



**PROU
EXCUSES!**



la llana

Agenda cultural i de ciutat a Ripollet 031 — Novembre 2022

Sumari — El 25N impulsa la Xarxa Lila de les joves Pàg. 3 El Casal de Joves fa 25 anys Pàg. 9 Ripollet crea un espai per al record dels nadons al cel Pàg. 11 L'ICS posa en marxa un servei de nutrició Pàg. 13 Els beneficis de la gimnàstica per a la gent gran Pàg. 15 En defensa dels drets de les persones nouvingudes Pàg. 17 Traça fa dialogar Art i Memòria Pàg. 19 Pel Sàhara en Panda Pàg. 23 Torna la caminada al Tibidabo Pàg. 24



Ajuntament de Ripollet

+ciutat!

Escolta-la!

LA RÀDIO, AL DIA

ripolletradio.cat

91.3 FM



Dilluns

17-18 h *Descubre by Top Playlist (CP)*
 18-19 h *A les portes de Troia (CP)*
 19-20 h *Així Som - Aspasur (1r) / Peluts - SPAM (CP)*
(2n i 4t) / APCAV Radiofaro - As. Pilots i controladors
aeris virtuals (3r)
 20-21 h *Tradicionàrius Punt i Seguit (CP)*
 21-23 h *DeMésEnllà (CP)*

Dimarts

17-18 h *Electric Cafe (1r i 3r) / Amb so de Jazz (2n) /*
Ripollet documentat (4t)
 18-19 h *Vivir la Música. El Templete*
 19-21 h *El 7è Art de Talia*
 21-22 h *L'hora dels Tribuneros (1r i 3r) / Ratores de*
Buhardilla - Club d'Escacs Palau Ausit (2n) / La ciència
és nostra (4t)
 22-23 h *News ClickCiber (CP)*

Dimecres

10-13 h *Matins Pop-Rock*
 17-19 h *Los Tres Tenores... dan la nota*
 19-20 h *Bravo por la música (1r) / El Camino - As. Camino*
Ancestral de Santiago (2n) / Gente de Ripo (3r) / La Careta
Parla - La Careta Teatre (4t)
 20-21 h *Wrestling. Tirando del hilo (1r) / El Kamaleó Roig*
(2n i 4t) / Clàssics contemporanis (3r)
 21-22 h *La Escalera - A. Música de Autor La Escalera (1r i 3r)*
/ Desde la Historia (2n) / Createnglish (4t)
 22-23 h *El Corralón del Blues*

Dijous

10-13 h *Matins Pop-Rock*
 17-19 h *Magazín INFO Setmanal*
 * 19 h *Retransmissió mensual del Ple Municipal (4t o 5è)*
 19-20 h *L'Edèn amb Rosa Melania (1r) / Entretots - As.*
Entretots (2n) / R3 Triatló - Club de Triatló de Ripollet (3r) /
Retransmissió del Ple (4t o 5è)
 20-21 h *El Hombre Lobo (1r) / Cor Blau - CB Ripollet (2n) /*
Gitanes a la Ràdio - Gitanes de Ripollet (3r) / Retransmissió
del Ple (4t o 5è)
 21-22 h *EGB FM (CP)*
 22-23 h *Ohhh! TV Podcast / Gamers Ocupados*

Divendres

13-15 h *Reposició magazín INFO Setmanal*
 17-18 h *Coblejant (CP)*
 18-19 h *Club del country (CP)*
 19-20 h *Música amb accent obert*
 20-22 h *Viaje al Reino del Metal - Ripollet Rock*
 22-23 h *Ruta 66 (CP)*
 23-05 h *SZONA DJ (CP)*

De 10 a 13 i de 17 a 19 h Butlletins locals

Migdies i matinades Clàssics Contemporanis

De dilluns a dijous, des de final de la programació fins a les 2 am

Ongo Bongo

Caps de setmana

Dissabtes, a les 13 h, repetició de l'Info Setmanal, i a les 23 h, *Don't Stop Dancing (CP)*.

Resta d'hores, reposicions dels programes emesos entre setmana.

SETMANA DE LA ciència

RIPOLLET

Del 12 al 21 de novembre
de 2022

PROGRAMA
D'ACTIVITATS

+ INFO



Ajuntament de Ripollet

+ciutat!

Edita:

Ajuntament de Ripollet

Rbla. de Sant Jordi, 6, 1r. 08291 Ripollet

Tel. 935 942 048

A/e: info@ripollet.cat

info.ripollet.cat

Direcció: Toni Miralles

Redacció i maquetació: Departament de Comunicació

Impressió: Gestió de Publicacions Locals SCCL

Distribució: Distpublic

Tirada: 17.000 exemplars bustiats

Dipòsit Legal: pendent

DESTAQUEM

25N: prou excuses contra la violència vers les dones

Estrenem el mes de novembre amb la vista posada en el pròxim 25N, una nova cita de reivindicació i feminisme. Com és habitual, el Dia Internacional per a l'Eliminació de la Violència envers les Dones es commemorarà durant bona part del mes amb diversos actes. Les activitats tot just comencen el primer cap de setmana, el dia 5, amb la Nit de Bruixes que recupera els actes que altres anys s'havien celebrat durant el mes de juliol.

El Comitè de Dones serà l'entitat encarregada el mateix dia 25 de novembre d'organitzar els diferents actes a la plaça del Molí, amb la lectura del manifest i una acció artística per visibilitzar les violències que pateixen les dones. Com altres anys, la Biblioteca Municipal acollirà algunes activitats de la commemoració, com ara una "Hora del conte" especial o la mostra de llibres temàtics "Lletres violetes 25N". Per altra banda, durant aquest mes, es començarà a treballar en els nous protocols contra l'assetjament sexual en entitats esportives, amb un taller al qual estan convidats precisament els clubs de la ciutat. El CIP Molí d'en Rata

i l'Associació Cultural El Local també seran l'escenari d'altres activitats, i Ripollet Ràdio se suma a la reivindicació amb una programació especial divendres, 25 de novembre, al matí. L'emissora municipal emetrà una taula rodona sobre el treball sexual i un pòdcast gravat per les integrants de la Xarxa Lila.

Aquest nou projecte de la Xarxa Lila s'ha convertit en la pedra angular de la commemoració del 25N i aspira a ser un programa de llarga durada per empoderar les dones joves de Ripollet. En podreu conèixer més detalls a la pàgina 4.

En definitiva, tot un programa d'activitats reivindicatives que tenen com a lema una frase curta, però contundent, clara i directe: "Prou excuses!". Prou excuses per justificar actes de menyspreu, d'assetjament o de maltractament. Prou posar excuses com l'estrès o el nerviosisme. I, sobretot, prou posar com a excusa que la dona anava vestida de tal forma o que va dir tal cosa. Aquest és el missatge que vol llençar Ripollet, i concretament les dones, contra totes les violències o microviolències que pateixen.

REPORT

**+ INFO**

Buscant referents per a les adolescents ripolletenques

Amb motiu del 25N, Dia Internacional per a l'Eliminació de la Violència envers les Dones, s'ha presentat la Xarxa Lila, un projecte pilot que aplega una desena de noies joves de Ripollet. El seu objectiu és que es formin i creïn un grup estable per posar en comú situacions i temes que les preocupen o angoixen i fer activitats juntes. La intenció final és que el projecte perduri i la Xarxa Lila vagi creixent amb més noies que s'hi incorporin.

Fa un any, just sortint de la pandèmia, la Diputació de Barcelona va dur a terme una enquesta de salut als alumnes dels instituts de Ripollet, un qüestionari que es presenta cada quatre anys. Algunes de les conclusions que es van extreure d'aquest estudi van ser descoratjadores, sobretot en el cas de les noies adolescents. L'enquesta constata en molts casos la permissivitat de relacions de parella tòxiques, el desconeixement en l'àmbit de les relacions sexuals, mals hàbits d'alimentació i l'abandonament de l'activitat esportiva molt més aviat que els nois.

Amb la idea de revertir aquestes dades, la Regidoria de Feminismes es va plantejar buscar referents positius de noies joves formades i empoderades, que servissin d'exemple a les adolescents de Ripollet. De seguida, però, va quedar clar que amb campanyes institucionals o activitats tradicionals no es podria arribar al col·lectiu de les noies adolescents. "És obvi que parlem idiomes diferents, som dones d'una certa edat que creem campanyes de conscienciació per a adolescents que tenen altres canals

de comunicació, que es basa més en les xarxes i els seus entorns més pròxims i, per tant, aquestes campanyes no els arriben", assenyala la regidora de Feminismes, Txell Caler.

Davant d'aquesta dificultat, la Regidoria de Feminismes, amb el suport de la cooperativa l'Esberla, es va plantejar buscar aquests referents positius dins del mateix entorn de les noies adolescents. L'objectiu és que les mateixes companyes d'institut siguin exemples positius per a la resta i que es puguin ajudar, assessorar i donar-se suport entre elles. Com es va dir durant la presentació de la Xarxa Lila, "l'exemple més positiu i proper és el de la teva amiga". D'aquesta manera, el mes de maig passat començava a caminar el projecte pilot de la Xarxa Lila, un grup d'una desena de joves adolescents –la majoria noies, ja que és mixte– que ja han començat a desenvolupar algunes activitats.

Enguany, les integrants de la Xarxa Lila provenen dels instituts Can Mas, Lluís Companys i El Martinet, però la intenció és que el projecte es vagi ampliant a nous centres i a més noies joves que s'integrin dins del grup actual. Està previst que, a partir del mes de gener, el projecte s'integri dins del programa Servei Comunitari, adreçat a les joves de 3r i 4t d'ESO.

Implicades en el 25N

Des de l'inici del projecte, les integrants de la Xarxa Lila no han parat quietes. Primer, van fer diverses formacions a càrrec de la cooperativa l'Esberla sobre perspectiva de gènere. Però, a poc a poc, el projecte ha anat creixent gràcies a les seves aportacions i idees.



D'esquerra a dreta, l'Abril, la Leiza, la Xènia i la Violeta

“Són un grup molt motivat i engrescat, on hi ha un gran ambient i, amb l'acompanyament dels darrers mesos, han pogut donar forma a totes les idees que tenien”, explica la regidora Txell Caler. Així doncs, amb motiu del 25N Dia Internacional per a l'Eliminació de la Violència envers les Dones, les integrants de la Xarxa Lila han ideat el cartell promocional i el lema “Prou excuses!”. El mateix dia 25 de novembre participaran de l'acte al carrer del Comitè de Dones presentant la performance “Les violències que es veuen i les que no es veuen”. A més, ben aviat començaran a gravar una sèrie de pòdcasts, amb el suport de Ripollet Ràdio, sobre temes que els interessin o preocupin. L'estrena del primer d'aquests àudios serà el mateix 25N, a les 11 i les 15 h, a la sintonia de l'emissora municipal. Tota una sèrie d'activitats que es desitja que tingui continuïtat i que suposi un pas més en l'empoderament de les noies joves de Ripollet.

La Xarxa Lila, un grup de suport

Les integrants de la Xarxa Lila es reuneixen pràcticament cada setmana. Això fa que entre totes elles s'hagi creat un vincle que va més enllà de la planificació d'activitats. Les seves reunions han servit per parlar i compartir idees que cadascuna tenia de situacions habituals i quotidianes. “Hem conversat sobre l'amor, les relacions tòxiques o el bullying, entre molts altres

temes, i ens hem adonat que totes teníem punts en comú”, explica la Xènia, una de les integrants de la Xarxa Lila.

Totes elles buscaven parlar amb altres noies sobre els temes que comparteixen en el seu dia a dia. “T'adones que moltes coses no les pateixes tu sola, sinó que totes tenim les mateixes sensacions; de vegades, en el teu grup de classe, algunes microviolències masclistes es normalitzen i se'ls treu importància, però amb el grup de la Xarxa Lila t'adones que no són situacions normals i que s'han de denunciar”, assenyala l'Abril, que indica que al cartell del 25N hi surten escrites “frases que semblen normals, però que no ho haurien de ser”. Per la seva banda, la Violeta reconeix que moltes noies joves “no sabem identificar les relacions tòxiques i, parlant a la Xarxa Lila, t'adones de conductes que es repeteixen i que no sabies reconèixer abans”. Totes elles, juntament amb la Leiza i la Zoe, formen part de la Xarxa Lila i van ser presents a la presentació del projecte. No totes les adolescents tenien abans coneixements o consciència feministes, però després de l'experiència totes elles destaquen el bon ambient del grup i com les ha ajudat a trobar persones amb les mateixes inquietuds i que vegin el món des del seu mateix punt de vista.

AGENDA

Dijous 3

Club del còmic infantil: *El niño brujo*, de Molly Knox Ostertag

A les 17.30 h, a la Biblioteca
Municipal

Infants de 8 a 11 anys. Inscripció:
biblioteca@ripollet.cat
o 935 864 230.

Organitza: Ajuntament
de Ripollet

Xerrada: “Les riuades de 1962. Els cadàvers trobat al mar”

A les 19 h, al CIP Molí
d'en Rata

Amb Joan Comasòlives, Roser
Lozano i Genís Ribé, autors d'un
article sobre les riuades i els 94
cadàvers localitzats a les costes de
Tarragona.

Organitza: Ajuntament
de Ripollet

Nits de Música: Història del cinema musical nord-americà (63a sessió, anys 2014-2015)

De 19 a 20.30 h, al Teatre
Auditori

Amb Joana Raja i Lluís López.
Organitza: Nits de Música
de l'AETMV



Divendres 4

Conferència fotogràfica A les 18.30 h, al Centre Cultural

Xerrada amb fotoperiodistes
d'*El Periódico*, Jordi Otx i Manu
Mitru.

Organitza: AFOCER

Art i Memòria: Riuada 1962

A les 19 h, pels carrers de
Ripollet

Ruta històrica amb l'acció artística
“Còdols in memoriam”. Projectió
del documental “La riuada de
1962 a Ripollet” i exposició “Plou
a bots i barrals”. Inscripcions:
669 282 831 o gruppromotor@
lafabricadarts.org.

Organitza: Traça (Populus
Labora), Agrupació Ripollet
Natura, Trencadís i Grup
d'Estudis Ripolletencs
Hi col·labora: CIP Molí d'en Rata

Teatre: *Màster Xof*

A les 20.30 h, al Teatre
Auditori

Entrades a espectadorsripollet.cat
o a taquilla a partir de les 19 h.

Organitza: AETMV



Compra
l'entrada!

Dissabte 5

+ INFO

Senderisme: GR-210 Camí Vora Ter, etapa 1: Setcases-Sant Pau de Segúries

Més informació a
centreexcursionistaripollet.com.
Organitza: Centre Excursionista
de Ripollet

Xerrada: “Coeduques?”

De 10 a 12 h, al Centre
Cultural

Xerrada per a famílies amb
infants de 0 a 3 anys. A
càrrec de Laura Girbau,
professora de la UAB i
directora del Centre de Recursos
Pedagògics. Dins del cicle “El
racó de la petita infància”, del Pla
Educatiu d'Entorn 2020-2023.
Inscripció prèvia a ripollet.cat.
Organitza: Ajuntament
de Ripollet

Inscriu-te!

Formació: “Caminem cap a una ciutat cuidadora i feminista” (1a sessió)

De 10 a 13 h, al Centre
Cultural

Taller sobre la visió
ecofeminista i les
cures en el dia a dia. Amb la
cooperativa l'Esberla. Inscripció:
populuslabora@comunalitat.cat
o @populuslabora.
Organitza: Populus Labora

Inscriu-te!



**Juga amb la història:
Fem art amb la natura:
quadres naturals**

**A les 18 h, al CIP Molí
d'en Rata**

Taller adreçat a tots els públics.
Inscripció: 935 946 057 o
reserves.molidenrata@ripollet.cat.
Organitza: Ajuntament
de Ripollet

Nit de Bruixes

**De 18.30 a 01 h, a la rbla.
de Sant Jordi, davant del
Centre Cultural**

Música, foc i parades al carrer. En
el marc del 25N.
Organitza: Bruixes de Ripollet

Diumenge 6

**Mostra i tallers entorn
la cultura popular**

**A partir de les 11 h, a la rbla.
de Sant Jordi, davant del
Centre Parroquial**

11 h Cançons populars catalanes,
amb la Coral Infantil, la Juvenil,
el Cor Tradicional de la Societat
Coral "El Vallès" i la Coral Los
Estupendos del Casal d'Avis de
Ripollet.

11.30 h Taller: "Com es balla la
sardana? T'ensenyem els passos!".

12 h Ball de sardanes amb la cobla
La Nova Vallès.

Organitza: Societat Coral "El
Vallès" i Associació Sardanistes de
Ripollet

Hi col·labora: Casal d'Avis

**Jugatecambial
Pinetons: Atrapant l'aire**

**A les 11.30 h, al parc
dels Pinetons**

Organitza: Ajuntament
de Ripollet i AMB Parcs

**Jugatecambial Massot:
La fauna secreta del parc i
taller de petjades**

A les 11.30 h, al parc Massot

Organitza: Ajuntament
de Ripollet i AMB Parcs

Petit Mercat Vell:

Els viatges de Bowa

A les 18 h, al Teatre Auditori

Espectacle de circ poètic a
càrrec de La Gata Japonesa,
per a infants a partir de 4 anys.
Entrades: Centre Cultural,
teatreauditoridelmecatvell.cat
o a taquilla una
hora abans.

Organitza:
Ajuntament
de Ripollet

**Compra
l'entrada!**

Dilluns 7

**Book Club: A Room of
One's Own, de Virginia
Woolf**

**A les 19 h, a la Biblioteca
Municipal**

Club de lectura en anglès a càrrec
de Laura Patricio. Inscripció:
biblioteca@ripollet.cat
o 935 864 230.

Organitza: Ajuntament de Ripollet

**Formació per a entitats:
"Sol·licitud i justificació
de subvencions"**

**De 19 a 21 h, al Centre
Cultural**

Curs gratuït amb certificat
d'assistència. Inscripcions: Centre
Cultural o cultura@ripollet.cat.
Organitza: Ajuntament
de Ripollet

Dimarts 8

**Club de lectura infantil
Gomet blau: Neda-que-
neda, de Leo Lionni**

**A les 17.30 h, a la Biblioteca
Municipal**

A càrrec de Noelia López, per a
infants de 5 a 7 anys. Inscripció:
biblioteca@ripollet.cat
o 935 864 230.

Organitza: Ajuntament
de Ripollet



Dimecres 9

Hora del conte: *El país del silenci*

A les 17.30 h, a la Biblioteca Municipal

Conte pedagògic a càrrec de Bufanúvols. Infants a partir de 3 anys. Inscripció: biblioteca@ripollet.cat o 935 864 230. Organitza: Ajuntament de Ripollet

Conferència “Mirar la música, escoltar la pintura”

A les 18 h, al Teatre Auditori Xerrada a càrrec de Miquel del Pozo, arquitecte i divulgador de l'art. Entrada lliure. Organitza: Traça, en el marc del projecte Populus Labora

Dijous 10

Club del còmic juvenil: *Hiki, de Nangoku Banana*

A les 17.30 h, a la Biblioteca Municipal

Joves de 12 a 16 anys. Inscripció: biblioteca@ripollet.cat o al 935 864 230. Organitza: Ajuntament de Ripollet

Segona assemblea de Populus Labora

De 17.30 a 19.30 h, al Centre Cívic del Pont Vell

Sessió de treball conjunta oberta a totes les entitats i col·lectius. Organitza: Populus Labora

Divendres 11

Formació: “Com ser seleccionat a Infojobs! (70% d'efectivitat)”

De 9.30 a 14.30 h

Curs de 5 hores adreçat a persones en situació d'atur. Inscripcions a orientacio@ripollet.cat o 935 807 642. Organitza: Ajuntament de Ripollet

Inscriu-te!

Dissabte 12

Taller de cuina en família De 10.30 a 12 h, al Centre Cultural

Infants de 5 a 12 anys. Inscripcions: Centre Cultural o ripollet.cat. Preu: 4 €. Organitza: Ajuntament de Ripollet

Inscriu-te!

L'hora petita: *El cargol Aniol*

A les 11.30 h, a la Biblioteca Municipal

A càrrec de Laberta Delpoblet. Infants d'1 a 4 anys. Inscripció: biblioteca@ripollet.cat o al 935 864 230. Organitza: Ajuntament de Ripollet

Aniversari del Casal de Joves

A partir de les 12 h, a l'entorn del Casal de Joves

Activitats adreçades a tots els joves de la ciutat. De 12 a 14 h Emissió en directe al pati del Centre Cultural d'un programa de ràdio per part dels participants al taller de *videopodcast* (4, 7 i 8 de novembre).

Cal inscripció prèvia al Casal de Joves. Amb la col·laboració de Ripollet Ràdio, dins les activitats del 25è aniversari de l'emissora municipal.

17.30 h Actuació dels Diablers de Ripollet i Rhythm'n'Moyo (rbla. de Sant Jordi, davant del Casal de Joves).

De 17.30 a 20.30 h *Skate i Scooter* a la rbla. de Sant Jordi.

Concerts al pati del Centre Cultural

18.30 h Roof Bandits.

19.45 h Uncommon.

De 21.30 a 23 h PD.

Durant la tarda, es realitzarà un nou grafit a l'interior del Casal.

Organitza: Ajuntament de Ripollet

Xerrada: “L'astrofotografia”

A les 19 h, a la Casa Natura

Amb l'astrofotògraf Jaume Zapata.

A continuació, al parc dels Pinetons

Nit d'observació astronòmica

En el marc de la Setmana de la Ciència.

Organitza: Ajuntament de Ripollet

Diumenge 13

Caminada popular: XIV Ripollet-Tibidabo-Ripollet

A partir de les 7 h, sortida des del parc del riu Ripoll

Distància: 26,05 km.

Més informació a centreexcursionistaripollet.com. Organitza: Centre Excursionista de Ripollet

+ INFO

REPORT

De la generació Z a l'Alfa



Els primers usuaris del Casal de Joves ja tenen 35 anys

El Casal de Joves de Ripollet compleix 25 anys des de la remodelació de 1997, que va fer que l'edifici esdevingués l'actual Casal, a més d'acollir la ràdio. El model inicial, enfocat a la informació juvenil, ha evolucionat amb un gir educatiu i d'acompanyament del jovent. En els primers anys, el Punt d'Informació Juvenil (PIJ) va esdevenir una peça clau per ajudar a les persones joves a aconseguir la seva autonomia, emancipació i exercici de la plena ciutadania, mitjançant l'accés a la informació i una primera atenció municipal. El 2005 va suposar l'arribada del servei Kftí, un espai educatiu no formal per a joves de 12 a 17 anys i que promou la socialització activa i positiva de les persones joves.

Oferta actual

Una recent reforma ha dotat l'equipament d'espais diàfans adequats a les necessitats actuals. A més del consolidat servei Kftí, el Casal disposa de l'Espai Kftó.



Espai d'estudi del Casal de Joves

Aquest recull el testimoni de l'antic PIJ i presenta una programació de tallers mensuals i assessoraments gratuïts per a joves a partir de 12 anys. També un espai d'estudi lliure o amb suport educatiu.

El Casal també acull el Punt Lila Jove, destinat a lluitar contra la violència masclista i homofòbica entre les persones joves. També és punt de reunió de joves de serveis comunitaris com la Xarxa Lila i el futur servei comunitari de programació d'activitats per a joves (Festa Major i el mateix Casal). Així mateix, continua com a seu d'entitats juvenils i lloc de trobada i creació dels seus projectes.

Commemoració dels 25 anys

La rambla de Sant Jordi i el pati del Centre Cultural acolliran diverses activitats al llarg del dissabte, 12 de novembre. Al matí, joves a partir de 12 anys faran un *videopodcast* de cara al públic i en línia pel canal Ripollet TV a YouTube. Organitzat per Ripollet Ràdio, tindrà 3 sessions preparatòries gratuïtes. Cal inscripció prèvia al Casal de Joves. A la tarda, es pintarà el nou grafit de l'interior del Casal i al carrer hi haurà *skate* a la rambla i l'actuació de Diables de Ripollet i Rhythm'n'Moyo. Seguidament, tocaran Roof Bandits i Uncommon. La festa s'allargarà fins a les 23 h amb punxadiscos.

Toni Miralles

Visita al Molí d'en Rata i taller de pa

A les 11 h, al CIP Molí d'en Rata

Reserves: 935 946 057 o reserves.molidenrata@ripollet.cat.
Organitza: Ajuntament de Ripollet

Jugatecambiental Pinetons: Taller de dendrologia

A les 11.30 h, al parc dels Pinetons

Organitza: Ajuntament de Ripollet i AMB Parcs

Jugatecambiental Massot: Cosmètica natural amb plantes remeieres

A les 11.30 h, al parc Massot

Organitza: Ajuntament de Ripollet i AMB Parcs

Dilluns 14

Cafè Literari: Història del nou cognom, d'Elena Ferrante

De 15.30 a 17 h, al Centre Cultural

Tertúlia literària oberta a tothom.
Organitza: AETMV



Dimarts 15

Llegir el teatre: *Morivivos, de Cultura i Conflicte*

A les 18.30 h, a la Biblioteca

Amb Mònica López, d'Amics del Teatre. Inscripció: biblioteca@ripollet.cat o 935 864 230.

Organitza: Ajuntament de Ripollet

Dimecres 16

Llegim i creem: Les peripècies dels astres

A les 17.30 h, a la Biblioteca Municipal

Amb Sara Sareta. Infants de 7 a 10 anys. Inscripció: biblioteca@ripollet.cat o 935 864 230.
En el marc de la Setmana de la Ciència.

Organitza: Ajuntament de Ripollet

Dijous 17

Club de lectura infantil Gomet vermell: *El gran llibre verd*, de Robert Graves

A les 17.30 h, a la Biblioteca Municipal

Infants de 8 a 9 anys. Inscripció: biblioteca@ripollet.cat o 935 864 230.

Organitza: Ajuntament de Ripollet



Nits de Música: El Teatre Musical de Dagoll Dagom

De 19 a 20.30 h, al Teatre Auditori

Amb Joana Raja i Lluís López.
Organitza: Nits de Música de l'AETMV

Divendres 18

Xerrada: "L'altre cara de l'espai"

A les 19 h, a la Biblioteca Municipal

A càrrec de Núria Escursell.
En el marc de la Setmana de la Ciència.

Organitza: Ajuntament de Ripollet

Teatre: *Búho*

A les 20.30 h, al Teatre Auditori

Muntatge multidisciplinar a càrrec de la Cia. Titzina Teatre.
Entrades a espectadorsripollet.cat o a taquilla a partir de les 19 h.
Organitza: AETMV

Compra l'entrada!

Dissabte 19

Jornada d'anellament d'ocells

A les 9 h, al parc dels Pinetons

A càrrec d'Antonio España.
En el marc de la Setmana de la Ciència.

Organitza: Ajuntament de Ripollet

COLUMNA VERTEBRAL

El Jardí del Record dels bebès al cel



La Laura i la Tamara són les dues mares promotores de la creació del Jardí del Record, amb el suport de l'Ajuntament de Ripollet, al peu del bosc dels Pinetons amb l'avinguda de Maria Torras. En aquest espai s'hi han col·locat uns grans testos amb plantes florals, decorats per l'Ares. En el seu acompanyament ha estat la Judit, treballadora social de l'Ajuntament. Les quatre tenen en comú que han patit pèrdues de fills en etapes gestacionals, perinatals i neonatals.

En l'acte d'inauguració, el passat 15 d'octubre, la Laura va explicar com “un dia vam entrar embarassades a l'hospital i en vam sortir amb els braços buits. Som aquí per donar visibilitat als nostres fills i filles i dir que han existit i que encara existeixen en el nostre cor i pensament. Que mori un fill o filla és normal, però no està igual de reconegut. Com a molt tenim alguna foto o ecografia, però en la majoria dels casos no tenim res en què recolzar-nos de cara a familiars i amics. L'acte d'avui demostra que encara es necessita reconeixement en l'àmbit social, governamental i institucional” i es va reivindicar “som i serem mares i pares al cel”.

En la seva intervenció, la Tamara va posar el focus en el principi de la gestació. “Les pèrdues del primer trimestre són les grans oblidades. Els nadons gestants que moren són invisibles als ulls del món, independentment de les setmanes que siguin, però nosaltres som igualment pares i passem aquest dol, de la mateixa ma-

nera que els seus germans grans”. La Tamara també va explicar que el Jardí del Record “és fora d'un cementiri per fer-lo visible als ulls de tothom i sense importar la religió. Donarà homenatge als nostres estels, ajudarà a trencar el tabú que hi ha sobre aquestes morts i podrem tenir un lloc on anar a recordar o plorar els nostres fills, ajudant així a transitar el dol saludablement”. També va parlar Judit, la treballadora social de l'Ajuntament, qui va relatar el seu cas, fa 18 anys, que va passar “totalment invisibilitzat i com a vivència traumàtica”. Això va portar-la a formar-se professionalment en la gestió del dol i l'acompanyament a les persones que han patit una pèrdua. Per a la Judit, “la societat no està preparada per acompanyar a les mares i pares que han perdut els seus fills d'una manera tan aviat i sobtada” i va reclamar la necessitat de “reconèixer les maternitats i paternitats dels que han viscut el drama de la mort del fill durant l'embaràs, el part o les primeres setmanes de vida, validar la seva existència i visibilitzar el dol que aquesta pèrdua representa. També cal el consegüent reconeixement dels drets jurídics, civils i laborals, que els permetin iniciar una recuperació física i emocional. I exigir que volem prendre les nostres pròpies decisions: tenir accés a tota la informació (mèdica, funerària, de creació de records, etc.) i rebre l'acompanyament oportú per poder prendre aquestes decisions amb tranquil·litat i seguretat”.

Toni Miralles

Formació: “Caminem cap a una ciutat cuidadora i feminista” (2a sessió)

De 10 a 13 h, al Centre Cultural

Taller sobre la visió ecofeminista i les cures en el dia a dia. Amb la

Cooperativa l'Esberla. Inscripció: populuslabora@comunalitat.cat o [@populuslabora](https://www.instagram.com/populuslabora).

Organitza: Populus Labora

Inscriu-te!

Experiment científic en família: “Heura i col llombarda”

De 10.30 a 12 h, al Centre Cultural

A càrrec de l'associació Lucíferases. Infants a partir de 5 anys.

Inscripcions al Centre Cultural o ripollet.cat. Preu: 4 €. En el marc de la Setmana de la Ciència.

Organitza: Ajuntament de Ripollet

Inscriu-te!

L'hora petita: *El Sol riu i la Lluna dorm*

A les 11.30 h, a la Biblioteca Municipal

A càrrec de Sara Genovart. Infants fins a 3 anys. Inscripció: biblioteca@ripollet.cat o al 935 864 230.

Organitza: Ajuntament de Ripollet

Taller de *Lightpainting* A Montserrat

Taller en col·laboració amb AFOSANTS. Obert a tothom. Preu: 40 €. Més informació, a comunicacioafr@gmail.com. Organitza: AFR

Històries de la vinya: de la Mediterrània al Cellar Cooperatiu de Ripollet

A les 19 h, al Teatre Auditori

Espectacle en commemoració del centenari del Cellar. Amb el Cor Tradicional, Veus del Vallès, el conjunt instrumental de la Societat Coral “El Vallès”, la Colla de Gitanes i els grallers dels Gegants de Ripollet. Entrada amb invitació, a recollir al Centre Cultural a partir del 14 de novembre.

Organitza: Ajuntament de Ripollet

Diumenge 20

Itinerari “Nucli antic: L'origen de la vila”

A les 11 h, sortida des del CIP Molí d'en Rata

Reserves: 935 946 057 o reserves.molidenrata@ripollet.cat. Organitza: Ajuntament de Ripollet

Jugatecambiental Pinetons: *Circuit sobre rodes*

A les 11.30 h, al parc dels Pinetons

Organitza: Ajuntament de Ripollet i AMB Parcs

Jugatecambiental Massot: *Arrela't al parc*

A les 11.30 h, al parc Massot

Organitza: Ajuntament de Ripollet i AMB Parcs

42è aniversari del Centre d'Esplai l'Estel

A determinar

Organitza: Centre d'Esplai l'Estel

Dilluns 21

Taller: “Amb el cor a la mà”

A les 17.30 h, al Centre Cultural

A partir de la dissecció d'un cor, parlem de la salut cardiovascular.

A partir de 10 anys. Places limitades. Inscripcions a casanatura@ripollet.cat.

En el marc de la Setmana de la Ciència.

Organitza: Casa Natura

Dimarts 22

Taller d'elaboració de protocols en contra de l'assetjament sexual en entitats esportives

A les 18 h, al Centre Cultural

En el marc del 25N. Sessió adreçada als clubs esportius.

Organitza: Ajuntament de Ripollet

Dimecres 23

Hora del conte: *Rosa o blau?*

A les 17.30 h, a la Biblioteca Municipal

Sessió en el marc del 25N. A càrrec de Blai Senabre.

Inscripció: biblioteca@ripollet.cat o 935 864 230.

Organitza: Ajuntament de Ripollet

FILEM PRIM

José Cano

Nutricionista dels CAP de Ripollet

“El primer hàbit saludable és acceptar el nostre cos”

En què consisteix el nou servei de nutrició dels CAP?

És un nou rol que recentment s'ha incorporat a l'atenció primària a Catalunya i està enfocat a la promoció d'hàbits saludables en l'alimentació, per ajudar a prevenir determinades malalties a llarg termini i millorar la qualitat de vida de la població. La nostra feina està principalment pensada cap a la xarxa comunitària, amb sessions grupals. En aquest sentit, hem començat amb uns tallers per promocionar l'alimentació i el benestar emocional als tres CAP, que han tingut una molt bona acollida. Ha estat una sorpresa. S'hi han apuntat 30 persones i ja tenim llista d'espera per a nous grups. A més, aquest mes de novembre farem un altre taller de psiconutrició i alimentació conscient a la Biblioteca Municipal.

En què es basen els hàbits saludables?

Tenen tres potes: l'alimentació, el benestar emocional i l'activitat física i la son. Es diu que la dieta és 80% i l'activitat física un 20%. Això no és real. Tot és important i ho hem d'abordar de la manera més multidisciplinària possible.

Internet va plena de dietes.

A la xarxa també hi ha bona informació, però la que més arriba és la dels gurus i la de determinats interessos econòmics. Les coses són més fàcils del que semblen i els miracles no existeixen. Hem de fer servir l'esperit crític sobre allò que ens volen vendre i millor con-

sultar als professionals de la sanitat pública que tenim a l'abast.

Anem als extrems, de la dieta *keto* al veganisme...

Una persona pot ser vegetariana i tenir una alimentació saludable, sempre que estigui ben estructurada. Jo altres dietes d'aquestes que eliminen o es basen només en determinats productes... em costa de pensar que siguin una bona opció. Moltes vegades tot ve d'un objectiu estètic, com perdre pes. Potser el primer hàbit saludable seria acceptar-nos com som i encarar que el nostre cos no sigui el perfil de les xarxes socials.

Què opines dels productes etiquetats com a saludables?

Hem d'anar amb compte amb determinats reclams. Una de les coses que treballem a les sessions és entendre els etiquetats. Per exemple, ens venen un embotit baix en sal i no deixa de ser un embotit. O els iogurts, jo defenso el bàsic, sencer, sense més.

Uns consells per tenir una vida més saludable?

Consumir més productes frescos, vegetals, hortalisses i reduir els càrnics processats. Per aconseguir canvis en l'alimentació establiria objectius petits, que no suposin un estrès. Per exemple, una persona que no menja mai fruita pot començar per una peça al dia. Només anant a poc a poc construirem una base sòlida.

Toni Miralles



Sessió sobre energia solar fotovoltaica i comunitats energètiques

A les 18 h, al Centre Cultural

Ponència a càrrec d'Ivan Capdevila, director de l'Estudi Ramon Folch i Associats (ERF), per promoure les instal·lacions d'autoconsum fotovoltaic i assessorar sobre subvencions. Entrada gratuïta. Organitza: ERF i AMB

Club de lectura ChickLit: Seda, d'Alessandro Baricco

A les 19 h, a la Biblioteca Municipal

Amb Tamara Marín. Inscripció: biblioteca@ripollet.cat o 935 864 230. Organitza: Ajuntament de Ripollet

Projecció de *Mar i cel*

A les 19 h, al Teatre Auditori

Projecció de la versió de l'obra de Dagoll Dagom estrenada el 2014. Entrades a espectadorsripollet.cat o a taquilla, a partir de les 18 h. Organitza: AETMV

+ INFO

Dijous 24

Formació en Balanç Social

A les 18 h, al Centre Cultural Taller sobre com avaluar les empreses o entitats socialment responsables. Inscripció a populuslabora@comunalitat.cat o @populuslabora. Organitza: Populus Labora

Inscriu-te!

Divendres 25 Dissabte 26

Emissió especial de Ripollet Ràdio

Escolta-la!

A partir de les 11 h, a la 91.3 FM o ripolletradio.cat

Amb motiu del 25N.

11 h Podcast de la Xarxa Lila: "Presentació". Reemissió: 15 h.

12 h Taula rodona "Treball sexual de les dones: Abolicionisme o regulació". Reemissió: 16 h. Organitza: Ajuntament de Ripollet

Lectura del manifest amb motiu del 25N

A les 11.30 h, a l'Espai M. Àurelia Capmany

Lectura per part d'alumnat de secundària de Ripollet del discurs de Malala Yousafzai en el Premi Nobel de la Pau a Oslo el 2014. Organitza: Ajuntament de Ripollet

Escena Violeta

De 16.30 a 20 h, a la pl. del Molí

Espai obert a demostracions artístiques d'entitats i ciutadania en contra de la violència masclista. Per participar-hi: comitedonesripollet@gmail.com o [@comitedonesripo](https://www.instagram.com/comitedonesripo).

A les 18 h

Lectura del manifest

Organitza: Comitè de Dones

+ INFO

Performance: Les violències que es veuen i les que no es veuen

A les 18.30 h, a la pl. del Molí

Performance de la Xarxa Lila per visibilitzar les violències que pateixen les dones. En el marc de l'acte del Comitè de Dones. Organitza: Ajuntament de Ripollet

L'hora petita: Taller de psicomotricitat

A les 11.30 h, a la Biblioteca

A càrrec de Creixent entre Rialles. Infants d'1 a 3 anys. Inscripció: biblioteca@ripollet.cat o al 935 864 230.

Organitza: Ajuntament de Ripollet

Portadores de desitjos: No a la violència de gènere!

A les 11 h, al CIP Molí d'en Rata

Acció de rebuig a la violència de gènere, on es pintaran amb vi missatges reivindicatius sobre llenços que s'exposaran al CIP. Organitza: Ajuntament de Ripollet

Mostra i tallers entorn la cultura popular

A les 17 h, a la pl. d'en Clos

Actuacions de la Banda de la Societat Coral "El Vallès", la coral Veus del Vallès, la Colla de Gitanes de Ripollet i els Gegants i Grallers de Gegants de Ripollet. Actuacions intercalades amb els tallers "Què hi ha dins dels gegants?", "El conte dels Gegants" i "La Colla de Gitanes ens ensenya un ball".

Organitza: Societat Coral "El Vallès", Colla de Gitanes de Ripollet i C.R.A.C.



FEM PINYA

S'inicien les sessions de condicionament físic per a majors de 60 anys

+ INFO

El passat 17 d'octubre van començar les sessions de condicionament físic per a persones majors de 60 anys, organitzades pel Departament d'Esports de l'Ajuntament de Ripollet, amb un total de 150 participants, dividits en tres grups. En un principi, es van oferir dos grups de 60 places (un al matí i un altre a la tarda), però les previsions d'inscripcions es van superar amb escreix i, finalment, es va optar per habilitar un segon grup de matins i evitar que cap persona es quedés sense poder fer activitat física. L'activitat consisteix en dues sessions setmanals al Pavelló Municipal Joan Creus i una sessió d'*aquagym* al Poliesportiu Municipal, des d'octubre de 2022 fins al juny de 2023.

Per tal d'oferir activitats especials i motivadores diferents de les que es fan cada setmana, enguany s'organitzaran algunes puntuals, com ja es va fer en edicions anteriors. Per exemple, les jornades de senderisme, ioga a la natura, gimcana esportiva i ioga aquàtic, com les de l'any passat.

Per tal d'oferir activitats especials i motivadores diferents de les que es fan cada setmana, enguany s'organitzaran algunes puntuals, com ja es va fer en edicions anteriors.

Per exemple, les jornades de senderisme, ioga a la natura, gimcana esportiva i ioga aquàtic, com les de l'any passat.

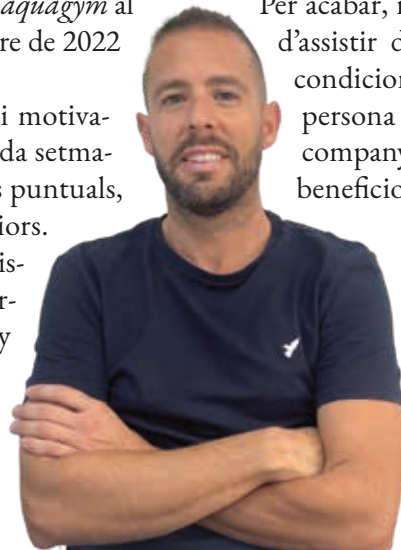


La importància de l'activitat física per a la gent gran

L'exercici físic té molts beneficis per a totes les edats i és de vital importància per a la nostra gent gran, ja que ajuda a estar en forma i al seu benestar emocional i salut cognitiva. A mesura que envellim, la nostra força, massa muscular i dels ossos comença a disminuir.

Per això, l'exercici físic regular adquireix més rellevància en aquesta franja d'edat. També ajuda a prevenir malalties com ara la diabetis, hipertensió arterial, sobrepès i obesitat, la cardiopatia isquèmica (infart o angina de pit), les demències i alguns tipus de càncer.

Per acabar, no podem deixar de banda que el fet d'assistir de manera regular a les sessions de condicionament físic aporten també a cada persona participant una estona setmanal de companyia i de socialització necessària i molt beneficiosa.



Carlos Delgado

Cap de la unitat de Gestió del Departament d'Esports



Xerrada: "Grassofòbia i violència estètica"

A les 18 h, a l'Associació Cultural El Local

Xerrada sobre les violències estètiques que pateixen les dones. A càrrec de Catarsi Feminista. Organitza: Bruixes de Ripollet i Associació Cultural El Local

Teatre: *Un Déu salvatge*

A les 19 h, al Teatre Auditori
Representació de l'obra teatral de Yasmina Reza. Venda d'entrades a www.amicsdelteatre.cat. Organitza: Amics del Teatre

Compra l'entrada!

Diumenge 27

Jugatecambial Pinetons: *Biodiversitat*

A les 11.30 h, al parc dels Pinetons

Organitza: Ajuntament de Ripollet i AMB Parcs

Jugatecambial Massot: *Cens d'ocells*

A les 11.30 h, al parc Massot
Organitza: Ajuntament de Ripollet i AMB Parcs

Dilluns 28

Connecta't (tallers d'alfabetització digital): "Com identificar, prevenir i què fer davant la violència digital de gènere"

A les 18.30 h, a la Biblioteca Municipal

A càrrec de la Fundació Pere Tarrés. Amb motiu del 25N. Organitza: Ajuntament de Ripollet

Dimarts 29

Club de lectura d'àlbums il·lustrats: *Una pequeña casa en el bosque*, de Jutta Bauer

A les 19 h, a la Biblioteca Municipal

Amb Judith Navarro. Inscripció: biblioteca@ripollet.cat o 935 864 230.

Organitza: Ajuntament de Ripollet

Dimecres 30

Club de lectura: *Canto jo i la muntanya balla*, d'Irene Solà

A les 18.30 h, a la Biblioteca Municipal

Amb Alicia Gil. Inscripció: biblioteca@ripollet.cat o 935 864 230.

Organitza: Ajuntament de Ripollet



Altres activitats

+ INFO

Activitats del Casal de Joves

Totes les activitats són gratuïtes i obertes a joves a partir de 12 anys. Inscripcions: joventut@ripollet.cat, 680 340 760

i @RipolletJove.

Cada dilluns (17 h)

Grup Psicoeducatiu

Dimarts 1, 15 i 23 de novembre (17 h)

Taller de cuina

Dimarts 8 de novembre (17 h)

Taller: Expressió artística

Dimecres 2 i 9 de novembre (17 h)

Taller d'iniciació de DJ

Dimecres 16 i 24 de novembre (17 h)

Espai d'estudi

Cada dijous (17 h)

Espai d'estudi

Divendres 4 i 19 de novembre (17 h)

Tarda de jocs de taula

Divendres 26 de novembre (17 h)
Torneig de tennis taula

2a Setmana del Bolet

Fins al 6 de novembre

Diversos bars i restaurants oferiran plats en els seus menús amb el bolet com a protagonista.

Organitza: Gremi d'Hostaleria del Vallès Occidental i el Barcelonès

Horari del servei R-Bici

Fins al 30 d'abril de 2023

Préstec gratuït de bicis de 9 a 16 h.

Organitza: Ajuntament de Ripollet

+ INFO



TEIXINT VINCLES

**+ INFO**

En defensa dels drets de les persones nouvingudes

Teòricament, en accedir a drets bàsics com el treball o la sanitat a Espanya, una persona estrangera té reconeguts els mateixos drets legals que qualsevol ciutadà espanyol. No obstant això, el marc estatal sobre polítiques d'integració manca de disposicions que s'adrecin específicament a la població immigrant.

Per què això és important? Perquè quan no hi ha legislació i un estat de drets concrets, la interpretació queda a discreció de les autoritats locals i regionals, i a la voluntat de la població, així com a la direcció i les prioritats polítiques de torn, sempre canviants.

No vull mencionar les barreres lingüístiques ni les culturals, que són barreres reals que s'interposen cada dia al nostre camí com a immigrants, durant molts anys del nostre viatge migratori.

Per exemple, la manca l'accés al mercat laboral és degut als llargs processos burocràtics, la inaccessibilitat a la informació i la manca de voluntat dels ocupadors per contractar immigrants, junt amb els incidents de discriminació i racisme, entre altres problemes. Això té un impacte advers en l'accessibilitat a una vivenda digna també, com sabem i patim tots.

Respecte a altres serveis de salut, inclosa la mental, molts immigrants eviten acudir a l'atenció primària i s'esperen a necessitar serveis d'urgència. Per moltes raons: l'idioma, la cultura i la por a la discriminació, la denúncia o la deportació.

Per això, quan diem que el marc teòric no s'ajusta a la realitat, això reforça la necessitat d'incloure els migrants en tots els cicles polítics, ja que les seves històries i experiències han d'impulsar les po-

lítiques i incloure's en el disseny i l'aplicació d'aquestes. Es necessiten polítiques específiques per als migrants i altres grups marginats amb la finalitat de protegir els drets d'aquests grups, ja siguin joves, dones, migrants refugiats o altres.

El nostre treball al municipi de Ripollet és crear una junta consultiva d'immigrants que aporti el seu punt de vista en les polítiques d'integració en la ciutat. Aquest treball comença amb la construcció de confiança entre els migrants i el municipi i fomentar una participació inclusiva, proactiva i representant del col·lectiu migratori en la ciutat.

Amb tot això, no només deixem la porta oberta. La mantenim oberta, donem indicacions i convidem a tota la gent a entrar.

Razan Ismail

Fundadora Associació Kudwa



Taller “Connectant amb el cos”

A partir del 8 de novembre, cada dimarts de 18 a 19.30 h, a la Biblioteca Municipal

Taller sobre benestar emocional i alimentació amb la referent de benestar emocional Sílvia Díaz i el dietista-nutricionista José Cano. Inscripcions: CAP o biblioteca. Organitza: Equips d'Atenció Primària Els Pinetons, La Farigola i Ripollet Centre

Mañanitas flamencas

Cada diumenge, de 10.30 a 15.30 h, a la seu de la Peña La Macarena

Jam Session de flamenc amb micro obert. Entrada lliure. Organitza: Peña Flamenca La Macarena

Ball al Casal d'Avis

Cada diumenge, a les 18 h, al Casal d'Avis

Activitat oberta. Preu: 4 €. Organitza: Casal d'Avis

Proves ràpides de VIH, sífilis i hepatitis C

Cada últim dimecres de mes. Servei anònim, gratuït i confidencial. Cita prèvia i consultes al 932 980 642. Organitza: Ajuntament de Ripollet i Gais Positius

Oficina d'atenció LGBTI de Ripollet

Darrer divendres de mes, 10 a 13 h, a 699 901 651. Més informació a coordinacio@och.cat Organitza: Ajuntament de Ripollet i Observatori contra l'Homofòbia

Encants dels Aturats

Cada dissabte no festiu, a la pl. de Pere Quart De 9 a 15 h, mercat de segona mà, d'intercanvi i artesania.

Formacions per a persones a l'atur

“Com gestionar vendes en línia”. Curs de 60 h en línia. “Prevenió de Riscos Laborals en el sector de la neteja”. Del 21 de novembre al 2 de desembre. Curs de 50 h presencial. “Com trobar feina amb més de 45 anys: Talent Sènior”. 23, 24 i 25 de novembre, de 9.30 a 13.30 h. Curs de 12 hores. Inscripcions: formacio@ripollet.cat o 935 807 642. Organitza: Ajuntament de Ripollet

Inscriu-te!

Exposicions

CENTRE CULTURAL

Sala 1

Del 2 al 30 de novembre “Llibertats perdudes” Exposició fotogràfica sobre la vulneració de drets fonamentals. A benefici de l'ONG Open Arms. Amb la col·laboració de Catalunya Mirades Solidàries. Inauguració: 3 de novembre, a les 18.30 h. Organitza: AFOCER



Sala d'Art

Fins al 23 de novembre “Els invisibles del Mediterrani”

Mostra de Carmen Espinosa. Organitza: Ajuntament de Ripollet

BIBLIOTECA MUNICIPAL

De l'1 al 30 de novembre “Blues Visions”

Exposició d'AFOCER sobre el 30è Festival Internacional de Blues de Cerdanyola. Organitza: AFOCER

Del 14 al 30 de novembre “Lletres violetes 25N”

Mostra de llibres sobre la violència de gènere, el feminisme i la igualtat de gènere. Organitza: Ajuntament de Ripollet

CIP MOLÍ D'EN RATA

Fins al 9 de gener “Al Vallès, som gent de vinya!”

Exposició sobre la tradició del cultiu de la vinya. Organitza: Ajuntament de Ripollet

FEM MEMÒRIA

+ INFO

Art i Memòria de Ripollet

“L’art i el seu contingut ètic contribueixen a transformar la identitat i la representació simbòlica d’una ciutat” (Antonio Ontañón, *Situaciones*, 2019). El professor diu que l’art contemporani pot incidir en allò que la ciutat diu de si mateixa, en com vol ser reconeguda i recordada i, potser, projectada cap al futur.

A través dels símbols i de la trama urbana i social, les ciutats mostren allò que els seus ciutadans i ciutadanes volen recordar i oculten el que volen deixar enrere. És la resposta a preguntes com què és l’important, els valors que volen impulsar, les persones que són motiu d’exemple, els fets històrics que configuren la seva identitat i com és la seva visió del món i de si mateixes. Traça entén la revisió del patrimoni material i immaterial i la cultura com a connectors i generadors d’una proposta integral i diversa de ciutat, tot establint connexions i espais de suport mutu. Es tracta de posar les bases, de manera col·lectiva, d’un possible projecte de ciutat cultural, juntament amb els agents de Ripollet. Traça vol promoure la recuperació d’una antiga fàbrica com a centre d’art i de creació: un lloc a omplir d’allò que la ciutat necessita, un espai articulador i de futur. Traça no només aposta per la conservació del patrimoni material i immaterial, sinó per la transformació. La memòria no és viva si no modifica el present i el futur de manera col·lectiva. Mantenir espais simbòlics, dotant-los d’una nova vida i una nova funció, permet construir una memòria i defensar una visió del món on la cultura, la creació, la transformació social i el treball comunitari són fonamentals.

En aquest camí, el grup actualment no només treballa en la reconversió de l’espai físic, sinó també en l’establiment de relacions quotidianes

que impulsin la diversitat, la convivència i el pensament crític. En aquest recorregut se situa l’activitat Art i Memòria, que busca connectar-nos amb un passat no gaire llunyà on les fàbriques eren l’eix fonamental de la vida col·lectiva, les relacions ciutadanes es construïen a partir de la vida al carrer i els espais públics de relació funcionaven d’una manera diferent de l’actual. Les fàbriques han estat motor de creixement de Ripollet. Durant dècades van ser font de recursos, de lluites pels drets, de vida compartida, llocs amb una càrrega ideològica i social que permeten explicar la ciutat i el seu desenvolupament urbà i social. “La memòria de les fàbriques” recull els testimonis de les persones que hi han treballat, amb quins codis es movien, com funcionaven les relacions laborals i personals en l’entorn de la fàbrica. D’altra banda, les activitats sobre la Riuada del 1962 volen mantenir la mirada sobre uns fets històrics que encara simbolitzen un moment de solidaritat ciutadana i de defensa de la vida col·lectiva. Són dues propostes amb les quals Traça intenta que la identitat mutable i col·lectiva de la ciutat es faci present en la memòria. D’altra banda, les activitats sobre la Riuada volen mantenir la mirada sobre uns fets històrics que encara simbolitzen un moment de solidaritat ciutadana i de defensa de la vida col·lectiva. Són dues propostes amb les quals Traça intenta que la identitat mutable i col·lectiva de la ciutat es faci present en la memòria.

Traça. Grup Promotor de la Fàbrica d’Arts i Creació de Ripollet

TRAÇA

Treballadores de la fàbrica Roca Umbert a El Martinet de Ripollet



Opinió



#Prou excuses

Entrem en el mes de novembre, mes en què es commemora el Dia Internacional contra les violències masclistes, i serà el moment en què es torni a posar el focus mediàtic sobre aquesta xacra. Quan s'escrivien aquestes línies el nombre de dones assassinades a l'estat espanyol, des de principi d'any ascendia a 24, 9 de les quals a Catalunya. 24 dones assassinades a mans d'homes del seu entorn més proper: parelles, exparelles, pares...

Però aquestes morts són només la punta visible d'un iceberg amb el qual totes les dones, en un moment o altre de les nostres vides, topem, sovint fins i tot sense saber-ho. Estem dins d'un sistema patriarcal i capitalista que invisibilitza i normalitza la violència vers les dones, present a tots els àmbits.

Per fer-hi front necessitem que es destinin recursos estatals i autonòmics per poder desplegar les diferents legislacions aprovades. Però això no ens eximeix a les administracions públiques i el govern de Decidim treballem fermament per fer de Ripollet un municipi lliure de violències masclistes i LGBTI-fòbiques, i durant aquest 2022 hem continuat treballant en diverses línies: difusió, prevenció i acompanyament i suport a les víctimes. I com ho hem fet? Hem finançat formacions dins els instituts sobre perspectiva de gènere i masculinitats. Hem augmentat el servei del SIAD, format per 2 professionals, 5 dies a la setmana i punts lila als actes festius assenyalats. Hem actualitzat el Pla d'Igualtat intern de l'Ajuntament i estem actualitzant el protocol d'assetjament del municipi. Hem regularitzat la Taula Feminista, espai participatiu i de treball en xarxa. Hem engegat la Xarxa Lila, una xarxa de referents positius joves, acompanyant-les amb un itinerari formatiu, perquè tinguin eines a l'hora d'afrontar situacions de violència.

I són aquesta Xarxa Lila que aquest any ha treballat el lema del 25N, un lema que implica un canvi de paradigma: ja estem unides, estem al costat de les víctimes, però ara mateix només volem dir PROU EXCUSES! PROU EXCUSES davant comentaris masclistes, casos d'assetjament, infravaloració pel fet de ser dona... Volem ser respectades, lliures per decidir i expressar-nos. I volem un Ripollet Feminista lliure de violència masclista i LGTBI-fòbica.

PSC

Dogmatismo ideològic

El gobierno de la CUP–Decidim Ripollet ha hecho del dogmatismo, entendido como la pretensión de tener la verdad absoluta, su signo de identidad política. Dos claros ejemplos han sido el intento de municipalización del agua y el Porta a Porta.

Ya lo dijimos cuando el gobierno de Decidim Ripollet abrió el debate sobre la municipalización del agua. Un debate estéril que no iba a reducir el recibo que pagamos por el servicio, ni tan sólo iba a mejorar la calidad del agua que bebemos. Ese era un debate falsamente ideológico, dado que el agua obviamente es un bien público en nuestro país, que puede estar gestionado de forma indirecta, al igual que se gestiona de forma indirecta la recogida de basuras, la limpieza de las calles o la propia Escuela de Música, como tantos y tantos otros servicios en nuestra ciudad. Finalmente, y después de gastarse 200.000 € en estudios y publicidad, el intento de municipalizar el agua resultó en fracaso por no tener las competencias el Ayuntamiento de Ripollet.

También les dijimos que el Porta a Porta en Ripollet sería complicado que pudiese funcionar en toda la ciudad. Desde el PSC les propusimos que se hiciese poco a poco, que empezasen por las zonas de baja densidad y sobre todo que se consensuase con la población y que las campañas informativas fuesen de calidad y con tiempo. Nada de todo esto fue aceptado. Desde Decidim (CUP) se nos manifestó que no iban a consultar nada con la población y que era una decisión política del equipo de gobierno. Es decir, el partido que hace gala de fomentar la participación no ha hecho ningún proceso participativo en posiblemente el cambio más importante de los últimos años en Ripollet.

El gobierno, con su verdad absoluta sobre los temas que nos atañen a todos, prefirió hacerlo en toda la ciudad a la vez, con una mala comunicación y sin consensuarlo y trabajarlo con la población. Las consecuencias las conocemos todos. La ciudadanía de Ripollet tiene la oportunidad de cambiar el futuro de la ciudad en las elecciones municipales del próximo año. Una oportunidad de dejar atrás dos mandatos que no han hecho avanzar a Ripollet.



La línea 620, un autobús para quitar el sueño

Para cualquier ciudadano de Ripollet que esté acostumbrado a viajar en transporte público en general y que sea usuario del denominado autobús 620 en particular, no le resultará extraño el considerar que el referido servicio se está convirtiendo cada día que pasa en una especie de olla a presión con riesgo evidente de explotar.

Los episodios de falta de seguridad y que comportan enfrentamientos graves entre los pasajeros se han convertido en algo usual en una línea marcada por la precariedad de la oferta y la alta densidad de ciudadanos que viajan en ella. Sin ir más lejos y a título de anécdota, puedo recordar uno de los últimos episodios vividos cuando en un vehículo atestado como una lata de sardinas, subió un familia de origen dominicano de quince miembros pretendiendo abonar solamente cuatro pasajes. Ante las quejas de ciertos usuarios, se armó una algarabía de insultos, improprios y amenazas por parte del personal que casi acaba en agresión física. Y todo ello sin que el pobre conductor pudiera hacer nada para impedirlo.

La Administración Pública y en este caso el Ayuntamiento de Ripollet debería tomar consciencia de la gravedad de la situación y mediar con la empresa prestataria del servicio para el aumento de vehículos de dicha línea en las horas punta, al tiempo que solventar la carencia de seguridad que se produce en su interior.

Ripollet, como municipio integrante del Área Metropolitana de Barcelona, merece unos servicios de primera y el transporte público es uno de los prioritarios. Quizás, el día en que paguemos el fatídico Tributo Metropolitano se nos vendrá a la cabeza la pregunta del problema del bus.



La dejadez y la suciedad se han convertido en Ripollet en un hábito diario

Desde el Grupo Municipal Som Ripollet seguimos denunciando la nefasta gestión realizada por el actual gobierno de Decidim, y al mismo tiempo proponer soluciones que devuelvan a nuestra ciudad el decoro que se merece. Bajo el yugo de unas personas sin capacidad de gestión, ya llevamos más de siete años y esta situación de falta de mantenimiento debe normalizarse.

Aparte del ya sabido, mencionado y mal vivido puerta a puerta, esta vez queremos denunciar la dejadez y suciedad de nuestros parques y jardines. No han sido capaces de gestionar las obras de rehabilitación del parque del Molí, pero es que todos los parques están faltos de mantenimiento. Nuestra propuesta es fácil y simple, con el excedente de dinero de las arcas municipales hay que ampliar el contrato de mantenimiento a la actual cooperativa adjudicataria, dedicar más recursos a esta empresa local que, como es bien sabido, está dando trabajo a personas de nuestra ciudad y que al mismo tiempo le permita seguir ampliando su plantilla.

¿Tan difícil es entender que si tenemos espacios y jardines públicos tenemos que dedicar recursos para mantenerlos?

EN BREU



Torna El Racó de la Petita Infància

Aquest mes torna la segona edició de les xerrades pedagògiques per a famílies amb nadons de fins a 3 anys. La primera trobada tindrà lloc aquest 5 de novembre, al Centre Cultural, amb una xerrada a càrrec de la professora universitària Laura Girbau sobre la coeducació. Una gran novetat d'enguany és que els tallers comptaran amb el suport d'alumnat del Cicle Formatiu de Grau Superior d'Educació Infantil de l'Institut Lluís Companys, que duran a terme accions educatives per als infants de les famílies assistents i faran un recull d'informació rellevant de cada sessió, uns resums que es difondran a través de ripollet.cat.



Foto: Judit Josa (*Ripollet al Dia*)

Sant Antoni Abat torna després de dos anys d'absència

Durant els darrers mesos s'ha renovat totalment la Comissió Organitzadora, encapçalada ara per Marc Berenguer, i s'està treballant per recuperar la festa, que el pròxim 26 de febrer del 2023 arribarà a la seva 128a edició. Segons Berenguer, "tornarà la festa de Sant Antoni Abat, amb les activitats tradicionals, com la passada dels Tres Tòmbos, però també amb nous actes culturals".

Creu Roja destina més recursos que mai contra la desigualtat social

L'assemblea local de Creu Roja Cerdanyola-Ripollet-Montcada va destinar l'any passat més recursos que mai per pal·liar la pobresa i la desigualtat social que la COVID-19 ha agreujat. Així ho constata la memòria d'activitat del 2021 de l'entitat. Creu Roja va atendre un total de 4.521 persones en els seus diversos programes d'atenció social, inclusió social i inserció laboral, amb un pressupost d'uns 846.000 euros.



El Teatre Auditori acull la 2a edició del Dia de la Policia Local

El passat 6 d'octubre, el Teatre Auditori va acollir la segona edició del Dia de la Policia Local, un acte on es van repartir guardons i felicitacions a agents policials per les seves actuacions en acte de servei. Hi van assistir, a més de representants polítics i dels diferents cossos de seguretat, un bon nombre de familiars dels agents premiats. Van ser especialment recordades les accions dels agents i la solidaritat dels veïns i veïnes durant l'incendi del basar de la rambla de Sant Jordi el novembre de l'any passat.

PRIMER PLA



Sergio Buch

Viatger extrem

Al Sàhara en Panda

Com sorgeix la idea del raid de cotxes antics?

Els meus hobbies són viatjar i el motor. Sabia d'aquests raids amb cotxes clàssics. Va ser proposar-li al meu company de patrulla, comprar un cotxe i endavant! Participem 50 vehicles, entre turismes i 4x4.

Porteu un Panda de 25 anys.

És un Marbella, el model més "modern" dels Seat Panda. Estava pràcticament abandonat al carrer. Em va costar 150 €. Ja pots imaginar com estava... S'ha fet sencer de dalt a baix, menys la xapa, que està d'origen.

I heu d'arribar fins a l'estret i fer 3.000 km pel Marroc?

Fins al començament del raid són 1.900 km i després 7 etapes, que són una sorpresa cada dia... i encara ens quedarà la tornada!

Ni autopistes ni aire condicionat...

És un raid "of road", és a dir, per camins, pistes, muntanyes, desert, dunes... Però no farà gaire calor, entre 20 i 30 graus.

I si teniu una avaria?

Allà estan acostumats a arreglar-ho tot i, a més, portem un camió d'assistència... i com diu el meu company de viatge Robert, confiem en la sort. Perill no n'hi ha, però portem fins i tot una balisa per si ens perdem.

És car participar-hi?

No. Són 1.000 €, amb el ferry, els hotels i les dietes, tot inclòs. I els 2.000 € de la posada a punt del cotxe.

Quin és l'objectiu?

Primer arribar-hi. Després acabar... És una manera di-

ferent de fer turisme. Descobreixes el país, que és espectacular, la gent, la gastronomia... També té una part solidària. Cada participant contribuïm amb material escolar i roba per a la gent més necessitada d'allà.

No és la teva primera aventura...

Vaig començar fa molts anys viatjant amb motxilla i després em vaig passar a la moto. Com a grans rutes he anat a Cap Nord, a Noruega, el punt més septentrional que es pot fer circulant a Europa,. He recorregut tots els Balcans, Romania, Sèrbia, Montenegro, Macedònia del Nord, Grècia, Croàcia... La meua darrera aventura ha estat arribar des de Ripollet al Mont Ararat, a Armènia, a la frontera amb Turquia i Iran. He tornat fa un mes. I la meua pròxima escapada és repetir Cap Nord. L'altra vegada vaig estar-hi a l'estiu i ara d'hivern, al gener, amb temperatures de fins a 40 graus sota zero, amb gel, la dificultat de portar claus a les rodes, roba calefactable i la moto preparada amb un oli més viscos, refrigerant especial...

Sol o en companyia?

Aquesta vegada hi aniré sol. Patint, sobretot perquè cap camió no em tiri al terra passant per la carretera gelada. No tinc por, ni vull pensar-hi...

Toni Miralles



LA CONTRA

Raúl Sánchez i Jordi G. Pi President i vicepresident del Centre Excursionista de Ripollet

+ INFO

El dia 13 recupereu l'activitat social amb la caminada Ripollet-Tibidabo.

R.S. Es va idear per iniciar a les famílies a caminar al bosc. Significa la tornada a la normalitat, que ens va tallar la pandèmia just quan preparàvem la caminada a Montserrat (46 km).

J.G.P. No té gaire dificultat. Són 26 km i 800 metres de desnivell. A la darrera van venir des de nens de 6 anys a gent de 80.

Com són les sortides de senderisme?

J.G.P. Som un club petit on procurem que tothom pugui anar al seu ritme. El senderisme és gaudir de la muntanya, poder-te parar a fer dues fotos i xerrar amb la gent.

R.S. El grup et dona una seguretat, punts de reagrupament, etc., i aquesta tranquil·litat et permet establir uns vincles molt macos amb els companys.

Com és la preparació?

R.S. Sobretot tramitar permisos. Tots els boscos pertanyen a algú, sigui una entitat pública o un privat i s'ha de presentar la documentació indicant la ruta que farem, l'assegurança, etc.

Hi ha massificació?

R.S. En algunes zones sí. L'escalada ha sofert un boom, el cim del Pedraforca està sense una pedra a la tartera, hi ha llocs on s'ha de fer cua... És el que diem l'efecte Decathlon...

J.G.P. I també molt incivisme. Jo personalment he retirat molta porqueria.

“Amb l'excursionisme, es fan vincles molt macos”

R.S. I és un tema de cultura de respecte a la natura, de deixar tot com t'ho has trobat i amb respecte a la gent que és el seu mitjà de vida.

Tindreu moltes anècdotes.

R.S. Alguna vaca que ens ha perseguit, quedar xops passant un riu...

J.G.P. A la Vall Ferrera (Pirineus) un noi es va trencar la tibia i el peroné i el van treure en helicòpter. La gent no ha d'oblidar que la muntanya és perillosa.

Com animaríeu a la gent a fer excursionisme?

R.S. La gent que ho prova li agrada. És sa, és divertit, desconnectes.

J.G.P. Fins i tot tenim gent que ha vingut a una sortida directa de la feina i no els costa. Fas una travessia llarga i, quan arribes a dalt de tot, dius... ha valgut la pena.

Toni Miralles

