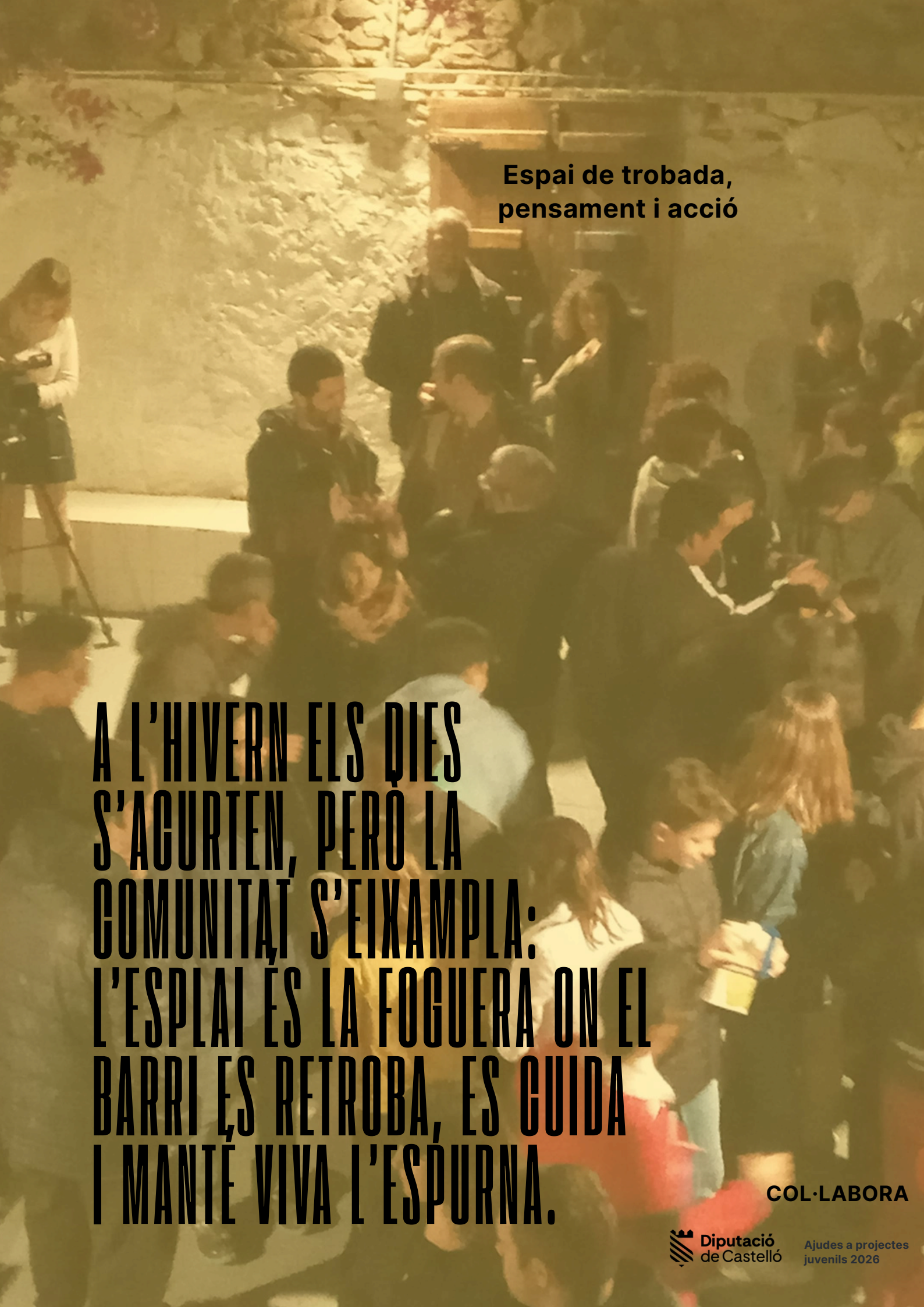
AIXOPLUC



EDICIÓ
HIVERN

DESEMBRE 26



Espai de trobada, pensament i acció

A L'HIVERN ELS DIES S'ACURTEN, PERÒ LA COMUNITAT S'EIXAMPLA: L'ESPLAI ÉS LA FOGUERA ON EL BARRI ES RETROBA, ES CUIDA I MANTÉ VIVA L'ESPURNA.

COL·LABORA

Diputació de Castelló

Ajudes a projectes juvenils 2026

NÚMERO 3



EDITORIAL

l'activitat comunitària a l'hivern es transforma en un antídot contra el fred emocional i la soledat no desitjada.



OPINIÓ

Ensenyar a pensar i fer-lo de manera cítica és el repte que com associació hem d'assumir.



FEM BARRI

Els grups de joves de l'associació a diferents barris de Castelló i comarques estan impulsant iniciatives de cohesió social.



RECOMANACIONS

Converses entre monitors, monitores joves i adolescents sobre recomanacions de llibres, pel·lícules i sèries què aporten al pensament crític.



CURIOSITATS

Història dels esplais a Castelló: Secrets de fred, foc i tradició a Castelló.



PATRIMONI CULTURAL DE LA PROVÍNCIA

Rutes en família, en aquest últim número visitem el Penyagolosa.



L'ESCALFOR QUE NO VE DELS RADIADORS: LA CALIDESA DEL VOLUNTARIAT I LA TROBADA HUMANA A L'HIVERN.

Quan el fred s'instal·la als carrers de les nostres comarques i els dies s'escurcen, la temptació natural de l'hivern és replegar-se. Tanquem les finestres, pugem la calefacció i ens refugiarem en la comoditat individual de les nostres cases. És una època que invita a la introspecció, però també comporta un risc silenciós: el de desconnectar-nos dels altres i deixar que el barri es refrede, no només pel termòmetre, sinó per la manca de trobada.

Tanmateix, qui forma part del moviment d'esplais sap que existeix una altra mena d'escalfor, una que no depén de cap termòstat ni s'encén amb un interruptor. És la calidesa que naix del voluntariat, de l'escolta i de la presència compartida.

Durant aquests mesos d'hivern, mentre la ciutat sembla recollir-se, l'activitat comunitària de la nostra associació es transforma en un antídot contra el fred emocional i la soledat no desitjada. Quan un grup d'adolescents organitza una vesprada de jocs, quan les famílies col·laboren en el manteniment de la seu o els monitors i monitores preparen una eixida, està ocorrent una cosa profundament transformadora: estem convertint l'espai públic en una llar comuna.

En aquest tercer número de la nostra revista volem reivindicar el valor de cuidar-nos en comunitat. Enmig del soroll comercial i les presses de final d'any, us convidem a mirar més enllà dels aparadors i a posar el focus en allò que realment ens sosté: el temps regalat als altres, el consum conscient i la transmissió dels valors que fan que un poble siga un lloc digne per a viure.

Perquè l'hivern pot ser llarg i fred, però mentre hi haja mans disposades a compartir una estona, una conversa o un projecte comú, als nostres barris mai no faltarà l'espurna.

Bon hivern i bona trobada!



"El consumisme ens vol aïllats comprant solucions ràpides; la comunitat ens fa lliures compartint temps, cura i presència."

OPINIÓ

Quan arriba el mes de desembre, els carrers s'omplin de llums i els aparadors ens llancen un missatge constant i gairebé hipnòtic: la felicitat es compra, s'embolica i s'acumula davall d'un arbre. Vivim immersos en una cultura de consum accelerat on sembla que el valor de l'afecte es mesura pel preu de l'etiqueta o per la quantitat de paquets que arriben a casa.

Per als joves i les famílies de l'esplai, aquestes dates representen una cruïlla educativa fonamental. Davant la pressió comercial i les llistes interminables de desitjos materials, ens toca aturar-nos i fer-nos una pregunta incòmoda però necessària: què estem regalant realment quan regalem coses?

De l'objecte a l'experiència compartida

A l'educació en el lleure treballem tot l'any per a demostrar que el més valuós no ocupa espai físic. Els millors records d'un xiquet o d'una adolescent gairebé mai no estan lligats a l'últim dispositiu electrònic ni a la peça de roba de moda, sinó a una festa trimestral, a una rialla compartida amb els companys o a l'orgull d'haver ajudat a organitzar una activitat per al barri.

Apostar per un consum conscient a l'hivern no significa renunciar a la il·lusió de les festes, sinó recuperar-ne el sentit autèntic. Es tracta de transformar la manera com ens relacionem amb els recursos i amb les persones:

- Prioritzar el temps per damunt de l'objecte. Regalar una excursió en família pel Penyagolosa, una vesprada de cuina casolana o una entrada per al teatre local crea un vincle emocional que cap joguet de plàstic pot substituir.
- Donar suport al comerç de barri i de proximitat. Comprar a les botigues del nostre carrer o als productors de les comarques de Castelló no és només una decisió ecològica; és una manera directa de mantindre viu el teixit social i humà del nostre entorn.
- Fomentar el reutilitzar i el fer amb les mans. Els tallers de creació de regals artesanals o l'intercanvi de jocs i llibres entre famílies ensenyen als més menuts que les coses tenen una segona vida i que la creativitat val més que el pressupost.

Educar la mirada crítica dels joves

Els adolescents són especialment vulnerables a la pressió estètica i material de les xarxes socials, on sovint es confon la identitat amb allò que es posseïx. L'esplai ofereix un espai segur on desmuntar aquesta lògica. Quan un grup de joves organitza una recollida solidària amb criteri —entenent per què existeix la desigualtat i no des de la caritat superficial— o debat sobre l'impacte ambiental de la indústria tèxtil, està exercint la seua ciutadania crítica.

Aquest hivern, com a famílies i educadors, tenim l'oportunitat de predicar amb l'exemple. Reduïm el soroll dels centres comercials i augmentem les converses sense pressa. Perquè quan els nostres fills i filles miren enrere d'ací a vint anys, no recordaran què els van regalar el Nadal de 2026, però sí que recordaran amb qui van compartir el seu temps i com es van sentir estimats.



"La soledat no es combat només amb assistència; es combat amb presència, amb escolta i fent sentir a cada persona gran que la seua història continua sent imprescindible per al futur del barri."

FEM BARRI

Les dates de final d'any estan plenes d'imatges de taules parades, retrobaments familiars i carrers il·luminats. Però darrere d'aquestes postals festives s'amaga una realitat silenciosa que afecta moltes persones als nostres barris i pobles de Castelló: la soledat no desitjada, especialment entre la gent gran. El fred de l'hivern, les tardes curtes i el ritme accelerat de la ciutat sovint fan que els qui tenen menys mobilitat o menys xarxa familiar es queden aïllats a casa o als centres residencials.

Davant d'aquesta realitat, la secció «Fem Barri» d'aquest número posa el focus en una de les experiències més transformadores la creació d'una xarxa de cures intergeneracional que uneix infants, adolescents, famílies i centres de la gent gran.

Trencar murs invisibles: què aporta la trobada entre generacions?

A l'esplai entenem que educar en el temps lliure vol dir mirar el barri amb ulls atents. Sovint, el centre de dia o la residència del barri estan a només dos carrers del nostre local, però funcionen com dos mons separats. Les accions conjuntes d'hivern naixen per a derrocar eixa frontera invisible amb beneficis bidireccionals:

- Per a la gent gran: L'arribada dels infants i joves trenca la monotonia institucional, activa la memòria emocional, combat el sentiment d'inutilitat i retorna el protagonisme a les seues històries de vida.
- Per als infants i adolescents: Escoltar de primera mà com era el barri fa seixanta anys, aprendre a adaptar el ritme de la conversa i descobrir la fragilitat i la saviesa de la vellesa els educa en l'empatia, la paciència i el respecte real.
- Per a les famílies: Implicar pares, mares, iaios i iaies en l'organització de les trobades reforça el sentiment de pertinença a una comunitat que es cuida mútuament més enllà de l'àmbit domèstic.

Iniciatives en marxa

Durant aquestes setmanes de final d'any, associacions desenvolupen projectes concrets en col·laboració amb centres de dia, associacions de jubilats i comerços de proximitat:

- «**Cartes i postals amb ànima»**

Joves dediquen temps a crear postals artesanals amb materials reciclats i missatges escrits a mà. Acompanyats per monitors i famílies, les lliuren en mà als veïns i veïnes que viuen sols al barri —identificats amb l'ajuda del comerç local i els serveis socials— i als residents dels centres de majors, obrint la porta a una estona de conversa i lectura compartida.

- **Vesprades de jocs de taula i memòria viva**

Els i les adolescents organitzen tornejos mixtos de parxís, dòmino, cartes i jocs tradicionals als centres de dia. Entre partida i partida, els joves graven petites càpsules d'àudio o apunten receptes antigues, cançons d'hivern i anècdotes del barri que després formen part de l'arxiu comunitari.

- **Berenars comunitaris i nadales al carrer**

En lloc de quedar-se tancats dins d'un local,s'organitzen trobades obertes a la plaça, amb xocolate calent, coques casolanes fetes per les famílies i música en directe, l'activitat convida tot el veïnat a sumar-s'hi, convertint la plaça en un espai càlid i acollidor.



RECOMANACIONS

Leire Agustí, 16 anys — IES la Plana de Castelló de la Plana (Castelló)

Llibre: Indigne d'ésser humà, d'Osamu Dazai

Ho recomano, és una novel·la psicològica molt bona per a reflexionar. És una gran novel·la.

Narra la vida d'un jove que té problemes per a relacionar-se i com fa per a semblar normal, encara que això li faci entrar en una espiral d'autodestrucció.

Miruna Tilea, 16 anys — IES la Plana de Castelló de la Plana (Castelló)

Llibre: Rebel·lió en la granja, de George Orwell

Ho recomano molt, és una crítica a la Revolució russa i és molt interessant. Estàs preparada per entendre com els ideals d'equitat poden ser corromputs i transformats en el règim totalitari?



"Conéixer les dades i les històries del nostre hivern ens demostra que, a Castelló, el fred sempre s'ha combatut amb enginy, cooperació veïnal i una bona dosi de calidesa humana."

CURIOSITATS

Quan el fred de l'hivern arriba a les comarques de Castelló, la vida al carrer sembla alentir-se, però l'activitat dels esplais i la riquesa del nostre territori amaguen dades sorprenents. Des de l'impacte real de les campanyes solidàries impulsades pels joves fins als fenòmens meteorològics i gastronòmics més singulars de la nostra província, aquesta secció recull algunes curiositats per a descobrir aquest hivern en grup o en família.

L'hivern de l'associació en xifres: la solidaritat que no es congela

Tot i les baixes temperatures i els dies curts, els mesos d'hivern concentren alguns dels moments de major mobilització comunitària a Castelló:

- Més de 300 hores de dedicació al barri organitzant campanyes solidàries i activitats organitzades pels grups d'adolescents als barris.
- 80 hores de formació interna dedicades pels equips de monitors i monitores durant els caps de setmana i vacances per a avaluar i preparar les accions properes i tancar l'any.
- Sabies que la majoria d'activitats d'hivern dels esplais es continuen fent a l'aire lliure o amb dinàmiques de moviment actiu per a aprofitar les hores de sol del migdia i reduir el consum energètic?

Sabies què...? Secrets de fred, foc i tradició a Castelló

- **El «triangle del fred» castellonenc.** Encara que la costa gaudeix d'un hivern suau, l'interior de Castelló registra temperatures gèlides. Municipis com Vilafranca, el Toro o Castellfort superen habitualment els -10 °C cada hivern, i el cim del Penyagolosa pot mantindre congestes de neu fins ben entrada la primavera.

- **El secret de les coquetes de Sant Antoni.** La recepta tradicional de les coquetes que es reparteixen al voltant de les fogueres d'hivern varia subtilment de poble en poble. A la Plana predominen les farcides de confita de carabassa amb un toc d'aiguardent o anís, mentre que als Ports i al Maestrat són típics els pastissets de moniato o brull. Històricament, la forma redona i l'ús de llevat simbolitzaven l'abundància per a les collites del nou any.

- **Les «cabanyueles» i la saviesa meteorològica popular.** Abans dels radars meteorològics al mòbil, la gent gran dels nostres pobles predeia el temps de tot l'any observant l'atmosfera durant els dotze primers dies de gener (o entre Sant Antoni i la Candelera). Si el dia de la Candelera (2 de febrer) «plora» (plou), l'hivern és fora; si «riu» (fa sol), l'hivern encara ha de vindre!

- **Els «pous de neu» del Penyagolosa i els Ports.** Abans de l'existència de les neveres elèctriques, l'hivern era una indústria vital a les muntanyes de Castelló. Encara es conserven desenes de neveres o pous de neu de pedra seca on s'emmagatzemava i premsava la neu caiguda a l'hivern per a baixar-la en blocs amb mules fins a Castelló i València durant l'estiu, tant per a conservar aliments com per a usos medicinals.



El llegat del Penyagolosa: mites, llegendes i la protecció del nostre gegant de pedra

PATRIMONI CULTURAL DE LA PROVÍNCIA

Hi ha muntanyes que es mesuren en metres i muntanyes que es mesuren en emocions. Amb els seus 1.813 metres d'altitud, el Penyagolosa no és només el sostre històric de les comarques de Castelló; és el far simbòlic que s'albira des de la plana litoral i l'interior, un punt de trobada entre el cel, la pedra i la memòria col·lectiva del nostre poble.

Quan arriba l'hivern i la neu o la gebrada tenyeixen de blanc els seus vessants, el massís mostra la seua cara més solemne. Pujar al Penyagolosa és molt més que una ruta de senderisme: és una immersió en un patrimoni natural i mitològic que tenim el deure de conéixer i preservar.

Entre la geologia i la llegenda: l'ànima del gegant

La silueta imponent del Penyagolosa, amb la seua paret sud tallada a plom i el seu vessant nord poblat de pins negres, roures i teixos centenaris, ha alimentat durant segles la imaginació popular.

Conta la llegenda que la muntanya és en realitat un antic gegant bondadós que protegia els pastors i els llauradors de l'Alcalatén i l'Alt Maestrat, i que va quedar transformat en roca per a vigilar eternament les terres de Castelló des de les altures.

Als seus peus s'alça el Santuari de Sant Joan de Penyagolosa, destí de pelegrinatges centenaris com els Pelegrins de les Useres. Aquests camins ancestrals demostren que la muntanya ha sigut històricament un espai d'esforç compartit, silenci i comunitat.

Més enllà del mite, el Parc Natural del Penyagolosa és una autèntica illa ecològica. Els seus boscos submediterranis acullen espècies botàniques úniques, aus rapinyaires com l'àguila reial i una riquesa micològica extraordinària.

Educar en la cura: com estimar la muntanya sense desgastar-la

En els darrers anys, la massificació turística i els efectes del canvi climàtic (sequeres prolongades, reducció de les nevades hivernals i risc d'incendis) han posat a prova la fragilitat d'aquest ecosistema. Des de l'educació en el lleure, tenim l'oportunitat de transformar cada excursió en una lliçó pràctica de responsabilitat ambiental:

- Caminar pel sender marcat. Eixir-se'n de les sendes erosiona el sòl i destrueix la flora d'alta muntanya, que triga dècades a recuperar-se del fred i el vent.
- Residu zero i silenci respectuós. La muntanya no és un parc temàtic ni un abocador. Tot allò que puja a la motxilla baixa amb nosaltres, i el nostre pas ha de respectar la tranquil·litat de la fauna salvatge.
- Planificació i seguretat hivernal: L'alta muntanya a l'hivern exigeix coneixement, equipament adequat i prudència. Ensenyar als joves a llegir la meteorologia i a respectar els límits de la natura és educar-los en la humilitat.

Preservar el llegat del Penyagolosa significa entendre que no som propietaris del paisatge, sinó part d'ell. Cada vegada que un grup corona el seu cim i contempla l'horitzó des de l'interior fins a la mar, s'encén una nova generació de guardians del nostre territori.



"L'hivern més fred es combat amb mans obertes: la veritable escalfor del barri naix quan compartim el temps."

"El millor regal d'aquestes festes no s'embolica en paper; es construeix en cada plaça que omplim de vida."





"Fora fa fred, però al barri fa comunitat: l'esplai és l'abric que teixim entre totes."