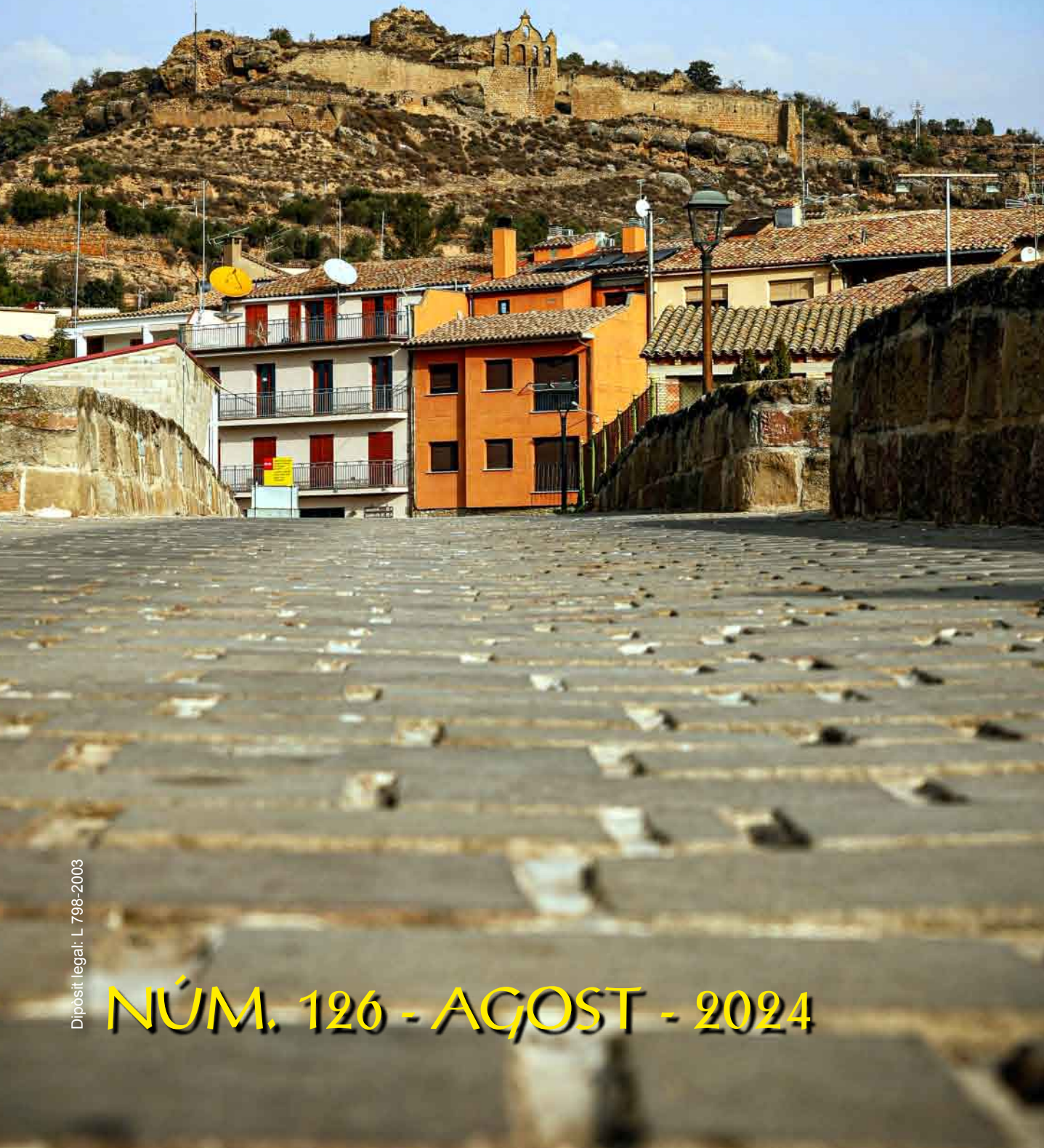


Llobre2ós

informatiu anys
2003-2023



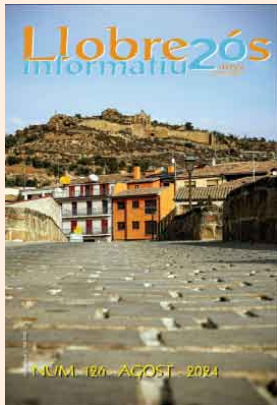
Dipòsit legal: L 798-2003

NÚM. 126 - AGOST - 2024

A la coberta

Identitats i fragilitats

El Castell de Sanaüja des del pont romànic



Què defineix la identitat d'un poble? Sens dubte aquesta és una qüestió multifactorial, però que també va lligada a com ens relacionem amb el nostre patrimoni. És per això que si Sanaüja fos una "marca", la seva identitat visual o corporativa vindria donada pel perfil de la singular façana del seu Castell, un dels més antics de la Vall. L'any 1583 hi fou ordenat prevere un jove Josep de Calassanç, que més tard es convertí en fundador de la congregació de l'Escola Pia, que tenia com a objectiu procurar educació a tots els infants de manera gratuïta. Han passat quatre-cents anys i des de la institució actual

dels Escolapis hi ha un gran interès en la figura històrica del seu fundador, que malgrat haver nascut a la Ribagorça aragonesa, no tan sols era catalanoparlant, sinó que va produir bona part de la seva documentació escrita en la nostra llengua. Així mateix, dos anys després de l'ordenació de Sant Josep de Calassanç al castell de Sanaüja, tornava a Catalunya Joan Bulló i Roca, il·lustre sanaüjenc i frare carmelità, que al nostre país va fundar vint convents i a Castella havia fet una gran feina per la propagació d'aquesta nova orde fundada per Santa Teresa de Jesús, amb qui el "Pare Roca" s'escrivia. Però l'any 1603 fou, diguem-ne, "depurat" i retornat novament a Castella, en part per les seves normes pastorals que dictaven que els religiosos parlessin i prediquessin sempre en català. Tot plegat són vicissituds de fa més de quatre-cents anys, però que posen de manifest que personatges importants vinculats a Sanaüja defensaren l'ús del català en el seu moment. M'ha semblat pertinent recordar-ho, ara que la nostra llengua pateix una situació de fragilitat extrema. La solidesa de les pedres antigues i la història com a antídote necessari contra la desmemòria i la manipulació.

Text: Maria Garganté
Foto: Adrià Torres

A l'interior... destaquem:

Editorial, pàg. 3

Noticiari, pàg. 5

De la Vall, pàg. 22

Els oficis de la Vall, pàg. 27

La nostra Entitat, pàg. 28

Amb el vostre permís, pàg. 32

El secret de les paraules, pàg. 35

Neurones i llimones, pàg. 36

La Vall de Forest, pàg. 38

Cinema, pàg. 39

La Talaia, pàg. 40

No em feu cas, pàg. 41

Pel broc gros, pàg. 42

Psicologia familiar, pàg. 44

Pedagogia, pàg. 45

Monòleg, pàg. 46

Passatemp, pàg. 48

Llibre recomanat, pàg. 50

La nostra cuina, pàg. 51

Esports, pàg. 52

Foto per recordar, pàg. 54

EDITA:



Associació del Patrimoni Artístic i Cultural de Torà (ÀPACT)
c/ Baix, 8
25750 TORÀ - Tel. 649 352 877
apact@apactora.org

Subscripcions i publicitat:
Ramon Torné, tel. 973 473 265

CONSELL DE REDACCIÓ:

Antònia Balagué, Maria Garganté, Jordi Llauradó,
Ari Martin, Maria Morros, Toni Padullés, Silvia Peribáñez, Ramon Torné, Josep Verdés, Daniel Vidal, Rosa Vila.

Coordina: Fermí Manteca

COLLABORADORS HABITUALS

Núria Bagà, Roger Besora, Anna Cantacorps,
Adrià Castellà, Montse Miquel, Antoni Montrouig,
Vanesa Pérez, Toni Pinós, Jordi Prat, Josep M. Rius,
Sergi Torrecasana, Jordi Vilagut, Josep A. Vilalta.

COLLABOREN EN AQUEST NÚMERO

Meritxell Argerich, Ester Closa, Marta Miravet,
Cristina Querol, Xavier Sunyer, Dolores Tolosa.

Subscripció anual: 16,00 Euros
A l'estranger: consultar preus
Número solt: 3,00 Euros

Dipòsit legal: L 798-2003
Disseny i maquetació: Fermí Manteca
Impressió: Impremta Barnola (Guissona)
Tiratge: 700 exemplars



Aquest número està imprès en paper ecològic, elaborat sense clor

Membre de

 **ACPC**
Associació Catalana
de la Premsa Comarcal

LLOBREGÓS INFORMATIU no és fa responsable ni subscriu necessàriament les opinions expressades pels autors dels articles publicats.



Editorial

Amb aquesta revista d'estiu, cloem l'any que hem complert el 20è aniversari de l'aparició de la nostra publicació. Ho vam celebrar amb un número especial i amb l'edició del llibre "La cuina del Llobregós", que ha tingut una acceptació formidable, Durant tot l'any hem recordat en la nostra capçalera aquesta efemèride jugant amb el nostre logo i el número 20 incrustat, dissenyat pel col·laborador David Espuña.

Volem donar les gràcies a totes les persones i empreses que fan possible cada dos mesos que una publicació local com la nostra persisteixi en el temps i s'hagi convertit en portaveu de la vida que sura i sobreviu en els pobles de la nostra Vall del Llobregós.

Obrim, doncs, una nova etapa amb visió de futur, amb l'esperança d'incorporar nous col·laboradors joves perquè la revista tingui l'empenta que des de sempre ha tingut (o més), gràcies al voluntariat que hi ha darrere de cada pàgina, de cada fotografia, de cada línia d'un mitjà de comunicació tan nostre, que ha convertit la Vall del Llobregós en un referent per a tots.

Bones vacances, si en feu!



www.llobregos.info



info@llobregos.info

AMB EL SUPORT DE



Generalitat de Catalunya
Departament
de la Presidència



Diputació de Lleida



INSTITUT
ESTUDIS
ILERDENCOS



Enriqueta S.C.P.

perruqueria **unisex**

C/ Vall, 2 - Tel. 973 47 31 57 -TORÀ (Lleida)



"La casa del pa i la coca"

Ctra. de Ponts, s/n
08281
Castellfollit de Riubregós
Tel. 93 869 30 38

BAR-RESTAURANT



Isaac Soteras

INSTAL·LACIONS, LAMPISTERIA
I MANTENIMENT

c/ Sense Cap, 9 - 25750 Torà
T. 625 53 17 43
E-mail: isaacsoteraslampista@hotmail.es
Lampisteria Isaac Soteras



EXCAVACIONS DUOCASTELLA



OFICINA CASTELLTALLAT
93 743 30 52 - 973 47 31 63
Cal Marquet de Castelltallat
08263 Sant Mateu de Bages

OFICINA CABRIANES
93 876 06 25
C/ Caseta d'En camp
08650 Sallent

www.excavacionsduocastella.com

664 61 00 53 @excavacionsduocastella

EXCAVACIONS, OBRA CIVIL, RESTAURACIÓ I REHABILITACIÓ, CAMINS,
ESCULLERES I MURS DE PEDRA, TREBALLS FERROVIARIS, GESTIÓ FORESTAL I
AGRÍCOLA, REORDENAMENT MEDIOAMBIENTAL I EMERGENCIES



TORRE DE VALLFEROSA

NOVA VISITA!

Visita regular cada
diumenge a les 11h

Entrades ja disponibles a
entradessolsones.com

SOLSONA
experience

Contacta per a
més horaris i grups particulars

La cuina del Llobregós

Les cuineres i els cuiners



una publicació de **Llobregós**

**Regala cuina...
Regala Llobregós,
el regal
més saborós**

**El trobaràs a
la llibreria**

Una toranesa, excel·lent en Selectivitat



Redacció.- La toranesa Ksènia Broslavskaya, nascuda ara fa 18 anys en aquesta vila de la Vall del Llobregós, ha obtingut un excel·lent en les proves de Selectivitat per l'accés a la Universitat, amb una qualificació global de 13,25 sobre 14. És de remarcar el resultat en les proves de matemàtiques i llatí, on ha obtingut un 10 en sengles assignatures i la nota mitjana en totes les proves ha estat de les més altes, amb un 9,25. L'origen

familiar de la Ksènia és Moldàvia i va cursar la primària a l'escola Sant Gil de Torà i tant l'ESO com el batxillerat a l'institut Alexandre de Riquer de Calaf. Ens ha manifestat que la seva intenció és estudiar Dret a la Universitat Pompeu Fabra de Barcelona i que les seves aficcions són llegir, escoltar música i sortir amb els amics. Des d'aquí ens hi congratulem i li desitgem molta sort en el seu futur.

Trenta anys de gimnàstica de la Gent Gran a Biosca



Jordi Llauradó i Jaume Font.- Ja fa trenta anys que els socis i sòcies del Grup de la Gent Gran de Biosca van decidir fer gimnàstica de manteniment per a tota la població. D'ençà dels inicis han passat monitores i monitors, han estat en diferents locals del poble, han aconseguit tot tipus de material de gimnàstica i,

per sobre de tot, han après a millorar la flexibilitat i a mantenir el cor amb salut. El mes de juny va acabar la temporada on la Judit els ha fet esforçar i, fins i tot, suar la samarreta. El grup agraeix a l'Ajuntament la seva voluntat d'ajudar i preservar en aquest servei. Moltes gràcies a tots i totes!

Projecte “l’Univers” a l’Escola Sant Roc de Castellfollit



Escola Sant Roc.- Al tercer trimestre, l'alumnat va decidir començar el projecte de l'Univers. Així doncs, vam posar en comú aquelles coses que ens agradaria saber i descobrir. Van sortir molts temes i moltes curiositats i va sorgir la idea de crear grups de treball. Cada grup s'encarregaria d'un tema (buscar informació, crear una maqueta, presentació...) i com-

partir-ho amb la resta de companys i companyes. Els altres reptes que volien aconseguir, i no es van treballar en grup, els vam elaborar a partir d'estacions d'aprenentatge. Com a cloenda del projecte l'Ajuntament ens va obsequiar amb una excursió a l'observatori astronòmic de Pujalt. Moltes gràcies, Ajuntament! Vam aprendre un munt de coses!

Cloenda del curs “Les emocions al plat”, a Vicfred



Josep Verdés.- El passat 9 de juliol es va donar per finalitzat el curs que ha estat impartit per la psicòloga Carla Castellà. L'últim dia els assistents al curs van poder gaudir també de la xerrada del nutricionista Lluís Inocente i seguidament tots

van poder fer d'un bon esmorzar preparat per a l'ocasió. El curs en general ha agradat molt a tothom i és molt probable que se'n facin d'altres de semblants per la bona acollida que ha tingut entre els veïns.

El Punt d'Empresa de Solsona es presenta a Torà



Ramon Torné.- El passat 17 de juny va tenir lloc a l'Ajuntament de Torà la presentació dels serveis "Punt d'Empresa", de l'Agència de Desenvolupament Local de Solsona i Cardona (ADLSOLCAR). L'objectiu n'era donar a conèixer als empresaris, comerciants, autònoms i emprenedors de Torà i Biosca els serveis que gestiona i ofereix aquesta entitat, entre els quals la formació per a empresaris i treballadors, l'assessorament per a la creació de noves empreses, facilitar l'accés a finançament i subvencions i la promoció del comerç local.

L'acte, al que van assistir una bona representació dels dos municipis, va comptar amb la participació del president del Consell Comarcal del Solsonès, els alcaldes de Biosca i Torà, la directora de ADLSOLCAR i representants de l'Associació Empreses del Solsonès, el president de la qual va remarcar els beneficis que comporta ser-ne soci. Per la seva part, l'alcaldesa de Torà va agrair al Consell Comarcal i a tots els presents la bona acollida que dispensen al teixit empresarial dels dos nous municipis de la comarca.

La Flama del Canigó a Sanaüja



Toni Padullés Rius.- Un any més la flama del Canigó, que ja fa seixanta anys que s'encén al castell de Perpinyà, va arribar a Sanaüja la nit de Sant Joan. Per fer la rebuda s'hi va aplegar una bona

colla de gent i dos dels regidors de l'Ajuntament van llegir el manifest escrit per Núria Cadenes per a l'ocasió, que emfatitza "Som el poble de la Flama del Canigó".

cafeteria · pastisseria · restaurant · pizzeria · gelateria



batist

Tel. 973 55 16 98
C/. Sant Pol, 13
25210 GUISSONA



MATERIALS PER A LA CONSTRUCCIÓ
BANY I COMPLEMENTS

JORDI VILAR, S.L

Ctra. Manresa, km. 50 - 25280 SOLSONA
Tel. 973 48 2077 - Fax 973 48 2373



Hostal de Pinós

973 473 062 - 687 528 057

Pl. del Santuari, s/n
25287 Pinós

www.restaurantdepinos.com

(Dimarts tancat, excepte festius)

El detall

Floristeria



☎ 655 511 655

📧 @floristeria_al_detall

✉ floristeriaaldetall@floristeriaaldetall.cat

📍 Plaça de la Creu, 10, 25750 Torà, Lleida



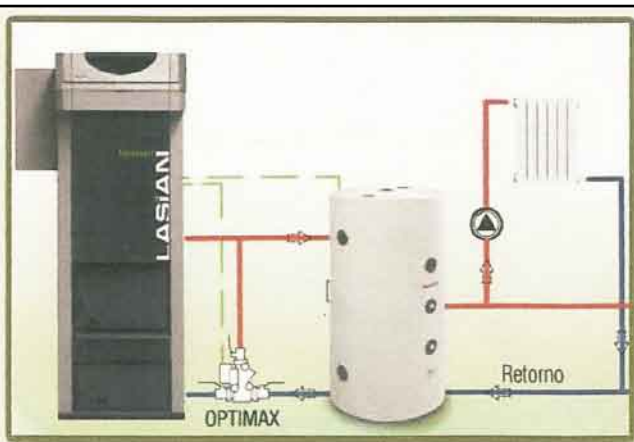
Alba: 626 648 961

JOSEP ALARCON

Aire Condicionat,
Calefacció,
Aigua i Biomasa

Tel. 973 47 32 67
C/ Eres 17,
25750 Torà LLEIDA

jaf@viladetora.net



Primer “Trasto Market” a Torà



Ramon Torné.- El passat dia 15 de juny, l'Ajuntament de Torà va organitzar el primer “Trasto Market”, amb el lema “Treu les andròmines de casa” i convidava a tothom a posar a la venda les coses que no li feien servei o que estaven cansats de veure a casa. La crida va tenir èxit i foren més

de quinze les parades que es varen muntar a la plaça del Pati i la plaça del Vall, tant de gent de Torà com de forasters, oferint tota mena d'articles. També varen ser molts els compradors i curiosos que s'aplegaren al dos indrets durant les quatre hores que durà el mercat.

Final de curs a l'escola Sant Roc de Castellfollit



Escola Sant Roc.- L'alumnat va acabar el curs escolar el dia 21 de juny. El professorat està content de com ha evolucionat el curs. A l'abril vam tenir l'alegria d'augmentar l'escola amb la incorporació del Biel i el Blai. Ara ja som 13 alumnes.

L'últim dia d'escola vam fer una festa de comiat

per als alumnes que marxen: dedicatòries, reglets i els millors desitjos pels tres xicots que ens deixen. A les 11,30 h l'AFE ens va preparar una sèrie de jocs d'aigua molt divertits al poliesportiu del poble. Moltes gràcies! L'escola Sant Roc us desitja un molt bon estiu!

Dinar dels caçadors a Vicfred



Josep Verdés. - El passat 18 de maig es va celebrar un dinar organitzat pel nou grup de caçadors que té arrendat el coto del poble de Vicfred. Hi estaven convidats tots els que tenen terres al municipi. Entre caçadors i propietaris es van reunir al voltant de taula trenta-set persones. Després d'uns aperitius a manera d'entrants

hi van servir una bona paella que els mateixos caçadors havien preparat allí mateix. La trobada va servir per donar-se a conèixer als veïns del poble i intercanviar impressions i anècdotes de com havia anat la seva primera temporada de caça pel terme de Vicfred i de com s'encararien les properes campanyes.

Revetlla de Sant Joan a Castellfollit



Cristina Querol. - Enguany, a Castellfollit, s'ha celebrat una revetlla de Sant Joan molt especial. Vam tenir l'honor d'organitzar-la des de l'acabada de fundar Associació de Joves, tot i que també vam rebre el suport i l'ajuda de tot el poble. La revetlla va començar a quarts de set, en arribar a la vila un grup de ciclistes amb la flama del Canigó a les mans. Els vilatans els esperaven amb refrigeri a l'entrada del poble. A la vesprada, ens vam reunir a la plaça, al costat de la foguera, per sopar.

El menjar va consistir en un pica-pica, una coca de recapte com a plat principal i, de postres, coca de Sant Joan, acompanyada d'una copa de cava. La celebració va seguir més enllà de l'hora de sopar i es va allargar fins ben entrada la matinada. Veïns de totes les edats es van animar a moure els malucs a la pista de ball o a delectar-nos cantant a ple pulmó; vam muntar un bon espectacle! Entre tots vam col·laborar per deixar la Plaça Major neta per a l'endemà.

112
emergències

**F*O
C
OFF**

UN PAÍS, UN CLAM

EL CANVI CLIMÀTIC, LA SEQUERA I LA CALOR EXTREMA
FAN QUE EL RISC D'INCENDIS SIGUI ALTÍSSIM.
PERÒ EL COMPROMÍS DE LES INSTITUCIONS I
LA CIUTADANIA PER EVITAR-LOS TAMBÉ HO ÉS.


incendisforestals.gencat.cat



Diputació
Barcelona



Generalitat
de Catalunya

Per la teva seguretat,
sempre endavant 

Massoteres: millores i activitat esportiva a la piscina



Dani Vidal. - El cap de setmana de Sant Joan es va iniciar una nova temporada de les piscines, on prèviament es van executar obres per renovar el paviment i la tanca perimetral. L'actuació, que va tenir un cost d'uns 21.000 euros, es va finançar a través d'una subvenció de 15.000 euros d'Esports de la Generalitat i l'aportació de fons propis de l'Ajuntament de Massoteres.

Per altra banda, aquest estiu a la piscina es tornen a organitzar classes d'aquagym, amb sessions els dimarts i els dijous a càrrec de la monitora Aida Santesmasses. Hi participen 15 dones, entre les quals cal destacar la veterana Ramona Estaragués, que als seus 94 anys és usuària diària de les piscines i de totes les activitats que s'hi organitzen.

Concert d'Espurnes Barroques a la Molsosa



Redacció. - El dia 9 de juny va tenir lloc a l'església de Santa Maria de la Molsosa el concert programat per la Fundació Espurnes Barroques. En aquesta ocasió la famosa violinista Lina Tur Bonet va interpretar part de "Les Sonates del Rosari"

d'Heinrich Ignaz Franz von Biber (1644-1704), acompanyada de l'agrupació Música Alchemica. Una bona afluència de públic en va gaudir davant del retaule barroc del Roser i en acabar va poder tastar cerveses i melmelades de proximitat.

Castellfollit: benvinguda a un nou nadó



Redacció. - L'Ajuntament de Castellfollit de Riubregós dona la benvinguda a un nou castellfollitenc, l'Arnau Badrenas Fernández nascut el passat 8 de

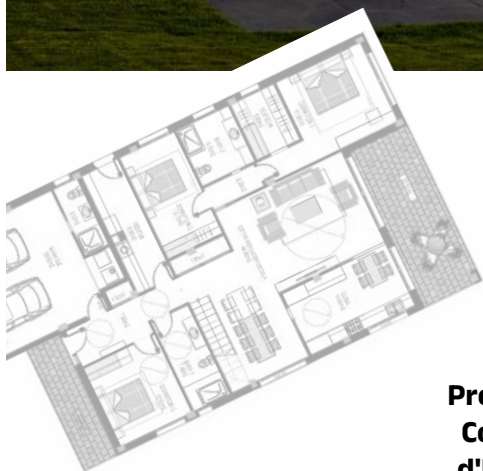
maig. Amb l'Arnau comença una nova generació a la masia de Cal Tunic. Moltes felicitats als pares i a tots aquells que us estimen.

Taller de fotografia a Calonge de Segarra



Redacció. - Durant els mesos d'abril i maig va tenir lloc un taller de fotografia que es va realitzar en exteriors, combinant diferents tècniques fotogràfiques i el patrimoni local. Es van fer dos grups amb la dotzena d'alumnes que hi van participar. Cada sessió comptava amb la visita a un element patrimonial de Calonge de Segarra. D'aquesta

manera, es van poder fer reportatges fotogràfics a l'església de Santa Fe de Calonge de Segarra, a la Mina Vicenta d'Aleny, així com al Soler, Sant Pere de l'Arç, Mirambell i Dusfort. El taller, impartit pel fotògraf professional Xavier Calvet Camats, va estar organitzat per l'Ajuntament de Calonge, amb la col·laboració de la Diputació de Barcelona.



ESPECIALISTES EN TOTS ELS SERVEIS DEL TEU IMMOBLE

**Projectes d'Edificació · Presentacions de vídeos 3D
Coordinacions de Seguretat · Topografia · Cèdules
d'Habitabilitat · Certificats d'Eficiència Energètica
Inspeccions Tècniques d'Edificis**

**Compravenda de tota classe de finques
Lloguers i permutes
Administració de comunitat de veïns
Gestions i tràmits**



www.immoplanning.es · www.ramonriba-arquitecte.cat

Rambla Segadors , s/n (xamfrà C. de les Serres) | 25210 Guissona, Lleida | Tel. 649 96 38 17

Sanaüja: Maria Garganté presenta “Santificaràs les festes”



Toni Padullés Rius. - El dia 22 de juny es va presentar a la fundació Castell de Sanaüja el llibre “Santificaràs les festes”, obra de la nostra convidada Maria Garganté. Acompanyada pel regidor de cultura, Fredi Bentanachs, la presentació es va fer en format d’entrevista, conduïda per Anna Punsoda, de l’editorial Fragmenta editora del volum. Es va parlar de com la festa ha evolucionat amb els canvis socials i de com les festes serveixen

encara per trencar la monotonia del temps de treball evidenciant que la nostra identitat és ben arrelada als rituals dels festius. Fragmenta editorial ha creat la sèrie “Deu Manaments” que, com diu la pròpia editorial “vol repensar els grans temes de la contemporaneïtat seguint el fil conductor del Decàleg, amb una mirada fonda i actual, responnent a problemàtiques d’avui, lluny de qualsevol confessionalisme”.

Aquagym a Castellfolit



Meritxell Argerich. - Des de principis de juliol, a la piscina de Castellfolit de Riubregós, cada dilluns i dijous, de 20 h a 21 h, es duen a terme classes d’aiguagym. L’aiguagym és una classe dirigida molt popular, sobretot, durant l’estiu. Consisteix a passar una bona estona dins l’aigua ballant, mentre es fa un esport adaptat a les característiques individuals dels usuaris. Proporciona

als participants una millora en la mobilitat de les articulacions i un augment de la força; també pot ajudar a millorar l’equilibri i la coordinació. Cada classe té una part d’escalfament, una estona de ball, una part d’activitat física i, per acabar, estiraments amb relaxació. Està recomanada a tota mena d’usuaris, des dels més joves fins als més grans.

Casal d'Estiu a Castellfollit



Redacció. - El casalet de Castellfollit de Riubregós obre les seves portes a nens i nenes des d'13 fins a 6è de primària. Aquest espai (de dilluns a divendres de 9,30 a 13,30) ofereix una infinitat d'activitats, des de manualitats fins a diversos tipus de jocs. A més, cada dia inclou una hora i mitja de piscina, la qual cosa garanteix diversió i exercici a l'aire lliure.

Cada any, al casalet es presenta un eix diferent per a animar les activitats i motivar el nens i nenes. Aquest any és: ANEM DE GIRA! En el qual dos músics i una granota d'una banda de música ens venen a buscar, necessiten ajuda! Resulta

que abans eren una banda de música molt gran, amb instruments de tota mena i cantants, però últimament han perdut molts músics i s'han quedat només ells tres. Estan preocupats perquè tenen molts *bolos* programats per tot l'estiu però sent només tres no podran tocar... Ens proposen ser part d'aquesta banda i ajudar-los a què no es perdi la música! Amb l'ajuda de tots els nens i nenes del casal, tornarem a fer sonar les cançons d'aquesta banda de músics tan especial! Coneixerem el Mr. Xst! un amant del silenci, que no suporta la música i ens vol fer la vida impossible.

Revetlla de Sant Joan a Vicfred



Josep Verdés. - Un any més i com marca la tradició els veïns del poble de Vicfred van celebrar una de les festes més populars de Catalunya, la màgica nit de la Revetlla de Sant Joan. Primer es va encendre un bon foc per tal de cremar tot el dolent de l'any a la foguera i després petards a dojo i tot seguit cap a sopar s'ha dit. I a taula un bon entrepà de perrill estava a punt i per postres la tradicional i boníssima

coca de Sant Joan ben farcida de crema, pinyons i fruita confitada. Al voltant de la taula enguany es van reunir 32 persones entre grans i petits que s'ho van passar d'allò més bé menjant i fent petar la xerrada distesament. És una festa molt arrelada a casa nostra que cal conservar, que uneix la gent i fa poble que d'això es tracta. I al final tot recollit entre tots i fins l'any que ve, si Déu vol.

Festa de Santa Rita a Sanaüja



Toni Padullés Rius. - Per Santa Rita, el 22 de maig, la gent de Sanaüja i també de molts pobles i masies dels rodals fan cap a l'església que anomenem "del convent". Es tracta del santuari de la Mare de Déu del Pla, que forma part del convent que van fundar els frares agustins el segle XVIII. Santa Rita, situada en una de les capelles laterals, gaudeix de tanta devoció que s'ha erigit en patrona

del poble. I és que Rita de Càssia, que va viure entre finals del segle XIV i mitjans del XV, un cop va esdevenir Santa i patrona dels impossibles, va passar a poder oferir un reforç espiritual ben especial, una creença, una fe en que alguna cosa que desitgem es podrà assolir o aconseguir. I qui no ha tingut mai un "impossible" per demanar a Santa Rita?

Nou Servei D'OFTALMOLOGIA

Oftalmologia infantil i d'adults
Revisions
Cataractes
Control de glaucoma
Oculoplàstia

**Per urgències oftalmològiques consultar disponibilitat.*

Cristina Pont Vives
Oftalmòloga
Col. N° 2504863

Serveis Mèdics Calaf



Informació i 93 869 80 47

Cita prèvia: informacio@serveismedicscalaf.com

www.serveismedicscalaf.com  Raval St. Jaume, 29 08280 Calaf, BCN



Rutes saludables a Massoteres



Dani Vidal. - A Massoteres s'ha constituït un grup, format per 30 persones, que organitza caminades pel terme i els municipis veïns una vegada al mes. La iniciativa va començar al maig amb una ruta cap a l'ermita de Camp-real (a la foto) i ha tingut

continuïtat els mesos de juny, juliol i agost, amb una participació destacada de veïns del municipi de totes les edats. Una bona manera de fer salut, conèixer el municipi i gaudir de les estones de lleure. Felicitats per la iniciativa.

Bibliobús contacontes a Calonge de Segarra



Redacció. - El bibliobús Serra de Rubió va organitzar el passat dia 5 de juny una sessió de contacontes al nucli de Sant Pere de l'Arç, de Calonge de Segarra. Una iniciativa on els assistents,

petits i grans, van gaudir de les explicacions i contes a càrrec de Mon Mas i, en especial, van passar una bona estona a l'hora del conte "A la panxa de l'ou".

Dinar de caçadors a la Molsosa



Rosa Vila.- El grup de caçadors que desenvolupen la seva activitat cinegètica a la Molsosa, el dia 16 de juny van organitzar un excel·lent dinar al restaurant La Pala de Sant Pere Sallavinera, al qual van convidar tots els propietaris. Es van

reunir un bon grup de persones, que no solament van gaudir del dinar, sinó que van poder parlar i explicar i compartir anècdotes de la temporada de caça. Tot, en un bon ambient de germanor i cordialitat.

VENDA DE:



PÈL·LET
Ⓢ



PINYOL
D'OLIVA
Ⓢ Ⓢ Ⓢ






LLENYA SECA
D'ALZINA,
ROURE I
OLIVERA
Ⓢ



CARBÓ
PER A
CALEFACCIÓ
Ⓢ Ⓢ



CARBÓ
VEGETAL
PER A
BARBACOA
Ⓢ

 a granel  en big-bags  en sacs



SERVEIS AGRARIS RIUS S.L.

Avinguda Santuari 3
25215 **Sant Ramon** (Lleida)

SERVEI A DOMICILI

639 338 314

639 338 315

www.serveisagrarisrius.com

EXCAVACIONS GERMANS

CASES

Oficines i magatzem: Polígon l' Aguda II, nau 8
25750 TORÀ (LLEIDA)
Tel / Fax: 973.47.36.16 / 629.28.55.18
e-mail: germanscases@excavacases.es

EXCAVACIONS - TRANSPORTS - CONTENIDORS - MATXUQUEIG

Jordi Clavier

Fuster ebenista

**Mobiliari a mida, portes, parquet,
cuines, revestiments de paret
persianes, mosquiteres,
reparacions...**

649 029 827

www.fusteriaclavier.com
info@fusteriaclavier.com



**Construccions
Sant Gil, S.C.C.L.**

c/ Montsec, 21 - 25750 TORÀ
Tel. 973 473 547 consangil@telefonica.net

ACOFISCO
ALFIC Consultoria
Comptable, Fiscal
Laboral i Jurídica

Plaça de la Creu, 3 25750 Torà - LLEIDA
info@cofisco.es
973 473 317 - 93 869 16 35

La cuina del Llobregós

Les cuineres i els cuiners

una publicació de
Llobregós



No et perdís el
llibre de la cuina
del Llobregós

El trobaràs a la
teva llibreria



*"No t'oblidis
mai de somriure,
perquè el dia
que no somriguis,
serà un dia perdut"*

Charles Chaplin

Camp de treball d'Escola Pia a Sanaüja

Maria Garganté. - Un grup de gairebé una trentena de joves estudiants de diferents centres d'Escola Pia de tot Catalunya van fer estada a Sanaüja del 5 a l'11 de juliol, amb l'objectiu de realitzar un camp de treball i conviure plegats. Algunes de les activitats que van realitzar foren un taller per aprendre a construir parets de pedra seca o la neteja de diferents espais com la Font de Ferro o un tram del Camí dels Escots. Els joves i els seus monitors van allotjar-se a l'alberg municipal, ubicat a l'edifici restaurat de l'antic Centre Catòlic i van poder gaudir de les instal·lacions de les piscines municipals. Val a dir que existeix un vincle històric entre Sanaüja i el fundador de l'Escola Pia, Sant Josep de Calassanç, que fou ordenat prevere a la capella del castell d'aquesta població el 1583.



jardineria

manteniments

gespa natural i artificial

podes

instal·lació de reg

plantes i accessoris a l'engròs

tancaments metàl·lics i de fusta

tractaments fitosanitaris

treballs amb fusta

venda de sal

Igualada - Catalunya central

www.calhuguet.cat

[@roger@calhuguet.cat](mailto:roger@calhuguet.cat)

[655 633 520](tel:655633520)

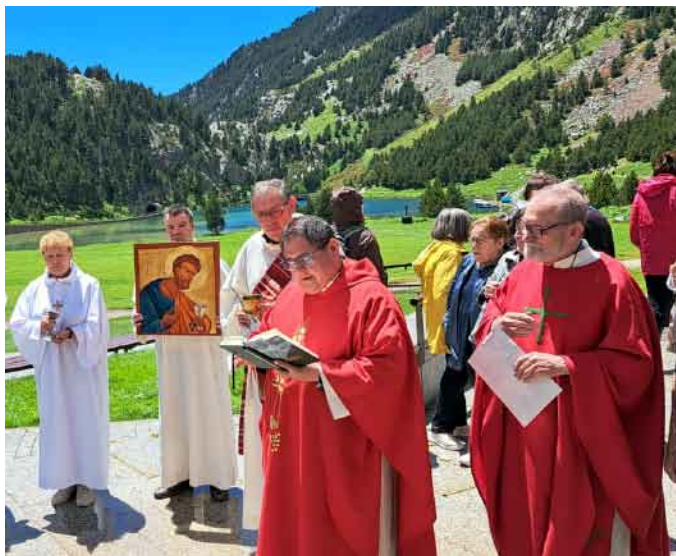
[93 625 51 43](tel:936255143)

HEM TORNAT A NÚRIA

L'agermanament entre Torà i Núria i per extensió entre la Vall del Llobregós i aquella vall pirinenca, ens convida des de fa vuit anys a peregrinar-hi per tal de celebrar la inauguració de la temporada d'estiu. És una festa que s'hi celebra de temps immemorial el 29 de juny, dia de Sant Pere, recordant l'arribada dels ramats que, durant l'hivern, havien pasturat a la plana i molts d'ells a l'indret dels llavors aiguamolls del Llobregós.

Van ser aquells pastors que cada any feien estada a la nostra vall que van portar la devoció al seu patró Sant Gil, tal com canten els goigs del també patró de Torà i també el goigs de la Mare de Déu de l'Aguda.

El 1922, la toresana Roser Bosch, germana de l'historiador Mn. Xavier, escrivia que, "... assecats que foren los aygua-molls, la vall de Riubregós se convertí en terra ben bona pel conreu; y'ls habitants de l'Aguda, qu'havien de conreuar les fexetes de terra dolenta de les costes a copia de posarhi mólt de treball y de sostenirles ab parets groxudes, s'estimaren més conreuar les planes de la vall. Necessariament, aleshores, van tenir d'edificar cases per a estarshi los treballadors; y'l lloch més indicat per edificarles va ésser aprop de la capelleta de Sant Gili per a que fos són patró y advocat davant de Deu. Y edificat que fou aquest poblet en lo **torà** (plà ò indret en qu'hi pasturaven los toros) també prengué'l nom de Torà.



Veusaquí perque'l patró de la vila de Torà es Sant Gili Abat, y en lo segell del Ajuntament hi hà un toro bo y pasturant al peu d'un arbre." (Revista Setmanal Catalana, número 114, del 15 de març de 1922).

Aquest any, doncs, també un grup d'unes trenta persones ens hi hem desplaçat per celebrar l'agermanament i compartir plegats la festa amb la missa, la benedicció de les pastures i tastar les farinetes de Sant Gil, en record del sant anacoreta que les compartia amb els pastors. Encara se'n conserva l'olla. Va ser un dia fantàstic a la muntanya i amb el record de la nostra història.

Fermí Manteca

FORN · PASTISSERIA · CAFETERIA

Plaça del Pati, 4
25750 TORÀ

telèfon
973 47 30 83

FORN · PASTISSERIA · CAFETERIA

ESTANC LLIBRERIA
ROVIRA

P/D'EL VALL 16. TORÀ
(LLEIDA)
973473346

LLIBRERIAROVIRA@HOTMAIL.COM

CORPUS A SANAÜJA

Aquest any la festa del Corpus Christi es va traslladar al diumenge 2 de juny. Des de fa uns anys s'ha recuperat la tradició d'enramar, mantenint aquell aire social d'abans, de comunitat, i afegint-t'hi el component artístic que hi posa el Toni Mosella, dissenyador de les plantilles, qui dirigeix el procés d'execució. Molta gent hi col·labora i hi treballa ja des del dia anterior per tal de proveir tot el material. Es tracta de recollir flors i fulles pels voltants del poble. Algunes de les flors més característiques de Corpus són les mançanes (també anomenades semprevives o flors de tot l'any). Aquest any s'han utilitzat també serradures fines, barrejades amb diversos colors, per tal de fer les formes poligonals. Les catifes s'han fet a la plaça Major i al carrer Morer.



FOTOS: TONI PADULLÉS



També s'han compostat dos altars, per tal de fer les parades de rigor de la processó.

Corpus se celebra des de mitjans del segle XIII a molts països amb la finalitat de venerar públicament el sagrament de l'eucaristia. Es tracta d'una diada festiva mòbil que sempre cau en dijous. En el calendari litúrgic se la situa el dijous següent a l'octava de Pentecosta. No tenim notícia de quan es va iniciar aquesta festa a Sanaüja ni si des de sempre es feia l'enramat dels carrers, però segur que durant tot el segle passat va ser una diada molt important. Tothom recollia flors, especialment mançanes, se separaven les cues i es posaven els diversos colors en cistelles per enramar el tros de carrer del davant de cada casa, si hi passava la processó. Els veïns col·laboraven tots en la confecció de l'altar de cada carrer.

Toni Padullés Rius



Ctra. de Calaf, nau 2
25750 TORÀ (Lleida)

Tel. 973 473 590
Fax 973 473 807

AUTOCARS
Prats Serrat
SERVEIS NACIONALS I INTERNACIONALS
TRANSPORT ESCOLAR
GRUPS PARTICULARS

AUTOCARS PRATS SERRAT
C/ Calaf, Nau 2 - 25750. Torà. LLEIDA
Tels: 973 473 590 - Fax: 973 473 807
e-mail: info@autocarspratsserrat.com
web: www.autocarspratsserrat.com

BIOSCA CELEBRA I RECORDA LA BAQUIOL

A principis del segle XIX, a Biosca es va perseguir i cremar Teresa Guàrdia, altrament anomenada “La Baquiol”. Segons la història narrada en el llibre de notes de Mossèn Ramon Berenguer, es tractava d’una dona pobra, lletja i amb una mica de mal geni. Característiques que van afavorir que la relacionessin amb la mort d’una criatura bioscana i a partir d’aquí fos perseguida fins a ser cremada en una foguera.

I 200 anys més tard, és a dir, als nostres dies, el poble de Biosca celebra una festa per recordar Teresa Guàrdia i per donar vida als seus carrers i places.

En l’edició d’aquest any, celebrada el 24 de juny, més de 100 escombres decorades ens han convidat a passejar pels carrers costeruts del poble. I entremig, hem pogut gaudir de les 15 exposicions fetes entre

baixos de cases i els propis carrers: Plantes remeieres, material de guerra, arxius històrics... Art i història s’han unit per a mostrar-nos Biosca des d’un punt de vista ben diferent!

També ha tingut un pes important la fira de productes artesans i il·lustradors/ores, en la qual una vintena de parades han ocupat al llarg del dia les places del poble. I no ens podem oblidar de la ja tradicional arrossada organitzada per Cal Borres.

Aquest any, hem tingut la sort de poder gaudir de dos actes culturals molt diferents i a la vegada interessants: Per una banda, la Blanca Pérez

Espuñes ens ha parlat de manera molt planera i entenedora d’“El Curanderisme actual a les terres de Ponent” a l’ombra del Porxo de Cal Quim. I per altra banda, la bioscana Montserrat Cuadros Puig ens ha presentat el seu conte/llibre “La Ba-



quiol” en el qual, a més d’explicar-nos la història de Teresa Guàrdia, ens endinsa en la vida al poble de Biosca dels nostres avantpassats. Molt interessant i amb unes il·lustracions precioses de Laura Cerrillo.

I hem tancat la festa amb l’espectacle “Àcid” del grup Sound de Secà. Els seus protagonistes ens han fet recórrer de nou els carrers de Biosca, amb un ritme ple d’energia i bon rotllo i sobretot... refrescant! Ha estat un fi de festa espectacular.

Llarga vida a La Baquiol!

Ester Closa

EL CASAL DE LA GENT GRAN DE TORÀ

Nova Junta i nou impuls

El dia 11 de maig va tenir lloc una reunió informativa al Casal de la Gent Gran Verge de l'Aguda de Torà. El motiu de la trobada, que va aplegar unes trenta persones, era per informar sobre l'associació i possibilitats de futur, i per activar de nou les activitats que duia a terme el Casal i que arran de la pandèmia de la Covid-19 de l'any 2020 van quedar aturades.

Amb aquest propòsit, dos membres de la Junta que hi havia aleshores, el Josep Soler i la Mercè Romera, i dos nous voluntaris a formar part de la Junta, la Rosa Bagà i el Robert Sala, van convocar aquesta reunió. La presentació va anar a càrrec de Rosa Bagà que va fer un resum dels gairebé quaranta anys de la història del Casal, recordant les activitats que es duïen a terme i que l'any 2019 disposava de 253 socis de Torà i pobles veïns. També va recordar que l'any 2023 va dimitir la Junta que hi havia.

Els socis presents van proposar fer una votació per elegir una nova Junta i decidir si continuar el Casal en actiu o bé cancel·lar-lo. L'alcaldesa de Torà, Isabel Torres, i la Rosa Soler, regidora de Salut i Serveis Socials, van animar a tirar endavant el Casal. Després de la votació, que va donar una aclaparadora majoria al sí, es va procedir a elegir la nova Junta, per tal de nor-



malitzar la situació legal de l'associació i poder enfocar-ne el futur. Va quedar formada per les quatre persones que havien convocat la reunió i la Carme Grau, que va acceptar formar part de la Junta, a la que s'hi pot afegir qualsevol soci del Casal.

Recordem que quan el Casal estava actiu eren moltes les activitats que s'hi duïen a terme, des de xerrades i cursets fins a excursions, jornades culturals, dinars de germanor, campionats de jocs, etc. La nova Junta opina que cal aprofitar aquest espai que tenim a Torà, al mig del poble i sense barreres arquitectòniques per donar un nou impuls al Casal i a la seva associació.

Ramon Torné

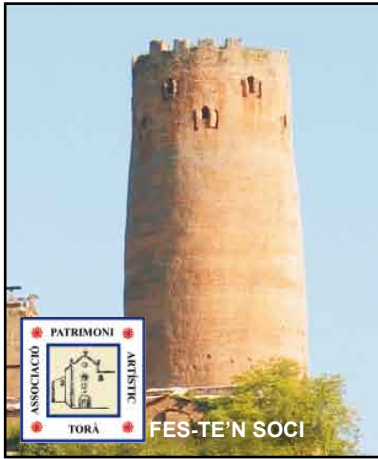
CONSTRUCCIONS I REFORMES

M. COBERÓ - X. TORNÉ



els paletes del Llobregós

Tel. 620109517 - 690311965



Connecta amb la Vida

**RETIRS IOGA
OSTEOPATIA**

CAL GARRIGA
PRADES DE LA MOLSOSA

Més info: **664 735 137**
@osteo_ioga @ariadnaciuil

**Serveis i Neteges
Segarra**

Atenció personalitzada per a
avis i/o malalts, a domicili.
Servei de neteja per a
particulars, despatxos,
obra nova...

Av. Ponts, 1 - GUISSONA
973 55 25 02 - 618 72 88 59
sad_segarra@yahoo.es

SOM LLAVOR
SERVEIS INTEGRALS DE JARDINERIA

658 55 03 76

Venda de llenya i pèllet a domicili

**CAL MAS
DE SANT SERNI**

25750 TORÀ | LA SEGARRA | LLEIDA
TEL. 973 473 581 | 676 086 185
FAX 973 473 107 | www.calmas.net

BLAI GABINET DE SERVEIS, SL

PONTS - TEL 973 460 500
TORÀ - TEL. 973 473 155

**GESTORIA
ASSEGURANCES** **LABORAL-FISCAL
COMPTABILITATS**

SOLA

www.solagrupo.com

La sembra ben feta!

QUEVIURES LLORDÉS

60 anys al servei de Sanaüja i rodalies

En Segimon i la Tereseta eren ben joves quan van posar en marxa la botiga de comestibles Llordés. Aquí al poble sempre va ser cal Segimon. Tots dos eren tan amables que van fer de la botiga un punt de trobada. Hi passava tot el poble i, els diumenges, moltes famílies de masies de la rodalia acudien per comprar, fer la xerrada i assabentar-se dels esdeveniments locals: “Com es prepara la Festa Major? Hi haurà un bon ball per Sant Antoni? Vindrem tota la família a missa per Santa Rita...”

Un cop jubilats van ser el Francisco i la Maria Dolors qui els van substituir, mantenint el tracte fresc i el bon humor dels fundadors. El lema “Roda el món i torna a cal Segimon” ja és prou suggerent. Ara els ha arribat també l’hora de jubilar-se i la botiga ha acabat tancant.

Es perd aquell encant de la botiga de poble on et pots dir pel nom. Les grans superfícies comercials ho van acaparant tot, et mous amb aquells carretons grossos, només de tant en tant trobes un conegut i per substituir les converses hi ha fil musical o megafonia que estimula a comprar determinats productes.

Recordo que de petit l’avia em deia: “Nen, vés



a cal Segimon a buscar un paquet d’arròs...”, i a vegades fins i tot jo no portava els diners i li deia a la Tereseta: “Ja us el pagarà la padrina”. I era tan normal. I en menys d’un minut tornava a ser a casa: “Àvia, que diu la Tereseta que no patiu, que ja ho trobareu...”.

S’ha perdut, doncs, un punt important d’avitallament (perquè en tenien de tot!) i un espai per sentir-se part del poble, particip d’una comunitat. Gràcies per tots aquests anys de servei!

Toni Padullés Rius

IKIGAI Psicologia

- **Acompanyament psicològic**
- **Teràpia Assistida amb Cavalls (TAC)**
- **Estimulació Cognitiva i Rehabilitació Neuropsicològica**
- **Intervenció de suport conductual, autodeterminació i autonomia**

Xell Miret
Núm. col·legiada 23.574
A domicili / TAC al Molí del Vidal (Torrefeta)

613 03 11 74
xell@ikigaipsicologia.cat
www.ikigaipsicologia.cat

La cuina del Llobregós
Les cuineres i els cuiners

Una publicació de **Llobregós**

Un bon regal

RECORDANT TORÀ

L'APACT recupera la memòria històrica

FOTOGRAFIES: XAVIER SUNYER



Des del mes de gener de 2024 l'Associació del Patrimoni Artístic i Cultural de Torà (APACT) ha creat un nou grup de treball format per sis membres de l'entitat.

El grup porta a terme un nou projecte de recerca històrica d'àmbit local que té per objectiu recuperar, conservar i difondre la memòria oral de la gent gran. Es fa, d'una part, recollint el testimoni directe de la gent en forma d'entrevistes personals d'una durada entre dues i tres hores, enregistrant el so i la imatge en vídeo, i d'altra, recollint fotografies antigues que aquestes mateixes persones tenen a casa.

**Recull les vivències
i els records
de la gent gran
per a què
no quedin en l'oblit**

El principal objectiu és recollir els testimonis i tenir-los documentats per a les generacions futures, però també ens interessa fer-ne divulgació.

Així, en un primer estadi del projecte, i amb l'objectiu de donar-lo a conèixer (previ consentiment de l'informant) els vídeos es difonen per les xarxes socials de l'APACT i al Llobregós Informatiu.

En un futur, ens agradaria poder editar els testimonis en forma de llibre o de vídeo-documental, però això ja és un altre estadi del projecte molt més difícil i costós, que ara per ara no podem assumir i que deixem per més endavant.





Les entrevistes

Les persones més grans encara ens poden informar de records dels inicis de la Guerra Civil, i sobretot de fets posteriors, com la repressió de la postguerra, l'exili d'algunes famílies, el racionament d'aliments, l'escassetat alimentària, l'estraperlo, etc.

Pel que fa a la infància ens centrem en els jocs, diversions i els records relacionats amb l'ensenyament durant l'etapa escolar.

De la joventut rebem molta informació referent a l'oci, esports practicats, primeres feines, festes i tradicions populars com les caramelles, ballets i prioratges.

Ens interessen molt els records d'activitats i tradicions avui desaparegudes o que han patit canvis importants com fires, mercats, oficis artesans, pràctiques religioses, primeres fàbriques, vida quotidiana a les masies, feines del camp d'abans de la mecanització, èxode rural, immigració o el

paper de la dona en la societat d'aquell temps.

Un cop feta la gravació fem una fitxa en la qual es detalla tota la informació recollida, ordenada per temàtiques.

Finalment, la gravació cal tractar-la amb un programa d'edició de vídeo per fer el tall d'aquells aspectes que volem divulgar.

Xarxes socials de l'APACT on s'aniran penjant continguts

Instagram: [@recordant_tora](#)

Youtube: [youtube.com/@recordantora](#)

X (Twitter): [@recordantora](#)

Facebook: [@recordantora](#)

TikTok: [@recordantora](#)

estudi
BLAT
ARQUITECTES

DESPATX D'ARQUITECTURA



Projectes
d'obra nova
i reforma



Inspecció
tècnica
d'edificis (ITE)



Cèdules
d'habitabilitat



Certificats
d'eficiència
energètica

CONSULTA'NS SENSE COMPROMÍS

680 44 31 03 **ROGER BESORA** **MARTA MIRAVET** 617 11 52 65
hola@estudiblat.cat | Comabruna 8, Baixos. 25300 TÀRREGA

RECORDANT TORÀ

Les fotografies

La recollida de fotografies antigues té com a objectiu la creació d'un arxiu fotogràfic de Torà i nuclis agregats

Les fotografies són testimoni documental de les vivències que ens expliquen els informants.

Les imatges antigues són un valuós testimoni, reflecteixen la cultura que les ha generat i permeten una aproximació visual i entenedora de temps passats, d'altres maneres de viure i que complementen la informació oral recollida.

Sempre que és possible, identifiquem amb nom i cognoms les persones que hi apareixen.

Les fotografies també es divulguen per les xarxes socials de l'APACT, i juntament amb els enregistraments de vídeo s'integren a l'arxiu documental de so i imatge de l'APACT.



Tartrana de vela (Mas Cabirols)



Mas Fustagueres



Miguel Torres Juárez



Ctra. de Calaf, 1
Pol. Ind. L'Aguda
Tel./Fax 973 473 125
25750 - Torà

Av. Generalitat, 8
Tel. 973 55 02 02
25210 - Guissona

CERÀMICA RAJOLES ARTICLES SANEJAMENT CEMENTS



Major, 2
Tel. 973 476 018
SANAÛJA

Plaça de la Creu
TORÀ

Els entrevistats

Fins a mitjans del mes de juny hem entrevistat 15 persones. Per a nosaltres, cada gravació ha estat una experiència, un aprenentatge, una lliçó de vida. Ara ens adonem que ha estat una pena no haver iniciat aquest projecte vint o trenta anys endarrere.

Ens quedem amb lo gratificat que resulta fer-ho

ara i amb la valuosa informació que ens aporten aquests testimonis d'un temps, d'una època que ja forma part de la història de Torà.

No tenim data ni límit de finalització del projecte. Farem noves gravacions mentre hi hagi persones que estiguin disposades a donar el seu testimoni personal.



Jaume Badia Martínez (1946)



Josep Garriga Zafrilla (1932)



Ramon Culell Aynés (1944)



Jaume Jolonch Pla (1929)



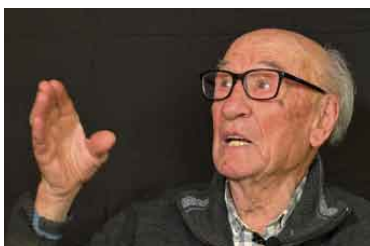
Josep Miramunt Gili (1934)



Montserrat Marimon Closa (1946)



Mercedes Crespo Costela (1944)



Magí Coscollola Balagué (1931)



Pere Mases Riu (1933)



Jaume Marimón Closa (1952)



Maria Teresa Vilaseca Farré (1941)



Ramon Balagué Llordés (1944)



Joan Vilà Albareda (1934)



Joan Freixes Torra (1937)



Miguel Torres Juárez (1936)

T'ESCOLTO AMB UNS ALTRES ULLS, PARE



M'he trobat escoltant amb delit les anècdotes que m'explicava, com un torrent de records, esprement una memòria que ja voldrien molts dels enginys tecnològics que ens envolten

El passat 25 de maig vaig tenir la sort de viure una molt enriquidora experiència. Després d'unes determinades circumstàncies que no venen a tomb, l'atzar em va proporcionar l'ocasió de conèixer en Josep Garriga, toranès que al juny va complir noranta-dos anys i amic, molt amic, del meu pare.

Vaig visitar-lo a casa seva, a un poble del Baix Llobregat on viu des de fa anys. Vaig trobar un home entranyable, amb uns ulls verds i tan clars com la seva admirable memòria. Una persona sàvia, malgrat les limitacions educatives a què l'època el va enfrontar com a la majoria de fills de Torà i, per extensió, de la Vall del Llobregós.

PODOLOGIA

- Esportiva
- Geriàtrica
- Infantil
- Estudis de la marxa
- Durícies / Ulls de poll
- Ungles clavades
- Fongs, herrugues, úlceres
- Silicones

FISIOTERÀPIA

- Tractament de lesions esportives
- Tractaments d'esquena
- Rehabilitacions
- Drenatge limfàtic
- Estiraments i reforç muscular
- Embenats Neuromusculars
- Altres teràpies



**PODOLOGIA
TORÀ**

*Plaça del Vall nº19 Tr 1a
TORÀ*

630-111-145

podologiatora@gmail.com

Jo, que durant tants anys vaig estar fent oïdes sordes a moltes de les històries que m'explicava el pare, ara em trobava escoltant amb delit les anècdotes que ell m'explicava, com un torrent de records, esprement una memòria que ja voldrien molts dels enginyers tecnològics que ens envolten. Amb

precisió incontestable, era capaç d'enumerar els participants que, en la dècada dels trenta, quaranta, cinquanta, participaven en cadascuna de les diverses activitats: ballets, caramelles, escacs, futbol...

Sense titubejar, davant una foto on s'acaramulaven mig centenar d'alumnes amb el seu mestre, identificava tots i cadascun dels nois que, amb rostres entre expectants i temorosos, miraven a una de les primeres càmeres fotogràfiques que devien haver vist els seus innocents ulls. Amb la mateixa seguretat, repassava totes les tasques agrícoles que, des de ben nen, no només havia vist fer sinó de les que també participava, sense que ningú es plantegés si allí hi podia haver explotació infantil. «No hi havia abundància, però de gana no en passàvem», admetia aquest home savi que situa el secret de mantenir aquest cap ben treballat en l'activitat constant.

A través d'ell vaig poder revivre la infantesa i la joventut no prou escoltada al meu pare. Aventures que en Josep i en Jaume Vilagut van compartir: a

Mai no és massa tard per seguir escoltant els qui ja no hi són, ni que sigui a través dels ulls d'aquells que van viure experiències compartides

l'escola, al camp de futbol, als balls de Festa Major, a les sortides de caça, a les processons... El meu pare també tenia una memòria esmolada, malgrat que gosaria dir que en Josep l'avantatja. I de loquaç també n'era, especialment quan del que es tractava era de rescatar episodis de

Torà i de la Vall del Llobregós.

Segurament és llei de vida que escoltem més els nostres avis que els nostres pares; com també ho deu ser que no ens penedim de no haver escoltat els nostres progenitors fins que ja és massa tard. Mai no és massa tard per seguir aprenent, encara que sigui per aprendre que hauríem d'haver escoltat abans. Mai no és massa tard per seguir escoltant persones sàvies. Mai no és massa tard per seguir escoltant els qui ja no hi són, ni que sigui a través dels ulls d'aquells que van viure experiències compartides i que encara viuen, i conserven fresca la memòria, per explicar-nos-ho.

No em correspon a mi desvetllar tot el que va explicar en Josep. A través de "Recordant Torà", una molt interessant iniciativa de l'APACT, ho descobrireu amb les vostres oïdes i amb els vostres ulls. Segur que també vosaltres, a través dels seus verds ulls, de la seva memòria prodigiosa i del seu cap clar, també en gaudireu de tanta saviesa.

Jordi Vilagut

roba de casa modes

a l b e r t

Rita Brau i Rius

Tel. 973 47 31 01 - TORÀ

AUTOESCOLA

ROS

Tels. 625 675 150
 973 551 011

c/ Fluvià, 34
 25210 - Guissona
 autoescolarosguissona@hotmail.com

FUNERÀRIA DE TORÀ I COMARCA

J. TORNÉ

Servei permanent 24H
973 39 08 62

Representant **JAUME TARRUJELLA**, Plaça La Font, 10 Tel. 973 47 34 23
TORÀ

Servei de sales de vetlla, trasllats, incineracions, serveis per a totes les companyies d'assegurances i particulars, etc...


 OLIVIA CIVIL

OSTEOPATIA
IOGA · RETIRS
 a Prades de la Noya

Més info:
 OLIVIA CIVIL
 664 735 137
<https://osteoioga.com>
 @osteoioga

RESOL SOLSONA

C/ Sant Nicolau, 4
 Tel. 973.48 04 02
 revelatges@fotoresol.com

- Reportatges professionals FOTO-VIDEO - DVD.
 Demaneu-nos pressupost sense compromís.
- Revelatge de les teves fotografies DIGITALS i analògiques en 1 HORA.
- Tot tipus de serveis fotogràfics i digitals.

FUSTA, ALUMINI I PVC.

Badia

Av. Solsona, 17
 Tel i Fax 973 473 181
 25750 - TORÀ

jbadiamas@arrakis.es

TALLER MECÀNIC R. R.

REPARACIÓ I VENDA DE

- COTXES • MOTOS • BICICLETES
- MOTOSERRES • BOMBES D'AIGUA

Carrer Eras, 19
 ☎ (973) 47 33 27
 25750 TORÀ (Lleida)

PERRUQUERIA

M^a RME



DONA-HOME
 Plaça del Vall n° 8, TORÀ
 Tel. 973 473 106

Pintura decorativa interior i exterior

Restauració de mobles, portes, persianes, làmpades...

Col·locació de parquet, friso, paper, panells de fusta i panells d'imitació pedra

Josep M^e Tasies
 pintura i decoració

973 473 303 - 620 802 193
 C/ Sant Jaume, 2
 25750. Torà (Lleida)

joanjo84@gmail.com

PARAULES D'ORIGEN CURIÓS

La majoria de paraules del nostre lèxic provenen del llatí, i són de significat transparent. No obstant això, el català té múltiples mots que han perdut el seu sentit originari. A continuació resseguirem l'origen d'algunes paraules que són d'ús molt comú però que han perdut el significat primigeni.

Els noms dels àpats, per exemple, han estat soferts a canvis de significat en les diferents llengües romàniques. Comencem per la paraula *esmorzar*. Prové de la forma antiga *amorzar*, de la qual també s'originà la variant *almorzar*. Ambdues formes, al seu torn, provenen del llatí *ADMORDIUM, derivat de ADMORDERE 'mossegar lleugerament, començar a menjar, fer un bocí'. D'aquest mateix ètim prové el castellà *almuerzo*, però observem que en català va passar a designar 'àpat lleuger del matí' i, en canvi, en castellà 'àpat del migdia', equivalent al nostre dinar. Parlem ara del berenar. El verb en infinitiu deriva del mot *berena*, que prové del llatí MERENDA 'menjada lleugera a mitja tarda' —que en castellà origina el mot *merienda*. En canvi, observem que a les illes balears el berenar té el sentit 'esmorzar'. Pel que fa a *sopar*, és un derivat de la paraula *sopa* que ha passat a designar 'última menjada del dia'. En castellà, altrament, trobem el mot propi del derivat del llatí per aquest àpat, que és *cena*. Finalment, també és curiós el cas de *dinar*. La seva forma antiga era *disnar*, i prové del llatí DISIEIUNARE 'desdejunar, deixar d'estar en dejuni, menjar'. També deriva d'aquesta forma el mot del francès *dîner*, que en francès antic havia estat *disner*. En aquest cas, però, va adquirir el significat de 'última menja del dia'. La paraula de l'anglès *dinner* procedeix del terme en francès, i observem que conserva el mateix sentit.

Encara en l'àmbit del menjar, és interessant el

cas del mot *forquilla*. Deriva del llatí FURCA 'forca' més un sufix diminutiu. A Mallorca trobem la forma *forqueta*, amb diferent sufix. En origen, doncs, designava un estri de figura forçada. Fixem-nos, però amb el mot castellà. La paraula *tenedor* deriva del verb *tener* més el sufix *-dor* (< TORE), i té el sentit de 'objecte destinat a sostenir-ne un altre'. En català,



el mot equivalent és *tenidor*. En un cas, l'estri ha estat designat segons la forma (de forca), i en un altre segons la funció (de sostenir).

Són també remarcables els derivats de l'adverbi llatí PAENE 'gairebé'. Aquest adverbi s'ajuntà a alguns mots per tal de formar-ne altres de nous amb un significat lleugerament diferent. D'entre els derivats d'aquest mot, en català trobem *península*, *penombra* i *penúltim*. Notem que l'adjunció de l'adverbi a les paraules els conferí un matis de 'no-totalitat'. Així doncs, *península* vol dir 'gairebé illa' —INSULA > illa—, *penombra* 'gairebé ombra' i *penúltim* 'gairebé últim'.

Tal com s'ha apreciat, els mots han canviat no únicament de forma sinó que també de significat. I no totes les llengües romàniques han seguit el mateix camí. Per tal de copsar la variació, així doncs, és imprescindible acarar els mots de les diferents llengües.

NATURAL-MENT

+Natura +Salut

Durant mil·lennis els éssers humans hem evolucionat amb profunda connexió amb el món natural. Abans vivíem envoltats de Natura i ara vivim envoltats de tecnologia. Actualment, passem molt de temps dins de casa acompanyats de pantalles. Aquests petits aparells són una important revolució, però també ens estan allunyant de la Natura. I quan més ens allunyem de la Natura més ens desconnectem de les nostres arrels.

Cada cop més investigacions confirmen l'impacte positiu de la Natura en la nostra salut mental i física. Aquests són 4 dels principals beneficis:

REDUCCIÓ DE L'ESTRÈS. Hi ha diversos estudis que demostren la reducció del cortisol (l'hormona de l'estrès) amb el contacte amb el medi ambient o, fins i tot, l'accés a imatges de paisatges.

MILLORA DE L'ESTAT D'ÀNIM. Després d'un passeig de 50 minuts en un ambient natural, persones amb depressió mostraven menys activitat a la part del cervell associada amb la remugació i els pensaments obsessius, factors claus en la depressió. A més, estar a la Natura desactiva preocupacions i augmenta els nivells de serotonina, substància química cerebral relacionada amb la felicitat.

MILLORA DE LA CONCENTRACIÓ. La Natura pot tenir un impacte positiu en la concentració i la memòria. Un passeig de 20 minuts pel camp

millora significativament la memòria de treball, un component clau de l'atenció i la concentració.

MILLORA DE LA CREATIVITAT. La connexió amb la Natura estimula i augmenta la creativitat. Recordem que la creativitat no només té cabuda en el camp artístic, també és molt important en la resolució de problemes.

Els sons de la Natura

Al llarg de la història l'ésser humà ha atribuït un component relaxant als sons de la Natura. La dolça melodia dels ocells, les onades de la platja, el fluir de l'aigua pel riu o el so del vent de primavera són estímuls auditius que, de forma natural, ens indueixen a una sensació de relaxació on l'estrès i el malestar sembla que es fonguin.

Els sons naturals són atractius per a l'organisme i estimulen les connexions neuronals, cosa que promou una reducció significativa de la tensió corporal.

Els sons de la Natura, també, activen el sistema nerviós parasimpàtic, encarregat de la relaxació, i ens ajuda a restablir l'energia corporal. O sigui que escoltar-los fomenta la calma i indueix a un estat de relaxació.

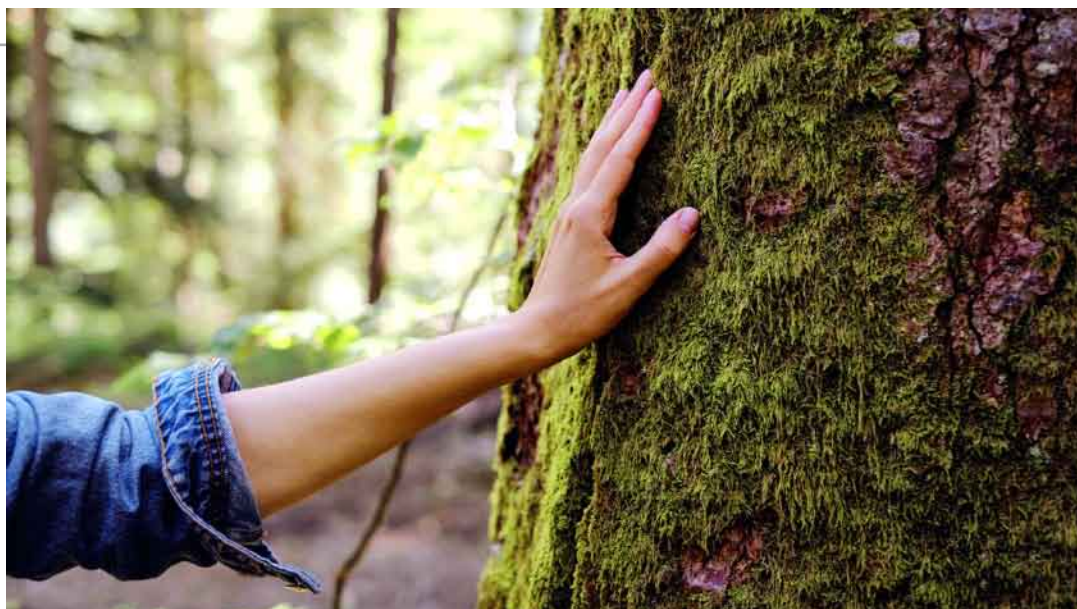
Els sons de l'aigua resulten més efectius per millorar les emocions positives i generar beneficis a la salut, mentre que els sons dels ocells combaten l'estrès i l'ansietat amb més efectivitat.

Taller SANTI SANAÜJA



Crta. Guissona, s/n
Tel. 973 47 61 31
Mòbil. 636 32 86 16
25753 SANAÜJA (Lleida)

Gòtic de Torà
RESTAURANT DES DE 1994



Arbres, energia reconstituent

Un passeig pel bosc pot ser una experiència inoblidable, tan estimulante com relaxant. Les investigacions han demostrat, per exemple, que la pràctica japonesa del “Bany de bosc” (Shinrin-yoku), que consisteix a caminar lentament per un bosc i inhalar fitoncides, que són les substàncies aromàtiques que desprenen els arbres, redueix la tensió arterial, alleuja els símptomes depressius i també millora l'estat d'ànim.

Al nostre cervell li agrada el verd

El nostre cervell, ja des de la infantesa, canvia positivament quan estem envoltats de Natura i del seu verd. Un color que millora la salut de la nostra ment des del món vegetal. El color verd convida el cervell a l'equilibri i a l'harmonia.

El benestar del nostre cervell passa pel verd. Fins i tot tenim la confirmació per part de la ciència: viure envoltats d'arbres i natura és molt beneficiós

per la nostra salut física i mental.

Per què l'ull humà distingeix més tonalitats de verd que no pas d'un altre color? Una raó evolutiva: diferents teories sostenen que l'ull humà és capaç de captar més tonalitats de verd perquè els nostres avantpassats, fa milers d'anys, necessitaven diferenciar tots els matisos de la vegetació, dels depredadors. Això els va ajudar a assegurar la seva supervivència.

La recepta de la natura

Tot i que els estudis recomanen almenys dues hores setmanals en espais verds (parcs, boscos) i blaus (mar, rius), fins i tot uns pocs minuts a l'aire lliure poden millorar l'estat d'ànim i la funció cognitiva.

Bé, segur que tens Natura a prop que t'està esperant. Felç Ment.

ToieT





Fem les vostres participacions personalitzades i de franc per a la Loteria de Nadal i Reis

Tenim números abonats de tots els acabaments

Us enviem la loteria de qualsevol punt d'Espanya


LOTERIA "EL MERCAT" DE CALAF

C/ Sant Jaume, 31


08280 CALAF

Tel. 93 869 91 54

loteriaelmercat@hotmail.com



ELCASINO
CALAF



125 anys d'història

UN ESTIU PER PENSAR



Ells no poden aclucar el ulls ni un moment

Si pares bé l'orella, tanques els ulls com cal, cloent les parpelles com quan t'adorms sense saber-ho, escoltaràs a la Vall de Forest el brunzir dels insectes i l'aletieg, nerviós, de les orenetes que any rere any tornen a niar a les parets i als recolzes del monestir. Amb una mica d'esforç, no gaire, escoltaràs les poques espigues de blat que queden després de la sega, com es mouen a un ritme intens provocat pel vent del sud que converteix l'espai en una paella roent on s'hi sumen les cigales, alguns escarabats, milers de llangardaixos, i de lluny potser també el rossegar de les dents d'alguns esquiroles amb els pinyons del quatre pins que ens queden.

El monestir i la Vall de Forest es rendeix altre cop, com fa milers d'anys, al *dolce far niente* de l'estiu amb una calor abassegadora i una fresqueta al vespre, cada cop menys present. Ja no s'hi dorm tan bé, i escolto amb certa enveja aquella gent que diu que al vespre, més amunt cap a Solsona, els cal una rebeca que sempre acompanya. Les coses canvien... Però no tant.

Em catapulto a l'exterior, aquest és un dels tresors d'aquest lloc, com que no hi passa res, com que hi passa de tot, et permet viatjar mentalment a altres llocs on passen masses coses. I com que és estiu, un popurri, com una macedònia ben feta, em conquereix els ulls, el cor i la ment. Penso en

tu que ja no hi ets, en les teves passes i la teva absència, en els espais que malgrat no hi siguis, continues ocupant en aquest lloc. Penso en les coses que semblen i que no són, com l'amor del *junquerisme* i ERC que avui hem descobert inexistent, i de com la llei d'amnistia és la manera més sibil·lina de tancar un capítol que per molt que ho vulguem ja no tornarà a repetir-se fins d'aquí molt. Penso en com de bé li va a en Trump que l'hagin intentat pelar i em pregunto si no ha estat tot un muntatge. Penso en tots els indepes que es miren la *Roja*, com jo, com si fos el seu equip, i em pregunto què té a veure Gibraltar amb ser *Español*. Què és ser Espanyol? Què és ser Català? Val la pena ser-

ne qualsevol cosa, quan pots ser tu? Penso en els meus fills que ara no hi són però que retornen aviat, i penso en el Jim, el meu gos que és mort, però que com no ho sap, fa com si no es morís. Quin poder que té la ment en nosaltres! Penso en tot el que és mediocre però que ens té acostumats i com de ràpidament perdem l'excel·lència; penso en la gent que em somriu pel carrer i em diu bon dia, i que jo també ho faig i que a cops la gent es pensa que sóc boig. Heu provat mai de somriure a algú al metro de Londres o Nova York? No ho feu.

Amb els ulls clucs, les mans sobre els genolls i recolzat a les pedres que el Xavi de cal Minguet em va ajudar a posar-hi davant del Monestir, penso en tots aquells que no poden tancar-los, perquè viuen en un món esfereïdor, un món on cauen bombes com a Gaza o Ucraïna, un món on els violenten, o simplement un món que ja no és món però que sí és infern. Com deu ser l'infern? I si el tenim més aprop del que ens pensem?

Molts de nosaltres tenim la sort de poder cloure'ls, els ulls, de poder fugir breus instants a l'estiu, a algun lloc, de poder pensar. Però n'hi ha molts que no, molts, i alguns, són molt aprop nostre.

Que passeu un gran estiu, i recordeu, si podeu aclucueu els ulls, respireu fons, i penseu en la sort que teniu.

Jordi Prat Morgades

PARLEM DE PELLÍCULES

Núria Bagà Solé

Casa en flames

La sensació cinematogràfica catalana d'aquest estiu –i m'atreveixo a dir de l'any– sense cap dubte és 'Casa en flames' de Dani de la Orden. Un film que gràcies al boca-orella ha triomfat a la taquilla. I no m'estranya, perquè la proposta audiovisual que ens presenta el seu director et fa riure i plorar alhora, tot presentant-nos aquesta família burgesa disfuncional, en la qual tots els seus membres revelen els seus secrets durant una estada a Cadaqués per vendre la seva casa d'estiueig.

Dani de la Orden es mofa de la burgesia catalana i dels homes en aquesta pel·lícula. Al mateix temps, ens parla sobre el pes de la solitud, el desig de sentir-se estimat o estimada, el paper de la dona dins de la família, els vincles materno-filials, la incomunicació i els comportaments tòxics.

La definiria com una tragicomèdia, perquè el film manté un ritme molt fluid gràcies a la decisió d'alternar la comèdia i el drama constantment a través d'un guió ple de girs i molt hàbil, sortit de



la ploma o el teclieg del guionista Eduard Solà. La bona mà del director també es nota, especialment en la direcció d'actors, que els atorga molta llibertat interpretativa i estan cada un dels intèrprets meravellosos en els seus papers. A destacar, una espectacular Emma Vilarasau en el paper de la matriarca de la família, on l'actriu aporta ofici i se li nota molt que ha fet molt teatre, perquè dota al personatge d'una profunditat i una expressivitat increïbles. Com ha dit Enric Auquer en alguna entrevista promocional: "Us heu perdut una gran actriu al cinema tots aquests anys". Quanta raó té. A Catalunya podem dir ben alt que tenim la Vilarasau, una de les grans dames de la interpretació de casa nostra. Un paper que mereix ser premiat, sens dubte.

La directora del BCN Film Festival i periodista, Conxita Casanovas i el seu equip van tenir molt bon ull donant-li visibilitat en escollir-la per ser la pel·lícula inaugural de l'edició d'enguany del certamen. Amb l'èxit que està tenint al cinema (no només a Catalunya sinó també a l'Estat espanyol), és possible que tingui presència tant als premis Gaudí com als Goya, així com també per la seva incontestable qualitat audiovisual. Creuem dits, realment ho mereix. Visca el bon cinema en català.

FITXA TÈCNICA

Direcció:	Dani de la Orden
Intèrprets:	Emma Vilarasau, Enric Auquer, María Rodríguez Soto, Alberto San Juan, Clara Segura, Macarena García, José Pérez-Ocaña.
Guió:	Eduard Solà
Música:	Maria Chiara Casà
Fotografia:	Pepe Gay de Liébana
Any:	2024
Producció:	Sábado películas, Atresmedia cine, 3Cat, Playtime Movies, Eliofilm i Netflix.

LA FEINA DE PAGÈS A L'ESTIU

L'estiu per a la majoria de mortals és temps de final de cicle: la canalla acaba el col·legi després dels exàmens finals, acaben també les proves de selectivitat i comencen les vacances per a molta gent i també per a molts sectors econòmics. Bé, per a tots els sectors no, perquè com tots sabeu perquè facin festa uns, uns altres han de pensar. El que sí és cert és que aquests mesos estivals molta gent busca la desconexió de les tasques diàries per dedicar-se a altres coses i gaudir de l'oci a dojo i d'un bon descans per tal de tornar a carregar les piles per a la nova temporada. Però en la vida no tot són flors i violes i molts sectors econòmics, ara a l'estiu, de feina molta i de vacances poques.

Fer de pagès ja ho té això, quan toca fer una tasca, s'ha de fer i punt o sigui que si s'ha de recollir la collita s'ha de fer i no cal donar-hi més voltes, i ara per tant no és moment massa de fer festes perquè t'hi jugues el pa de tot l'any en pocs dies. Les coses són així i així seguiran tot i la mecanització que ha experimentat el sector agrari en pocs anys, i cal dir amb conseqüència que ens ha facilitat molt la vida perquè es fan les feines en menys temps i millor, però això en cap moment no et treu que hi has de ser-hi igual i amb el cinc sentits ben activats. I tot això sempre, sempre, amb el beneplàcit i la complicitat de tota la família, com no pot ser d'un altra manera.

I és que el *quid* de la qüestió és la de tractar en tot moment de compaginar-ho tot plegat, vull dir, l'oci, la feina puntual i la família, tot mirant que



tothom estigui content. L'estiu és llarg i al final te'n adones que hi ha temps per tot en aquesta vida i que l'important és no posar-se nerviós per la feina. Això, i us ho dic amb coneixement de causa com a pagès que soc, que una cosa es dir-ho i l'altra fer-ho. I és que la veritat els pagesos de tranquils poc ho som perquè només cal que un tregui la màquina de segar per la porta que llavors correm-hi tots que potser ja és sec i es pot segar. Si el veï treballa se'n posen al damunt a molts els nervis i no hi pots fer res. Cadascun som com som i amb això vull dir que no hi ha infusió que ho canviï així com així. En aquesta vida tot s'ha d'aprendre i a controlar, els nervis també, no hi ha més. S'ha d'aprendre a compaginar-ho tot perquè si no la família se'n ressentirà i força i això sense cap mena de dubte no ha de passar mai. Cal sempre doncs buscar l'equilibri perquè tot rutlli i perquè res que set posi per davant pugui ser una muntanya infranquejable. Bé, bon estiu a tothom i salut!

Josep Verdés

SAFARI RURAL

Imaginem-nos una família que viatja des de l'àrea metropolitana cap al Pirineu i, a mig camí, passa per un territori difós, ubicat entre la Segarra, l'Anoia i el Solsonès, que avui coneixem popularment com a Vall del Llobregós. Els ocupants del vehicle, espectadors ocasionals del paisatge agropecuari del cotxe estant, gaudeixen tot resseguint els moviments de la fauna pròpia de marges i camps. Entre els tractors de tonalitats verdes clares –John Deere–, verds foscos –Fendt–, coloracions blaves –New Holland– i alguns exemplars rars com Lamborghini –blanc– o JCB –groc– s'hi troben éssers molt més enormes i difícils de veure fora d'època. Parlem de les majestuosos màquines de segar, de cromatismes verds o grocs, que són l'autèntica infraestructura mòbil del pagès, que colonitza totes les llenques de terra prou amples perquè hi passi la “pinta”.

D'entre les rengles de palla i les passades de la màquina, els observadors veien com es deixaven uns trams estrets sense segar, que feien un efecte de paisatge inacabat. Com si, de la perruqueria estant, el perruquer tingués una trucada i et deixés amb el cabell a mig tallar.

Resulta que aquest paisatge és conseqüència de la mala climatologia que arrosseguem. Mostra que la pagesia no té altre remei que dipositar les esperances econòmiques no ja en el cel, que a aquestes alçades ja està tot vist per a sentència, sinó que més aviat li convé fer oracions a Sant Agroseguro, amb els seus corresponents mèdiums en forma de pèrits, per a implorar una minimització de danys.

Els visitants d'aquest safari rústic paren al voral de la carretera i, un cop ja s'ha esvaït la polseguera de l'embaladora, decideixen que volen fer-se una foto amb una bala de palla com a icona pop de la Catalunya interior. Pujar-hi a



sobre per a retratar-s'hi i penjar-ho a Instagram. Llàstima que els pagesos s'entesten majoritàriament a fer les bales rectangulars ja que, pensen, si fossin rodones quadraria més amb l'imaginari popular buscat.

Ens trobem ara al punt en què la família ja ha pujat al cotxe, després de la sessió de fotos. Llavors, havent superat la calorada, s'adonen que els falla la cobertura. Tenen problemes per a fer aquestes tasques informàtiques tan senzilles, com enviar missatges o gestionar imatges. I mentrestant pensen, feliçment alleujats, que un cop arribats a destí segur que podran connectar-se a la wifi. De cop, s'adonen que encara els falten alguns productes per sopar aquests dies que seran fora. Però per sort, de camí a la casa que han llogat, aconsegueixen fer respondre l'aplicació del Google Maps i veuen que al poble del costat hi ha algunes botigues per comprar les quatre coses que necessiten. Sempre diuen que els encanta comprar productes de Km 0, la proximitat i tal; i per això els fa gràcia d'adquirir-los al poble, que sempre queda bé.

Sort, però, que abans de sortir de la seva ciutat ja han anat al Mercadona de sempre a fer la gran compra. Que tot i voler veure la botiga petita i el pagès al camp, la pela és la pela i no estem per històries.

Pel broc gros

LLIBERTAT, IGUALTAT I PASTISSERIA



Una taula llarga amb dos personatges asseguts: en una punta la imatge d'un obrer, amb granota i casc de treball, i a l'altra un home gras, *trajat*, amb un barret de copa alta al cap i un puro immens a la boca, la figura arquetípica del gran capitalista. El primer té un tall de pastís al davant i el segon els onze restants. Un subsaharià, magre com els que anys enrere vèiem als cartells del Domund, s'atansa a la taula amb cara de fam. En veure'l l'home del puro adverteix, "solidari", el seu company de taula: **-Vigila, que el negre et vol prendre el teus tros de pastís!** La vinyeta, publicada fa temps no recordo on, m'ha tornat al cap a propòsit de l'auge de l'extrema dreta arreu –també en aquest tros de país– i del fet que aquesta rebí un gruix important de suports entre la classe treballadora (inclosos els immigrants que han arribat penúltims), a priori votants potencials d'una esquerra que històricament havia fet bandera de l'eliminació de les desigualtats socials.

Què fa que gent normal i corrent, la que pencant pot accedir a un petit tall de pastís, voti els que de manera més diàfana i impúdica representen els interessos de l'altra punta de l'escala social, la que sempre se n'enduu la major part? Segurament no hi ha una única resposta però alguna cosa hi deu tenir a veure la renúncia de la major part de l'esquerra nominal a millorar les condicions de vida de la majoria de la població. En un escenari on no només no hi ha cap expectativa d'atenuar les desigualtats, d'un repartiment més equitatiu del pastís, sinó que aquestes s'accentu-



en, aquell a qui havien fet creure que era de classe *mitjana* deixa de mirar enlaire, buscant culpables del desmantellament de l'*estat del benestar* i de la seva pèrdua de capacitat adquisitiva, i dirigeix el seu malestar cap als de sota. Si la part grossa del pastís és intocable i el nouvingut ha de menjar per força serà la meva part la que minvarà.

Tampoc no ajuden a frenar l'ascens del feixisme i la xenofòbia els discursos bonistes i d'apologia de la multiculturalitat, en la que tots els immigrants són uns angelets i la formació de guetos és una mostra de la riquesa cultural del país. No, la immigració no és una cosa *guai* sinó un drama de primera magnitud –la gent no marxa massivament del seu país per gust– i, com tots els fenòmens socials importants, té repercussions oposades en molts àmbits, des de l'econòmic i laboral al cultural i lingüístic, passant pel repartiment d'ajuts socials, l'accés a l'habitatge i un llarg etcètera. Si davant de qualsevol conflicte entre un immigrant i un autòcton (o un *vellvingut* d'una onada migratòria anterior), ja sigui un fet delictiu o una simple qüestió de convivència veïnal fruit de costums diferents, el discurs de l'extrema dreta és "tota la culpa és dels immigrants" i el de les forces democràtiques és dir que aquí no passa absolutament res, a qui us sembla que es creuran la majoria dels que, amb raó o sense, perceben que sí que hi ha un problema? O l'esquerra recupera el discurs de la **igualtat de drets i de deures per a tothom** –inclosos els tres personatges de l'escena inicial,

no només dos– o l'actual creixement de la "*dreta populista*" no serà un simple soufflé que només provoqui indigestions puntuals.

Una de les fallàcies recurrents dels que pretenen normalitzar els postulats d'extrema dreta és l'equiparació entre feixisme i antifeixisme. Un altre dibuix: tres personatges, un d'ells amb el cap pelat i una esvàstica tatuada, un altre amb una samarreta amb el mateix símbol barrat, a mode de senyal de trànsit. El tercer personatge pregunta a un i altre sobre les seves idees. "*Jo estic en contra dels negres, els moros, els catalans, les feministes i els maricons*", afirma el primer; "*jo estic en contra del que ha dit ell*", diu el segon; "*marededéusenyor –s'escandalitza l'interrogador–, vosaltres dos sou iguals!*". No, entre feixisme i antifeixisme no hi ha equidistància ni neutralitat possibles. Tot i que de vegades la llibertat o la igualtat hagin servit per a tractar d'excusar autèntiques atrocitats –en nom de totes les grans idees s'han fet, al llarg de la història, grans animalades– cap idea és equiparable a la discriminació i negació de drets que pregonen les diferents extremes dretes (des del supremacisme racial o cultural de les europees i occidentals a les que pretenen imposar els preceptes de les interpretacions més integristes i tocades del bolet de la seva religió). No, totes les idees no són igual de respectables.

LA CLAU ESTÀ EN LA MIRADA

Diuem que els ulls són el reflex de l'ànima... Jo prendré aquesta idea de reflex-mirall per parlar-vos de la importància de la mirada. La mirada entesa com a presència, és a dir, miro al meu fill, però també estic atent/a a allò que fa o diu.

Des del primer dia, un bebè pot veure el rostre de la mare (o persona que fa les funcions maternes). La seva agudesa visual només arriba dos pams més enllà, per tant, la posició del nadó respecte a la mare assegura la seva supervivència. El bebè plora i algú l'agafa en braços, amb la mirada plena de tendresa li transmet calma i això l'ajuda a sentir-se segur. Quan té gana, l'agafa a coll i s'acomoda per donar-li l'aliment, al seu davant, mirant-lo. En els últims temps, aquesta mirada durant els moments d'alletament s'està substituint per una pantalla. S'ha trobat com el nadó redueix la seva ingesta si no té els ulls de la mare dirigits cap a ell. I no només és la ingesta, també queda compromesa una necessitat bàsica del bebè: sentir-se atès.

A mesura que el nadó es va fent més gran i, per tant, més autònom, la seva necessitat vers la mirada de la mare (sobretot) va canviant. Ara vol que la mare el miri constantment, que estigui assabentada de tots els seus assoliments, de tot allò que ja sap fer solet, dels límits que està a punt de creuar... És molt comú sentir frases com "mira, mira que faig" "mama mira" "has vist?" Necessita la mirada d'atenció, de presència, per consolidar-se com a individu diferent i únic.



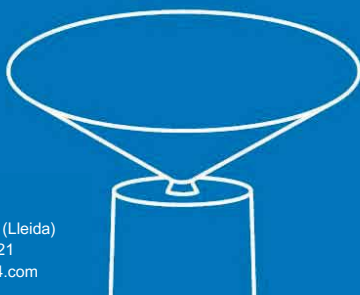
Existeix, a més, la mirada que transmet confiança i obre el món: un infant davant un desconegut necessita la mirada d'aprovació de la mare per ensenyar-li la diferència entre "puc anar o no, em puc separar de tu o no".

Amb la mirada, l'adult pot afavorir el bon desenvolupament del seu fill/a. Però també és primordial tenir en compte la mirada del nen/a. Ens trobem que una de les defenses que un infant fa per no accedir al món social és evitar la mirada, li resulta massa invasiva i no pot suportar sostenir-la més de pocs segons. Ens trobem, també, amb infants que directament prefereixen mirar un objecte o joguina i no el rostre dels seus familiars o cuidadors. Aquests infants se situen dins un espectre que cal atendre i acompanyar.

Vanesa Pérez
Psicòloga col. 264

LedsC4

Vine a l'outlet
d'il·luminació de LedsC4!



De dilluns a divendres de 10.00 a
14.00 i de 16.00 a 18.00

Dissabtes de 9.00 a 14.00

Afores s/n, Torà (Lleida)
973 468 121
outlet@ledsc4.com

EMPATIA I APRENTATGE

Una bona parella

Coneixes el terme empatia? N'has sentit a parlar? Creus que l'empatia pot facilitar els aprenentatges?

El Diccionari de la llengua catalana de l'Institut d'Estudis Catalans (2a edició) diu que és la "facultat de comprendre les emocions i els sentiments externs per un procés d'identificació amb l'objecte, grup o individu amb què hom es relaciona." Dit amb paraules més planeres, posar-se al lloc de l'altre i intentar entendre'l.

A Finlàndia s'està estudiant que la capacitat d'empatia dels educadors cap als alumnes com un dels elements més importants en la qualitat de l'ensenyament.

Segons el treball d'investigació que han realitzat tres universitats finlandeses, l'empatia és tan poderosa que passa per sobre dels materials educatius i les capacitats de les aules. En aquest estudi es va poder observar que els mestres empàtics milloren la motivació i les habilitats acadèmiques dels alumnes (lectura, escriptura, càlcul...). Sobretot, en els primers anys d'escola cal que hi hagi una bona interacció entre el mestre i l'alumne i aquesta interacció jugarà un paper més important quan els reptes acadèmics siguin més grans.

A vegades es té una facilitat natural per ser empàtic, però com podem ser empàtics? Si ens relacionem amb els nostres fills, com podem actuar amb empatia? En quines ocasions?

Quan sabem escoltar i comprendre els sentiments de l'altre i deixem d'escoltar-nos a nosaltres mateixos.

Quan donem consol amb un copet a l'espatlla, una abraçada, una carícia...

Quan ens expressem amb delicadesa i cortesia.

Quan ajudem a resoldre problemes i som capaços d'ajudar als altres.

Quan ens abstenim de fer una gracieta perquè sabem que molestarà.

Quan posem un toc d'humor per ajudar a algú que té un problema.

Quan proposem reptes per treballar plegats.

Ara ens cal evitar les situacions en les quals no demostrem empatia. I, quines són?

Quan creiem que els nostres problemes són els únics del món.

Quan no escoltem els altres.

Quan no oferim un somriure, una carícia o un gest amable cap als altres.

Quan esperem alguna cosa a canvi si hem fet alguna cosa pels altres.

Ser empàtic no és una assignatura per aprendre, és una pràctica diària que ens porta cap a una bona convivència que deixa empremta.

Montserrat Miquel Andreu

Padagoga Núm. Col. 00969

www.uncopdema.cat

www.facebook.com/uncopdemaguissona

www.instagram.com/uncopdema

Construeix un hàbit d'estudi en 30 dies!

Descobreix el **Mètode MOMI** i reforça els continguts escolars mentre crees un **hàbit d'estudi!** Creat per **Montserrat Miquel Andreu**

Tota la col·lecció a www.hellomomi.com



A L'ESTIU... INSECTES!

Aquests petits vampirs voladors que tenen un radar especial per trobar-te a la foscor i fan que qualsevol nit tranquil·la es converteixi en un infern

Que sí, que l'estiu és molt bonic, fem vacances, ens banyem a la piscina, mengem paelles mixtes, anem tot el dia amb boles per casa... Tot molt bonic, tot molt idíl·lic! I uns collons! Perquè a l'estiu arriben, juntament amb el Magnum almendrado, la crema solar Nivea i els estiuejants *frikies* de la capital, uns petits éssers que tenen el mateix objectiu que Hisenda: fer-nos la vida impossible. Sí, amics, amigues i amiguis, parlo dels mosquits i altres insectes estiuejants. Aquests petits vampirs voladors que tenen un radar especial per trobar-te a la foscor i fan que qualsevol nit tranquil·la es converteixi en un infern, més o menys quan el Madrid va guanyar la quinzena Champions. Estàs al llit a punt per dormir, i de sobte sents aquell "bzzzzzzzz" que et toca més els ous que escoltar un míting amb la veu de la Marta Rovira. No importa quina hora sigui, ni com de cansat estiguis, automàticament t'aixeques, obres el llum, agafes un coixí i comences a fer el *ninja* per l'habitació. Però el mosquit, desapareix. Mires al sostre, a les portes de l'armari, al cul de la parella, i res. Tornes a tancar el llum, et col·loques altre cop al llit, i quan ja estàs apunt de tornar a agafar el son... "bzzzzzzzzzzzzzzzz". La mare que el va parir! Els mosquits són com el Carles Porta, perquè sempre posen llum a la foscor.

Després d'una nit desesperant, l'endemà et despertes com si tinguessis la varicel·la; com si haguessis tornat a la joventut amb tants grans; com si t'haguessis transformat en Donald Trump mentre fas un míting a Pennsylvania. "Posa't repel·lent per mosquits!" Això funciona menys que el Rajoy fent d'articulista per un diari. Tinc un amic que em va donar la solució: "Posa llimones amb claus a la tauleta de nit". La setmana passada el van ingressar a Sant Boi, pobret.

I no ens oblidem d'altres insectes estiuejants. Per exemple les formigues. L'altre dia em vaig

descuidar una galeta a sobre el marbre de la cuina i l'endemà hi havia una *rave* de formigues. D'on collons surten? Visc a un 3r pis. És tot gres, rajola, no hi ha terra... Què m'ho expliquin a mi això? Aquestes formigues vindrien a ser com els turistes alemanys que van a Lloret: no saps com però tots arriben allà

i amb una bona galeta.

I què me'n dieu de les papallones nocturnes? Que si us fixeu bé, tenen pèl! Són peludes! Son els Cucurelles dels insectes. I tenen una fixació: la llum. Com el Carles Porta. (Ostres, a veure si serà el Carles Porta un insecte? "*Bona nit, bzzzzz, els focs al principi son petits però de mica en bzzzzz mica es van fent grans bzzzzzz, posarem llum bzzzzzz a la foscor bzzzzzzz*"). Aquestes bestioletes apareixen de cop, quan obres l'interruptor de la llum de la terrassa de casa teva. Continuant amb els paral·lelismes, serien com els carajillers de bar quan el cambrer treu la primera taula per muntar la terrassa.

I també hi ha els grills. Collons quin xivarri que foten. No els suporten. Podria escoltar 4 hores seguides cançons del C. Tangana abans que el cant d'un grill. És que se't posa al cap eh! És pitjor que la cançó promocional del "Mercadona, Mercadona". Dius, és molt fàcil, elimina'l. Però on collons és? Algú ha vist mai un grill? Quina forma té? Per un moments et penses que està al roser del jardí, altres el sents a l'arbre del carrer, altres et penses que està a dins de casa teva mirant la tele... Podríem dir que un grill és com el Ricard Ustrell, està a tot arreu i a més a més, atabala molt.

Un altre protagonista de l'estiu és la mosca. Diuen que una mosca viu uns 20 dies. Ja és mala sort que es decideixi viure a casa teva, i a la zona del sofà. Mira que hi ha llocs, eh, per viure! A veure, el menjador de casa meva és gran, podria voltar per la zona de la llibreria, doncs no, sempre volta pel sofà i només de 15:00h a 16:00h,



que és quan faig la migdiada, després d'una nit sense dormir per culpa dels mosquits i del grill... Toca't els ous! No paro de tirar insecticida,estic tot el dia "shhhh", "shhhhh", "shhhhh". Si entres a casa meva ara mateix dones positiu de Cucal. I a més, crec que no els fa res, em sembla que ho fan servir de desodorant.

I què passa amb les vespes? Tu vols provocar caos? Deixa de votar Vox i posa una vespa a una taula. No fa massa, dinant amb



uns amics al jardí de casa seva, en va aparèixer una... Imagina-t'ho. Un, aixecant-se i fent el record de velocitat 100 metres obstacles; l'altra, a sota de la taula plorant com si hagués vist el Junqueras en calçotets; un altre, fotent moviments amb els braços com si fos un aerogenerador de Pujalt; un altre, cridant i llançant-se de cap a la piscina dels nens amb 2 cm d'aigua... Un drama. La vespa en veure l'escena va dir "sortir del rusc per veure rucs, com m'haig de veure..."

I al final del dia, tot això ens recorda una cosa: l'estiu no seria el mateix sense aquests petits enemics. Ens queixem, els combatem, però en el fons, fan que aquesta època sigui tan especial

i, per què no, una mica més emocionant. Així que, la propera vegada que un mosquit em piqui o una formiga s'apoderi del meu dinar, o que una papallona peluda s'aprofiti de la llum sense pagar-la, o un grill canti pitjor que el Kiko Rivera, que

ja és dir, o una mosca passi els últims dies de la seva vida fotent-me les migdiades enlaire, o una vespa vulgui espantar al personal, intentaré recordar que sense ells, potser les nostres històries d'estiu serien una mica més avorrides.

I amb això, amics meus, us deixo, desitjant-vos un estiu ple de moments inoblidables... i pocs mosquits!

Sergi Torrecasana

TALLER AGRÍCOLA NOGUEROLA

Ctra. de Torà, s/n
Ardèvol de Pinós

Telèfon:
973 47 35 84



TORRA

CERELS I LLAVORS TORRA, S.L.

C/ Palouet, s/n
25750 TORÀ (Lleida)

Tel: 973 473 433 - 973 473 372
Fax: 973 473 572

Orgull de ser ...

(E) **Premsa Comarcal**

Llobregós

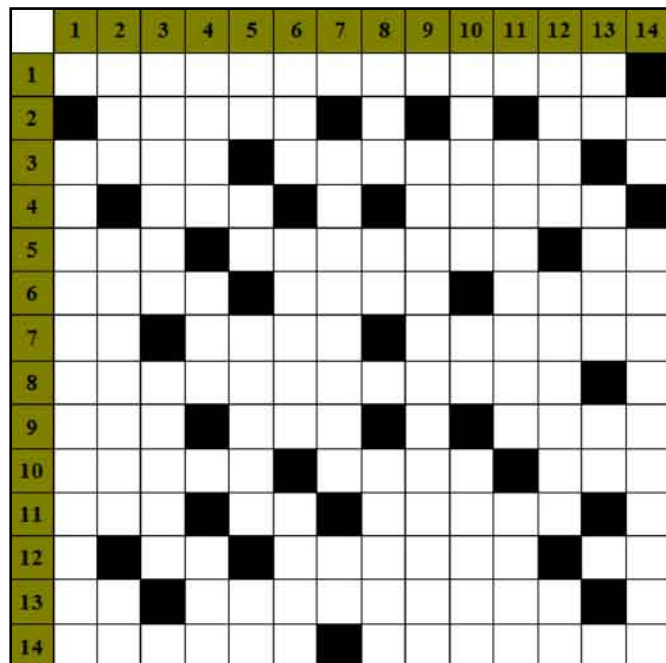
Només nosaltres
explicuem la
TEVA HISTÒRIA



SOM TERRITORI
SOM FIDELS
SOM IMPORTANTS
SOM LA TEVA PREMSA

ELS MOTS ENCREUATS DEL LLOBREGÓS

Jordi Vilagut



HORIZONTALS: 1.- En dues paraules, nou projecte de memòria històrica impulsat per l'APACT. 2.- Al Llobregós sol ser calorós, sobretot en aquesta època de l'any. Es repeteix al Solsonès. Fa el mateix al Riubregós. Utilitza als Estats Units. 3.- Sol celebrar la seva onomàstica amb coca, cava i revetlla. Plantes que floreixen tots els mesos de l'any. La vocal numèrica que sobresurt a Sanaüja. 4.- Acaba a Biosca. Teixit que pot tallar-se arran. Al capdavant de Castellfollit de Riubregós. Editora del que teniu a les mans. 5.- Ho sé: Universitat Catalana d'Estiu. L'època del festival. Abans de migdia veureu la meua mà capgirada. 6.- Finals de partida poc lluïdes. Va per l'aire i amb les mateixes lletres. Planta assassina. 7.- Article de Cellers. Exatleta espanyol que podia haver nascut a un municipi de la Rioja. Les noies ja no en solen fer servir. 8.- En dues paraules, ex cansalader toranès que participa a "Recordant Torà". Sorda al Solsonès i a la Segarra. 9.- Número u als Estats Units. Riu a contracorrent. A les portes de Sanaüja. Decideixi escriure-ho a la inversa. 10.- Olga Marín sense vocals. A Manchester és veritat. La part més oriental d'Estaràs, tot i situar-se a Occident. 11.- Peó en retrocés. El so més clar de la fleca Peretó. El cor del manresà. Repetida a Enfesta. 12.- Al cor de Llanera. Intel·ligència Artificial als límits d'Ivorra. Cargol que ha patit una infidelitat. Metall preciós a Ivorra. 13.- Clor a Claret. El tens a les mans. Tònica a Sant Serni. 14.- El de Pinós és més vell que el Jaumet. Respostes divines que obtenen els escolars desmanegats.

VERTICALS: 1.- Al mig del Llobregós. En dues paraules, va estrenar "Recordant Torà". 2.- Ressò que té una mica d'ecològic. Si és de Segarra, no és a la Costa Brava. Antic article informal de Calonge. 3.- Vi incorporat a Torà. Sempiterna no és cosa

de tres. És sonora a la Vallferosa. 4.- Boina sense cap. Ella és anglesa. Reiteradíssima a Autocars Prats Serrat. Promesa per al bàsquet. 5.- Seguides a Terra Ferma. Conec a la Segarra. Nota amatent. Nota de Calaf. 6.- Mudable sense límits. Apedaçà. Donatiu. 7.- Accentuada al bonÀrea. Osteoartropaties que l'Olívia Civil redueix a la meitat. Les dues primeres d'abril. 8.- El del Sucre era en Salvador Seguí. L'última d'en Jordi, l'última de Vilar. La de Ros que no va a l'autoescola. Guarnir a l'inrevés. 9.- La primera de Torà. En dues paraules, presideix l'APACT. 10.- Porta al sostre. Níquel a Sant Serni. La del pi va en processó. 11.- Repetida a la Molsosa. En dues paraules, hi pertanyien un oncle i un padrí a qui en Ramon Balagué hi dedicà uns llargs versos a l'edició de juny. Costat francès i capgirat. 12.- Llar d'abelles. Pedres precioses que atrauen espècies felínes. Separades, que no sembrades, a Solà. 13.- Victoriós a Massoteres. Nom amb què es coneixia popularment en Pere Marimon, destacat futbolista toranès fill de Cal Jaumet. Les dues primeres lletres de la professió de la Vanesa Pérez. El més rodó de Torà. Al cor d'Ardèvol. 14.- Ocell daurat. Acull les ruïnes de l'església de Sant Simeó.

SOLUCIONS: pàgina 52

ENDEVINALLA

No és de nervi ni és de pell
i té boca i mala cara.
Com t'agrada aquest ocell
que té caputxa de frare?

ACUDITS

Un entrenador del Madrid:

- Jo sóc tan famós que parlo amb Déu.

Li contesta el Messi:

- Mentider! Amb mi no has parlat mai!

*** **

- El meu oncle va morir de cataractes.

- Caram, és estrany... I no el van operar ?

- No, uns malparits el van empènyer !!!

SUDOKU... I MÉS

Antònia Balagué

SOLUCIONS: pàgina 52

			7	2			9	
					3			
7				1		8	2	5
					1		4	
	3		9	6				
		7	8	5				1
		8				9	1	
1	9	4		3		7	5	6
				7		8	2	

El SUDOKU consta de 81 caselles distribuïdes en 9 fileres i 9 columnes dividides en àrees de 3x3. Cal omplir les cel·les buides amb els números de l'1 al 9, sense repetir-ne cap a cap filera, ni a cap columna, ni a cap quadrat de 3x3.

REFRANYS D'AQUÍ

No hi ha savi il·lustrat,
que per Sant Serni no hagi passat.

A Claret per la Festa Major,
mel i mató.

Sant Celdoni i Sant Ermenter
enterrats en un paller.

Festa Major d'Ivorra,
molt soroll de campanes
i un conill per quatre cases.

(Dites recollides pel Jaume Coberó)

En record de l'Enri Sangrà Balagué

La redacció del Llobregós.- El passat dia 17 de juny acabava els seus dies la filla de la nostra estimada companya Antònia Balagué. L'Enri, com afectuosament la coneixíem, moria a Barcelona, després d'una malaltia llarga. A la seva mare li han arribat infinitat

de missatges de condolença. Nosaltres també ens unim al seu dolor i l'animem a continuar, malgrat tot, amb la seva vitalitat. Un dels missatges que ha rebut és aquest poema popular escocès per acomiadar una persona estimada:

*"Pots plorar perquè ha marxat
o pots somriure perquè ha viscut.*

*Pots tancar els ulls i resar perquè torni
o pots obrir-los i veure tot el que ha deixat.*

*El teu cor pot estar buit per no poder veure-la
o pot estar ple de l'amor que vau compartir.*

*Pots plorar, tancar la teva ment,
sentir el buit i posar-t'hi d'esquena
o pots fer el que a ella li agradava:*

*somriure,
obrir els ulls,
estimar
i...
seguir!"*

LLIBRES RECOMANATS



Dani Vidal

A casa teníem un himne

Maria Climent

208 pàgines

L'Altra Editorial (2023)

L'escriptora Maria Climent (Amposta, Montsià, 1985) va debutar amb èxit amb el llibre "Gina" (2019), obra escrita amb el dialecte ebrenc, que tracta sobre les dificultats a les quals s'enfronta la jove protagonista després de ser diagnosticada d'esclerosi múltiple.

"A casa teníem un himne" torna a utilitzar el dialecte propi de les Terres de l'Ebre per, en aquest cas, abordar les segones oportunitats vitals de les tres protagonistes, una mare i dues filles originàries d'Arnes (Terra Alta).

L'acció se situa entre aquest darrer poble, Barcelona, on estan establertes les filles, i San Gimignano (a la Toscana, Itàlia), on ha anat a

viure la mare per començar una nova vida.

En aquesta ciutat rep la visita de les filles i els descobreix un secret que marcarà les seves vides. A la vegada, les dos filles es troben en un moment de dubtes existencials i amb qüestions per resoldre.

Una de les particularitats del llibre és que cada una de les protagonistes (Erme, Remei i Magda) narra, de manera intercalada, la seva història en primera persona.

Aquesta proximitat de les protagonistes amb els lectors, l'hàbitat narrativa de l'autora i el seu sentit de l'humor fan que el llibre et conquereixi des de la primera pàgina. Molt recomanable!



- Pans saludables
- Brioixeria artesanal
- Coques dolces i salades
- Cuit al forn de llenya
- Productes de proximitat
- Recuperació de blats antics

Portal de Pasterola - **Biosca** (Lleida)

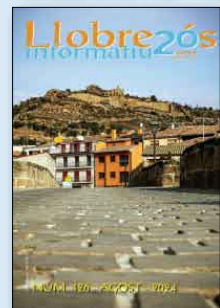
609 015 417

laforneradebiosca@gmail.com

 [_la_fornera_](#)

Subscriu-te

h
i
g
u
a
n
y
a
r
à
s



LA CUINA DEL LLOBREGÓS

Dolors Tolosa Ribera, de ca l'Andreu de Massoteres

Vaig néixer i he viscut sempre a Massoteres, on visc amb la meua família. L'estiu és època de festes majors arreu de Catalunya i també a molts pobles de la Segarra. Des de sempre, a casa ens hem reunit amb la família per celebrar-ho. La Ramona, la meua mare, era

una excellent cuinera i ella m'ha transmès moltes de les receptes que jo avui dia segueixo cuinant. Per la festa major del poble, a casa, acostumàvem a menjar canelons i per això avui jo us en donaré la recepta. Bon profit i gaudiu de les festes dels pobles!

CANELONS DE FESTA MAJOR

Ingredients (per 12-15 persones)

- Carn magra: 600 g
- Vedella: 600 g
- Botifarra: 4 pams
- 1 pollastre a quarts
- 2 cebes i 3 o 4 alls
- Canyella, Sal, Tomata
- Mantega, Mig litre de llet
- Farina, Oli, Formatge ratllat
- Molla de pa (una llesca)
- 60 Làmines de pasta de caneló

Preparació

1. Talleu tota la carn a daus i coeu-la en una cassola amb un bon raig d'oli d'oliva verge extra i una ceba. L'últim que hi posareu és la botifarra.

2. Un cop ho tingueu rostit, ho deixeu refredar i ho tritureu tot amb la picadora, hi afegiu també la molla d'una llesca de pa.

3. Es fa un bon sofregit amb oli, ceba, tomata, una mica de mantega i un polsim de sal i hi aboqueu tota la carn triturada. Ho remeneu i perquè quedi tota la carn més amorosida hi afegiu una mica de llet.

4. Bulliu les làmines dels canelons en una olla. Seguiu les instruccions del fabricant. Un cop bullides, passeu-les per aigua freda i dei-



xeu-les escórrer damunt d'un drap.

5. Poseu una bona cullerada de carn a totes les làmines i enrotlleu la pasta per tancar el caneló.

6. Per preparar la beixamel, feu bullir mig litre de llet, una mica de mantega i tres o quatre cullerades de farina. Tireu-hi també un polsim de sal. Aboqueu-hi la llet de mica en mica perquè no faci grumolls i deixeu-ho coure lentament un parell de minuts.

7. Poseu els canelons a les safates, afegiu-hi la beixamel per sobre i formatge ratllat. Ho poseu tot al forn i quan estigui ben daurat, ja està a punt per servir.

Bon profit!

BÀSQUET

A Torà la festa del bàsquet clou una gran temporada

El passat 1 de juny es va celebrar la Festa del Bàsquet a Torà, amb uns 140 assistents que van poder gaudir d'un sopar de final de temporada al Convent. Després la festa va continuar amb sorteigs i música de DJ Rico.

Tothom va viure una gran nit, amb un ambient molt familiar, sent un bon final de festa per una temporada història del club, tal com donàvem notícia en l'anterior edició del LLOBREGÓS.

Ens retrobem la temporada vinent!

Club Bàsquet Torà



Solucions de les pàgs. 46-47

la tortuga
Endevinalla

8	1	5	7	2	6	3	9	4
4	2	9	5	8	3	1	6	7
7	6	3	4	1	9	8	2	5
6	8	2	3	7	1	5	4	9
5	3	1	9	6	4	2	7	8
9	4	7	8	5	2	6	3	1
2	7	8	6	4	5	9	1	3
1	9	4	2	3	8	7	5	6
3	5	6	1	9	7	4	8	2

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	
1	R	E	C	O	R	D	A	N	T	T	O	R	A	
2		C	L	I	M	A		O	R		U	S	A	
3	J	O	A	N		B	O	I	X	A	C	S	U	
4	A		R	A	S		S		A	P	A	C	T	
5	U	C	E		E	S	T	I	V	A	L		A	M
6	M	A	T	S		A	E	R	I		M	A	T	A
7	E	L		H	A	R	O		E	N	A	G	O	S
8	J	O	S	E	P	G	A	R	R	I	G	A		S
9	O	N	E		U	I	R		S		I	T	P	O
10	L	G	M	R	N		T	R	U	E		E	S	T
11	O	E	P		T	O		A	N	R	E	S		E
12	N		I	A		B	A	N	Y	U	I		O	R
13	C	L		L	O	B	R	E	G	O	S		E	
14	H	O	S	T	A	L		O	R	A	C	L	E	S

UNA FOTO PER RECORDAR...



FOTO: ARXIU ANTONI TORREGUITART. CAL CENTELLES

Castellfollit, cursos de cuina - 2001

Maria Morros.- El 24 d'octubre de 2001, al Local Social de Castellfollit s'iniciaven uns cursos de cuina impartits pel prestigiós i reconegut xef Ramon Freixa i Riera, fill del poble. En Ramon, fidel als seus principis, quan va arribar el moment de fer el servei militar obligatori, es va acollir a la llei vigent que permetia substituir-lo per un servei social. Es va posar en contacte amb l'aleshores alcalde Felip Torreguitart per iniciar aquest servei social adreçat a la gent gran. La convocatòria va ser un èxit.

Segons m'ha explicat el mateix Ramon, va haver de canviar el plantejament inicial que tenia; les

mestresses no volien una cuina de caire tradicional, van comentar-li que de fricandós i cuinar al forn, ja en sabien. Volien que els demostrés com es feia la seva innovadora cuina d'avantguarda. Així doncs, en Ramon els va ensenyar a fer esferificacions, fer escuma amb el sífó, utilitzar nous aparells... Unes quantes dones es van comprar una thermomix.

Els ingredients els va aportar en gran mesura la seva iaia Emília, que juntament amb el seu avi Josep, van seguir tot el curs amb una gran satisfacció. En acabar la sessió, es feia una degustació dels productes elaborats.

Ramon Freixa i Riera

Va néixer a Castellfollit de Riubregós el 7 de setembre de 1971. Té dues estrelles Michelin i tres Sols Repsol, a més de numerosíssims guardons i premis. Actualment dirigeix els restaurants: Ramon Freixa Madrid, a l'hotel Único; Ático, a l'hotel The Principal de Madrid; Papagena, al Teatro Real de Madrid; Mas de Torrent, a l'Empordà; Singular, a Mallorca; Erre, a Cartagena de Indias, Colòmbia. També podeu gaudir de la seva gastronomia al trens de RENFE.



Qui són?

Primera fila, d'esquerra a dreta:

Ramona Gassó, Carmeta Torreguitart, Josep Riera, Pilar Sagués, Joan Vilamú.

Segona fila:

Isabel Gené, Palmira Marsinyach, Antònia Torrens, Emília Basomba, Palmira Parcerisas.

Tercera fila:

Ramona Vilapriñó, Montserrat Nadal.

Quarta fila:

Anita Bassols, Conxita Espinagosa, Ramon Titó, Ramon Farrés.

Cinquena fila:

Leonilda Matamala, Neus Segués, Calamanda Graells.

25 GB

Navegació a velocitat 4G
Cobertura Movistar

3.000 min
9,95
€/mes

Gaudeix de l'estiu sense preocupacions!

Si et sobren
gigues, les podràs
gastar durant el
pròxim mes.

bonArea
TELECOM
Com som.

+ info i totes les tarifes a:
bonarea-telecom.com
o truca'ns gratis al:
900 899 030

JOLONCH MATILLAS, C.B.

CENTRE COMERCIAL



C/ Eres, 14
25750 Torà (Lleida)
Telf. 973473217



Des de 1928 al seu servei

VILAMŪ

973473061

NOU ESPAI DE FERRETERIA



- Roba laboral
- Calçat
- Epis
- Cargols al detall
- Pintura professional
- Eines manuals
- Eines elèctriques
- Consumibles
- Silicones i químics
- ... i molt més.



Plats per emportar

Hostal Jaumet

Més de 100 anys fent cuina casolana

Fundat el 1890

Ctra. Barcelona-Andorra, s/n
Tel. 973 473 077
Fax 973 473 081
25750 - TORÀ (Lleida)
www.hostaljaumet.com
info@hostaljaumet.com

- REPARACIÓ GENERAL
- GRUA PERMANENT
- TAXI

Taller

TORANÈS

d'A. FERRER

COMPRA I VENDA DE VEHICLES NOUS I D'OCASIÓ

Ctra. Andorra S/N Tels.: 973 473 080 - 607 559 909
25750 TORÀ (Lleida)



www.casamagi.com

Plaça de la Creu, 7 TORÀ - Tel. 973 473 051 - comercial@casamagi.com



COALIMENT

compra saludable



MASCULÍ ~ FEMENÍ ~ INFANTIL

C/ Notari Josep Faus, 5 Tel. 627970213 GUISSONA
gimnasnovaforma@hotmail.com www.gimnasnovaforma.com

40 anys

cuidant el vostre benestar!

👉 Sense matrícula!

👉 Obrim els dissabtes al matí.

👉 Inici de les activitats al setembre.

👉 Rutines i dietes personalitzades gratuïtes.