



butlletí informatiu
març 2009

Agrupació Excursionista “Catalunya”

Construcció d'iglus, La Molina (foto: Emma Guàrdia)



Rocódrom cicle Everest (fotos: Joan Tarruell)



Un nou repte, un compromís

“Les rutes de salut”

La Junta Directiva de l'Agrupació, va fer seu, des del primer moment, un compromís: difondre al màxim nombre de persones i organismes públics del barri de Ciutat Vella, els objectius de la nostra entitat com són el foment de l'activitat física i esportiva.

En el moment de tancar el mandat d'aquesta Junta el balanç ha estat força positiu. La realitat social d'aquest barri ens va portar el gener de 2006 a participar a la primera “Taula d'Acollida de Nouvinguts de Ciutat Vella”, aportant el que sabíem fer: la introducció de nois i noies en perill d'exclusió social al món de l'excursionisme.

Durant aquests anys, i fonamentalment els divendres, vàrem rebre aquests nois i noies del Centre Obert Compartir a l'Agrupació per donar-los a conèixer la nostra activitat i gaudir del rocòdrom que teníem a l'antiga seu social. També vàrem dissenyar i participar en excursions, un casal de Setmana Santa, gimcanes i a la Festa dels 25 anys del Casal d'Infants del Raval. Durant aquests anys hem anat gestionant fons econòmics cedits per l'Ajuntament de Barcelona, per fer front a aquestes activitats i el que creiem més important, hem d'agrair la tasca feta pels nostres socis voluntaris dels que, per continuar respectant la

seva voluntat, no podem fer públics els seus noms.

Amb el reeixit canvi de seu social, hem arribat a un altre barri. I hem continuat inserint-nos a la seva xarxa social. En el 2008 ja vàrem participar a la Festa Major del Barri de la Sagrada Família, amb el rocòdrom i aquest any hem tornat a oferir la mateixa instal·lació i una projecció del Cicle Everest. A aquest nou entorn hem d'enfocar la nostra projecció cap a accions que aportin respostes a les noves realitats que tenim al voltant.

Ala Coordinadora d'Entitats del Barri van sortint oportunitats de col·laborar que en aquests moments ja comencen a trobar el nostre encaix i per aquest any 2009 encetarem, dins de la Taula de Salut del Pla Comunitari, una nova tasca que en aquests moments és força engrescadora: **Les rutes de salut.**

Conjuntament amb el C.A.P. Sagrada Família, C.A.P Roger de Flor,

Hospital de Sant Pau, Fundació Claror, Districte de l'Eixample, l'Institut Barcelona Esports i la Generalitat, amb el programa PAFES, ens hem proposat promocionar l'activitat física a persones en risc de salut i no habituades a aquesta activitat.

L'Ajuntament de Barcelona ja fa temps que vol engegar una acció semblant i així, ja té un pla pilot amb el nom: **Activa't**. La nostra acció va dirigida a persones amb patologies greus com l'obesitat, la diabetis, el colesterol elevat, la hipertensió arterial i les malalties cardiovasculars i respiratòries. Per prescripció facultativa rebran la proposta de caminades

pel barri dos dies a la setmana dissenyades i dirigides per l'Agrupació Excursionista i l'Esportiu Claror.

A partir del 21 d'abril, durant 6 setmanes i en grups de 17 persones, els anirem introduint a l'exercici físic esperant que un cop provada la seva eficàcia i garantida la seva continuïtat iniciar un altre grup i anar ampliant aquesta tasca.

Amb il·lusió us volem fer arribar aquest nou repte que fet des de la voluntat de servei a la comunitat, ennobleix els objectius de la nostra Agrupació.

A l'Agrupació tenim altres reptes i un d'aquests reptes és la **renovació dels càrrecs de l'actual Junta Directiva**, que enguany finalitza el seu mandat; fins el 14 d'abril podeu **presentar les candidatures** i el 16 es celebrarà l'**Assemblea General Extraordinària**, tots i totes sou cridats a presentar-vos com a candidats i assistir a l'Assemblea.



Laboratori de Viatges

Darrere el web del Laboratori trobaràs algú que t'escolta.
Sabem de Viatges des del 1971.

www.laboratorideviatges.cat

ricanyelles@laboratorideviatges.cat * Tel.: 664 29 80 82
Consultoria gratuïta per als socis de l'A.E.C.

Sortida a

LA SERRA DELS BUFADORS

Santa Maria de Besora (Osona)

Diumenge, 8 de març

*Curiós i bell indret el de la Serra dels Bufadors al nord de la comarca d'Osona. Dins una bretxa que separa la serra en dos, amaga un paratge únic i ben especial, donant-li un aire màgic. És en aquest indret ocult on hi ha les cavitats, avencs o esquerdes a les roques que donen nom a la serra: **els bufadors**.*



Els bufadors són uns forats o es-cletxes a la roca per on surt corrent d'aire a l'exterior. Els moviments de les plaques tectòniques provocaren un gir de 90° d'un bloc de gairebé 2.500 m de llarg per una amplada desconeguda, de la que tan sols podem dir que aflora uns 200 m sobre el nivell del sòl actual; és la Serra dels Bufadors. El que resta i passa sota l'actual nivell de terra ho desconeixem.

El dens bosc de faigs permet l'entrada de la llum justa per gaudir dels verds de les fagedes i de les falgueres. Uns blocs de roques sembrats per terra

deixen oberts esquerdes i forats dels que surten corrents d'aire provinent, qui sap de quines fondàries. Si ens hi acostem notem que l'aire que en surt és fred i de vegades, quan bufen molt fort, es pot sentir com un xiulet.

Un corriol travessa el màgic paratge entre roques, murs, esquerdes, foscors i clarors, vegetacions molso-ses, lianes que no se sap d'on pugen o baixen i heures entestades en arrapar-se a la muralla obaga per arribar a atrapar el sol que llueix al cap damunt. És un espai estret i allargat, situat entre les altes parets de la serra, on l'obaga i el vent fred dels bufadors han

creat un microclima propi que li dóna una vegetació diferent a la que creix als voltants. Aquí trobar els bufadors, amagats entre la molsa, les roques i les fulles seques dels arbres, és com un joc. També hi trobem alguna cova on s'hi pot entrar.

L'excursió proposada és fàcil i còmoda i té un recorregut circular. El desnivell a assolir és petit (-78 +166) i precisa d'una petita grimpada. L'excursió comença i acaba al coll de Beví, a uns 4 km de Santa Maria de Besora per la pista que va a Ripoll per Llaers.

ITINERARI: Coll de Beví (918 m.) – Coll de Beví Gros (853 m.) – Els Bufadors – Collet dels Bufadors – Turó dels Bufadors (1006 m.) – Coll de Beví.

ESMORZAR: Cercarem el lloc adequat.

DINAR: Cal portar-lo.

DESPLAÇAMENT: cotxes particulars

LLOC DE TROBADA: Estació RENFE de Meridiana / Fabra i Puig.

HORA: Dos quarts de 8.

VOCAL: Joan Vives.

Tel.: 93 330.03.01 / 93 793.91.78.

EXCURSIÓ FÀCIL D'UNA DURADA DE TRES HORES.

L'ESSENCIAL

*L'essencial del ciri no és la cera que deixa rastre,
sinó la **llum** que fa la seva flama.*

(A. de Saint Exupéry)

L'essencial del cim no són les pedres que hi trobem allà dalt, sinó **la conquesta del paisatge, la nostra victòria sobre la mandra, potser fins i tot sobre la por, l'aire pur que ens vivifica, l'abraçada del company.**

L'essencial del camí no és la seva extensió ni la pols que alça la nostra passa, sinó **el cant del rossinyol que ens arriba des de l'arbreda, la conversa amb l'amic i l'aigua que compartim.**

L'essencial de l'àpat no és l'abundància de les menges ni la qualitat dels vins ni tan sols la finor de les estovalles, sinó **els llaços d'amistat, l'harmonia dels esperits i el desig, manifestat o no, de donar-nos felicitat de tots per a tots.**

Jordi Romagosa

Soci 1224

*No veiem les coses com són, les veiem **com som.***

Anaïs Nin

Excursió al **SUI** (1.318 m) **La Calma - Montseny** Diumenge, dia 22 de març



Transport: Vehicle particular: Barcelona, Hostalets de Balenyà, Seva, el Brull, Collformic (1145 m.)

Trobada: Av. Meridiana – Fabra i Puig (Renfe) a ¼ de 8 per sortir a 2/4 de 8 en punt.

Cal dur: Esmorzar, dinar, roba d'abric, bastons, etc. (Hi ha la possibilitat de dinar al bar de Collformic, per qui ho desitgi i ho encarregui en arribar-hi al matí).

Itinerari: Collformic, Corral de Puigventós, Collet de Terrús, el Cafè, Pedres Blanques, Plans de Vilar, el Sui. (Tornada pel mateix itinerari).

Dificultat: Fàcil

Desnivell: 173 m (amb lleugeres ondulacions)

Horaris: Collformic a Pedres Blanques, 1,30 h aprox.

Pedres Blanques al Sui, 1 h. aprox.

Total 2,30 h de pujada + 1,30/2 h de baixada = 4/4,30 h aprox.

Itinerari complementari o alternatiu:

Des de Pedres Blanques hi ha la possibilitat de fer l'ascensió al Puig Drau (1.348 m) en poc més d'una hora, anar i tornar).

Reunió per concretar detalls de la sortida: dijous, 19 de març, a les 8 del vespre a l'Agrupació.

Vocal: Josep Montagut
(tel. 932 458 224)

Excursió al CONGOST DE MONT-REBEI

18-19 d'abril

Possiblement un dels camins més encantadors de Catalunya. Excabat a la roca de les parets verticals del Noguer Ribagorçana. No apte pels qui pateixen de vertigen.



Dia 18, dissabte

Sortida en autocar: Sagrada Família 7,45 h. Palau Reial 8.00 h.

Barcelona-Balaguer-Pont de Montaña-La Masieta.

Hi ha la possibilitat de fer dos itineraris:

- **Itinerari curt:** La Masieta-Congost de Mont-Rebei. Anar i tornar 9km.

Desnivell 100m, 3 h.

- **Itinerari llarg:** La Masieta-Congost de Mont-Rebei-Corçà. Distància 17 km.

Desnivell 300m, 6 h.

Cal portar l'esmorzar, el dinar i l'aigua. Roba i calçat adequat.

El sopar i dormir a l'Hostal del Llac.

Dia 19, diumenge

Visita guiada al Castell i Col·legiata de Mur. Caminada opcional de 3 km
Esmorzar i dinar a l'hostal i retorn a Barcelona.

PRESSUPOST: socis 75 euros, No socis 85 euros.

Places limitades. Es tancarà l'inscripció el 2 d'abril o si s'omple l'autocar.

Convocatòria de Reunió Extraordinària per reactivar l'escalada i l'alta muntanya a l'A.E.C.



Dia: Dimecres, 18 de març de 2009

Hora: 20.30 h

Adreçat: Per a tots els interessats en aquestes activitats, tant per a experts com per als qui vulgueu iniciar-vos en elles.

ORDRE DEL DIA:

Nou enfocament per a plantejar aquestes tradicionals activitats.

Tots hi podem aportar una mica...



Belles Arts Ferran

PINTURA ARTÍSTICA / MANUALITATS / DIBUIX TÈCNIC
AEROGRAFIA / CERÀMICA / ESCULTURA

Carrer Ferran, 39
08002 BARCELONA

Telèfon i fax
93 302 38 98

La Ruta del Quixot amb bicicleta

(continuació)

Arribem a Villanueva de los Infantes. Fi de l'etapa. No plou. No hi ha allotjament. És cap de setmana i època de cacera. L'agent de la Policia urbana local, en Pascual, ens en troba, és una mena de presó per indigents. Dormim vestits. Impossible eixugar la roba.

3ª Jornada: Villanueva de los Infantes-Villahermosa-Albadalejo-La Puebla del Principe-Torre de Juan Abad. Total: 83,200 Km

Ens llevem d'hora. El dia es fred i el cel té un color blau intens. Fem una inspecció per l'inici de l'itinerari que volem seguir. El ferm de la pista no està en condicions degut a la forta pluja d'ahir. Una colla de ciclistes ens donen alternatives per evitar les pistes més fangoses. Comencem a pedalar per una pista cimentada. Als 10 Km passem una torrentera, esquivem el fang tan bé com podem, uns quilòmetres més i albirem una segona torrentera, la mig travessem. impossible trobar-hi un pas per no enfangar-nos. Decidim recular, ho fem amb dificul-



tats. Seguim per carretera. Rectes inacabables. Poca pendent, però pujada i sense respir. Ja fa hores que pedalem. Fem una pausa a Albadalejo. Cervesa i tapes incloses, molt econòmics. Arribem a la fi d'aquesta etapa. Torre de Juan Abad. Per sopar ho fem amb una colla d'amics que ens ofereixen les "Gachas", plat típic per excel·lència.

4ª Jornada: Torre de Juan Abad-Almedina-Montiel-Villanueva de la Fuente. Total: 50,300 Km

No hi ha millora en l'estat del terreny. M'he quedat sense frens. Lloguem un taxi per comprar el recanvi. Fem els 30 Km primers per carretera, fins a Montiel. Ens decidim a seguir per muntanya. L'itinerari entre mig de boscos ens regala la visita de perdus i conills en el transcurs de la jornada, ha valgut la pena. Anem per la ruta "Agropecuaria", molt pedregosa. El pastor que trobem s'estranya del molt carregats que anem amb les nos-

tres alforges. Ell va amb un sarró; com nosaltres passarà la nit a Villanueva de la Fuente.

5ª Jornada: Villanueva de la Fuente-Ruidera-Argamasilla del Alba.

Total: 81,200 Km

Jornada per oblidar. Jornada per recordar. Sembla que el temps "s'estabilitza". Comencem per una pista agradable de circular-hi. Direcció La finca de l'Obispo. Tenim la sort de coincidir amb el protagonista. La fem petar amb l'Obispo. Ens acomiadem d'aquesta senzilla i entranyable persona. Els paratges magnífics ens sorprenen. Ens endinsem al Parc Natural de Las Lagunas de Ruidera. Descobrim una serie de llacunes tectòniques connectades, en ocasions, per cascades. Fem una pausa. Resseguim amb detall aquest bell indret. Malgrat que la primera intenció era quedar-nos a Ruidera decidim seguir, seguim... però de sobte la negror ens envolta. La tempesta no es fa esperar. Cau aigua a bots i barrals. No hi ha cap lloc per aixoplugar-nos. L'aigua corre per la pista que circulem, com un autèntic torrent amb més de dos pams d'aigua. Impossible de veure per on cal dirigir la nostra bicicleta. Ho fem entre clots i reguerots. Per fi arribem a la carretera asfaltada. Ens porta a l'embassament de Peñarroya. Hem d'orientar-nos. Ara pedrega. Impossible treure el mapa per orientar-nos. La tempesta afluixa. Ens situem, ens queden 12 Km per arribar

al nostre destí. Per acabar-ho d'adobar se'm rebenta la roda del darrera, sort que en Pere en porta de recanvi. Sota la pluja fem la reparació. Després arribem a Argamasilla del Alba. Passem la nit en una pensió gens acollidora.

6ª Jornada: Argamasilla del Alba-Tomelloso-Argamasilla del Alba-Villarubia de los Ojos.

Total: 70,100 Km

Neix el dia plovent fort. L'estat de les pistes de muntanya ens aconsella fer l'itinerari d'avui per carretera. Fem una marrada de 14 Km per anar a Tomelloso a comprar una coberta de recanvi. Cerquem una botiga de bicicletes. Ens topem amb en Tomàs que ens acompanya molt amablement per a totes les botigues fins localitzar la més adient. En Tomàs circula amb una



(foto: Albert Sumbola)

mini-bicicleta amb pinyó fixe. Avui amés de pluja fa molt fred i molt vent de costat. Tinc dificultats per avançar, m'arrecero a la vora i al costat d'en Pere, em fa més suportable la continuïtat de la pedalada. Hem de fer una pausa per refer-nos i escórrer els mitjons xops. Un "xiringuito" és el lloc adient. Gràcies a la nostra bona salut mental arribem a Villanueva de los Ojos on ens refarem i eixugarem tot el vestuari.

**7ª Jornada: Villarubia de los Ojos-
Tablas de Daimiel-Ciudad Real-
Almagro. Total: 83,400 Km**

Avui no plou. Per una pista asfaltada i molt agradable ens dirigim a Las Tablas de Daimiel. El Parc Nacional de Las Tablas, constitueix una zona humida de gran importància, sobre tot per les aus migratòries. Passem molta estona passejant i admirant tots els racons que la natura ens ofereix. Passem el riu Guadiana. Ens endinsem per terres de vinya. Esgarrapem algun carràs de raïm oblidat pels temporers. La pista està en el límit just per ser "ciclable". Reposem al monestir de Ntra. Sra. de la Encarnacion. Entrem a Ciudad Real per La Puerta de Toledo. Estil Gòtic-Almudéjar del segle XIV. Ens "perdem" pel centre de la ciutat. Tan sols ens manca l'última embranzida per les pistes fangoses i arribar a Almagro. El nostre destí final.

La ciutat d'Almagro ens retroba després dels set dies de pedalades in-

tenses, de bons moments i d'altres que no tant. Hem assolit els 503Km previstos amb la climatologia en contra. Cada dia semblava que anéssim a millor però ens vam equivocar.

Després d'assolir aquesta, la nostra Ruta del Quixot, em quedaran molts records agradables que no oblidaré. Estic realment satisfet d'haver fet aquesta "bicicletada" amb l'amic Pere Mansilla ja que amb ell hem aconseguit fer fàcil tot allò que semblava impossible, aconseguint uns vincles d'amistat molt més entranyables.

Estic convençut que el nostre tarannà positiu ha ajudat i molt a aconseguir una travessa amb BTT molt divertida i entretinguda.

Albert Sambola



(foto: Pere Mansilla)

(continuació)

TEMPESTATS, ANETO, MALEÏT

1-2-3-4 de maig de 2008

Amb aquest dos llargs gairebé s'enllesteix el tram rocós de via. Després s'afronta un flanqueig per neu i/o una cascada de gel segons les condicions, que ens mena a la base del primer corredor. S'enllesteix amb solvència a través dels seus assumibles 50°. El sol comença a escalfar fort i la neu s'estova. Ens hem endarrerit molt a l'escalada de roca. El primer corredor fineix a una fina aresta de neu. Cal fer l'enllaç cap a la segona canal. Un espectacular flanqueig-doble més aparatós que difícil ens permet accedir al corredor superior. El sòl escalfa més fort encara, les purgues de neu se succeeixen i resulta aconsellable avançar protegits per la paret. L'orientació oest de la via fa estona que no ens serveix, per evitar quedar del tot exposats als raigs del sòl de migdia.

Arribats al fil de la cresta, s'obre la visió a la cara nord, la Maladeta i la Vall d'Aran. Només resta resoldre un tram mixt de cresta (II+) per assolir el mall del cim Maleït. Hem trigat 9 hores!! "Només" hem triplicat l'horari de la ressenya... Les llums de la vesprada, donen un encant que ho compensen tot. Seguim per la cresta, que la neu fa més entretinguda fins al ràpel (no trobem la instal·lació i cal improvisar) que ens condueix a la base de la paret sud. A partir d'aquí s'han acabat les dificultats tècni-

ques. Només queda el feixuc descens per neu fonda fins al bivac on ens espera el "nostre" bloc per fer el quart bivac.

El darrer dia es per retrobar-se amb el "motxillot" versió XXL. Davallem esquiament primer per neu dura fins que esdevé crosta de la pitjor espècie. Amb esquís a l'esquena fem cap a Pont de Coronas. Cal remuntar tota la Vallhiverna. Fa una mica de mandra, però activem correctament el cap i ens plantem a bon ritme fins la collada que domina la coma on es reclouen els estanyets de Coma Arnau. La calorada augmenta. Malgrat la molta neu comencen a créixer núvols convectius. Baixada per una neu pastosa i fonda, que esgota els genolls. En el descens provoquem nombroses allaus de fusió, accelerant la purga solar. És una sensació contradictòria interaccionar d'aquesta manera amb la fera.

En el flanqueig paral·lel a l'embassament de Llauset, detectem a temps com es desprèn a la nostra vertical una allau generada conca amunt. La cosa no va a més perquè la dividim a temps per apartar-nos i baixa a velocitat parsimoniosa. La seva evolució viscosa recorda la lava volcànica. Poc a poc la massa de neu cobreix i travessa el corriol. Potser té un gruix de 70 cm.

L'arribada al túnel és un preuat premi per protegir-nos de la calorada. Baixant al cotxe comprovem com la tempesta es va engruixint. Els primers llamps, els trons, la negror... i finalment esclata sobre nostre. Pluja i pedra per acomiadar quatre dies d'anticicló.

Cesc Grau, Bernat Sabater i Santi Pocino

dm 3	junta	Reunió
dc 4, 7-8	glacera	Monogràfic esquí de muntanya. Teòrica. Pràctiques
dc 4, 7-8	glacera	Monogràfic alpinisme. Teòrica. Pràctiques
dc 4, 7-8	glacera	Monogràfic cascades gel. Teòrica. Pràctiques
dv 6	cultura	Cicle Everest. 3 projeccions: "Del Mar a la muntanya". "Monòleg Everest". "Entrevista a Sir Edmund Hillary.
ds 7-8	SEM	Cap de Marimanya (Eduard i R. M, 933 117 785)
ds 7 8, 21-22	ERE	XIVè curs d'iniciació a l'espeleologia. Teòrica i sortida de pràctiques
dg 8	muntanya	Serra de Bufadors (Joan Vives, 933 300 301)
dm 10	veterans	Reunió mensual
11, 18, 25 14-15, 21-22	glacera	Curs alpinisme, nivell I, teòriques. Pràctiques
ds 14-15	càiaç	Ebre Alt
dg 15	muntanya	Senderisme: de Montserrat a Núria. 2ª jornada: S. V. de Castellet - Pont de Vilomara
dm 18	SEAM	Reunió extraordinària: nou plantejament
dm 18-1	glacera	Esquí de muntanya. Curs nivell I
dg 22	muntanya	El Sui (Josep Montagut, 932458224)
ds 21-22	inf-juvenil	Sortida de grup
dc 25, 1-6 28-29, 4-5	glacera	Curs alpinisme, nivell II, teòriques. Pràctiques
dv 27	cultura	Cicle Everest. Projecció
ds 28-29	SEM	Punta Alta (Pere Palau, 932106285)
ds 28	muntanya	Senderisme: de Montserrat a Núria. 3ª jornada: Pont de Vilomara - Sant Benet

dc 1	btt	conferència: " Amb btt al Pamir ". Tadjikistan Cesc Grau
1, 4, 5, 6	glacera	Alpinisme. Continuació curs nivell I i II
ds 4-5	ere	Exploració de la Grallera Gran del Corralot
dg 5	muntanya	Mare de Déu del Lord (Romagosa, 936 662 036)
dm 7	junta	Reunió
dv 10-13	càiac	Setmana Santa a València
dm 14	veterans	Reunió mensual
dm 14	AEC	Últim dia per presentar candidatures.
dc 15	AEC	Proclamació dels candidats
dc 15-29	glacera	Alpinisme. Curs nivell I
dj 16	AEC	Asemblea General extraordinària.
dv 17-26		Festa Major Sagrada Família
ds 18	btt	Sant Pere Sallaviera-Manresa. 450 m. Fàcil
ds 18	AEC	Rocòdrom Festa Major S. Família (10-14h)
ds 18-19	sem	Molleres (Pere Mansilla, 651 82 52 42)
ds 18-19	muntanya	Mont-Rebei (Josep Bou)
ds 18-19	infantil juvenil	Sortida de grup
dg 19	muntanya	Senderisme: de Montserrat a Núria. 3ª jornada: Pont de Vilomara - Sant Benet
dv 24	cultura	Cicle Everest. Projectió
ds 25	muntanya	Senderisme: de Montserrat a Núria. 4ª jornada: de S. M. Cornet a Cabrianes, 16 km
dg 26	càiac	Vª Jornades de la Dona i el piragüisme. Sant Llorenç de Montgai (Balaguer)

Totes les activitats les trobaràs més detallades a: www.aec.cat

Si vols rebre la informació i recordatori de les activitats envia'ns el teu e-mail a: aec@aec.cat

(continuació)

La Travessa dels Quatre Rius

Noguera Pallaresa – Segre – Llobregat – Ter

Participants: Bernat Sabater, Roser Monmany, Oriol Grau, Núria Monmany i Cesc Grau

Com no podia ser d'altra manera, es posa a ploure de nou. I ens adonem que la roda del darrerera d'en Bernat no ha resistit l'atac prolongat de la gatosa. Canviem la cambra. Al cap de poc, ja hi tornem a ser. Devia haver quedat la punxa incrustada a la coberta. I encara un ter-



(foto: Cesc Grau)

cer cop. Cada vegada més molls per la pluja. Afortunadament, a la tercera va la vençuda, i podem continuar el flanqueig del Port del Comte després de deixar enrere la Serra de la Guàrdia. Passat el Coll del Buc, una curta baixada ens porta a la carretera asfaltada. No ha parat de ploure, i només desitgem que el refugi del Coll de Port sigui obert, i així és. A més, no accepten que cuinem a dins, i ens veiem obligats a devorar el menú de la nit: albergínia farcida de gambes i ànec amb prunes.

La visió de la cara sud del Cadí de l'endemà al matí explica el fred que havíem passat el dia anterior: la part alta està enfarinada. Per sort, però, no plou. Sortim per una pista tancada al trànsit per una cadena. Fa uns revolts curts i marcats de baixada i inicia un flanqueig que ens portarà cap a la falda de la Serra del Verd. Al Clot de la Plana hi ha una cabana oberta i en bon estat. La baixada s'acaba al Riu de la Mola, on trobem la pista que ens pujarà cap al Coll de la Mola, on tenim una bona vista del Pedraforca, també enfarinat. La baixada cap a Gósol es pot fer pel GR des d'abans de la tercera paella. És pedregós però es fa bé. Dinem a la plaça de Gósol, que ens sembla tota una metròpoli, després de tantes hores en la solitud del Pre-pirineu.

Per guanyar temps, decidim baixar a Guardiola per la carretera. És un plaer veure com n'avança el comptakilòmetres amb tan poc esforç. Un cop a Guardiola prenem la carretera que s'enfila cap a Sant Julià de Cerdanyola. Des d'allí, seguim pujant pels Plans, i prenem una pista que puja fort en direcció al Roc de la Clusa. Un cop a la base d'aquesta roca, s'ajau i inicia un flanqueig per les fagedes ombrívo-

les i fresques del Catllaràs. Més endavant hi ha alguna pujada molt forta que amb prou feines si podem fer dalt de la bici. Val la pena parar un moment per enfilar-se al mirador del Roc de la Lluna. Hi ha unes escales que arriben fins a dalt, on hi ha una plataforma. S'està ponent el sol darrera el Pedraforca. Ja només falta arribar fins al refugi d'Ardericó, on passem la nit.

La darrera etapa és la més suau amb diferència. Sortim del refugi d'Ardericó seguint la cara obaga de la Serra de Fajabranca. Passem la Collada de Montclús i baixem fins a Santa Eugènia de les Solls, una casa pairal impressionant i ben conservada. Aquí hi trobem la carretera asfaltada que va de Sant Jaume de Frontanyà a la Pobla de Lillet. La seguim fins al Coll de la Batallola i la deixem en arribar a Cal Cintet, una casa que hi ha al costat de la carretera a un quilòmetre de Sant Jaume. De nou per pista, arribem fins a Les Planes, una masia situada dalt d'un llom, a l'extrem d'una clariana del bosc. Continuem una curta distància cap a l'oest, fins a un trencall on girem a l'esquerra i comencem a baixar cap al Rec de Tubau, a la base dels Rasos de Tubau. La pista segueix aquest rierol fins a Sant Esteve de la Riba, una ermita construïda dalt d'un turonet. A continuació, remuntem la vall que ve de l'est fins al Coll de Balasc i d'aquí baixem fins a l'Auró, una masia habitada rodejada de prats plens de bestiar.

Aquest tram es fa duríssim perquè la pista està en obres i el fang s'enganxa a les rodes i s'acumula als frens, fins al punt que deixa la bici bloquejada. Flanquem fins al Collet de l'Auró, i baixem cap a l'Espolla i seguim la riera de Bufatals fins a trobar el GR-1, que seguim per la falda del Puig de Catllar fins a Ripoll.



1a etapa: Cellers – Organyà 85 km i 1.620 m

2a etapa: Organyà – refugi Coll de Port 35 km i 1.760 m

3a etapa: Refugi de Coll de Port – Ardericó: 62 km i 1.620 m

4a etapa: Ardericó – Ripoll 35 km i 300 m

Cesc Grau

biblioteca

Amb motiu del Cicle Everest vam tenir la presència de l'alpinista Carles Vallès (foto plana 27). Ens va regalar el seu llibre: **La Realitat d'un Somni**. Està a la biblioteca a la vostra disposició. Tenim també alguns exemplars per a qui en vulgui comprar."

Avenc de Can Sadurní

(Begues)

Visca Catalunya! Aquest va ser el crit que Mn. Norbert Font i Sagué va fer tan bon punt tocà terra a la base del pou de l'Avenc de Can Sadurní.



Aquest fet que es produïa el 28 de desembre de l'any 1897, ell mateix ho reflectia a la conferència que va pronunciar dos dies després. En aquesta conferència explicava com es va fer l'exploració a aquesta cavitat, la qual, sense haver-ho estat cronològicament, és considerada com la primera exploració d'un avenc al nostre país. Aleshores els mètodes, evidentment, no gaudien de la sofisticació tecnològica dels nostres dies, convertint als exploradors del moment en autèntics herois. Mn. Font i Sagué devallà els 75 metres de profunditat assegut sobre un travesser fixat a l'extrem de la corda i lligat a la mateixa com a mesura de seguretat. La força motriu utilitzada per el descens i l'ascens la generaven quatre camàlics a sou. De la conferència extraïem un parell de passatges que ens permeten fer-nos una idea de com va anar aquesta exploració:



Al dir avall! vuyt braços se posaren en moviment, la corriola grinyolà, la corda començà a allargarse y jo a enfonzarme pausadament dins la negror de l'abim, baixant cap a lo desconegut.

Y baixava, baixava, tant pausadament que, si hagués aclucat los ulls, m'hauria semblat que no'm movia del lloch: s'hi anava allò que's diu recreat.

[...] M. Martel diu que en avenchs de més de 70 metres ja no és fàcil mantenir la comunicació ab la simple veu; però en l'avench de can Sadurní parlava perfectament ab los de dalt, sens dubte a causa de l'especial configuració d'aquell; de manera que fins me sentiren quan a mitja veu vaig entonar *Los Segadors*, lo qual fou causa de que algun dels treballadors digués: —*Malo, malo, ja canta;*— creyent que era pera ferme passar la por, quan no era altra cosa que un cant d'alegria,

un himne d'amor a la patria quals reivindicacions simbolisa aquella cançó; aquelles notes me sortien realment del cor y eren imponents en aquell lloch, on may havia ressonat la veu humana, y ab l'acompanyament dels degotalls.

Poc més de 112 anys després, el 14 de febrer d'enguany, cinc espeleòlegs de l'ERE ens trobàvem a Begues per davallar aquell pou que ja coneixíem, per tornar a fruit de la seva magnitud i bellesa.

Va ser l'Antoni Rocías qui va prendre la iniciativa de baixar primer i equipar la cavitat. El primer tram ens mena a una petita plataforma situada a -25 metres a la que s'hi arriba després d'un fraccionament a tocar del llavi del pou. Al seu darrere en Miquel Romà inicia el descens. Tot seguit em preparo per baixar, ja que em convé estar entre mig per poder fer fotografies dels de dalt i dels de baix. En arribar al punt de reunió, en Rocías està equipant el segon tram, una tirada de 50 metres amb dos fraccionaments, dels quals, al segon d'ells, molt aeri, hem de patir la justesa del "bucle" de corda que fa necessari treure el pedal amb bloquejador per poder-nos superar i descordar la baga d'ancoratge de la instal·lació (en Rocías sempre economitza corda). El quart i cinquè en tocar fons van ser, respectivament, en Marc Navarro i en Jordi Secall.

A la base de l'avenc, l'Antoni Rocías, com a membre fundador del G.R.A.C.A. (Grup de recuperació

d'animals caiguts als avencs) va veure's obligat a actuar, rescatant un vidriol, una granoteta i una salamandra que al moment de posar-los en llibertat al seu biòtop natural, el medi exogen, va adonar-se que la petita i simpàtica granota havia servit d'aliment a algun dels seus companys de trajecte. A la vista dels esdeveniments caldrà proveir a aquest grup de diverses gàbies per a transportar amb garanties de supervivència als exemplars de les diverses espècies recuperades.

L'avenc de Can Sadurní és una d'aquelles cavitats que no pot faltar en el currículum de qualsevol espeleòleg. Les dimensions del pou provoquen el respecte de les grans verticals i morfològicament presenta dos espais ben diferenciats. Els seus primers 25 metres parteixen de dues boques que amb un pont mitjancer obren una gran campana de parets calcàries verges amb tonalitats grisenques i verdoses. És a partir d'aquest punt on un potent procés quimiolitogènic ha generat el recobriment estalagmític que, al llarg dels darrers 50 metres, dona una coloració terrosa a la resta del pou. A la base, amb una certa inclinació s'hi forma una sala de 15 per 8 metres.

Podeu veure el reportatge fotogràfic en aquesta adreça web: <http://www.artesadesegre.net/AVENC-CAN-SADURNI-UEP/index.htm>

Ramon I. Canyelles

"Memorial Sir Edmund Hillary"

La història de l'Everest VIII

(1986 - 1988)

1988. Catalunya torna al cim

*El 14 d'octubre de 1988,
tres anys després de la primera conquesta
amb protagonisme català,
Lluís Belvis encapçala una nova ascensió
que van materialitzar: Nil Bohigas, Lluís Giner, Jerònimo
López, Ang Rita i Nima Rita.*

Després de l'ascensió de Carles Vallés. Toni Sors i Òscar Cadiach (1985), els intents d'ascensió al sostre del món, protagonitzats per expedicions de l'estat, es van multiplicar. Tanmateix abans de consumir-se la segona ascensió catalana, tercera de l'estat, entre 1986 i 1987 només sis alpinistes van assolir el sostre del món, quatre en 1986, canadencs i suïssos i dos el 1987 un xerpa Ang Rita i un sud-coreà

En 1988 Lluís Belvis, cònsol general del Nepal, va tornar a l'Everest liderant l'expedició Epson Everest. Els catalans Nil Bohigas i Lluís Giner, en cordada amb el gallec, establert a Madrid, Jerònimo López i els nepalesos Ang Rita i Nima Rita, van aconseguir el 14 d'octubre de 1988 trepitjar el cim, convertint-se en el cinquè, sisè i setè alpinista de l'estat en assolir el punt més alt del planeta. Seguint la ruta seguida per Hillary i Tensing en la primera ascensió al cim.



Lluís Belvis, cap de l'expedició espanyola, que feia 78 dies que havia partit de Barcelona, va informar des del campament base que Bohigas, Giner, López i Ang i Nima Rita després d'assolir el seu objectiu van renunciar a saltar en parapent, tal com tenien previst, a causa de les males condicions tècniques. Sergi Martínez, que va haver d'abandonar el seu intent a

100 metres del cim per problemes en l'aparell que li subministrava oxigen, després de pernoctar al Coll Sud, sobre la cota de 8.000 metres, punt des del qual van iniciar l'últim atac.

La jornada en què es va assolir el cim va començar amb males notícies ja que dos xerpes que acompanyaven a l'expedició francesa van morir

“va fer témer que les condicions meteorològiques tornessin a frustrar l'atac de l'expedició...”

en l'intent que va portar a Serge Koenig al cim poques hores abans que arribés la cordada espanyola. Això va fer témer que les condicions meteorològiques tornessin a frustrar l'atac de l'expedició liderada per Lluís Belvis, el que hagués provocat un retard nou i perillós ja que era imminent l'acabament del permís que concedeix el govern del Nepal per romandre a la serralada de l'Himàlaia. Tanmateix, s'esperava que la condició de Belvis, cònsol general del Nepal a Espanya- permetés una pròrroga de l'esmentat permís.

Belvis va decidir realitzar un intent per la via del Coll Sud, quan encara no s'havia descartat la de l'aresta Oest, a petició de l'equip francès d'Antenne 2 que necessitava la seva col·laboració per efectuar les filmacions que enviava, via satèl·lit, a 10

països i que han pogut ser seguides a Catalunya per TV3.

L'equip capitanejat per Belvis va viure nombrosos problemes com el retard de bona part del material a la seva arribada a Katmandu; els dos terratrèmols que van afectar el camp base; la mort per una allau del xerpa Narayan Sheresta, a qui s'ha dedicat l'ascensió; les congelacions que va patir Joan Tomás i un altre xerpa; i l'afecció al coll que va patir Mery Puig, únic component femení del grup.

El moment més crític viscut pels expedicionaris es va

“Nil Bohigas va estar a punt de perdre's en la cota de 8.000 m...”

produir quan Nil Bohigas va estar a punt de perdre's en la cota de 8.000 metres, a causa del vent i la neu i va tenir bastants dificultats per trobar la tenda en la qual havia de pernoctar.

Els expedicionaris encapçalats per Lluís Belvis el van completar: Nil Bohigas, Lluís Giner, Jerònim López, Josep Casanovas, David Casas, Joan Germán, Jerònim López, Jaume Alta-dill, Antoni Llasera, Sergi Martínez, José Luís Moreno, Frederic Puig, Mery Puig, Josep Antón Rañé, Joan Ribas, Manuel Sol, Juan Tomás, Alfons Valls i Jordi Muñoz.

Manuel Cabanillas

El Garraf

25 de gener de 2009

Va ser al dia següent de la ventada forta. Aquest diumenge seguia fent vent però ni de bon tros era el que havia sigut.

Es va poder seguir el pla establert.



(foto: Ramon I. Canyelles)

Tots vàrem anar a l'ermita de Brugués.

Els disset que vàrem fer la ruta llarga passàrem pel castell de l'Eramprunyà (creiem que una de les parets havia caigut recentment) – Pic de la Morella (594 m) – Pla de Querol. Ascensió suau però continuada entremig de bosc. Vam passar d'un terreny de pedra arenosa vermella a la roca calcària típica dels avencs.

Els del recorregut curt varen pujar des del Pla de Querol a Pic de Morella on ens hi trobàrem tots.

Vàrem visitar a la Pleta el "Centre d'informació del Parc Natural" i el seu audiovisual.

Dinàrem la majoria (47 persones) al Palau Novella (monestir budista). Visitàrem el seu museu (46 persones) i

realitzàrem un taller de relaxació (27 persones).

De les activitats al monestir hi ha diversitat d'opinions:

"El dinar mal organitzat, ens vam haver de col·locar en menjadors separats". "Nosaltres vam estar la mar de bé i tranquils". "Hi havia massa gent i se's va desbordar". "El menjar era força bo, abundant i de qualitat". "Pel que vàrem pagar podria haver estat millor". "Si et saltaves l'ordre dels plats no calia esperar". "Ja se sap que era diumenge i hi ha molta gent a tot arreu"...

"Interessants els objectes que tenen". "Vam tenir l'oportunitat de veure una casa d'indiano per dins". "La barreja de cultures resulta realment curiosa". "Ens van posar una guia de segona per la visita". "El sistema dels auriculars bé però resulta una mica impersonal"...

"És la primera vegada que faig relaxació i m'ha agradat". "Jo n'he fet sovint i podria estar millor". "De tant que m'he relaxat, m'he quedat adormit". "No cal tant de rotillo pel que es coneix des de sempre com migdiada".

"No em va agradar que la noia donés evasives quan li preguntaren sobre la diferència entre relaxació i meditació"...

La llista podria ser més llarga. El que sí que és cert és que la Francina i el Josep ho tenien tot molt ben organitzat i van estar atents a tots els detalls. Va ser un dia variat i complert. Molt enriquidor ja que ens va permetre combinar el contacte amb la natura amb una pinzellada d'una tradició mil·lenària.

Xavi Sánchez

LA MONTSERRAT – NÚRIA

1 jornada - 31 de gener

La Montserrat – Núria, no són un parell de noies que ens van acompanyar en la darrera excursió del mes de gener, tot i que possiblement entre les noies assistents hi podríem trobar alguna Montserrat i alguna Núria.

(foto: Ramon I. Conyelles)



Aquesta ha estat la primera jornada de la ruta que hauria de començar al monestir de Montserrat (rosa d'abril Morena de la Serra...) i acabar al santuari de la vall de Núria (Ja que en tan freda muntanya per nosaltres vol estar...) Un monestir i un santuari ben significatius pel poble català.

Ahir "El Temps" de TV3 va pronosticar pluges generalitzades a tot Catalunya. De moment, de bon matí, d'un cel totalment cobert, en cau un plugim que no ha espantat a gaire gent de la nostra colla. Ves a saber perquè, l'autocar arriba a Pedralbes amb una mica de retard. Un cop que hem desat les motxilles i els pals, pugem i en Quim

ens compte, n'hi surten 41 (Déu n'hi do) i arrenquem. Creix el dia i el cel segueix essent gris i plujós. Als Brucs hi parem a esmorzar. Seguim amb l'autocar fins a Santa Cecília, no es pot tirar més endavant per mor d'una grossa esllavissada que ha tallat l'accés per carretera i cremallera al Monestir.

Ens fem la foto de tota la colla i cap a $\frac{3}{4}$ de 10 ens posem al GR4 i comencem el camí capavallós; a banda i banda, arbres arrencats o segats pel fort vent que va fer la setmana passada. Caminem immersos en la boira pixanera. De moment els senyals del GR ens van guiant. La temperatura és alta per ser a ple hivern i això té conseqüències pels qui caminem embolcallats per la

“capalina”: Si anem sense “capalina” ens mulla la roina i si ens posem la “capalina” ens mulla la pròpia suor, en definitiva, que anem molls.

L'aturada a l'ermita de St. Jaume ens reuneix a tots i totes al seu davant. En passar pel terme de Marganell un bar ens ofereix el seu sostre i les seves begudes, com que la caminada s'ha escurçat d'un quants quilòmetres en no poder arribar al monestir de Montserrat, anem sobrats de temps i en Quim, sempre magnànim, ens deixa que hi entrem, seiem, bevem i visitem el Roca.

En tornar al camí, aquest ara, ens alterna les pujades i baixades sempre suaus. Finalment, després de travessar una zona industrial, arribem al cap de pont de la dreta del Llobregat, a l'altra riba de Sant Vicenç de Castellet, ens plantem a la parada del bus i esperem que ens vingui a recollir el nostre autocar. Ens hi enfilem i cap a dinar! Baixem a les afores de Manresa i entrem “Als noguers” on ens hi espera una taula llarga en forma d'U que ocupem sense gaires preàmbuls. Hi ha tres primers i tres segons, per escollir i quatre o cinc postres diferents, cadascú tria el que vol i mentre esperem, anem picant d'unes amanides comunitàries. El servei és molt simpàtic, la teca està bona, el vi (d'ull de llebre) és honest i després de les postres, els cafès, que alguns amaneixen amb algun licor, ep, amb fins medicinals, vaja, això diuen ells.



(foto: Ramon I. Conyelles)

Mentre érem a dins, s'ha fet més intens el ritme de la pluja, tornem a l'autocar i en baixem a dins de Manresa on els guies, Anna i Joan, se'ns reparteixen i ens il·lustren amb els seus coneixements, sobre la torre del portal de Sobrerroca, el barri medieval, el call, la Seu i els seus retaules i arquitectura gòtica i finalment el museu, on podem admirar la ceràmica i els retaules barrocs.

En tota la passejada ens hi ha acompanyat la pluja i agraïm, cosa de no dir, que l'autocar ens esperi, acollidor, al costat mateix del Museu. Són $\frac{3}{4}$ de 7, ja és fosc i l'autocar agafa la carretera, que passant per Monistrol, ens du a l'autovia. Alguns hi fan una capcinada, d'altres xerren, uns quants fan memòria d'antigues esquidades i escalades... i de cop i volta som altre cop a Pedralbes, una bona colla hi baixem i la resta segueix fins a Sagrada Família.

Jordi Romagosa
Soci 1224

EL MEU PRIMER IGLÚ

7-8 de febrer

Des del dia que vaig entrar a l'Agrup, he pogut experimentar algunes primeres vegades: primera nit en una tenda, primera nit a la llera d'un pantà, navegar en càiac, etc. La setmana passada va tocar dormir en un iglú construït amb les nostres pròpies mans. No va poder ser per molt poc. Ens varen faltar una o dues hores de llum i el temps i la neu no van ser massa propicis.

Vàrem arribar per la Collada de Tosses a les 9 del matí i feia molt fred, però el sol es va mantenir, encara que no escalfava. Vam arrancar una mica tard, ja se sap: lavabos, cafè calent, ara no podeu deixar el cotxe aquí, caminar pel Pla d'Anyella amb la neu fins al genolls, etc. Cap a les quatre de la tarda algú va dir que **el nostre tenia bona pinta**, però ens va perdre l'ambició, vàrem voler fer-lo massa gran (eren tantes les ganes de dormir-hi a dintre que teníem!). Encara que **vàrem treballar molt dur**, Jairo i Joan a la "pedrera" amb l'ajuda de tots, incloses tres generacions i Santi amb l'Ali a dins de l'iglú, sense poder sortir ni tan sols a menjar, ens vàrem quedar a les portes. A les sis de la tarda, amb una temperatura de -8° ho deixàvem córrer.

Tot seguit vam anar a escoltar una xerrada a càrrec d'un inuit de Groenlàndia fincat a Vic, que **ens va explicar la vida i costums del seu poble** i també vam comprar una serra per tallar blocs de gel que havia portat un tal Benjamín que havia vingut exprés des d'Oregon i que ens va deixar boca-

badats quan es va posar a parlar en un espanyol perfecte. Nosaltres ja havíem decidit passar la nit al refugi en contes de anar al Pla a sopar al costat del foc de camp. Després ens vam assabentar que es va anul·lar i que la temperatura a la nit va arribar a -14°.

L'endemà feia massa vent per anar a esquiar, així que mentre les dues princesetes (La Laura i la Cristina) anaven als banys de Sallagosa, nosaltres vàrem decidir anar a fer senderisme pel camí de les gorges del Segre, que surt des de les termes. **El paisatge era colpidor per la blancor de la neu i el gel del riu i dels caramells dels salts d'aigua** que en un moment donat van passar de líquid a sòlid. Seguia fent molt de fred, però encara que no vam aconseguir l'objectiu que ens havia portat allà vam compartir l'esforç d'intentar-ho i **vam gaudir de la companyia els uns dels altres**. I jo... VAIG DORMIR PER PRIMERA VEGADA EN UN REFUGI!!!!!!.

Amics, un any passa volant i l'any que ve SÍ QUE SÍ !!!!

Emma Guàrdia

Altes del mes de febrer

Eduard Úbeda Farré

Cecile Mesmain

Lluís Nadal Mata

Isabel Salla Purgimon

La nostra més cordial benvinguda i el desig d'una ben profitosa estada a l'Agrupació

Montserrat – Núria, 128 Km

3a Etapa

Pont Vilomara – Cabrianes. 12 Km.

En aquesta sortida gaudirem del riu Llobregat

Dissabte, 28 de març i Diumenge, 19 d'abril

Sortint del Polígon Industrial de Pont de Vilomara agafarem un magnífic camí força planer que ens portarà fins a **Sant Benet de Bages**. A la 1 del migdia visitarem **Alícia**, el centre d'experimentació de cuina del Monestir. Anirem a dinar a Cabrianes i a la tarda anirem caminant 3 Km per l'espai protegit de La Corbatera.

La sortida de dissabte ja és complerta.

Aquesta és una etapa i un recorregut apte per a tothom.

Preu de la sortida. Soci: 35€. Soci online: 37€. No soci: 39€. Inclou autocar, dinar i visita a Alícia.

Hora de sortida a les 7,30 des de Palau Reial i 7.45 des de Sagrada Família.

a s s e g u r a n c e s

Problemes, dubtes, consultes...

TRUCA'NS

Tel.: 933 190 672

Pino i Cata

De franc per a tots els socis de l'AEC



Mola d'Estartés (foto: Jordi Pino)



Cicle Everest (foto: Joan Tarruella)



aquesta web et sorprendrà

www.balmaat.com hem trencat esquemes

Per el material per a esports de muntanya i aventura, totes les estacions d'esquí d'Europa, altímetre de 12.000 muntanyes, contem de fotografies, eines, revista. Cerca als líns companyys de viatgs per a escalat, fer expedició, sortir el cap de setmana... a www.balmaat.com

SERVEI 24 HORES

BALMAT

Tel. 934 548 309 · 08011 Barcelona · balmaat@balmaat.com

1 MODA ROKA TÈCNICA Gran Via C.C., 531 08011 Barcelona Tel. 934 548 309	2 ESQUÍ I TEMPS LLIURE Gran Via C.C., 527 08011 Barcelona Tel. 934 548 309	3 ACAMPADA Camí d'Ugèl, 72 08011 Barcelona Tel. 934 548 309	4 MUNTANYA TÈCNICA Camí d'Ugèl, 76 08011 Barcelona Tel. 934 548 309
---	--	---	---



AGRUPACIÓ EXCURSIONISTA "CATALUNYA"

Padilla, 255-263, primera planta

08013 Barcelona
e-mail: aec@aec.cat

tel: 93 302 45 29
web: www.aec.cat

PUBLICACIÓ
PERIÒDICA



Amb la col·laboració de:

Generalitat de Catalunya
Departament de Governació
i Administracions Públiques
Secretaria d'Acció Ciutadana