

Recull de Premsa

dimecres, 05 de febrer de 2014



Ajuntament de Roses

Política

Converses d'alt nivell per la via del 150.2

El portaveu de CiU a Madrid i la vicepresidenta de l'Estat es reuneixen a La Moncloa



L'àmbit del Penedès perdrà vuit municipis

Són pobles que havien demanat formar part de les comarques centrals

VOLVIURE EN
#CATALUNYALLIBERTAT
www.catalunyavolviureenllibertat.cat

Sagnia socialista a

AVUI La Catalunya central, les Terres de l'Ebre i les comarques gironines tenen un degoteig de baixes **AVÍS** Regidors i militants amenacen de dir adéu si els diputats crítics són expulsats

Sergi Picazo
BARCELONA

El PSC ha donat llibertat de vot als seus regidors arreu de Catalunya per votar qualsevol moció sobre el dret a decidir als ajuntaments i, així, evitar un major enfrontament intern. Tanmateix la sagnia del PSC al territori no s'atura. Desenes de militants i de regidors de les comarques gironines, les Terres de l'Ebre o la Catalunya central han anunciat en els últims dos anys el seu adéu al PSC. L'últim històric a estripar el carnet va ser l'alcalde de Navarres (Bages), Llorenç Ferrer, militant socialista des del 1977. Els regidors i quadres del partit que han renunciat al carnet són una minoria entre els 2.100 regidors que encara manté arreu del país. Els corrents crítics, sobretot des d'Avancem, preveuen que el degoteig de baixes s'incrementi si els tres diputats crítics són expulsats del PSC al Parlament.

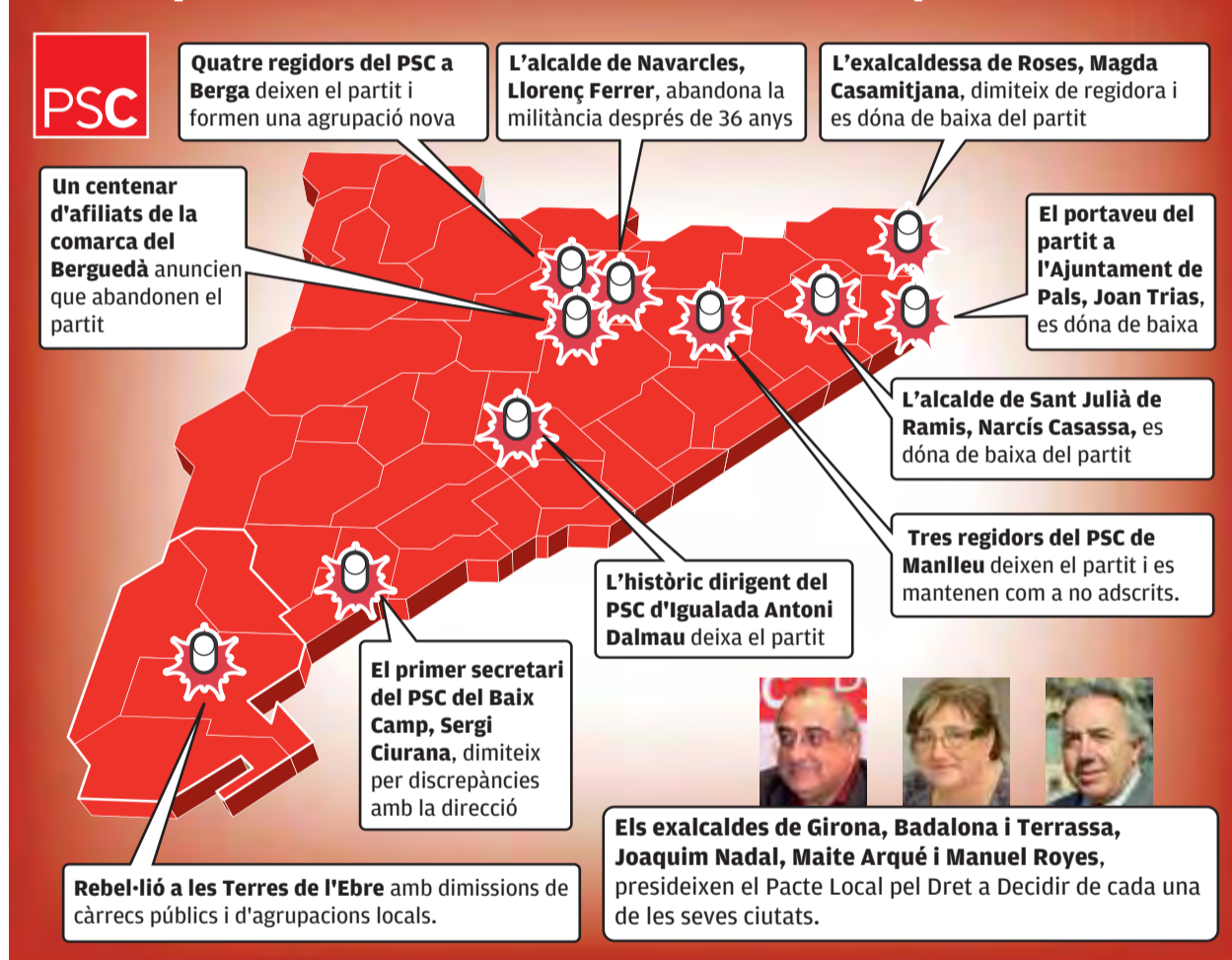
El conflicte pel dret a decidir ha estat una de les causes de les desercions al món local socialista. Alcaldes, sobretot de la Catalunya interior o de les àrees rurals, es mostren en veu baixa preocupats per la possibilitat de perdre vots en les eleccions municipals del maig del 2015 a causa de l'auge sobiranista. El PSC ha fet un gir en la seva política sobre el dret a decidir i ha anunciat que votarà en

contra de qualsevol iniciativa al Parlament que no estigui acordada entre els governs del PP i de CiU. Això, segons opinen els regidors dimitits, es fa sovint difícil d'explicar en poblacions amb un índex majoritari de ciutadans favorables a la independència. Per contra, el PSC gairebé no té cap baixa destacada a llocs com ara les àrees metropolitanes de Barcelona i Tarragona.

Catalunya central

Una de les zones amb més pèrdues en el PSC són les comarques del Bages, el Berguedà i Osona. L'octubre del 2012 ja es van donar les primeres baixes amb la renúncia de tres regidors socialistes de Manlleu, i el juny del 2013 s'hi van afegir els quatre regidors que el PSC tenia a Berga, que van formar Impuls pel Berguedà i que el cap de setmana passat van participar en una nova assemblea impulsada per ICV i EUiA. Al Berguedà un grup de cent militants van anunciar l'estiu passat que abandonaven el partit. També hi va haver fugues significatives a Vic —on un dels pesos pesants del socialisme osonenc i extint d'alcalde, Josep Burgaya, va deixar el partit— o a Torelló —on el número dos, Pere Galobardes, va donar-se de baixa—. Tota l'executiva local del PSC de Sant Joan de Vilatorrada, encapçalada per Iban Hortal, ja

Principals baixes socialistes a Catalunya



Les xifres

200

alcaldies té el PSC o agrupacions vinculades des del maig del 2011. CiU va guanyar unes 450 alcaldies.

2.100

regidors socialistes va aconseguir en les eleccions fa quasi tres anys. CiU té uns 4.000 edils propis.

havia presentat la dimissió a finals del 2012.

Comarques gironines

L'esquerda en el PSC gironí és important, amb baixes de militants històrics i, segons una enquesta feta per aquest diari, molts d'al-

tres estan estudiant fer-ho en cas que hi hagi expulsions. Els últims mesos han estat especialment durs a les comarques gironines: han trencat el carnet del PSC l'alcalde de Sant Julià de Ramis, Narcís Casassa; l'exalcaldessa de Roses Magda Casamitjana i el por-

taveu de l'Ajuntament de Pals, Joan Trias; van deixar els càrrecs orgànics en el PSC de Girona la primera secretària, Glòria Plana, i l'exsecretari d'organització Ignasi Thió; i alguns, com ara l'exalcaldessa de Vidreres, Ruth Rosique, o el portaveu a Pont de Molins, Esteve Llorens, han anunciat que tenen la intenció de deixar el partit si s'expulsa els tres diputats discòls.

Una de les baixes gironines més destacades va ser la de l'exalcaldessa de Campdevàrol i coordinadora comarcal dels socialistes al Ripollès, Núria López. Continua com a militant, però, segons va explicar, va

deixar els càrrecs de responsabilitat perquè la posició del partit li generava "contradiccions" que feien que no pogués "assumir la responsabilitat de representar-lo i defensar alguns dels seus postulats polítics des del ple convenciment". El març de l'any passat ja va dimitir tota la secció local del PSC de Sant Joan de les Abadesses i les agrupacions de Ripoll i Campdevàrol van suspendre l'activitat.

Terres de l'Ebre

Després de la suspensió temporal de Núria Ventura com a primera secretària i la creació d'una gestora provisional, la rebel·lió a les

L'APUNT

Socialistes i catalanistes

David Brugué

Petit, petit. Així està quedant el PSC a Catalunya. Ja hi ha hagut baixes i estripades de carnet, i en vindran moltes més. Perquè al territori, la posició de la direcció és difícil d'entendre i de pair. Sobretot perquè no és el que s'havia venut en campanya ni és el que molts senten. Molts regidors, alcaldes i militants eren del PSC perquè són d'esquerres i creien en els valors his-

tòrics del partit. La catalanitat inclosa. I la C a les sigles els la feia sentir. Però cada cop la C és més petita i el OE va creixent. El que sembla no tenir clar la direcció de Pere Navarro és que una direcció sense el territori que li faci de base no és res. Només una sèrie de càrrecs que duren una temporada. I s'acaben.



El territori



El lleidatà Àngel Ros, ahir, a Madrid, al fòrum Smartcity. A l'esquerra, els exalcaldes Maite Arqué (a dalt) i Manuel Royes, als Pactes pel Dret a Decidir de Badalona i Terrassa ■ EFE / ARXIU



Ros: "El PSC no s'escindirà pel bé de Catalunya"

L'alcalde de Lleida i dirigent crític d'Agrupament Socialista, Àngel Ros, va assegurar ahir que malgrat el conflicte intern el PSC "no s'escindirà" en els propers mesos. "Espero, desitjo i estic convençut que no es produirà pel bé de Catalunya", va assegurar. Ros, de qui s'intueix que podria presentar batalla en un futur a Pere Navarro per la direcció del partit, va afirmar a Madrid que el projecte dels socialistes catalans se sustenta sobre "sensibilitats di-

verses i complementàries". Segons ell, però, cal que la direcció aposti per la cohesió "gestionant bé la pluralitat" interna que hi ha en el PSC. Ros, que va dimitir de diputat just abans de la votació de la via del 150.2 per la consulta, s'ha allunyat de la crispació interna socialista en les últimes setmanes.

El cert és que a les comarques de Lleida i Pirineus no s'han sabut en l'últim any baixes o dimissions significatives de regidors o militants.

Tot i que regidors socialistes, fins i tot a la capital, Lleida, han votat a favor de mocions favorables al dret a decidir i a la via del 150.2, no s'ha generat un xoc tan traumàtic com en altres zones del país. El sector catalanista fa costat a Ros, i com ell no ha trencat amb el partit, mantindran el carnet a l'espera de temps millors. A les comarques lleidatanes, el sector de Ros és majoria i controla les agrupacions locals i comarcals, segons informa David Marín.

Terres de l'Ebre ha provocat un continu d'adéus. L'alcalde de Flix, Marc Mur, reconegut independentista, va dimitir de l'executiva nacional del PSC i va deixar de liderar l'Agrupació de la Ribera d'Ebre. S'hi han afegit molts noms importants a la zona com ara l'exalcal-

de de Flix Òscar Bosch —que va dimitir de primer secretari local—, el regidor de Deltebre Joan Alginet —que ha deixat el càrrec a la federació de les Terres de l'Ebre— i el regidor de Mora d'Ebre José Domínguez —que també ha deixat el càrrec de partit—. Fins i

tot un històric com Josep Bayarri, exregidor de Tortosa, s'ha donat de baixa aquests dies.

L'Anoia i el Penedès

■ L'històric dirigent del PSC d'Igualada Antoni Dalmau va deixar el partit l'agost passat per discre-

pàncies amb la direcció després d'haver estat president de la Diputació de Barcelona i diputat al Parlament als anys vuitanta i noranta. També deixa el PSC l'alcalde de Sant Llorenç d'Hortons (Alt Penedès), Àlex Jover. El gener passat una vintena d'exregidors i

militants de Vilafranca del Penedès van fer pública una carta de dimissió.

El Camp de Tarragona

■ L'única excepció tarragonina destacada ha estat la dimissió, fa una setmana, del primer secretari i el

president del Baix Camp, Sergi Ciurana i Ernest Aymamí. Per acabar, hi ha el cas del regidor de Montblanc Pere Domènech, que es va unir a un govern proindependentista liderat per ERC i s'ha definit a favor de la data i la pregunta de la consulta. ■

La xifra

738
9456
120

230.000

catalans a l'atur i sense cap prestació

A pesar dels missatges triomfalistes del govern espanyol sobre la sortida de la crisi, la realitat és molt més crua. A Catalunya hi ha més de 230.000 treballadors a l'atur que ja no cobren cap mena de prestació.

A la xarxa



“Em sembla bé, això dels sous de la reina i la princesa. Però, tindran horari laboral i vacances?, podran ser acomiadades?”

Pedro J. Ramírez. @PEDROJ_RAMIREZ

“Pressionat per Xina (Tibet) i EUA (Couso), dimarts vinent l'Estat espanyol enterrarà la justícia universal fins i tot amb efectes retroactius”

Joan Tardà. @JOANTARDA

“Ahir vam veure el nou PSOE de Susana Díaz: «Nespresso para todos»”

Joan Maria Piqué. @JOANMARIAPIQUE

“En un any, a Espanya hi ha 772.627 afiliats menys a la Seguretat Social, però el discurs oficial és que sortim de la crisi. No ho entenc”

Carles Mundó. @CARLESMUNDO

“Si tota l'estratègia d'Espanya per evitar la independència és amenaçar-nos de quedar fora de la UE, amb el vostre permís, poso cava a refredar!”

Francesc Ribera. @FRANCESCRIBERA

Què han dit...



“He volgut donar veu a la gent que normalment no surt als llibres d'història”

Assumpta Montellà.
AUTORA DEL LLIBRE '115 DIES A L'EBRE'

“[Premi al Born Centre Cultural] pel que la seva recuperació significa per la renovació d'una àrea urbana i, especialment, l'encert de l'espai públic que el travessa i l'envolta”

Premis Ciutat de Barcelona 2013

“Estudis duts a terme als EUA conclouen que, amb dieta i exercici, la taxa de recaiguda [del càncer de mama] es pot reduir un 24%”

Sonia del Barco. ONCÒLOGA

EL LECTOR ESCRIU

Les cartes adreçades a la Bústia han de portar les dades personals dels seus autors: nom, cognoms, adreça, número de telèfon i número de carnet d'identitat o passaport. Així mateix, cal que no superin les quinze línies o els vuit-cents caràcters d'extensió. ELPUNTAVUI es reserva el dret de publicar-les i escurçar-les. No es publicaran cartes signades amb pseudònim o amb inicials. Els textos s'han d'adreçar a bustia-catalunya@elpuntavui.cat

El perill que ve del cel

■ Aquells lectors que ja tinguin una venerable edat segurament recordaran que durant la seva infantesa havien vist que en algunes celebracions populars es deixaven anar uns globus de paper que s'enlairaven gràcies a la força d'ascensió que produïa l'aire calent que es produïa per la combustió, al seu interior, d'un material al qual s'havia pres foc. Una vegada deixats al seu aire es desplaçaven segons el vent sense cap control i sense poder preveure on cauria encès si, per un cop de vent, s'incendiava tot ell. Més d'un incendi s'havia produït a causa d'això, i per tal motiu es van prohibir i durant molts anys el seu record es va anar perdent. Que jo sàpiga, la prohibició no ha estat derogada i, en canvi, s'està posant de moda de nou la utilització d'una versió reduïda d'aquests artefactes funcionant pel mateix principi i, per tant, comportant el mateix perill que els seus predecessors. De l'estiu ençà he pogut veure dues vegades com grupets d'irresponsables els feien enlairar fins i tot des d'un pati interior d'una illa de cases. No cal ser gaire llest per pensar en la possibilitat que una d'aquestes boles de foc pugui impactar contra un habitatge, amb imprevisibles conseqüències, a part de no poder preveure on poden caure encesos. Si hi ha qui els utilitza és que algú els ven i per tant algú els fabrica aquí o els importa de l'estranger, sense que a qui correspongui hagi detectat el problema, o bé no hagi fet res per evitar que l'incompliment de la llei i la falta de sentit comú d'alguns ens creï un perill que, si no es fa res, anirà a més.

MARC A. BASTART PONS
Girona

Adéu a en Jaume Teixidor

■ El passat 24 de gener, a la parròquia de Santa Maria dels Turers de Banyoles, amb una senzilla i emotiva cerimònia, acomiadàvem l'estimat avi Jaume, l'entra-

Reflexioni, senyor diputat Marc Vidal

En referència a la seva proposta com a diputat al Parlament d'Iniciativa per Catalunya Verds-Esquerra Unida i Alternativa per reduir de 40 a 23 els membres de la junta rectora del Parc Natural del Montgrí, les Illes Medes i el Baix Ter per tal que sigui representativa del territori i amb més presència d'entitats que defensen el territori i la biodiversitat..., no podem estar-hi d'acord. Primer, i el més important, és que tothom ha d'estar representat i a més implicat, per tal que sigui un parc de tots i per tots. Ah!, recordi que el parc va ser imposat pel tripartit sense tenir en compte cap de les més de 1.500 al·legacions. Segon: la Federació Catalana d'Activitats Subaquàtiques defensa el territori i la biodiversitat més que ningú; ara bé, amb criteris racionals i fent possible les activitats recreatives de lleure i el respecte per la conservació del medi ambient. Tercer, i tal com s'està fent a nivell mundial, el parc natural ha de viure conjuntament amb el desenvolupament econòmic del territori. Així, per exemple, les activitats recreatives són fàcils de regular però mai s'han de prohibir, atès que són un dels motors econòmics del nostre poble, a més a més d'ésser un dret inalienable del ciutadà l'ús lliure i gratuït dels espais naturals de domini públic.

CARLES FONT I PLANELLA, delegat territorial a Girona de la Federació Catalana d'Activitats Subaquàtiques Girona

nyable *Tito*, que després d'un llarg caminar per aquest món, 95 anys, acomboiat per la tendra i fresca estimació dels seus íntims, moria en la pau del Senyor.

Es diu que quan un amic se'n va, quelcom també mor en el nostre cor. I què dir de l'amic Jaume?: una persona de tarannà senzill i noble, fidel a l'amistat, de tracte obert i càlid... Nascut i educat en el si d'una família cristiana, can Gomis, preparat per a la vida en el si dels Germans de Sant Gabriel i forçosament forjat en el servei militar, en la tristament cèlebre lleva del Biberó... En total, cinc anys de servei militar que no van servir per a res, entre Badajoz, l'Ebre, Barcelona –on us obligaven a formar part d'afusellaments de companys de la mateixa tragèdia–, la Pobra de Segur, amb les escapades a Banyoles, Sant Pere Pescador, on construí el pont del Fluvià, i jo i altres infants, sense sospitar que ens coneixeríem més enllà, veníem a veure com progressava l'obra. Anys feixucs, però no del tot perduts, perquè tu, ple de joventut i ardentment enamo-

rat, sempre que podies, amb la teva bicicleta, agafaves el camí d'Esponellà, on t'esperava la nineta dels teus ulls, la dolça Lola, que més tard seria la teva dona i la mare dels teus fills. En Jaume fou un espòs fidel i responsable, un avi feliç i un amic lleial i sincer. Fuster ebenista acurat, sempre prompte a col·laborar.

Ens vam conèixer a la teva ciutat, on vas ser el meu assessor cinematogràfic, quan jo, pobre vicari, havia de vetllar per la moralitat dels films del cine dels petits. Però fou a Roses, sobretot, on vam treballar i viure moments de grat record: manteniment de la rectoria i l'església..., tu sempre disposat a fer el que fos i amb humor. I ens vam moure molt: Roma, Turquia, Grècia...

Jaume, venerable i estimat amic, has marxat amb la pau i la serenitat de les persones bones, que han complert la seva feina d'estimar: els seus íntims, els amics, a tothom. Ens has deixat per retrobar-te amb la teva estimada, la iaia Lola i tots els teus, en el si de Déu Pare.

Recordat i estimat *Tito*, a reveure.

JOAN RIU, rector de Sant Tomàs de Fluvià
Sant Tomàs de Fluvià (Alt Empordà)

Ha mort un 'biberó'

■ En Josep Roviralta Gisbert (*biberó* n. 33) ja no podrà assistir a la propera trobada anual de l'Agrupació de Supervivents de la Lleva del Biberó-41 que se celebrarà a Montserrat el proper 3 de maig. Ell, que va combatre al front del Segre durant la Guerra Civil, es perdrà precisament l'última trobada de totes. La història de l'avi *Pepitu* i l'àvia Ramona, la seva dona durant més de 65 anys, són les històries de molts joves adolescents que van sobreviure a les bombes, als camps de concentració i a la postguerra, i que a cop d'esforç i sacrifici malgrat les adversitats, van tirar endavant. Les seves vides, doloroses però fascinants, com la de molts avis i àvies d'aquest país, són una lliçó de fortalesa i dignitat, i mai cauran en l'oblit. La seva família, la de Palamós i la de Ripollet, agraeix el tracte rebut per part de l'Hospital de Palamós i del centre Palamós Gent Gran. La vida d'en *Pepitu* ha tingut un final digne, com es mereixen tots els homes bons.

JOSEP MARIA BASTER I ROVIRALTA
Palamós (Baix Empordà)

Política social

■ Petites dades d'un jubilat: a una pensió de 1.412 euros se li aplica un augment del 0,25%, i després de les deduccions legals pertinents, li queda per 1.083 euros al mes; al mateix temps, va a la farmàcia i es troba que el màxim que tenia de copagament dels medicaments, que era de 8 euros al mes, ha passat a ser de 18 euros. La primera qüestió va sortir per televisió, però la del copagament jo no l'he vist enlloc. Tot un detall de política social. Com volen que no estiguem empenyats? Cal cridar ben fort que volem una altra cosa. Ja fa temps que el meu vot està decidit.

PERE ALBÓS TORMO
Sant Iscle de Vallalta (Maresme)

Debat obert

Què caldria fer per posar fi a l'economia submergida?

Diumenge publicarem les opinions rebudes sobre el tema proposat. Podeu enviar-les a bustia-catalunya@elpuntavui.cat o a través del canal de participació del web www.elpuntavui.cat. Extensió màxima: 15 línies

Societat

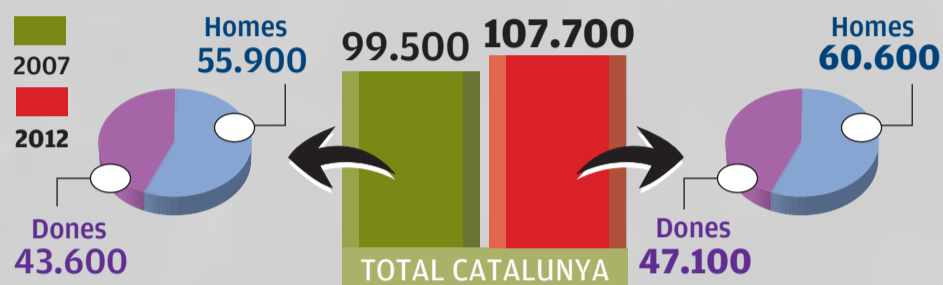


Cuiners implicats amb el Casal dels Infants

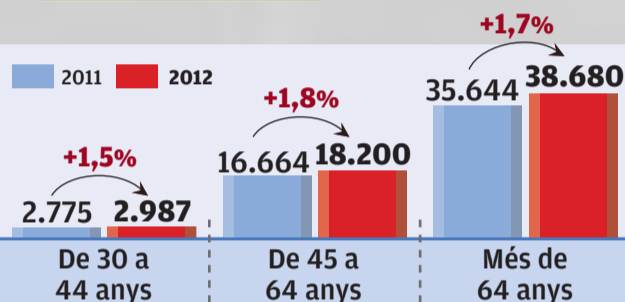
La campanya Tapa Solidària, amb la participació de 79 restaurants, recull 19.000 euros

Salut Una lluita contínua

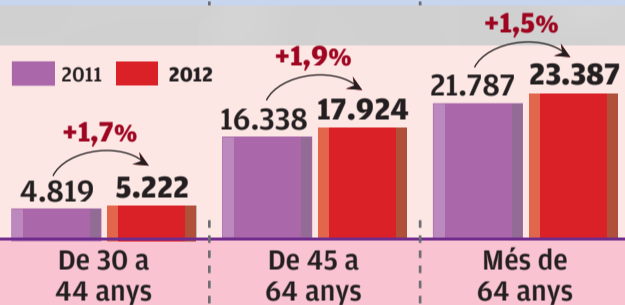
La prevalença del càncer a Catalunya



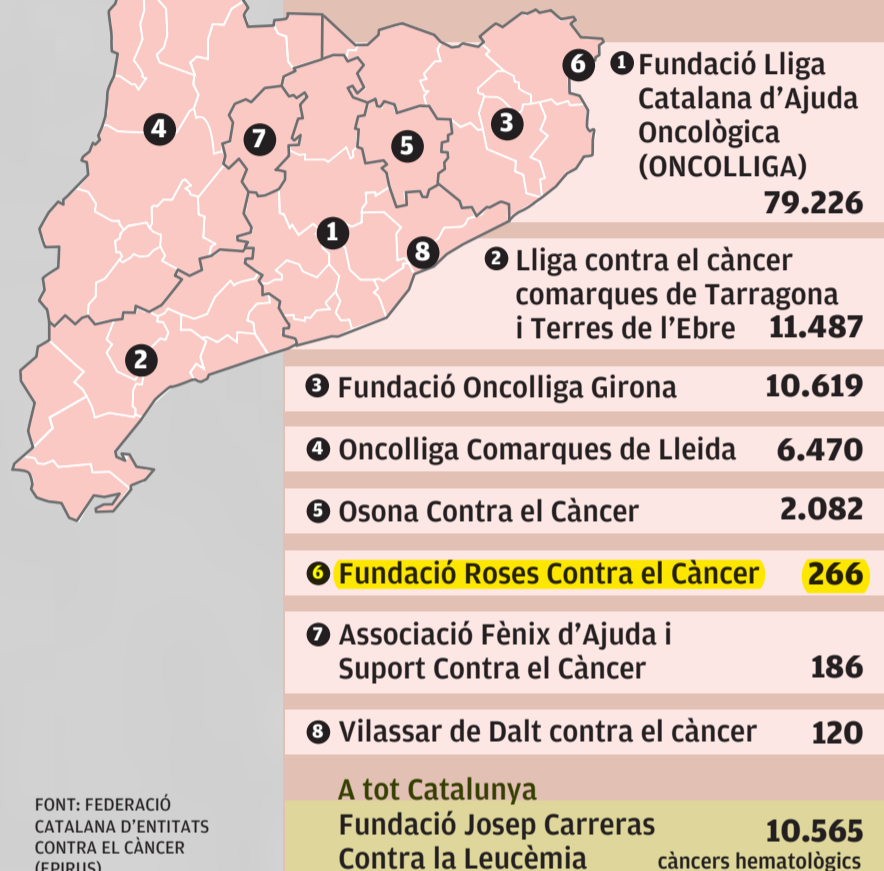
Homes supervivents als 5 anys



Dones supervivents als 5 anys



Prevalença de supervivents per associacions (any 2012)



FONT: FEDERACIÓ CATALANA D'ENTITATS CONTRA EL CÀNCER (EPIRUS)

Més càncer, més sup

TRACTAMENT Tot i que cada any es diagnostiquen 33.700 casos de càncer a Catalunya, el nombre de supervivents augmenta un 1,7% **SUPORT** Calen més recursos per facilitar el retorn a la quotidianitat i per saber gestionar les emocions

Redacció
BARCELONA

La millora en prevenció, la detecció precoç, el diagnòstic i el tractament del càncer han comportat els últims anys un augment de la supervivència a la malaltia. L'any 2007 hi havia a Catalunya 55.949 homes i 43.677 dones que havien sobreviscut al càncer, i les últimes dades, que són del 2012, ja parlen de 60.606 homes i 47.172 dones. Un estudi que va presentar ahir la Federació Catalana d'Entitats Contra el Càncer (Fecec) constata que l'augment anual del nombre de su-

pervivents és d'un 1,6% en les dones i d'un 1,7% en els homes. Una bona notícia, tot i que cada any es diagnostiquen 33.700 casos nous, dels quals 200 són en menors de 15 anys.

L'estudi *Supervivents de càncer a Catalunya*, elaborat per la Fecec amb el suport metodològic del pla director d'oncologia i la col·laboració de la consultora Epirus, va més enllà de l'avaluació quantitativa i precisament per aquest increment del nombre de persones que conviuen amb un diagnòstic de càncer –més de 107.000 l'any 2012– planteja la necessitat de donar-los recursos

tant per encaixar l'experiència viscuda com per reorganitzar la vida per tornar a la normalitat. "Un de cada dos homes i una de cada tres dones desenvoluparan un càncer al llarg de la seva vida", va advertir el president de la Fecec, el doctor Ramon Miralles, que també va insistir en la dada positiva que la mortalitat ha baixat un 2% en els últims deu anys.

Pel que fa a les vivències personals de persones que han acabat un tractament oncològic, l'informe descriu que la malaltia i el tractament poden deixar seqüeles físiques i emocionals, que van des de canvis

Un escull especialment evident als països empobrits

L'*Informe mundial del càncer 2014*, que ahir, Dia Mundial Contra el Càncer, va publicar l'ONU, mostra que el càncer ja és la principal causa de mort al món. I les perspectives són que la malaltia no deixarà de créixer. Es calcula que l'any 2012 uns 8,2 milions de persones van morir a causa del càncer. "L'augment del nombre de casos de càncer al món planteja un obstacle important per al desenvolupament i el benestar del ser humà", va plantejar el director de l'Agència Internacional per a la Investiga-

ció Sobre el Càncer (IARC), el doctor Christopher Wild. I va afegir-hi: "Cal adoptar mesures immediates per fer front a aquesta crisi humana que afecta, sense excepcions, les comunitats del món."

A diferència dels països desenvolupats, una gran proporció dels casos de càncer als països empobrits es deu a infeccions, com ara el virus del papil·loma humà. A mesura que aquests països adopten estils de vida més occidentals, a més, hi augmenta el tabaquisme, el consum d'alcohol i la falta d'acti-

vitat física, tres aspectes que són reconeguts factors de risc de tenir càncer. L'IARC alerta també que en països amb ingressos baixos hi ha el risc que el càncer sature els sistemes sanitaris i obstaculitzi el creixement econòmic.

Un aspecte en què insisteixen els experts en la malaltia és que les solucions pràctiques per reduir el nombre de morts s'han de basar en la prevenció, és a dir, en la conscienciació sobre els factors de risc i alhora en la millora dels programes de detecció del càncer.



GIRONA-JUDO

El Securitas gironí comença la lliga estatal de judo com a líder

■ El Securitas Team de l'Associació Girona-Judo lidera la lliga estatal de judo després de guanyar els quatre encontres de la primera jornada de competició a Villaviciosa de Odón. Amb els gironins van competir els judokes Nika Chakvetadze, Oleg Giushchenko, Luchano Gayrebakov, Artem Buluya, Diogo Lima, Gio Khabuliani, Sergi Salas i Dimitro Luchyn. GIRONA | DdG



GEIEG

Els germans Rondales guanyen el campionat català d'halterofília

■ Dos germans, Eduardo i Jasson Rondales, varen guanyar el campionat de Catalunya de tècnica d'halterofília en les seves respectives categories (nascuts el 2003 i el 2004). Els dos joves aixecadors gironins representaran ara el GEIEG en el campionat estatal que es farà a Madrid entre el 28 i el 30 de març. El grup només va portar dos aixecadors al campionat català i els dos van ser campions. GIRONA | DdG



DORNA

Márquez és el més ràpid en els primers entrenaments a Sepang

■ El català Marc Márquez, campió mundial de MotoGP, va començar la pretemporada amb el millor temps en la primera de les tres jornades d'entrenaments al circuit malai de Sepang. Márquez va marcar amb la seva Honda un crono de 2:00.286 en la seva millor volta, mig segon més ràpid que l'italià Valentino Rossi. A continuació es van situar Dani Pedrosa, Jorge Lorenzo i Álvaro Bautista. SEPANG | EFE/DdG

Mullera farà plans d'entrenament per a corredors populars

► L'obstaculista olímpic i el seu entrenador, el veterà Isidro Jiménez, oferiran la seva experiència a atletes que vulguin una rutina de treball

LLORET DE MAR | M.V.

■ Àngel Mullera és un dels millors obstaculistes de l'atletisme estatal i, després de deixar enrere un parell d'acusacions falses de dopatge, el lloretenc ja prepara el Campionat del Món d'aquest proper estiu combinant la pista (és un especialista en 3.000 obstacles) amb la seva participació en crosos i curses populars. Mullera entrena a Lloret amb el seu entrenador de tot la vida, Isidro Jiménez, i veient l'actual fallera per les curses han decidit crear una pàgina web per oferir el seus propis programes d'entrenaments individualitzats per a corredors populars. A mprun.es (Mètode popular run), Mullera i Isidro Jiménez oferiran els seus consells tant «a corredors que es vulguin preparar per una cursa determinada - de 10 quilòmetres, de mitja marató o marató - com a corredors populars que vulguin millorar el seu entrenament en general». A través de la pàgina web, Mullera i Jiménez detallen aspectes concrets de l'entrenament per a les curses al voltant de l'alimentació, dels estiraments, de la dieta, de càrregues de treball i ofereixen l'opció que ells dissenyin un pla específic d'entrenament pensat per a un corredor concret i un objectiu determinat.

El currículum d'Àngel Mullera és prou conegut. Olímpic a Londres, tot i la polèmica de les setmanes prèvies, i habitual en els darrers



CARLES COLOMER

Àngel Mullera.

campionats mundials i europeus és l'actual millor especialista de l'estat en 3.000 obstacles. En canvi, menys conegut que els atletes que ha entrenat com Josep Lluís Blanco i el mateix Mullera, Isidro Jiménez és un històric entrenador resident a Lloret que s'ha especialitzat en les tres últimes dècades en el món dels obstacles. Ara, entre els dos, treuen al mercat aquest eina per a la programació dels entrenaments dels corredors populars mentre, des de les pistes de Lloret de Mar, segueixen preparant la participació de Mullera en el proper campionat en un grup on s'hi solen afegir també Jonathan Romeo i Adel Mechaal.

ERRADES HABITUALS EN ELS CORREDORS POPULARS

- Plantejar objectius inabastables i intentar progressar massa ràpid.
- Fer massa aviat entrenaments de sèries repetint sempre les mateixes distàncies.
- Creure que un entrenament és només córrer deixant de banda el treball de tècnica de carrera, de força o de flexibilitat.
- Fer sempre el mateix treball. Un entrenament ha de ser diferent i progressiu en funció del moment de la temporada.
- No fer cap tipus d'escalfament ni de «retorn a la calma», sobretot després d'un entrenament exigent.
- Obsesionar-se amb perdre pes fent dietes innecessàries (baixes en calories i nutrients).
- Escollir el calçat valorant més la seva estètica i no prioritant les necessitats de cada corredor.
- No agafar-se mai un dia de descans quan molts cops el millor entrenament és descansar.
- Oblidar aspectes tan importants com descans, alimentació, hidratació, confiança o motivació.

Breus

JOCS OLÍMPICS

Dues austríaques han rebut amenaces de segrest a Sotxi

VIENA | EFE/DdG

■ El Comitè Olímpic Austríac (OOC) va confirmar ahir que ha rebut una carta en què s'amenaça dues dels seus esportistes de ser segrestades durant els Jocs d'Hivern, que se celebraran a Sotxi (Rússia) a partir d'aquest divendres. «La carta va ser lliurada immediatament a funcionaris del Ministeri de l'Interior de Viena per a la seva investigació. Actualment es descarta qualsevol amenaça greu a la nostra seguretat», va indicar el OOC es amenaces es dirigeixen contra l'esquiadora Bernadette Schild (i no la seva germana Marlies com s'havia dit inicialment) i la pilot de skeleton Janine Flock.

OK LLIGA

El Muralla Òptica Blanes no té opcions davant el Reus a casa

MURALLA ÒPTICA BLANES-REUS

3 9 ► MURALLA ÒPTICA BLANES. CINC INICIAL: Llaverola, Plaza, Bargalló, García i Kimi Ridaura. RESEVES: Formatjé i Fernández. ► REUS: CINC INICIAL: Molina, Costa, Casanovas, Oller i Adroher. RESEVES: Rubio, Salvat, Pujol, Selva i Català. ◉ GOLS: 0-1, min. 5, Adroher; 0-2, min. 9, Costa; 0-3, min. 11, Casanovas; 0-4, min. 16, Adroher; 0-5, min. 18, Adroher; 0-6, min. 24, Oller; 0-7, min. 35, Adroher; 1-7, min. 44, Ridaura; 1-8, min. 44, Salvat; 2-8, min. 46, Bargalló; 3-8, min. 46, Ridaura i 3-9, min. 49, Adroher. ◉ ÀRBITRES: Josep Gómez i Angel Tavera.

BLANES | ENRIC LÓPEZ

■ El Muralla Òptica Blanes va caure derrotat ahir a casa amb claredat davant el Reus en un partit que es va decidir a la primera part (3-9). Així, després de cinc minuts amb ocasions per als locals, la resta del primer temps va ser un recital dels visitants, que van aconseguir arribar al descans amb el partit decidit. A més, el Tordera també va perdre clarament a casa amb el Barcelona (1-9).

POLIESPORTIU

La Salle Girona organitza un Open de Vòlei amb tots els clubs de la ciutat

GIRONA | DdG

■ La secció de Vòlei del col·legi gironí organitza aquesta secció de l'Open en el que competiran tots els clubs i jugadors d'aquest esport a Girona ciutat que, en aquest moment, són uns 135 entre masculí i femení. El format de competició és diferent per a cada categoria, però, en tots els casos es disputaran entre dos i tres partits a cada escola, en un temps màxim de dues setmanes, abans de les finals que es disputaran a Llambilles. Clubs i escoles participants: Salle Girona, Annexa, Escola Verda, AVAP, Montessori i Institut Carles Rahola.

Repte per al taekwondista Joan Jorquera a Mallorca

■ El proper 22 de febrer la Federació Balear reunirà als seus 14 milers taekwondistes, entre mini mosca i gall, que s'enfrontaran a la invicta promesa de Roses.

Tommy Robredo debutarà a Xile contra Leonardo Mayer

■ El torneig de Viña del Mar és la primera oportunitat de Robredo per sumar punts aquest febrer a sud-amèrica i l'olotí hi debutarà contra Mayer en segona ronda.

9 diari
POSA EL TEU
ANUNCI AQUÍ
830 750 661



Ajuntament de
Castelló d'Empúries



Revista
CRAE
650 750 661
(Pau Guerrero)
info@9diari.com

9 diari
LA INFORMACIÓ DE L'ALT EMPORDA



INICI **FIGUERES I COMARQUES** CATALUNYA ESPANYA INTERNACIONAL OPINIÓ GENT I OCI SUPLEMENTS

FIGUERES I COMARQUES ▶ SOCIETAT ▶ POSADA EN MARXA DEL NOU SISTEMA DE RESERVES ONLINE DE LA PISCINA DE ROSES

Posada en marxa del nou sistema de reserves online de la Piscina de Roses

DIMARTS, 4 DE FEBRER DE 2014 12:40

Me gusta [Regístrate para ver qué les gusta a tus amigos.](#)



La setmana passada ha entrat en funcionament a la Piscina Municipal de Roses el nou sistema de reserves per a les activitats del pack fitness (aigua gim, spinning, TRX, aerodansa, tonificació, entre moltes d'altres), amb el qual es vol facilitar aquest tràmit als abonats i fer-lo més còmode i àgil.

L'alcaldessa de Roses, Montse Mindan, ha inaugurat i pogut comprovar la funcionalitat del nou sistema, amb la realització de la primera reserva online, tramitada des del monitor habilitat al vestíbul de la instal·lació amb aquesta finalitat.

El nou sistema permetrà als usuaris que desitgin participar en alguna de les 17 activitats que comprèn el pack fitness (pilates, aigua gim, spinning, aerozumba, aerodansa, TRX, hipopressius, estiraments, tonificació, fit ball,...), tramitar la seva reserva de plaça a qualsevol de les 70 sessions setmanals que ofereix l'equipament, sense esperes ni cues. Actualment, el nombre de reserves que es realitzen a la setmana ascendeix a les 950.

Atenent aquesta forta demanda, la Piscina de Roses fa un pas més en la millora dels seus serveis i posa en marxa el nou sistema, accessible a partir d'avui (dijous 30 de gener), permetent ja fer reserves per a totes les sessions programades a partir del proper dilluns, 3 de febrer. Els usuaris poden accedir-hi via internet a un espai privat, a partir del qual poden reservar la seva plaça sense necessitat de personar-se abans a la instal·lació per recollir la fitxa necessària fins ara. Igualment, l'aplicació permet comprovar la disponibilitat de places a les diferents activitats amb anterioritat, inclús, des de casa.

El sistema és accessible des de qualsevol ordinador o smartphone amb connexió a internet. Per a aquells usuaris que no disposin d'ordinador o connexió, s'ha habilitat una pantalla tàctil a la recepció de la Piscina des d'on es poden tramitar les reserves.

L'actual sistema de reserves era un punt destacat com a aspectes a millorar, segons els resultats de l'enquesta anual que realitza la Piscina de Roses per conèixer el grau de satisfacció dels seus abonats. L'equipament, a més, preveu continuar ampliant l'oferta de serveis online, incloent-hi properament altres tramitacions com la venda d'entrades i bonus de 5 i 10 sessions, la comercialització d'abonaments online, o el control de forma automatitzada de les reserves al pack fitness.

Podeu trobar més informació sobre l'ús del sistema online a: <http://www.piscinaroses.cat/cat/index.asp#>



Escriure un comentari

Nom (requerido)

E-mail (obligatori)

Sitio web

Subscriure's a la notificació de nous comentaris



CINEMA A FIGUERES



[VEURE PROGRAMACIÓ DE LA SETMANA](#)

«<Febrer 2014>»

L	M	X	J	V	S	D
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	1	2

MENÚ PRINCIPAL

[Inici](#)

Figueres i Comarques

- ▶ [Successos](#)
- ▶ [Economia](#)
- ▶ [Política](#)
- ▶ [Societat](#)
- ▶ [Esports](#)
- ▶ [Salut](#)

[Catalunya](#)

[Espanya](#)

[Internacional](#)

[Opinió](#)

[Gent i Oci](#)

[Suplements](#)

HOROSCOPO





[Inici](#) [Notícies](#) [Agenda](#) [Directoris](#) [Imatges](#) [Contacta](#)

Cerca



[Tuiteja](#)

El PSC de Roses tanca la crisi amb l'elecció de David Beltran com a nou primer secretari, per unanimitat

POLÍTICA

04/02/2014 - 09:45

L'Agrupació dobla el número de militants, incorpora l'exalcalde Jaume Noguer com a president d'una executiva de consens i cobreix les dues vacants al grup municipal amb Jesús Mínguez i Josep Maria Laguna, que s'incorporaran com a regidors en els dos pròxims plens.

L'Agrupació del PSC de Roses ha donat per tancada la crisi amb l'elecció, per unanimitat en assemblea, de David Beltran com a nou primer secretari; i la incorporació de l'exalcalde Jaume Noguer com a president d'una executiva de consens que es planteja, a partir d'ara, fer un clar gir cap a la defensa de les polítiques d'esquerres, així com recuperar el contacte amb la ciutadania i la societat rosinca. L'assemblea va avalar la substitució dels dos regidors del grup municipal dimitits el mes de desembre passat, per Jesús Mínguez i José María Laguna, que prendran possessió en els dos pròxims plens.



A més de Beltrán i Noguer, formen part de l'executiva Olga Simarro, com a secretària d'organització; Francisco Martínez, que serà portaveu del grup municipal i secretari de finances; Francis Martín, secretària de política social i igualtat; Enrique Fossoul, secretari de comunicació; José María Laguna, Jesús Mínguez, Josep Pagès i Mohamed Saadoun, que exerciran com a vocals.

La nova direcció és producte de l'acord de l'assemblea, la qual cosa aporta un valor afegit de gran importància perquè supera els conflictes i fa confluïr tres vectors: l'experiència en les responsabilitats municipals de persones que acumulen un recorregut sòlid de militància, com ara l'exalcalde Jaume Noguer; el coneixement de la realitat municipal dels actuals representants del PSC a l'Ajuntament de Roses; i l'empenta dels membres recentment incorporats que asseguruen un procés de renovació, a partir de noves idees, per afrontar, des del socialisme catalanista, els reptes del PSC al municipi.

La nova etapa del PSC de Roses comença amb un increment en la militància que acosten l'agrupació als nivells anteriors a la crisi i la situen amb una quota de 23 militants en un conjunt de 70 afiliats. La nova executiva es proposa, també, millorar els mecanismes de participació de l'agrupació per afrontar amb optimisme i més garanties el futur immediat, incloses les pròximes cites electorals, especialment les municipals de 2015, per a les quals se sent més fort i cohesionat.

Entre els acords de l'assemblea en destaca un clara voluntat de reforçar el contacte entre l'agrupació i la ciutadania, així com amb el conjunt de la societat rosinca, de les quals se n'havia allunyat a causa dels problemes interns del partit, ara ja superats.

La nova executiva vol servir de recolzament i de canal de comunicació, tan dels representants municipals amb la societat, com dels ciutadans i ciutadanes amb el grup. D'aquesta manera, el PSC vol fer arribar els problemes i les propostes dels rosincs i les rosiques al ple.

El PSC de Roses es pren com a repte principal per als propers mesos la campanya de les eleccions europees, en les quals la ciutadania posa en joc el trencament de les polítiques d'austeritat que han provocat la destrucció massiva de llocs de treball; i l'empobriment de milers de famílies que s'han desplomat per sota dels límits de pobres i estan en risc d'exclusió social. La campanya fa que el PSC assumeixi amb més força la lluita a favor dels drets civils que, tan el govern del PP a Madrid com el de CiU a Barcelona (amb la complicitat d'ERC), ataquen sistemàticament.

[Notícies](#)

» 33 lectures

PEIXOS
NDarpla
TEL.972254949

Peix i marisc
IMPORTACIÓ
EXPORTACIÓ
FIRES
ARTESANALS

50è Aniversari

25è Aniversari

Roses. La Piscina de Roses celebra el Carnaval rebaixant preus

Publicat el Dimarts, 04 Febrer 2014 11:38 Escrit per Ajuntament de Roses

Amb la imminent celebració del Carnaval, la Piscina Municipal de Roses acaba de posar en marxa la campanya promocional "Per Carnaval tot s'hi val", amb la qual ofereix condicions avantatjoses als nous usuaris que desitgin abonar-se a la instal·lació. Des del passat 1 de febrer i fins al 15 de març, totes les noves inscripcions gaudiran d'un 50% de descompte en la matrícula i d'una quota mensual (febrer) de només 15 €/persona (7,5 €/persona si la matrícula es fa a partir del dia 14 de febrer).

Amb aquesta promoció, la Piscina de Roses ofereix condicions molt favorables per posar-se en forma, cuidar-se, fer salut, divertir-se, relaxar-se... A més, cal recordar que les persones empadronades a Roses, així com les dels municipis en conveni amb la Piscina (Castelló d'Empúries, Cadaqués, Llançà, Sant Pere Pescador, Pau i Vilajuïga), gaudeixen durant tot l'any d'un 20% de descompte en la matrícula, acumulable ara a l'oferta de Carnaval.

La Piscina de Roses ofereix una àmplia oferta d'activitats i serveis tant en activitats aquàtiques (pensades per a totes les edats i nivells), com de condicionament físic i salut, o programes específics de salut (activitat aquàtica prepart i terapèutica).

Pel que fa a les instal·lacions, la Piscina Municipal compta amb piscines climatitzades que compten amb un sistema innovador i de gran qualitat per al tractament de l'aigua, així com una zona Spa amb sauna, bany de vapor, dos hidromassatges i un solàrium natural exterior. També cal destacar els 250 m² de sala de fitness amb un complet equipament cardiovascular i muscular, una sala polivalent i la sala d'Spinning® (centre oficial).

Per CARNIVAL TOT s'hi val!





**DESCOMPTE del 50%
en la MATRÍCULA**

**QUOTA MENSUAL
15 € ***

Promoció vàlida de l'1 de febrer al 15 de març de 2014

*Preu de la primera quota per persona. Les demés quotes segons preus vigents.



www.piscinaroses.cat

Tweet

Inscriu-te a la nostra Newsletter per rebre informació sobre actualitat municipal.

Subscriu-te

[Avis legal](#) [Cercador Més Girona](#) [Notidig](#)

Canal Ajuntament 2012 | Un projecte de NOTIDIG | redaccio@canalajuntament.cat | [Avis Legal](#) | 972 831 541

