

CENTRE EXCURSIONISTA DE LA SERRA ESPADÀ



Depòsit legal: CS-364-1999



Societat d'Amics de la Serra Espadà

Butlletí núm. 58 • PRIMAVERA - ESTIU 2020

Estimats socis i sòcies:

A finals del 2019 es va celebrar a Madrid la 25^a Cimera del Clima, anomenada la Conferència de les Parts (COP 25), el fòrum polític més important en l'àmbit internacional per a fer front a l'emergència climàtica, malauradament els governs no han estat capaços d'arribar a acords concrets i clars, tot va quedar en bones intencions i no va tindre l'èxit que esperàvem.

"És temps d'actuar" és el lema d'aquesta Cimera i això també és vàlid per a cada u de nosaltres. Hem de ser responsables i assumir la part que ens pertoca dintre d'aquest ecosistema global, vigilar el què consumim, la nostra manera de viure, de relacionar-nos..., hem de posar un poc de la nostra part i començar de mica en mica a gestionar millor els recursos que tenim al nostre abast.

En aquest butlletí podeu llegir tres articles amb idees i consells que podem aplicar en la nostra vida quotidiana, esperem que siguin del vostre interès.

Els ciutadans som cada vegada, més conscients de l'emergència climàtica i açò és molt important, a partir d'ací podem començar a estalviar recursos i a un consum més respectuós en el planeta.

Carme Orença



Hoz del riu Gritos

Edita: Societat d'Amics de la Serra Espadà

Les opinions dels autors no han de coincidir necessàriament amb les del consell de redacció.

Consell de redacció: José Antonio Campo, Imma Vicent, Carme Orença i Rafa Vercher.

Diseny i maquetació: **eoprint**

Adreça Internet: <http://www.serra-espada.org>

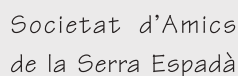
Correu electrònic: secsase@serra-espada.org

 Societat d'Amics de la Serra Espadà

 Amics Espadà SASE (@SASE_Espada)

Portada: Riu Cifuentes en Trillo, Foto: C. Orença. Contraporta: Arç blanc. Foto: C. Orença

Depòsit legal: CS-364-1999 • Coordinació: Carme Orença • Imprimeix : **eoprint**, València



L'ÍNDEX

Estimats socis	2
Full d'inscripció	3
Índex.	4
Notícies SASE.....	5-6
Projecte: Empelts de la memòria	7,9
Articles emergència climàtica.	10-13
Programació	14-26
L'Aranyoner.....	27-28
Anecdolari.	29
Cuinar en verd.....	30
Novetats bibliogràfiques.	31



Serra d'Irta

NOTÍCIES SASE

SENDERS PINTATS PEL VOLUNTARIAT DE SENDERS.

Els voluntaris continuem actius i un dimecres al mes eixim a repintar senders, prèviament els revisem i anotem totes les incidències per a passar-ho al parc i així, les brigades de manteniment fan els treballs d'adequació del sender. En el butlletí 57 vos vam informar el que s'havia fet.

Vam començar en el PR 136 que discorre entre Villamalur i Suera, després el PR 140 que va d'Aín a Suera i el darrer ha sigut el PR 276 que surt d'Ayódar, passa per Villamalur i torna a Ayódar, és circular.

De moment aquests tres senders estan en bones condicions per caminar i no perdre's. Seguirem informant-vos dels altres senders que repintarem i que estiguen en bon ús.



SITUACIÓ DEL MAS I FINCA DE MOSQUERA.

A principis de l'any 2018 vam encetar una campanya "Recuperem la Mosquera" que perseguia donar visibilitat a la greu situació de deteriorament tant del mas com del bosc de sureres que l'envolta. A tal fi es va elaborar un manifest que van signar universitats, fundacions, entitats conservacionistes... amb la finalitat de lliurar-lo als amos actuals i a l'ajuntament d'Azuébar. Després d'alguns intents per trobar els propietaris (segons pareix estan desapareguts) solament vam poder contactar amb la parella d'un dels propietaris i ens va donar llargues dient-nos que la finca estava quasi venuda, cosa que era mentida, no l'han venuda encara i el que volen és vendre-la per traure diners.

A setembre de 2018 vam celebrar el Dia de la Muntanya Neta per reivindicar la protecció del mas i el bosc de la finca de Mosquera, amb una conferència prèvia i excursió on vam participar més de 80 persones.

Nosaltres en gener de 2019 vam presentar a l'ajuntament d'Azuébar una sol·licitud perquè iniciaren els tràmits per incorporar aquest espai, la masia de Mosquera, com a Bé de Rellevància Local, a la vegada que els oferíem la col·laboració de la SASE i ajudar-los en tota la documentació requerida, per aconseguir que la masia forme part de l'Inventari



General del Patrimoni Cultural Valencià i així es beneficia del règim de protecció.

En el mes de setembre de 2019 vam rebre una Providència d'Alcaldia, en la qual se'ns reclama que en 15 dies hàbils aportarem "documentació tècnica en la que es concrete i justifique la sol·licitud formulada". Ho vam presentar aviat i encara estem esperant que ens diguen alguna cosa.

Les conclusions que hem tret és que per part de l'ajuntament tenen molt poc interès a preservar el seu patrimoni etnològic.



LA SEU DE LA SASE

La nostra seu es troba al C/ de la Puríssima, 18 de Nules i us recordem que està oberta tots els dimecres de 18 a 20 h i romandrà tancada de l'1 de juliol fins el 15 de setembre. Al local podeu trobar llibres, tríptics, quaderns, mapes de rutes, viatges de tot arreu, i sobretot informació dels viatges i excursions que hem fet.

Els socis podeu demanar mapes en préstec, llibres o qualsevol cosa que siga del vostre interès.

VISITA AL PROJECTE REVIU EL BOSC LAB

La Colla Ecologista Arrel d'Ontinyent porta trenta anys treballant en el projecte Reviu el bosc LAB, la intenció és conjugar la restauració d'hàbitats degradats, el turisme sostenible i el suport de l'economia local.

Per a dissabte 11 de gener van convocar una jornada per commemorar les tres dècades dedicats a la restauració forestal i mostrar a tots els assistents el seu projecte. Va tenir un gran èxit perquè van acudir més de 200 persones. A aquesta jornada vam assistir en representació de la SASE dos membres del consell de Síndics.

La jornada es va iniciar amb una presentació del projecte de restauracions forestals de l'Arrel, després es va procedir a la visita d'un NDR (Nucli de Dispersió i Reclam) per a veure els resultats dels trenta anys de treball, en forma d'arbres de fins a 8 metres d'alçada (roures de fulla petita, freixes de flor, arbocers, aurons, teixons, serveres, moixeres, carrasques, lledoners i tamarius), un bon recull d'espècies arbustives (rosers silvestres, marfulls, aranyoners, noguerols, gargullers), en forma de caixes -niu instal·lades i d'altres mesures de gestió forestal sostenible.

Després d'aquesta visita vam dinar a la finca Torrefiel en els Alforins. A l'inici del menjar Rafa Cambra i Joan i Pilar de Fil·lojera i Cia., van explicar llurs projectes enològics, caracteritzats per la recuperació de varietats tradicionals i del saber fer de la gent dels Alforins, amb una acurada i respectuosa aposta pel territori i la gent que l'habita.

Tot un èxit de jornada i treball ben fet durant tots aquests anys. Per molts anys!!!



AGERMANAMENT AMB EL CLUB EXCURSIONISTA LES COLLINES ARGENTÈES DE NYONS.

Aquest any ens pertoca a nosaltres ser els amfitrions, perquè l'any passat en el mes de maig vam anar uns 30 excursionistes de la SASE a conèixer al grup excursionista de Nyons -la Provença- i ara a maig, seran ells els que vindran a conèixer aquestes terres.

Estaran ací la setmana del 8 al 15 de maig, en la

CAMPANYES DEL VOLUNTARIAT EN PREVENCIÓ D'INCENDIS I "BONES PRÀCTIQUES EN L'ÚS DE L'AIGUA"

Per a l'any 2020 portem idea de tornar a demanar les subvencions, si es convoquen, del Voluntariat en Prevenció d'Incendis i també "Bones pràctiques en l'ús de l'aigua".

L'any 2019, es van apuntar prou voluntaris i vam poder cobrir els dos projectes que es van demanar. Ja fa dos anys que estem vigilant dos parcs a les comarques de Castelló: el de la Serra Espadà i el de la Serra Calderona.

El projecte de "Bones pràctiques en l'ús de l'aigua", també té molt bona acollida entre les escoles i la intenció és tornar a demanar-lo. En els tres anys que hem fet aquesta ruta per escolars, han passat més de 1.700 xiquets i xiquetes. Solen vindre col·legis dels voltants de la Serra Espadà, però si algun col·legi vol vindre, només ha de posar-se en contacte amb Carme 634540956 o bé seccsase@serra-espada.org, per poder participar-hi aquest any, ja que l'activitat es realitza en els mesos d'octubre i novembre.

Vos enviarem més informació quan comencem la campanya.



programació podeu veure totes les rutes i eixides que els hem organitzat. Tots els socis que vulgueu o pugueu vindre, esteu convidats. Hem triat una mostra pels parcs naturals i senders emblemàtics de les comarques de Castelló, a més, hi ha un dia a l'Albufera i un altre dia a València.

També hi haurà un sopar de cloenda, ja vos informaré per correu electrònic.



EMPELTS DE LA MEMÒRIA

APRENENT DE LA TRADICIÓ PER PLANTEJAR EL FUTUR

Les varietats vegetals tradicionals són el fruit d'un procés de selecció i millora, per part de generacions d'agricultors i agricultores, d'aquells individus que s'adaptaven millor a les condicions ambientals i culturals del seu entorn. Aquest procés ha generat una gran riquesa de varietats locals amb una gran diversitat genètica (Tierno et al. 2016).

En els últims anys, són moltes les institucions internacionals que han reconegut la importància de conservar la diversitat genètica de les espècies cultivades, tant per a mantenir la seguretat i estabilitat del sistema agroalimentari, com per a adaptar-se a futurs escenaris climàtics (Galián 2014; Tierno et al. 2016). No obstant, l'Organització de les Nacions Unides per a l'Alimentació i l'Agricultura (FAO) estima que en l'últim segle s'ha perdut al voltant del 75 % de la diversitat agrícola mundial. En el territori valencià, la pèrdua de varietats tradicionals de fruiters (VTF) és alarmant i es considera urgent la posada en marxa d'accions per a la seua conservació.

Marta Mallach ja alertava, l'any 2013, del greu risc de desaparició que corren les VTF de la Serra d'Espadà i va fer una crida a l'acció per a la seua recuperació i estudi. En cas de produir-se, aquesta desaparició seria una vertadera tragèdia doncs, aquest territori, gràcies a la seua rica diversitat climàtica i geològica, i a les diferents cultures que hi han habitat, custodia una gran riquesa secular d'espècies i varietats fruitals.

Actualment encara es poden trobar arbres vius de moltes varietats, però majoritàriament són arbres molt vells, abandonats i amb mala salut. Així mateix, la majoria de les persones que coneixen la seua ubicació i la seua història, són ja molt majors. Cada cop que mor un d'aquests arbres o alguna de les persones coneixedores, perdem per sempre una part de la nostra història. Amb les varietats, també desapareix el patrimoni cultural que porten associat, que ha sigut transmés i enriquit generació rere generació; les tècniques agrícoles, els mètodes de conservació dels fruits, les històries, les olors, els colors, els sabors... És a dir, perdem una part tant bella com valuosa de la identitat dels pobles d'aquest territori. En la situació actual que viu el món rural, la recuperació d'aquestes varietats i coneixement associat no és una mera acció de conservació, sinó una reivindicació de la identitat rural i del seu patrimoni biològic i cultural. A més, aquesta part del patrimoni ens pot oferir recursos molt útils, fins ara oblidats, per a plantejar projectes de dinamització social i econòmica en aquests territoris.

En aquest context, amb el projecte Empelts de la Memòria, l'Associació Connecta Natura ha començat a realitzar prospeccions i entrevistes arreu de la Serra d'Espadà i els voltants, per a recollir totes les varietats i coneixement que encara hi perduren. A més, al gener del 2019 es va començar la creació d'una col·lecció de conservació per a salvaguardar i multiplicar les VTF que es van trobant durant les prospeccions. Aquesta col·lecció es troba a la finca del castell de Xinquet (Vall de Xinquet, Alcúdia de Veo), que gestiona Connecta Natura a través d'un acord de custòdia del territori amb el propietari. Entre juny i novembre del 2019 es van recuperar 4 varietats tradicionals de cirerer i 3 més de prunera, gràcies a la col·laboració de la SASE i a l'Ajuda pel foment de la innovació tecnològica mitjançant finques o explotacions col·laboradores concedida per la Conselleria d'Agricultura, Medi Ambient, Canvi Climàtic i Desenvolupament Rural de la Generalitat Valenciana. Es van realitzar prospeccions i entrevistes en 6 poblacions del Parc Natural (Pavías, Higuera, Vall de Almonacid, Alcúdia de Veo, Aín i Eslida) i 2 poblacions dels voltants (Navajas i Caudiel), en les quals van participar 14 persones d'entre 49 i 94 anys. Durant les prospeccions, amb l'ajuda de les persones entrevistades, es van localitzar alguns arbres amb material vegetal en bones condicions per a poder fer-ne empelts.

Entre juliol i agost, es van visitar els arbres per agafar rames joves i es van fer els empelts a la parcel·la de Xinquet. Seguint els consells de les persones entrevistades, els empelts es van realitzar amb la lluna minvant, just després de passar la lluna plena. Es va fer servir la tècnica coneguda com a empelt d'escudet a gemma adormida: consisteix a fer l'empelt a l'estiu, quan la varietat a empeltar ja ha acabat el seu cicle de creixement i les noves gemmes estan formades; així que, l'empelt no brotarà fins a la primavera següent. Al setembre es van descobrir els empelts i es va poder comprovar que tots s'havien unit al portaempelt amb èxit.



Varietats recuperades:

1. Cirera: Les varietats més primerenques es consideren les més pròximes als avantpassats silvestres, de cireres molles amb colors més intensos (de roig a porpra, acostant-se al negre en les varietats més fosques). Les varietats més tardanes donen cireres de carn més dura i colors més clars (rojos, amb matisos groguencs o blanquinosos en algunes varietats) i són més apreciades en general. Les varietats de cirera xicoteta, més comunes entre les precoces, solen tindre el pecíol més llarg que les varietats de cirera més grossa.

La collita presentava certes dificultats, perquè els arbres de les varietats tradicionals es feien molt grans. Collien amb escales molt altes i bastides de fusta de fins a 2 metres, muntada l'una sobre l'altra. Per a accedir als fruits de l'interior de l'arbre, es pujaven usant les branques com a escala. Tradicionalment les cireres es consumien en fresc, alguna família comerciava amb els seus excedents, encara que era una activitat molt secundària. L'únic mètode de conservació recopilat és submergir-les en cassalla.

1.1 Cirera Talegal: Considerada com una de les varietats emblemàtiques de la SE, la més estesa i apreciada de tota la Serra. Cirera molt carnosa i dura, la carn és molt pal·lida i es desprén fàcilment del pinyol. La pell del fruit és de color vermell clar amb tendència a tenir alguna part groga o blanca si es cull prompte. La més apreciada de totes per la textura, cruixien al mossegar-les, i el sabor molt dolç. Tot i això, com tenien un calibre relativament petit va ser desvaloritzada ràpidament en el mercat per les varietats més modernes. Era de les varietats més tardanes, venia per Sant Pere, la collita començava a finals de juny o principis de juliol.



1.2 Cirera Temprana de Sot: Varietat molt primerenca, es cull a primers de maig a la vega del riu Palància. Cirera menuda de color roig i carn molla, amb el pecíol llarg. És autofèril, a diferència de la majoria de varietats de cirerer, no necessita ser pol·linitzada per una varietat diferent. Eren susceptibles a les gelades.

1.3 Cirera Cristobalina o del 14 d'abril: Fruit molt similar a la temprana de sot, amb un color roig un poc més fosc. Era la varietat més primerenca, després de la temprana de sot. Madurava entre una i dos setmanes després de la temprana de sot. Eren susceptibles a les gelades.

Es tracta d'una mutació de la temprana de sot, descoberta per Cristóbal, de Sot de Ferrer. En la vega del Palància podia començar a madurar a mitjans d'abril (d'aquí el segon nom popular).

1.4 Cirera del Rabo largo: Varietat associada a Caudiel en l'imaginari col·lectiu. Cireres negres de calibre mitjà, menors que les de Rabo corto, que són més conegudes. Disposades en poms de 6-8 cireres, la qual cosa, juntament amb el seu llarg pecíol, facilita la collita. Maduren quasi al mateix temps que les del rabo corto. Les persones entrevistades les aprecien més que les del rabo corto.

2. Prunes (Prunus Domestica): Generalment, tant en les zones de parla castellana com en les de parla valenciana, s'ha trobat que s'empren dos nomenclatures diferents: "prunas" o "prunes" quan presenten un fruit allargat, "ciruelas" o "çiruelos" quan presenten un fruit arrodonit.

En totes les varietats trobades, la carn del fruit es desprén fàcilment del pinyol, que no amarga. La majoria d'arbres que s'han trobat formen part de la bardissa d'algun bancal, igual que en el passat, on complien una doble funció d'aprovisionament i estructural.





2.1 Pruna Cascabel: Fruit petit i redó, de color vermell fosc. Creixement arbustiu vigorós, traient molts rebrots d'arrel. Molta densitat de branques i fullatge, produeix molts fruits petits agrupats. La consideren una varietat "una poc silvestre", es reproduïa de pinyol o rebrots d'arrel. Es plantaven en els pitjors llocs del bancal. La collita començava a l'agost.

2.2 Pruna Claudia: S'ha trobat certa contradicció respecte a l'origen d'aquesta varietat, el que sembla més probable és que s'introduïren en la SE poc abans o poc després de la guerra civil espanyola. Encara que algunes persones entrevistades han assegurat que sempre hi ha estat present.

Pruna rodona de bona mida (més gran que les Yemas i les Cascabel), amb la carn dura, de color verd amb reflexos blaus en madurar. Es collien a partir de meitat d'agost. Carn dolça i suculenta

2.3 Pruna de Yemas: Prunes rodones de color daurat amb reflexos verds. Mida petita, una mica més grans que les prunes Cascabel. Maduren al voltant de principis d'agost. Eren molt apreciades, el seu fruit es considera com un dels més dolços. Quan estan ben madures són tan dolços com la mel, d'aquí els ve el seu nom, ja que la seva dolçor recordava als dolços elaborats amb rovell d'ou. Les Prunes sortien agrupades en les branques, molt juntes entre si.



Agraïment: Dedicat a totes les persones que han col·laborat amb nosaltres durant les prospeccions, especialment a aquelles persones majors que han compartit amb nosaltres la saviesa de tota una vida a la serra. Este es el vostre projecte!



Bibliografia:

FAO (2010)

Segundo informe sobre el estado de los recursos fitogenéticos para la alimentación y la agricultura en el mundo. Comisión de recursos genéticos para la alimentación y la agricultura. Roma, Italia.

Galián JA (2014)

Análisis preliminar de las variedades locales de frutales de la Región de Murcia. Frutales de pepita. Trabajo final de carrera Licenciatura Biología. Universidad de Murcia.

Mallach M (2013)

Labores de Espadán. Contribución al estudio ecosistémico tradicional de la sierra. Proyecto Fin de Máster Agricultura Ecológica. Universidad de Barcelona.

Tierno R, Prohens J, Ruiz de Galarreta Gómez, J.I. (2016)

Las variedades locales en la mejora genética de las plantas. Neiker, Instituto Vasco de I+D agrario. Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco Donostia-San Sebastián, 1 01010 Vitoria-Gasteiz.

Text i fotos: Pau Agost, Connecta Natura

EMERGÈNCIA CLIMÀTICA

ÉS L'HORA D'ACTUAR

En aquest butlletí, us volem transmetre la preocupació que tenim des de la SASE pel canvi climàtic, proposant-vos algunes xicotetes coses bàsiques que podem fer per a contribuir de forma personal a no augmentar les emissions de CO₂ i portar una vida més sostenible.

Us passem tres articles diferents que no demanen grans sacrificis i a més podem dur a terme.

10 COSES QUE POTS FER PER SALVAR EL CLIMA

Petites actituds personals que permeten lluitar contra l'escalfament global de manera efectiva.

Us deixem una pregunta bàsica i nou consells que es poden fer per contribuir a protegir el planeta.



1.- Ho necessito?

El canvi de paradigma passa necessàriament per preguntar-nos si ens cal una peça de roba nova, un utensili per a la casa o un cotxe. Repensar, en diuen. Aquesta és la qüestió que ens hauria de motivar a l'hora de comprar, perquè

amb l'emergència trucant a la porta el planeta ja no necessita més residus, encara que siguem capaços de reciclar-los. De les 4 "r" del reciclatge, la de reduir s'erigeix com la més important. Cal evitar les compres compulsives o innecessàries, que al final es tradueixen en residus i més residus.

Les altres "r" són les de recuperar i reutilitzar els objectes que han caigut en desús o s'han deixat a l'armari perquè s'han trencat o espatllat. Se'ls pot donar una segona oportunitat, tot i que és cert que les empreses i els estats també haurien de comprometre's a posar fi a l'anomenada obsolescència programada per llei, que sentència els béns de consum en el mateix moment de la producció, o evitar que les reparacions dels aparells siguin més cares que comprar-ne de nous.

2.- L'aixeta

A casa, l'aixeta de l'aigua ha de ser tractada com una autèntica joia i s'ha de fer servir només quan toca. S'ha acabat obrir les aixetes i deixar rajar l'aigua tota l'estona que ens passem a la dutxa o rentem un trist plat de l'esmorzar. L'aixeta té un mecanisme senzill per obrir i tancar a



demanda. Per optimitzar encara més aquest líquid tan valuós es pot instal·lar una cisterna de mitja càrrega o esperar a tenir prou roba per a omplir una rentadora.

3.- El drap

A la cuina ens hem d'acostumar a fer servir els draps. Són peces de roba que es poden rentar i reutilitzar, i així s'evita l'ús del paper de cuina, que és d'un sol ús i que el fem servir tant per a netejar una goteta que ha caigut al terra acabat de fregar com per eixugar el plat que no s'ha acabat d'escórrer. La fabricació de la cel·lulosa no és innòcua i té uns costos mediambientals importants.

4.- La bossa

L'ecologisme 2.0 no és res més que tornar als hàbits de la societat preindustrialitzada, quan les àvies o les mares –sempre elles– anaven a comprar amb una bossa de roba o el cabàs de vímet. La millor opció per evitar omplir la casa de bosses de plàstic és planificar les compres, però, per als desitjos d'última hora, sempre hi ha

la possibilitat de portar a sobre una petita bossa de roba. La millor opció són les casolanes, que es poden fer amb un retall de roba o fins i tot un paraigua.



5.- Els pots

Intentem evitar les compres amb excés de plàstics. Els supermercats són l'exemple més evident, perquè gairebé tot se serveix empaquetat, des de la fruita fins a l'embotit o la carn. Tot i així, sí que és cert que cada cop hi ha més cadenes que s'apunten al plàstic zero i permeten la compra per unitats. Una bona opció és tenir sempre un grapat de bosses de plàstic petites al carro o al cistell de comprar i fer-les servir per a les nostres compres fins que es trenquin.

L'alternativa al plàstic d'un sol ús és tirar de carmanyoles –millor de vidre– per comprar aliments frescos, com

carn o peix, i fins i tot reutilitzar (una bona opció) els pots de vidre de llegums reomplint-los de fruits secs, olives o fins i tot de nous llegums comprats a pes. Els pots vells, ben rentats, es poden recuperar també per guanyar noves peces de la vaixella.

6.- Menys cotxe, i que sigui sostenible

N'hi hauria d'haver prou amb les restriccions de circulació per als vehicles més contaminants, els impostos i les dificultats d'aparcament per repensar l'ús i abús dels cotxes privats.

L'alternativa de la bicicleta o el transport públic, sempre que n'hi hagi i els horaris s'ajustin prou, continua sent la més efectiva, però en els últims anys ha crescut exponencialment l'ús dels serveis de cotxes compartits, un èxit de l'economia col·laborativa amb què conductors i passatgers surten guanyant. També augmenta el parc de vehicles baixos en emissions o amb combustibles híbrids.



7.- La copa de la regla

Ja hem dit que la cel·lulosa és poc ecològica, així que una bona opció per evitar compreses i tampons és la copa menstrual: higiènica, reutilitzable i sostenible.

8.- Taronges a l'hivern

Ens hem acostumat a consumir cireres al desembre i taronges a l'estiu, i això té un cost ecològic brutal. La situació d'urgència del planeta obliga a renunciar a certs capricis de la llista de la



compra i, per contra, hem d'apostar per incloure-hi productes de proximitat i, si pot ser, ecològics.

9.- Pareds ben aïllades

Cada cop hi ha més consciència que l'urbanisme és un bon aliat en la lluita contra el canvi climàtic. O almenys ho hauria de ser. Per això cada cop són més les empreses constructores que tenen en compte l'orientació de l'edifici i fan servir materials aïllants que facin estalviar calefacció a l'hivern i aire condicionat a l'estiu. L'aïllament de parets i finestres és una molt bona inversió que es nota directament en les factures de la llum, però també hi ha alternatives de tota la vida, com baixar les persianes, fer servir tendals o ventilar les habitacions durant les hores de sol. El següent pas és ajustar la temperatura dels termòstats i no voler anar en màniga curta al desembre ni posar-se una jaqueteta a l'agost.



10.- Vacances en tren

Segurament és una de les grans renúncies de les generacions que s'han acostumat a fer escapades curtes en avió. No cal arribar als extrems de Greta Thunberg, que ha creuat dos cops l'Atlàntic amb vaixells verds, però potser ha arribat l'hora de planificar d'una altra manera les vacances i conformar-se en cercar paradisos més propers.

El turisme satura el cel, destrueix els ecosistemes marins i escalfa el planeta

L'avió és responsable de la major part del CO₂ que generen els visitants que arriben a una ciutat.

El creuer és el model vacacional més contaminant, perquè suposa la major incidència de la producció total del CO₂ del sector turístic, i a més és el causant de la destrucció dels ecosistemes marins.

Font: ara.cat

FES-LI LLOC A LA BICI

La bicicleta aporta molts beneficis tant individuals i directes per a les persones usuàries d'aquest mitjà, com col·lectius per al conjunt de la societat, i alhora és una activitat atractiva en si mateixa. La bicicleta és pràctica, millora la salut dels seus usuaris i el medi ambient de les nostres ciutats. A més, és un motor econòmic, atès que el desenvolupament del cicloturisme és una oportunitat per assolir un creixement econòmic local amb una projecció internacional.

La bicicleta és saludable

Utilitzar la bicicleta de manera habitual és una forma pràctica, econòmica i sostenible d'augmentar el nivell d'activitat física i millorar la salut a totes les edats. Un dels importants problemes pel que fa a la salut a la nostra societat és el sobrepès o obesitat i la falta d'exercici i sedentarisme de la ciutadania. Els desplaçaments motoritzats i les opcions de lleure sedentàries contribueixen a la inactivitat física i afavoreixen l'aparició de malalties cròniques. L'OMS recomana que els adults facin un mínim de 150 minuts setmanals d'exercici d'intensitat moderada o 75 minuts d'intensitat elevada, i moure's en bicicleta és una manera fàcil de sumar molts d'ells. Aquest exercici físic millora la salut cardiovascular i el sistema immunològic i disminueix el risc de mortalitat prematura. Ajuda a perdre pes, a dormir millor i a frenar molts dels canvis fisiològics negatius que es produeixen amb l'envelliment i a més, disminueix la hipertensió i la incidència d'alguns càncers. També potencia la salut del cervell i alenteix el declivi cognitiu que s'associa amb l'edat. Així, l'ús de la bicicleta en desplaçaments urbans representa un considerable benefici per a la salut de les persones usuàries. A més, molta gent, fins i tot en desplaçaments de mobilitat quotidiana, utilitza aquest mitjà per fer exercici físic mentre es desplaça. La bicicleta millora l'estat d'ànim. Anar en bicicleta contribueix a millorar l'autoestima, augmentar la confiança en un mateix i reduir l'ansietat i el nivell d'estrès. En definitiva, afavoreix el benestar emocional i la qualitat de vida així com la sociabilitat entre les persones.

La bicicleta és molt positiva ambientalment

Els mitjans mecanitzats, especialment el transport privat, són una part molt important de les emissions de gasos amb efecte hivernacle, de partícules i òxids de nitrogen que fan que la qualitat de l'aire de moltes de les nostres ciutats no sigui saludable, amb el consegüent impacte que això té sobre el canvi climàtic. Segons dades del Baròmetre de la bicicleta, prop d'una de cada tres persones que actualment fa servir la bicicleta per fer desplaçaments quotidians abans feia servir el cotxe o la moto. Aquesta disminució de desplaçaments en vehicle privat representa una disminució directa de les emissions, ja que la bicicleta no contamina.

La bicicleta ocupa poc espai

Si la comparem amb el vehicle privat, una bicicleta pot ocupar de 6 a 8 vegades menys de superfície que un vehicle privat, i aparcada encara pot representar fins a 10 vegades l'espai necessari per a estacionar un cotxe.

La bicicleta no fa soroll

El vehicle privat, a més de ser un dels generadors importants d'emissions, també és un dels causants de l'important nivell sonor de les nostres ciutats. La bicicleta, en canvi, contribueix a la disminució de la contaminació acústica a les nostres ciutats i, per tant, afavoreix la serenitat i la capacitat de concentració.

La mobilitat en bicicleta és una gran aliada per combatre el canvi climàtic i els seus efectes. És un element clau per integrar en les polítiques públiques i en l'educació i la sensibilització de la ciutadania.

En resum la bicicleta té aquests avantatges:



- 1 - Minimitza els nivells d'estrès i de colesterol a la sang.
- 2 - Ajuda a millorar la coordinació motriu.
- 3 - Millora el sistema respiratori i cardiovascular.
- 4 - Redueix el risc de patir un infart o problemes cardiovasculars.
- 5 - Tonifica els músculs.
- 6 - No produeix gasos tòxics per al medi ambient.
- 7 - No ocupa gaire espai en comparació amb altres vehicles.
- 8 - El cost d'inversió i manteniment d'una bicicleta és molt menor al d'un altre vehicle.
- 9 - No requereix despeses de combustible.
- 10 - És un mitjà de transport molt més eficaç i flexible.

Creiem que t'hem donat els motius i avantatges suficients per convence't a començar a utilitzar la bicicleta com a mitjà de transport alternatiu!

Què en penses? D'aquesta manera, i com ja has vist, aportaràs beneficis a la teva salut, a la teva economia i al medi ambient!

Font: territori.gencat.cat

GREENPEACE ELABORA LA SEVA LLISTA DE COMPROMÍS DELS SUPERMERCATS ESPANYOLS CONTRA LA PETJADA PLÀSTICA

Ranking de supermercados contra el plástico
3 de desembre 2019

#	Marca	Puntuació final sobre 10	Pla anti-plàstic: reducció de plàstic respecte 2018	Reducció de plàstic respecte 2018	Reducció de plàstic respecte 2018	Pla de reducció d'envasos	Pla de reducció d'envasos	Pla de reducció d'envasos	Pla de reducció d'envasos	Pla de reducció d'envasos	Pla de reducció d'envasos
1	LIDL	7,0	10	10	10	10	10	10	10	10	10
2	ALDI	6,5	10	10	10	10	10	10	10	10	10
3	ALDI	6,2	10	10	10	10	10	10	10	10	10
4	ALDI	6,1	10	10	10	10	10	10	10	10	10
5	ALDI	4,0	10	10	10	10	10	10	10	10	10
6	ALDI	4,0	10	10	10	10	10	10	10	10	10
7	ALDI	3,2	10	10	10	10	10	10	10	10	10
8	ALDI	2,3	10	10	10	10	10	10	10	10	10

■ 0-2 → Muy malo
■ 3-4 → Insuficiente
■ 5-6 → Regular
■ 7-10 → Muy bueno

Greenpeace elabora la seva llista de compromís dels supermercats espanyols contra la petjada plàstica

Els plàstics ens envolten. És evident que a aquesta situació serà molt difícil donar-li la volta sense un compromís clar de tothom: institucions, empreses i ciutadans. Aquest material, que ens ha donat molt de si en les nostres vides, també està agredint a passos de gegant la terra, els rius i els oceans.

Les dades que tenim ens aporten una realitat preocupant. Fins a 12 milions de tones de plàstics entren en els oceans cada any, ofegant els ecosistemes, provocant danys a la fauna i passant a la cadena alimentària.



Dins de la dinàmica d'adquisició de productes en què estem immersos, aquest material està molt present en els supermercats, principal lloc de compra dels consumidors. Des de Greenpeace afirmen que "ens han obligat durant massa temps a adquirir envasos de plàstic en les nostres compres, i durant anys ens han explicat que reciclant i millorant la gestió de residus podem solucionar aquest problema. Però sabem que més de l'90% del plàstic que consumim no es recicla".

Des de l'organització demanen als supermercats que "eliminin els envasos de plàstic en les fruites i verdures, que proporcionin alternatives sostenibles per comprar els seus productes d'alimentació i que fomentin la venda a orri". Tot això amb el suport de 320.000 signatures reclamant compromisos a les cadenes per a la reducció i eliminació de la petjada plàstica.

Entre abril de 2018 i desembre de 2019 Greenpeace s'ha reunit amb els principals supermercats de país per a traslladar 10 demandes que contribueixin a frenar l'ús excessiu d'envasos d'un sol ús als seus establiments, i parer així la contaminació per plàstics.

La següent taula resumeix els compromisos que ens han traslladat els supermercats després d'aquestes negociacions. Aquests compromisos estan ja sent implementats, o es desenvoluparan aviat.

La metodologia per a obtenir la nota final no és a través d'una mitjana aritmètica sinó una mitjana ponderada, ja que totes les demandes no són igual d'importantes i per tant tenen diferent pes. A més, cada demanda i compromís presentat s'analitza in situ en els diferents supermercats. Un dels factors clau en aquesta avaluació és la transparència en la seva petjada plàstica, és a dir, volem que els supermercats facin pública la informació sobre tots els plàstics que fan servir cada any i tots els que redueixen i així assabentar-nos dels seus compromisos i també que siguin transparents amb les persones consumidores.

Font: Greenpeace

PROGRAMACIÓ

Centre Excursionista de la Serra Espadà

Tardor 2019 - Hivern 2020

NOTA: Abans d'anar a qualsevol excursió cal consultar el nostre Facebook per si hi ha algun canvi: "Societat d'amics de la Serra Espadà" o bé la pàgina web: www.serra-espada.org o Twitter.

ATENCIÓ! la parada del bus de Nules canvia a piscina municipal Nules

LA MONTALBANA-COVA REMIGIA- PINELLO-BARRANC DE LES LLOMES

COL·LABORA: José Villanueva

Dissabte 7 de març

Eixida: Nules 8.00 h, piscina municipal i 8.30 h, c/ Pintor Carbó (Auditori) de CS
Arribada: 18.30 h

DIFICULTAT: baixa - **DURESA:** baixa - **DESNIVELL ACUMULAT:** 500 m. - **KM:** 13

Ruta: Sortirem de la Montalbana per pujar a la cova Remigia, passant pel mas de Garolla i el mas de Remigia. Visitarem la cova per gaudir de les seues pintures i esmorzarem. Seguirem pujant a l'alt de la mola Fontanella, des d'on anirem a buscar el barranc del Pinello i ens apropiarem a veure un gran exemplar de teix i dos aurons de Montpeller. De tornada al Pinello passarem per la font i el safareig, seguirem cap al mas de les Llomes, mas de Nollé i el seu assegador des del qual veurem la faixa del barranc de les Llomes (transitable però no apta per a persones amb vertigen, encara que en aquesta ocasió no la passarem), però veurem l'arbrat que hi viu, teixos, aurons, til·lers, etc. Baixant, arribarem al barranc de la Rambleta i ja al bus. **Observacions:** Cal dur aigua i menjar per passar el dia i estar pendents de les prediccions meteorològiques per triar la roba.

Inscripcions: Del 24 al 27 de febrer, seccsase@serra-espada.org o bé al 634540956

QUOTA: 15 euros



ESPADILLA GR 333

COL-LABORA: José Antonio

Diumenge 22 de març

Eixida: 9.00 h, església d'Espadilla **Arribada:** 19 h

DIFICULTAT: mitja - **DURESA:** mitja - **DESNIVELL ACUMULAT:** 700 m. - **KM:** 18

Ruta: Espadilla, font de la Piqueta, font de Melic, Piló Torrechiva, Torrechiva i Espadilla.

Observacions: Anirem amb cotxes particulars, Per omplir els cotxes: 8 h a Nules, piscina municipal i 8 h del c/ Pintor Carbó (Auditori) de CS

Inscripcions: Del del 9 al 13 de març a secrsase@serra-espada.org bé al 634 54 09 56



PASQUA: MALLORCA, LA SERRA DE TRAMUNTANA

COL-LABORA: José Antonio i Manolo

Del 10 al 15 d'abril

Eixida: divendres 10, CS- 4.45 h del c/ Pintor Carbó (Auditori), i 5.15 h de la piscina municipal de Nules, en ruta cap a l'aeroport de València per agafar a les 7.35 h el vol a Palma de Mallorca. **Arribada:** a les 8.30 h del matí.

L'autobús ens durà a Valldemossa, on visitarem la seua famosa Cartoixa (**entrada no inclosa**), després recorrerem Deià, el seu paisatge forma part del Patrimoni de la Humanitat protegit per la UNESCO. En acabar, el bus en durà a Sóller, un dels pobles més pintorescos de Mallorca i després el bus ens traslladarà al nostre hotel (Blusea Piscis) situat al port de l'Alcúdia. Repartiment d'habitacions i sopar.

Dissabte 11- Després del desdijuni l'autobús ens traslladarà a la península de Formentor. Aquest promontori, situat a la part més septentrional de l'illa, està ple de cales, miradors, penya-segats i farcit de sorpreses, el conjunt és d'una bellesa salvatge. Dinarem durant la marxa. En finalitzar l'excursió, el bus ens tornarà a l'hotel. Sopar i després temps lliure.





Diumenge 12- Hui visitarem el santuari de la Mare de Déu de Lluc, centre espiritual de l'illa de Mallorca, situat al bell mig de la serra de Tramuntana, a uns 500 m d'altura sobre el nivell del mar i envoltat de muntanyes de més de 1.000 metres. Entrarem al Santuari i en acabar realitzarem l'excursió del camí Vell de Lluc a Pollença pel GR 221, de la pedra en sec. En total seran 18 km, amb un desnivell positiu de 189 m i negatiu de 677 i finalitzarem a Pollença, on ens espera l'autobús per a tornar-nos al nostre hotel. Sopar.

Dilluns 13- Ens desplaçarem a Valldemossa per a realitzar una de les excursions imprescindibles de la Serra de Tramuntana: "El Camí de l'Arxiduc". Aquest camí és el més conegut dels que va manar construir l'arxiduc Lluís Salvador d'Àustria. Va ser traçat per ell mateix a partir de l'any 1883, any en què va comprar la finca de Son Moragues a Valldemossa. La nostra excursió serà circular, d'uns 15 km i 750 m de desnivell, tant positiu com negatiu. És molt espectacular per les vistes, ja que hi trobarem diversos miradors, a més del refugi de l'Arxiduc, la cova de l'Ermità, pous de neu, carboneres, forns de calç, etc.

Un cop de tornada a Valldemossa, l'autobús ens retornarà al nostre hotel per a sopar.

Dimecres 15- Després del desdijuni, l'autobús ens portarà a una visita guiada a la vila monumental de Raixa amb els seus magnífics jardins, fruit de les reformes neoclàssiques realitzades a finals del segle XVIII i principis del XIX pel cardenal Despuig, un dels personatges clau de la Il·lustració mallorquina. En acabar seguirem el viatge fins a Palma de Mallorca, on tindrem temps lliure per visitar-la al nostre aire, **fins les 19.30 h**, quan l'autobús ens portarà a l'aeroport per agafar l'avió Palma-València que **surt a les 21.30 h**.



Un cop a València, l'autobús ens recollirà a l'aeroport per traslladar-nos a casa.

Inscripcions: del 27 al 31 de gener.

INCLOU: trasllats als aeroports, avió, hotel mitja pensió 5 dies, tots els recorreguts en bus per Mallorca i els guies, més assegurança bàsica en assistència en viatge. Si algú vol contractar la cancel·lació del viatge són 18 €. Per als que no tenen llicència federativa caldrà fer-los l'assegurança de 4 dies d'excursions.

QUOTA: 510 € i suplement habitació ind. 110 €.



ELS MOLINS DE L'ANGLESOLA

COL-LABORA: Xelo Balado

Diumenge 26 d'abril

Eixida: Nules, 7.30 h de la piscina i 8 h, del c/ Pintor Carbó (Auditori) de CS

Arribada: 20 h

DIFICULTAT: baixa - **DURESA:** ninguna - **DESNIVELL:** 250 m. - **KM:** 14

Ruta: des de l'Anglesola eixirem pel camí de las Majadillas entre carrasques i, un cop deixem enrere un grup de masies, baixarem al Molí Alt per una estreta senda. Continuarem caminant pel camí de la rambla de les Truites deixant a mà esquerra el Molí Mitjà. Entrarem a la Pobla de Sant Miquel on, després de passar el preciós pont gòtic que uneix la C. V. amb Aragó, vorejarem la bassa del seu molí fins a arribar a la xicoteta plaça on està situada l'ermita de Sant Miquel.

Tornarem de nou a la mateixa rambla per a arribar al Molí Dolç on travessarem un altre pont i seguirem pel seu marge dret fins a arribar a la font la Gotera. Dinarem un poc abans d'arribar-hi, entre xops i roques del barranc. Després continuarem per la mateixa rambla fins a veure un barranc a mà esquerra, és allà on creuarem el torrent i seguirem pel camí de les Vinyes, no gaire ben senyalitzat a l'inici, deixant a la dreta l'ermita de la Mare de Déu del Cid. El camí ens portarà fins al Molinete per aplegar finalment a l'Anglesola, entre bonics paisatges de roques i xops.

En arribar al poble farem una passejada pels carrers principals per contemplar els nombrosos palaus gòtics que té aquesta xicoteta població de Terol.

Observacions: eixida en bus, cal portar esmorzar, dinar i aigua.

Inscripcions: del 14 al 17 d'abril, a secrsase@serra-espada.org o bé al 634540956

QUOTA: 15 €



PARC NATURAL DELS PORTS DE BESEIT

COL-LABOREN:
Miguel Angel i Luky

De l'1 al 3 de maig

Eixida: Nules, 7.30 h de la piscina i 8 h, del c/ Pintor Carbó (Auditori) de CS

Divendres 1 - Tosca-Mascar

DIFICULTAT: baixa - **DURESA:** mitjana - **DESNIVELL:** +630 m. - **KM:** 8

Començarem a l'àrea recreativa de sant Julià (Alfara de Carles) pel GR171, l'ermita de la Magdalena i font de Tosca. Ermita reconstruïda al segle XIX, hi ha referències que en 1846 se celebraven oficis, quan els canonges de Tortosa passaven l'estiu a Tosca. Continuem pujant per un atapeït bosc de boix i pineda per arribar al coll de Vallfiguera, on començarem a veure extraordinàries panoràmiques i racons de bellesa natural, fins a la nostra destinació, el mont Caro.

Dissabte 2 - Excursió circular al massís

DIFICULTAT: mitjana - **DURESA:** mitjana - **DESNIVELL:** +775 l -775. - **KM:** 17

Sortirem en direcció Fredes per GR 7 a la recerca del coll de Pallers (d'aquest punt en bona visibilitat es veu el delta de l'Ebre), cova del Vidre i desviant-nos una mica del camí podrem visitar la seua cavitat, font de la Llagosta, pas de l'Embarronat, la mola de Boix (1.332 m) és el punt més alt. Per una canal en clar descens ens trobarem amb dos avis del bosc, els Teixos del Marturi (arbres monumentals), continuarem baixant i passarem pel coll de Caguitos i més endavant pels bassis del Marturi, arribarem a l'àrea recreativa de cova Avellanes i ja de retorn, caminant per densos boscos cap al punt de partida.



DIFICULTAT: baixa - **DURESA:** baixa - **DESNIVELL:** +200-763. - **KM:** 12,5



Diumenge 3 - Mascar-Tosca

Descripció: sortirem del Mascar per GR 7 direcció Paüls per un còmode camí per a més endavant ascendir a la Tosseta Rasa (1.222 m) des d'aquest punt i en descens continu arribarem al coll de les Carabasses, (1.069 m) lloc on deixem el GR per continuar en descens pel PR passant pel bosc Negre i la font homònima, amb una petita desviació; per arribar a aquesta font seguirem de baixada al punt de partida del primer dia.

Observacions: eixida en el bus que ens deixarà on comencem l'excursió i durà les maletes a l'hotel Pous de la neu o bé al refugi. El darrer dia serà igual, deixarem les maletes i el bus abans de replegar-nos anirà a l'hotel per elles i després per nosaltres.

Inscripcions: del 6 al 9 d'abril a secrsase@serra-espada.org o bé al 634540956

QUOTA: 150 €, per l'hotel en habitacions dobles i caseta en M/P. En refugi 140 € en habitació de 4 i 6 persones i sopar i desdijuni a l'hotel en règim de M/P.

SETMANA DE L'INTERCANVI AMB ELS EXCURSIONISTES DE NYONS, LA PROVENÇA

Vos passem totes les excursions programades per aquesta setmana, tots els socis esteu convidats a vindre mentre hi hagi places.

VALÈNCIA I PARC NATURAL DE L'ALBUFERA

COL·LABORA:
Jean Paul i Carme

Dissabte 9 de maig

Eixida: C/ Pintor Carbó (Auditori) de CS, 7.30 h i 8 h, Nules, de la piscina.

Arribada: 20 h

DIFICULTAT: baixa - **DURESA:** ninguna - **DESNIVELL:** 50 m. - **KM:**

Ruta: Visitarem la Ciutat de les Ciències i en el Saler farem una ruta per les dunes, passeig en barca per l'Albufera fins a arribar al Palmar, on ens replegarà el bus i anirem a Alboraià a fer-se una orxata amb fartons i tornada cap a la Plana.

Observacions: Cal dur esmorzar, dinar i aigua i tot el que vulgueu compartir. El bus és gratuït, però cal pagar el passeig en barca, 5 € i l'orxata i fartons 4.50 €.



Inscripcions: del 27 al 30 d'abril, secrsase@serra-espada.org o bé al 634540956

QUOTA: gratuïta

PARC NATURAL DE LA SERRAD'IRTA I PENÍSCOLA

COL·LABOREN:
José M^a i José Villanueva

Diumenge 10 de maig

Eixida: Nules, 7.30 h de la piscina i 8 h, del c/ Pintor Carbó (Auditori) de CS

Arribada: 20 h

DIFICULTAT: baixa - **DURESA:** ninguna - **DESNIVELL:** +350 m. - **KM:** 10

Ruta: Santa Magdalena de Pulpis, castell de Pulpis, alt de la Bota, ermita de sant Antoni, urbanització i Peníscola. Després visita turística per Peníscola.



Observacions: cal dur esmorzar, dinar i aigua que no hi ha pel camí.

Inscripcions: del 27 al 30 d'abril, secrsase@serra-espada.org o bé al 634540956

QUOTA: 10€

PIC ESPADÀ, AÍN

COL·LABOREN:
Miguel Angel i Carme

Dilluns 11 de maig

Eixida: Nules, 8.30 h de la piscina i 8:15 h, del c/ Pintor Carbó (Auditori) de CS
Arribada: 18 h

DIFICULTAT: mitjana - **DURESA:** mitjana - **DESNIVELL:** 650 m. - **KM:** 11,5

Ruta A: A: eixirem d'Aín, coll de l'Ibola, pic Espadà, barranc de la Xelva, font del Toro i l'Alcúdia de Veo.

Ruta B: A: eixirem d'Aín, barranc de la Caritat, barranc del Joncayet, l'Ereta i barranc de l'Horteta, amb un desnivell de 350 m i 8 km. Sense dificultat.

Observacions: farem dos excursions, cal portar esmorzar, dinar i aigua. En cotxes particulars.

Inscripcions: del 27 al 30 d'abril, secretsase@serra-espada.org o bé al 634540956



EL BARTOLO I VILAFAMÉS

COL·LABORA:
José M^a Rambla

Dimarts 12 de maig

Eixida: Nules, 8 h de la piscina i 8:15 h, del c/ Pintor Carbó (Auditori) de CS
Arribada: 19 h

DIFICULTAT: baixa - **DURESA:** baixa - **DESNIVELL ACUMULAT:** 450 m. - **KM:** 11,5

Ruta: La Pobla Tornesa, pic Panxa, Bartolo, la Pobla Tornesa. Després anirem a Vilafamés a visitar el poble i el museu d'Art Contemporani.

Observacions: portar esmorzar, dinar i aigua. En cotxes particulars.

Inscripcions: del 27 al 30 d'abril, secretsase@serra-espada.org o bé al 634540956



ELS PORTS: LA MOLA GARUMBA

COL·LABORA:

Miguel Angel i Pasqual

Dimecres 13 de maig

Eixida: Nules, 7:30 h de la piscina i 8:00 h, del c/ Pintor Carbó (Auditori) de CS

DIFICULTAT: baixa - **DURESA:** mitja-baixa - **DESNIVELL:** +200-400 m. - **KM:** 9

Ruta: carretera de Cinctorres-Morella, mola Garumba, font de la Carrasca i roca del Migdia, ermita de la Consolació i Forcall.

Observacions: portar esmorzar, dinar i aigua. En acabar la ruta visitarem Forcall i Morella. Eixida en bus.

Inscripcions: del 27 al 30 d'abril, secrsase@serra-espada.org o bé al 634540956

QUOTA: 10 €



VALÈNCIA HISTÒRICA

COL·LABORA: Jean Paul

Dijous 14 de maig

Eixida: 8.10 h, de RENFE de CS i 8.24 h, de RENFE de Nules

Arribada: 20 h

DIFICULTAT: ninguna - **DURESA:** ninguna - **DESNIVELL:** 0 m. - **KM:**

Ruta: Visitarem els edificis més importants de València ciutat: Ajuntament, mercat Central, la Llotja, església de sant Nicolau, torres de Serrans, mercat de Colon i a la vesprada tornarem cap a la Plana.

Inscripcions: del 27 al 30 d'abril, secrsase@serra-espada.org o bé al 634540956

QUOTA: billets de tren



MONTES UNIVERSALES: Terres de castells i "rodenos"

COL·LABORA: Paco Rivas

Dies 23 i 24 de maig

Eixida: 7.00 h, del c/ Pintor Carbó (Auditori) de CS i piscina Nules, 7.30 h

Dissabte 23: Eixirem cap a Frías d'Albarracín i caminarem per la ruta del barranc de la Hoz, canó río Blanco, canó de los Arcos, Calomarde. 9 km i 250 m de desnivell. Després ens dirigirem a la cascada de Calomarde que seran 2 km més de ruta. En acabar anirem cap a Orea, on ens allotjarem a l'hotel Río Tajo, en règim de mitja pensió.

Diumenge 24: Eixirem d'Orea camí de Rodenos, on agafarem una senda per anar al barranc del Cardoso, una zona on hi ha nombrosos petroglifs, castell de los Ares i Almohaja. 9 km i 200 m de desnivell. Després visitarem el castell de Peracense i d'allà farem una passejada fins al poble de Peracense, 2 km i -100 m de desnivell. En acabar visitarem Ródenas i ja cap a la Plana.

Inscripcions: del 27 al 30 d'abril, secrsase@serra-espada.org o bé al 634540956

QUOTA: 90€

Inclou: bus, guies, allotjament M/P en la pensió Río Tajo a Orea en habitacions dobles i l'entrada al castell de Peracense.



LUDIENTE - LA GIRABA

COL·LABOREN:

M^a Carmen Peirats i Cecilia

Diumenge 7 de juny

Eixida: 7.30 h, c/ Pintor Carbó (Auditori) de CS i piscina de Nules, 8 h

Arribada: 19 h

DIFICULTAT: mitjana - **DURESA:** mitjana - **DESNIVELL:** 600 m. - **KM:** 15



Ruta: eixirem de Ludiente travessant el riu Villahermosa pel pont antic i començarem una pujada continuada fins arribar a la masia de Benachera. Passarem pel vertex geodèsic de la Loma i ja de baixada seguirem fins arribar a la masia de la Giraba de Arriba i la de Abajo. On ens acostarem a veure les restes d'una torre àrab del segle XIII. Baixarem a la zona recreativa la Valentina al costat del riu, on dinarem i podrem pendre el bany. Després tornarem cap a Ludiente per la senda de la font de la Cuba.

Observacions: Dur esmorzar, dinar i aigua.

Inscripcions: del 18 al 22 de maig, secrsase@serra-espada.org o bé al 634540956

QUOTA: 15€

LLUNA AL CASTELL D'UIXÓ

COL-LABORA: Sase

Dissabte 20 de juny

Eixida: 19.30 h, super Dia, en el barri Carbonaire a la Vall d'Uixó

Arribada: 1:00 h

DIFICULTAT: baixa - **DURESA:** baixa - **DESNIVELL:** 350 m. - **KM:** 7,5

Ruta: Supermercat Dia, camí d'Artana, barranc de l'Horteta, caseta de pedra en sec, castell d'Uixó, coll de Mena, barranc de l'Horteta i la Vall.

Observacions: Porteu sopar i tot el que vulgau compartir.

Inscripcions: del 15 al 18 de juny, secrsase@serra-espada.org o bé al 634540956



ELS TATRAS: Els Carpats més espectaculars, entre Eslovàquia i Polònia

Del 17 al 26 d'agost

El massís muntanyenc dels Tatras entre Eslovàquia i Polònia és un lloc ideal per als amants de la natura i l'excursionisme. La zona ofereix una naturalesa exuberant i verge però a més, gràcies a la seua estratègica situació, és un bon punt de partida per conèixer tota la regió i també els imponents castells, parcs nacionals, preciosos poblets i realitzar senderisme entre paisatges i boscos frondosos. Gaudirem de la muntanya al parc nacional dels Alts Tatras: llacs, cascades, barrancs i circs glacials i descobrirem a petita escala, els paisatges de muntanya més típics d'aquesta zona europea, a més de visitar pobles encantadors que conserven les seues tradicions i conjunts declarats patrimoni de la UNESCO en Bratislava i Cracòvia.

Dilluns 17 d'agost:

Eixida: 9.15 h del c/ Pintor Carbó (Auditori) de CS i 9.45 h de la piscina de Nules

Vol València – Frankfurt 12.55 – 15.20

Frankfurt – Viena 16.50 – 18.10

Trasllat amb autobús de Viena a Bratislava. Allotjament a Bratislava.

Dimarts 18 d'agost: Bratislava. Dia lliure per a visitar la ciutat.



Dimecres 19 d'agost: Viatge des de Bratislava fins a la localitat de Poprad.

En el trajecte, pararem per a realitzar una excursió pel barranc de Jánošíkove Diery. Aquesta és una de les rutes de senderisme més belles i populars del Parc Nacional Malá Fatra i, per extensió, d'Eslovàquia. El seu recorregut permet gaudir d'impressionants i bells congosts i canons calcaris, densos boscos de mitja muntanya, singulars roques i profunds valls. Acabada la ruta, continuarem el nostre viatge fins a Poprad. Hotel



Dijous 20 d'agost: Desplaçament en bus fins a Štrbské Pleso per a realitzar una excursió pel Parc Nacional dels Alps Tàtars. Aquesta xicoteta serralada forma part dels Carpats Occidentals, i fa frontera entre Eslovàquia i Polònia. La localitat de Štrbské Pleso des d'on partirem, és la de major altitud del país (1.346 m). Realitzarem una excursió des del llac de Štrbské Pleso al llac Popradské Pleso i després al llac Velké Hincobó Pleso.



En total 17 km i 750 m de desnivell tant positiu com negatiu. Retorn a Poprad.

Divendres 21 d'agost: excursió pel Parc Nacional Slovenský Raj (parc del paradís eslovac): Les gorges de Suchá Belá. Es tracta de l'excursió més popular del Parc amb una gran afluència d'excursionistes. En la primera part, recorrerem l'interior d'aquesta espectacular barrancada, i en la segona meitat, tornarem al punt de partida, per senderes i camins travessant bonics boscos.

És un barranc molt impressionant i entretingut de recórrer, equipat per a anar-hi sense problemes. Té una gran quantitat d'escales, cadenes, passarel·les, etc., que

ens ajudaran a salvar els tancats i escarpats sectors de manera senzilla, sempre que no patiu de vertigen.

Excursió d'11 km i 430 m de desnivell positiu i negatiu.

En acabar visitarem les coves de gel de Dobšinská, Patrimoni de la Humanitat i una de les majors coves de gel d'Europa. Allí efectuarem una visita guiada d'uns 40 minuts de duració (en eslovac) que ens permetrà endinsar-nos uns 650 m a l'interior del buit. Retorn a Poprad.



Dissabte 22 d'agost: eixirem a la frontera amb Polònia per a caminar pels Alts Tatras. Anirem a veure les cascades Mickiewicz i Wielka i els llacs Wielki Staw, Mali Staw, Przedni Staw i Moskie Oko, així com el refugi Schronisko. La cascada Wielka és la més gran de Polònia amb una altura de 70 m. El Morskie Oko, ha sigut catalogat com un dels llacs més bonics del món.

En total 18,5 km i 899 m de desnivell. Tornada a Poprad.

Diumenge 23 d'agost: Dedicarem la jornada de hui a realitzar visites turístiques als llocs més representatius de la zona: Castell de Spis, Hervartov, per a veure l'església de Sant Francesc d'Assís. És l'església de fusta més antiga d'Eslovàquia, construïda al segle XV en avet roig. Bardejov, coneguda com la perla gòtica de la regió de Saris. La plaça amb l'històric ajuntament i la basílica de Sant Gil, les muralles amb baluards i el barri jueu estan incloses també en la llista del Patrimoni Mundial de la Unesco. De retorn visitarem Levoca, també declarada Patrimoni de la Humanitat. Tornada a Poprad.

Dilluns 24 d'agost: Després de desdejunar i deixar les nostres maletes en l'autobús, ens dirigirem a Zaczopane (Polònia). Zaczopane, considerada la capital d'hivern del país, destaca per les seues cases i esglésies de fusta de sostres inclinats i per ser el lloc des d'on parteixen les rutes senderistes cap al Parc Nacional dels Tatras polonesos, creat en 1954 i amb una superfície de 21.197 ha. Ací farem la darrera excursió pels Tatras, i en acabar el bus en durà a Cracòvia.



Dimarts 25 d'agost: Dia lliure per Cracòvia, antiga capital de Polònia i una de les ciutats més importants del país. El seu barri antic està declarat Patrimoni de la Humanitat per la Unesco, gràcies a les seues belles construccions d'estil gòtic, barroc i renaixentista.



Dimecres 26 d'agost: Exirem de l'aeroport de Cracòvia a les 12.35 h, amb destinació a Frankfurt i a les 16.15 embarcarem cap a València. Bus des de l'aeroport de València cap a Nules i Castelló.

Inscripcions: del 4 al 8 de maig, secrsase@serra-espada.org o bé 634540956

INCLOU: transport a l'aeroport de València, avió de la companyia Luthansa des de VLC a Viena i des de Cracovia a VLC, bus privat en tots els desplaçaments, 2 nits d'hotel a Bratislava A/D, 5 nits d'hotel en règim de M/P en Propad, 2 nits d'hotel Cracovia A/D, guies, assegurança i excursions.

QUOTA: 1.140 €.

Notes:

Devolució de l'import de les excursions:

Autobús d'un dia: si s'avisa abans de 48 hores, es tornarà un 60%.

Autobús+ allotjament: avisant amb una setmana d'antelació es tornarà un 66%, i entre una setmana i 48 hores es tornarà un 40%.

En el viatge d'estiu s'especificarà cada vegada.

El no presentar-se a l'autobús comportarà automaticament la pèrdua de tot abonament.

Aquesta norma regirà sempre que no s'especifiquen altres condicions en l'explicació de cada excursió.

Abans d'inscriure's, cal assabentar-se de les característiques de cada excursió per comprovar si es correspon amb les possibilitats de cadascú i per portar equipament adient al recorregut. En tot cas, cada persona assumirà el risc que comporta participar en l'excursió elegida.

L'excursionista és responsable de tot perjudici o lesió que pugui causar-se a si mateix, a tercers o al medi ambient.

Les persones que no tinguen la llicència federativa, aviseu i se vos tramitarà una assegurança en accidents de muntanya, preu: 3 euros per persona/dia.

Comptes on ingressar les excursions, a nom de: Societat d'Amics de la Serra Espadà

BANKIA, IBAN: ES09 2038 6496 51 3000035079

Banc Santander, IBAN: ES41 0049 5538 69 2716050905

Caixa Rural la Vall, IBAN: ES36 3111 5004 66 1152522023

L'ARANYONER (PRUNUS SPINOSA)

Pablo Rubio Gijón, professor universitari a USIU (Kènia)

L'aranyoner (*Prunus spinosa*), també conegut com a aranyer, arç negre o prunyoner, és un arbust caducifoli que pertany a la família de les rosàcies. Dins d'aquesta nombrosíssima família s'hi poden incloure plantes prou conegudes per tots nosaltres, com ara l'ametller (*Prunus dulcis*), la pomera (*Malus domestica*), el codonyer (*Cydonia oblonga*) o la maduixa (*Fragaria vesca*). L'aranyoner s'estén pràcticament per tot el continent europeu, encara que també es pot trobar de forma aïllada en punts del nord d'Àfrica, Turquia, on té molta més presència, o inclús l'Iran. Per la seua capacitat d'adaptació, aquest arbust ocupa zones des de quasi el nivell del mar fins a elevacions que superen els 1.000 metres d'altitud. No està present, però, més enllà del paral·lel 60, ja que l'intens fred dificulta el seu desenvolupament. Al nostre territori, però, l'aranyoner és una planta relativament comuna. La trobem tant en indrets ombrívols, formant impenetrables bardisses amb altres plantes com ara l'esbarzer (*Rubus ulmifolius*) o l'espí blanc (*Crataegus monogyna*), com també en àrees prou més assolellades com, per exemple, als ribassos o als margens dels camins. Tot i que prefereix els sòls calcaris, també es pot localitzar esporàdicament en terrenys de tipus silici. És per això que l'aranyoner no es troba de forma tan abundosa a la Serra d'Espadà.



Pel que fa a la seua estructura morfològica, l'aranyoner és un arbust ramós i punxós, amb l'escorça d'un color grisenc fosc que, quan es donen les condicions edàfiques i climatològiques òptimes, pot atènyer els tres metres d'alçada. Tot i així, sobre sòls pedregosos i eixarreïts l'aranyoner rarament excedeix el metre d'alçada. Les seues fulles, lanceolades i lleugerament serrades a les vores i que en alguns exemplars poden sobrepassar els tres centímetres de llarg per un d'amplària, destaquen pel seu bonic color verd intens. Quant a les inflorescències florides, que sovint són emprades per les seues propietats diürètiques, s'agrupen en espectaculars manolls d'un blanc cridaner. Aquests grups florals, característics d'algunes rosàcies, són molt abundants i atorguen a l'arbust un aspecte semblant com si estiguera cobert de neu. La floració, que comença al gener, pot estendre's fins a les acaballes del mes de maig. Aquest precoç floriment suposa una important font alimentària per a les abelles i altres insectes antòfils, com ara els borinots, que s'alimenten exclusivament de nèctar. Curiosament, igual que el cirerer (*Prunus avium*) o l'ametller (*Prunus dulcis*), les flors apareixen abans que les noves fulles, afavorint-se així la pol·linització.

El fruit de l'aranyoner, l'aranyó, és una xicoteta pruna carnosa d'aproximadament un centímetre de diàmetre. Els aranyons, que estan envoltats per una mena de pols blavós anomenat pruïna, són d'un lluent negre blavenc. Quan s'en mengen tenen un regust aspre i poc gustós pels tanins que conté la polpa. No obstant això, l'aspror

s'assuauija una miqueta després de les primeres gelades de la tardor, per la qual cosa el seu sabor és més agradable. La fructificació, que resulta molt menys copiosa que la floració, es produeix des de començaments de l'agost fins ben entrat el mes d'octubre.

L'aranyoner és una planta prou interessant quant als seus principis actius i nombrosos usos medicinals. Les flors, que contenen flavonoides com ara l'hiperòxid, han estat emprades per les seues propietats diürètiques, laxants i sudorífiques des de temps immemorials. Així mateix, les fulles són antiinflamatòries gràcies a un altre flavonoide, el kaempferol. En infusió, la dosi recomanada, tant de fulles com de les flors dessecades, és mitja cullerada per tassa, dues o tres vegades al dia després de cadascun dels àpats importants.



Per altra banda, amb els aranyons es prepara el popular patxaran, que és una mena de licor típic navarrès fet amb anís dolç i sec. També s'hi pot afegir una o dues branquetes de canyella o inclús alguns grans de cafè, la qual cosa fa que el licor siga més gustós i tinga un excel·lent aroma. Al nostre territori es preparen begudes o herberos d'aranyó de molt bona qualitat, principalment als pobles de la Serra de Mariola. En altres països europeus també es fan licors o aiguardents d'aranyó, com és el cas d'Itàlia, on es prepara el bargnolino, França, amb la seua eau de prunelle, o Anglaterra, on s'elabora l'anomenat sloe gin. Als països de llengua alemanya es fa el Schlehenlikör, beguda preparada amb sucre i espècies en una base alcohòlica de rom, ginebra o vodka.

A tall de cloenda caldria esmentar alguns indrets de la nostra serra on podem trobar aranyoners. Aquest és el cas del tram del PR-CV-63.6 que uneix els colls de Bellota i de Mosquera. En aquesta elevada secció de la senda trobem aranyoners que, barrejats amb espins blancs, esbarzers i argelagues (*Genista scorpius*), formen impenetrables bardisses. Com que donen abundants aranyons, si volem collir-ne es recomanable anar proveïts d'uns bons guants. Per altra banda, molt a prop del mas de la Campana, al terme de Suera, si seguim la pista del GR-36 cap amunt, en localitzarem uns quants als dos margens del camí. Finalment, dins del terme d'Alcúdia de Veo, just a la bifurcació que o bé puja al pic de la Ràpita o bé descendeix al despoblat morisc del Xinquet trobarem a mà dreta uns bancals abandonats amb pomeres (*Malus domestica*) i abundants aranyoners. Bona collita!

REFERÈNCIES BIBLIOGRÀFIQUES:

Bernal, C. (1999). Guía de las plantas del alcornocal. Mérida: Junta de Extremadura, Departamento Recursos Renovables, CMC, Iprocor.

Charco, J., Mateo G., y Serra, L. (2014). Árboles y arbustos autóctonos de la Comunidad Valenciana. La Roda, Albacete: Centro de Investigaciones Ambientales del Mediterráneo.

Climent, D. y Zurriaga, F. (2012). Herbari: viure amb les plantes. Monografies Mètode 6. València: Universitat de València.

Costa, M. (2005). Vegetación y flora de la Sierra de Espadán. València: Fundación BANCAJA.

Eppinger, M. y Hofmann, H. (2006). Árboles y arbustos. Guía clara y sencilla para su identificación. Madrid: Editorial Everest.

Gabriel, I. (1970). Die farbige Kräuterfibel. Heil- und Gewürzpflanzen. Frankfurt: Falken Verlag.

Orengo, A. (2016). Herbari mengívol. Guia per a l'ús gastronòmic de la flora silvestre. Gandia: Tívoli.

Pellicer, J. (2000). Costumari botànic. Picanya: Edicions del Bullent.

Stübing, G. y Peris, J. B. (1998). Plantas medicinales de la Comunidad Valenciana. València: Generalitat Valenciana.

Stübing, G. y Peris, J. B. (1998). Plantas silvestres de la Comunidad Valenciana. Madrid: Ediciones Jaguar.

ANECDOTARI IX

Mare meua, les quatre rodes!

Era la primera vegada que venia d'excursió amb la SASE. Els nervis no la deixaren dormir i va fer tard a la parada de Nules i l'alternativa era apropar-se a Castelló que era la següent, així que es van dirigir mare i filla a la capital, on els havia dit Carme. Mare al volant terror de la carretera, filla ajupida i espantada en el seient del copilot. Arribarem sanes i estàlvies, o no arribarem? D'aquelles maneres. La pressió per estar-hi prompte va desconcertar, o marejar a l'automobilista en veure una rotonda immensa, sens dubte la més gran de la ciutat de Castelló i mira que en algunes ja hi cap una urbanització, doncs en lloc de rodarla, com és habitual, la conductora es torba i elegís travessar-la i és ara quan comencen les escenes de pànic.



-Mamà que fas?!

Plooooooff! Plooooooff!

-Què ha sigut eixos esclafits?

-Què ha sigut...? Les rodes de davant que han rebentat, i en eixe moment agafa velocitat per eixir d'eixe espai prohibit on mai hauria d'haver entrat. Mare, filla i cotxe dintre de la mega rotonda, lluitant per tornar a l'asfalt i altra vegada. Plooooooff! Plooooooff!, les rodes de darrere, ja no queda cap pneumàtic sa. Moment tràgic quan arribem nosaltres en l'autobús a la maleïda rotonda i des dels seients contemplem l'escena: la mare desolada mirant les quatre rodes desfetes i observant el desastre provocat i eixa filla desnaturalitzada que puja amb decisió al bus, sense poder fugir de les preguntes i crítiques dels companys, mentre es deixa a la seua mamà esperant la grua.

Imma Vicent

I VA I CAU

Caminaven per la Ruta Natural del riu Guadalaviar, concretament van eixir des de la pedania de San Blas, al costat de Terol. Paco suposem que anava davant. A l'inici de l'excursió van passar per un pont de fusta sense baranes i va caure Kàtia, però anava pel mig del camí i no li va passar res. Ja havien advertit els de davant que anaren alerta perquè estava el terra gelat i relliscaven.

Pilar Flor i Isabel Bellido caminaven per la senda mentre xarraven, i Pilar, distreta amb la conversa va esvarar i tot el gran que és va saltar la barana i abans de fer peix, va donar un volantí a la vegada que va sentir un clac estrepitos al coll i plam!, directa al riu de cap des d'un desnivell de més de dos metres. En eixa baixada en picat no sé si va veure la llum al final del túnel, a sant Pere o a qui, però ella pensava que la seua vida concloïa en el riu Guadalaviar. En el trajecte va perdre les ulleres i els pals que després va recuperar.



Tot va passar tan de pressa que els que estaven al voltant, de l'únic que es van adonar va ser que Pilar ja estava dins l'aigua i no portava intenció de nadar. En fer xop, no sabem si va ser la impressió de l'aigua freda, o l'impacte de la caiguda que en un tres i no res es va aixecar. Xopada de cintura cap amunt ara calia llevar-se la roba mullada i vestir-se com fora amb la samarreta d'alguna companya.

Imma Vicent

CUINAR EN VERD

"BOLLO DE HIGOS" RECEPTE TÍPICA DE VILLAMALUR



INGREDIENTS:

½ kg de figues seques trossejades
2 cullerades soperes d'anís en gra
Un doll d'oli
Barrejar-ho tot i reservar (com més temps millor)
100 centímetres cúbics d'oli
200 centímetres cúbics d'aigua
1 pastilleta de rem premsada
Sal i sucre al gust
Farina la que admeta
2 ous (opcional)

ELABORACIÓ:

Diluir el rem i barrejar-ho tot excepte la farina que s'afegís a continuació. Ho treballem un poc més i incorporem les figues. Deixeu reposar la massa i quan haja pujat, es fica al forn.

Elisa Moliner

SOPA DE LENTILLES ROGES (CARABASSA) SENSE PELL, AL CURRY



INGREDIENTS PER A QUATRE PERSONES:

1 tassa de lentilles roges
1 porro
1 patata
2 pastenagues
250 g de bajoques redones
2 alls tendres
2 cullerades de tomata fregida
Sal, oli d'oliva i curry

ELABORACIÓ:

Talleu a daus el porro, patata, pastenagues, alls tendres i les bajoques. Fiqueu aigua a bullir en una cassola (per avançar) i un poc d'oli a la paella i saltegeu tots aquests ingredients que heu trossejat, finalment les lentilles. Tingueu en compte que són sense pell i es fan bastant de pressa. Després ho tireu tot a l'aigua, quan estiga bullint junt amb la tomata. Un poc abans que estiguen cuites, ho proveu de sal i afegiu una culleradeta de curry i ho deixeu un moment a foc baix.

Imma Vicent

PUBLICACIÓ AMB L'AJUD ECONÒMIC DE:



PUBLICACIÓ AMB LA COL·LABORACIÓ DE:



NOVETATS BIBLIOGRÀFIQUES:



CAMÍ DE CONQUESTA, UNA RUTA PER DESCOBRIR ELS PAISATGES DELS PORTS I LA SEVA HISTÒRIA. TOPOGUIA GR331.

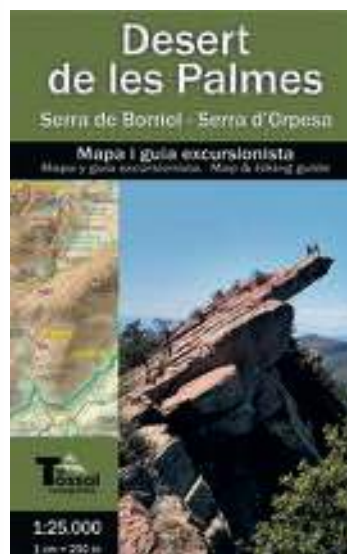
Aquest camí és una ruta circular en la comarca dels Ports, un sender de Gran Recorregut que transcorre per camins històrics de la comarca, formant un anell que abarca el territori i connecta els municipis que conformen la mancomunitat mitjançant un camí de 166 km repartits en 15 etapes.

Al llarg de la ruta es podrà gaudir de natura, cultura, arquitectura, arqueologia, paisatges espectaculars i mostres del passat i present d'aquesta terra. Els caminants obtindran informació al voltant de cada recurs gràcies als diferents faristols explicatius que hi ha al llarg del recorregut, així com panells informatius a l'inici i final de cada etapa. El llibre descriu tots els trams amb altimetries, informació tècnica i tota la informació d'interès de la ruta.

La topoguia va acompanyada dels plans de les diferents rutes i una motxila del sender.

Preu 12 euros

El Tossal Cartografies, un projecte editorial que porta des del 2009 publicant mapes i guies de les muntanyes valencianes, presenta un nou mapa: Desert de les Palmes – Serra de Borriol – Serra d'Orpesa. Com el títol indica, aquesta publicació no només representa el Desert de les Palmes, sinó que s'ha tingut en compte una unitat geogràfica més ampla, cartografiant també les serres de Borriol i d'Orpesa, amb l'objectiu de fomentar, difondre i connectar aquest interior immediat a ciutats més conegudes com ara Castelló, Benicàssim i Orpesa. El Tossal Cartografies, des de les primeres edicions al 2009, han après i depurat les tècniques cartogràfiques que, aplicades a aquest nou mapa, el converteix ja no sols en una potent ferramenta per a l'excursionisme, sinó que indirectament és també una guia del patrimoni natural i cultural d'aquestes terres: pous, sènies, fonts, ullals, carboneres, forns de calç, paranyes... El projecte ha implicat, per una banda, la societat civil de cada poble que encara està vinculada al territori, com ara caçadors, llauradors, clubs excursionistes o clubs de runners i, per una altra banda, ha tingut el suport de pràcticament totes les institucions públiques vinculades al territori cartografiat: ajuntaments de Benicàssim, Borriol, Cabanes, Castelló, la Pobla Tornesa, Orpesa i Sant Joan de Moró, i també el Parc Natural del Desert de les Palmes i la Federació d'Esports de Muntanya i Escalada de la Comunitat Valenciana, entre altres.



Preu 10 euros



Societat d'Amics
de la Serra Espadà