

REVISTA
LOCAL
DE RIUDECOLS

El Lledoner

1r SEMESTRE
2023
NÚM. 55



SUMARI

Opinió.	3
L'Ajuntament informa.	4
Portes obertes i tancades de la comunicació.	6
La importància del joc i els perills de les pantalles.	7
Club Bicicleta Riudecols. Temporada 2023.	8
Ehunmilak 2023.	9
Riudecols Actiu.	10
Associació de la Gent Gran Santa Eulàlia.	
U.D. Riudecols.	11
Formació i Treball recull 3.598 quilos de roba usada a Riudecols durant l'any 2022.	12
Donació de sang del cordó umbilical: per què és important?	13
Secció local d'Esquerra Republicana Riudecols.	14
Comaigua, una nova cultura de l'aigua.	15
Consell Comarcal del Baix Camp.	16
Cosmètica natural i eco responsable.	17
Bowling.	18
Dibuixos.	
Naixements.	19
Fotografia de contraportada.	20

La foto de la portada

La imatge de portada, obra d'Andreaa Chis, ens mostra el campanar de l'Església de Sant Pere de Riudecols.

Aquesta església parroquial d'estil renaixentista (s.XVII), està declarada Bé Cultural d'Interès Local i consta d'una nau amb capelles comunicades així com amb una façana que conserva un esgrafiat geomètric.



ADRECES D'INTERÈS

Ajuntament de Riudecols
C. La Parra, 2 - Tel. 977 817 009
627 30 67 45

Escola Mare de Déu del Roser de Riudecols
Av. d'Alforja, s/n - Tel. 977 560 023

Llar d'infants municipal "Els Pesolets"
Av. d'Alforja, s/n - Tel. 665 784 925

Consultori mèdic de Riudecols
Pl. de La Parra, s/n
Tel. 977 560 355

Comaigua. WhattsApp d'Att. al Client:
636 916 692. De 8:30 a 16:00 h.
Avaries: 900 100 342, servei 24 h.

CAP Les Borges del Camp
Av. Font de les Escalles, 2
43350 Les Borges del Camp
Tel. 977 560 089

Farmàcia Pellicer
C. Major, 19 - Tel. 977 817 360

Emergències 112
Generalitat de Catalunya

SUMARI



HORARI BUS RIUDECOLS → REUS

de dilluns a divendres

dissabtes

LES IRLES

06.39

08.17

09.19

10.14

11.44

15.14

18.24

09.19

16.19

RIUDECOLS

06.42

08.20

09.22

10.17

11.47

15.17

18.27

09.22

16.22



HORARI BUS REUS → RIUDECOLS

de dilluns a divendres

dissabtes

ESTACIÓ BUS

07.15

09.30

10.40

12.10

12.55

16.10

19.00

12.55

19.00

PLAÇA OQUES

07.25

09.40

10.50

12.20

13.05

16.20

19.10

13.05

19.10

PASSEIG MATA

07.27

09.42

10.52

12.22

13.07

16.22

19.12

13.07

19.12



Salutació de l'alcadessa

**Estimades veïnes i veïns,
vull fer arribar el meu agraïment a totes aquelles persones que, amb la vostra confiança, ens heu fet continuar per quatre anys més al capdavant del govern municipal de Riudecols.**

Aquesta primera legislatura ha sigut molt intensa. Fa quatre anys vam arribar amb moltes ganes de treballar per vosaltres i pel poble, i ja heu vist tot el que hem fet durant aquest temps. Quan mirem el futur, imaginem un poble més bonic i amable, més saludable i, sobretot, cohesionat, en el qual la bona convivència convida a viure de manera tranquil·la.

La política municipal és la que està al servei de les persones, per millorar la seva qualitat de vida. I això és el que volem continuar fent els pròxims anys, perquè ens estimem Riudecols, Les Voltes i Les Irlles, perquè portem el poble al cor i volem veure'l progressar.

Tenim un projecte que contempla diferents àmbits per tal que ningú en quedi exclòs. No ens falten idees ni tampoc ganes de portar-les a terme. Quan pensem en el poble que volem pensar, també, en les necessitats i el benestar de tothom.

Els primers actes on ens estrenarem com nou govern, són la revetlla de Sant Joan i la Festa Major de Sant Pere.

La Festa Major se'ns presenta, any rere any, com una magnífica oportunitat perquè fem quelcom plegats: tothom unit en els preparatius i, sobretot, en la gresca de la celebració. Hi ha altres esdeveniments culturals al nostre calendari, però la Festa Major és la de tots, la que ens defineix com a poble.

Com sempre, hi estan treballant un bon grapat de persones, que sumen esforços i il·lusions perquè tot surti a la perfecció, tant a títol individual, com des de les associacions o des de les regidories de Festes i d'Entitats.

Ens agrada la Festa Major! La sardinada, el correbars amb la xaranga, els tributs, les actuacions infantils, els inflables a la piscina...

**Sortim, omplim els carrers de vida i alegria.
Bona Festa Major de Sant Pere!**

La vostra alcaldessa,
Beatriz Mayordomo Pujol

OPINIÓ

Comiat

Aprofito aquestes línies per donar les gràcies a totes aquelles persones que fa quatre anys em vam donar l'oportunitat de ser regidora a l'Ajuntament de Riudecols.



Tal i com totes i tots sabeu, durant els propers quatre anys no continuaré com a regidora, deixo enrere una etapa de la meua vida que no em podia creure, la qual vaig iniciar aquell 26 de maig de 2019 i de la qual estic molt orgullosa.

Aquests quatre anys m'han permès conèixer i treballar amb un grup de persones amb iniciativa, perspectiva de futur i ganes de millorar Riudecols. Hem hagut de fer front a situacions que no coneixíem, i crec que hem aconseguit afrontar de la millor manera possible totes les adversitats.

Des de la regidoria d'Obra Pública hem intentat realitzar millores per fer de Riudecols un poble més acollidor, tot millorant les infraestructures existents. No obstant, queda molta feina per fer, la qual m'hagués agradat realitzar aquests propers 4 anys. Per aquest motiu, seguiré donant suport als meus companys i companyes.

Moltes gràcies a totes i tots per la confiança dipositada durant aquest temps!

Andrea Ramírez i Velasco
Regidora d'Obra Pública



Les nostres festes

Durant quatre anys, he tingut la gran oportunitat de ser regidor de Festes del nostre poble i de participar en diverses activitats culturals i artístiques.



Per això, avui vull compartir amb vosaltres la importància que té gaudir d'aquestes festes i activitats, no només per l'entreteniment que ens proporcionen, sinó també per la seva gran riquesa cultural i social.

Seguim treballant

Benvolguts, soc Rosa Samper i, com ja sabeu, repeteixo legislatura. Primer, vull donar-vos les gràcies pel vot de confiança que ens heu atorgat. Podeu estar segurs que comencem aquesta legislatura amb tanta o més il·lusió que l'anterior, i que seguim engrescats i engrescades per l'ideari d'un Riudecols nou, pels nous projectes i, com no, per acabar tot allò que vam començar el mandat passat.

Estic especialment agraïda als meus companys i companyes. Formem un equip amb ganes de treballar i treballar bé, de fer possible els nostres objectius. Amb ells i elles em sento recolzada ja que són persones implicades, treballadores i responsables, que estimen el poble i la seva gent.

Durant els propers quatre anys continuaré portant les regidories d'ensenyament i benestar social, deixaré la d'igualtat però en canvi afegiré les de salut i personal.

Que la feina que duem a terme des de les regidories surti bé no depèn només de les ganes sinó, també, de vosaltres, a través de les vostres idees, demandes, peticions, suggeriments, crítiques constructives, aportacions, suport i col·laboracions, ja sigui a nivell personal com en nom d'entitats o associacions. En aquest nou projecte espero continuar rebent tot això. Sou el motor i l'impuls de les nostres accions.

Rosa Maria Samper i Folqué

Regidora d'Ensenyament, Benestar Social i Igualtat

Les festes majors són un moment de l'any en el qual tot el poble es mobilitza per celebrar junts. És una oportunitat per conèixer gent nova, recuperar vincles amb amics i familiars, i compartir moments únics.

Les activitats que s'organitzen durant les festes, des de concerts fins a representacions teatrals o actes tradicionals com la Setmana Santa i el Nadal, ens permeten gaudir d'una gran diversitat cultural. A més, amb la seva realització, es promou el turisme i la dinamització econòmica del poble.

Però les festes majors no són l'única opció per gaudir de la cultura. Existeixen nombroses possibilitats per participar en activitats culturals durant tot l'any. A través de la Biblioteca, mitjançant els seus tallers i cursos podem descobrir noves formes d'expressió, enriquir el nostre coneixement i reforçar el vincle entre pares i fills.

En aquest sentit, voldria destacar el paper important que tenen les associacions culturals del nostre poble. A través de la seva tasca, s'organitzen activitats lúdiques i esportives per a tots els públics. Això ens permet créixer i enriquir-nos culturalment. En definitiva, les festes majors i la cultura ens ofereixen una oportunitat per aprofundir en la nostra identitat i en la del nostre poble, i ens ajuden a créixer com a persones. Per això, us animo a gaudir d'aquestes activitats durant els pròxims quatre anys i a participar activament en elles.

Josep Maria Pageo i Ruiz

Regidor de Cultura i Festes

Incorporacions al govern municipal

MARTA FLORES PUIGDEVALL

Benvolguts,

En primer lloc, vull agrair als meus companys i companyes de llista la confiança dipositada en mi. Son un grup de dones i d'homes extraordinaris compromesos amb el seu poble i amb unes ganes infinites de treballar perquè Riudecols sigui el poble que es mereix. Particularment, mai m'havia plantejat formar part d'un grup així, però quan m'ho van proposar vaig pensar que era una idea fantàstica per poder treballar pel poble, pel seu futur, i pel de les persones que hi viuen.

Ahora, voldria donar les gràcies a totes les persones que han tornat a donar per segon cop la confiança a la llista d'ERC, de la qual en formo part. Aquest fet fa que tota la feina feta fins ara valgui encara més la pena i ens dona un xut d'energia pels pròxims quatre anys. Energia per fer que Riudecols sigui un poble per tothom, sense distingir entre edats, gènere, nacionalitats o partits polítics.

Personalment estic molt motivada i compromesa amb els meus companys i les meves companyes. Han fet una gran tasca fins ara, i aquests propers quatre anys seguirem en la mateixa línia de treball. El meu treball anirà enfocat en dues línies diferents: Per una banda, gestiono la regidora d'economia i hisenda. La meva funció des d'aquesta regidoria és portar a terme l'activitat econòmica i la gestió financera de l'Ajuntament.

En segon lloc, però no menys important, la regidoria d'igualtat. La principal estratègia d'aquesta regidoria és combatre els aspectes més estructurals de la desigualtat de gènere i del sexisme. Entenc la igualtat no només com una regidoria, sinó que ha de ser una nova visió en tots els àmbits i àrees de l'ajuntament per lluitar contra les desigualtats de gènere, les violències i discriminacions envers les dones, i contribuir a la seva llibertat i igualtat d'oportunitats. Treballarem per la prevenció de les violències. Dissenyem, implementem i coordinem les polítiques d'abordatge integral de les violències masclistes. Volem que Riudecols sigui un poble amb igualtat de drets i d'oportunitats entre homes i dones. Volem abordar tots els àmbits de les violències masclistes i oferir els serveis adequats per a les dones que estiguin en una situació de violència o n'hagin viscut una.

En definitiva, ens esperen quatre anys intensos de molta feina els quals agafem amb moltes ganes i força perquè les persones que viuen a Riudecols, Les Irlles i Les Voltes, visquin al poble que es mereixen i el puguin gaudir sigui quina sigui la seva condició.

Moltes gràcies de nou per la confiança!

Marta Flores Puigdevall

Regidora entrant al govern municipal

FRAN RECHE URBAN

En primer lugar, doy las gracias a la plataforma de la revista local El Lledoner por dar voz a todo el que quiera, y a la persona que se encarga de ello por el gran trabajo que realiza.

Inicio mi mensaje como lo hice en el mitin de esta pasada campaña: soy Fran, un catalán con el corazón dividido entre dos pueblos, uno de la Mancha y este donde vivo, Riudecols.

Ahora ya pasadas las elecciones, y después de comprobar el mayoritario apoyo de la gente del pueblo, quiero agradecer personalmente la confianza que han depositado en nosotros, todas esas personas que invirtieron un pedacito de su tiempo en venir a votar, ejercicio libre y voluntario, que tan bien hace al desempeño de la elección de los dirigentes del Ayuntamiento.

En este caso, he pasado a formar parte de un gran equipo, formado por personas maravillosas y tremendamente trabajadoras, que se dedican en cuerpo y alma a cuidar y rejuvenecer todo el pueblo, personas que dejan de lado la política una vez que finalizan las elecciones y se dedican a trabajar por los vecinos sin importar qué haya votado, ya que este equipo trabaja por todos y para todos.

Ahora que soy un integrante más, quiero dejar claro que la manera de trabajar va a seguir siendo la que han visto con el equipo anterior y pondré todo de mi parte para activar todas esas asociaciones y actividades que por culpa de circunstancias como la COVID-19, han ido decayendo con el tiempo.

Trabajar sin descanso para que el ámbito deportivo en este pueblo no deje mejorar y se amplíe a todos los ámbitos necesarios para que ningún ciudadano y ciudadana de este pueblo se quede sin la opción de practicarlo.

Son 4 años llenos de trabajo que iremos realizando a medida que podamos, sin prisas, pero sin pausa, para que ninguna promesa se quede sin cumplir.

¡Gracias una vez más por confiar en nosotros!

Fran Reche Urban

Regidor entrant al govern municipal

Portes obertes i tancades de la comunicació

Sempre he pensat que la resta d'animals mostren més intel·ligència, ja que l'ésser humà porta milers d'anys amb ells, els ha arribat a domesticar i, mentre els animals sempre s'adapten a tots els idiomes, l'humà encara no ha aconseguit traduir-los d'una forma realment fiable.

L'ésser humà és tant capaç de fer-se entendre, com incapaç d'entendre. L'explicació més senzilla a aquest fenomen pot anar pel camí en que l'ésser humà es recolza més en el llenguatge verbal que en el no verbal, que pel contrari és la via més potenciada en la resta dels animals. De fet, els estudis indiquen que els gats miolen per interactuar amb l'ésser humà, entre els felins importen més altres vies de comunicació com les posicions de les orelles o dels bigotis, per exemple.

Els humans de tot el món disposem d'un voltant de 7.097 idiomes. Els sis idiomes més parlats al món són l'Àrab, el Xinès, l'Espanyol, el Francès, l'Anglès i el Rus. Hi ha hagut molts intents de compartir un idioma universal. El més conegut seria el cas de l'Esperanto, que el doctor Zamenhof va crear. Es considera 10 vegades més senzill que l'Anglès (considerat l'idioma més senzill d'aprendre), ja que en 150 hores d'estudi ja s'adquireix un nivell avançat.

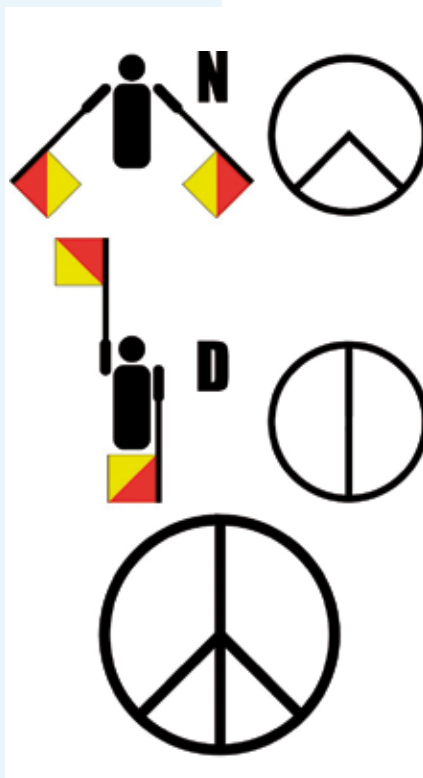
Sembla ideal, un idioma que puguem fer servir tots! Doncs no. La barrera que es va trobar a aquest idioma que volia posar-nos en contacte directe entre tots, va ser la por a perdre la identitat, com si tindre nous coneixements destruís els que ja es tenen.

Les IA ens permeten mantenir una conversa amb un interlocutor amb el qual no compartim idioma, traduïnt de forma immediata. L'ésser humà és tant desenvolupat intel·lectualment com per crear eines que ens tradueixin gràcies al fet que és tant tancat de ment que no pot/vol compatir un idioma. ? Aquest símbol vol dir ironia, sembla un bon moment per destacar-ho.

D'una manera ingènua vaig pensar que el llenguatge de signes era un bon

candidat a ser aquest idioma en comú i, quan vaig començar a fer cap, em va sorprendre conèixer que, actualment, ens trobem en el fet que hi ha 300 tipus de llenguatges de signes, ja que cada un ha anat evolucionant de forma independent. Així que de moment, sols he après a lletrejar en signes l'alfabet, que és el que més coincidències té en les seves múltiples versions. Almenys puc dir el meu nom...

El codi Morse va caure en desús fins a quedar-se exclusiu de la navegació naval, així com és el llenguatge de semàfor d'alfabet, que amb certa "coreografia" té un bon ventall de significats. De fet, el símbol de la pau està fet d'ajuntar els senyals de les dues lletres que són les inicials de desarmament nuclear: la lletra D, amb un braç cap amunt i l'altre cap avall; i la lletra N, que es fa amb els dos braços fent una V invertida.



Hi ha una única "paraula" que la majoria d'idiomes comparteixen i és "eh" feta servir en moment de dubte.

Dintre de les meravelles de la comunicació, hi ha unes paraules que tenen la

particularitat d'existir en únic idioma, ja que defineixen conceptes molt concrets.

Hi ha una paraula que disposa del rècord Guinness de "la paraula més concreta del món":

Mamihlapinatapai (Yaghan), que defineix la mirada entre dues persones que volen fer el mateix, però cap de les dues s'atreveix a donar el primer pas.

Hi ha paraules que defineixen una emoció/situació:

Tarab (Àrab)

Estat d'èxtasi provocat per la música.

Yuan bei (Xinès)

Sensació de perfecta plenitud.

Schadenfreude (Alemany)

El plaer que es pot sentir quan un altre pateix.

Expliquen una acció detallada:

Cafuné (Brasiler)

Pentinar de forma suau amb els dits.

Bilita Mpush (Bantús)

Tenir un somni meravellós, antònim de mal somni.

Evoquen un fenomen físic:

Mangata (Suec)

Defineix el reflex de la lluna a l'aigua.

Komorebi

Llum del sol filtrada per les fulles dels arbres.

Defineixen un concepte filosòfic:

Kintsugi (Japonès)

Art de recompondre una peça de ceràmica trencada, significa que la imperfecció pot ser bella.



De vegades penso "Què tal si tots parléssim Klingon?"

Selene-Hada Moreno i Ortega

La importància del joc i els perills de les pantalles

En els darrers anys, hem pogut veure com l'ús de les pantalles en menors de tres anys està cada vegada més normalitzat socialment.

Per una banda, creiem que hi ha certa desinformació sobre els efectes que té l'ús de pantalles en menors de tres anys. Hi ha multitud d'estudis que corroboren els efectes nocius de les pantalles en el desenvolupament infantil, podem trobar un clar exemple al documental 30 minuts de TV3 "La gran distracció", on diferents neurocientífics alerten que l'ús de pantalles redueix el coeficient intel·lectual dels infants.

Durant els primers anys de vida, el cervell de l'infant comença a prendre forma i necessita de la interacció amb la realitat i amb les persones per observar els moviments i sons per després imitar-los i crear connexions. Si col·loquem una pantalla davant de l'infant, estem reduint aquestes connexions que afectaran al desenvolupament del llenguatge, el nivell de concentració i aprenentatges.

Per tal que l'infant pugui desenvolupar-se, necessitarà de la interacció amb el seu entorn. L'infant, a través del joc, es relaciona amb el món, l'experimenta i el comprèn. D'aquí la importància d'oferir a l'infant temps i oportunitats de joc a partir de materials que permetin als infants crear, pensar i construir el seu coneixement.

Aquest curs, hem creat, conjuntament amb les famílies, uns materials de joc que permeten als infants que a través del joc lliure es puguin plantejar hipòtesis, que els hi generin dubtes i que descobreixen fenòmens científics com el magnetisme a través de l'exploració.

Per altra banda, l'ús de pantalles sovint s'utilitza amb els més petits com a eina per a què entrin en un estat de calma per aconseguir que mengin o per acabar amb una rebequeria, entre d'altres exemples. En aquest cas, la pantalla captura a l'infant de tal forma que la seva atenció queda segregada. L'infant no serà conscient de l'acte de menjar si té una pantalla al davant. No identificarà els aliments, allò què li agrada o allò què no. Aquests són aprenentatges que l'infant ha de fer per formar-se una identitat.

D'aquí la importància de l'acompanyament d'un adult que posa paraules, que explica als infants què faran després tot anticipant aquell moment i que l'acompanya emocionalment.

Vivim en una societat que va amb presses, que conviu amb molts canvis i que, tot i disposar de molta informació, sovint ens trobem sols i desinformatos. D'aquest neguit i per tal de poder acompanyar les famílies en la complexa tasca de la criança d'un fill, s'ha creat un grup de criança a Riudecols format per un equip multidisciplinari del qual també formem part l'equip



educatiu de la llar amb l'objectiu d'acompanyar les famílies del poble en la criança dels fills en els primers anys de vida i poder crear un espai per compartir dubtes i neguits. Ens podeu trobar quinzenalment els divendres a les 17h a la casa de la Cultura i també al grup de Telegram: "Grup criança Riudecols".

Parlarem sobre aquests i d'altres temes que us puguin interessar.

Equip Educatiu Llar d'Infants els Pesolets

Club Bicicleta Riudecols. Temporada 2023

29 a. Cronoescalada BTT
2 a. Cronoescalada de Trail
a Puigcerver

Dissabte 8 de juliol
18:00 h Pl. Lledoner

Inscripcions obans del
Dijous 6de juliol

Contacte amb qualsevol
membre de la Junta de les dues
associacions organitzadores o
envieu un mail a

clubbicicletariudecols@gmail.com
sendero.riudecols@gmail.com

Cursa de caràcter local i social amb inscripció gratuïta









LES NOSTRES ENTITATS I ASSOCIACIONS

Dissabte, 1 de juliol:

"Activitats en bicicleta al camp de futbol"

Hora: 18.30h. Lloc: camp de futbol.

Què és aquesta trobada?

Es tracta d'un seguit d'activitats en bicicleta pel camp de futbol segons grups d'edat.

Qui hi pot participar?

Els nens i nenes de 6 a 14 anys.

Què cal portar?

La bicicleta en bon estat i el casc, que és imprescindible. En cas de no disposar-ne de casc cal comentar-ho a algú de la junta uns 2-3 dies abans. No vingueu sense casc!!!

Per apuntar-s'hi?

Només cal presentar-se el mateix dia amb puntualitat al camp de futbol.

ACTIVITATS ORGANITZADES

27a. Volta a la Teixeta

Dilluns, 1 de maig del 2023

29 km. Riudecols - Botarell - Estació - Riudecanyes - Teixeta - Pradell de la Teixeta - Torre de Fontaubella - Marçà - Falset - Porrera (aperitiu) - Coll de la Teixeta - Riudecols.
66 km. 11.300 m. de desnivell. 11 participants.

PARTICIPACIÓ TEMPORADA 2023

Pedalada hivernal BTT Picamoixons (Alt Camp).

23-01-2023. Recorregut curt 30 km. 800 m de desnivell. Participants: Brian Ruiz i Adan Ruiz.

Duatló BTT Vila-seca (Tarragonès). 29-1-2023.

4 km a peu + 15 km bicicleta + 2 km a peu. Participants: Adam Ruiz i Brian Ruiz.

Hivernal BTT Cervera (La Segarra).

12-03-2023. Recorregut marató 65km. 1.300 m de desnivell. Participants: Jordi Mariné, Pol Pérez, Jordi Cabré, Joan Perelló, Joan Jiménez i Francesc Bardina.

Volta al Montsant BTT. Ulldemolins (Priorat).

26-3-2023. Recorregut llarg 70km 2.060 m. desnivell. Participants: Pol Pérez, Jordi Mariné, Jordi Cabré, Joan Perelló, Francesc Bardina, Brian Ruiz, Adam Ruiz, Joan Jiménez.

Xallenger BTT Terres de l'Ebre. 1a prova Transborencia.

2-4-2023 Torre de l'Espanyol (Ribera d'Ebre). 41 km. 1.270 m. de desnivell. Participants: Jordi Mariné, Pol Pérez.

La Mussara Reus. Cicloturisme carretera.

Reus (Baix Camp) 16-4-2023

Circuit curt 135 km. 2300 m. de desnivell. Participants: Pol Pérez, Adan Ruiz, Brian Ruiz.

Circuit llarg 200 km. 3.500 m. de desnivell. Participants: Joan Perelló Garcia.

SCOTT Marathon BTT Cambrils (Baix Camp).

29-04-2023. Recorregut curt 40 km. 560 m. de desnivell. Participants: Aleix Iborra Flecha, Martí Vilanova Font i Pol Vilanova Font.

Open natura El Catllar (Tarragonès) 6-03-2022.

Circuit mig 46 km. Participants: Brian Ruiz i Adam Ruiz.

CURSES A PEU

Mitja Marató de Barcelona 21,5 km.

19-2-2023. Barcelona (Barcelonès)

Javi Sánchez, 1h 36'.

Cursa Caspolino.

26-3-2023 Móra la Nova (Ribera d'Ebre).

Prova de 5 km. Javi Sánchez 1r V50 i 4t absolut.

Prova de 5 km. Cori Rodríguez 1a V50 i 12a absolut.

Mitja Marató Miami Platja. Crusa de 10 km.

16-4-2023 Miami Platja (Baix Camp).

Prova de 10 km. Javi Sánchez 2n V50 i 15è absolut.

Prova de 5 km. Cori Rodríguez 1a V50 i 5a absolut.



EHUNMILAK 2022

L'any passat vaig participar en una cursa d'ultrafons al País Basc, anomenada Ehunmilak. Com diu el seu nom en Euskera, es tracta d'una cursa de 100 milles, el que són 168 km. amb un desnivell + d'11.000 m.

Em vaig apuntar gràcies a un amic, Jose Mari, de Sevilla que em va animar fer-ho. Ens havíem conegut feia tretze anys, en una altra cursa d'ultrafons. Durant uns anys ens vam anar trucant, però el contacte es va anar refredant a causa de la distància.

Amb el rotlló de la pandèmia es veu que va buscar a l'agenda del mòbil antics contactes i em va trobar. Pels vols de Nadal em va felicitar les festes i va aprofitar per comentar-me que volia participar en l'Ehunmilak i que volia fer tot el recorregut amb mi, perquè és una prova molt dura i que jo li donava un plus de confiança per poder-la acabar.

No ens vam veure fins el dia abans de la sortida, en la recollida de dorsals i el dia de la cursa vam sortir junts i dels últims, vam fer els primers quilòmetres bé, però a poc a poc el ritme de Jose no acabava de ser l'idoni per poder arribar als talls horaris. Al quilòmetre 20 ja vam ser els últims participants en sortir d'aviuallament. Això volia dir que darrere nostre sortiria

l'escombra. No sabia on podia esgarrapar temps i encara quedava molt recorregut. Els quilòmetres anaven passant i els aviuellaments també, però la situació no canviava. L'únic canvi que va haver-hi va ser el relleu de l'equip d'escombres, on un dels membres de l'equip era un altre amic meu, l'Edu.

Un parell de quilòmetres abans del control del km. 80 vaig comentar-l'hi al Jose que m'avançaria i que agafaria aigua i menjar pels dos i que no s'aturés per res. Jo vaig arribar a les 13:30 i ell 10 minuts més tard, però en arribar em va dir que necessitava descansar una mica i així ho vam fer.

El temps anava passant, però els quilòmetres no tant, ell ja no podia més i ja feia una estona que m'insistia que el deixés i que fes la meua. Va arribar a un punt que ja no podia acompanyar-lo més i ens vam acomiadar i tot seguit vaig començar a incrementar el ritme.

Vaig anar menjant-me distància i afrontant la segona nit, parant-me a fer una becaina perquè la son m'envaïa i no caminava amb seguretat. En despertar-me vaig continuar la marxa bastant més fresc i a un ritme superior als altres participants, perquè jo els avançava i a mi no em passaven. En arribar a l'últim control

m'esperava el meu amic Edu, per donar-me ànims. Era el migdia i feia molta calor.

Edu em va voler acompanyar fins a l'arribada. Arribant a Beasain amb motes ganes d'acabar, un altre participant em retallava terreny, jo només volia gaudir de l'arribada, però no oblidem que era una cursa. Veient que ja s'estava apropant massa decideixo incrementar el ritme i veig que les cames encara em responen bé, guanyo una mica de distància i torno a trotar.

Suposo que l'altre participant en veure que afluijava es va animar i quasi a l'arribada el torno a veure massa a prop. L'Edu m'anima i jo torno a incrementar el ritme i en notar que estava bé encara poso una altra marxa i no paro fins a l'arribada.

Un cop passada la línia de meta estic molt content de poder acabar una de les proves més exigents que conec i amb molta il·lusió de finalitzar-la acompanyat pel meu amic Edu.

Aquest any hi tornarem i ens tornarem a retrobar, amb l'Edu el Jose Mari i jo.

Jordi Mestre Borràs

Associació Excursionista El Senderó de Riudecols



ASSOCIACIÓ DE LA GENT GRAN SANTA EULÀLIA

Benvolguts, com ja sabeu, el passat mes d'octubre, es va inaugurar el local social per la gent gran, no vam poder anar-hi gaire temps perquè estàvem informats que, quan comencessin les obres del consultori i durant tot el temps que duressin, no s'hi podria accedir. Ara ja estan acabades, tenim nou consultori i ja podem tornar a fer ús del local social, esperem la vostra assistència.

El dia 8 de desembre passat vàrem celebrar el dinar per a tots els socis. Va ser tot un èxit de participació. Moltes gràcies a tothom per la vostra assistència i esperem tornar-lo a repetir aquest any. El dia 16 de març el Consell Comarcal va organitzar una sortida cultural a Ba-

laguer i Cervera (La Cargolada). Després de l'esmorzar vam sortir direcció a Cervera per visitar la Universitat, l'Església de Santa Maria i el casc antic, tot molt interessant. Al migdia vàrem tornar al restaurant on ens van obsequiar amb un bon dinar i, finalment, ball fins a l'hora convinguda de tornar cap a casa.

El dilluns 10 d'abril, dia de la Mona, vàrem fer una altra sortida a Ulldes, per visitar les oliveres mil·lenàries, els paisatges naturals més singulars de tota la mediterrània, i el castell medieval, un castell amb molta història. Al finalitzar les visites vam tornar al mateix restaurant a dinar, continuant amb una animada sobretaula fins l'hora de retorn a casa, i ens van obsequiar amb una mona de Pasqua.

El dijous 18 de maig el Consell Comarcal va organitzar la XXXIV Trobada Comarcal de la Gent Gran del Baix Camp a Manresa, on vam visitar la Basílica de la Seu, l'edifici gòtic, el Centre d'Interpretació Medieval, l'Espai Manresa i la Cova de Sant Ignasi. Vam retornar al restaurant per dinar i seguidament parlaments i lliurament de records per les associacions participants, rifes de pernills i una caixa de cava. Vàrem estar de sort perquè un pernil i el cava va tocar a dos socis de la nostra entitat.

Us desitgem que tingueu una bona Festa Major i gaudiu de molt bon estiu.

La Junta de l'Associació de la Gent Gran Santa Eulàlia

LES NOSTRES ENTITATS I ASSOCIACIONS



Riudecols Actiu

Benvolguts veïns, us dirigeixo aquestes paraules per dir-vos que, amb l'estreta col·laboració del nostre Ajuntament, activem de nou les activitats de RIUDECOLS ACTIU, amb l'esperança que siguin per a tothom i que siguin més participatives que mai, les quals seran anunciades ben aviat.

En primer lloc, per la Festa Major de Sant Pere, organitzarem el Torneig Social de petanca Sant Pere 23, en el qual esteu tots convidats a participar-hi. Tenim infraestructura, jocs de boles per aquells qui no en tinguin i farem equips de dues o tres persones, sempre en funció dels participants que hi hagi. Organitzarem stages per debutants i classes de perfeccionament en diferents categories (infantil i sènior) per aquells a qui els agradi i vulguin millorar el seu nivell. Properament, tindreu més informació al respecte.

Tanmateix, reunits amb la nova regidoria d'Esports, amb el Sr. Fran Reche, projectem altres esdeveniments que puntualment anirem informant. I per últim, felicitem a Josep Maria Pageo per la seva tasca i recolzament a la nostre entitat durant l'anterior legislatura –malgrat el mil vegades maleït COVID-19– i donar la benvinguda i l'enhorabona a Fran Reche per la seva incorporació al nou govern municipal, amb l'esperança i seguretat que tindrem unes relacions fluïdes i col·laboracionistes, en vers a la nostra activitat, plenes d'enteniment per ambdues parts.

Atentament,

La Junta activa de Riudecols Actiu



U.D. Riudecols

Des de la U.D. Riudecols aprofitem la plataforma de la revista El Lledoner per poder resumir-vos breument la nostra temporada

Volem expressar el sentiment de felicitat que té la Junta Directiva amb la resposta rebuda per part de la joventut riudecolenca durant la pretemporada, essent la primera que, malauradament, vam haver de descartar alguns potencials jugadors locals, ja que ja teníem complertes totes les fitxes disponibles per aquesta temporada.

La temporada ha sofert alts i baixos a causa de les desafortunades lesions d'alguns dels jugadors. Tot i així, vam aconseguir estar entre els 4 primers durant tota la primera volta, essent la segona volta on l'equip va trobar més a faltar jugadors importants, per mantenir el gran nivell que duia demostrant l'equip.

Caldria remarcar que la filosofia principal de la U.D. Riudecols és intentar que la totalitat de l'equip sigui gent del poble, o bé que hi tingui un vincle d'unió molt estret, com és el cas de diversos jugadors que porten ajudant l'equip incansablement durant diverses temporades.

També volem transmetre que tot el jovent del poble té les portes obertes de l'equip. Encara que les places siguin limitades, no deixeu d'intentar-ho a cada pretemporada, i de ben segur que optareu a algun lloc a l'equip.

La U.D. Riudecols és més que un equip de futbol sala, és un grup d'amics, companys. A més, és important inculcar l'esperit competitiu i mantenir-lo fort, sigui quin sigui el resultat, tot aprenent a digerir les derrotes i a gaudir les victòries des del

respecte al rival, valors que brillen per la seva absència en moltes pistes que visitem.

També volem remarcar la importància de la nostra afició, els Supporters de Riudecols. Agraïm de tot cor que mai fallen, per lluny que sigui el desplaçament o per fred que faci a les pistes on juguem, ells sempre hi són.

Des d'aquí animem a comprar la nova samarreta dels Supporters, per tan sols 10 € si sou socis, o 12 € en cas que no ho sigueu. Podreu tenir una samarreta groga amb l'escut del club i el logotip dels Supporters.

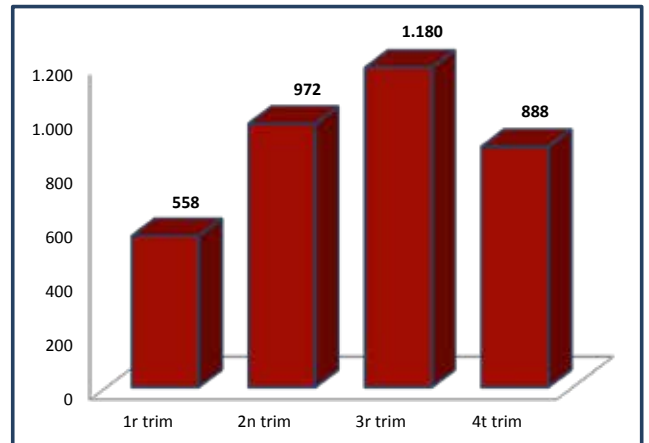
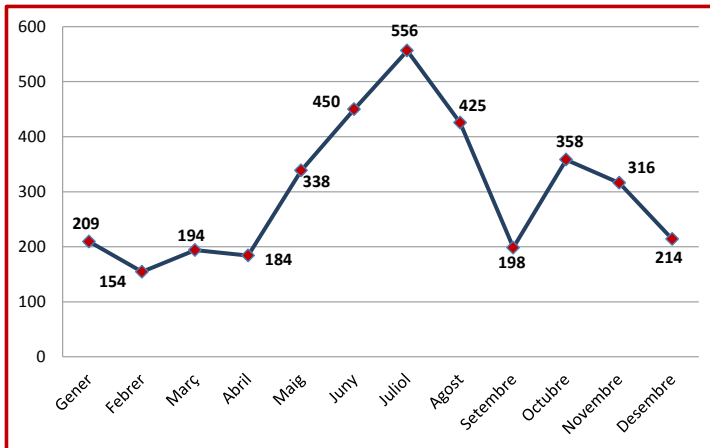
Per últim, fem una crida a fer-vos sòcies i socis de la U.D. Riudecols, per tan sols 20 €, els quals ens serveixen de gran ajuda pels comptes de l'equip, que es veuen minvats pels costos dels àrbitres i la compra d'equipament, tant material com esportiu, per tal que els nostres jugadors tinguin tota l'equitació necessària.

Gràcies a totes les patrocinadores i a tots els patrocinadors pel recolzament rebut durant aquests anys. Esperem que aquests només siguin els primers anys d'una llarga vida per aquest nou equip de futbol sala, i que puguem donar grans alegries esportives al poble, que s'ho mereix!

Un, Dos, Tres: Riudecols. ¡Siempre duros!

Formació i Treball recull 3.598 quilos de roba usada a Riudecols durant l'any 2022

DADES RECOLLIDA PER CONTENIDORS 2022																		
CODI	LOCALITZACIÓ	Gener	Febrer	Març	Abril	Mai	Juny	Juliol	Agost	Setembre	Octubre	Novembre	Desembre	1r trim	2n trim	3r trim	4t trim	TOTAL
BCA019	C. Jacint Verdaguer, 131	209	154	194	184	338	450	556	425	198	358	316	214	558	972	1.180	888	3.598
TOTAL		209	154	194	184	338	450	556	425	198	358	316	214	558	972	1.180	888	3.598



COL-LABORACIONS

Formació i Treball ha recollit 3.598 quilos de roba usada a Riudecols durant l'any 2022 a través dels 2 contenidors del municipi per garantir la sostenibilitat mediambiental del municipi.

Les tres R: reciclar, reutilitzar i reduir

Com a valor diferencial del projecte de Formació i Treball, i en la línia de la nova Llei 7/2022 de residus i sòls contaminants, la línia tèxtil de la Fundació fomenta el reciclatge, la reutilització i la reducció del residu tèxtil. En aquest sentit, la Fundació promou processos de reciclatge post consum per a peces de roba que ja tenen un desgast excessiu i a les quals no se'ls pot donar una segona vida. Aquests processos suposen el 40% del material tèxtil que gestiona l'entitat. D'altra banda, el 55% de la roba que es gestiona es destina a la seva reutilització en el seu estat a través dels 136 punts de venda ètica per a tota Espanya.

Formació i Treball impulsa la reducció del residu tèxtil gràcies al projecte d'educació ambiental "Teixint un pensament sostenible" que realitza amb la col·laboració de la Cooperativa Moda re-. En aquest sentit s'han elaborat 6 unitats didàctiques orientades a persones a partir dels tres anys fins a edats adultes amb la finalitat de fomentar el compromís ambiental i social de l'alumnat; cal destacar que només durant el 2022 aquest material ha impactat sobre 1.300 persones.

A més, s'ofereix a escoles, empreses i institucions les campanyes de recollida de roba en èpoques de canvi d'armari. Aquestes campanyes faciliten la recollida de roba usada a la ciutadania fent així una tasca de sensibilització en el moment que dipositen la seva roba al contenidor de roba.

Però, què hi ha darrere de cada bossa donada?

- Es creen llocs de treball per a persones en situació de vulnerabilitat. Les persones que instal·len i fan la recollida dels contenidors, les que fan la selecció d'aquest tèxtil per tipologia, les que la tornen a posar en el circuit comercial; totes elles compten, gràcies al projecte tèxtil, amb un contracte d'inserció.
- Es posa en marxa el programa solidari d'Entrega Social, un projecte de la Fundació en col·laboració amb diferents serveis socials municipals, que busca cobrir una necessitat bàsica alhora que dignificar el lliurament de roba a famílies vulnerables.
- Impulsem impacte positiu mediambiental. Per cada 4 kg de residu tèxtil degudament gestionat estalviem aproximadament 2 kg d'emissions de CO2. Per tant, la producció responsable que promou Formació i Treball, dins el marc dels ODS de l'Agenda 2030, ha implicat un estalvi d'emissions de CO2 de més de 582.150 tones.

El contenidor sí importa, fem-lo arribar a tothom!

La Fundació Formació i Treball, amb la voluntat d'arribar a tota la població catalana per facilitar la recollida de roba i reduir així el residu tèxtil, ha instal·lat contenidors municipis amb poca població de Catalunya que estan allunyats de les grans ciutats, i que per tant, és més complicat per la seva ciutadania poder reciclar la roba.

Donació de sang del cordó umbilical: per què és important?



La donació de sang del cordó umbilical és un procés que consisteix en recollir la sang del cordó i de la placenta després del naixement del nadó per a ús posterior en trasplantaments de cèl·lules mare hematopoètiques. Aquestes cèl·lules mare són immadures i tenen la capacitat de generar diferents tipus de cèl·lules sanguínies, com ara glòbuls vermells, glòbuls blancs i plaquetes. Aquestes cèl·lules són importants perquè poden ser utilitzades en el tractament de diverses malalties del sistema sanguini, com ara leucèmia, limfomes i anèmia aplàstica, així com en altres trastorns genètics i immunodeficiències.

La donació de sang del cordó umbilical és important perquè aquesta font de cèl·lules mare és relativament fàcil d'obtenir, ja que el cordó umbilical es descarta habitualment després del naixement i la recollida de la sang és un procés segur i indolor.

Una altra raó important és que la disponibilitat de cèl·lules mare és crucial per a moltes persones que necessiten un

trasplantament de medul·la òssia. Per a molts pacients, no es troba un donant compatible en la seva família o en els registres de donants de medul·la òssia existents.

El cordó umbilical salva vides!

Requisits per ser donant de sang de cordó umbilical:

- Salut materna: la donant, és a dir, la mare, ha de gaudir d'un bon estat de salut general i no haver estat diagnosticada amb determinades malalties transmissibles per la sang o infeccions greus.
- Setmana de gestació: en general, la donació de sang de cordó umbilical es realitza durant el part o immediatament després d'aquest. No obstant això, algunes institucions poden tenir restriccions específiques sobre el moment exacte de la recollida.
- Consentiment informat: la donant ha de donar el seu consentiment informat per a la donació de la sang de cordó umbilical. Això implica rebre informació sobre el procés, els beneficis i els possibles riscos associats.

- Requisits de volum de sang: el cordó umbilical ha de tenir un volum mínim establert per ser considerat adequat per a la donació. Aquest volum pot variar segons les polítiques del banc de sang de cordó umbilical.

- Exclusió de malalties hereditàries: en alguns casos, es poden excloure donants amb antecedents familiars de malalties hereditàries o genètiques conegudes per tal de reduir el risc de transmissió de aquestes malalties a través de la sang del cordó umbilical.

És important tenir en compte que aquests requisits poden variar i que cada centre de donació pot tenir criteris addicionals específics. Si estàs interessat/ada en ser donant de sang de cordó umbilical, és recomanable posar-te en contacte amb un banc de sang de cordó umbilical o un centre de donació per obtenir informació precisa i actualitzada sobre els seus requisits específics.

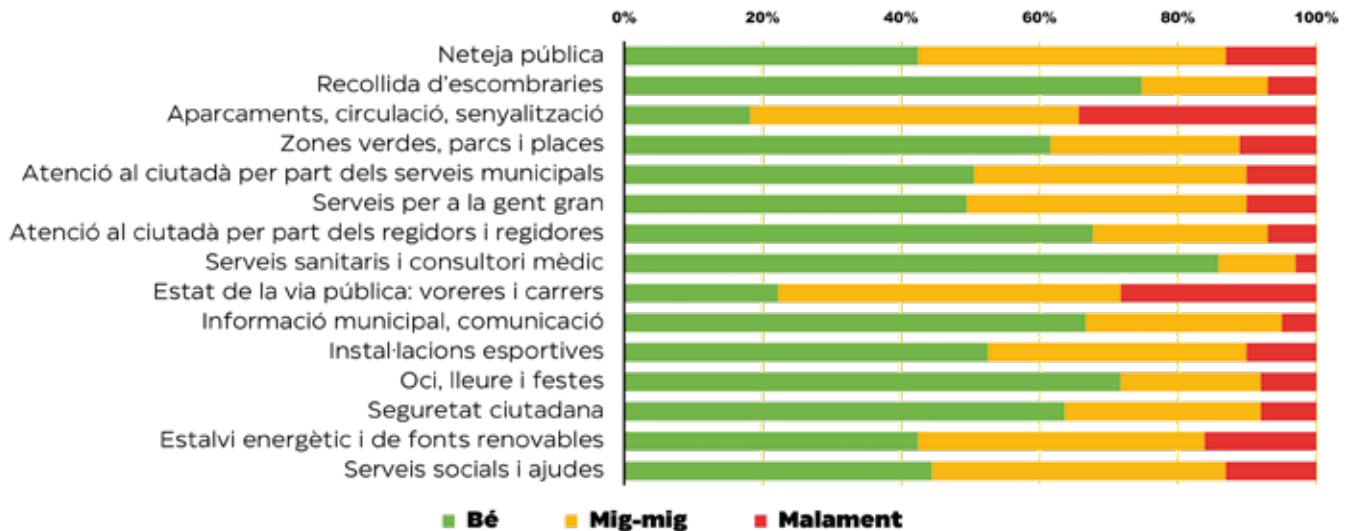
Moltes gràcies!

Victòria Fernández Irigaray
Delegada de Donants de Sang de Riudecols

ESQUERRA REPUBLICANA

SECCIÓ LOCAL DE RIUDECOLS

Resultat de l'enquesta efectuada entre els veïns i veïnes de Riudecols amb motiu de les eleccions municipals

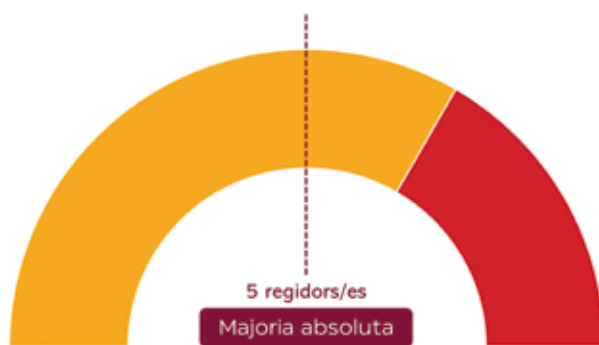


COL·LABORACIONS

Benvolgudes veïnes i veïns,

des de la Secció Local d'Esquerra Riudecols volem agrair a les 401 persones que ens van donar confiança el 28 de maig. Gràcies a vosaltres hem estat la llista més votada aquestes eleccions. Tanmateix, volem felicitar també al grup del PSC pels seus resultats obtinguts.

ELECCIONS MUNICIPALS 2023



Participació 69,14% | Vots 661 | En blanc 9 | Nuls 22



La Secció Local d'Esquerra Riudecols continua fent allò en què creu: treballar per Riudecols. El temps passa, però l'objectiu continua sent el mateix: viure i gaudir del nostre extraordinari poble.

El Grup d'esquerra Riudecols sempre ha estat, està i estarà al costat de la gent. Estimar Riudecols és escoltar i ajudar als seus vilatans i vilatanes. El nostre compromís assolit el maig del 2019 dura fins avui i és més viu que mai.

Estem al costat de TOTS els veïns i TOTES les veïnes de Riudecols i us necessitem, junts hem de buscar noves fórmules per afrontar els nous reptes de futur.

Des d'ERC Riudecols us agraïm tota la confiança que ens heu donat en aquestes eleccions! Seguim.

Bona Festa Major de Sant Pere





Comaigua, una nova cultura de l'aigua

La sequera que estem vivint a Catalunya des de finals de 2020 continua agreujant-se. Tot i que des de l'octubre de 2021 està activat el Pla de Sequera i que s'han desplegat mesures per alentar el descens de reserves, la reducció sostinguda després de 25 mesos sense pluges abundants, ha fet necessari activar noves mesures i reforçar la coordinació des de tots els àmbits implicats.

El municipi de Riudecols s'abasteix de tres fonts de subministrament d'aigua: una mina a les Irlles, un altre mina als Canalots i els pous Enriqueta al nucli urbà. El consum del municipi de Riudecols es troba al voltant dels 140 m³/dia, i des d'aquest mes de maig l'aportació de les captacions de fonts pròpies del municipi està sent de 125 m³ al dia. Aquesta situació ha fet necessari el transport d'aigua per a garantir el consum humà de fins a 3 cisternes autoritzades des d'aquest mes de maig, amb una previsió d'estabilització del volum de les captacions podent mantenir la situació estable amb una única cisterna diària.

Aquesta mesura per garantir el subministrament d'aigua d'aplicació immediata, però no sostenible en el temps i, d'acord amb una nova cultura de l'aigua que advoca per poder gestionar la demanda amb els recursos locals que disposa el municipi, preservant així les masses d'aigua que són la font de vida; Comaigua preveu substituir-la aviat amb la neteja i sanejament de la mina dels Canalots i, amb la possible posada en marxa d'un pou existent, l'aigua del qual es tractaria amb un sistema d'eliminació de contaminants per a fer-la potable.

Des de Comaigua, s'estan duent a terme diferents actuacions tècniques personalitzades per alentar el descens de les reserves existents i garantir l'abastament d'aigua al municipi. No obstant això, es recorda el compliment de les mesures vigents en l'estat d'actual sequera. Aquestes mesures es poden consultar en el Portal de la Sequera.

Fer un bon ús de l'aigua, vol dir utilitzar-la amb responsabilitat i amb solidaritat, d'acord amb la realitat hídrica del nostre país, aplicant totes les mesures d'estalvi i d'eficiència que tenim a l'abast per aprofitar-la al màxim i poder disposar-ne en un futur. Consulta els consells d'estalvi a www.comaigua.cat.

Comaigua amb tu. Més canals de contacte.



Contacta'ns
comaigua.cat



WhatsApp
636 916 692



Et truquem
977 992 512
900 100 341
comaigua.cat



Atenció al
ciutadà
Avaries
977 992 512
900 100 342



Cita prèvia
977 992 512
900 100 341
636 916 692
comaigua.cat



Lectures
900 816 101

El Consell Comarcal del Baix Camp posa a la vostra disposició informació rellevant sobre les eleccions generals del 23 de juliol de 2023 si ja teniu un viatge contractat per aquesta data i us toca ser membres d'una mesa electoral. En cas que tingueu dificultats, podeu contactar amb l'Oficina de Consum del Baix Camp.

ELECCIONS 23-J



Què cal fer si teniu un viatge **contractat** i sou designats per a formar part d'una **mesa electoral**?




COL·LABORACIONS

1.Des de la data en què us notifiquen que sou membre de mesa, disposeu de **7 dies** per a presentar **al·legacions** davant la junta electoral de zona (JEZ).



*Caldrà que acrediteu documentalment la **coincidència** del servei contractat amb la jornada electoral, així com els **perjudicis econòmics** en cas de suspensió.*

2.Un cop presentades les al·legacions a la JEZ, us aconsellem que **contacteu** amb l'empresa amb la qual heu **contractat** el servei per tal de comunicar-li que heu estat designats com a membres de mesa i que heu presentat les al·legacions corresponents.



3.Si la JEZ no admet les vostres al·legacions, caldrà que presenteu una reclamació a l'empresa, per un mitjà que **en deixi constància** (formulari web, trucada amb número d'incidència, correu electrònic, etc.) per sol·licitar un **canvi de dates**, un **reemborsament** en forma de val o bé la **devolució dels imports pagats**.



4.Si la resposta de l'empresa no és satisfactòria, podeu contactar amb l'Oficina de Consum del Baix Camp o bé omplir el formulari en línia de reclamació de l'Agència Catalana del Consum.

www.baixcamp.cat

Oficina Comarcal de Consum:
Plaça de la Patacada, baixos (Edifici Campus) 43201 Reus
977 327 100
Dilluns: 9-12 h telèfon/presencial
Dimecres i Dijous: 9-13h presencial
*cal demanar cita prèvia





Cosmètica natural i eco responsable

L'èxit de la cosmètica natural i eco responsable es consolida el 2022.

L'estudi de la indústria de la bellesa i la cura de la pell 2022' dona conclusions clares sobre les tendències del consum de la cosmètica a Espanya. Potser la més evident és que s'ha refermat l'elecció de productes vegans, cruelty free o sense components sintètics per a la rutina facial.

Però segons l'estudi, que tenen en compte els consumidors de cosmètics?

El factor principal en la decisió de compra d'un producte és :

- El que ofereix millor qualitat/preu (55,80%).
- Els ingredients (44,93%).
- Les opinions en línia (44,93%).

L' 'Estudi de la indústria de la bellesa i cura de la pell 2022' també revela què busquen o esperen trobar els consumidors:

- Un 83,34% prioritza productes naturals i eco responsables.
- Un 44,70% dels espanyols prioritzen els productes 100% naturals.
- Un 38,64%, els productes que respecten el medi ambient.
- Un 29,55%, aquells que respecten i cuiden el microbioma.

Què recomanem els experts per tenir cura de la pell aquest estiu?

Les claus per tenir cura de la pell durant l'estiu, de manera que quedi previnuda dels efectes nocius del sol serien:

- Control de les hores d'exposició al sol, amb efectes perjudicials tant a curt com a llarg termini.
- Protecció solar d'ampli espectre, per UVA i UVB i mínim de 30 SPF.
- Beure aigua de manera constant per mantenir la hidratació, cosa que millora l'aparença del cutis i la salut general.
- Renteu la cara dues vegades al dia, matí i nit, per controlar el greix i eliminar impureses.
- Exfoliar la pell per reduir cèl·lules mortes i augmentar la suavitat del cutis un cop per setmana o cada dues setmanes.

Bon estiu i molt bona festa major!

Marta Castaño, EL PETIT RACÓ, Benestar i bellesa.

AGUA QUE DEL CIELO CAES

Agua que del cielo caes
y río abajo te lleva
pasando por la maleza
el mar bravío te espera,
tempestades de colores,
olas de espuma te lleva
y cuando el mar se enfurece
entre las rocas te deja,
olas de espuma blanca,
tempestades de colores,
agua que del cielo caes
y río abajo te lleva.

DONDE YO NACÍ

En una pequeña cueva de tierra
mi madre me fue a parir,
por eso llevo dentro de mi alma
la tierra en que nací
y la seguiré llevando
aunque ya no viva allí.

LA VIDA ES UN SUEÑO

La vida es un sueño que no sabemos vivir,
siempre buscamos algo que nos pueda
hacer feliz

y no sabemos que levantarse cada día es
un sueño por vivir.

Obliga a tu mente, háblale a tu corazón,
llena tu alma de palabras bellas,
y verás la vida con mucha ilusión.

He obligado a mi mente y he hablado con
mi corazón,

que desde hoy en adelante no me falte
ilusión.

Soy abuela y eso es una bendición,
es una niña llamada Freya, su nombre un
rayito de sol.

Por eso y por tantas cosas, mi vida es un
sueño lleno de ilusión.

Gracias a esa mente maravillosa a ese
dulce corazón,
a esa alma inquieta de cosas ya vividas y
llenas de mucho amor.

LLUM DE LLUNA

Llum de lluna,
camí de caminants,
morts de guerres passades,
fam de gent immigrant,
camins verds i deserts.
Llum de lluna,
camí de caminants.

Carmen Marin Cruz

Bowling

Aquesta temporada no ha estat tan bona com l'anterior, solament la Maribel Monfort ha assolit, en el Campionat de Catalunya, el 3r lloc.

També es va participar a l'Open de París, el mes d'Agost. L'equip va arribar a la final i va quedar en 8ª posició de 36 jugadores que venien de tota Europa, en la categoria de més de cinquanta anys.

El mes de juny se celebrarà l'Europeu Sènior a Bolonya, però per motius personals, la Maribel, no hi participarà, espera fer-ho a Copenhaguen l'any vinent.

Esperem millors resultats per la temporada que ve, una abraçada a totes les persones esportistes del poble.

Maribel Montfort



COL·LABORACIONS



La Clàudia Ruiz-Orejón Mestre, veïna de Riudecols de 10 anys, ens fa arribar aquests dibuixos, esperem que us agradin!



Benvinguts a Riudecols



Abril López Folch

Fill de: Sara Folch Gallego
i José María López Dengra.
10 de desembre de 2022



Albert Giménez Castaño

Filla de: Marta Castaño Olivé
i Joan Carles Giménez Contreras.
15 de febrer de 2023



Júlia Casas Boada

Filla de: Sílvia Boada Casolà
i David Casas Figuerola.
2 de març de 2023

**Des d'aquest mitjà, donem la benvinguda a Riudecols
a l'Abril, l'Albert i la Júlia.**

L'enhorabona a les mares, als pares i a les seves famílies i amistats.



Aquesta imatge ens mostra una vista panoràmica de Riudecols, el nucli principal del terme municipal, que també integra Les Voltes, Les Irlles, la Urbanització Les Costes i la Urbanització Riu-club.

Autora: Andreea Chis.