

viure 20 pirineus

ANYS ALS

www.viurealspirineus.cat

Bones Festes!

Lena de Pons

“M’encanta ser la farmacèutica de Martinet i tenir dos-cents mil seguidors a TikTok”

Foto: Felu Sirvent

OBRA NOVA LA SEU D'URGELL



info@seumon.es



seumon.promocions



692.20.91.81



MAPISA

mapisa@mapisa.cat • www.mapisa.cat

MAGATZEM: ZONA CIAL, RIBERA D'URGELLET C-14 PK. 176 • 25796 EL PLA DE SANT TIRS • TEL. 973 350 027

fustes del país i d'importació | materials de construcció | taller de fusteria | ceràmica | sanitaris | ferreteria | portes | cuines | electrodomèstics | pèl·lets

JS angrà
Joieria Des de 1968

Centre de servei
certificat



AUTHORIZED
WORKSHOP

LONGINES

RADO
SWITZERLAND

HAMILTON

CERTINA
SWISS WATCHES SINCE 1984

TISSOT
SWISS WATCHES SINCE 1853

HORARI ESPECIAL
DIUMENGE 24
10H A 20H



Sant Ot, 7
La Seu d'Urgell



973 350 887



@joieriasangra



**Per un 2024
més sostenible**

~ BONES FESTES ~

El curiós cas dels radars de tram

ENRIC QUÍLEZ • President del Grup de Recerca de Cerdanya

Avui parlarem de física i de matemàtiques, però no patiu, que s'entén tot perfectament. També parlarem de l'Àfrica i de com algunes idees que creiem innovadores fa molts anys que algú ja les havia pensades abans.

Suposo que si heu conduït per certes carreteres, heu pogut veure els coneguts radars de tram. El que fan aquests sistemes és senzill: llegeixen la matrícula del vehicle i t'identifiquen. A partir d'aquí saben a quina hora has passat pel primer radar. Al cap d'un cert temps, passes pel segon radar i et tornen a identificar. Com que la distància entre tots dos radars és coneguda i saben el temps que has trigat a anar del primer al segon, poden calcular la velocitat mitjana del vehicle.

Si la teva velocitat mitjana excedeix la permesa, multa a l'acte. Naturalment, pots fer trampa. Pots córrer molt i abans d'arribar al segon radar, parar-te una estona, amb la qual cosa, la velocitat mitjana baixa. Però algú fa una cosa així? Quin sentit té córrer molt per després parar-se o afliuixar? Aquesta és la diferència entre la velocitat instantània, que aquest sistema no detecta, i la velocitat mitjana. El sistema és força eficient i cada dia caça un munt de conductors.

L'any 1991, no hi havia radars de tram. Llavors va sortir un llibre del divulgador matemàtic John Allen Paulos, autor de *L'home anumèric*, un èxit de vendes. El llibre en qüestió es deia *Més enllà dels nombres* i proposava la idea del radar de tram. Llavors vaig pensar que la idea tenia molt mala bava i que no trigarien a fer-li cas. No sé si la idea va sortir d'aquí o Paulos ja coneixia alguna implementació del sistema, però poc després van començar a aparèixer els radars de tram.

Fa poc, un amic que havia treballat a l'Àfrica em va explicar una anècdota. Sembla que en una reserva africana, per controlar la velocitat dels vehicles que hi passaven, hi havia una persona controlant el pas i l'hora en què passaven els vehicles, manualment. Vaja, un radar de tram manual. Els africans ja ho havien inventat molt abans que nosaltres! La gràcia és que si pagaves la "comissió" pertinent, te'n salvaves, de la multa. En fi, suposo que no es pot tenir tot. Ja veieu: les matemàtiques serveixen per a moltes coses, entre elles, per a multar-nos.

El secret

TITUS LLANGORT • Guionista

"En una altra vida"

El porc i jo tenim una cosa en comú: el secret. El secret del porc és molt apreciat, però el meu secret és, fins ara, desconegut. Vejam si serà apreciat o no.

En una altra vida, a l'estiu, la canalla teníem la sort de poder sortir a jugar quasi de sol a sol. Érem com el Tom Sawyer, però una mica més polidets i en català de ponent. Disposàvem de moltes hores i les activitats d'esbarjo podien consistir en excursions ben llargues. Una d'aquestes excursions era pujar pel torrent. Els nostres torrents tenen aquesta cosa tan idíl·lica com són els rocs col·locats estratègicament, de manera que si camines pel mig, sempre hi ha opcions de fer el següent pas, sense haver de posar mai el peu a l'aigua. Bé, això és en el cas dels més àgils. Perquè alguns menys afortunats anàvem posant els peus a l'aigua. A més, el disseny del parc d'atraccions natural també havia previst la poca fondària: si queies, només et mullaves com a molt fins a la cintura. Així que, en cas d'error, només paties l'escarni dels amics i la fresca sobtada, però cap perill d'ofegament.

Un dia, però, vaig ensopegar amb un còdol trampa que estava en equilibri precari. El vaig trepitjar, va cedir, i em vaig trencar el turmell. Vaig estar un parell de mesos a caminar i un parell més a córrer. La perspectiva era la curació total, però no es va complir i em va quedar una coixera característica. Les mirades dels companys, i sobretot de les noies, m'avergonyien. La coixera m'assenyalava.

En un viatge a la capital, uns anys més tard, vaig passar davant d'una espardenyeria, que tenia a l'aparador un cartell amb un dibuix del Fred Astaire: "walk&break&swing, Insole for dancers" (plantilles per ballarins). Només vaig entrar atret pel cartell, però un cop dins, en ser preguntat, vaig respondre: "he vist aquest rètol i...", i la mestressa va contestar "un enganyabadoes, no facis cas". I a continuació: "mira, bonic, si fas un 39 te les regalo. No es venen gens". I me les va regalar. I me les vaig posar. I vaig caminar. I vaig córrer. I vaig ballar. I ja mai més me les he pogut treure. No he tornat a anar mai coix i, des de llavors, a les festes majors, aquelles noies que em miraven de retüll, em diuen a cau d'orella mentre ballem: "quin swing, no?".

Què us sembla el meu secret?

OBRA NOVA LA SEU D'URGELL

EDIFICI 10 HABITATGES AMB TRASTER DE 2 I 3 HABITACIONS

4 CASES ADOSSADES AMB JARDÍ DE 4 HABITACIONS



PROMOTORS DE LA SEU D'URGELL AMB MÉS DE 30 ANYS D'EXPERIÈNCIA



692.20.91.81



seumon.promocions



info@seumon.es



www.seumon.es

Materials inconsistents

A casa, una de les primeres grans batalles amb la canalla vam tenir-la a compte de la seva insistència a adoptar una mascota. Passat un allargat (i dur) procés de negociació vam aconseguir fer-los creure que triaven ells, però va costar-nos mesos d'esforços manipular-los per convèncer-los de canviar la tria, un gat, per una conilleta. Un gat? De mascota? On s'ha vist? Si voleu un animal de companyia inexpressiu, amb ulls de plàstic que no deixen entreveure les seves intencions, compreu-vos un peluix. O una pedra. La cultura popular els ha vestit de mil maneres, des del simpàtic Gat amb Botes, o el desgraciat d'en Tom, d'Hanna-Barbera, als seus parents llunyans, Shere Khan del Llibre de la Selva, o Bagheera, amiga i protectora de Mowgli, fins a arribar a la forma més infame: el gat negre. Són poques les excepcions a la mala fama que acompanyen aquests haikus de pantera negra, com ara Escòcia, on es considera un senyal de bona astrugància que un gat negre desconegut es planti davant del llindar de casa, no sabem si en qualitat de vigilant, una faceta



complementària amb el rol de guardià de l'inframon a l'antic Egipte. Però, per norma fa segles que se'l percep com a portador de mala sort, i se l'identifica com a fidel servent del dimoni (o la seva personificació) i com a habitual dels rituals satànics, en companyia, és clar, d'un gall -negre, també, per descomptat. En el darrer cas,

si no en teniu un a mà us queda la possibilitat de comprar-ne un de pota roja amb DOP Penedès. Després d'adorar el Diable sempre podreu fer-vos un bon caldet.

Text:
Txema
Díaz-Torrent

Fotografia:
Josep
Vilaplana



NETEJA XEMENEIES



PIRINEUS

NETEJA I MANTENIMENTS

619 865 475

618 498 835

info@serveispirineus.com

www.serveispirineus.com

- ▶ Llars de foc
- ▶ Xemeneies domèstiques i industrials
- ▶ Calderes de pel.lets i gas-oil
- ▶ Inspeccions amb càmera de foto i video.
- ▶ Sense productes químics
- ▶ Lliurament de certificats de treball.





Nadal màgic!

Del 30 de novembre 2023 al 7 de gener 2024

www.river.ad



**PER
+ ATU**

Focus en el rendiment esportiu. Suplementació sí, o no?

LÍDIA PUYALS BOIX • Metge General i Màster en Medicina de l'Esport

Imagina't que estàs fent una cursa. És un dia assolellat però sense gaire calor. El teu cos està treballant al màxim, però sents que en necessites més, que et falta "benzina". En aquest context, on el rendiment esportiu està sent limitat per un factor nutricional, es fa evident que més enllà de l'entrenament físic i la fortalesa mental, cal un altre aliat essencial a l'hora de complir metes: la **nutrició esportiva**.

L'alimentació és un pilar fonamental. En l'àmbit esportiu, no n'hi ha prou amb menjar bé només: cal ajustar la dieta basant-nos en una nutrició personalitzada o tan precisa com sigui possible per tal de poder aconseguir els millors resultats físics i en relació a l'entrenament.

Sovint la **suplementació esportiva**, entesa com la utilització d'un component d'un aliment o d'un nutrient que es proposa per a ser ingerit acompanyat de la dieta habitual, és necessària per als esportistes. Molts d'aquests nutrients els obtenim amb una dieta equilibrada, però quan es practiquen activitats físiques esportives, les necessitats augmenten i hem de recórrer als suplementes, que ens ajudaran a millorar el **rendiment** o **recuperar-nos** després de l'entrenament o si hem tingut una lesió. Això sí, abans que l'esportista es decideixi per la suplementació dietètica és important que es faci una avaluació nutricional assessorada per un professional, ja que només s'ha de suplementar allò que manca, i sense saltar-nos les normes antidopatge.

Avui hi ha una gran varietat de suplementes al mercat. Aquest fet és, per una banda, positiu, ja que indica que hi ha un gran camp d'investigació obert en aquest sentit, però per altra banda, té un aspecte negatiu i molt redundant: quins suplementes agafo? Com l'he de prendre? És efectiu? Val la pena que inverteixi els diners que val?

Per aquest motiu, ara descriuré els suplementes que tenen una base científica provada avui dia, i que poden ser inclosos en una suplementació dietètica:

LA VITAMINA D: Només suplementar en cas de déficit (fer analítica de sang per a valorar nivells).

EL CALCÍ: Pot ser necessari en casos de nutrició deficient amb dietes desequilibrades o baixes en calories.

EL FERRO: Transport i emmagatzematge de l'oxigen. El seu déficit pot tenir lloc a causa d'una limitació en la ingesta, un déficit d'absorció, entrenament intens, necessitats augmentades per ràpid creixement, pèrdues menstruals, pèrdues per la suor, orina o femta...

L'OMEGA 3: L'entrenament de resistència altera els nivells musculars d'omega, per això els requeriments dietètics en aquests atletes podrien ser més grans que en la població general. A



Sovint la suplementació esportiva, entesa com la utilització d'un complement alimentari, és necessària per als esportistes

més, la suplementació d'omega-3 (amb quantitats adequades de DHA) podria potenciar el sistema immune (a causa de la producció de diferents mediadors lipídics), reduint el risc de malalties i lesions.

EL MAGNESI: Aquest mineral té també una gran importància, i és necessari per al funcionament correcte de les respostes cardiovasculars, immunes i hormonals. Es recomana que es consumeixin almenys 400-420 mg al dia en homes i 310-320 mg en dones, sent majors els requeriments en alguns casos com la lactància o en els esportistes.

LES BEGUDES HIPOTÒNIQUES: Utilitzades en exercicis de baixa intensitat i amb poca sudoració, ja que partim de la base de què es perdrà poc líquid i pocs electròlits.

LES BEGUDES ISOTÒNIQUES: Usades en exercicis d'intensitat alta o moderada. A causa de la seva osmolaritat són les que millor s'absorbeixen en el nostre organisme.

LES BEGUDES HIPERTÒNIQUES O ENERGETIQUES: Són les que més proporció d'electròlits i carbohidrats posseeixen. Estan més enfocades a recuperar energia que a hidratar.

ELS GELS: Són sobres que contenen carbohidrats, normalment 25 gr de carbohidrats per sobre, tot i que actualment hi ha marques que en fan de fins a 45 grams, 60 grams o 90 grams.

BARRETES ESPORTIVES: Normalment contenen entre 25-30 grams de carbohidrat, tot i que també n'hi ha de fins a 45 grams, amb baixa quantitat de greix.

ELS ELECTRÒLITS: En format sobre o tauleta, típicament contenen 50-60 mmol/L de sodi i 10-20 mmol/L de potassi normalment acompanyats amb 2%-4% de carbohidrats.

ELS BATUTS DE PROTEÏNA: Se solen vendre en pots de pols per afegir a l'aigua o a la llet. Sovint acompanyats de carbohidrats en petita proporció.

LA CAFÈINA: La cafeïna és un suplement molt estudiat i del que podem trobar sòlida evidència sobre el seu ús com a ajuda ergogènica.

LA CREATINA: La creatina proporciona energia per a esforços molt intensos però molt breus.

LA BETA ALANINA: La beta-alanina és un suplement que consumit de forma recurrent augmenta els nivells de carnosina muscular.

EL BICARBONAT: El bicarbonat és un suplement també de tipus extracel·lular.

ELS NITRATS: Els nitrats és un suplement que millora la disponibilitat d'òxid nítric.

De moment, aquests són els suplementes nutricionals que hi ha amb elevada evidència científica. Està clar que els estudis segueixen i que d'aquí a uns anys hi haurà el doble de suplementes al mercat dels que tenim ara. Tanmateix, cal ser crítics i no deixar-nos dur per les modes. No tots els suplementes que existeixen tenen la mateixa evidència científica i, en canvi, poden deixar-nos la butxaca ben escurada.

ACOLLIR ÉS EXPLICAR LES MATES



TOT I QUE NO ÉS LA SEVA MARE BIOLÒGICA,
LA MARTA EDUCA EN VÍCTOR COM SI HO FOS

ACOLLIR ÉS FER FAMÍLIA

acolliment.gencat.cat



Generalitat
de Catalunya

sempre
endavant 

Mor als 89 anys Emília Llorens, la trementinaire que més va fer per la divulgació de l'històric ofici

REDACCIÓ • Cornellana

Aquest novembre va morir a Cornellana (La Vansa i Fórnols), a l'edat de 89 anys, **Emília Llorens Majoral**, una de les últimes trementinaires que quedaven amb vida i, sense cap mena de dubte, la que més ha contribuït a donar a conèixer aquell antic ofici que, al llarg de més de dos segles, van exercir les dones de la vall de la Vansa i Tuixent recorrent a peu gran part de Catalunya per vendre herbes guaridores i remeis tradicionals.

Des que va començar a recuperar-se la memòria de les trementinaires, ara fa uns trenta anys, l'Emília Llorens ha estat el principal referent a l'hora d'explicar l'històric ofici. Al llarg d'aquest temps, ha donat desenes d'entrevistes a investigadors, estudiants i periodistes que han volgut conèixer el món de les trementinaires a través d'un testimoni d'excepció com va ser l'Emília.

Tal com explica **Lina Sevillano**, responsable del Museu de les Trementinaires de Tuixent, "l'Emília no tenia mai un no. Cada vegada que venia algú al museu i demanava si podia parlar amb alguna antiga trementinaire, l'adreçava a cal Peret de Cornellana, on l'Emília sempre tenia la porta oberta per rebre aquelles visites". **Neus Céspedes Llorens**, filla de l'Emília, recorda que la seva mare vivia aquelles entrevistes com un



Emília Llorens amb una "romaneta" de les que utilitzaven les trementinaires de la família per pesar la mercaderia. Arxiu Cal Peret.

emotiu viatge a la seva infància i adolescència. "Sempre em deia que parlar del seu temps de trementinaire li reviscolava la memòria".

Emília Llorens va néixer a Cornellana l'any 1934. A l'edat de 7 anys va acompanyar per primera vegada la seva padrina **Maria Majoral** en el viatge que la trementinaire feia per terres del Lluçanès, la plana de Vic, el Montseny i la Selva. El viatge que

va fer quan tenia 9 anys és el que recordava amb més emoció, perquè va veure el mar per primer cop. L'Emília va continuar fent de trementinaire aprenent fins als 16 anys, quan va deixar l'ofici "d'anar pel món" per aprendre a cosir. L'any 2005 va rebre el premi Trementinaire d'Honor que atorga l'organització de la Festa de les Trementinaires. Va ser enterrada a Cornellana.

Aquest Nadal, **regala't** l'oportunitat d'aprendre.
A l'Acadèmia Pirineus descobrirem el teu veritable potencial.

Bones festes i èxits per al proper any!



639 87 21 46



@academiapirineus



academiapirineus@gmail.com



C/ Iglesias Navarri 11

Viu la màgia del Nadal visitant La Pedrera!

No us perdeu l'oportunitat de viure el Nadal d'una forma única i memorable a **La Pedrera**. Envoltats del modernisme de la **Casa Milà**, dissenyada per l'arquitecte Antoni Gaudí, tota la família podrà **crear postals nadalenques plenes de creativitat** inspirades per les formes orgàniques i els detalls sorprenents d'aquest icònic edifici. Vine a explorar la seva bellesa arquitectònica, gaudeix de la creativitat dels més petits i meravella't amb la màgia en aquest lloc tan especial. Una activitat única que no et voldràs perdre!

Més info: 932 142 576 | www.lapedrera.com



La Pedrera - Casa Milà

Gaudeix de la natura i els animals al Zoo del Pirineu

Visita el **Zoo del Pirineu** i converteix-te en un autèntic expert de la natura. A través d'una visita guiada al parc podràs aprendre sobre la **fauna salvatge del nostre país** i gaudiràs de trobades emocionants amb animals del territori. A més, tindràs l'oportunitat de participar en activitats divertides i educatives on entraràs en contacte directe amb ells. Vine en grup o família i forma part d'aquesta sorprenent aventura!

Més info: 610 750 224 | www.zoodelpirineu.com



Zoo del Pirineu

Descobreix el Solsonès, la comarca de les mil masies

Coneix de la mà de la cooperativa **Solsona Experience** els indrets més interessants del Solsonès. A través d'una **àmplia oferta de visites úniques** i acompanyat per guies locals, podràs gaudir dels punts més rellevants del nucli antic de la ciutat, veure als gegants més divertits del país o passejar per la història a través dels ibers, el romànic i el modernisme d'Olius. Anima't a descobrir Solsona i rodalia, Solsona Experience t'acompanyarà!

Més info: 663 668 184 | www.solsonaexperience.com

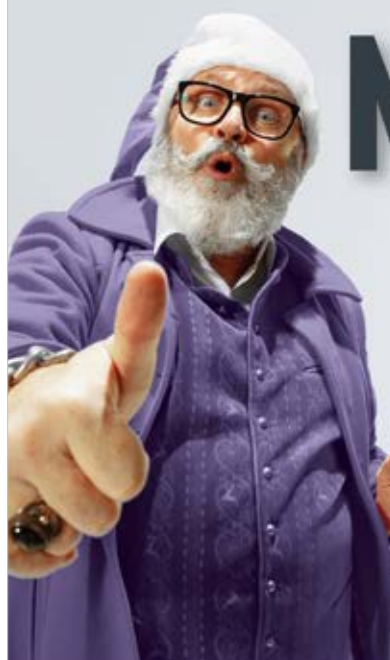


Solsona Experience



VIU EMOCIONS DIFERENTS A CATALUNYA

experience.catalunya.com



MERRY FIBRA

AQUEST NADAL, CONTRACTA LA TEVA TARIFA I EMPORTA'T UNA PANTALLA DE REGAL



TABLET



Smart TV43"



Smart TV50"



✉ info@caditelecom.cat



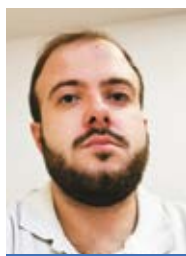
Puigcerdà:
872 20 66 00

La Seu d'Urgell:
973 98 04 00

Preus amb impostos inclosos. Oferta vàlida per a noves altes del 4 de desembre de 2023 al 10 de gener de 2024 o fins a fi d'existències, subjecta a 24 mesos permanència i disponibilitat geogràfica (excloues Ceuta, Mallorca i Canàries). Descodificador no inclòs, preu 54€/mes. En cas d'error tipogràfic prevaldran els publicats en <https://www.avatel.es/condiciones-generales/>. *Amazon Prime 1 any inclòs exclusiu per a clients nous. Enviament en 1 dia GRATIS en dos milions de productes i enviament en 2 a 3 dies GRATIS en molts milers més, sèries i pel·lícules en línia amb Prime Video, emmagatzematge de fotos gratuït i il·limitat amb Amazon Photos, accés prioritari a les Ofertes flux d'Amazon.es, accés exclusiu a la tarifa anual de Amazon Music Unlimited, entre altres avantatges. Producte valorat en 49.90€/any. *Legislació Protección Familiar 1 any inclòs. Més de 800 advocats experts que t'ajuden a solucionar els assumptes legals del teu dia a dia. Consultes telefòniques il·limitades per a tu i la teva família. Urgències legals 24 h. tots els dies de l'any. *Dazn total inclòs en tarifa Heavy transcorreguts els 12 mesos el cost de la subscripció serà de 39.99€/mes. Per a activar DAZN és necessari tenir contractat CLICtv. La baixa de CLICtv implica la cancel·lació del servei DAZN. Més informació: <https://www.dazn.com/es-ES/help/articles/terms-es>.

Ara fa cent anys, el nou delegat governatiu de la Seu d'Urgell (Desembre, 1923)

DANIEL FITÉ ERILL • Historiador. Graduat en Història (UB) i estudiant del Grau en Dret (UOC)



A mitjans del mes de desembre de l'any 1923 els mitjans de comunicació es feien res-
sò *"se acerca el plazo de noventa días, fijado para vida del Directorio"*. Moltes eren les publicacions que feien balanç d'aquells tres mesos *"poniendo de relieve la sensación de seguridad y de orden que se observa ahora en todas las manifestaciones de la vida pública"*. La

indulgència de la premsa era fruit, en part, de l'estricta censura militar imposada als mitjans de comunicació *"por razones del momento"*.

El general Primo de Rivera sol·licitava en aquells dies al rei Alfons XIII *"en beneficio exclusivo del país, cualquiera que hubiera sido mi primera idea, a proponer a Vuestra Majestad la continuación del estado excepcional que el actual régimen representa, por el tiempo suficiente para consolidar la labor iniciada y proseguirla hasta la resolución de problemas de Gobierno de la mayor urgencia e importancia"*. **L'allargament d'aquella situació excepcional, amb el beneplàcit reial, portava implícita la institucionalització del nou règim**, tot i que, encara s'assegurava *"que muy en breve quedará restablecida la normalidad constitucional en toda España [...] no aspira éste ciertamente a gobernar los seis o siete años que serían indispensables"*.

En aquells dies a les nostres muntanyes el fred es deixava sentir, *"fa molt fred, el termòmetre ha marcat ja més de set graus sota zero [...] estem voltats de neu ja fa moltes setmanes, però en general gaudim d'un sol esplèndid i d'una temperatura molt passadora"*. A la capital de l'Urgellet aleshores en vivia un ambient nadalenc amb la tornada a casa, *"amb permís de la superioritat [...] dels soldats de la quinta del 21"*, tot i això, es respirava una certa expectació davant l'arribada de l'inspector general de Sanitat de la província *"per analitzar l'aigua del Balira [...] efecte de la denúncia que la Companyia d'Aigües potables del Segre ha fet"*.

En aquest context, **el dimarts, dia 18 de desembre de l'any 1923, la ciutat de la Seu d'Urgell va rebre la visita del jove arquitecte Joan Bergós**, de 29 anys d'edat, *"al objeto de tomar las medidas del terreno en que se ha de construir el Matadero y proceder a la confección del plano y proyecto"*. El terreny situat *"en el término de esta Ciudad y partida de la Huerta de Balira de cabida unos tres jornales aproximadamente"* reunia les condicions *"para ser construido en ella un Matadero público"*. La construcció del nou escorxador municipal havia rebut un nou impuls de la mà del nou consistori urgellenc presidit pel comerciant Manel Mestre Mallol, de 49 anys d'edat, de cal Sord de la Seu d'Urgell. **Aquell dia, enguany centenari, la comissió municipal que acompanyava a l'arquitecte lleidatà es trobava presidida pel nou delegat governatiu del partit judicial de la Seu d'Urgell**, *"habiéndose verificado a dicho fin y ante mi presencia [del delegat] por el arquitecto el levantamiento del plano y corrección de detalles para la*

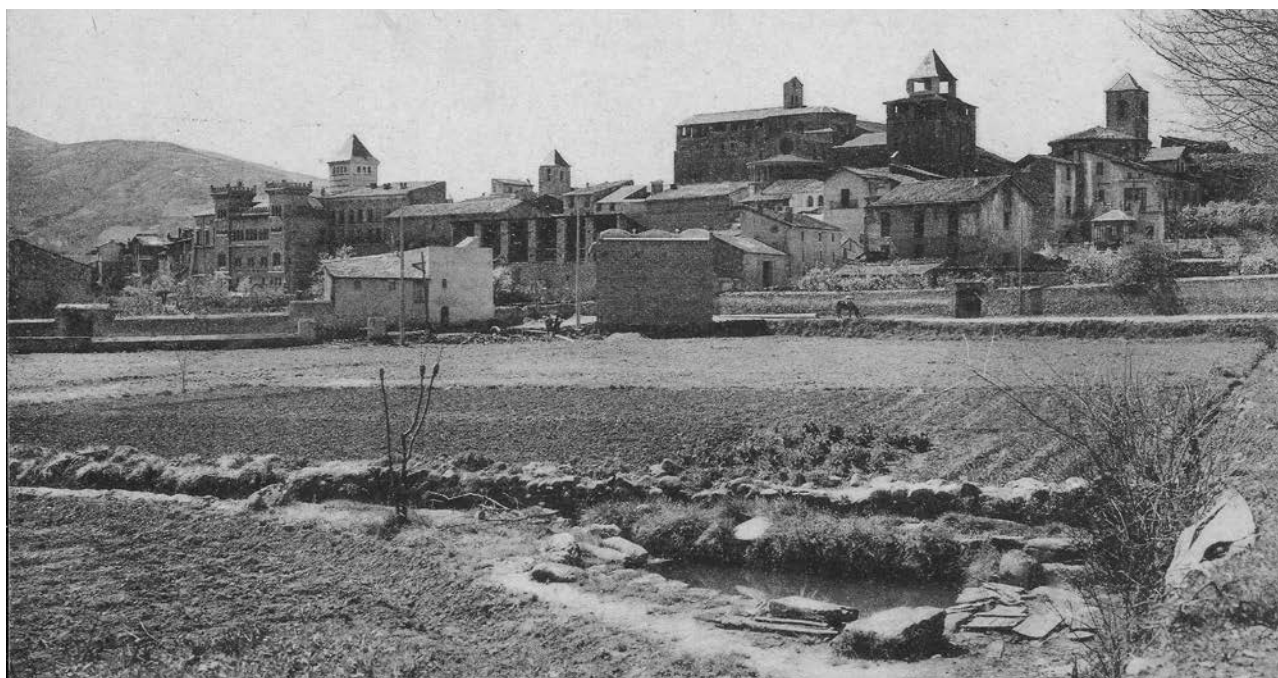
confección del proyecto".

Els delegats governatius havien estat creats, a finals del mes d'octubre de 1923, establint-se que *"por cada cabeza de partido judicial, y como Delegados de los Gobernadores civiles de las provincias, se designará un Jefe o Capitán del Ejército, que informará a aquéllos de las deficiencias funcionales de los Ayuntamientos que constituyan el partido judicial correspondiente, proponiendo los remedios adecuados e impulsando en los pueblos las corrientes de una nueva vida ciudadana"*. L'elecció dels delegats governatius es va fer a través d'un concurs obert entre *"los tenientes coroneles, comandantes y capitanes de las escalas activas"* de l'exèrcit de terra, essent requisit indispensable *"extremar la corrección en su conducta oficial y privada, de manera que si han de ser funcionarios perfectos, han de ser también modelo de ciudadanos"*. Aquests nous funcionaris, es recordava en les bases de la convocatòria, *"no por eso pierden el nexo con el Ministerio de la Guerra, por la jerarquía militar que ostentan, por su situación de disponibles y por su inmediata dependencia de los Gobernadores civiles de las provincias, que a la vez lo son militares"*.

L'any 1923 el consistori de la Seu d'Urgell estava presidit pel comerciant Manel Mestre Mallol, de 49 anys d'edat i de cal Sord

El dia 7 de desembre de l'any 1923 es publicaven els resultats del concurs essent escollit el *«Capitán de Infantería D. Francisco Rodríguez Sánchez»*, de 34 anys d'edat, amb més de disset anys de servei actiu en l'exèrcit, adscrit al *«Batallón Cazadores de Alfonso XII, 3º de Montaña»*, recentment traslladat a la Seu d'Urgell. **Francisco Rodríguez esdevenia així el primer delegat governatiu del partit judicial, encarregat de la titànica missió d'erradicar les consuetuds de la vella política a la comarca** fent germinar un nou model de vida ciutadana encara per concretar.

Pocs dies després de la presa de possessió del nou delegat governatiu a la nostra comarca, **el dia 27 de desembre de l'any 1923, donava inici la «Inspección del Ayuntamiento de esta Ciudad»**. Aquesta fou verificada, entre els dies 27 i 30 de desembre, en companyia *"del Oficial primero de la Delegación de Hacienda de esta provincia D. José González"*. A fi *"de que la inspección fuera más eficaz y que el vecindario tuviera conocimiento de que iba a practicarse la misma dispuse que por medio de pregón se anunciase al vecindario que todo el que fuese acreedor del Ayuntamiento ó tuviera que hacer alguna reclamación en contra de la administración del mismo, acudiera a las Casas Consistoriales donde sería debidamente atendido"*. Es varen examinar *"los libros Diarios de Gastos é Ingresos, los de Caja de la Secretaría y Depositaria, el de actas de arqueo, el de Balances é Inventarios, así como los auxiliares de Gastos é Ingresos y los libros de entrada y salida de documentos y comunicaciones y*



Vista parcial de la Seu d'Urgell a mitjans dels anys vint del segle passat. Al centre de la fotografia una de les estacions transformadores de la ciutat. Una de les primeres mesures del nou delegat governatiu va ésser garantir el consum d'energia elèctrica entre els urgellencs. Tarjeta postal de Fototipia Thomas a partir d'un cliché d'en Plandolit. Arxiu familiar de cal Serni de Cabó, TC_151-10/2021.

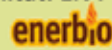
el de descuentos a los empleados y los libramientos de pago y cargaremos de ingresos”.

Els resultats de la inspecció es van donar a conèixer a la sessió extraordinària de l'Ajuntament del dia 29 de desembre, on en Francisco Rodríguez va tenir “la satisfacción de poder decir al Ayuntamiento el haber observado que todos los libros y demás documentos se llevan y están con arreglo a las disposiciones vigentes y en especial y en todo lo referente a contabilidad se observa una escrupulosidad tal que honra no solo a este Ayuntamiento sino que dice mucho en favor del Secretario del mismo y del Depositario, acreditándoles como funcionarios amantes de su deber y que ejercen sus respectivas funciones con aquella honradez y esmero que es de desear impere en todas las Oficinas así del Estado como del Municipio para que sea un hecho real la obra de regeneración y saneamiento de que tan necesitada estaba nuestra querida España”. **El consistori urgellenc va acordar per unanimitat “conceder un voto de gracias al Secretario D. Esteban Cifuentes Giménez y Depositario D. Antonio Aixàs Lluch por su acertada gestión al frente de sus respectivos departamentos”.** Amb aquesta inspecció havien “quedado completamente desvirtuados cuantos rumores podían haber

circulado con referencia al estado de la administración municipal de esta Ciudad”. No obstant això, la tasca del nou delegat governatiu tot just acabava de començar.

L'any 1923 arribava a la seva fi. Les darreres llums de l'any s'escolaven juganeres entre les parets de maó de la futura Central Tèrmica d'Adrall. Molt lluny d'allà el tren militar on viatjaven “*procedents de Melilla les forces del regiment d'infanteria d'Albuera número 26, de la lleva del 1920*” creuava la posta de sol en direcció a Lleida. A la capital del Segrià l'estació “*era plena de gom a gom, essent impossible donar un pas*” a l'espera de l'arribada d'aquells soldats, molts d'ells urgellencs, retornats per fi amb llurs famílies. **L'esperança per un món nou s'obria pas de la mateixa manera que a la posta del sol els nostres pobles “que, abans estaven completament perduts en tenebres” es veien cada vegada més il·luminats.** La llum nova de l'any 1924 els esperava a tots ells per teixir i il·luminar noves històries en unes valls i muntanyes plenes de vida, el record dels quals, i de les persones què hi han viscut, establint-hi la seva llar, no esborra el pas dels segles...

Continuarà!

✓ Pinsos i barreges per a tots els animals ✓ Llavors, adobs, fitosanitaris i jardineria ✓ Serveis i treballs agrícoles ✓ Gestoria i assegurances ✓ Serveis veterinaris ✓ Agrobotiga pire@coopirenaica.com Pirenaicascl 659-448-538	 LA SEU D'URGELL C/ Sant Ermengol, 48 973 35 51 94 PUIGCERDÀ Av. Pirineus, 27 972 88 47 12 BELLVER DE Cerdanya Pg. Pere Elies, s/n 973 51 08 52	Marques disponibles de pèl·lets: Qualitat: EN Plus A1  Qualitat: EN Plus A1 disponible en sac de 15 kg  Venda a l'engròs i al detall obert a socis i no socis
--	---	--

La historiadora Ona Balló investiga quin so fan les esglésies romàniques del Pallars Sobirà

MARTA LLUVICH • Ginestarre

El projecte inclou catorze temples i ermites i compta amb l'acompanyament del músic Arnau Obiols

La historiadora **Ona Balló**, becada pel **Parc Natural de l'Alt Pirineu**, estudia l'espai sonor de catorze esglésies i ermites de l'Alt Pirineu; tretze del Pallars Sobirà i una del Pallars Jussà. Balló ha recorregut els camins tradicionals que unien les esglésies i ha anat recollint els sons. En aquest viatge a peu ha estat acompanyada del músic **Arnau Obiols**. Tot i que l'estudi es troba en una fase inicial, la historiadora ha explicat que ja ha detectat un so comú a totes les esglésies amb el que inicialment no hi comptava: l'aigua del riu. Aquest so en molts casos no l'escoltava, però els micròfons de la gravació sí que ho han fet. Balló també ha diferenciat el so que apareix a l'exterior dels temples i el que es troba a l'interior.

L'estudi s'interessa per la relació entre les pintures murals i els ambients sonors d'aquests edificis. La historiadora ha detallat que a les pintures romàniques de l'església de Santa Maria de Ginestarre hi apareix un os. Aquestes imatges ja remetent a l'espectador a un so rural que en un altre indret és difícil de trobar.

Els elements constructius dels edificis també fan que els sons que s'hi generen siguin diferents. Per això, canvien si el terra és de fusta o de pedra, si els embigats són d'un tipus de fusta o d'un altre o també en funció de com són els elements que en formen part.

Balló treballa amb la hipòtesi d'una relació existent entre l'arquitectura, els ambients de l'interior i exterior de cada església i la iconografia de les pintures murals.

Aquesta historiadora vol anar més enllà i que les esglésies no solament siguin conegudes per les pintures murals romàniques que van albergar, donat que la majoria dels frescs estan repartits per diferents museus i vol descobrir com sonen.

Entre les esglésies que hi ha al llistat de Balló per estudiar i conèixer a què sonen hi ha la d'Aneto, Surp, Ginestarre, Estaón, Santa Maria d'Aneu, Sant Joan d'Isil o Sant Pere del Burgal. D'aquests temples se'n recollirà



Visitants a l'interior de Santa Maria de Ginestarre / Marta Lluvich

l'acústica, la tradició oral o la relació amb la gent del poble.

Beques del Parc Natural de l'Alt Pirineu

El Parc Natural de l'Alt Pirineu (PNAP) a través del seu Observatori de Recerca, va fer una convocatòria de beques de suport a la recerca per captar projectes d'investigació en l'àmbit del Parc.

El treball d'Ona Balló va ser un dels premiats. **Oriol Grau**, coordinador de l'Observatori de recerca del PNAP, ha explicat que l'objectiu d'aquestes beques és generar coneixement científic de proximitat en l'àmbit de les ciències de la Terra, ciències de la vida o ciències socials, i valorar el llegat natural, cultural i social del Parc.

Aquest coneixement servirà per millorar la gestió i conservació del Parc a partir d'una base científica més sòlida, i també per divulgar el coneixement generat a la societat local.



ALUMINI • VIDRE • PERSIANES

f i Tecnia tancaments

Finestres: Alumini • PVC • Fusta
Persianes: Enroscibles • Orientables
Vidres
Mampares de bany
Mosquiteres
Façanes d'alumini

La Seu d'Urgell • Lleida
M. 610 929 435 • 651 937 945
tecniatancaments@gmail.com



ASCENSORS
HOME LIFT
MUNTA CÀRREGUES
MUNTA PLATS
MUNTA COTXES
PLATAFORMES ELEVADORES
CADIRES PUJA ESCALES

FEMi
Ascensors



Trenquem barreres,
fem casa vostra accessible

Bon nadal

www.femiascensors.com

Nadal a la Seu d'Urgell

Del 2 de desembre
al 6 de gener

EL MÓN
MÀGIC
DE LES
MUNTANYES

#monmagiclaseu

EL MÓN MÀGIC DE LES MUNTANYES 2023-24

Ja tenim aquí el moment més màgic i esperat de l'any. Les festes de Nadal ens porten a fer un respir en l'atrafegada vida escolar i en les rutines del dia a dia, i ens endinsen en un calendari ple d'activitats meravelloses, de tradicions i de novetats a dojo.

Els Minairons arriben a la Seu, alegres i esvalotats. Estan presents pertot i en totes les activitats.

Els trobareu pels carrers, a l'escola i al mercat, als escenaris i a les botigues, sempre disposats a fer-vos passar una bona estona. Són unes setmanes de propostes contínues. Gaudiu-les!



INFORMACIÓ I
INSCRIPCIONS

Segueix-nos:   

Il·lustració: Xavi Casals

Organitza:

Patrocina:

Col·labora:



Ajuntament de
la Seu d'Urgell
www.laseu.cat

Diputació de Lleida
La força dels municipis

UBSU
LA SEU
d'URGELL

ESPAI
ERMENGOL
MUSEU DE LA CIUTAT

oficina Jove
Alt Urgell

Consell Comarcal
de l'Alt Urgell

Biblioteca
Sant Agustí

Biblioteca
Sant Agustí

Música

Consorci de la Seu d'Urgell



Ajuntament de
la Seu d'Urgell
www.laseu.cat

Diputació de Lleida
La força dels municipis

UBSU
LA SEU
d'URGELL

ESPAI
ERMENGOL
MUSEU DE LA CIUTAT

oficina Jove
Alt Urgell

Consell Comarcal
de l'Alt Urgell

Biblioteca
Sant Agustí

Biblioteca
Sant Agustí

Música

Consorci de la Seu d'Urgell



Ajuntament de
la Seu d'Urgell
www.laseu.cat

Diputació de Lleida
La força dels municipis

UBSU
LA SEU
d'URGELL

ESPAI
ERMENGOL
MUSEU DE LA CIUTAT

oficina Jove
Alt Urgell

Consell Comarcal
de l'Alt Urgell

Biblioteca
Sant Agustí

Biblioteca
Sant Agustí

Música

Consorci de la Seu d'Urgell

ENCESA DE LLUMS DE NADAL

dissabte 2 de desembre · 19.30 h · Pl. dels Oms

Cerimònia de l'Encesa de Llums de Nadal: espectacle PIROMUSICAL a càrrec del Grup de Diables de l'Alt Urgell

GRATUÏT

ACTIVITAT
PER A TOTS
ELS PÚBLICS



MERCATS DE NADAL AL PG. JOAN BRUDIEU

dimecres 6 de desembre

Mercat de la Fada del Quer
10 h a 20 h

de dijous 7 a diumenge 10 de desembre

dijous 7 de 15.30 h a 20.30 h

divendres 8 i dissabte 9 de 10.30 h a 20.30 h

diumenge 10 de 10.30 h a 19 h



MÀGIA. "SOMRIURES" a càrrec del Mag Edgard
dissabte 9 de desembre · 19 h · Sala Sant Domènec

ENTRADA: 6 € <https://entradas.codetickets.com/entradas/laseu/online>

TOTS
ELS
PÚBLICS

EDGARD
PRESENTA
SOMRIURES

PARKOUR EXPERIENCE PELS TIONS MÀGICS

dissabte 9 de desembre · 12 h · Parc del Cadí

El retorn dels Minairons cap al bosc de la Freita. A més a més, concurs de fotografia #captantMinarions. A les 11 h vine al taller previ a càrrec del Punt Òmia.

Premi per a la fotografia guanyadora!

NOVETAT

Per a més info i inscripcions a la web escolamovamonos.com

GRATUÏT



ACTIVITAT
INFANTIL
I JUVENIL

TIÓ DE LA FREITA

diumenge 24 de desembre de 17 h a 19.30 h · Parc del Cadí

Minairons, escrofus, música en directe i l'escalfor de la màgia de la nit us hi esperen!

Edat: fins a 12 anys

GRATUÏT

ACTIVITAT
INFANTIL



PARC DE NADAL

del dimecres 27 al divendres 29 de desembre
d'11 h a 13 h i de 16 h a 19 h · Poliesportiu

Inflables, jocs gegants, espai 0-3, espai 0-5, tallers, animacions, circuit vial i molt més!

TORNA!

ACTIVITAT
INFANTIL

Edat: de 0 a 12 anys

ENTRADA 2€



CAMPAMENT REIAL

del dimarts 2 al dijous 4 de gener

de 16.30 h a 19 h · sala Sant Domènec

Diferents espais plens de màgia: recepció de cartes, magatzem de regals, espai de taller... i molt més!

NOVETAT

ACTIVITAT
INFANTIL

Inscripció prèvia a agenda.laseu.cat/monmagic

GRATUÏT



REIS MAGS D'ORIENT

divendres 5 de gener

18.30 h a 20 h: cavalcada de Reis i Benvinguda del Sr. Pipa

Tornen a arribar amb ràfting al Parc del Segre!
Després recorregut pel municipi i recepció de cartes a la Sala St. Domènec

GRATUÏT

ACTIVITAT
INFANTIL



Lliurament dels premis Anton Navarro al Pont de Suert

REDACCIÓ · Pont de Suert

La 32a edició del certamen de narrativa infantil i juvenil va tenir lloc al Cinema Ribagorça el passat 26 de novembre amb 18 guardonats

Una nova edició del premi de literatura Anton Navarro, adreçat als escolars de les comarques del Pallars Sobirà, el Pallars Jussà i l'Alta Ribagorça, va celebrar-se el passat 26 de novembre al Cinema Ribagorça del Pont de Suert. El jurat va triar el millors treballs dels escolars de primària i secundària de 18 centres educatius de les tres comarques amb gairebé 200 contes preseleccionats.

Familiars, amics, pares i mares dels finalistes i guanyadors van gaudir del lliurament de guardons que va comptar amb la presència d'Albert Palacín (president del Consell Comarcal de l'Alta Ribagorça), Rosa Noray (Delegada de Cultura de l'Alt Pirineu i Aran), Iolanda Ferran (alcaldessa del Pont de Suert), Jenni Noray (regidora de Cultura de la Vall de Boí) i Balbina Escolà (directora del CNL Lleida).

El jurat de l'edició d'enguany va estar format per Gema Aler (Alta Ribagorça), Paquita Llorit (Pallars Sobirà) i Margarida Miquel (Pallars Jussà). El jurat va emetre el següent veredict:

Categoria A (1r i 2n de primària)

- Guanyador: Teo Farré Farré amb 'Els aventurers' (Escola Vidal i Abad)
- Finalista: Jofre Duat Tous amb 'La nau estrellada' (Escola Vall de Boí)
- Finalista: Maria Però Planes amb 'La



falla del Ton' (Escola Vall Fosca)

Categoria B (3r i 4t de primària)

- Guanyador: Nil Cánovas Cano amb 'Les ovelles i el xut' (Escola Àngel Serafi Casanovas)

· Finalista: Lua Farrero Roqué amb 'El

taulell màgic' (Escola Vall de Boí)

· Finalista: Arlet Castells Pubill amb

'No a l'assetjament' (Escola AESO)

Categoria C (5è i 6è de primària)

- Guanyador: Artau Dies Lloveras amb 'Les petjades de la padrina' (Escola de Salàs)

· Finalista: Mur García Franch amb

'D'ovella negra carn...' (Escola Els

Raiers)

· Finalista: Rita Escalona Parcerisas

amb 'Un canvi inesperat' (Escola de Salàs)

Categoria D (1r i 2n ESO)

- Guanyadora: Valença Pes Subias amb 'Una dona de muntanya' (Col·legi M^a Immaculada)



- Finalista: Gamaliel López Ruiz amb

'Un nou amic' (Institut de Tremp)

- Finalista: Sandra Fernades Buchaca amb 'Justícia per a les trentinaires' (Institut de Tremp)

Categoria E (3r i 4t ESO)

- Guanyador: Àlex Bonet Codina amb 'El Tic-Tac de l'amor' (Col·legi M^a Immaculada)

· Finalista: Laia Murgó Marsà amb 'Un

gos molt especial' (Institut de Tremp)

· Finalista: Martina Monsó Peguera amb 'El iaio Pepe' (IES Pont de Suert)

Categoria F (Batxillerat i Cicles Formatius)

- Guanyadora: Noa Pallàs Oliva amb 'El pont del pont' (IES Pont de Suert)

· Finalista: Jan Monferrer Monclús amb 'La llegenda del Pallars' (Institut de Tremp)

· Finalista: Ona Vilanova Poch amb 'La llegenda del llop' (IES Hug Roger III)

- Preparats amb pollastres, conills, gall dindi, gallines i guatlles
- Galls del Pirineu
- Pollastres ecològics
- Productes del Cadí

40 anys vivint moments junts

ANIVERSARI
40 OPTICA
ISERN

00 00 00 00

1983

1993

2003

2013

2023



Especialistes
qualificats



Ulleres
graduades



Audiòfons



C. Major, 72 | **La Seu d'Urgell** | Tel. 973 350 523

Mirades per canviar el món

Text: M. PASCUAL / Fotos: ALAIN ERNOULT • Encamp

A la sortida d'Escaldes, en direcció Encamp, a peu de carretera, trobem l'edifici de serveis de Forces Elèctriques d'Andorra (FEDA) i al costat mateix hi ha el MW Museu de l'electricitat d'Andorra. És un edifici emblemàtic de l'arquitectura de granit i un dels millors exemples de l'arquitectura industrial dels anys trenta, projectat a quatre mans per l'enginyer suís **Alfred Würth** i l'arquitecte gironí **Josep Danés**. Estem davant d'una de les joies de l'arquitectura andorrana del passat segle XX.

Reconec que, passant a correuita per la carretera, he vist mil vegades aquest edifici, però mai m'havia aturat. Fins un dia, a les darreries d'aquest mes de novembre, que hi vaig anar a visitar l'exposició de fotoperiodisme **"La Sisena Extinció"**, d'**Alain Ernoult** i he de reconèixer que vaig quedar impressionat tant pel continent (l'edifici i el conjunt del museu), com pel contingut de la mostra fotogràfica que es podrà visitar durant un any sencer. Poques vegades tenim a l'abast, a casa nostra, una mostra amb fotografies d'aquest nivell, d'aquesta bellesa, d'aquesta força. La força de la mirada d'animals d'arreu del món que veuen com, al seu voltant, tot es degrada, a conseqüència de l'activitat humana, i els porta a desaparèixer, a extingir-se. És impactant.

Un fotògraf de renom internacional

Visito l'exposició de la mà de la coordinadora del museu, la **Katia Vilana**, i la tècnica de comunicació, **Fran Alcázar**, que m'expliquen com ha arribat aquesta exposició fins aquí (fruit de la col·laboració de FEDA Cultura amb l'Ambaixada francesa i després de formar part del Festival Internacional de Fotoreportatge Visa pour l'image de Perpinyà) i quins són els secrets d'una mostra que atresora una qualitat excepcional. "Encara que els autèntics secrets els explicarà el dia que ens visiti l'autor", assegura la Katia.

Alain Ernoult és una institució del món de la fotografia, ha guanyat una centena de guardons com ara el primer premi del World Press Photo, ha publicat prop de 15.000 pàgines en les més prestigioses revistes especialitzades. És l'autor d'una trentena d'exposicions i de 26 llibres, però durant molts anys va ser reporter de guerra. Va cobrir, per exemple, els conflictes d'Afganistan o de Bòsnia. El 2021, va ser condecorat per l'estat francès com a oficial de l'Ordre Nacional del Mèrit. Aquell mateix any va decidir dedicar la seva obra a la sensibilització respecte a l'impacte de l'activitat humana sobre els ecosistemes, ja que durant la seva carrera professional havia sigut testimoni d'aquest impacte en diversos indrets del món.

Una reflexió sobre les extincions massives

La "Sisena Extinció" ens convida a reflexionar sobre la incidència de l'activitat humana en el món animal i vegetal i ho fa a partir de les mirades dels animals. Els ulls són el punt de connexió entre totes les fotografies. Un total de quaranta-una imatges en blanc i negre que ens conviden a fer un viatge per tot el món. I que ens desperten la consciència sobre la necessitat de preservar la biodiversitat.

Sense paraules, sense discursos, sense estridències. Només amb les mirades. N'hi ha prou, us ho ben asseguro.

En les fotografies d'Ernoult es poden veure alguns dels últims exemplars de diverses espècies en tota la seva esplendor, de la badia del Hudson a Canadà, fins al Serengeti a Tanzània, passant per la Lapònia i Indonèsia. Malauradament, però, aquesta sisena extinció s'està produint molt més ràpid que algunes de les altres extincions massives, l'última de les quals va ser la del Cretaci-Paleogen, arran de la qual van desaparèixer bona part dels dinosaures i el 75% de les espècies animals i vegetals de la Terra. En la nostra era, s'ha produït la desaparició del 68% de la població de vertebrats entre el 1970 i el 2016 i els insectes s'extingeixen a un ritme d'un 2,5% menys cada any des de fa trenta anys. Això, sense parlar de la destrucció dels hàbitats terrestres i marins.

Despertar consciències

Els experts han denunciat que aquesta sisena extinció és provocada per l'activitat humana. Per exemple, a través del canvi climàtic, l'afectació en els sòls, l'explotació directa d'algunes espècies animals, la contaminació de l'aire i l'aigua, els desplaçaments massius i la globalització, que afavoreixen el desplaçament d'espècies invasores. D'aquesta generació que habita actualment el planeta depèn que es redueixi la magnitud del problema. Per exemple, reduint el consum, estalviant energia, evitant el malbaratament d'aliments, movent-nos de manera més sostenible i col·laborant amb institucions que lluitin per salvar espècies.

És aquest despertar de consciències, precisament, allò que ha motivat a l'organització de FEDA Cultura a portar aquesta mostra a Andorra. Amb l'objectiu d'animar a prendre consciència sobre aquesta realitat, perquè és el primer pas per a després dur a terme les accions necessàries per preservar la biodiversitat, reduir el nostre impacte i viure de manera més sostenible.

L'exposició es pot visitar gratuïtament fins al dia 9 de gener i posteriorment es pagarà entrada amb les tarifes habituals de les exposicions al MW Museu de l'electricitat. Cada quinze dies, els diumenges a les 12 del migdia, es faran visites guiades. Hi pot anar tothom, sense prèvia reserva, i des del museu tenen previstes activitats educatives per a les escoles i per a les famílies que visitin la mostra.

Un cop feta la visita, abans de marxar, torno enrere, en solitari, vull tornar a repassar aquells detalls, aquelles mirades que, des del silenci, sembla et parlin. Unes mirades que, tot i veure que el seu món s'acaba, són elegants, netes. Mirades que, sense dir res, ho diuen tot.

Marxo fent-me unes quantes preguntes. Què podem fer? Què puc fer? Encara hi som a temps?

"La Sisena Extinció"

D'Alain Ernoult

Fins al 4 de novembre del 2024

MW Museu de l'Electricitat

FEDA Cultura i Ambaixada de França

Gratuïta fins al 8 de gener del 2024



Toni Fernández: "M'estimo més restaurar un collar de pastor que no pas una calaixera isabelina"

FELIU SIRVENT • La Seu d'Urgell



Els dies 4, 11, 18 i 25 de novembre, en **Toni Fernández** va impartir uns tallers de '**Restauració i conservació de mobles**'. Ho va fer en el marc del cicle 'Tastet d'Oficis' que impulsa la **Fundació Planes Corts** a Estamariu.

Quan vas començar en aquest ofici?

A veure, professionalment m'hi vaig començar a dedicar fa uns vint-i-cinc anys, cap al 1999. Abans havia fet moltes altres coses.

Et va costar molt saber què volies ser de gran?

Encara no ho sé ara (riu). Vaig anar agafant una línia de treball i he anat evolucionant. Diria que ser restaurador-conservador no ho vaig decidir jo, va ser el Centre d'Artesania de Catalunya el que em van encarrilar en aquesta disciplina i el que va posar nom a la meva feina.

El teu taller és impressionant...

Des d'un inici he portat una línia de treball i després, en paral·lel, he tingut plans alternatius que m'han mantingut permanentment actiu. Això fa que el meu taller també sigui un gran magatzem on s'acumulen tota mena de mobles, estris i andròmines que són el reflex d'una determinada època i que, amb la distància que genera el pas del temps, ens permet explicar-la i articular un relat.

Quins treballs de restauració prefereixes?

Al llarg d'aquests vint-i-cinc anys he realitzat encàrrecs

molt diversos, però n'hi ha hagut alguns que, per les seves característiques, m'han satisfet especialment.

Com ara?

La conservació de tota la fusteria de la Catedral de la Seu d'Urgell: els cancells, els confessionaris, les portes interiors i exteriors... La veritat és que vaig tenir molta llibertat per fer una feina ambiciosa com aquesta i en un indret emblemàtic com és la Catedral d'Urgell, l'única catedral romànica que hi ha a Catalunya. La gent de la Seu recordarà que abans de la restauració totes les portes eren enfosquides i que després van adquirir molta vivacitat.

Una feina singular que deixa empremta...

Mira, et confessaré una cosa. El cancell que dona als claustres no entrava dins del projecte que em van encarregar, però el vaig acabar fent de franc per la satisfacció que em produïa culminar tota la fusteria de la Catedral.

Quins tipus de mobles t'han interessat més?

Crec que cal distingir. A mi m'ha interessat sempre més el moble rústic, el mobiliari de muntanya, que no pas el moble d'estil. M'estimo més restaurar un collar de pastor, de bestiar, que no pas una calaixera isabelina. Mira, una calaixera isabelina del s. XIX la pot tenir tothom que tingui els diners per comprar-la; un collar de pastor és una peça única que si no fas per manera de trobar-la, no la podràs adquirir mai. I un altre aspecte molt important,

la calaixera isabelina es produeix de manera industrial i el collar el confecciona una persona a la muntanya que amb traça i un simple ganivet aconsegueix una peça extraordinària.

Aquest mes de novembre vas impartir uns tallers de restauració de mobles a Estamariu, en el marc del cicle 'Tastet d'Oficis'. Com els vas plantejar?

Els vaig plantejar seguint l'experiència de tots aquests anys impartint cursos de restauració a Esterri d'Àneu. L'Ecomuseu de les Valls d'Àneu és un dels principals actius culturals de l'Alt Pirineu i una de les activitats tradicionals que impulsen és el *Curs de Restauració*, que enguany celebra la seva 25a edició. En diem *Curs de Restauració*, però el que fem més és conservació, perquè el que es vol és obtenir uns resultats immediats.

Els tallers d'Estamariu són teòrics i pràctics?

Als tallers proposo accions individualitzades per a cadascun dels assistents amb la idea que portin les seves peces, les acabin i se les enduguin a casa. Ensenyo una sèrie de tècniques i utilització de productes perquè esdevinguin autosuficients i quan acabin els tallers puguin continuar fent aquesta activitat al seu poble, a casa seva.

Una cosa és la restauració i una altra el *tunning*?

Sí, són dos coses diferents, la restauració seria treballar

un moble per tal que sigui tal com era originalment i el *tunning* quan es vol transformar o donar-li una altra imatge per continuar-lo utilitzant. A veure, això és com si tenim un Picasso a casa i no fa joc amb les cortines, no tindreu l'ocurrència de repintar el Picasso, canviareu les cortines. Si teniu un moble vell i no és del color de les cortines, la noblesa del moble està per damunt de la decoració de l'estança, és obvi. Quan algú m'ha vingut i m'ha dit, tinc un rellotge i el vull pintar de blanc, la meua resposta ha estat: em sembla molt bé, però jo no t'ho faré.

Es valora prou la feina que hi ha al darrere d'una restauració?

Es valora quan es coneix, si es desconeix no es pot valorar. En aquest sentit, l'Ecomuseu de les Valls d'Àneu ha fet una gran feina de divulgació i, per tant, al Pallars es valora molt més que no pas en altres zones del Pirineu. A Esterri d'Àneu han estat vint-i-cinc anys d'experiències i vivències personals, en les que s'han realitzat centenars i centenars d'intervencions en elements i objectes dels assistents als cursos, tots ells avui són amics que conformem una gran família.

La restauració vol paciència?

Sí, la restauració no vol presses. Per aquesta raó als cursos de restauració solen assistir-hi majoritàriament dones perquè són molt més pacients que els homes.






LOSERVEI



618.69.80.98 loserveisort@gmail.com



CRISTALLERIA

MAMPARES

TENDALLS

FINESTRES P.V.C.

PERSIANES

PORTES GARATGE

ALUMINI

MOSQUITERES

MOTORITZACIONS



sumum
la marca de ventanillas de PVC

finestres d'altres prestacions

CE CONSORCIO

PallarsActiu anuncia el relleu a la presidència de l'entitat

REDACCIÓ • Tremp

El Consell d'Administració de PallarsActiu ha anunciat el canvi a la presidència de l'entitat. A partir de la darrera celebració de l'organisme de gestió, **Carles Rabaneda i Caselles** va assumir el càrrec de president, rellevant **Josep González i Sala**, qui ha exercit un paper fonamental en el creixement i èxit de l'entitat.

Josep González, després d'una forta implicació a l'entitat i satisfet de la feina feta, amb el propòsit i la importància de la necessitat de fer canvis a PallarsActiu, va presentar la seva renúncia a raó de la seva llarga trajectòria durant una dècada presidint l'entitat. González conclou aquesta presidència, però continuarà formant part com a President d'Honor i com a membre del Consell d'Administració de PallarsActiu. Actualment, és President d'honor de PIMEC i President de la Fundació PIMEC.

El nou president, Carles Rabaneda, President de Roc Roi, qui compta amb una activitat consolidada i referent al sector turístic d'activitats d'aventura assumeix el relleu tot continuant amb la seva trajectòria a PallarsActiu com a soci, membre del Consell Assessor i Consell d'Administració. Arrelat al territori, treballa per dinamitzar els projectes que s'esdevenen i contribueix a l'assessorament i suport que necessita PallarsActiu.



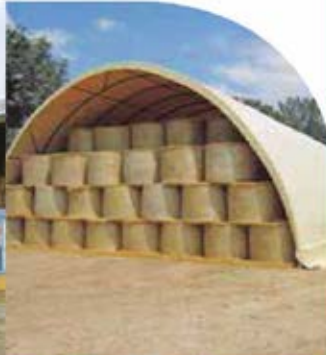


TOUTABRI
RICHEL TECHNOLOGY

COESBAG

EMMAGATZEMAR-HO TOT A BAIX COST








TOUTABRI és una construcció metal·lotèxtil modular i de muntatge ràpid.
 Respon a les necessitats d'emmagatzematge i protecció dels professionals de la indústria, la construcció, les col·lectivitats i l'agricultura.

C/ Ponent, 1 - Avinyó - 938 388 991 - info@coesbag.com - www.coesbag.com



2x1 en ulleres
de marca
monofocals o progressives
antireflector inclòs
i paga a terminis sense interessos * **TAE 0%**

OPTICALIA

CENTRE VISIÓ GRUP

C/ Major - 85

C / Àngel Guimerà - 17

La Seu D'Urgell

Manresa

Tel : 973 35 46 10

Tel : 93 872 54 71

Promoció vàlida de l'1-9-2023 al 30-12-2023. Les dues ulleres portaran lentis monofocals o progressives amb la mateixa graduació i tractament. Es cobriran les ulleres d'import més alt. 1es ulleres: es podrà escollir qualsevol muntura de qualsevol marca disponible a l'establiment, amb graduacions incloses en els rangs de fabricació disponibles dels proveïdors d'Opticalia. 2es ulleres sense cost: només es podrà escollir entre una selecció de models de les marques Custo Barcelona, Mango, Mango Kids, Pull&Bear, Pedro del Hierro, El Ganso, TheLook, Trendi, Trendi Kids i Victorio & Lucchino, exclusives d'Opticalia. Els productes sanitaris objecte d'aquesta promoció són conformes a les regulacions legals. *Finançament: L'import total degut i el preu total a terminis és el mateix.

El Jardí de les Arts de Santa Llocaia

NÚRIA BOLTÀ VILARÓ • Santa Llocaia

Totalment inspirat en el seu germà gran, el *Musée sans Murs* de Font-romeu, del qual ja vam parlar en el seu moment, el poble de Santa Llocaia (*Sainte Léocadie*) a l'Alta Cerdanya, compta amb un nou museu a l'aire lliure.

La idea va sorgir per iniciativa del batlle del poble, **Jean Marie Aris** i de la regidora **Martine Wojtecki**, la qual, anys enrere, ja va ser l'ànima de la consecució del *Musée sans Murs*, situat al costat de l'ermitatge de Font-romeu, experiència que li ha servit per engegar aquest projecte més recent, iniciat l'any 2020.

De manera tranquil·la però sense pausa, ambdós representants municipals s'encarreguen de la recerca d'aquelles obres que creuen més adients per anar omplint l'extensió del parc que es troba al costat mateix de l'ajuntament i que ja compta amb més de mitja dotzena de peces de gran format realitzades per diferents artistes i amb diferents materials. L'objectiu dels promotors és retre un homenatge als homes i dones de la comarca que, des de fa segles, es dediquen a l'agricultura i a la ramaderia amb l'estima i el respecte envers el territori propis de la gent de pagès.

Fa poques setmanes, vam presenciar l'arribada i col·locació de la darrera adquisició, una magnífica escultura feta amb marbre gris que representa la dona pagesa, vestida, segons l'autor, amb la roba tradicional catalana, còfia, davantal, amb un cistell ple d'espigues de blat al braç i una oca als peus. L'autor, Bernard Hémour, l'ha batejat com *La fermière catalane*.

Amb anterioritat, s'hi havien



instal·lat les obres *Le Berger* (el pastor) de l'escultor **Seenu**; *Le Taureau* (el toro), de **Dimitri Bussonnais**; *L'Âne Catalan* (el ruc català) de **Jacques Lahoussine**, i la *Dame Léocadie*, figura femenina acompanyada d'un cavall que evoca la història agrícola i ramadera del territori, en aquest cas, creació del conegut artista i escultor **Philippe Lavaill** el qual ens va comentar l'enigmàtic origen del nom del poble, *Sainte Léocadie*, que, en ser una màrtir originària de Toledo que morí al segle IV, ningú s'explica com va donar nom a una població de l'Alta Cerdanya.

El Jardí de les Arts, el nou museu a l'aire lliure, es troba emplaçat a escassos metres de la parròquia de Santa Llocaia, de llarga història i varietat d'estils artístics. A l'interior de l'església, s'hi pot contemplar una curiosa rodella de campanes, instrument musical que diuen que tan sols es conserva a Catalunya.

Però la passejada pel Jardí de les Arts també es pot completar amb la



visita a un altre equipament de referència a l'Alta Cerdanya, igualment a tocar del jardí, com és la granja cal Mateu-Museu de Cerdanya, del segle XVIII, ubicada en un edifici considerat monument històric, testimoni de l'arquitectura i de la història local, on residí el Veguer de Cerdanya representant del rei de França, del qual també vam donar compte en aquesta secció, anys enrere.



- Neteja de xemeneies, calderes, estufes i llars de foc
- Pintura i lampisteria
- Buidatge i neteges generals de naus, cases, pisos, garatges, oficines i segones residències



☎ 873 452 167 ☎ 625 589 411 · 621 209 318 ✉ netejesalturgell@gmail.com

La Taula de Camins de l'Alt Pirineu i Aran celebra la seva trobada anual a Aransa



Seguint la dinàmica encetada l'any 2022, el passat 9 de novembre la Taula de Camins de l'Alt Pirineu i Aran, l'òrgan consultiu i participatiu de l'IDAPA en aquesta matèria, va celebrar la seva trobada anual a Aransa, al municipi de Lles de Cerdanya.



Foto: @SenderiaPirineu

Amb la participació d'una trentena de membres (entre els quals agents públics i privats), la sessió va servir per constatar el **dinamisme i la bona salut** d'aquest òrgan consultiu, pioner i referent pel seu compromís amb la conservació, el manteniment, la recuperació i la promoció dels camins pirinencs. Els participants van conèixer i reflexionar al voltant de dues iniciatives locals: la primera és l'aposta de Lles de Cerdanya per la **mobilitat lenta** amb la regulació de la pista forestal que uneix El Fornell (Aransa) i el Cap del Rec (Lles). La segona, el model de **Naturpark d'Aransa**, que aspira a convertir l'estació d'esquí nòrdic en un centre de natura d'alta muntanya, obert més enllà de la temporada de neu.

Des de la **Secretaria Tècnica de la Taula**, i amb la col·laboració de diversos membres, es van exposar les diverses accions en marxa, que compten amb la coordinació i el finançament d'IDAPA, i que es fonamenten en els 5 àmbits d'actuació de l'**Estratègia 2025 de la Taula de Camins**:

1. Els camins, un patrimoni a conservar, ordenar i mantenir
2. Ús respectuós dels camins, amb una bona con-

vivència entre usuaris

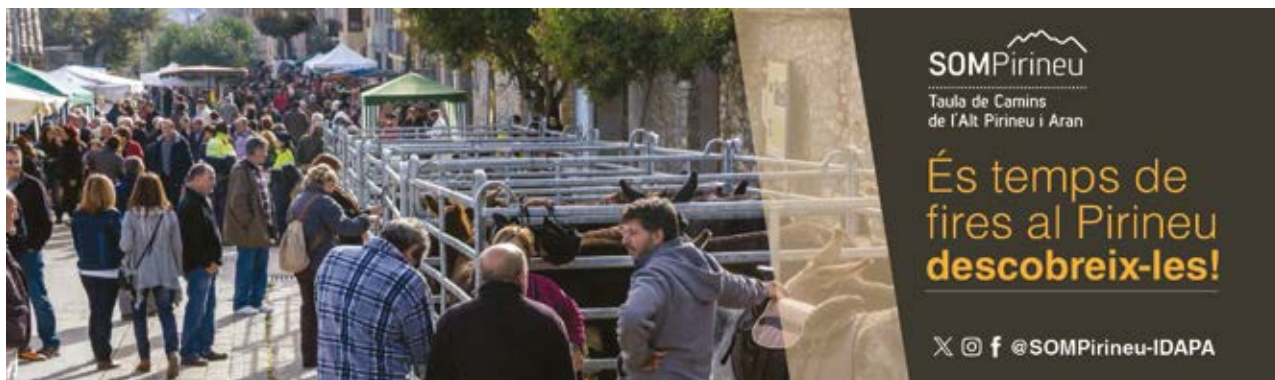
3. Mobilitat lenta, bona per a la salut i per al planeta
4. Cultura dels camins i el caminar
5. Camins, turisme i desenvolupament rural

Accions en marxa

Entre les accions en marxa i les futures, destaquen uns ajuts per elaborar inventaris municipals de camins, una diagnosi sobre els beneficis i els impactes de la BTT al medi natural, un decàleg de bones pràctiques ramaderes per a la conservació dels camins, una guia sobre itineraris accessibles al medi natural, nous horitzons per al projecte "Històries i Camins", una nova revista anual de recerca i pensament al voltant dels camins o els Festivals de Senderisme dels Pirineus, entre d'altres. **Eva Fiter**, directora de l'IDAPA, va agrair l'assistència a tots els participants i va refermar l'interès d'apostar pels camins i la mobilitat lenta com un àmbit d'actuació estratègic a l'Alt Pirineu i Aran.



*Destaquen
els ajuts per
elaborar
inventaris
de camins*



SOMPirineu
Taula de Camins
de l'Alt Pirineu i Aran

**És temps de
fires al Pirineu
descobreix-les!**

X @SOMPirineu-IDAPA

El projecte de la restauració i rehabilitació de les adoberies de Tresp rep el Premi Bonaplata

REDACCIÓ • Tresp

El Consell Comarcal del Pallars Jussà i l'Ajuntament de Tresp van recollir el premi Bonaplata de "Rehabilitació i Restauració elements immobles" que impulsa l'associació del Museu de la Ciència i de la Tècnica i d'Arqueologia Industrial de Catalunya (AMCTAIC).

Aquests guardons tenen per objectiu premiar aquelles persones, associacions, col·lectius o institucions que hagin dut a terme accions per recuperar, estudiar, difondre o posar en valor el patrimoni industrial, científic i tècnic de Catalunya, siguioble, immoble o immaterial en els últims dos anys.

El projecte de rehabilitació de les Adoberies de Tresp, presentat pel Pallars Jussà, ha permès recuperar una de les vuit adoberies documentades que hi va haver a la població fins a finals del XIX. Les obres de rehabilitació han permès consolidar l'antiga edificació i fer-ne visitable la planta baixa. També s'ha convertit la primera planta en un mirador i s'ha recuperat un carrer empedrat. A més, s'ha habilitat un sender natural que connecta aquest espai amb el pont romànic de Sant Jaume.

L'acte de lliurament dels premis es va celebrar a la seu del Col·legi d'Enginyers Industrials de Catalunya on van recollir el guardó la consellera de Turisme del Consell Comarcal, M. Pilar Cases, el tècnic del Consell Comarcal, Jordi Castilló, així com Joaquim Solé, arquitecte redactor del projecte i director d'obra de la rehabilitació i Josep Maria Font, arquitecte tècnic i col·laborador en la rehabilitació de l'edifici de les Adoberies.

Aquesta acció liderada pel Consell Comarcal, ha comptat amb un pressupost de 147.000 euros i s'inclou dins l'operació "Valorització del Patrimoni Cultural i Natural per a la dinamització turística del Pallars Jussà". Es tracta d'una actuació cofinançada pel Fons Europeu de Desenvolupament Regional, FEDER amb la col·laboració de la Diputació de Lleida i de l'Ajuntament de Tresp.



El moment de recollida del Premi Bonaplata / @ConsellJussà



Imatge de les adoberies de Tresp / CCPJConsellJussà

La consellera de Turisme del Consell Comarcal del Jussà, M. Pilar Cases, va valorar aquest premi com un reconeixement a la recuperació de la memòria històrica, perquè d'altra manera hauria quedat en l'oblit de les futures generacions una activitat industrial que durant cinc-cents anys va marcar la història i el desenvolupament econòmic de Tresp.



AUROBOTICS
ALT URGELL ROBOTICS

www.aurobotics.cat
Tlf.: 696537047
@aurobotics.cat

Operatives amb dron:

- Fotografia i vídeo aeri 4K
- Retransmissió en directe
- Live a xarxes socials
- Recerca de persones
- Recerca de bestiar i mascotes
- Mapeig de terreny (RTK)

Tens plaques solars?

Cal revisar-les anualment

- Maximitza la producció
- Rentabilitza la inversió
- Redueix el risc d'incendi

Inspecció amb dron òptica + tèrmica



Joves del Pirineu

Lena de Pons té 26 anys, és la titular de la Farmàcia de Martinet de Cerdanya, especialista en dermofarmàcia i divulgadora a TikTok. @lenadepons

Lena de Pons: “M’encanta ser la farmacèutica de Martinet i tenir dos-cents mil seguidors a TikTok”

Ets farmacèutica i especialista en dermofarmàcia. On vas estudiar?

Vaig estudiar a la Universitat de Barcelona (UB) i després vaig cursar un màster en dermofarmàcia. Sempre he tingut interessos molt diversos, més enllà de la farmàcia, i trobo que la dermo és un camp molt interessant, que té una base científica. Banalitzem moltíssim la cosmètica, quan realment és una ciència. Per altra banda, no deixa de ser un món bastant *fashion* i això fa que m’agradi.

Des de fa un any i mig ets la titular de la Farmàcia de Martinet...

Sí, des de l’abril del 2022. A mi m’encanta donar servei a la gent de Martinet i de tots els pobles del Baridà; no ho canviaria per res. Enlloc m’he sentit tan ben acollida; la gent és espectacular. Pensa que jo aquí estic sola. Vaig venir de Barcelona amb la meua parella, però ara tenim molts avis (riu). Ens sentim en família perquè tothom ens cuida moltíssim. Són molt agraïts amb la nostra feina, i nosaltres també ho som pel caliu que ens donen.

Però també ets divulgadora a les xarxes socials...

La farmàcia, com a tal, la menciono molt poc a les meues xarxes. Procuro centrar-me moltíssim en el contingut de divulgació; en aquest cas, de cosmètica. La gran majoria de seguidors de la meua comunitat saben que soc titular d’una farmàcia del Pirineu i que poden comprar els meus produc-

tes preferits a través de la meua pàgina web lenadepons.com.

Acumules més de 230.000 seguidors i assegures que ets la reina de les rutines facials a TikTok...

(Riu). És veritat: molts em consideren així. No es tracta només d’analitzar productes i explicar mecanismes d’acció actius; també és l’art d’estructurar-los per tal de millorar allò que et preocupa de la teua pell. No és fàcil; s’ha de tenir una visió de mercat molt àmplia per dir: de tot allò que hi ha al mercat, amb totes les preocupacions que tens i les condicions que tens a la pell, tu necessites aquest producte concret. Realment és un art.

Com va ser que et vas fer tiktokker?

A mi m’encanta comunicar, i de tota la vida que m’agrada explicar històries, utilitzant tots els recursos al meu abast, ja sigui vídeo, àudio, música... És quan acabo la carrera i començo el màster en dermofarmàcia que observo que a TikTok encara no hi ha divulgadors professionals en aquest àmbit i, per tant, existeix un nínxol inexplorat. M’hi vaig llençar de cap!

Així, sense pensar-t’ho?

Vaig estar assessorada per un gran amic meu, diria que un dels majors youtubers de l’Estat, **Jordi Wild**. Em va animar molt a professionalitzar-me en un sector molt concret i a començar al més aviat possible a crear contingut de manera persistent. TikTok va rebotar-ho durant la pandèmia, jo vaig



a r -
ribar
un any
més tard.

Ets molt jove i ja hi ha milers de persones que compren allò que tu els recomanes. És una gran responsabilitat?

Ho és, però no em produeix gens de vertigen perquè estic molt segura de les coses que dic. Vulguis o no, tinc uns estudis i una experiència que m’avalen. A més, estic a la farmàcia de dilluns a diumenge i constato a la pell de les persones els productes que recomano. M’encanta ser la farmacèutica de Martinet i tenir dos-cents mil seguidors a TikTok.

El més complicat deu ser mantenir-se. Com t’ho fas per captivar a la gent?

Quan cuides la comunitat, et converteixes en referent. Cal cuidar la comunitat; al cap i a la fi són les persones que consumeixen el contingut de manera més fidel. El que més m’agrada d’internet és que és molt democràtic: quan deixes de ser rellevant, t’enfonses. La gent té la capacitat de reconèixer el teu valor i fer-te créixer en consonància.



Generalitat de Catalunya
Departament de Drets Socials
Direcció General de Joventut

Les estacions de Ferrocarrils de la Generalitat de Catalunya

REDACCIÓ • Barcelona

La Molina: tan intensa com vulguis

La Molina és un destí de muntanya que harmonitza a la perfecció la seva rica tradició de neu amb l'aposta per la innovació. Estratègicament situada en la confluència de les comarques de la Cerdanya, el Ripollès i el Berguedà, aquesta estació de muntanya té un passat il·lustre i, al mateix temps, és a l'avantguarda dels Pirineus.

La Molina és reconeguda com la primera estació d'esquí de l'estat espanyol, amb el seu primer remuntador comercial operatiu l'any 1943. No obstant això, en l'actualitat, aquesta estació s'ha reinventat i és un referent de modernitat. Pel que fa a l'oferta d'esquí, La Molina disposa de 71 quilòmetres de pistes repartides en 66 itineraris i un snowpark dissenyat per a esquiadors debutants i intermedis. A més de les seves instal·lacions de primer nivell, La Molina és coneguda pel seu compromís amb l'accessibilitat, amb un centre d'esports adaptats (CEA) especialment dissenyat per a persones amb mobilitat reduïda.

972 892 031

www.lamolina.cat

lamolina@lamolina.cat

Vall de Núria: una vall única

Vall de Núria està situada a la comarca del Ripollès. És una vall única, referent en la preservació mediambiental per la seva condició d'espai natural sense cotxes envoltada de cims que freguen els 3.000 metres. Un indret on només s'hi pot accedir amb l'històric Cremallera de Núria, en servei des del 1931, o bé caminant pel Camí Vell de Queralbs a Núria i la travessia des de les valls veïnes.

És el lloc ideal per gaudir d'una experiència turística completa. L'estació combina el viatge en l'emblemàtic tren cremallera de la vall amb una àmplia oferta d'activitats pensades per a tota la família i disponibles durant tot l'any en un entorn natural excepcional. La presència de la Basílica de Núria i els dos allotjaments disponibles, Hotel Vall de Núria i Alberg Núria Xanascot, enriqueixen encara més aquesta experiència única. L'estació compta amb 11 pistes per la pràctica d'esquí i surf de neu, sumant un total



de 7,6 quilòmetres aptes per tots els nivells.

972 732 020

www.valldenuria.cat

valldenuria@valldenuria.cat

Vallter: endinsa't al cor de l'alta muntanya

Vallter es distingeix com la més mediterrània de les estacions de muntanya del Pirineu català. Des del seu cim més elevat, a 2.535 metres d'altitud, en dies serens es pot gaudir de la vista fins a la Costa Brava. Aquesta estació està enclavada en un entorn únic, d'una bellesa incomparable, enmig del circ glacial de Morens-Ull de Ter, a més de 2.000 metres d'altitud i és porta d'entrada del Parc Natural de les Capçaleres del Ter i del Freser.

L'àrea esquiable de Vallter s'estén per 13,9 quilòmetres, amb 13 recorreguts d'esquí alpí i snowboard, així com tres itineraris de freeride i quatre rutes de muntanya. A més, l'estació compta amb una zona de trineus al nucli central, perfecta perquè els més petits es diverteixin jugant amb la neu.

972 136 057

www.vallter.cat

info@vallter.cat

Espot esquí: activa l'hivern

Espot Esquí és una estació d'esquí amb una ubicació privilegiada als Pirineus i situada al Pallars Sobirà, a les portes del Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici. Es caracteritza per estar envoltada de densos boscos de pi negre i és coneguda per la qualitat de la seva neu.

L'estació compta amb més de 25 km de pistes i 1.000 metres de desnivell. Disposa de 22 pistes, quatre itineraris d'esquí de muntanya i tres d'ex-

cursions amb raquetes de neu. A més, té tres pistes de competició homologades per la Federació Internacional d'Esquí (FIS). També és una estació adaptada i accessible per a persones amb mobilitat reduïda.

973 621 199

www.esportesqui.cat

info@esportesqui.cat

Port Ainé: un món de neu

Port Ainé està situada a la zona d'influència del municipi de Rialp i Soriguera, a la falda del Pic de l'Orri (2.440 m) i envoltada pel Parc Natural de l'Alt Pirineu, la qual cosa li atorga un entorn amb un gran encant.

L'estació compta amb 27 km de pistes esquiables adequades per a tots els nivells. A més, disposa d'un Snowpark renovat amb diverses instal·lacions i línies tant per a principiants com per a esquiadors avançats. Situada al Pallars Sobirà, és considerada una de les estacions de muntanya amb la millor qualitat de neu de Catalunya, gràcies a la seva ubicació i a l'orientació nord de les seves pistes.

973 621 199

www.portaine.cat

info@portaine.cat

Boí Taüll: muntanyes d'adrenalina

Boí Taüll és un dels indrets més complets del Pirineu català. D'una banda, es troba a les portes de la vessant ribagorçana del Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici, en la seva part oest. D'altra banda, l'estació d'esquí i muntanya compta amb la cota esquiable més alta del Pirineu (cota màxima de 2.751 m i cota mínima de 2.035 m).

Per completar l'oferta d'aquest equipament, els pobles de la Vall de Boí tenen vuit esglésies i una ermita d'estil romànic declarades en conjunt com a Patrimoni Mundial per la UNESCO. Boí Taüll ofereix una àmplia superfície esquiable de 550 ha, amb més de 45 quilòmetres de pistes. Compta amb 43 pistes, quatre itineraris d'esquí de muntanya i una pista exclusiva per a trineus.

973 297 085

www.boitaull.cat

puntinfo@boitaull.cat

La natura a un sol pas

I el primer pas per gaudir de l'hivern a la natura és descobrir tot el que trobaràs a les estacions de muntanya del Pirineu català.



Les novetats de les estacions d'esquí nòrdic pirinenques per a la temporada 2023-2024

REDACCIÓ • Aransa

La serralada del Cadí vista des de l'Estació Aransa / @aransaesqui

Les estacions de nòrdic de l'Alt Pirineu, agrupades dins la mancomunitat Tot-Nòrdic, han anunciat les millores que durant els darrers mesos han estat preparant per a la nova campanya de neu.

Part de les millores passen pels accessos. Així, durant la primavera i l'estiu de 2023, s'han dut a terme actuacions d'arranjament i millora de les vies d'accés i aparcaments de les estacions. Com en altres temporades, també s'ha fet una aposta per renovar i millorar el material, canviant-lo per esquís, botes o bastons de darrera generació.

Pel que fa als circuits, les estacions continuen executant treballs de millora de les pistes, a vegades ampliant-los i en altres fent el manteniment de les branques dels arbres que limiten els circuits. I finalment, pel que fa a les infraestructures i edificis, les estacions segueixen invertint, amb actuacions de manteniment i reforma, principalment.

Forfet de temporada

Les estacions de Tot-Nòrdic ofereixen la possibilitat de comprar un passi de temporada per a totes les estacions. Aquestes són les seves prestacions i avantatges:

Forfet gratuït fins a 5 anys

Preu infant de 6 a 12 anys inclosos i per a majors de 65 anys. El forfet de temporada d'esquí és vàlid per fer esquí i raquetes a les estacions de: Guils-Fontanera, Lles, Aransa, Sant Joan de l'Erm, Tuixent-La Vansa, Tavascan i Virós-Vall Ferrera. El forfet de temporada de raquetes és preu únic i permet l'accés als itineraris de raquetes de les estacions de Guils-Fontanera, Lles, Aransa, Sant Joan de l'Erm, Tuixent-La Vansa, Tavascan i Virós-Vall Ferrera.

El forfet d'esquí de temporada inclou la possibilitat d'esquiar 1 dia a cadascuna de les següents estacions d'esquí alpí: La Molina, Vall de Núria, Vallter, Espot, Portainé, Boí-Taüll i Tavascan. També a gaudir



de descomptes a les estacions d'esquí nòrdic de Naturland a Andorra, Beille, Chioula, la Llossa i Font Romeu. Es podrà adquirir el forfet de temporada d'esquí amb un 25% de descompte del 14 d'octubre 2023 al 19 de novembre 2023.

Quines estacions en formen part?

Guils Fontanera: Situada en plena Cerdanya i a 12 km de Puigcerdà.

Sant Joan de l'Erm: Situada entre l'Alt Urgell i el Pallars Sobirà i dins el Parc Natural de l'Alt Pirineu.

Lles: Situada a la Cerdanya i amb impressionants vistes a la Serra del Cadí i a la Vall de la Cerdanya.

Aransa: Situada a la Cerdanya i a 5 km del poble d'Aransa.

Tuixent-la Vansa: situada a la cara nord del Massís del Port del Compte i amb unes magnífiques vistes al Pedraforca i a la Serra del Cadí.

Virós-Vallferrera: Situada al Pallars Sobirà dins el Parc Natural de l'Alt Pirineu.

Tavascan: Situada al Pallars Sobirà en ple centre del Parc Natural de l'Alt Pirineu.



**CARNISSERIA
CHARLIE**

Sant Ermengol, 5 · La Seu d'Urgell

Telf. 973 360 999

charliecarn@hotmail.com

www.carnisseriacharlie.com

pirineuencs!



AMADEU GALLART:

“La creació de les Vegueries encara s’ha de materialitzar, malgrat una llei plenament vigent”

FELIU SIRVENT

La influència de Pasqual Ingla va ser determinant en el teu compromís cívic i polític?

A casa vaig viure una situació curiosa, el meu pare, **Nicolau**, inscrit a Esquerra Republicana de Catalunya durant la Segona República, malgrat que durant uns anys encara escoltava Ràdio Londres o Ràdio Pirenaica, amb el temps va quedar vençut per l’arrelament del franquisme a la nostra ciutat. Malgrat això, conservava, una admiració, gairebé una idolatria, pel seu pare, el meu avi, **Amadeu Gallart Bastús**, prominent dirigent del partit liberal dinàstic a casa nostra. Quan vaig anar a estudiar a Barcelona, segona meitat dels anys seixanta, vaig seguir les consignes del Sindicat Democràtic d’Estudiants de la Universitat de Barcelona, molt inspirat pel PSUC. Va ser, quan vaig retornar forçadament a la Seu, per la mort prematura del meu pare (1967) que vaig conèixer el **Pasqual Ingla**, figura que per a mi va ser decisiva per enquadrar el meu compromís cívic i polític a la Seu.

Quan et va venir la sensibilitat altpirinenca?

Em va venir través de la creació del Cine Club dins de la regió de l’Alt Pirineu i de la visió clara del Pasqual Ingla vers aquest territori. També, de la relació cada vegada més intensa amb el **Joan** i el **Ramon Ganyet** i amb altres joves de la comarca com el **Domènec Canut**, el **Santi Mallol** ... i molts d’altres companys de la Cerdanya, els Pallars, la Ribagorça i l’Aran. Tots plegats vàrem fundar els *Grups*

de l’Alt Pirineu. L’obtenció progressiva de fruits legislatius com el reconeixement constitucional del tractament específic de les terres de muntanya, la Llei de Muntanya catalana, els Consells Comarcals de Muntanya (1983), la creació de l’Àmbit funcional de planificació territorial de l’Alt Pirineu i Aran (2001), l’Institut de Desenvolupament i Promoció de l’Alt Pirineu i l’Aran (2002)... van suposar un avenç important. Malauradament, el nostre objectiu principal, la creació de les Vegueries encara cal materialitzar-la, malgrat la Llei de Vegueries, plenament vigent, i aconseguida quan **Jordi Ausàs** era conseller de Governació.

Vas ser el primer alcalde postfranquista de la Seu d’Urgell...

Per a mi, l’etapa de la Transició, posem de 1970 al 1979, va ser d’una gran intensitat cívica. La nostra actuació en totes les facetes de la vida de la Seu i gairebé diria altpirinenca, va ser continuada. Personalment, vaig viure la meva adscripció al PSUC més com una aportació “cultural” al meu territori que per obtenir poder en les institucions locals. El fet que l’any 1979 sortís alcalde de la Seu va ser la conjunció de moltes experiències anteriors i el treball de gran qualitat d’un equip de companyes i companys al si de l’agrupament de “Redreçament i Progrés”.

L’estudi del republicanisme a l’Alt Pirineu i Andorra sempre t’ha interessat?

M’ha interessat moltíssim. Vaig poder promoure les publicacions de les “Me-

mòries” de l’**Enric Canturri** gràcies al fet que el **Francesc Farràs Ebríres** em va donar els fulls mecanografiats, escrits a Mèxic els anys seixanta i gràcies també a la col·laboració de l’Ajuntament. En l’estela d’aquest llibre vaig poder publicar el meu sobre la Segona República i la biografia política de l’Enric Canturri. A més, tot just acabo de dipositar a l’Arxiu Comarcal les col·leccions de què dispo de l’“Alt Urgell”, la revista d’ERC de la Segona República i de “El Cadí”, la publicació promoguda pel **Miquel Mateu**. Aquest és un camp on caldrà treballar-hi molt.

Amadeu Gallart i Sort (La Seu d’Urgell, 1947)

Economista, historiador i escriptor.
Primer alcalde postfranquista de la Seu d’Urgell (1979-83). **Professor de català.** **Membre cofundador dels Grups de l’Alt Pirineu (GAP).**
Premi Mossèn Albert Vives de Periodisme (2017).



El Geoparc Orígens busca padrins pels doms del Mont de Conques, únics al món amb els d'Austràlia i Estats Units

MARTA LLUVICH • Mont de Conques

L'Estany gran de Basturs amb el nivell d'aigua molt baix / Marta Lluvich

El Geoparc Orígens està adherit des de fa més d'un any al programa 'Apadrina una roca' de l'Institut Geològic i Miner d'Espanya (IGME). Des d'aleshores s'han apadrinat nombrosos llocs d'interès geològic, però ningú s'ha interessat pels **doms de tova calcària del Mont de Conques** (Pallars Jussà). Es tracta d'una formació geològica única a Europa i a la resta del planeta només se'n troba a Austràlia i als Estats Units. Són espais emblemàtics en l'àmbit científic i molt poc coneguts pel públic local. Al Mont de Conques hi ha onze elements cartografiats i han estat utilitzats com a models per a l'estudi de doms identificats al planeta Mart. Ara, es vol despertar l'interès de la gent i que algú els apadrini.

'Apadrina una roca' és un programa gratuït de voluntariat, que busca la conservació i el seguiment del patrimoni geològic. És una acció totalment gratuïta i només es demana un compromís mínim d'una visita anual per comprovar el seu estat i, en cas de detectar una incidència, comunicar-la per ser reparada.

Xavier Mir, coordinador científic del Geoparc Orígens, ha animat als ciutadans a apadrinar un lloc "tan emblemàtic" i "tan poc conegut" per la gran majoria. La recerca, ha relacionat els doms del Mont de Conques amb el situat a l'interior del cràter Crommelin, al planeta Mart, donat



que es podrien haver format en condicions similars.

Mir ha assegurat que calen unes "condicions úniques" per a la formació d'un dom. Fa falta una font d'aigua subterrània que surti en un punt on les característiques del terreny siguin molt planes. A més l'aigua ha de contenir un alt percentatge de carbonat calci. Quan es donen totes aquestes característiques es crea una morfologia dòmica molt semblant a un "volcà d'aigua". Aquestes morfologies es formen al llarg de molts anys; mig miler aproximadament.

La importància de les publicacions científiques que han relacionat les morfologies del planeta Mart amb els doms es troba en el fet que la seva formació va associada a aigües subterrànies, ha remarcat Mir.

Oferiment a la NASA

Des del Geoparc Orígens es van posar en contacte amb la NASA per si volien provar al Mont de Conques els robots que van enviar a Mart per explorar-ne la superfície i la geologia, donades les similituds en algunes formacions. L'operativa del Mars Exploration Rover estava tancada, però des del Geoparc Orígens no descarten nous oferiments.

Model evolutiu dels estanyes

L'estany de Basturs (juntament amb els de Banyoles i Montcortès) és d'origen càrstic i és dels més importants de Catalunya. Tots tres tenen en comú que els abasteix aigua subterrània carregada de carbonat calci, però els diferencia que només els de Basturs s'han creat en una zona molt plana.

Estem d'aniversari... 45 anys oferint-vos el millor!



**ART FLORAL
DECORACIÓ**

Demana'ns... omplirem de màgia els moments més especials

la_forja_st_johns_tendencias

Arranjaments florals

Detalls personalitzats

Pl. de l'Església - Tel. 972 89 04 48 - ALP • marisol.stjohns@gmail.com • Marisol 627 442 986

La transhumància de cavalls a peu continua viva al Pallars

MARTA LLUVICH • Gerri de la Sal

Els cavalls de Pablo Moreno travessant Gerri de la Sal / Marta Lluich



Arriba el fred i els animals que han passat l'estiu a les muntanyes es retiren cap al fons de les valls on passaran l'hivern.

Els cavalls de **Pablo Moreno** de Casa Palanca han passat l'estiu a Tor, al Pallars Sobirà, i a les darreries del mes de novembre els va fer baixar cap a Sant Martí de Canals, al Pallars Jussà, on passaran l'hivern. Els 75 quilòmetres que separen aquestes dues poblacions els fan a peu. Per no cansar els animals separen el trajecte amb diferents etapes. Durant un dia van fer la de Baro a Gerri de la Sal i l'endemà van finalitzar el recorregut i van arribar a Conca de Dalt. El pas de prop de dos-cents animals pels pobles desperta la curiositat de més d'un veí, poc acostumat a veure tants animals junts.

Durant el recorregut els cavalls es desvien per carreteres antigues o vorals amples per facilitar el pas dels vehicles i no ocasionar llargues cues. Tot i això, per ordenar la convivència entre animals i vehicles, els Mossos d'Esquadra aturen els conductors al pas dels cavalls i eugues.

Es tracta d'un camí d'anada i tornada; ara al novembre els cavalls baixen de la muntanya per passar l'hivern lluny de la neu i a prop de les pastures. A finals de primavera, faran el camí a la inversa i tornaran a la muntanya a la recerca d'herba verda i fresca.

Molts són els ramaders que porten els animals a passar l'estiu a la muntanya, però cada cop són menys els que fan la transhumància a peu i la gran majoria ho fan amb camions.



GESTORIA ADMINISTRATIVA
CORREDORIA D'ASSEGURANCES
ASSESSORÍES FISCAL, LABORAL I COMPTABLE
AGENT DE LA PROPIETAT IMMOBILIÀRIA
SERVEIS INFORMÀTICS

PLAÇA CATALUNYA, 3
25700 LA SEU D'URGELL

TEL. 973 350 100

FAX 973 350 117

estanol@estanol.com

DR CARLES POL I ALEU, 26
25560 SORT

TEL. 973 620 231

www.estanol.com



LA UTOPIA ÉS POSSIBLE
TERRAININDIA.CAT



L'Escola Agrària del Pirineu, la més gran de Catalunya, quadruplica les hectàrees dedicades a la gestió de pastures

REDACCIÓ · Bellestar

L'Escola Agrària del Pirineu ha quadruplicat les hectàrees dedicades a la gestió de pastures i prats, passant de 8 hectàrees de prats naturals i artificials, que tenia fins ara només a la zona de Bellestar, a 34,1 hectàrees. La suma d'aquestes 26,1 hectàrees noves (repartides per les zones de Casa En Coll, Bentanachs i Solà de Vedat) suposa una de les novetats més destacades dels últims anys per l'escola, així com una clara diferenciació que posiciona al centre com un dels més ben preparats del sector, quant a infraestructures i terrenys.

A més a més, el centre disposa de 2,5 hectàrees d'edificis i instal·lacions. En total, doncs, l'EA Pirineu compta actualment amb una superfície de 36,6 hectàrees, posicionant-se així com la més gran de les 15 Escoles Agràries del Servei de Formació Agrària (SFA) del Departament d'Acció Climàtica, Alimentació i Agenda Rural de la Generalitat de Catalunya. En aquest sentit, l'Escola Agrària del Pirineu és també la més gran quant a recursos humans, amb un total de 32 professionals que hi treballen.

Sobre les noves zones de pastura, es tracta d'un espai cedit per la Direcció General d'Ecosistemes Forestals i Gestió del Medi de la Generalitat de Catalunya, i compartit amb el Parc Natural del Cadí-Moixeró, per a la gestió de pastures dels cavalls, el seu aprofitament i per dur a terme les pràctiques de l'alumnat del Cicle Formatiu de Grau Mitjà d'Activitats Equèstres i del Cicle Formatiu de Grau Mitjà d'Aprofitament i Conservació del Medi Natural que ofereix el centre.

Aquest augment suposa un avenç en l'aprenentatge de l'alumnat, oferint una millor experiència de pràctiques, i contribueix directament en la inserció al món laboral dels estudiants. "El fet de disposar d'aquestes zones de pastura té una doble funció per l'escola: per una banda, amplia les oportunitats de realitzar pràctiques amb l'alumnat del centre; i per altra, ens facilita el maneig dels cavalls durant els períodes que no necessitem que estiguin a Bellestar per a la realització de les classes o accions formatives, com ara durant els mesos d'estiu", explica **Josep Anton Farré**, cap de l'explotació agrària i eqüestre del centre.

Així doncs, unes hectàrees destinades a l'aprenentatge de treballs forestals, com ara aclarides o desembosc; educació ambiental; prevenció i extinció d'incendis; manteniment d'espais naturals; maneig del bestiar en pastures extensives; gestió d'infraestructures ramaderes, com per exemple vaillets, tanques, passos canadencs, captacions d'aigua o abeuradors, entre altres; així com, el fet de disposar de millors oportunitats en el maneig dels cavalls del centre, gràcies a l'augment d'aquesta zona i a l'aprofitament de les pastures. Una prova més del compromís mediambiental, la preservació dels sòls, la prevenció d'incendis i la gestió forestal de l'Escola Agrària del Pirineu.

En aquest sentit, el centre disposa també d'àmplies instal·lacions per dur a terme la resta de sessions pràctiques dels cicles formatius: pàdocs, parideres, nòria, pistes d'equitació, hivernacle, umbracle, viver forestal, pista de



treck, arborètum, tallers de mecanització i ferradors, laboratori i aula agroalimentària. Pel que fa a les activitats formatives més teòriques, s'hi troben les aules, la biblioteca i l'aula d'informàtica. També disposa de menjador i residència, afavorint així la convivència de l'alumnat i possibilitant que els estudiants de fora la comarca puguin formar-se al centre. Addicionalment, compta amb el centre de testatge de races autòctones, del qual actualment n'està fent ús la Februpi (Federació de la Raça Bruna del Pirineu).

L'EA Pirineu no només imparteix formació reglada (cicles formatius), sinó que al llarg del curs acadèmic també realitza cursos de formació contínua i jornades de transferència tecnològica, per tal que els professionals en actiu del sector eqüestre, ramader, formatger i agroforestal puguin actualitzar els seus coneixements o aprofundir en noves pràctiques.

De cara al 2024, es realitzaran cursos com: Preparació ECC1 (manteniment de la motoserra i tècniques de trossejat) i Preparació ECC2 (tècniques bàsiques de tala d'arbres petits); Bàsic d'agricultura regenerativa; Avaluació de propietats organolèptiques de formatges; o bé, Formació de jutges i qualificadors de bestiar boví. Pel que fa a jornades, se n'organitzaran de temes com: Maneig del cavall de carn; Optimització de la fertilització en pastures de muntanya; Utilització de drons en ramaderia extensiva; o, El relleu generacional en el sector cinègic

L'Escola Agrària del Pirineu aposta per la Formació Professional Dual

Com a novetat per aquest curs 2023-2024, l'Escola Agrària del Pirineu s'inicia en la Formació Professional Dual (FP Dual), una metodologia que té com a objectiu apropar l'alumnat al món laboral i adquirir experiència professional. Aquest tipus de formació els permet cursar el segon any del cicle formatiu entre l'Escola Agrària del Pirineu i



una empresa del sector agroforestal de muntanya, eqüestre, formatger o ramader mitjançant una beca o un contracte de pràctiques remunerat. Sens dubte, una altra aposta decidida per millorar l'aprenentatge i l'experiència pràctica de l'alumnat, una de les línies estratègies del centre.

Es tracta d'un mètode que permet a l'alumnat estudiar i treballar alhora, afavorint la seva incorporació al món laboral com a personal qualificat i proporcionant-los empoderament de les competències professionals en un entorn laboral. També, els permet accedir a la tecnologia, els recursos i les instal·lacions d'una empresa real, se'ls atorga el reconeixement de l'activitat desenvolupada i milloren el seu currículum professional.

Maria Valls, cap de programes i coordinadora de la FP Dual del centre, considera els grans beneficis que aporta aquest tipus de formació a l'alumnat: "La FP Dual és una molt bona eina per facilitar a l'alumnat un període de transició entre la seva etapa educativa i el món laboral. Tant des de l'escola com des de l'empresa se l'acompanya en aquest procés, facilitant-li més oportunitats laborals."

La internacionalització, una línia clau

A banda d'aquesta novetat, un altre punt important per l'Escola Agrària del Pirineu és la internacionalització. El centre fa més de 30 anys que està duent a terme intercan-

vis i participant en projectes europeus sobre digitalització, programaris i mobilitat d'alumnes, però no és fins a l'any 2017 que s'inicien amb la Formació en Centres de Treball (FCT) a l'estranger.

Fins avui dia, desenes d'estudiants han realitzat intercanvis d'estudis amb centres educatius com ara KVS-Bygland (Noruega), Poljoprivredno šumarska škola Vinkovci (Croàcia) i Lycée Agricole de Pamiers (França), i també pràctiques formatives no laborals en centres de treball d'àmbit internacional en empreses privades de França, Països Baixos, Noruega i Croàcia.

Aquestes pràctiques es desenvolupen, sempre que sigui possible per requisits i demandes, en el marc del Programa Erasmus+, un programa que els permet viure una experiència en un país i societat diferent de la catalana, a més de fer una immersió lingüística total en anglès.

Núria Duró, directora de l'Escola Agrària del Pirineu, destaca la capacitat de creixement, personal i professional, que experimenta l'alumnat en marxar a estudiar fora: "Poder participar en aquests intercanvis formatius o de pràctiques a l'estranger aporta als alumnes una gran oportunitat formativa, però també humana. Sortir del país, conèixer altres cultures i maneres de fer, els fa créixer com a professionals, però també com a persones."

El perfil d'alumnat

L'Escola Agrària del Pirineu ha iniciat aquest curs 2023-2024 amb un 45% més de matriculats respecte al curs anterior. El Cicle Formatiu de Grau Mitjà d'Activitats Eqüestres ha rebut 35 matriculats, un 25% més que el curs anterior, i el Cicle Formatiu de Grau Mitjà d'Aprofitament i Conservació del Medi Natural, un total de 24 persones, xifra que ens indica un augment del 20% respecte al curs 2022 - 2023.

El perfil de l'alumnat de 1r curs d'ambdós cicles formatius es troba entre els 15 i els 18 anys, majoritàriament. Tanmateix, l'edat de l'alumnat dels 2ns cursos és més variada, movent-se entre els 17 i els 37 anys. Pel que fa al gènere, el 44% són noies i el 56% restant són nois i quant a territori, la majoria provenen de la província de Lleida, Barcelona, Girona i Andorra, per ordre descendent.



Un Nadal Ple d'il·lusions



ESCANEJA'M



TIONS MÀGICS DE LA FREITA

Fotografia't amb els nostres
Tions i etiqueta'ns a les
nostres Xarxes Socials amb el
#UBSUTIONS

PHOTOCALLS DELS MINAIRONS

En diferents establiments UBSU
fes-te una foto i seràs un
minairó per un dia

MERCAT DE LA FADA DEL QUER

El 6 de Desembre de 10h a
20h. Gaudeix fent compres
nadalenques i alguna
sorpresa més!

COMPRAR A LA SEU TÉ PREMI

Des del 2 de Desembre fins
al 6 de Gener compra a les
botigues associades i
guanya Premis!

CONCURS D'APARADORS

Des de l'11 de Desembre
fins al 3 de Gener, entra a
laseucomercial.cat i vota
l'aparador que més t'agrada!

ESPAI MÀGIC DELS DESIJOS DE LA FADA DEL QUER

Envia els teus desitjos i fes-te
fotos a un lloc fantàstic situat
al carrer Regència d'Urgell

CAVALCADA DE REIS

La Fada del Quer balarà
com cada any a veure la
gent de la Seu i acompanyar
a ses Majestats!

INDRET MÀGIC DE LES ASSOCIACIONS

AEAU, AHAU, Associació
Menja't l'Alt Urgell i UBSU us
hem preparat un lloc idíl·lic
al Passeig Joan Brudieu

DOSSIER FOGONS DEL PIRINEU



ESTOFAT DE VEDELLA
AMB CERVESA D'ARSÈGUEL

Foto: Hotel Restaurant Els Banys de Sant Vicenç



L'autèntic embotit de muntanya

100 ANYS

CINC GENERACIONS

La història d'Embotits Obach és l'herència d'una terra, d'una tradició i d'una cultura familiars, que es manifesten en l'elaboració artesana d'embotits al llarg de més de 100 anys.

www.embotitsobach.com



El Fogony de Sort, 19 anys consecutius amb estrella Michelin

Redacció

L'equip del Fogony de Sort amb Zaraida Cotonat al capdavant / FOGONY

Els **restaurant Fogony** de Sort ha revalidat un any més la seva **estrella Michelin**. Es va anunciar a la cerimònia celebrada a l'**Auditori del Fòrum de Barcelona**, on es van lliurar els guardons que atorga la prestigiosa guia gastronòmica.



El restaurant pallarès, amb **Zaraida Cotonat** al capdavant, porta divuit anys consecutius obtenint el prestigiós reconeixement de la guia vermella i es manté com l'establiment de referència gastronòmica a tot l'Alt Pirineu i l'únic del nostre territori que ostenta aquest prestigiós reconeixement. L'equip del Fogony és format per Zaraida Cotonat com a xef als fogons, **José Antonio Rodríguez** a la sala i el seu fill **Pep Rodríguez**, també a la cuina. El resultat és excepcional, en bona part gràcies a l'**acurada selecció dels ingredients**, molt sovint produïts per ells mateixos. L'afinitat amb el moviment *Slow Food* s'ha concretat amb la creació d'un menú Km0, que conjuga la qualitat dels plats clàssics a preus força ajustats.

El restaurant Disfrutar aconseguieix la tercera estrella Michelin

El Disfrutar ha rubricat un any històric d'ascens a l'Olimp gastronòmic entrant a la selecta categoria de restaurants amb tres estrelles Michelin. La prestigiosa guia ha distingit la proposta avantguardista capitanada per **Mateu Casañas**, **Oriol Castro** i **Eduard Xatruch** amb una nova estrella només cinc mesos després que l'establiment fos escollit com el segon millor restaurant del món pel rànquing 'The World's

50 best'. En la gala, també ha estat premiat **Josep 'Pitu' Roca** del Cellar de Can Roca com a millor sommelier, **Joan Carles Ibáñez**, del Lasarte de Barcelona com a millor cap de sala i **Martina Puigvert**, de les Cols d'Olot, el de millor xef jove.

A més de la que suma el Disfrutar, l'establiment de cuina avantguardista i creativa obert des del 2014 per tres excaps de cuina del Bulli, hi ha hagut dos restaurants més que s'han estrenat amb una. Es tracta del Suto, del xef **Yoshikazu Sutu** (de l'escola del Disfrutar); i el Quirat, de **Víctor Torres**, també a la capital catalana. A l'altra cara de la moneda hi ha l'aposta gastronòmica de **Jordi Cruz** a l'Hotel Cram de Barcelona, l'Angle, que perd una de les dues distincions que tenia. També es queda sense l'estrella que ostentava l'establiment La Cuina de San Simón, a Tossa de Mar (Selva).

L'Emporium de Castelló d'Empúries, dels cuiners **Màrius** i **Joan Jordà**, ha rebut una estrella verda que n'acredita els esforços en pro de la sostenibilitat, la mateixa distinció que ha rebut L'Algadir del Delta, de **Joan Capilla**, a Amposta.

En el llistat d'una estrella la guia hi manté L'Antic Molí (Ulldecona); l'Oria (Barcelona); el Xerta (Barcelona); l'Alkimia (Barcelona); el Dos Palillos (Barcelona); el Hofmann (Barcelona); el Hisop (Barcelona); el Caelis (Barcelona); el Koy Shunka (Barcelona); el Via Veneto (Barcelona); l'Aürt (Barcelona); el Lluerna (Santa Coloma de Gramenet); el Tresmacarrons (El Masnou); L'Ó (Sant Fruitós de Bages); Les Magnòlies (Arbúcies); Can Jubany (Calldenes); Sala (Olost); Els Casals (Sagàs); L'Aliança 1919 d'Anglès; Els Tinars (Llagostera); Massana (Girona); l'Atempo (Barcelona); el Deliranto (Salou); Ca l'Enric (La Vall de Bianya); La Fonda Xesc (Gombrèn); el Rincón de Diego (Cambrils); Can Bosch (Cambrils); el Quatre Molins (Cornudella de Montsant); La Boscana (Bellví); l'Emporium (Castelló d'Empúries); el Castell de Peralada; **el Fogony** (Sort); el Villa Retiro (Xerta); el Malena (Gimenells); Les Moles (Ulldecona); l'Aleia (Barcelona); l'Enigma (Barcelona); l'Slow & Low (Barcelona); el Mont Bar (Barcelona); i el COME by Paco Méndez (Barcelona).

DOSSIER FOGONS DEL PIRINEU
núm: 4 · desembre 2023

Distribució gratuïta

EDITA Edicions Salòria SL
Passeig del Parc, 26 · La Seu d'Urgell
DIRECCIÓ EDITORIAL
Feliu Sirvent
DISSENY I MAQUETACIÓ
www.creativadiseny.cat
COL·LABORADORS
Jordi Massip, Jordi Pardinilla i Amèlia Campoy

Amb el suport de:



Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència



Cafè d'Espanya

ESPAI GASTRONÒMIC

TREMP

Platets, tapes i mitges racions, elaborades i creatives, al centre del poble



La Coma

RESTAURANT

MARTINET

La cuina de sempre amb retocs de modernitat



Ca l'Eudald

HOTEL-RESTAURANT

ALP

Cuina tradicional de Cerdanya amb producte local i carta de temporada



Fonda Farré

RESTAURANT

BARO

Cuina pallaresa de proximitat

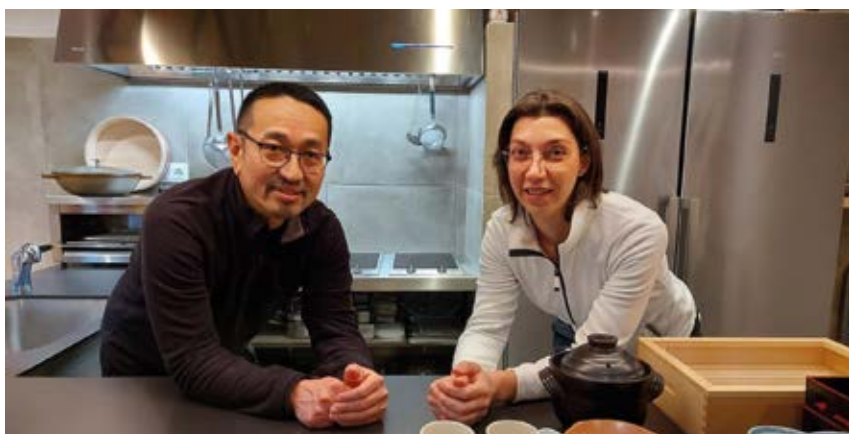


Casa Masover

RESTAURANT

BUIRA

Cuina palleresa amb tocs d'autor i producte de màxima proximitat



Wagokoro Pirineu

RESTAURANT

GERRI DE LA SAL

Cuina japonesa a la vila closa de Gerri de la Sal



Fonda Mas

HOTEL-RESTAURANT

VILALLER

Cuina casolana del Pirineu amb les receptes tradicionals de la padrina



Casa Kiko

RESTAURANT

LLESSUI

Cuina tradicional palleresa amb producte de la Vall d'Àssua



Hotel Segle XX

RESTAURANT

TREMP

Cuina tradicional catalana amb tocs d'autor al bell mig de Tremp



Casa Leonardo

CASA RURAL
HOTEL ECO BOUTIQUE

SENTERADA

Hospitalitat i cuina autòctona pallaresa a la porta de la Vall Fosca



Arbeletxe

RESTAURANT

LA SEU D'URGELL

Cuina amb caràcter i culte pel producte de proximitat



La Borda del Ceretà

RESTAURANT

PUIGCERDÀ

Cuina tradicional de la Cerdanya, creativa i amb producte de mercat



Lo Quiosc

RESTAURANT

TALARN

Cuina fresca i saludable, amb producte local i un entorn natural privilegiat



Hotel Balneari Sant Vicenç

HOTEL-RESTAURANT

ELS BANYS DE SANT VICENÇ

Cuina de muntanya adaptada i elaborada al cor del Baridà



Cafè Pessets

ESPAI GASTRONÒMIC

SORT

Cuina creativa profundament palletera i respectuosa amb el producte local



Can Ventura

RESTAURANT

LLÍVIA

Cuina tradicional catalana de tota la vida amb tocs moderns



Hotel Pessets

**HOTEL-RESTAURANT
i SPA**

SORT

**Cuina pallaresa
tradicional i de nova
creació**



Lo Paller del Coc

ESPAI GASTRONÒMIC

SURP

**Cuina intuïtiva
i essencial a
la Vall d'Àssua**



La Taverna dels Noguers

RESTAURANT

EL PONT DE BAR

**Cuina de temporada
amb les receptes
de sempre**



Hostal Víctor

RESTAURANT

OLIANA

**Cuina tradicional amb
producte local i de
temporada**



Cal Serni

RESTAURANT

CALBINYÀ

**Cuina tradicional
i creativa amb
producte propi**



Ca l'Amador

RESTAURANT

JOSA DE CADÍ

**Cuina tradicional
adaptada i creativa**



Cal Dolcet

HOTEL-RESTAURANT

ALÀS

**els plats tradicionals
de la gastronomia
pirinenca**



Hotel Muntanya

CERDANYA ECORESORT

PRULLANS

**Cuina catalana
amb accent pirinenc**

Joves cuiners

Amèlia Campoy

Cada cop són més els joves que aposten pel Pirineu per a obrir els seus restaurants o els seus establiments gastronòmics que poden anar des de la cuina d'un hotel a una *food truck*. Els joves tenen les seves pròpies receptes i el seu públic. Fan les coses a la seva manera. Però els agrada sorprendre, i aquests darrers anys ho han fet amb nous models de negoci, cuines modernes i d'òrgens molt diversos.

Tanmateix, el futur de la gastronomia pirinenca està assegurat. I promet moltes emocions...

.....



CAN JOSEP

Carretera de La Seu d'Urgell, 12
SORT (Lleida)

Tel. 973 620 176 - 973 620 834

info@hostalcanjosep.com

www.hostalcanjosep.com

Habitacions i restaurant



ASSOCIACIÓ DE PRODUCTORS ARTESANS DE LA COMARCA DE L'ALT URGELL

E-correu menjatlalturgell@gmail.com

Telf: 635660931

MenjatAltUrgell

WWW.MENJATLALTURGELL.CAT

Any rere any, l'associació va caminant amb nous projectes i il·lusions, i això fa que us puguem tornar a oferir els nostres productes mitjançant els típics lots tradicionals del Menja't l'Alt Urgell. Uns lots que us permetran fer un bon tast del que tenim aquí a casa nostra.

Podeu trobar tres propostes, però recordeu que si s'escau, adaptem els lots a les vostres necessitats i suggeriments. No dubteu en consultar-nos per regalar o regalar-vos un Menja't l'Alt Urgell.

Gaudireu dels productes artesans i de proximitat de primera qualitat, lligats a la terra que ens envolta, tot emportant-vos un trosset de comarca a casa.

LOTS DE NADAL 2023

LOT BÀSIC

74€

- 2 DE 4** **FORMATGERIA MAS D'EROLS** 1 FORMATGE DE VACA 300 gr.
FORMATGES L'OLIVA 1 FORMATGE DE CABRA 250 gr.
FORMATGE CASTELL-LLEBRE 1 FORMATGE DE CABRA 750 gr.
FORMATGERIA CAL MAJUBA 1 FORMATGE D'OVELLA 250 gr.

CA L'ANDREU. VEDELLA ECOLÒGICA BROU ECOLÒGIC 1 litre.

CA L'ÀNGEL 1 PURT + 1 BULL NADALENC AMB PANSES.

L'OU DE LA NOSTRA TERRA OUS ECOLÒGICS 6 unitats

TRESORS DEL CADÍ CREMA DE CARRASSÓ 1/2 litre.

CAL CASAL MELMELADA 1 pot 250 gr.

1 DE 2 **ELS CIRERERS BLANCs** MEL 1 pot 500 gr.

MEL ALT URGELL MEL 1 pot 500 gr.

HERBORISTERIA NOGUÉ SAL AROMÀTICA.

L'INFÚS TISSANA FRESCA DEL BOSQ. Bossa 80 gr.

SASTRET'S, SNACKS I APERITIVUS PATATES XIPS. Bossa 150 gr.

CERVERSA VIP PACK 2 CERVESSES 33 cl.

FORN-PASTISSERIA SOLÉ PALLARÈS NEULES 200 gr.

CAL MARGARIT SABONET DE LAVANDA

1 DE 3 **LAURA PATCHWORK** CLAUER D'ANSA DE ROBA.

ART TELER IMANT COR DE PARCELL.

+ SUPLEMENTS

GOURMET + 30€

FRUITS DEL BOSQ I DE LA TERRA TÒPONES 1 pot.

VAL VERMUT L'ESTRELLA + 10€

BAR L'ESTRELLA 2 VERMUTS + OLIVES + SASTRET'S + 2 GILDES

PRODUCTE CONVIDAT + 12€

BATLLIU DE SORT SALVAVINES VI NEGRE 1 ampolla.

LOT DE NADAL

97€

LOT BÀSIC AMB:

CARISMA DE MONTANISSELL VI BLANC 1 ampolla.

FORN-PASTISSERIA SOLÉ PALLARÈS TORRÓ 500 gr.

SEDA LÍQUIDA VERMUT NEGRE DE SAKR 200 ml

LOT LUXE

138€

FORMATGERIA MAS D'EROLS 1 FORMATGE DE VACA 300 gr.

FORMATGES L'OLIVA 1 FORMATGE DE CABRA 250 gr.

FORMATGERIA CASTELL-LLEBRE 1 FORMATGE DE CABRA 750 gr.

FORMATGERIA CAL MAJUBA 1 FORMATGE D'OVELLA 250 gr.

FORMATGERIA BARIDÀ 1 FORMATGE DE TUPÍ 100 gr.

CA L'ANDREU. VEDELLA ECOLÒGICA BROU ECOLÒGIC 1 litre.

TRESORS DEL CADÍ CREMA DE CARRASSÓ 1/2 litre.

L'OU DE LA NOSTRA TERRA OUS ECOLÒGICS 6 unitats.

CA L'ÀNGEL PURT + BULL NADALENC AMB PANSES 1 peça.

CAL CASAL MELMELADA 1 pot 250 gr.

1 DE 2 **ELS CIRERERS BLANCs** MEL 1 pot 500 gr.

MEL ALT URGELL MEL 1 pot 500 gr.

HERBORISTERIA NOGUÉ TISSANA 1 caixa 50 gr.

L'INFÚS GALETES ARTESANES 18 unitats.

NATURA BOLETS CUPS O CARREROLS 1 bossa 20 gr.

SASTRET'S, SNACKS I APERITIVUS PATATES XIPS 1 bossa 150 gr.

CERVERSA VIP PACK 2 CERVESSES 33 cl.

SEDA LÍQUIDA VERMUT NEGRE DE SAKR 200 ml.

CARISMA DE MONTANISSELL VI BLANC 1 ampolla.

CAL MARGARIT SABONET DE LAVANDA

1 DE 2 **LAURA PATCHWORK** CLAUER D'ANSA DE ROBA.

ART TELER IMANT COR DE PARCELL.

FORN-PASTISSERIA SOLÉ PALLARÈS NEULES 200 gr.

+ 2 TORRONS DE 500 gr.

ENS ADEQUÈM AL VOSTRE PRESSUPOST PREPAREM LOTS A MIDA

* Tots els preus amb IVA inclòs. Els lots s'entreguen en caixa gran.

REGALA UN VERMUT!

Vine a la botiga de la Seu d'Urgell, a la plaça Patalín, 2, i podràs comprar un val per regalar de 10 € per fer un vermut al bar l'Estrella de la Seu d'Urgell per a dues persones.

ESTOFAT DE VEDELLA AMB CERVESA D'ARSÈGUEL

RECEPTA ELABORADA
PEL RESTAURANT ELS BANYS DE SANT VICENÇ

Ingredients per 4 racions:

- 500 grs. de carn de vedella per estofar (preferiblement local).
- Farina
- 2 cebes grans
- 4 pastanagues
- 1 c concentrat de tomàquet
- 1 bouquet garni d'herbes
- 150 ml. de cervesa El Gall Negre
- 50 ml. d'oli d'oliva
- Sal i pebre

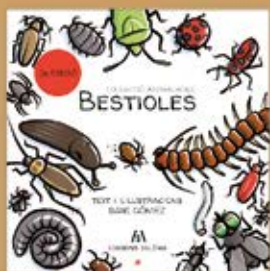
Elaboració

Tallem la carn en daus, els enfarinem i els fregim en una paella. Un cop ben daurats els reservem a part. A la mateixa paella hi afegim la ceba i la pastanaga i deixem que es vagin fent a foc lent,

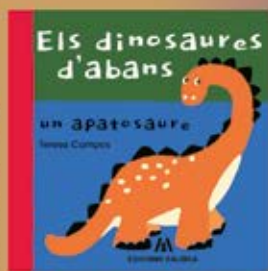


un cop tinguin color hi afegim una cullerada de tomàquet concentrat i ho saltegem uns minuts tot junt. Tot seguit incorporem la carn a la paella i reguem amb la cervesa deixant que s'evapori l'alcohol. Després hi afegim aigua i salpebrem al gust mantenint a foc lent fins a comprovar que la carn està ben cuita. Deixar reposar uns minuts abans de servir.

Natura i aventura



Col·lecció Animalades



Col·lecció Petits Exploradors



Col·lecció Cercadors de Llegendes



Jocs de natura

www.edicionssaloria.com

EDICIONS SALÒRIA

ARRÒS AMB CARRERETES PEPE PLA

RECEPTA ELABORADA
PEL HOTEL RESTAURANT & SPA PESSETS

Ingredients per a 4 persones:

- 4 tasses d'arròs
- 500 g de carreretes tendres (50 g si són seques)
- 4 talls de costella de tocino confitada
- 4 talls de llangonissa de tocino confitada
- Fesols bullits
- ½ ceba
- Brou de carn
- Llard
- Oli d'oliva

Elaboració

Es fa un sofregit de ceba en la mateixa paella que farem l'arròs. Tot seguit hi posem el confitat de tocino (costella i llangonissa) amb el seu greix, el brou, les carreretes i els fesols. Quan arrenqui el bull hi tirem l'arròs i ho deixem coure durant 12 minuts a foc viu remenant de tant en tant perquè l'arròs no s'enganxi, i els 8 últims minuts al forn.



*Cargols a la llauna
carns a la brasa
bons guisats
i peixos*



RESTAURANT
La Coma

Ctra. Nacional 260 (Lleida-Puigcerdà), km. 205
Tel. 973 515 176 · Fax. 973 515 078
25724 Lles · Cerdanya
www.restaurantlacoma.com
A/e.: lacomarestaurant@gmail.com



CAN PUNYETES
R E S T A U R A N T

Carles Pol i Aleu, 4. SORT
Tel. 973 62 14 51



LENGUA DE VEDELLA AMB BOLETS

RECEPTA ELABORADA
PEL HOTEL RESTAURANT CAL DOLCET

Ingredients:

- Una llengua de vedella cuïta
- Sofregit de verdures
- Vi ranci

- Brou de carn
- Oli d'oliva

Elaboració

Bulliu la llengua, peleu-la i talleu-la a rodanxes d'un gruix d'un dit aproximadament. Enfarineu-la, fregiu-la i reserveu-la. Feu un sofregit de verdures amb un manat d'herbes i un gotet de vi ranci. Hi poseu la llengua, el brou de carn i ho deixeu coure 30 minuts a foc mitjà. Després hi afegiu-hi els bolets saltats i a l'últim moment la picada.

Productes artesans
del Pirineu

**XARCUTERIA
Montserrat**



Tel. 873 452 797
xarcuteriamontserrattcb@gmail.com
C. Major, 89 · La Seu d'Urgell

@xarcuteriamontserrat



ELABORACIÓ
PRÒPIA

CANSALADERIA I XARCUTERIA
PERNILLS LLONGANISSES
i demés derivats del porc

Tel. 973 51 00 24
antonivigo.1@gmail.com
C. St. Roc, 1
Bellver de Cerdanya



ERA OLHA ARANESA

RECEPTA ELABORADA
PEL RESTAURANT - HOTEL & SPA CASA IRENE

Ingredients:

· **(Per a la sopa):** Un os de pernil, un os de genoll de vedella, mitja orella i mig morro de porc, 100 gr. de cansalada, ¼ Kg de cuixa de gallina, ¼ Kg de pollastre, una botifarra blanca, una botifarra negra, cua de bou, carrota, capdell de col, col, all, porro, ceba, api, patates, 100 gr. de mongetes, 75 gr. de fideus i 50 gr. d'arròs.

· **(Per a la pilota):** 100 gr. de carn picada de vaca, 100 gr. de carn picada de porc, 1 ou, molla de pa, herbes provençals, pebre i sal.

Elaboració

- En un bol, barregem la carn picada de vaca i porc amb l'ou, la molla de pa i les herbes provençals. Salpebrem i reservem.
- Bullim els ossos de pernil i de vedella amb les carns de porc, gallina i pollastre, la cansalada, la ceba i l'all. Salem a gust.
- Mentrestant, amb la massa fem la pilota, l'enfarinem lleugerament i la passem per l'oli. Un cop fregida, quan l'aigua arrenqui el bull, la incor-



porem amb les carns, deixant-les durant uns 90 -120 m. Després incorporem verdures i hortalisses netes i trossegades, deixant-les cuinar durant uns 60 - 90 m.

· A continuació, incorporem les botifarres i les patates, deixant-les bullir 30 m. Després, afegir els fideus i l'arròs, perllongant la cocció uns altres 20 m. Finalment, afegirem les mongetes cuites i deixarem reposar.

LA AZOTEA
Cafeteria – Bar – Restaurant
al poble de Tremp

US DESITJA BON NADAL!

Rambla Doctor Pearson, 15. Tremp. Tel. 623 502 197

- entrepans
- entrepans “camperos”
- tapes
- plats combinats
- pizzes
- hamburgueses
- torrades
- amanides
- fränkfurts
- i els seus plats internacionals
- cafès, infusions, refrescs, vins...

la_azotea_tremp

cicle GAUDI
Cinema Teatre de Bellesguard i Capçalera

16 DES 20:30

Sala del teatre del Centre Cívic 'Escoles Velles' C/ Escoles, 6 Bellver de Cerdanya

AMB LA PERMÈNCIA DE **MIQUEL ROMANS**, DIRECTOR DE LA PEL·LÍCULA

UN CEL DE PLOM
JACQUES SÉVERAC

Més informació a **ciclegaudi.cat**

Miscel·lània musical
Quartet Prysm



Església de Sant Jaume
28 de desembre, 20h

Entrada: 2 euros (venda a taquilla)
Aforament limitat

SANT SILVESTRE DE BELLVER

16H KIDS
17H ADULTS

31 DESEMBRE

PREMIOS
OBSEQUIIS PER A TOTHOM
DOS PERNIS AMAGATS
RECOMANAT FRONTAL

INSCRIPCIONS:
WWW.GHSPORTS.CAT
WWW.ESPORTSBELLVER.ORG




MERCAT D'OCASIÓ DE MUNTANYA
DEL 2 AL 9 DE DESEMBRE - POLIESPORTIU BOLVIR

DONAL'HI UNA SEGONA VIDA AL TEU MATERIAL DE MUNTANYA, VEN L'EQUIPAMENT QUE JA NO FAS SERVIR !)

COM FUNCIONA I QUI POT PARTICIPAR?
L'oportunitat perfecta per donar una nova vida al teu equipament i trobar grans ofertes per a les teves pròximes aventures.

Mercat d'ocasió de material d'esquí i muntanya del 2 al 9 de desembre a Bolvir. Obert a particulars i empreses que desitgin vendre material en bon estat.

FUNCIONAMENT - Particulars i/o empreses.
Porta el material que vulguis vendre durant els dies d'entrega, l'organització s'encarrega de l'etiquetatge, venda i gestió del material.

Entrega de material: Del 1 al 3 de Desembre - 11 h a 20 h
Recollida de material no venut: Del 10 al 12 Desembre - 11 h a 20 h
*Pasat aquests dies, l'organització no es farà responsable del material.

El 30% de les vendes, serà per l'organització en concepte de gestió de vendes.

NORMATIVA MATERIAL

- Només material de segona mà.
- Material en bon estat, no s'accepta material en mal estat, molt usat o brut.
- Només material tècnic relacionat amb esports de muntanya.
- No s'acceptarà material com: cordes, gorres, guants, ulleres càmer i en general textils, així com petits accessoris (mosquetons, cintes, cantimplors, etc...) ni producte superior a 600€.
- Es faran fotos del material un cop entregat i s'hauran de donar les dades de la persona de contacte.
- No s'acceptaran canvis de preu, de producte, emportar-se el material o altres, un cop hagi començat l'esdeveniment.

Tens dubtes? pots escriure'ns a anna@tipiscerdanya.com

Organitzat per:  **OUTLET CERDANYA** 

@tipiscerdanya
@bellsverdanyia
www.esportscantarra.com

MAG LARI

Strafari



Dimarts 2 de gener 2024

Entrades

Pavelló Esportiu

Entrades

LLÍVIA

Funció: 18:00h



Venda Entrades: entrapolis.com El mateix dia de la funció a taquilla.

AMB EL SUPORT DE L'AJUNTAMENT DE LLÍVIA





Loterías y Apuestas del Estado

**ARA A CARLIN TENIM A LA TEVA DISPOSICIÓ TOTS
ELS JOCS: PRIMITIVA, BONO LOTO, QUINIELA,
EUROMILLONES, LOTERIA NACIONAL...**

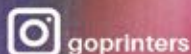


CARLIN

HIPERPAPELERIA - OFIMARKET

Av. Salòria, 30 - 25700 La Seu d'Urgell
Tel.: 973 361 501 - tucarinseu@gmail.com

Seguieu-nos!



Contacta'ns!

T. 973 350 146

pedidos@goprinters.es

goprinters
GRUP IMPRESSOR

**IMPRESSIÓ EN GRAN
FORMAT
DE RETOLACIÓ
DE VEHICLES
I RÈTOLS**

Outlet Cerdanya

X
TIP
/IS
CERDANYA

20
23

POLIESPORTIU DE
BOLVIR



**del 2 al 9
de desembre**

Les millors marques
als millors preus!



ck
Calvin Klein



TSUNAMI

new balance



Petrol
PETROL INDUSTRIES



IMAGINAR, ÉS PAS PRIMER PER A REALITZAR

Relat aplicable a Ucraïna, a Palestina, a totes les guerres i violències, petites i grans.

IMAGINA

Rússia va començar a envair, Ucraïna a resistir i mig món a tremolar. Ràpid, tots contra el malvat Putin: la guerra estava en marxa. Fins on arribaria? Llavors es va produir un fet insòlit, que va marcar un abans i un després en la història de la humanitat. Alarmades, persones molt rellevants de tot el món, van difondre un missatge urgent: una lúcida crida a reaccionar prest. Molta gent van comprendre, que podíem estar al principi d'una tercera guerra mundial, potser nuclear. La por, i seguidament una gran onada de consciència i compromís es va escampar. Arreu va haver-hi moltes accions de protesta i enormes i seguides manifestacions a favor de la pau.

(Per què, davant del genocidi a Gaza, no hi ha una reacció global per aturar-lo? Qui calla atorga).

NECESSITEM APRENDRE A PRACTICAR LA NO-VIOLÈNCIA

El govern ucraïnès (o Hamàs), es va adonar que, per protegir la seva població, els béns materials i l'estabilitat mundial, la guerra era el pitjor camí. Deixant les armes i ajudats pel poble, van respondre a l'agressió amb resistència no-violenta. No trobant oposició armada, triomfants, els russos (o els jueus), avançaren sense fer grans estralls. Tanmateix, la persistent no-col·laboració i l'obstrucció pacífica, sumada a una gran pressió internacional, va abocar els invasors a una situació absurda i ridícula, racionalment i èticament insostenible.

NECESSITEM, CULTIVAR L'EMPATIA I LA INTEL·LIGÈNCIA

Els governs mundials, encarats a les seves elits i poblacions conscienciades i actives van rectificar, i junts van convenir en retirar les tropes i negociar. Així, llevat d'algun inevitable accident, no va haver-hi morts, ni ferits, ni refugiats.

Tampoc sancions, gasoductes tancats, cereals bloquejats, inflació galopant, rearmament... Ni perill de guerra biològica, nuclear o altre. Cap població va ser bombardejada, ni es va destruir cap estructura important.

NECESSITEM ATURAR, SUPERAR LA VIOLÈNCIA ANCESTRAL

Qüestionant el bel·licisme atàvic, aquests fets sense precedents han reactivat el pacifisme natural, la comprensió profunda, que la pau sempre és preferible a la guerra, perquè la violència condueix a més violència, a crueltats immenses, a vencedors prepotents i a vençuts oprimits i traumatitzats. Així fent, la injustícia i l'abús persisteixen, i tard o d'hora ressorgeix el conflicte. És un continu batallar, desastre i mort forçada. Quant patiment!, pobra humanitat. Frenar aquesta inèrcia fatídica semblava impossible, però s'està fent real.

PER EVITAR UN COL·LAPSE, NECESSITEM CANVIS PROFUNDS

IMAGINA

Que per primera vegada, l'antic, irracional i poderós instint guerrer, ha estat sobrepassat. El seny, la intel·ligència, la bondat, estan superant la barbàrie. La mobilització massiva i perseverant ho ha aconseguit. Demostrant als violents, que la llei del més fort, astut i cruel, continua sent vàlida per a molts animals, però ja no per als humans. Que els ambiciosos dirigents de les grans nacions, totes les guerres que han provocat en llur absurda, cega i homicida brega per l'hegemonia, són una broma, en comparació amb les que poden actualment ocasionar. Que la concòrdia ha substituït a la discòrdia, que si volem, podem evitar una guerra i caos mundial i convertir el planeta en un paradís.

VIA UN MÓN MILLOR, NECESSITEM ASSUMIR LA INTERDEPENDÈNCIA

Accedir a una nova era. Comprendre que la guerra no la guanya ningú, sinó que la perd tothom; que la cobdícia i la violència crònica, entre humans i envers la naturalesa és nefasta. Que està generant un desastre humanitari i ecològic colossal, del qual ningú quedarà exclòs. Cal fer-se conscients de la interdependència global. Entendre, que més enllà de les diferències tots som subjectes iguals en dignitat, drets i deures. Que només el respecte i l'estimació recíproca són garantia de benestar i pau duradora.

URGENTMENT, NECESSITEM IMPLEMENTAR UN NOU PARADIGMA

Implica pacificar la relació entre persones i entre nacions. Respectar la natura, a tots els éssers i a totes les coses. Cal aplicar els recursos humans, tècnics, científics, culturals, econòmics... no a la guerra sinó a la pau.

NECESSITEM UN CANVI DE MENTALITAT. COMENÇA EN CADASCÚ

Cada dia, és una ocasió de practicar. Per al teu bé i el de tots, no te la perdís!

Expandit, trobaràs aquest escrit a www.terraindia.cat > Xarxa blogs > Ucraïna > Palestina.



CAMINS DE PAU
TERRAINDIA.CAT



20 anys de l'EOI a la Seu d'Urgell

REDACCIÓ • La Seu d'Urgell

Al'EOI hem celebrat, celebrem i celebrarem les Festes de Nadal, les d'aquí, les d'allà i les de més enllà. Tot comença amb les postals de Nadal. Durant molts cursos, tot l'equip del Taller Claror ens en ha fetes unes d'artesanals, de km 1'75 i precioses que enviàvem per correu postal. Ara, fem un concurs entre els alumnes, que també són molt creatius, i les enviem per correu... electrònic.

El concurs en marxa, toca la decoració de la «Casa». Això tampoc no pot faltar-hi! I cada dos anys, l'«Amic Invisible» entre els Companys de l'Escola.

Aprofitant la «Sort-Connexion» directa que teníem amb el company Pepito, la loteria no ens ha fet milionaris, però algun any ens han tornat els diners i això sempre fa il·lusió. Ara, a La Seu, que de sort també ens en porta!

I què més hem fet, fem i farem?

L'any passat vàrem parar per primera vegada la taula del «Thanksgiving» americà a l'entrada de l'Escola. Els bons coneixedors diuen que als Estats Units se celebra més aquesta data que Nadal. També parlem dels «marchés de Noël» i de «Saint-Nicolas» pel 6 de desembre, una tradició europea que se celebra a Bèlgica, Suïssa i a les regions del nord i est franceses.

Sempre tenim una activitat conjunta amb els alumnes de tots dos idiomes el darrer dia de classe d'aquest primer trimestre, com se sol fer als centres educatius.

Vàrem començar cantant tots junts en alemany, anglès i francès i menjant, «of course», a una de les aules del costat de la secretaria del Brudieu. Aquí mateix vàrem fer els primers concursos de pastissos i altres menges. Entre les dolçors exquisides d'aquella primera etapa, recordem molt especialment unes pastes de te que ens va portar un alumne d'anglès, un artista en diferents vessants i que tots coneixeu, sí, sí, el Francisco de... Paisatges! Per a alguns de nosaltres fan de madeleine de Proust de Nadal i si encara no les heu provades, feu-ho!

Actualment, mireu el nostre Instagram @eoilaseu i veureu l'«evolució» d'aquesta celebració i el nivell «top chef» que tenen els nostres alumnes. El concurs de pastissos, no només el fem a les classes de La Seu, a Puigcerdà també i a Sort fan el beure de Nadal al Cafè Pessets.

Depèn del curs, també hem proposat xerrades en anglès i francès de tradicions de Nadal dels racons de món on es parlen aquestes llengües. A vegades, en col·laboració amb l'equip de l'Oficina Jove. D'altres vegades amb editorials com Oxford, d'altres, amb «concerts pedagògics» com els anomena ella, la Cécilia Debergh, una veu, un bon rotllo... «à ne pas rater»!

I, d'altres, amb amics dels professors i tot: des de Setatle en anglès. Com fer la tradicional «bûche de Noël», en francès.

Un any, concert de Nadal amb Monnie and the Awesome Boys, cançons en diferents idiomes i que ens van fer aixecar de les cadires per cantar i ballar. Si teniu ocasió, «Don't miss them»! El curs passat, un taller de «Christmas Carols» amb la magnífica Eva Sauret.



A les aules, també fem activitats de les diferents competències entorn d'aquesta temàtica cultural. Tenim els «wishes» d'Any Nou declinats de diferents maneres, el curs passat en forma de resolució de consum responsable segons l'ODD-13 «Consum i Producció Responsables». A vegades també fem l'«amic invisible» amb intercanvi de regals que no es poden comprar i que s'han de confeccionar segons les pistes que ens donem. Cantem, fem jocs de vocabulari... aquestes «coses».

La nostra Biblioteca també es vesteix de Nadal i ofereix una exposició amb documents d'aquest tema que els tres súper Bibliotecaris s'encarreguen de seleccionar, muntar i deixar en préstec als alumnes i al professorat. A més a més, en motiu del nostre tema monogràfic, la lectura, és la protagonista especial d'aquest curs.

I alguna cosa més farem... que encara no us expliquem, però estigueu al cas de les nostres xarxes, que tot hom de La Seu i comarques veïnes hi sou, sereu, convidats! Si teniu família i/o amics a l'EOI, també podeu anar preguntant!

De moment, a very Joyeux Christmas and Heureux Nouvel Year 2024, per a tots els lectors de VIURE ALS PIRINEUS i... per als Minairons, que també tindran feina, i els Tions!



**SERVEI DE MUDANCES I ENCÀRRECS,
BUIDAT DE PISOS I LLOGUER
DE PLATAFORMA ELEVADORA**

www.grapats.com | Tel. 665 777 999

Pol. Ind. La Seu, c/E, núm. 24 | 25700 La Seu d'Urgell



CONSTRUCCIONES
ANDRÉ DE SOUSA, S.L.

- Obra nueva
- Todo tipo de reformas
- Trabajos en pladur y yeso
- Rebozados, monocapas y microcemento
- Aislamientos térmicos y acústicos
- Impermeabilización de terrazas
- Alicatados
- Cocinas y baños
- Pintura y decoración

Disfrutamos con lo que hacemos

Joaquim Viola, 9 Baixos · 25700 · La Seu d'Urgell • Tel. 973 361 320 - administracion@andresousa.eu

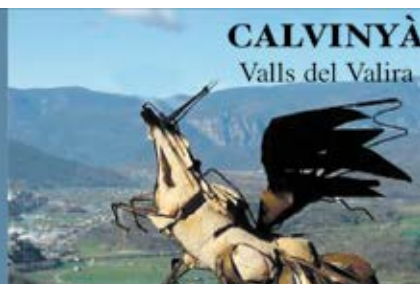


**Espai cultural,
lúdic i gastronòmic**

Cal Serni

www.calserni.com

Tel: 973 35 28 09



CALVINYÀ
Valls del Valira



**DESPERTANT
TERRAINDIA.CAT**



MÉS DE

25 anys



Abans



Després


NOU ESPAI!
 RESTAURACIÓ DE SEIENTS

Polígon Ind. La Seu
 C/D, núm. 21
 25700 La Seu d'Urgell
pirineuautomocio@gmail.com
nissanseu@gmail.com

Tel.: 973 35 10 69
 973 35 00 66


THULE


Ja et pots descarregar
 gratuïtament l'App
 de VIURE ALS PIRINEUS
 al teu telèfon!

 DISPONIBLE A APP STORE

 DISPONIBLE A GOOGLE PLAY

Espai Charli
PAISATGISME


Servei de Jardineria · Instal·lació i
 manteniment de regs · Paisatgisme

☎ 0034 635 66 80 61
 ✉ espaicharli@gmail.com
 @espaicharli



CANVIANT DE MENTALITAT
TERRAININDIA.CAT



Ascensors SALES



Solucions en elevació i accessibilitat

- Ascensors
- Plataformes
- Cadires puja escales
- Munta plats
- Munta càrregues
- Munta cotxes
- Instal·lació
- Manteniment
- Rehabilitacions
- Modernitzacions
- Projectes a mida
- Finançament a mida



GSM

INSTAL·LACIÓ DE
TELÈFON DE CABINA



SERVEI REPARACIÓ
AVARIES 24 HORES



ESTUDIS
EFICIÈNCIA ENERGÈTICA

902 158 353

www.ascensorssales.com

F1 PNEUMÀTICS



Pneumàtic multimarca moto i cotxe

Alineacions sense contacte amb el vehicle via digital per làser



F1 PNEUMÀTICS

**DESCOMpte
ESPECIAL!**

Retalla
aquest cupó i
obtindràs un
descompte

☎ +376 723 923 📞 +376 613 199 ✉ pneumatics1@andorra.ad

📍 Av. d'Enclar, 22 · AD500 Andorra la Vella (Santa Coloma)

Comerç
i
Serveis

Anuncia't a Viure als Pirineus

Mòbil. 699 24 18 71

Telf. 973 98 91 62

www.viurealspirineus.cat



Avda. Catalunya, 28 Acc - 17527 Llívia
Telf: 972896403 - autoservicio@lusitalia.es



Avda. Catalunya, 28 Acc - 17527 Llívia
Telf: 972896161 - lliviamoda@lusitalia.es

Compro antiguitats

Eines del camp, joguines antigues,
paper i cartells publicitaris antics,
motos Vespa, antiguitats en general.
Podeu trucar sense compromís.

677 424 143

**CERDANYA PINTURA
I DECORACIÓ S.L.**

TEL. 620 261 779

C/. JULIA LYBICA 5, 1er 1a
17527 LLÍVIA



**JULI VIAYNA
FUSTERIA**

ESCALES, BARANES, REFORMES...

Raval, 50 - Tel. 669 334 946
17527 Llívia (Girona)



- Reformes integrals
- Col·locació de Pladur
- Realització de xemeneies i barbacoes
- Col·locació de pedra
- Impermeabilització i realització de terrasses
- Manteniment de comunitats de paleta



667 673 320 616 071 989 637 705 074

reformasfito.s.c@hotmail.com



**SEGALIA
CERDANYA S.L.**

SUBMINISTRE I COL·LOCACIÓ DE PEDRA
VENDA DE MARBRES, GRANITS I SILESTONE
info@segalia.com - Tel. 972 89 05 26

Es ven llicència de taxi
de la Seu d'Urgell per jubilació.

Tel: 649 311 831

Manel Ruiz

CORREDOR D'ASSEGURANCES

N. REG. DGPC: P99GC

c/ Cerdanya, 13
17520 PUIGCERDÀ
Tel. 972 88 05 11
Fax 972 88 11 05

SARASA, SCP
SERVEI TÈCNIC OFICIAL

Carretera de Vilallobent, 15, local 2
Tels. 972 882 185 - 639 141 829

IMMERGAS

ARISTON

Beretta

FLECK

MANAUT



www.viurealspirineus.cat

núm: 262 · desembre 2023

Distribució gratuïta
EDITA

Edicions Salòria SL
Passeig del Parc, 26 · La Seu d'Urgell

DIRECCIÓ EDITORIAL
Marcel·lí Pascual - Feliu Sirvent

DISSENY I MAQUETACIÓ

www.creativadissey.com

Imprimeix: GoPrinters La Seu d'Urgell

DL L 701-2002

www.viurealspirineus.cat

viurealspirineus@gmail.com

Tel: 699241871

L'empresa no es fa responsable de les
opinions els col·laboradors de la revista.

[viurealspirineus](https://www.facebook.com/viurealspirineus)

[@viurealspirineus_](https://www.instagram.com/viurealspirineus_)

[@AmicsPirineu](https://twitter.com/AmicsPirineu)

amic associació
d'amigues
d'informació
i comunicació

TAXI

SERVEI DIARI DE TAXIS
ANDORRA - LA SEU D'URGELL - BARCELONA

Sortida La Seu, 7 h. - diumenge, 15h30.
Sortida Barcelona, 14-15 h. - diumenge, 20 h.

Servei PORTA a PORTA
Viatges concertats
Viatges a l'aeroport

Possibilitat de pagar amb targeta
VISA  

JOAN 650 65 51 96 

TAXI **SERVEI DIARI A BARCELONA**

DAVID
www.taxialturgell.com

Sortida Andorra: 6:30h
Sortida la Seu d'Urgell: 7h (i de tot l'Alt Urgell)
Sortida Barcelona: 15h

Mòbil: 620 69 26 43
Telèfon Seu: 973 35 10 76
Servei "porta a porta"

TAXI
DIARI A BARCELONA

Marisa Reyero

Sortida:
7 del matí, de dilluns a dissabte
Tornada: a les 15 h
Tel. 657 913 368
973 30 25 64

La Seu d'Urgell 


TAXI DIARI LLEIDA
659 965 135

Sortida de la Seu: 7H
Tornada de Lleida: 14H

Pagament:   bizum

www.taxialiart.com

taxi BARCELONA

LA SEU D'URGELL - BARCELONA
Mòb. 606 804 708

sortida LA SEU 7h00 sortida BARCELONA 15h00

 taxi d'1 a 7 persones |  servei aeroport |  viatges privats

servei diari CARLOS NAVINÉS

www.edicionssaloria.com

Llibres del Pirineu



AltUrgellFibra 
la fibra òptica de tots

  873 450 400
info@alturgellfibra.cat
www.alturgellfibra.cat

 AltUrgellFibra  alt.urgell.fibra  alturgellFibra

Pirineus Mòbil 
cobertura d'alçada

  873 450 444
info@pirineusmobil.cat
www.pirineusmobil.cat

 pirineusmobil  pirineus.mobil

ANUNCIS BREUS

Compro antiguitats, caixes de purs antigues i joguines

Scalextric, Nancy, Madelman,
Geyperman, etc...

Podeu trucar sense compromís.

677 424 143

Empresa de comunicació del Pirineu vol incorporar comercial al seu equip

Enviar currículum a:
viurealspirineus@yahoo.com

Servei Verd de Tremp

per a tots els amants de les
plantes i apassionats de la
jardineria

973 65 26 63

658 973 782

PROBLEMES ECONÒMICS?

La Llei de Segona
Oportunitat et pot ajudar

TRUCA'NS i ho estudiarem
Tel. 651 72 24 46

Es lloga local
acabat per a forn,
cafeteria, pizzeria,
pastisseria o similar
Carrer Major de la
Seu d'Urgell

973 36 00 68



**MÚTUA
DE L'ALT
PIRINEU**

AMB CENTRES A
LA SEU, BARCELONA,
LLEIDA, ANDORRA
I ARA AMB MÉS SERVEIS
A PUIGCERDÀ.
**TENIM NOU SERVEI
DE PEDIATRIA
A LA SEU.**



Bon Nadal!

TRANQUIL·LITAT EN SALUT PER A TOTA UNA VIDA

MÚTUA DE L'ALT PIRINEU, MPS

Oficines: c. Sant Agustí, 25 · 25700 La Seu d'Urgell

**Truca'ns
i parlem!
973 36 02 90**

www.mutuaaltpirineu.com