Dimarts també es va produir un incendi a Sant Pere Sallavinera, a l'Anoia, que va cremar 130 hectàrees de sòl agrícola i forestal. L'incendi es va poder estabilitzar a primera hora de la nit. ➔ || REDACCIÓ

RESERVA EL TEU ESPAI

A L'EDICIÓ ESPECIAL

DE FESTA MAJOR 2025

ANUNCIA'T!

comunicacio@lelou.cat
T| 93 707 00 97

publicitat



www.castellarvalles.cat/nitsdestiu



CLASSES D'INICI DE SALSA I BACHATA

Dj. fins al 31/07
20.30 h
Pl. de Catalunya
Organització: Ajuntament



SARDANES

Dj. fins al 31/07
21.30 h
Pl. del Mercat
Cobles Els Lluïsos de Taradell,
Montgrins i Ciutat de Girona
Organització: Ajuntament i
Agrupació Sardanista



CINEMA A LA FRESCA

Dv. de l'11/07 a l'01/08 i
també el 05/09
22 h
Pl. de Cal Calissó
*Durie: Part dos, Saben aquell,
Robot Dreams, Siempre nos
quedará mañana, El 47*
Organització: Ajuntament



CONCERT DE L'AYRSHIRE FIDDLE ORCHESTRA

Dc. 16/07 - 21.30 h
Jardins del Palau Tolrà
Amb les actuacions també
de la Jove Orquestra de Castellar
i l'Orquestra Juvenil del
Conservatori de Sant Cugat
Organització: Acció Musical
Castellar
Hi col·labora: Ajuntament



CONCERT D'ALLEZ LE GROOVE

Dv. 18/07 - 21 h
Els Horts de Puigvert
Organització: Els Horts de Puigvert
Inscripcions gratuïtes a l'a/e
elshortsdepuigvert@gmail.com



L'ALCAVOT

Dv. 11/07, 20.30 h – Nit de
l'espectador: sopar i karaoke
Ds. 12/07, 20.30 h – Monòlegs
des de Gaza
Dg. 13/07, 12 h – Vermut literari:
Encara neva
Dg. 13/07, 20 h – Teatre: Lorca,
retrats d'un poeta
Dv. 18/07, 20.30 h – Xou Drac
Queen: *Les vacances de la
Tita Mari*
Ds. 19/07, de 9 a 18 h – Curs
intensiu de narració i monòlegs
Ds. 19/07, 20.30 h – Teatre:
Ratolins, roures i relativitat
Dg. 20/07, 12 h – Teatre familiar:
El peix irisat
Dg. 20/07, 18.30 h – Teatre: Lava
Organització: L'Alcavot Espai
Cultural



PROPOSTES A CAL CALISSÓ

Dt. fins al 29/07, 20 h – Ballada de
tango i milongues
Dj. 17/07, 20 h – Concert del
Primo Rumbero
Dj. 24/07, 20 h – Concert de Leo
El Alquimista
Organització: Calissó Cultural



FESTES MAJORS I REVETLLES

De l'11/07 al 13/07 – Festa Major
de Can Font, Ca n'Avelaneda i
Penya Arlequinada
Del 18/07 al 20/07 – Festa Major
de Sant Feliu del Racó
Del 25/07 al 27/07 – 40a Revetlla
de Sant Jaume
Organització: AV Can Font – Ca
n'Avelaneda i Penya Arlequinada,
AV d'El Racó i de Sant Feliu del
Racó i Agrupació de Veïns del Pla,
respectivament

EDUCACIÓ | COMPETÈNCIES LINGÜÍSTIQUES

Una notícia de L'Actual, en un quadern de llengua de Cruïlla

© Jordi Rius

La notícia que va publicar *L'Actual* el 17 de gener sobre la reobertura de l'skatepark del Pla de la Bruguera és un dels textos inclosos dins dels quaderns de competència lingüística A PROVA que edita l'editorial Cruïlla per a l'etapa d'Educació Primària. La publicació té com a finalitat acompanyar i guiar l'alumnat en el procés d'aprendre a escoltar, llegir i comprendre alguns dels textos més freqüents del curs, ja siguin literaris, dels mitjans de comunicació o de la vida quotidiana.

Els quaderns Competència lingüística A PROVA entrenen per superar les proves d'avaluació de competències. L'oferta es compon de sis quaderns que entrenen els alumnes per millorar la competència lingüística en llengua catalana treballant les seves habilitats en comprensió oral, comprensió lectora i expressió escrita. La notícia de *L'Actual* està inclosa en el quadern adreçat als alumnes de cinquè de primària. L'editora de Cruïlla, Maite Vilchez, que viu a Cas-



L'editora de Cruïlla, Maite Vilchez, mostrant el quadern amb la notícia de L'Actual. || O.F.

tellar, ha explicat que quan l'editorial va decidir fer un quadern de competència lingüística “**el que volíem era apropar la realitat als nens**” i, en aquest sentit, la notícia de la reobertura de l'skatepark “**vam pensar que quadrava molt per l'edat, pel mateix tema i per treballar la tipologia textual de la notícia**”.

En el quadern hi apareix un extracte de la notícia, unes preguntes de comprensió lectora, una part de comprensió oral i al final de la unitat una redacció final. El quadern inclou a les darreres pàgines una prova “**semblant a la prova de competències legal d'Educació de la Generalitat molt més reduïda**”. +

TERRITORI | CONSELL D'ALCALDIES

Nova estratègia industrial per al Vallès Occidental

El Vallès Occidental es dota d'una nova estratègia per afrontar els reptes de la indústria amb l'aprovació d'una nova Estratègia d'Indústria amb l'horitzó posat en 2030 i un Pla d'Acció 2025-2027, que recullen les prioritats compartides de la comarca per afrontar la transformació productiva, digital i sostenible del seu teixit empresarial. Així ha estat aprovat pel Consell d'Alcaldies celebrat aquest dimecres i que ha comptat amb la participació del conseller d'Empresa i Treball de la Generalitat de Catalunya, Miquel Samper. També hi van assistir representants de les principals entitats socioeconòmiques del territori i dels 23 ajuntaments vallesans, entre ells l'alcalde de Castellar, Yolanda Rivera. Segons Samper, l'estratègia industrial del Vallès Occidental “**es fa en un moment econòmic molt positiu a Catalunya amb un creixement econòmic del 3,6% i amb 3,9 milions de persones afiliades a la seguretat social**”. En aquest sentit, Samper ha assegurat que “**necessitem nous espais per fer activitat econòmica i acollir les peticions d'inversions que tenim**”. + || REDACCIÓ



Consell d'Alcaldies d'aquest dimecres. || CEDIDA

Tenir una bona salut bucodental comença per un bon diagnòstic.

Deixa't assessorar pels millors especialistes.

Demana hora a l'abril i et regalem les radiografies!

* Promoció vàlida fins al 31/07/25

c | Portugal s/n Local 1-2
(Davant de l'Espai Tofrà)
Castellar del Vallès | 93 714 21 95
www.parkcastellar.com | Segueix-nos a  

 **clínica dental**
ParkCastellar

La Festa Major es presenta dijous en un acte obert

També es donarà a conèixer el cartell, que té 53 propostes

© Redacció

L'Ajuntament presentarà dijous 17 de juliol els eixos principals del programa de la Festa Major de Castellar del Vallès 2025 en un acte obert a la ciutadania que tindrà lloc a les 19 hores a la Sala d'Actes d'El Mirador.

Així, tothom qui s'animi a assistir a l'acte tindrà l'oportunitat de conèixer abans que ningú les línies generals de la Festa Major 2025, les novetats que inclourà, quins seran els concerts principals o els esdeveniments especials que s'hi faran.

A més, l'acte també servirà per donar a conèixer el cartell promocional de la Festa Major 2025 i el seu

autor o autora. El disseny seleccionat és el guanyador del concurs que s'ha dut a terme enguany i que ha tingut la participació de 53 propostes presentades per un total de 46 participants.

L'autor o autora de la imatge rebrà un premi de mil euros, mentre que els dos finalistes s'enduran un lot amb productes de marandatge de la marca de municipi Fem Castellar. El concurs de cartells de Festa Major s'ha recuperat, després d'anys de no fer-se. A diferència d'edicions passades, les bases han passat d'un format de crida popular a un model més professional. Així, hi han pogut participar estudiants i titulats de diferents disciplines artístiques i artistes amb vincles amb Castellar del Vallès.

L'objectiu del concurs ha estat que les imatges presentades complissin uns estàndards de qualitat i reflectissin amb precisió la identitat i els valors de la Festa Major de Cas-



Actuació del Ball de Bastons durant la Festa Major de 2024, prèvia a l'atorgament de la Medalla de la Vila a l'entitat. || Q. PASCUAL

tellar del Vallès, de manera que es reforci la projecció tant en l'àmbit local com extern.

Finalment, durant l'acte es presentarà el disseny del nou mocador que la ciutadania podrà adquirir i

lluir els dies de la Festa Major de 2025.

RESERVA PRÈVIA D'ENTRADA

Per assistir a l'acte del dijous 17 de juliol, que finalitzarà amb un refrigeri, cal reservar l'entrada

gratuïta al formulari habilitat a la pàgina web municipal –www.castellarvalles.cat/presentaciofesta-major2025-. Cal recordar que la Festa Major d'enguany tindrà lloc del 12 al 15 de setembre.+

Espai d'Entitats Castellarenques



Centre Excursionista de Castellar

CONCURS DE FOTOGRAFIA

Es obert fins al 25 de juliol el termini per participar al 47è Trofeu Joan Riera i 61è Concurs de Fotografia Artística del CEC. Hi poden participar els socis de l'entitat i les persones residents a Castellar, amb una fotografia de tema lliure que s'ha de lliurar al local del CEC els dl., dc. o dv. de 18 a 20 h o a Tenda de Fotos, Jordi Serra, Vila Hosta, Estudi Sandra Galera i Disscopi.

Bases del concurs a www.cecastellar.cat

+ INFO: www.cecastellar.cat



Centre d'Esports de Cerdanyola

INSERIPCIONS SOM VALLÈS TRAIL

Ja són obertes les inscripcions a la segona edició de la Som Vallès Trail, la caminada solidària per la lluita contra el càncer a benefici de la fundació Oncolliga que enguany tindrà lloc el 27 de setembre. És una prova per equips i per relleus al llarg de 68 km per 9 municipis del Vallès Occidental.

La marxa pretén ser una jornada festiva, solidària, no competitiva i inclusiva.

+ INFO: www.somvallestail.cat



AV Can Font – Ca n'Avellaneda

FESTA MAJOR CAN FONT - CA N'AVELLANEDA

Avui comença la Festa Major de Can Font – Ca n'Avellaneda i Penya Arlequinada!

Dies: de l'11 al 13 de juliol

Lloc i horari: diferents espais i horaris

L'Associació de Veïns de Can Font – Ca n'Avellaneda i la Penya Arlequinada han organitzat prop d'una trentena d'activitats.

Consulteu-les totes a www.castellarvalles.cat/canfontcanavellaneda

+ INFO: www.castellarvalles.cat/nitsdestiu

BIBLIOTECA MUNICIPAL ANTONI TORT



LABORATORI LITERARI

Activitat per a infants de 9 a 13 anys, a càrrec de Cos de Lletra

Fins al 24/07, els dt. i dj. de 17 a 18.30 h

Inscripcions a la Biblioteca (es poden fer per sessions)



EXPOSICIÓ: "L'ÈTICA DE LES MÀQUINES"

És el mateix la intel·ligència d'una màquina que la d'una persona?

Fins al 24/07, de dl. a dv. de 9.30 a 14 h i dt. i dj. també de 16 a 20 h

I A MÉS:

Fins a l'agost Llegim el riu: Racó de papiroflèxia

Fes l'animació que t'agradi per posar-lo al riu Ripoll. Demana informació al tauler!

Fins a l'agost

Més propostes a: www.castellarvalles.cat/activitatsbiblioteca

femc_st_ll_r

LLEURE | BALANÇ

Balanç positiu del curs de La Ludoteca

Un total de 341 famílies han gaudit de les activitats durant la temporada 2024-2025

© Redacció

La Ludoteca Municipal Les 3 Moreres va fer la cloenda del curs 2024-2025 amb una festa en què l'actuació de la Companyia Bufanúvols va ser el plat estrella. Un total de 341 famílies han assistit a l'espai durant l'any, una xifra superior al curs anterior, però que ronda la dels últims anys.

La festa, celebrada el divendres 4 de juliol, va disposar de l'actuació de la Companyia Bufanúvols i va posar el punt final al curs 2024-2025 de la Ludoteca Municipal Les 3 Moreres, que s'ha tancat amb una assistència molt similar a la de cursos anteriors. L'assistència diària es calcula en 30 persones, i s'hi han dut a terme un total de 6.344 sessions de joc, 3.748 de les quals per les famílies.



Els infants durant la festa de cloenda de la Ludoteca Municipal Les 3 Moreres. || O. FERRAN

A banda, s'han venut un total de 150 abonaments amb 10 entrades de tarda –de dilluns a divendres– durant la temporada, cosa que ha permès accedir a un total de 80 famílies. Les 3 Moreres comptabilitza un total de 22 dissabtes d'ober-

tura, on ha ofert els “Dissabtes en família”, sessions gratuïtes que es duen a terme al matí, amb una mitjana de 53 persones.

A més, a la ludoteca també hi han jugat més d'un miler d'infants de les escoles bressol i de primària

locals gràcies a les 51 visites escolars que s'han dut a terme a través de la Guia Didàctica.

L'equipament està adaptat per acollir qualsevol infant de diferents edats, capacitats i característiques, en què l'equip educatiu està pre-

parat per garantir que tinguin un bon acompanyament. S'ha disposat d'una monitora de suport per a infants amb NESE (necessitats específiques de suport educatiu) i amb les educadores socials que són al capdavant del Servei d'Intervenció Socioeducativa per a infants i famílies derivats des dels serveis d'atenció social.

Durant el mes de juliol les activitats de la ludoteca municipal no s'aturen, ja que fins al dia 18 l'espai estarà obert en horari de tarda i fins a l'1 d'agost l'equip educatiu estarà oferint activitats complementàries a les entitats organitzadores de casals d'estiu.

REOBRE PORTES EL 8 DE SETEMBRE

Un cop acabin les vacances d'estiu, la Ludoteca Municipal Les 3 Moreres tornarà a obrir les portes per acollir els infants del municipi que vulguin passar per l'espai. El dilluns 8 de setembre serà el dia en què la ludoteca es torni a posar en marxa, tot i que uns dies abans, durant la setmana de l'1 al 5 del mateix mes, les famílies podran rebre informació sobre el nou curs i es podran dur a terme les inscripcions de cara a la temporada 2025-2026. ➔



Un instant del torneig de futbol a La Fàbrica. || O. FERRAN

ESTIU | ACTIVITATS

La Fàbrica s'omple d'activitats

Amb el nom de “L'estiu de La Fàbrica”, s'han programat tot un seguit d'activitats entre el 7 i el 25 de juliol. Tres setmanes que combinen des dels esports a la cultura, el cinema o el lleure.

Aquest dilluns passat van arrencar el seguit d'actes i activitats que fins a final de mes tindran lloc en l'equipa-

ment juvenil de l'Espai Tolrà, on encara poden accedir els i les joves d'entre 12 i 29 anys.

Els dilluns, la setmana arrenca amb sessió de cinema, amb la projecció de quatre pel·lícules de *The Hunger Games* ('Els jocs de la fam') una saga original inspirada en els llibres de Suzanne Collins, amb entrada gratuïta fins a exhaurir localitats.

El segon dia de la setmana és el torn per a les sortides a parets temàtics i aquàtics com Caribe Aquatic Park, PortAventura, Aqua Brava i Water World, on l'únic cost que tindrà l'usuari serà l'entrada al parc. Les localitats ja estan exhaurides.

Dimecres (9 i 23 juliol) es dispu-

ta un torneig de futbol infantil i cadet, amb equips de màxim 10 persones. El primer dia és per a les classificacions i el segon dia per a les eliminatòries fins a trobar campió. Mentre que l'*street-ball* del Bàsquet Pinya i La Fàbrica (2 i 16) són partits 3x3, 5x5, concursos de tir i jocs, on no cal tenir un equip, ni inscripció.

Els dijous són els dies de les sortides culturals –CosmoCaixa, Teatre Kursaal de Manresa i Zoo de Barcelona– i de Micro Obert (24), per poder cantar, recitar, fer monòlegs o gaudir del talent, amb berenar inclòs.

I per tancar la setmana, Escape City (dia 18) i festa a la piscina (11 i 25) del Sige, a la tarda. ➔ || A. S. A.

La publicitat no és cara. Només costa diners.

Saber on val la pena anunciar-se
és la millor inversió per al teu negoci.

comunicacio@ielou.cat · T| 93 707 00 97

CLASSIFICATS

OFERTES

Es ven plaça de pàrquing al c/ Del 14 d'abril (Castellar del Vallès). Interessats trucar al T. 647 531 135

Particular ven diferents objectes. Preu a convenir. Peu de plata amb safir autèntic (15 €). Col·lecció de llibres antics, objectes de decoració, mobiliari exterior antic, pel·lícules DVD antigues, teclats d'ordinador d'abans. Interessats trucar al T. 684 756 448 Enric

Urgeix vendre local de 100 m² a Castellar del Vallès. Apte per a qualsevol mena de negoci o franquícia comercial. Apte per a convertir en habitatge. T. 606 672 354

opinió

Podeu escriure les vostres cartes a lactual@castellarvalles.cat. Deixeu nom, cognom, número de telèfon i número del DNI. Màxim 20 línies. Les cartes de més extensió poden ser extractades. Els escrits es publicaran per estricte ordre d'arribada. Les opinions han de ser respectuoses amb les persones i institucions.

© Francesc Sagrera

Amunt la sardana (16)

Repasant antics número de *La Farga*, publicació castellarenca nascuda el 3 de març de 1933, hem trobat l'anunci, en la seva significativa setena edició del 14 d'abril del 1933, de SARDANES, expressant-ho de la següent forma: “L'entitat Agrupació Sardanista de Castellar, vol palesar la seva entusiàstica actuació en l'organització de la ballada de sardanes, que tindran lloc el matí del diumenge i dilluns de Pasqua enfront de la Casa Comunal, amb la cooperació de la cobla La Principal de Sabadell” En el següent número del 21 d'abril, ressenyaven: “ Resultaren força concorregudes i animades....., si bé més ho haguessin estat a no ésser el temps plujós, que obligà el dilluns a fer-les en el local del Café Mundial” Atenció, després demana ajuda a fi de “conservar la tradició de la nostra joventut amant de la sardana” Tres raonament al respecte El 1933 existia entitat sardanista a Castellar. La pluja entorpia igual que ara les ballades però locals particulars els sotaplujaven i l'ajuda que demanen és la popular.

© Família Ferrer Blancafort

Agraïment

La família Ferrer Blancafort vol agrair amb tot el cor les mostres de suport rebudes per la mort de Maria Dolors Blancafort, que ens va deixar el passat 25 de juny



La festa colombiana de Flor de Lava

Segurament, a la memòria dels assistents del FemFestival d'aquest any quedarà l'actuació de les colombianes Flor de Lava, una banda que sap encomanar el sentiment festiu que comporta la música amb arrels del seu país, Colòmbia. Moments com el de la imatge, amb la cantant actuant enmig del públic assistent, ho demostren. || FOTO: Q. PASCUAL

© Joan Juni*

Catalunya, cohesió i futur: la llengua i la convivència com a resposta

Vivim temps complexos. La decepció política, l'augment de la desconfiança i el soroll d'alguns discursos simplistes poden fer trontollar els valors que ens han sostingut com a poble: la llengua, la identitat, la justícia social i la convivència. És innegable que a molts municipis, també a Castellar del Vallès, s'observa amb preocupació el creixement de propostes polítiques que volen aprofitar aquest malestar per dividir, per assenyalar, per trencar el fil que ens ha mantingut units en la diversitat. En

vista d'aquest escenari, cal fermesa i claredat. El català és, i ha de continuar sent, la llengua de cohesió social. No és una barrera, sinó una oportunitat perquè tothom qui vingui pugui formar part plena del país. La llengua no es defensa amb por ni amb ressentiment, sinó amb confiança, amb exigència democràtica i amb polítiques valentes. Cal complir la normativa lingüística en el comerç, en les escoles i a l'administració, sí, però cal fer-ho des del respecte, amb voluntat d'integració i no de confrontació. En paral·lel, la gestió de la immigració no pot quedar en mans de qui només vol fer política amb la por. A Catalunya, som hereus d'una tradició d'acollida, de treball i de barreja, però també tenim dret –i deure– a exigir compromís amb la societat que ens aculla tots. Per això cal un model d'integració que funcioni: que ofereixi oportuni-

tats reals a canvi d'un respecte actiu a la llengua, als valors democràtics i al marc de convivència. Els populismes busquen fer-nos creure que tot és blanc o negre, que cal expulsar per poder conviure, que només hi ha lloc per a una única manera de ser català. Nosaltres no ho creiem. Nosaltres defensem una Catalunya amb arrels fondes i horitzons oberts. On la llengua no es resigna, sinó que es projecta. On tothom que vulgui construir futur és benvingut, però també responsable. A Junts per Castellar, volem continuar treballant per una vila arrelada, cohesionada i orgullosa de la seva identitat. I ho farem escoltant, parlant clar i proposant solucions. Perquè estimar Catalunya no és cridar més fort, sinó fer que funcioni millor per a tothom.

* Regidor portaveu de Junts

© Susan Galí *

El debat no paralitza, el debat activa!

A totes aquelles persones que ens pregunten sobre la moció que vam presentar des d'Esquerra per recuperar els cursets de natació a les escoles, us informem que no tirarà endavant. L'1 de juliol, el Consell Escolar Municipal de Castellar del Vallès va rebutjar la proposta. Una decisió que entenem, però que no compartim. Som conscients que les escoles avui viuen una situació límit. Direccions, docents i tot el personal educatiu pateixen una sobrecàrrega insostenible: burocràcia asfixiant, manca de recursos, més alumnes amb necessitats específiques, canvis normatius constants i una manca de reconeixement que desgasta el sistema des de dins. Aquesta realitat mereix ser escoltada i, sobretot, abordada amb responsabilitat i inversió. El que no m'esperava gens és que el debat sobre la natació escolar anés més enllà d'aspectes logístics o de càrrega laboral. En el Consell Escolar es va introduir una idea inquietant: el perill de “polititzar l'educació”. Cal ser clars: no existeix una educació “neutra”. Tot model educatiu –des dels continguts i la llengua vehicular fins a l'enfocament metodològic o la climatització de les aules– és fruit de decisions polítiques. El repte no és, a parer meu, evitar la política, sinó garantir que estigui al servei de l'equitat, la qualitat i el bé comú. Recuperar els cursets de natació no és cap ocurrència ni un caprici. És una aposta per la salut, la prevenció i la igualtat d'oportunitats. Saber

continua a la pàgina 11

CINEMA

a la fresca

22 h

Pl. de Cal Calissó

Dune: Part dos	Saben aquell	Robot Dreams	Siempre nos quedará mañana	El 47
DV. 11 DE JULIOL 166 min 12+ CIÈNCIA-FICCIÓ, AVENTURES Versió original (català)	DV. 18 DE JULIOL 109 min 7+ DRAMA Versió original (català)	DV. 25 DE JULIOL 102 min 0+ ANIMACIÓ Sense diàlegs	DV. 1 D'AGOST 118 min 12+ COMEDIA, DRAMA Versió doblada (castellà)	DV. 5 DE SETEMBRE Pl. de Cal Calissó 110 min 7+ DRAMA Versió original (català i castellà)

'a Edita: Ajuntament de Castellar del Vallès · C. Major, 74 1r Pis · 937 14 43 40 · **Director:** Julià Guerrero · **Redactor en cap:** Jordi Rius · **Direcció d'art:** Carles Martínez Calveras
Redacció i Fotografia: Marina Antunez, Rocío Gómez i Albert San Andrés · **Compaginació i disseny de publicitat institucional:** Carles Martínez, Jordi Batalla i Èlia Guàrdia
Publicitat: ielou comunicació, S.L. · 937 070 097 · comunicacio@ielou.cat · **Impressió:** Impressions Intercomarcals s.a · **Distribució:** TEB Castellar · **Tiratge:** 5.500 exemplars
Correu electrònic: lactual@castellarvalles.cat · **Dipòsit legal:** B-13007-2008

opinió

Un estil de viure

Els pintors i dibuixants portem de sèrie un filtre a la mirada que ens condiciona permanentment i quasi de forma inevitable el nostre estil de viure.

Abocats al marge d'un barranc perillós, la dificultat, sense poder presumir de valents, la veiem però en voler-ne plasmar la profunditat, bé sigui jugant amb la direcció de les pinzellades, cuidant les proporcions, la perspectiva del color, o ajuntant aquests tres recursos.

Els bells efectes visuals dels rierols formats durant la marea baixa a les ries gallegues dominen sobre el nostre sentit de l'olfacte que, qui hagi estat per aquells indrets i en aquells moments, recordarà els efluis que emana tot allò que de forma intrusiva està submergit durant les hores de marea alta. De forma cíclica, més o menys cada sis hores i tot parodiant el *cu-cut*, surten i s'amaguen les deixalles que nosaltres, els pintors, durant una estona ignorem veient-hi només uns preciosos reflexos sobre l'aigua que van i venen lentament i pausadament.

Podem trobar-nos conversant cara a cara amb una veïna que hem trobat ocasionalment pel carrer, la qual amb total entusiasme ens està posant al corrent d'algunes novetats quotidianes del poble i, sense perdre el fil de la conversa, ja estem dividint el nostre pensament i fixant-nos com incideix la llum del sol sobre el rostre de la nostra interlocutora, creant-li aquesta llum un perfil envejablement pictòric o fotogràfic.

La neu, blanca als ulls de tothom i així al·ludida en poesies i cançons, a l'hora de pintar-la els pintors ho fem desplegant una infinita gamma de blaus pastel que poden incloure des del violeta fins a tons gairebé

PLAÇA MAJOR



MIQUEL RAMOS
Pintor

“Sense filtre creatiu costarà una mica més veure-hi més enllà d'aquell dit que assenyala la lluna”



© Matisos pictòrics, èxtasi. || JOAN MUNDET

verdosos. El blanc és la suma dels colors de la llum i, en les seves ombres, la manca d'alguns d'aquests colors ens ofereix la visió dels restants. Llavors és quan ens embadalim amb els blaus de la neu que eclipsen aquell blanc genèric que enlluerna tothom.

Si alcem el cap i observem les boires, aquestes ens ofereixen tot un univers canviant de formes i colors que ens ajuden a dramatitzar les pintures dels nostres paisatges. No podem evitar que aquell cuquet artístic que, en el meu cas ja presenta cabells blancs, ens avisi insistentment d'aquella imatge irrepelible, i nosaltres, seguint el cant de sirena, ho deixem tot per prendre'n nota, encara que només sigui mentalment.

Durant l'apagada general que vam experimentar el 28 d'abril, el filtre visionari al·ludit a l'inici em va proporcionar la visió d'unes cares de felicitat per a mi inusuals. Unes cares que, generalment són interpretades com poc expressives.

Com varen fer la majoria d'afectats aquell dia, vaig emprendre una veritable romeria buscant espelmes, alguna lot, i piles per aquell transistor que havia resistit durant dècades diverses neteges de calaixos. Una cerca que em va resultar infructuosa perquè després d'haver estat l'últim de la fila a set establiments comercials entre basars i supermercats, la resposta en comú va ser que tots aquells articles ja s'havien esgotat de bon matí.

Tot marxant amb la cua entre cames per aquell fracàs, la meua percepció, però, va ser la d'unes somrients respostes dels comerciants anunciant-me que ho havien venut tot. Sovint trobo que en aquests basars regentats per personal oriental, en el cas que en surtis sense haver comprat res, els queda cara de pal i et sents ignorat quan els dediques la salutació de comiat. Amb el “mode de viure pintor” activat, em van quedar gravades aquelles expressions de felicitat que, amb el trasbals general d'aquell

dia, segurament van passar desapercebudes per a la majoria que, comprensiblement, només veien la pastanaga que necessitaven.

El conat d'èxtasi que s'experimenta durant l'acte de pintar i dibuixar és comparable i tan difícil d'explicar com el d'aquell músic que, amb simbiosi amb el seu instrument, en tocar-lo acluca els ulls i mou el cos quasi inconscientment, dominat pel so i el ritme que ell mateix executa. La polèmica està servida entre pintors figuratius i pintors abstractes des dels inicis del moviment d'aquests últims per les seves oposades propostes d'expressió pictòrica, però penso que aquesta forma de viure agermana ambdues. Tota pintura és expressió d'allò que veus, penses, sents, desitges o t'imagines i només cal tenir sempre ben transparent aquell filtre en la mirada i, afegeixo, també en el pensament. Sense filtre creatiu pots estar mirant-ho tot però et costarà una mica més veure-hi més enllà d'aquell dit que assenyala la lluna.

ve de la pàgina 10

nedar és una competència vital. És prevenir ofegaments, superar pors, gaudir de l'aigua amb seguretat i moltíssimes coses més. I si volem que tots els infants, siguin d'on siguin, tinguin les mateixes oportunitats, cal que aquest aprenentatge sigui universal i gratuït.

La nostra proposta és clara i oberta: que l'Ajuntament impulsi el programa i que els centres hi puguin participar de manera voluntària. Que s'ofereixi suport logístic, transport, monitoratge i materials necessaris. No és una utopia. Sabadell ja ho fa des de 2018 amb el programa Els Primers a l'Aigua, que beneficia més de 600 alumnes de 24 escoles. Funciona bé des del punt de vista logístic i, a més, té una valoració positiva per part de les escoles i les famílies. S'ha convertit en una política educativa de ciutat. L'experiència és posi-

tiva i inspira. Per què no podem fer-ho a Castellar?

A més, em preocupa la manera com s'ha gestionat aquest debat. Convocar prèviament les direccions en una reunió privada amb la Regidoria d'Educació abans del Consell Escolar, al marge del marc representatiu i plural que suposa aquest òrgan, no contribueix a la transparència ni al debat obert. Una escola pública forta es construeix des del respecte institucional i la col·laboració, no des del control.

Tanmateix, no tot són males notícies. Enmig del debat, la regidora d'Educació es va comprometre a augmentar el pressupost per reforçar el servei de vetlladores. Això demostra que sacsejar l'immobilisme i aportar noves propostes pot donar fruits. El debat no paralitza, el debat activa! Per això des d'ERC Castellar fem una crida a obrir una nova etapa de treball col·lectiu.

Posem les escoles al centre, escoltem-ne les necessitats, i articulem un model viable, adaptat i sostenible per recuperar els cursets de natació a primària. Perquè creiem fermament que nedar també és educar, i perquè cap infant de Castellar es quedi enrere.

***Regidora d'ERC**

© Yolanda Rivera*

De revetlles i festes majors

Amb el juliol arriben a Castellar tres cites imprescindibles per retrobar-nos, celebrar i compartir. Els tres

caps de setmana que resten d'aquest mes, tres propostes ompliran diversos espais de Castellar: la Festa Major de Can Font, Can Avellaneda i la Penya Arlequinada, aquest cap de setmana; la de Sant Feliu del Racó d'aquí a set dies, i la revetlla de Sant Jaume, per tancar el juliol.

Són uns dies pensats per gaudir en comunitat, per sortir de casa, parlar, riure i enfortir els vincles que ens uneixen com a veïnat. És també una oportunitat per conèixer millor les persones amb qui convivim més enllà de les salutacions ràpides del dia a dia.

Els organitzadors programen amb il·lusió i esforç un munt d'activitats perquè tothom se senti acollit. Activitats, algunes, que ja s'esperen any rere any, com la gala *Tu vecino me suena* a Can Font, les Barraques de Sant Feliu o el sopar tradicional de veïns i veïnes al carrer Sant Jaume, que enguany celebren nú-

mero rodó, la quarantena revetlla. Les festes majors i les revetlles que s'organitzen no són només un espai de diversió –que també!–, sinó un reflex de l'orgull de poble i de la força d'un veïnat actiu i compromès. Per això, vull agrair la feina de les associacions de veïns que ho fan possible, tant la de Can Font - Ca n'Avellaneda, com les associacions de Veïns d'El Racó i de Sant Feliu del Racó i l'Agrupació de Veïns del Pla.

També vull agrair la participació de totes les entitats i persones voluntàries que fan possible totes les activitats, pensades per al gaudi de grans i petits.

És en espais com aquest on es reforcen els vincles i els llaços que ens uneixen.

Gaudiu molt de totes les activitats i, sobretot, de la companyia.

***Alcaldeessa de Castellar del Vallès**

PLAÇA DEL MERCAT | SARDANES

Sardanes per refrescar la nit

La Cobla La Principal de la Bisbal va donar el tret de sortida a les sardanes

© Oriol Ferran

Dins l'àmplia programació que ofereixen les Nits d'Estiu a Castellar del Vallès, una de les propostes més destacades són les diferents actuacions de sardanes que organitzen conjuntament l'Ajuntament i l'Agrupació Sardanista, i que es duen a terme tots els dijous de juliol al vespre a la plaça del Mercat.

Els encarregats d'iniciar aquest cicle de concerts immersos en la programació estival va ser la Cobla La Principal de la Bisbal –considerada una de les formacions més emblemàtiques del país– que va oferir un concert de sardanes al públic de la plaça. Fundada el 1888 a la Bisbal d'Empordà, la cobla ha estat reconeguda amb nombrosos guardons, entre ells el Premi Nacional de Cultura el 2014, i manté el compromís de dignificar la sardana i la música de cobla arreu. Els assistents a aquest primer recital del mes, van acabar omplint la plaça ballant les sardanes interpretades pel grup empordanès.

El segon concert el van dur a terme aquest dijous 10 la cobla La



Una sardana improvisada durant el concert de la Cobla La Principal de la Bisbal. || O. F.

Principal del Llobregat, un grup que, a part de Catalunya, també ha actuat arreu d'Europa i fins i tot fora amb concerts a Nova York, l'Argentina o Tunísia.

Aquest dijous, 17 de juliol, serà la cobla Els Lluïsos de Taradell que posarà la música a la plaça del Mercat, mentre que el següent (24 de juliol)

serà la cobla-orquestra Montgrins que farà ballar al públic. La cobla Ciutat de Girona posarà el punt final als concerts de sardanes de les Nits d'Estiu el pròxim dijous 31 de juliol. El grup gironí, nascut l'any 1975 i format per membres de les millors cobles, ha esdevingut un dels grups amb més prestigi de Catalunya. ✦

PLAÇA CATALUNYA | SALSA I BATXATA



Els assistents a les classes de salsa i batxata. || O. FERRAN

Ritmes llatins al vespre per moure els malucs

La programació de les nits de juny i juliol a Castellar del Vallès no s'atura, i els castellarencs i castellarenques poden continuar gaudint d'actes i activitats que els ajudin a passar la calor dels vespres estiuencs.

Una de les propostes que van iniciar la programació estival van ser les classes de salsa i batxata que Anaïs i Kilian Bellmunt van impartir de manera gratuïta dijous passat a la plaça de Catalunya. Tot i que en un primer moment els assistents van haver d'estar atents al cel per si no es podien dur a terme a causa de la pluja, finalment, els ritmes llatins van fer acte de presència i van fer moure els malucs als castellarencs i castellarenques que es van apropar a la plaça de Catalunya.

Gairebé una vuitantena d'assistents van poder gaudir, doncs, de les classes gratuïtes de salsa i batxata i d'una de les propostes més esperades de la programació de les Nits d'Estiu. ✦ || O. FERRAN

Tauler d'Anuncis Municipal



HORARIS D'ESTIU

Consulteu a la pàgina web www.castellarvalles.cat (apartat d'Avissos) els horaris d'estiu d'alguns equipaments i serveis municipals, com ara el Servei d'Atenció Ciutadana, els casals de gent gran, la Biblioteca Municipal Antoni Tort o la Ludoteca Municipal Les 3 Moreres, entre d'altres.



CONTROLEM LA POBLACIÓ DE COLOMS

"Si m'estimes, no m'alimentis" és el lema de la campanya que té per objectiu conscienciar i sensibilitzar sobre la importància de no alimentar els coloms.

Evitant donar-los menjar contribuïm a evitar-ne la sobrepoblació, que afavoreix la seva reproducció i l'augment descontrolat d'exemplars. Aquest fet pot causar problemes de salut pública, a més d'augment de brutícia i l'aparició de plagues.



CAMpanya PER CONTROLAR EL MOSQUIT TIGRE

Com hi pot col·laborar la ciutadania?

- Buidant recipients exteriors que puguin acumular aigua.
- Canviant molt sovint l'aigua de les plantes aquàtiques i els plats dels animals domèstics.
- Evitant les acumulacions d'aigua en zones de drenatge o canals de desguàs.
- Vigilant les basses petites, buidant-les setmanalment i cobrint-les amb una tela mosquitera.

+ INFO: www.castellarvalles.cat/horarisestiu

+ INFO: www.castellarvalles.cat/consellscoloms

Més consells i recomanacions al web www.castellarvalles.cat/mosquititigre.

LUDOTECA LES TRES MORERES
imagina jugacrea

LUDOTECA OBERTA A L'ESTIU

Fins al 18 de juliol
Horari: de 17 a 19.30 h

Oberta a tots els infants de 3 a 12 anys i a les famílies amb nenes i nens de totes les edats

Les activitats es duen a terme dins de la Ludoteca (espai climatitzat) o al pati.

Ludoteca Municipal
Les 3 Moreres
C. Sala Boddella, 6
Tel. 93 715 92 89
www.castellarvalles.cat

femc_st_ll_r

La UE Castellar ja coneix el nou grup per a la temporada 2025-2026 de Primera Catalana

Comera d'esperar, la UE Castellar tornarà una temporada després al grup II de Primera Catalana. Els descensos

d'Elit així ho van confirmar i els de Juan Antonio Roldán tornaran a enfrontar-se amb els equips de la franja central catalana: barcelonins, manresans i lleidatans. Vells coneguts com l'Igualada, les Borges Blanques, el Joanenc o la Piraïnaica seran els nous rivals.



Ivet Alcaraz, plata en la crono per equips del Campionat d'Espanya

La castellarenca (esquerra de la foto) va sumar una 2a posició i la plata als campionats nacionals disputats a Tarazona de la

Mancha (Castella-la Manxa) en cadet. La jornada individual no va anar bé per la Selecció Catalana, amb una caiguda massiva, en què 17 ciclistes van acabar retirades. Alcaraz i les seves companyes no van poder obtenir un bon resultat, i van acabar en 47a posició.

EXCURSIONISME | CE CASTELLAR

Sotalalluna, nou èxit de participació

Més de 400 persones van participar en la caminada nocturna organitzada pel Centre Excursionista Castellar

© Oriol Ferran

Castellar del Vallès va acollir dissabte passat la 6a edició de la Caminada Nocturna Solidària Sotalalluna, que va comptar amb la participació de 408 caminaires dels 424 que s'havien inscrit en un primer moment. L'esdeveniment va transcórrer amb normalitat i sense cap incident, tot i que una lleu pluja va fer acte de presència en el moment de la sortida, però en cap moment va fer perillar la caminada.

Els participants van completar el recorregut fins a la plaça d'El Mirador, on se'ls va rebre amb una botifarrada popular molt necessària per poder recuperar forces. Un dels punts més destacats i esperats de tot el trajecte va ser l'aviuallament a la zona de Castellar Vell, amb beguda i síndria, en un entorn natural molt valorat pels participants.

L'organització de la caminada nocturna ha destacat la tasca fonamental dels voluntaris del Centre Excursionista de Castellar, l'ADF i el Serna, així com la col·laboració de l'Ajuntament de Castellar del Vallès, que va facilitar espais i material. Gràcies a tots ells, segons assegurin des del Centre Excursionista, "la caminada d'enguany ha sigut tot un èxit".

Un cop es tanquin els comptes d'aquesta sisena edició de Sotalalluna, es donarà a conèixer la

quantitat recaptada que es destinarà a l'associació Sala Puigverd, entitat beneficiària de la caminada nocturna d'enguany.

El Centre Excursionista de Castellar del Vallès ja pensa en les pròximes cites al calendari. La més propera serà la del segon cap de setembre, en què l'entitat participarà amb tres activitats a la Festa Major del municipi. Més endavant, el 5 d'octubre, se celebrarà la 64a Marxa Infantil de Regularitat per l'entorn de la vila, una cita que els infants castellarencs esperen amb ganes i que els serveix per tenir un agradable contacte amb la natura.

Per tancar l'any, el diumenge 21 de desembre s'organitzarà des del Centre Excursionista la 60a edició de la Pujada del Pessebre a la Castellassa. Una tradició nadalenca que consisteix (com el seu nom indica) a pujar un pessebre a dalt de tot de la Castellassa. Els participants acompanyen el pessebre fins al peu del cim, i allà els escaladors s'ocupen de col·locar-lo al punt més alt de la Castellassa tot acompanyat pel cant de nades dels assistents.

Enguany, per commemorar aquesta seixantena edició de la pujada que es va celebrar per primer cop l'any 1966, el Centre Excursionista de Castellar del Vallès té previst dur a terme diverses activitats per celebrar l'aniversari d'un dels actes més emblemàtics del calendari excursionista del municipi. ✦



A dalt, els participants de la caminada nocturna en el moment de la sortida. A baix, els caminaires en un dels trams al llarg del trajecte. || CEDIDA



L'estiu té moltes coses bones.

I a més, per si les mosques, estarem tot l'agost en l'horari habitual.



BITXOS
VETERINÀRIA - PERRUQUERIA



Cal reservar hora de visita

Clinica - C. Passeig, 22 - T | 93 714 59 59 - 625 03 37 37 - Castellar del Vallès - bitxosvet@gmail.com

esports

FUTBOL | LLIGA ELIT

Cabestany, nou tècnic del Sabadell B

El castellarenc deixa el Sant Just després de quatre temporades i entrenarà el filial per tractar de retornar-lo a 3a RFEF

© Albert San Andrés

Després de les tres temporades d'aquesta segona etapa, Marc Cabestany deixa la banqueta de l'Atlètic Sant Just per iniciar una nova etapa a les regnes del CE Sabadell B. El repte serà retornar els arlequinats a 3a RFEF, després d'haver perdut la categoria en la 24-25.

Des de la Indian Super League amb l'Atlético Kolkata a Igualada, passant pel Sant Just en una primera etapa d'un any i el primer equip de l'RCD Espanyol femení, el tècnic castellarenc ha demostrat la seva capacitat per mantenir en la zona alta els seus equips. Ha tingut prou amb dues temporades a Primera Catalana per ascendir el Sant Just a Elit en una segona etapa, en què s'ha quedat a les

portes de l'ascens, després de perdre en la final del play-off a 3a RFEF. Un ascens que encara es pot afegir al seu palmarès, a l'espera de resoldre la situació del Lleida Esportiu.

“Per motius personals, vaig donar per acabada la meua etapa a Sant Just. Va ser una decisió molt meditada”, explica Cabestany, que arriba ara a la banqueta del CE Sabadell B, un equip descendit de 3a i amb l'obligació de tornar a la categoria a finals del curs que ve per poder donar suport a la feina del primer a Primera RFEF. **“La proposta del Sabadell va encaixar-me amb tot. És un club gran, i al capdavant d'aquest projecte hi ha gent molt capacitada i amb les idees molt clares. Esportivament i logística va encaixar-me. És un bon projecte amb la meta d'ascendir de categoria”,** remarca.

El castellarenc no perd de vista la funció d'un filial i destaca la doble feina que se li presenta com a màxim responsable del conjunt: **“Tindrè la doble funció: formació i competitivitat. La funció col·lectiva és recuperar la categoria i ajudar els jugadors joves a competir millor, aprendre i créixer com a jugadors per a consolidar-se en el futbol professional”.**

Amb la doble funció marcada a foc, el pas següent és confeccionar una plantilla que sigui competitiva en una categoria molt complicada:

“Volem fer un bon grup, amb talent i fam, que sigui valent, atrevit, amb un ADN competitiu molt impregnat, intentant fer bon futbol i ser un equip que pressioni i sàpiga defensar. Intentaré transmetre un punt d'humilitat però d'ambició màxima”, conclou. +



Marc Cabestany, nou tècnic del CE Sabadell B. || CEDIDA

GIMNÀSTICA | CAMPIONAT D'ESPANYA



Quatre medalles per a Sergio Kovacs

El gimnasta castellarenc Sergio Kovacs va reaparèixer al pasat Campionat d'Espanya, celebrat a Pamplona, després d'un temps d'inactivitat a causa de diferents problemes físics. El del CG Sant Boi torna de Navarra després d'haver-se penjat quatre medalles: bronze a l'all around i a la barra fixa, plata al salt i or a l'exercici de terra. Kovacs, de 19 anys, ja té la mirada posada a la Copa del Món de París del setembre i al Mundial d'Indonèsia a l'octubre. + || O. F.

BÀSQUET | C. D'ESPANYA



Guillem López, subcampió d'Espanya

El jugador de bàsquet castellarenc Guillem López va acabar com a segon classificat al Campionat d'Espanya de clubs en categoria mini celebrat a Còrdova. El Joventut de Badalona –equip on juga López– va caure a la final del campionat estatal contra el FC Barcelona per 89-74. La Peña es classificava per a la final després de derrotar el Mar de Gambas als vuitens, al València Basket als quarts i al Ciudad de Móstoles a les semifinals. + || O. F.

BÀSQUET | 3X3



El 3x3 del Pinya continua creixent

El torneig de 3x3 que organitza el Bàsquet Pinya entra a la recta final havent batut el rècord de participació amb deu equips inscrits i un total de 48 jugadors i jugadores. Malgrat que tot just es tracta de la segona edició del torneig social, la proposta ja s'ha consolidat com una cita imprescindible de l'estiu castellarenc. Des de l'entitat asseguren que **“més enllà dels resultats, volem fomentar la convivència, el bàsquet i passar-ho bé”.** + || O. F.

I♥60

Activitats per a la promoció d'un envelliment actiu i saludable
Curs 2025-2026
+60 anys

△ ▲ △
femc_st_ll_r

_ANGLÈS PER VIATJAR
_ACTIVA EL TEU CERVELL:
_CUIDA LA TEVA MEMÒRIA
_GIMNÀSTICA DOLÇA
_IOGA
_PILATES
_TAI-TXI
_TXIKUNG

_ZUMBA GOLD
_CONNECTEM-NOS A LES
_NOVES TECNOLOGIES
_RISOTERÀPIA SPORT
_TONIFICACIÓ I FORÇA
_MOVIMENT I DANSA
_RESPIRACIÓ I RELAXACIÓ
_GAC – GLUTIS,
_ABDOMINALS I CAMES

Preinscripció fins al 10 de setembre:

- A www.castellarvalles.cat/
envellimentactiu o al codi QR

- Omplint el full de preinscripció que trobareu als Casals de Gent Gran o a la Regidoria de Gent Gran i lliurant-lo de dilluns a divendres 10 a 13 h als Casals de Gent Gran o de 10 a 14 h a la Regidoria



Més informació:
www.castellarvalles.cat/activitatsgentgran

Infocat

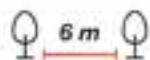
Pla d'emergències per incendis forestals

**Protegeix-te
dels incendis
forestals**

Urbanitzacions i cases aïllades

**Abans de l'incendi****Com em preparo?**

Deixa 2 metres sense vegetació ni restes vegetals al voltant de la façana



Deixa 6 metres de distància entre els arbres del jardí



Neteja les teulades, els porxos i els tendals de fulles i branques seques



Evita les tanques i els porxos de bruc sec, xiprer o tuia: són molt inflamables



No deixis bombones de butà ni piles de llenya a prop de casa ni exposades al foc



Prepara l'equip d'emergència (documentació, mòbil i carregador, farmaciola, diners, llanterna, ràdio, claus, aigua i roba)



Assegura't que la teva família sap com actuar

Si hi ha perill d'incendi**Com m'avisaran?**

Si un incendi pot afectar urbanitzacions o cases aïllades, les autoritats t'avisaran mitjançant algun d'aquests sistemes:



Megafonia mòbil



Avis personalitzat porta a porta o per telèfon



Alerta de Protecció Civil al mòbil



Mitjans de comunicació



Xarxes socials oficials
@112
@emergenciescat
@bomberscat
@agentsruralscat

Durant l'incendi**Com em protegeixo?**

Confinar-se és la primera mesura de protecció, tret que t'ordenin evacuar



Confinat a casa amb la família i els animals domèstics



Mantingueu-vos junts a la zona més interior de la casa



Tanca les portes, les finestres i qualsevol obertura per evitar espurnes



Tanca els subministraments de gas, butà o gasoil



Si tens temps, recull els tendals, allunya els mobles de la façana, separa el cotxe 6 metres i treu les cortines de les finestres

Si les autoritats ordenen evacuar

Tanca el subministrament elèctric, de gas i d'altres combustibles



Agafa l'equip d'emergència



Tanca les portes de les habitacions i tota la casa



Ves al punt indicat per les autoritats

Si un incendi et sorprèn a camp obert

Allunya't en direcció oposada al vent i intenta entrar en una zona ja cremada



No surtis del vehicle. Tanca les finestres i les entrades d'aire



Encén els fars i els intermitents perquè et vegin enmig del fum



incendisforestals.gencat.cat

EN CAS
D'EMERGÈNCIA,
TRUCA AL

112
emergències



No marxis de casa si no t'ho ordenen; fer-ho pot comportar un risc per a la teva vida

esports

VÒLEI CASTELLAR | VALORACIÓ TEMPORADA

“A nivell d'inscrits, hem tocat sostre”

ENTREVISTA

LUCÍA BREGAR

Coordinadora del Vòlei Castellar, Bregar treballa dia a dia per poder fer créixer i consolidar el voleibol a la vila i també per gestionar els més de 300 jugadors i jugadores del club

© Oriol Ferran

• **Quina valoració feu des del Vòlei Castellar de la temporada 24-25?**
Aquesta temporada ha tingut coses bones i dolentes. Vam tenir dos equips que van perdre la categoria, però hem aconseguit pujar la tira masculina de cadet-juvenil a Primera Catalana, que és tot un èxit per a nosaltres.

• **Amb quin moment de la temporada et quedés?**

Sempre et quedés amb les coses bones, si hagués de triar un moment diria aquest ascens de la tira masculina. En categoria femenina, el màxim èxit ha sigut la permanència a Segona Catalana.

• **Què li va faltar al sènior masculí per mantenir la categoria?**

Els nois van tenir un mal inici i els va costar sobreposar-se. Sobretot els ha faltat experiència, a Primera Catalana hi ha molts jugadors veterans i amb experiència i s'ha notat molt.

• **Pel que fa al femení, sí que va aconseguir la permanència. Quin**



Lucía Bregar entrenant l'equip infantil de l'FS Castellar. || CEDIDA

ha de ser l'objectiu de la temporada que ve?

Aquest any vinent serà una temporada de transició, perquè comencen a pujar els joves de la base cap als sèniors. L'objectiu ha de ser mantenir la categoria i que els del planter agafin experiència perquè puguin refermar-se al primer equip.

• **En què s'ha de centrar el club respecte als equips sèniors?**

La nostra idea és fomentar que els nois i noies que pugen de la base comencin a trobar el seu lloc als sèniors amb l'ajuda dels jugadors i jugadores més veterans que els acompanyin en l'aventura.

• **Com es treballa des de la coordinació per preparar la temporada?**

Ara mateix és quan tenim més feina. Tenim més de 300 jugadors i 32 equips i això vol dir que ara és el moment de fixar els objectius dels diferents equips, col·locar els entrenadors, fer el trencaclosques dels horaris, etc. És molt difícil quadrar-ho tot.

• **Hi haurà molts canvis a les plantilles dels sèniors?**

El femení mantindrà gairebé tot el grup d'aquest any, però el masculí sí que ha patit força baixes i hauré de reformular el primer equip.

• **És el planter l'actiu més important del Vòlei Castellar?**

El nostre objectiu sempre ha sigut tenir una base potent i aconseguir que tots aquests joves arribin al pri-

mer equip i posar el nom de Castellar del Vallès el més alt possible al panorama del vòlei català.

• **Hi ha alguna generació en la qual tingueu els ulls posats?**

A la generació 2008-2009, tant a la branca femenina com a la masculina, estan sortint jugadors molt bons i que s'estan implicant molt al club. És una generació a tenir en compte.

• **Com afecta tenir clubs grans com el Sabadell, Terrassa o Sant Quirze tan a prop?**

És complicat, ja que tan bon punt surt un jugador o una jugadora amb potencial acaba marxant. Aquest any hem perdut, per exemple, sis jugadores que han marxat a equips del voltant i

això et desmunta l'estructura que tenies planejada per als pròxims anys.

• **Com es gestiona l'augment d'inscrits al club?**

Ara mateix estem en un moment que hem tocat sostre. A causa de la falta de pistes i d'horaris no podem acceptar més gent, ja que 300 persones són moltes per poder gestionar correctament i que tot-hom tingui un espai per entrenar.

• **Aquest any ja heu combinat el Pavelló Puigverd i les pistes de l'Espai Tolrà.**

Entrenar al Tolrà és un pegat. Les pistes estan molt bé, però per logística és complicat. D'altra banda, la pista no està en les millors condicions possibles per poder practicar el voleibol, i a més a l'hivern fa molt fred.

• **Quins són els passos que ha de seguir el Vòlei Castellar els pròxims anys per poder-se consolidar?**

Sobretot potenciar la base per tenir una bona transició entre el planter i els primers equips. Si fem bé la feina, els pròxims anys podem tenir molta qualitat als equips.

• **Com passes d'entrenar el Barça a Superlliga 2 i Superlliga a coordinar els equips del Vòlei Castellar?**

Després de molts anys al Barça com a entrenadora a les categories inferiors i tres anys al primer equip vaig decidir que volia fer créixer el club de la vila on vivia des del 2015. El projecte m'agradava molt i la gent d'aquí sempre m'han tractat com una més, volia retornar-ho d'alguna manera. ➔

En cas d'onades de calor pots anar als refugis climàtics.

Són espais que ofereixen la possibilitat de refrescar-se i descansar al marge dels efectes de la calor.

Aquests són els refugis climàtics de Castellar del Vallès:

- El Mirador (pl. d'El Mirador, s/n)
- Biblioteca Municipal Antoni Tort (c. de Sala Boadella, 6)
- Casal Catalunya (c. de Prat de la Riba, 17)
- Casal de gent gran de la plaça Major (pl. Major, s/n)
- Mercat Municipal (pl. del Mercat, s/n)
- Jocs d'aigua de la plaça de Catalunya (c. Prat de la Riba, 13)
- Piscina descoberta del Complex Esportiu de Puigverd (c. del País Valencià, 1)
- Piscina del Casino del Racó (c. de Brutau, 19)
- Piscina de la Penya Arlequinada Sports (c. de Ca n'Avellaneda, 4)

Nota: L'accés a tots els equipaments és gratuït excepte a la piscina municipal del Casino del Racó, la piscina municipal de Puigverd i la piscina de la Penya Arlequinada Sports

Més informació:
www.castellarvalles.cat/refugisclimatic



guia m

COMERÇ I SERVEIS
Castellar del Vallès

T | 93 717 00 97
C. Doctor Pujol, 50B
comunicacio@ielou.cat

D DISSENY GRÀFIC

**dis
seny&rauxa**

672 176 814
w@disenyrauxa.cat
info@disenyrauxa.cat

F FARMÀCIES

FARMÀCIA CASANOVAS

Av. Sant Esteve, 3 | Castellar del Vallès
937 143 376 | 937 474 956 | 662 364 510
www.farmaciacasanovas.cat
info@farmaciacasnovas.cat

farmàcia lluch

Avinguda Sant Esteve, 71
T | 937 14 50 25 | 638 753 334
farmacialluchcastellar@gmail.com

FARMÀCIA FAMILIAR

T | 93 717 21 11
C/ Doctor Pujol, 50B
OBRERT EL 365 DIES
DE L'ANY DE 8 A 22H

I IDIOMES

KIDS&US

C. Sala Boadella, 16
93 611 10 28 - 675 05 90 04
castellar.valles@kidsandus.cat
www.kidsandus.cat

IMMOBILIÀRIA

**Administrador
Finques
Col·legiat**

FINQUES MARTÍN BARBERAN
Tel. 93 566 27 80 - C/ Passeg 24 - Local
martinbarberan@telefonica.net

INSTAL·LACIONS

INSTALL·LACIONS RIBÓ

aque·electricitat·gas·calefacció
aire·condicionat·solar·desaigües
canalis·sanitat·plomberia

670 36 44 90
m | jorribol@gmail.com

marcel canudas

mob. 610 76 48 35
aigua
canalis·
sanitat·
plomberia

GÁLVEZ DENTAL

www.galvezdental.com
info@galvezdental.com
Avinguda Sant Esteve, 56 | 93 747 09 98

J JARDINERIA

JORDI TAULE

649 423 895
JARDINERIA

JOIERIA

3or Castellar

Compra d'or i plata
Venda de bijuteria i joies.

Taxació sense compromís
C/ Sant Llorenç, 12 - T | 93 715 88 37
Ctra. Sentmenat, 74 | Castellar del Vallès

N NETEJA

Mundo Net

T | 93 714 40 07 - M | 93 714 73 07
C/ Dr. Pujol, 25 - Castellar del Vallès
info@mundonet.net
www.mundonet.net

O ÒPTICA

optimón

Ctra. Sentmenat, 7
T | 93 714 22 88
optimonoptics.cat

OBRA NOVA I REFORMES

**stils
reformes**

REFORMES INTEGRALS DE LA LLAR
ESPECIALISTES EN CUINES I BANYS

T | 93 714 54 72 - info@stils.es

P PERRUQUERIA

DE PABLOS

Ctra. Sentmenat, 112A
T | 93 714 4117
08211 Castellar del Vallès

R RESTAURANT

CUINATS

MENJAR PER EMPORTAR
CUINA DE MERCAT

C. Anselm Clavé, 3 - T | 93 114 44 15
D (encàrrecs) 647 48 11 32

GARBÍ

RESTAURANT

Reserves:
93 714 65 57 - c | Barcelona, 52
info@restaurantgarbi.com

**La Taverna
del Gall
i la Gallina**

Carreter Centre 39, Castellar del Vallès
93 141 70 45 - 691 780 325

ROSTISSERIA

foc de llenya

Brasa
pollastre - carns
verdures - menjar per
emportar

Ctra. Sant Llorenç, 12 - T | 93 715 88 37
www.focdellenya.es

S SALUT

**CENTRE DE SERVEIS
CASANOVAS**

TRACTAMENTS LASER
ANÀLISI CAPIL·LAR
CONSULTA·PODOLOGICA
SERVEI DE FOTOTERÀPIA
CONSSELL NUTRICIONAL

Ctra. Sentmenat, 12 - Castellar del Vallès
T | 93 715 88 37 - 652 114 010
www.farmaciacasanovas.cat

**CLÍNICA
PODOLOGICA**

c/ Doctor Rovira, 23 local
T | 93 715 92 50

PODOCLINIC

CLÍNICA PODOLÓGICA INTEGRAL

Carreter Sant Llorenç, 29
Castellar del Vallès
T | 93 152 65 48 / 627 09 76 26

SERVEI TÈCNIC

CM62

Informàtica

Material
i Servei
Tècnic

C. Major, 62 | 93 714 68 66
sat@cm62.com | cm62@cm62.com
621 031 754

A ADVOCATS

BARNA LEGAL

Francesc
Fernández
Corominas

Confia només en els
millors professionals

C. Santa Perpètua, 16
T | 93 655 55 25 | www.barnalegal.com

**BUFETE M. HIJANO
ADVOCATS**

ADVOCATS - ADM. FINQUES - COMPTABLE

C. Montcada, 4, 1r 2a
T | 93 714 85 67 - M. 670 28 42 98
mguel@bufete-mhijano-advocats.com

**Sílvia Vidal i Guillén
ADVOCADA**

C. Major, 80, 3r C
08211 Castellar del Vallès
Tel./Fax: 93 747 12 81
silvia.vidal@icabbd.org

ANIMALS

BATXOS

VETERINÀRIA - PERRUQUERIA

Clínica - Fàbregues, 6
T | 93 714 59 59 - Castellar del Vallès
Urgències - T | 635 41 80 28

novavet

clínica veterinària

C. Barcelona, 26-28,
08211 Castellar del Vallès
T | 937 144 757
novavet@gmail.com

ASSESSORIES

**ASSESSORIA
PERARNAU**

C. Montcada, 21
T | 937 148 402
perarnau@perarnau.es
www.assessoria-perarnau.com

C CENTRES AUDITIUS

CENTRE AUDITIUS CASTELLAR

El teu centre
auditiu de confiança,
demana cita.

Plaça Calissó, 2
93 000 83 98 / 637 15 91 91

CLÍNQUES DENTALS

ParkCastellar

C. Portugal s/n | 93 714 21 95
No tanquem al migdia

**CLINICA DENTAL
DEL CENTRE**

Carreter Sala Boadella 11, baixos
T/F 93 747 45 90

**Clínica
DENTAL VAL·LÈS**

Al seu servei des del 2003
C/ Barcelona, nº 5 - Local 2
Tel. 93 715 89 10

DENTAL COMPANY

CASTELLAR

Carreter de Sentmenat 38
937 484 782

GÁLVEZ DENTAL

www.galvezdental.com
info@galvezdental.com
Avinguda Sant Esteve, 56 | 93 747 09 98

'a

comunicacio@ielou.cat
T | 93 707 00 97

Dóna corda al teu
negoci per només
30,75€ al mes

Norma número 1 de qualsevol
curs de Màrqueting o d'acions
empresariales en situació de crisi:

**Comunicar
que existeix.**

Els telèfons i adreces
ben a la vista!

Únic format:
Logotip + Dades de contacte.
Dues insercions al mes.

Les grans artistes del FemFestival

El FemFestival tanca l'edició amb una gran qualitat artística, una participació irregular i una meteorologia desfavorable

© Marina Antúnez

El FemFestival va començar amb un concert de Laura Garriga, dijous, al Calissó Cultural. La cantautora garri-guena va oferir un repertori de cançons que van agradar força al públic. Amb la pluja de divendres, el concert de les Al·lèrgiques al Pollen es va suspendre, i el FemFestival seguia dissabte 5, amb un doble concert a la Sala Blava de l'Espai Tolrà. Totes dues propostes s'havien traslladat a l'interior del recinte, en una ubicació diferent de la inicialment prevista, a causa de la previsió de pluja. A més, es va suspendre el vespre d'humor previst al mateix lloc amb les monologuistes Sònia Suñé, Carmensita Ye-yé i Anna Flavià, i també es va decidir el trasllat d'ubicació de les propostes previstes per diumenge.

La nit musical va començar amb la castellarenca Mar Plaza i la seva banda. L'artista va presentar el seu primer EP *Love and what it costs* al costat dels músics que l'acompanyen en aquest viatge, Carla Aragonès a la guitarra, Òscar Pérez a la bateria i Ferran Illa al baix.

Per a bona part del públic que la va aplaudir, els temes que Plaza va interpretar no eren desconeguts. Com ella mateixa va comentar durant el concert, molts dels seus temes ja estan penjats a les plataformes. Molts dels presents, a més, ja la segueixen en la seva encara jove carrera, ja sigui per lligams familiars o d'amistat.

Amb el pop per bandera, l'estil de Plaza desplega matisos més rítmics en certs moments melòdics, en d'altres. En tot cas, amb un estil molt personal. La jove cantant i la banda també va interpretar covers que van agradar al públic, que fàcilment reconeixem. Segurament, poder formar part del cartell del FemFestival d'aquest any les ajudarà a donar-se conèixer més. Els seguirem la pista.

Després de Plaza, va ser el torn del concert de Tonina Saputo, l'artista internacional que va demostrar el seu gran virtuosisme amb el contrabaix, la guitarra i la veu. A més, Saputo no va sola, sinó que l'acompanyen dues artistasses: Ivy Alexander a la guitarra i Dalila Murano a la bateria. Totes tres s'empasten a la perfecció, a l'escenari.

Seria difícil definir l'estil, si n'hi ha, de la Tonina, perquè no n'hi ha ni un ni dos, sinó molts més. Les seves cançons dibuixen influències de punts del món on potser encara no hem estat, i ella ens hi transporta perquè són els llocs on ella mateixa ha nascut o crescut, també, com a artista. Aquestes melodies van apareixent d'una manera orgànica, sense pressa però sense límits.

El sentit del ritme de Sapu-

to, i també la seva magnífica interpretació com a vocalista, com a contrabaixista i guitarrista, van deixar l'audiència de dissabte gratament sorpresa. La seva força escènica és indiscutible.

Les seves són cançons que uneixen ponts. Les arrels de Saputo les trobem a Itàlia, però també a Sud-amèrica i a l'Àfrica. I tot això ho sentim a través de les seves melodies, cantades per Saputo a estones amb veu vellutada, amb sons ancestrals de l'Àfrica, de l'Amèrica del Sud, de la Mediterrània, però també amb l'ús encertat d'uns instruments potents: una guitarra, un contrabaix que a escena té una gran presència i una bateria que es fa tan necessària.

Diumenge es tancava el FemFestival, el festival organitzat per l'Ajuntament de Castellar en clau femenina. Enguany, el grup convidat per cloure l'esdeveniment va ser Flor de Lava, una banda colombiana formada per Brina Quoya, Maria McCausland, Natalia Mediina, Paula van Hissenhoven, Pilar Cabrera i Sabi Satizábal. Al concert, que es va programar per diumenge a la nit a la Sala Blava de l'Espai Tolrà, les artistes van mostrar al públic l'energia que, juntes, porten a dalt de l'escenari.

A Castellar, tancaven la gira a Espanya que les ha dut per primer cop pel món com a banda. Des de fa dos anys, aquestes cantadores amb projectes i camins professionals propis, formen la Flor de Lava que tant triomfa arreu. A Castellar van tancar la seva primera gira, desitjant que n'hi hagi moltes més.

Flor de Lava va deixar anar el seu repertori de cúmbies, boleros, pinzellades de flamenc i balades, a més de cançons amb molt ritme i varietat d'instruments, davant d'un públic entregadíssim i molt heterogeni.

Al tancament de gira, les van acompanyar familiars i amics, a més de diversos assistents procedents de poblacions de fora de Castellar. La sala va omplir-se de gom a gom per gaudir d'aquesta festa musical, molt teatral, en què les components de la banda van interpel·lar el públic en moltes ocasions, fent-lo partícip de l'eufòria col·lectiva que va despertar la banda.

Al vespre, el col·lectiu Aspàsia de Castellar va poder dur a terme un trivial feminista, que va comptar amb la participació de diverses persones i també amb premis, que es van repartir entre els qui van ser més hàbils responnent les preguntes de les impulsores de la proposta.

Sense dubte, en el balanç del FemFestival d'enguany, cal destacar la banda colombiana Flor de Lava, que deixa un sabor dolç del tancament de la proposta musical, que també ha tingut una afluèn-



Flor de Lava va tancar el FemFestival 2025 a la Sala Blava de l'Espai Tolrà, diumenge passat. || Q. PASCUAL



L'americana Tonina Saputo va actuar dissabte al FemFestival. || Q. PASCUAL

cia irregular de públic al llarg dels quatre dies de programació, on s'ha pogut gaudir dels concerts de Laura Garriga, Mar Plaza, Tonina Saputo i les Flor de Lava. Segurament, caldrà analitzar la poca participació castellarenca als actes en diversos factors, com la meteorologia desfavorable o la competència amb altres festes a poblacions veïnes coincidents en el calendari, entre d'altres.

De totes les activitats programades, van quedar suspesos dos dels actes previstos. Un d'ells, l'espectacle d'humor amb les monologuistes Sònia Suñé, Carmensita Ye-yé i Anna Flavià, el podrem veure i gaudir, si tot va bé, a la Festa Major 2025. ✦



L'accent castellarenc al FemFestival el van posar Mar Plaza i la seva banda. || Q. PASCUAL

TRADICIONS | CAP DE SETMANA

Festa Major del veïnat de Can Font

L'AV Can Font - Can n'Avellaneda i Penya Arlequinada han programat tres dies d'activitats

© Marina Antúnez

Divendres 11, a les 19 hores, l'Associació de Veïns de Can Font - Can n'Avellaneda i Penya Arlequinada inicia la Festa Major 2025. En aquest sentit, a les 19 hores, s'ha previst el *chupinazo* per arrencar, a la plaça de Can Font. A les 19.15 h s'iniciarà la rua de Festa Major, que cada any té una bona participació dels veïns, que decoren els seus vehicles (bicis, motos, patinets, cotxes). Hi haurà premi a la millor decoració, seguint la temàtica "festa".

A les 20 h s'obrirà el servei de bar i d'entrepans a la brasa a càrrec de CAF, i una mica més tard, a les 21.30 h, es farà el pregó de Festa Major, a càrrec de Silvia Portero Cano. Serà ja a les 21.45 h quan començarà el *laser show* a càrrec del grup JOS, un espectacle de llums i colors.

A les 22 h tindrà lloc un altre dels actes estrella de la Festa Major d'aquestes urbanitzacions, la novena gala *Tu vecino me suena*, espectacle per a totes les edats. Hi haurà premi per a la categoria d'adult, categoria infantil i millor caracterització. Les inscripcions es van tancar dimecres. A 23 h se servirà coca i cava a càrrec del forn Valero i a les 00.30 h música de DJ en viu a càrrec del grup JOS.

Dissabte 12, a les 10 h, torna el despertar de Festa Major amb la Penya Arlequinada, a la plaça de Can Font. A la mateixa hora s'iniciarà un campionat de mahjong i una botifarrada, i de 10 a 14 h també es disposarà de servei de bar i montaditos a càrrec de CAF.

Seguirà la festa Holi a les 11 h. La venda de pols i tiquets serà al casal de l'associació de veïns i veïnes de la plaça de Can Font, amb un preu d'1,50 € el paquet.

Per netejar-ho tot d'una manera divertida, a les 12 h hi haurà canó d'escuma a la plaça.

I a les 13 h els Castellers de Castellar oferiran una actuació.

Ja a les 17 h de la tarda s'han previst cantajocs, globoflèxia i pintacares, a la Penya Arlequinada. De 17 a 20 h també es podrà jugar amb inflables a la piscina i jocs populars per equips dins la piscina. A més, hi haurà campionat de futbol per a categoria adulta i infantil. El partit tindrà lloc al camp de futbol de la Penya Arlequinada. Tothom s'hi pot apuntar. Hi haurà premi per als guanyadors de cada classe. A les 19 h, una competició americana de pàdel. A les 21.30 h es farà el sopar càtering de Festa Major, amb rifa popular després del sopar.

Les activitats nocturnes de dissabte començaran a les 23.30 h, amb una sessió *hits dance* de quatre hores de ball sense parar amb qualsevol estil, a càrrec de Jos Espectacles. Ja diumenge, a les 10 h, se servirà xocolata amb xurros. A la mateixa hora està prevista la plantada dels gegants de Can Font. Els geganters de Sant Llorenç Savall també porten els gegants a la Festa Major de les urbanitzacions. La cercavila s'iniciarà a les 10.45 h des de la plaça de Can Font - Penya Arlequinada. A les 11.30 h s'ha programat un torneig de petanca i, d'11 a 14 h, un tobogan gegant, on tothom qui ho vulgui es podrà llançar amb el flotador gegant carrer avall.



El vermut popular de la Festa Major de Can Font. || L'ACTUAL

A les 12 h s'iniciarà una ballada de sardanes organitzada per l'Agrupació Sardanista Amics de Castellar. A partir de les 13.30 h es podrà gaudir d'un arròs de Festa Major amb

la família o els amics.

A les 17 h del diumenge s'ha previst l'actuació del grup musical La Habitación Prohibida, que oferiran la rumba més gamberra a la Penya Arlequinada. Finalment, per tancar la Festa Major d'enguany a les urbanitzacions, a les 18 h se servirà rom cremat. ✦

VISITA | FEMFESTIVAL

Eva Menor va assistir al FemFestival

La consellera d'Igualtat i Feminisme de la Generalitat de Catalunya, Eva Menor, va visitar la vila de Castellar del Vallès en el marc del FemFestival. En arribar, va visitar les dependències municipals acompanyada dels diversos regidors del consistori i de l'alcalde de Caste-

llar, Yolanda Rivera. Allà va poder conèixer de primera mà alguns dels projectes municipals que es porten a terme en clau feminista.

Menor va afirmar que **"amb aquesta mena de festival el que es fa és visibilitzar el que normalment està invisibilitzat"**. I, centrada en l'àmbit de la música, també va afegir que **"només un terç de les bandes estan liderades per dones; és important donar veu a les dones, que actuen sempre en horaris més dolents, aquests esdeveniments són imprescindibles"**.

A continuació la comitiva institucional va desplaçar-se fins a l'Espai Tolrà, on Menor també va

poder parlar una estona amb les responsables del col·lectiu Aspàsia amb motiu del trivial feminista que havien organitzat allà mateix, i que just havien finalitzat.

Més tard, la consellera va poder assistir al concert de la banda colombiana Flor de Lava, que tanca la gira a Castellar i que va ser el darrer concert del FemFestival, i va dedicar-los unes paraules a l'inici de l'actuació. També va adreçar-se al públic per dir-los que **"és important posar en valor la veu de les dones en l'àmbit de la música, i festivals com el de Castellar són un èxit"**, en aquest sentit. ✦ || M. ANTÚNEZ



L'alcalde i la consellera d'Igualtat i Feminisme, Eva Menor, al FemFestival. || Q. P.



Polleria i tota classe d'aviram
De dimecres a dissabte.

Polleria · Rostisseria JULIANA

Rostisseria
Dissabtes i diumenges.

FACI LES SEVES COMANDES 93 714 55 73 | C/Hospital, 40



'a anuncia't!

comunicacio@ielou.cat · T| 93 707 00 97

Cosmètica avançada per rejuvenir la pell, ara amb un 25% de Dte.!

SEGLE
Biotech Skincare



Avinguda Sant Esteve, 71 | T. 937 14 50 25 | Comandes per ☎ 638 753 334 | farmacialluchcastellar@gmail.com

cultura

TEATRE | SALA DE PETIT FORMAT

S'estrena l'obra 'La última cena'

El projecte de l'AFA de l'Institut Castellar es podrà veure els dies 12 i 13 de juliol

© Marina Antúnez

L'obra *La última cena* s'estrena dissabte 12, a les 20 h, a la Sala de Petit Format de l'Ateneu, i també es podrà veure diumenge 13, a les 18 h. Aquest és un projecte de l'AFA de l'INS Castellar, dirigit per Víctor Blázquez, dramatitzat per Carles de la Rosa i produït per Atmosfera Produccions, que neix a partir de la pel·lícula *The last supper* de Dan Roses, adaptada per a l'ocasió. **“Teníem diverses opcions sobre què fer aquest any i vam optar per aquesta”,** apunta Blázquez.

Van començar l'any passat, per casualitat, **“i vam fer una petita mostra a finals de curs i aquest any hem seguit amb el taller de teatre i vam voler fer una obra més extensa”.**

La última cena parla d'un grup de cinc universitaris idealistes i progressistes que es reuneixen cada vespre per compartir sopars, copes de vi i llargues converses sobre com millorar el món. Un dia, un d'aquests sopars pren un gir inesperat quan, en comptes de limitar-se a debatre idees, decideixen posar-les a prova, mortalment.

Cada acte gira al voltant d'un nou convidat a sopar: un conservador, un supremacista, un fanàtic religiós, un misogin, figures que representen tot allò que els protagonistes no suporten. Si no poden fer-los entrar en raó, el vi amb arsènic es converteix en el verí de la solució.

Entre brindis, ideologia i hipocresia, els protagonistes descobreixen que la línia entre la justícia i el fanatisme és molt més fina del que es pensaven.

L'obra compta amb dosis d'humor negre i una atmosfera cada cop més tensa. Ens convida a preguntar-nos fins on estem disposats a arribar per defensar el nostre punt de vista.

En total, hi ha 11 actors. Alguns, treballen més d'un personatge a la vegada. **“Això ha estat un treball molt interessant, en l'àmbit de la proposta corporal de personatge”.** Tot i



Assaig de l'obra 'La última cena' del grup de teatre de l'AFA de l'INS Castellar, que s'estrena dissabte. || CEDIDA

ser un treball d'actors amateurs, tots ells són adults, molt actius i participatius, **“i et vas nodrint de les idees d'un i altre, fem molta pinya”.** L'actitud, en aquest grup, suma.

L'escenografia és minimalista. **“M'agrada més treballar en la corporalitat dels actors, l'acting”.** Els

espectadors veuran una taula llarga on seuen els personatges. El que morirà s'asseu al mig.

El treball amb Atmosfera Produccions ha estat molt fluid. Entre Marc Tresserras, el responsable, i Víctor Blázquez, hi ha amistat.

Per als actors, fer l'obra oberta

a la ciutadania els ha motivat molt. De fet, dissabte ja hi ha les entrades reservades, tot i que s'obre una llista d'espera. Per diumenge, encara hi ha funcions.

Per a més informació i reserva es pot contactar a atmosferaproduccions@gmail.com. +

DISCOS | NOVETAT

Xicranda publica amb PICAP

El grup d'havaneres ha tret 'Al mestre Roglan' amb la discogràfica local

© M. Antúnez

La discogràfica castellanenca PICAP ha produït el disc *Al mestre Roglan*, de Xicranda (Guillem Payaró i Martí Santacana). El disc va sortir al mercat el 4 de juliol. Ells són els primers divulgadors de l'obra inèdita de Josep M. Roglan.

Aquesta proposta sorgeix fa un any, **“quan la família del Josep M. Roglan va trobar unes partitures a casa, en forma de manuscrit”,** diu Santacana. La família es va posar en contacte amb la Fundació Ernest Morató, i aquesta, amb Xicrana, perquè els agrada la seva manera de fer.

Són creacions que sorprenen perquè són amb duet i amb acompanyament de flauta travessera. **“Al disc hi ha 9 cançons d'havaneres inèdites de Roglan, enregistrades per primera vegada, una d'elles, 'La barca xica'”.** L'estiu passat ja en van presentar tres a la biblioteca de Palafrugell. **“Des d'aquell moment, cada cop que hem fet un concert hem cantat aquestes tres havaneres”.**

Roglan és el compositor d'una de les havaneres més apreciades pel públic i que ja ha esdevingut d'habitual repertori de la majoria dels grups actualment actius, *La barca xica*, que sempre ha estat molt present al repertori de Xicranda.

Josep M. Roglan **“és un personatge reconegut, però no hi havia gaire havaneres seves, conegudes”,** afegeix Santacana.

Per gravar el disc, el grup ha

vingut diverses vegades a PICAP, a Castellar, on Sergi Madriles els ha fet de productor musical.

Guillem Payaró i Martí Santacana es van conèixer al Conservatori Superior de Música del Liceu de Barcelona l'any 2012. **“Provàvem estils. Qui coneixia moltes havaneres era el Guillem perquè havia treballat com a tècnic de so amb el grup Port Bo, i jo m'hi vaig fixar molt, per a mi era desconegut”.** +



El grup d'havaneres Xicrana publica un disc amb la discogràfica local PICAP. || CEDIDA

JARDINS PALAU TOLRÀ | MÚSICA

L'Ayrshire Fiddle Orchestra visita la vila

La formació escocesa conviurà i farà un concert amb altres formacions vallesanes

Acció Musical Castellar ha programat el concert de l'Ayrshire Fiddle Orchestra d'Escòcia, la Jove Orquestra Castellar i l'Orquestra Juvenil del Conservatori de Sant Cugat per al dimecres 16, a les 19 h, als Jardins del Palau Tolrà.

Aquest concert és fruit d'un intercanvi entre la formació escocesa i les formacions vallesanes. Des que es van trobar per primera vegada l'any 2008 han mantingut una amistat musical que, ja l'any passat, va portar la Jove Orquestra de Castellar i l'Orquestra Juvenil del Conservatori de Sant Cugat a Escòcia, on els van acollir les famílies de l'Ayrshire, van fer concerts i van gaudir de visites culturals. Ara, són els escocesos els qui visiten la península Ibèrica en el marc d'una gira que els porta per primera vegada al Vallès.

Els professors de corda Wallace i Lex Galbraith van fundar

l'Ayrshire Fiddle Orchestra (AFO) l'any 1982 amb l'objectiu de promoure la música popular escocesa (anomenada *fiddle*) entre els joves. Actualment, l'AFO té 130 membres músics d'entre 10 i 18 anys, tot i que en aquesta ocasió en seran una cinquantena, els qui viatjaran a Catalunya. Els directores musicals són David Moore i Neil Eggo.

A Castellar, la formació oferirà un repertori divers de temes populars escocesos. Abans de l'AFO, actuaran la Jove Orquestra de Castellar del Vallès (dirigida per Carles Miró) i l'Orquestra del Conservatori Victòria dels Àngels de Sant Cugat del Vallès (dirigida per Raimon Romaní).

Totes dues formacions han organitzat aquesta trobada d'intercanvi durant la qual els membres de les tres orquestres faran una convivència a través de la música. + || REDACCIÓ

ESPAI CULTURAL | PROPOSTES

Alcavot agraeix la fidelitat amb 'La nit de l'espectador'



'Lorca, retrats d'un poeta' és l'espectacle programat per diumenge a L'Alcavot. || C.

L'Espai Cultural ha programat diverses propostes per al mes de juliol

© M. Antúnez

Divendres 11, a les 20.30 h, arriba l'estiu a L'Alcavot, que acaba la temporada. Per això, celebren el final de curs amb *La nit de l'espectador*, agraïnt el suport directe dels socis i sòcies i dels espectadors que els han fet confiança, i a tothom qui, en algun moment, s'ha acostat a L'Alcavot a gaudir d'un espectacle, a veure una exposició o a participar d'alguna proposta.

Per fer-ho evident, proposen un àpat de germanor i agraïment obert a tothom qui vulgui participar-hi. I també un karaoke. Es poden reservar les entrades per

WhatsApp al 616 439 985 o bé comprar-les directament www.entrapolis.com

Dissabte 12, a les 20.30 h, la Companyia de Teatre Tips proposa un espectacle per cridar l'atenció sobre la situació crítica a Gaza, *Monòlegs des de Gaza*. Unes quantes persones, decidides i implicades, disposades a remoure les consciències a partir de l'escenificació de diversos monòlegs. Amb aquesta activitat es pretén captar fons per cobrir les necessitats de l'assistència mèdica a Gaza.

La situació és dramàtica, l'únic hospital funciona en precari, els metges no tenen recursos i operen amb els mínims i són insuficients. Tota ajuda és necessària.

Diumenge 13, Christian Simelio i Marc Torrents oferiran un vermut a les 12 h, que tindrà un caràcter especial i peculiar, sorgit de la tradició oral, han recollit un bon grapat de cançons i corrandes trobades durant una estada de sis mesos a Meranges. Amb

el títol *Encara neva*, el duet oferirà tonades i lletres que ells mateixos improvisaran, amb el seu enginy i l'ajut dels assistents. Com és habitual, hi haurà un col·loqui amb els protagonistes.

També diumenge, però a les 20 hores, L'Alcavot proposa *Lorca, retrats d'un poeta*, a càrrec del grup de teatre El Coverol. És la suma de mesos de recerca, esforç i sacrifici per assolir l'objectiu d'aquesta companyia per donar vida a un dels autors més emblemàtics de la poesia i literatura castellana.

Vint intèrprets encarnen el personatge de Federico García Lorca conduint-nos per diferents instants de la seva biografia i retalls d'obres i poemaris. El Coverol ens porta el seu espectacle més íntim, passant pels millors i pitjors moments de la vida de l'autor. Un recorregut ple d'emocions que us faran comprendre moltes de les històries que avui dia continuen succeint.

Lorca, retrats d'un poeta ha estat el guanyador de l'edició de 2025 del concurs de teatre Rosa Florido de Vilafranca del Penedès.

CRÒNICA

Divendres 4 es va fer una cantada d'havaneres amb el grup Atzavara, format per Javier Carrasco, Jordi Domingo i Gabi Ruiz. Es va vorejar el ple a L'Alcavot. El grup va interpretar fins a 16 havaneres, també *El meu avi*, defugint així les darres polèmiques que l'han envoltat.

Després d'un descans per repartir i degustar el cremat de rom que es va repartir entre els assistents, es va fer la segona part amb havaneres menys conegudes i es va presentar oficialment *L'Havanera de Castellar*, composta per Gabi Ruiz amb lletra conjunta del mateix Ruiz i Jordi Domingo. ✦

CRÒNICA | CASTELLERS DE CASTELLAR

Actuacions recents dels Capgirats



Actuació dels Capgirats a la Bisbal d'Empordà, diumenge passat. || CEDIDA

Els Castellers de Castellar van actuar el dia 28 de juny a la Festa Major de Rubí amb els Castellers de Rubí i els Passadors de Sant Adrià. L'actuació va tenir lloc a la plaça de l'Ajuntament, on van fer un pilar de 4, un 3 de 6, un intent desmuntat de 3 de 6 amb agulla, un 4 de 6, un 3 de 6 amb agulla i un pilar de 4. No hi van poder portar castells de volum, però la junta tècnica va quedar satisfeta amb el resultat de l'actuació i amb el compromís de la colla.

D'altra banda, diumenge 6 de juliol van actuar a la diada dels Bous de la Bisbal. Abans de l'actuació, els membres de la colla van

visitar el Museu Casteller de Valls i van dinar plegats. Un cop a la Bisbal del Penedès, es van dirigir en cercavila, cap al carrer Doctor Robert, per actuar al costat dels amfitrions i dels Castellers de Mediona. Per a aquesta actuació els Capgirats no van poder tenir cap de les enxanetes habituals i van haver de fer mans i mànigues per poder fer un castell. Van descarregar un pilar de 4, un 3 de 6, el segon pilar de 4 aixecat per sota de la temporada i un pilar de 4.

Abans d'anar-se'n de vacances, la colla actuarà el 12 de juliol a la Festa Major de Can Font i Ca n'Avellaneda. ✦ || REDACCIÓ

OCUPACIÓ
SERVEI LOCAL

OFERTES DE FEINA

A través del Servei Local d'Ocupació de Castellar del Vallès i Sant Llorenç Savall podràs accedir a totes les ofertes de la província de Barcelona.

- Paleta - oficial/a de la construcció (Castellar del Vallès)
- Ajudant/a de tècnic/a d'instal·lació clima (Castellar del Vallès)
- Professor/a d'anglès per a adults (Castellar del Vallès)
- Operari/ària de producció - torn de nit (Castellar del Vallès)
- Dinamitzador/a cultural (Castellar del Vallès)
- Netejador/a per a comunitats (Castellar del Vallès)
- Personal de neteja d'oficines (Castellar del Vallès)



BUSQUES FEINA?
Consulta en aquest vídeo el funcionament del servei

BUSQUES FEINA? CONTACTA AMB NOSALTRES:
C. de Portugal, 28 | T. 93 714 40 40 (WhatsApp: 678 031 933)
Horari: de dilluns a divendres, de 9 a 13.30 h
A/e slo@castellarsvilles.cat
www.castellarsvilles.cat/ofertestrebaltaloc



Ajuntament de
Castellar del Vallès

DESTAQUEM



Concert del Primo Rumbero
Dijous 17 · 20 h · Terrassa de Cal Calissó

El músic Carles León, àlies el 'Primo', visita el la terrassa de Cal Calissó dijous que ve amb una proposta musical de versions dels èxits del gènere de la rumba catalana i la rumba flamenca. Ens ressonaran cantautors com Peret, Gato Pérez, Estopa, Delincuentes, Los Chicos, Manzanita, Bambino, etc. El Primo Rumbero oferirà un directe canalla i descarat que farà viatjar el públic des de l'època "quinqui" dels setanta, passant per la dècada dels vuitanta, fins a arribar a l'actualitat.

EXPOSICIONS I ALTRES

1a Mostra d'art multidisciplinar
Col·lectiu Artístic · Fins al 21 de juliol · Estudi Original (c. Major, 86)

Laboratori literari infantil
Dies 15, 17, 22 i 24 de juliol, de 17 a 18.30 h · Activitat per a infants de 9 a 13 anys · Inscripcions a la biblioteca · Biblioteca Municipal Antoni Tort
Organització: Biblioteca Municipal Antoni Tort

Exposició: "L'ètica de les màquines"
Fins al 24 de juliol, en horari d'obertura de la Biblioteca · Biblioteca Municipal Antoni Tort
Organització: Biblioteca Municipal Antoni Tort i Diputació de Barcelona

Exposició: "Fragments d'infiní"
Josep Pérez González · Fins al 31 de juliol, en horari d'obertura de l'equipament
Organització: Calissó Cultural

agenda L'admissió d'actes finalitzarà, com a màxim, el dimecres a les 12.30 h

de l'11 al 20 de juliol de 2025

DIVENDRES 11

A partir 19 h - **FESTA**
Festa Major de Can Font - Ca n'Avellaneda i Penya Arlequinada
Can Font-Ca n'Avellaneda
Organització: AV Can Font – Ca n'Avellaneda i Penya Arlequinada

20.30 h – **PROPOSTA**
Nit de l'espectador: sopar i karaoke
L'Alcavot
Organització: L'Alcavot Espai Cultural

22 h - **CINEMA**
Dune: Part dos
Pl. de Cal Calissó
Organització: Ajuntament

DISSABTE 12

A partir 10 h - **FESTA**
Festa Major de Can Font - Ca n'Avellaneda i Penya Arlequinada
Can Font-Ca n'Avellaneda
Organització: AV Can Font – Ca n'Avellaneda i Penya Arlequinada

20 h – **TEATRE**
La última cena
A càrrec del Grup de teatre AFA INS Castellar
Sala de Petit Format de l'Ateneu
Organització: Atmosfera Produccions

20.30 h – **TEATRE**
Monòlegs des de Gaza
L'Alcavot
Organització: L'Alcavot Espai Cultural

DIUMENGE 13

A partir 10 h - **FESTA**
Festa Major de Can Font - Ca n'Avellaneda i Penya Arlequinada
Can Font-Ca n'Avellaneda
Organització: AV Can Font – Ca n'Avellaneda i Penya Arlequinada

12 h – **PROPOSTA**
Vermut literari: Encara neva
Amb Christian Simelio i Marc Torrents
L'Alcavot
Organització: L'Alcavot Espai Cultural

12 h – **MÚSICA**
Bartomeu sobre rodes
Amb Dani Blanco i DJ MBB
Plaça d'El Mirador
Organització: Vilabarrakes

18 h – **TEATRE**
La última cena
A càrrec del Grup de teatre AFA INS Castellar
Sala de Petit Format de l'Ateneu
Organització: Atmosfera Produccions

20 h – **TEATRE**
Lorca, retrats d'un poeta
Grup de teatre El Coverol
L'Alcavot
Organització: L'Alcavot Espai Cultural

DILLUNS 14

17.30 – **CINEMA**
Marató de cinema: The Hunger Games
Auditori Municipal Miquel Pont
Organització: La Fàbrica

DIMARTS 15

20 h - **BALL**
Ballada de tango i milongues
Cal Calissó
Organització: Calissó Cultural

DIMECRES 16

19 h - **PROPOSTA**
Street Ball amb Bàsquet Pinya
Castellar i La Fàbrica
La Fàbrica - Equipament juvenil
Organització: La Fàbrica

21.30 h - **MÚSICA**
Concert de l'Ayrshire Fiddle
Orchestra d'Escòcia, la Jove Orquestra de Castellar i l'Orquestra Juvenil Conservatori Sant Cugat
Jardins del Palau Tolrà
Organització: Acció Musical Castellar, amb la col·laboració de l'Ajuntament

DIJOUS 17

19 h – **PROPOSTA**
Presentació de la Festa Major de Castellar del Vallès
Reserva d'entrades gratuïtes a www.castellarvalles.cat/presentaciofestamajor2025
Sala d'Actes d'El Mirador
Organització: Ajuntament

20 h - **MÚSICA**
Concert del Primo Rumbero
Terrassa de Cal Calissó
Organització: Calissó Cultural

20 h - **PROPOSTA**
Vetllada literària: En fi, és la guerra
A càrrec de Pere Pubill i Llinares
L'Alcavot
Organització: L'Alcavot Espai Cultural

20.30 h - **BALL**
Classes d'inici de salsa i batxata
Pl. de Catalunya
Organització: Ajuntament

21.30 h - **BALL**
Sardanes amb la Cobla Els Lluïsos de Taradell
Pl. del Mercat
Organització: ASAC i Ajuntament

DIVENDRES 18

16 h - **PROPOSTA**
Tarda de diversió a La Fàbrica
La Fàbrica - Equipament juvenil
Organització: La Fàbrica

20.30 h - **PROPOSTA**
Xou Drac Queen: "Les vacances de la Tita Mari"
L'Alcavot
Organització: L'Alcavot Espai Cultural

21 h - **MÚSICA**
Concert d'Allez Le Groove
Els Horts de Puigvert
Organització: Els Horts de Puigvert

A partir 21 h - **FESTA**
Festa Major de Sant Feliu del Racó
Organització: Associació de Veïns d'El Racó i de Sant Feliu del Racó

22 h - **CINEMA**
Saben aquell
Pl. de Cal Calissó
Organització: Ajuntament

DISSABTE 19

De 9 a 18 h - **PROPOSTA**
Curs intensiu de narració i monòlegs
L'Alcavot
Organització: L'Alcavot Espai Cultural

Tot el dia - **FESTA**
Festa Major de Sant Feliu del Racó
Sant Feliu del Racó
Organització: Associació de Veïns d'El Racó i de Sant Feliu del Racó

De 10 a 12.30 h – **PROPOSTA**
Urbansketchers Dibuijant Castellar
Plaça de Catalunya / C. Prat de la Riba
Organització: Dibuijant Castellar

20.30 h - **TEATRE**
Ratolins, roures i relativitat
A càrrec de la Companyia 8
L'Alcavot
Organització: L'Alcavot Espai Cultural

DIUMENGE 20

A partir 11.30 h – **FESTA**
Festa Major de Sant Feliu del Racó
Sant Feliu del Racó
Organització: Associació de Veïns d'El Racó i de Sant Feliu del Racó

12 h - **TEATRE**
El peix irisat
Amb la Cia. Alcavot Teatre
L'Alcavot
Organització: L'Alcavot Espai Cultural

18.30 h - **TEATRE**
Lava
A càrrec de la Companyia 8
L'Alcavot
Organització: L'Alcavot Espai Cultural

“
Els dies que passen són les fulles que cauen de l'arbre de la nostra vida.
Paul Valéry

penúltima

TELÈFONS D'INTERÈS: Ajuntament **93 7 14 40 40** · Fax Ajuntament **93 714 40 93** · Policia **93 7 14 48 30** · WhatsApp Policia Local (urgències) **696 462 050** · Avaries enllumenat **092** · Bombers **900 131 326** · **93 714 49 51** Ràdio Castellar **93 714 43 40** · Casal Catalunya **93 715 89 98** · Casal Plaça Major **93 714 36 55** · CAP **93 747 11 11** · Servei de Català **93 714 30 43** · Centre de Serveis **93 747 10 55** · Ambulància **061** Funerària Castellar **93 727 74 00** · Tanatori **93 747 12 03** · Mossos d'Esquadra **112** · Jutjat de Pau **93 714 77 13** · OSB **93 714 53 89** · ACC **93 714 67 39** · Recollida de mobles **900 150 140** · Taxis Castellar **93 714 37 75** · Parròquia **93 714 52 83**

FARMÀCIES DE GUÀRDIA

DIVENDRES **11**

DISSABTE **12**

DIUMENGE **13**

DILLUNS **14**

DIMARTS **15**

DIMECRES **16**

DIJOUS **17**

DIVENDRES **18**

DISSABTE **19**

DIUMENGE **20**

NEUS

LLUCH

CASTELLAR

CASANOVAS

LLUCH

PERMANYER

CATALUNYA

VALLÈS

PERMANYER

YANGÜELA

FARMÀCIES

Casanovas · 937 143 376 · Av. St. Esteve, 3
Permanyer · 937 143 829 · Ctra. de Sabadell, 48
Catalunya Núria · 655 41 61 41 · Balmes, 57
Lluch · 937 145 025 · Av. St. Esteve, 71
Del Vallès · 937 159 099 · Barcelona, 58
Yangüela · 937 145 289 · Torras, 2
Europa · 937 472 890 · Barcelona, 78-80
Castellar · 937 203 825 · Ctra. Sabadell, 3
Neus · 930 38 68 23 · Mestre Ros, 19

Servei d'urgència nocturn:
a partir de les 24 h es deriva a les farmàcies de guàrdia de Sabadell i Terrassa.
Farmàcies servei 24 hores Sabadell:
Farmàcia Carrera: ctra. de Terrassa, 377

DEFUNCIONS

03/07/2025
Ferran Vidal Dura · 82 anys

04/07/2025
Lino Madrigal Gómez · 74 anys

POSTALS DE CASTELLAR



Vista de la plaça Major

La plaça Major ha anat canviant molt al llarg dels anys, però sempre, des del primer dia ha estat el punt neuràlgic dels castellarencs. La plaça es va construir als anys 30, amb materials de la pedrera de Cal Comes, situada al Puig de la Creu, ben a prop del poble. || TEXT: CENTRE D'ESTUDIS · ARXIU D'HISTÒRIA DE CASTELLAR DEL VALLÈS. || TEXT: CENTRE D'ESTUDIS · ARXIU D'HISTÒRIA DE CASTELLAR DEL VALLÈS

INSTAGRAM · @lactual

@josepmariagiménez
Rodanxes de tomàquet amb ou farcit



@hoquei_club_castellar
Talent jove



@fonsofernadezmcd
Patates cap a casa



Companyia és vida



Raça:
rottweiler
Mascle
Pèl curt

ÀTILA

En adopció des de maig de 2025



Raça:
gos coniller
Femella
Pèl curt

HONEY

En adopció des de maig de 2025



Raça:
europea
Mascle
Pèl curt

ROY

En adopció des de maig de 2025

Més animals per adoptar a:
Instagram @protectora_caldes_animal_

No compres,
adapta

27 gats

17 gats

L'esperem!

Sóc a Caldes Animal

Tel. 666 526 181

caldesanimal@caldesanimal.org

Ctra. C-59, km. 15 · Caldes de Montseny

fems_ll_r

FESTa

Major

CASTELLAR
DEL VALLÈS

Presentació de la
Festa Major de Castellar
del Vallès 2025

Dijous 17 de juliol

19 h

Sala d'Actes d'El Mirador

Vine a conèixer el més destacat de la Festa Major d'enguany, la proposta guanyadora del concurs de cartells i el disseny del mocador de l'edició 2025.

Acte obert a tothom!

+ info i reserva d'entrades gratuïtes:
www.castellarvalles.cat/
presentaciofestamajor2025

Organització: Ajuntament

femc_st_ll_r

Muntsa Ciuró

Atleta de curses híbrides

”
Has de posar-te en mans
d’algú que entengui
per entrenar-te
“

Es va proclamar campiona del món a Chicago d’Hyrox per parelles, en categoria 40-49, una dura disciplina de curses híbrides en què es combinen la força i la velocitat, amb vuit quilòmetres de carrera i vuit proves de pes i resistència

CEDIDA



11 respostes

- Un tret principal del teu caràcter?
Tossuda
- Un defecte que no pots dominar?
L'exigència
- Una persona que admires?
Núria Ciuró, la meva germana
- Un animal?
El gos
- Un llibre?
'L'Alquimista,' de Paulo Coelho
- Un músic?
Yiruma
- Una pel·lícula?
'Luca'
- Un racó de Castellar?
El nucli antic
- Una ciutat?
Tòquio
- Un viatge pendent?
Austràlia
- Un somni?
Entrar a l'E15 de l'Hyrox

© Albert San Andrés

- **Com t'incipies en aquesta disciplina de l'Hyrox?**
El 2012 vaig començar en les Spartan Races, curses d'obstacles en què vaig obtenir bones posicions. Vaig entrar en el pro-team de Spartan i l'Àngel, el mànager d'aquesta disciplina a Espanya va donar el meu nom i d'altres més que estàvem al top 15, en el moment que Hyrox va entrar a Espanya. Ens van convidar a Madrid, entrant en la categoria elit, una tanda molt professional. Va ser brutal, aquesta primera vegada!
- **Quina preparació tenies per iniciar-te en la disciplina?**
Normalment, sortia al bosc a córrer i feia 15, 20 i 25 quilòmetres. A casa tinc un minigimnàs que m'ha preparat i fabricat el meu marit, el Javi. També garrafes, una roda de tractor, etc., els

- mètodes habituals d'entrenament de les Spartan. Vaig descobrir les proves d'Hyrox i vaig haver d'adaptar-me, obrir-me a un nou món. En aquestes curses estàs entre quatre o cinc minuts per obstacle, a les altres les fas en un moment, i m'hi vaig haver d'acostumar. A l'hora de baixar soc molt lenta i se'm torcen els turmells, em fa por caure i perdo molt, i aquí vaig veure que podia confiar-me molt més fent les voltes, podia tirar amb més força.
- **Un esport molt exigent!**
Pensava que una Spartan a Andorra de 25 quilòmetres amb 2.000 de desnivell era el més dur que podia arribar a fer, però l'Hyrox és més explosiu en el poc més d'una hora que dura. És de màxima intensitat i molt exigent! Acabes rebentada.
 - **Com ha estat l'evolució d'ençà que t'hi incipies? Necessites un entrenament molt professional.**

- És complicat. Treballo de mestra a temps complet, tinc un fill, parella i una casa, i l'estona que queda l'has d'invertir a entrenar. Te n'adones ràpidament que has de posar-te en mans d'algú que entengui aquestes curses i jo ho vaig deixar en mans de l'Àlfons, un entrenador personal que és company meu en el campionat de DEKA i que des d'Eivissa m'envia els entrenaments. Volia fer un equip professional d'Hyrox i DEKA, i amb ell puc entrenar les transicions, un dels aspectes més importants d'aquestes curses.
- **Spartan, Hyrox i també DEKA.**
En el DEKA fas un exercici i 500 metres de córrer i l'Hyrox, un quilòmetre i un exercici. El DEKA és més explosiu i ho fas en 35 minuts. L'entrenament es complementa molt, però a l'Hyrox s'han de fer sèries més llargues.
 - **Com va ser el Mundial de Chicago, on vas guanyar per parelles?**

- L'any passat ja vaig anar al de Nîça i volia tornar a provar, ja que m'he especialitzat en parelles. Va ser després de la decepció de la prova de París, on vam aconseguir el rècord del món, però vam acabar en sisè lloc, amb Jezabel Kremer. Va ser complicat i ens vam haver de complementar molt bé. Vam entrar igualades en l'última prova i finalment es va poder guanyar.
- **I el moment de després?**
Encara ho estic assimilant. Vam tenir alguns problemes, repetint proves per haver-les fet diferent, ja que l'execució canviava. Els coneguts encara ens feliciten pel carrer, va ser molt maco.
 - **A banda, d'entrar a l'E-15, quins són els pròxims reptes?**
Millorar el temps en individual i reduir-lo d'01:09 h a 01:05 h. M'ho he de prendre molt seriosament per aconseguir-ho. Serà complicat perquè he d'entrenar encara més. He passat de

- ser una esportista normal a entrar a l'elit. Per temps hi soc a prop, però retallar-lo no serà fàcil.
- **Es pot viure d'un esport com aquest?**
No tinc cap patrocini, però la meva companya sí. Tinc companys que van entrar a l'E15 [el top] i alguna marca ja els patrocina. Un altre repte és aconseguir arribar a aquest top i ja ho veurem.
 - **Com apliques aquest estat de forma en el dia a dia?**
El meu marit s'enfada perquè quan anem a comprar sempre porto tot el pes. Al meu fill sempre l'agafo i l'aixeco per jugar. Són petites coses.
 - **Ets professora d'educació física. Ho adaptes al Joan Blanquer?**
Sí! Als més grans els faig un mini-DEKA per parelles, amb pesos i distàncies adaptats. Crec que s'ho passen molt bé, i molts pares també! ➔

Complim 4 anys

Gràcies a tu

20% Dte.

EN TOTS ELS TRACTAMENTS*

39€

TARIFA PLANA D'EMPASTEMENTS**

DENTAL COMPANY CASTELLAR Carretera de Sentmenat 38 937 484 782

*Tots els tractaments estan subjectes a la prescripció del facultatiu. **Preu per empastament realitzat. S'indiquen les obturacions completes i simples i les reconstruccions. Queden excloses de la promoció les grans reconstruccions. Sota prescripció del facultatiu. Promoció vàlida des del 01/06/2025 fins al 31/07/2025. Promoció no acumulable amb altres promocions. Més informació en la seva clínica Dental Company. Codi de Autorització del Centre: EIR729756. DC Clínica S.L. B-91805671.