

Núm. 133

LLOBREGÓS

informatiu

OCTUBRE 2025

CONSELL DE REDACCIÓ

Antònia Balagué, Maria Garganté,
Jordi Llauredó, Maria Morros, Toni Padullés,
Sílvia Peribáñez, Neus Soler, Ramon Torné,
Adrià Torres, Josep Verdés,
Daniel Vidal, Rosa Vila.

Coordina: Fermí Manteca

COL-LABORADORS HABITUALS

Gerard Albà, Núria Bagà, Roger Besora,
Anna Cantacorps, Adrià Castellà,
Montse Miquel, Antoni Montroig,
Vanessa Pérez, Toni Pinós, Jordi Prat,
Josep M. Rius, Josep A. Vilalta,
Sergi Torrescasana, Jordi Vilagut.

COL-LABOREN EN AQUEST NÚMERO

Carles Alseda, Ina Esteve, Josep Ibáñez,
Roger Jounou, Ricard Llorens,
Flora Martínez, Marta Miravet, Josep Palou.

DISSENY I MAQUETACIÓ

Joan Sala Miramunt
hola@joansalam.com
T. 664549131

SUBSCRIPCIONS I PUBLICITAT

Ramon Torné - T. 973 473 265

IMPRESSIÓ

Impremta Barnola (Guissona)
Tiratge: 600 exemplars
Dipòsit legal: L 798-2003
Subscripció anual: 16,00 Euros
A l'estranger: Consultar preus
Número solt: 3,00 Euros

EDITA

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



www.llobregos.info
info@llobregos.info

Número 133 - octubre - novembre 2025
Revista bimestral d'informació i opinió.

LLOBREGÓS INFORMATIU no es fa responsable ni subscriu necessàriament les opinions expressades pels autors dels articles publicats.
Aquest número està imprès en paper ecològic, elaborat sense clor.

EDITORIAL

MÉS ENLLÀ DEL NOSTRE MÓN

A la premsa local i comarcal ens fem ressò de les activitats més properes, dels esdeveniments dels nostres pobles que, encara que semblin de poca importància, són les nostres coses, els nostres interessos, allò que va formant la comunitat del dia a dia. També de la nostra història, del nostre patrimoni i de la riquesa del paisatge que ens envolta. Coses que no trobarem en els grans mitjans de comunicació. Aquest tipus de periodisme ens fa més grans perquè ens apropa i dona cohesió i identitat al mateix temps que fa que ens coneguem i ens autoestimem més.

Aquesta autovisió del món local podria semblar endogàmica però no ho és pas. A partir de la nostra identitat i del nostre petit cercle, sempre mirem més enllà i també ens preocupa el que passa en un món globalitzat. No som aliens, per exemple, al devenir d'Europa i les seves guerres i ens fa patir el genocidi que pateix el poble palestí i les minses reaccions internacionals, per no dir indiferència. Ens preocupen els aranzels de l'altra banda del planeta i també les conseqüències del canvi climàtic.

En l'edició de la revista que tens a les mans podràs trobar aquests neguits expressats en articles dels nostres col·laboradors habituals, al costat del que han estat les activitats dels pobles de la Vall del Llobregós, que són moltes, com sempre, i signe de la seva vitalitat.

Que tingueu una bona tardor i una bona lectura!

MEMBRE DE:

(≡) ACPC
Associació Catalana
de la Premsa Comarcal

AMB EL SUPORT DE:


Diputació de Lleida
La força dels municipis


**INSTITUT
ESTUDIS
ILERDENCs**

 Generalitat de Catalunya
**Departament
de la Presidència**

COBERTA

EL CICLISME A LA VALL DEL LLOBREGÓS

La pràctica esportiva és una de les millors alia- des per mantenir una bona salut i qualitat de vida. Diversos estudis mostren que l'activitat física contribueix a millorar tant l'estat d'ànim com la condició física, i és per això que es recomana incorporar exercici de manera regular en la nostra rutina.

Dins de la gran varietat d'esports, el ciclisme ocupa un lloc destacat. Es tracta d'una disciplina que exigeix constància i esforç continu, ja que la millora del rendiment és progressiva i, al mateix temps, fàcil de perdre si no se'n manté l'hàbit. El ciclisme ofereix diferents modalitats: carretera, muntanya, gravel, descens, en tres... que permeten adaptar-se als interessos i condicions de cada practicant.

La Vall del Llobregós és un indret privilegiat per a la pràctica d'aquest esport. En un mateix recorregut és possible enllaçar, mitjançant carreteres, camins o corriols, la major part de les poblacions que conformen la Vall. Aquesta riquesa paisatgística i de camins converteix el nostre territori en un espai idoni per gaudir del ciclisme en qualsevol de les seves modalitats.

Cal, però, tenir present que en el cas de les rutes per carretera, especialment les que transcorren per la C-1412a, l'eix que uneix Ponts amb Calaf, és necessari extremar les precaucions. Malauradament, encara hi ha conductors que no respecten adequadament la distància de seguretat amb els ciclistes, un aspecte fonamental per garantir la convivència i la seguretat viària.

Tot i aquestes consideracions, animo tothom a descobrir el ciclisme a la Vall del Llobregós i a gaudir de la bellesa dels seus paisatges al llarg de totes les estacions de l'any. Practicar esport i estimar l'entorn són dues maneres complementàries de cuidar-nos i de valorar el nostre territori.

Foto i text: Adrià Torres



Índex

EDITORIAL	2
COBERTA	3
NOTICIARI	5
ESPORTS	14
UN POLSIM DE FESTES MAJORS	20
DE LA VALL	24
LES VEUS DE LA VALL	39
NO EM FEU CAS	39
CINEMA	40
LA VALL DE FOREST	41
NEURONES I LLIMONES	42
EL MONÒLEG ÉS COSA DE DOS	44
LA TALAIA	45
PEL BROC GROS	46
PSICOLOGIA FAMILIAR	48
PEDAGOGIA	49
EL SECRET DE LES PARAULES	50
LA CUINA DEL LLOBREGÓS	51
PASSATEMPS	54
FOTO PER RECORDAR	58

MATERIALS PER A LA CONSTRUCCIÓ
BANY I COMPLEMENTS

JORDI VILAR, SL

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

Sevi's Fusters

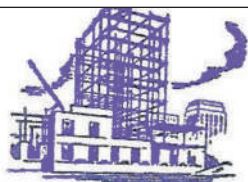
- Portes - Parquets
- Finestres - Guines
- Armaris - Mobiliari



☎ 673 419662

📍 Torà - 25750, Lleida

Manuel Gallego



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

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

**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

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



CAL MAS
DE SANT SERNI

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



Connecta amb la Vida

**RETIRS IOGA
OSTEOPATIA**

CAL GARRIGA
PRADES DE LA MOLSOSA

Més info: 664 735 137
[@osteo_ioga](https://www.instagram.com/osteo_ioga) [@ariadnaciivil](https://www.instagram.com/ariadnaciivil)



OLIVIA CIVIL
OSTEOPATIA · IOGA

OSTEOPATIA
TERÀPIA ENERGÈTICA
RETIRS · TALLERS

Prades de la Molsosa

Info i reserves: 664 735 137
[osteo-ioga.com](http://www.osteo-ioga.com)
[@osteo_ioga](https://www.instagram.com/osteo_ioga)

SOPAR A LA FRESCA A VICFRED



És la primera vegada que es fa un sopar a la nova terrassa del Local Social

Josep Verdés. - Fa uns quants anys, el 3 d'agost se celebrava a Vicfred la Festa Major petita en honor a la Invenció (trobad de les restes del sant) del Cos de Sant Esteve. I enguany, organitzat pel jovent del poble, s'ha volgut recordar aquells anys que es feia Festa Major a l'estiu, amb la celebració del primer sopar a la fresca a la terrassa que hi ha al Local Social. Tot va estar molt ben organitzat i la quarantena llarga de veïns del poble van gaudir d'un bon sopar: pizzes variades i de postres un bon gelat. La vetllada va ser molt animada i distesa, i el temps va acompanyar força amb una bona marinada. Ben entrada la nit, tot recollit com sempre i es va quedar que l'any que ve es tornaria a fer, si Déu vol.

LLIBRE DE MEMÒRIES DE SANAÜJA



L'autora va dedicar els llibres al final de la presentació (Francesc Sala)

Toni Padullés Rius. - El 15 d'agost la biblioteca Joan Margarit de Sanaüja es va omplir per escoltar la presentació que hi va fer la Montse Pons del seu llibre "Camins de la Vida, memòries d'infantesa i joventut a Sanaüja 1950-1970", on explica la vida de postguerra al poble. La introducció va anar a càrrec del Fredi Bentanachs, regidor de cultura, qui va destacar la importància d'obres com aquesta per tal de preservar la història local. Entre el públic, molta gent de la generació de l'autora va valorar la manera d'expressar-se de la Montse- "Ho escriu –deien– com si ens ho estigués explicant de paraula, directe i senzill". L'autora va agrair la bona acollida i, com diu a la introducció del llibre, va remarcar "...hi ha records que no es poden quedar tancats per sempre. Són com petites llavors que, amb els anys, volen sortir i fer-se paraules".

CURSET DE NATACIÓ A IVORRA



Jocs i rialles per aprendre a nedar, sota el guiatge dels monitors

Redacció. - L'última quinzena de juliol es van dur a terme els cursets de natació a Ivorra, en col·laboració amb el Consell Esportiu de la Segarra. Hi van participar deu alumnes de diferents nivells, fet que va permetre comptar amb dos monitors, l'Anna i el Miquel, que van adaptar les classes a les necessitats de cadascú. Després de dues setmanes plenes d'aprenentatge i diversió, els participants van rebre el seu diploma i una medalla d'honor com a reconeixement a l'esforç i la dedicació. Per cloure l'activitat, es va celebrar un berenar a la piscina, compartint bons moments i ganes de repetir l'experiència l'estiu vinent.

VICFRED PAVIMENTA UN CAMÍ RURAL



El camí asfaltat escurça la distància entre els dos nuclis del mateix municipi

Josep Verdés. - El passat mes d'agost es va dur a terme la primera fase de la pavimentació del camí que uneix Vicfred amb Sant Guim de la Plana. La millora té un pressupost de 102.147 euros i ha estat finançat amb 91.932 euros per l'antic Departament d'acció Climàtica, Alimentació i Agenda Rural i la resta amb fons propis de l'Ajuntament. L'obra ha estat adjudicada a l'empresa M i J. Gruas d'Alguaire. Els treballs han consistit en explanar i compactar el camí (1.300 metres de longitud i 4 metres d'amplada) amb la col·locació de tot-u natural i posterior asfaltat amb aglomerat en calent. Amb aquesta actuació s'ha pavimentat la meitat del camí i la segona fase es durà a terme en una propera convocatòria.

JOVES D'IVORRA, MANS A L'OBRA I DIVERSIÓ



Reunits a la plaça, els joves planifiquen la feina per a la millora del poble

Redacció. - La primera setmana d'agost, el jovent d'Ivorra va participar en el camp de treball, organitzat amb la col·laboració de l'Oficina Jove de la Segarra i el Consell Esportiu. Sota la guia del monitor Juli, que ja coneixia els participants d'edicions anteriors, els joves van dedicar el seu temps i esforç a tasques d'arranjament i millora del poble. Com a recompensa per la seva implicació i bona feina, se'ls va obsequiar amb una entrada per gaudir d'un dia a Port Aventura el passat 3 de setembre, on es van reunir amb altres joves dels camps de treball de la Segarra per celebrar la feina feta.

ESCOLAPIS D'ARREU DEL MÓN VISITEN SANAÜJA



El grup d'escolapis visiten el castell, acompanyats per membres de l'Ajuntament i Lluís Castany, l'historiador local

Toni Padullés Rius. - Un grup d'escolapis, provinent de diversos països, va visitar un any més Sanaüja el passat juliol seguint els passos de Josep de Calassanç, fundador de les escoles Pies, que va ser ordenat sacerdot el 1583 a la desapareguda església del castell, sota el bisbat d'Urgell. L'alcalde, Maria Casòliva, i el regidor de cultura, Fredi Bentanachs, els van acompanyar durant la visita al poble, l'església de Santa Maria a la plaça Major i també al castell. L'historiador local, Lluís Castany, els va explicar la importància i les particularitats de l'església parroquial i també els va introduir a com podia ser el castell i la seva església a finals del segle XVI, quan Josep de Calassanç hi va rebre els hàbits. El grup va seguir el camí cap a Montserrat, on els esperava l'abat i després cap a Roma on alguns membres havien estat ordenats preveres quan eren novicis.

CASAL D'ESTIU A IVORRA



Els petits van omplir de colors els carrers del poble en vigílies de la Festa Major

Redacció. - La primera quinzena d'agost, els més petits del poble d'Ivorra van gaudir del casal d'estiu, organitzat amb la col·laboració del Consell Esportiu de la Segarra. Sota la dedicació dels monitors Miquel i Maria, els infants van viure uns dies plens d'activitats i diversió. Molts d'ells aprofitaven les vacances per passar uns dies a Ivorra i dormir a casa dels padrins, la qual cosa va donar encara més vida al poble. Una de les activitats més especials va ser la plantada de flors, que va omplir els carrers de color i va deixar-ho tot a punt per donar la benvinguda a la Festa Major.

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

Els sacs de pèl·let i pinyol d'oliva els descarreguem a l'emplaçament sol·licitat del domicili.

639 338 314

639 338 315

www.serveisagrarisrius.com

FESTIVAL ALTA SEGARRA A DUSFORT



La façana de l'església romànica de Dusfort va ser l'escenari dels concerts estivals

Redacció. - La 8a edició dels Festivals Alta Segarra va recalar a Dusfort el passat 25 de juliol, amb l'actuació de Daniel Anglès, conegut per Eufòria de TV3, i la cantant portuguesa, Sofia Ribeiro, que van oferir en sengles concerts els seus temes emotius i van omplir la plaça d'aquest nucli de Calonge de Segarra. Aquests concerts estan organitzats per l'entitat El Casino de Calaf, amb la col·laboració dels Ajuntaments dels municipis participants. L'acte es va complementar amb un tast gastronòmic de productes de proximitat i qualitat ofert per l'associació Anifalac. Els Festivals Alta Segarra permeten cada any que els pobles de la zona gaudeixin d'una variada i excel·lent oferta cultural, al temps que donen a conèixer la riquesa del territori.



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

**estudi
BLAT**
ARQUITECTES



Projectes
d'obra nova
i reforma



Inspecció
tècnica
d'edificis (ITE)



Cèdules
d'habitabilitat



Certificats
d'eficiència
energètica

DESPATX D'ARQUITECTURA

CONSULTA'NS SENSE COMPROMÍS

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

LES CIGONYES SOJORNEN AL LLOBREGÓS



Abans de reprendre el viatge les cigonyes van buscar aliments al camp

Redacció. - A meitat del mes d'agost van visitar el Llobregós i hi van fer nit a Ivorra un nombrós grup de cigonyes que anaven de pas en el seu vol migratori cap a terres més càlides per passar-hi l'hivern. Van ocupar els espais més alts, com ara el campanar, la Torre i les teulades. A l'endemà es van escampar pels trossos buscant aliment i reprendre el viatge. No és el primer any que hi passen, seguint les rutes des del nord d'Europa fins a l'Àfrica. Aquest any, però, la Generalitat va emetre una alarma, ja que s'havia detectat la grip aviària H5N1 en cigonyes localitzades als Aiguamolls de l'Empordà i recomanava estar al cas per la possible "aparició d'aus salvatges o urbanes mortes o malaltes" en les rutes migratòries i en tal cas avisar als Agents Rurals. No tenim constància que a la Vall del Llobregós s'hagués donat cap episodi de grip.

SOPAR DE DONES A CASTELLFOLLIT



El recint de les piscines va ser el lloc de trobada per al sopar de dones d'aquest any

Ina Esteve. - Amb l'arribada d'agost, Castellfollit del Riubregós es transforma. A la gent que hi viu s'hi sumen estiuejants, familiars i amigues que arriben per retrobar-se al poble. D'aquest desig va néixer el Sopar de Dones, una trobada per a dones de totes les edats que volen compartir experiències, emocions i complicitats. La primera edició va ser el 2017 a Can Pep i, tot i que alguns anys no s'ha pogut celebrar, ha esdevingut una cita esperada. L'objectiu és consolidar-lo com una tradició dins de les festes majors, creant un espai comunitari i festiu on les relacions s'enforteixen i les històries personals esdevenen col·lectives. Vol ser recordat com una nit alegre, viva i sense formalismes, on les dones reforcen els llaços, donen veu a totes i fan poble. Visca les dones de Castellfollit!

NOUS PLAFONS TURÍSTICS A CALONGE



Un dels nous plafons turístics que dona informació turística de la zona

Redacció.- Recentment s'han substituït els plafons turístics situats als diferents nuclis de població de Calonge de Segarra. Els plafons anteriors dataven del 2011 i havien quedat obsolets, tant pel que fa a les informacions ja desfasades com al desgast del material pel pas del temps. Amb aquesta renovació s'han actualitzat les dades, s'hi han afegit nous elements turístics dignes de ser visitats, s'han implementat rutes i s'han incorporat codis QR perquè els visitants puguin obtenir més informació dels elements patrimonials. En total s'hi han instal·lat cinc panells, un a cada nucli de població. Segons que informa l'Ajuntament, l'actuació ha estat finançada, en part, per un ajut de la Diputació de Barcelona.

AIGUAGIM A IVORRA



Sota el guiatge de l'Aida, les participants en l'aiguagim realitzen els seus exercicis

Vanesa Pérez.- Un estiu més, no podia faltar l'aiguagim a la piscina d'Ivorra, organitzat per l'Associació per a la Promoció de les Dones. Durant tot el mes de juliol i amb un èxit de participació, es van realitzar les classes guiades per l'Aida. Com cada any, l'edició va finalitzar amb un bon berenar i diplomes per a totes les participants. Realment és una activitat molt gratificant enmig de l'estiu i una gran ajuda per a la tonificació física dels participants i més en un estiu en què la calor ha assolit cotes molt elevades durant molts dies.



Bona participació en l'aiguagim dirigits per Ricard Llorens

Ricard Llorens. - Aquest estiu, Castellfollit de Riubregós ha viscut unes setmanes plenes d'activitat i bon ambient gràcies a les classes d'aiguagim, que han tingut molt bona acollida entre veïns i veïnes de totes les edats. L'activitat ha estat un punt de trobada per a joves i no tan joves, que han aprofitat per mantenir-se actius en un entorn refrescant i agradable. Les sessions han combinat exercicis de força, cardio i coreografies dinàmiques, fent passar l'estona d'una manera amena. L'aigua, ideal per suportar la calor, ha permès adaptar els moviments al ritme de cadascú. Però l'aiguagim ha estat més que esport: ha estat també un espai per compartir, riure i crear complicitats, reforçant el sentiment de comunitat i convertint l'estiu en una experiència especial i memorable.

Transports
MOLINS
transportsmolins@gmail.com
Jordi - 652 106 427
c/ Nou, 6 - 25750 Torà

Orgull de ser ...

(≡) **Prensa Comarcal**

Només nosaltres
explicuem la
TEVA HISTÒRIA
LLOBREGÓS
informatiu

SOM TERRITORI
SOM FIDELS
SOM IMPORTANTS
SOM LA TEVA PREMSA

#orgulldeserprensacomarcal



La Loteria del Mercat de Calaf

c/ Sant Jaume 31 - Tel. 93 369 91 54
loteriaelmercat@hotmail.com



Bona sort !

Loteria de Nadal per a empreses i associacions
Participacions personalitzades


LOTERIAS Y APUESTAS DEL ESTADO

**TALLER AGRÍCOLA
NOGUEROLA**

Ctra. de Torà, s/n
Ardèvol de Pinós

Telèfon:
973 47 35 84



**MUSEU DE LA FUSTERIA
CAL VENTURETA**

Pça.Hostal, 6 - Torà

Tel. 973 473 328 - 606 876 646

LLOBREGÓS
informatiu

Prensa Comarcal rigor i confiança

La cuina del Llobregós
Les cuineres i els cuiners

una publicació de
Llobregós



FUNERÀRIA DE TORÀ I COMARCA

J.TORNÉ

Servei permanent 24H
973 39 08 62

Representant **JAUME TARRUËLLA**, 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...

**PERRUQUERIA UNISEX
MARIÀNGELS**

mòbil: 616 129 467

Especialitat en metxes

C/ Major, 8 • 25753 SANAÜJA

**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)



Bar la Volta
Entrepans - tapes
plats combinats

Pl. Major 21 - Sanaüja

Pintura decorativa interior i exterior

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

Josep M^a Tasies
pintura i decoració

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

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

joanjo84@gmail.com

ÈXIT DEL 3X3 DE BÀSQUET DE FESTA MAJOR

Fotografia conjunta de tots els jugadors del 3x3 (Marta Miravet)



Un any més, el **Club Bàsquet Torà** va organitzar el tradicional torneig **3x3 de Festa Major**, una cita que ja s'ha convertit en tot un clàssic del nostre municipi. Aquesta 21a edició va comptar amb una participació rècord: **8 equips i un total de 80 jugadors**, entre infants, joves i adults, que van omplir les pistes de bàsquet d'esportivitat, competició i bon ambient.

El nivell de joc va ser molt alt, amb la presència de molts jugadors i jugadores del club, així com d'altres procedents de clubs veïns. Més enllà de la competició, però, el

torneig va destacar per l'**ambient festiu i de germanor** que es va viure a peu de pista, amb el suport constant del públic.

Des del Club Bàsquet Torà volem agrair de tot cor **la gran rebuda i participació** en aquesta edició. Iniciatives com aquesta ens animen a continuar treballant per mantenir viu l'esperit del bàsquet al nostre poble.

La Junta



TIR AL PLAT: TONI FERRER PORTA CATALUNYA AL PODI

El cap de setmana del 7 de setembre es va celebrar a Saragossa el campionat de tir de fosso universal per autonomies de l'Estat espanyol, en la que Catalunya estava representada per tres tiradors catalans, dos dels quals lleidatans, Jose Lluís Aguaron, afincat a Raimat, i Antoni Ferrer, de Torà, els quals van quedar campions per equips, eliminant a Aragó, l'afitriona, Astúries i, en la final, a Valencia. El Toni, en les xarxes socials ha expressat el seu agraïment pel "suport i escalf a tots els integrants de l'expedició catalana".

Redacció



Els tres integrants catalans, campions de tir al plat

FORN · PASTISSERIA · CAFETERIA

Plaça del Pati, 4
25750 TORÀ

telèfon
973 47 30 83



Miramunt

FORN · PASTISSERIA · CAFETERIA



**ESTANC LLIBRERIA
ROVIRA**

P/Del Vall 16. TORÀ
(LLEIDA)
973 47 33 46

LLIBRERIA@OVIRA@HOTMAIL.COM

TENNIS I PÀDEL A CASTELLFOLLIT DE RIUBREGÓS

Després d'uns quants anys sense celebrar-se, aquest agost s'ha recuperat amb molt d'èxit el Torneig de Tennis de Castellfollit de Riubregós, organitzat per la junta del Club de Tennis del poble. El torneig es va disputar del 5 al 24 d'agost i va comptar amb tres modalitats: individual masculí, individual femení i dobles.

En la final masculina, l'Arnau Pintó es va imposar al Rafael Verdès per 2 sets a 0 (6-4, 6-2), proclamant-se campió. En categoria femenina es va disputar un triangular molt competitiu, en què Jana Vives va guanyar els dos partits jugats convertint-se en la campiona. Pel que fa als dobles, la parella formada per Arnau Pintó i Arnau Burgués va vèncer a Lluís Torreguitart i Josep Pintó per 2 sets a 0 (6-2, 7-5).

El torneig ha estat tot un èxit de participació i ambient, i des de l'organització ja es confirma que l'any vinent tornarà a celebrar-s'hi.

Paral·lelament, també s'han organitzat les tradicionals "americanes" de pàdel, un format de competició on els participants juguen una successió de partits curts amb límit de temps, canviant de parella i de contrincants cada vegada. Els resultats es

comptabilitzen de manera individual i cada categoria es resol en una sola jornada, cosa que dona un caràcter molt més social i festiu al torneig.

La categoria masculina es va disputar el 20 d'agost, va comptar amb 10 participants i el campió va ser el Xavier Farrés. En el torneig femení, celebrat el 21 d'agost també amb 10 jugadores inscrites, va quedar en primer lloc la Cristina Tisaire.

Josep Ibáñez Closa

¹ Les jugadores de pàdel a la pista disposades a jugar

² L'Arnau es va imposar al Rafel en la final de tennis masculí

³ En dobles, els dos Arnau (a la dreta) van vèncer al Lluís i al Josep per 2 sets

⁴ La Jana (a la dreta) va quedar campiona en la triangular de tennis femení

⁵ Els participants del pàdel masculí un cop acabat el torneig



- 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



TORRA

CEREALS I LLAVORS TORRA, S.L.

C/. Palouet, s/n
25750 TORRA (Lleida)

Tels. 973 473 433 - 973 473 372
Fax. 973 473 572



FUTBITO D'ESTIU A TORÀ

Aquest passat juliol a Torà es va dur a terme la 34a edició del torneig de futbito. Com els últims anys, va tenir una meravellosa rebuda per part de tothom i es va tornar a veure el poliesportiu municipal ple de gom a gom. Enguany el torneig va ser una mica diferent i estava conformat per 6 equips els quals s'enfrontaven entre ells en una fase regular i només 4 aconseguirien entrar als play-offs. Es disputaven 2 semifinals i els guanyadors de cada semifinal jugarien la gran final per emportar-se el títol de campions; el torneig va durar tres setmanes i aquesta edició se la va endur Antiga Casa Magí.

Enguany vam disposar de 4 equips toranesos: Antiga Casa Magí, Bar Trèvol, Gran Reserva i Pastisseria Miramunt. Cal

destacar que la final va ser un derbi toranès entre Pastisseria Miramunt i Antiga Casa Magí. També es va disputar el partit de solteres contra casades, aquest cop amb menys participants que habitualment, però tot i així va ser un partit molt disputat fins als últims segons, quan aquest es va decidir. Finalment, es va celebrar el sopar i la festa de cloenda el dia 1 d'agost, on hi va haver l'entrega de premis.

Per concloure, volem agrair a tots els participants per jugar el torneig i fer-lo tan entretingut i a tots els que omplen el poliesportiu cada dia, sense vosaltres això no seria possible.

Roger Jounou Codina

*Els participants abans de jugar la final
P.Miramunt - A.C.Magí*



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

Taller SANTI
SANAÜJA



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



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

UN POLSIM DE FESTES MAJORS



EL RETRÒ DEL VELL CASTELL

En el silenci de la nit,
de la imaginació paradís,
s'escolten encara l'espèctec
de cuirasses i espases,
el retrunyir del galop dels
cavalls i el ressò de les
campanes.

Costa amunt s'enfila l'ardu i
vell mil·lenari,
mig despullat,
però ben arrelat,
convertit avui per a molts en
feuent santuari,
resistint-se a perdre
la seva hegemonia,
segle rere segle, damunt la vila.
Envoltat d'història i de
llegendes,
salvaguarda de les nostres

empremtes,
s'ha guanyat a pols el seu
estatus i lloc privilegiat
desafiant escomeses
vingudes de tots costats.

Admiració de propis i
estranyos, els seus lleials
parroquians li reten fidelitat
car amb poca cosa en té prou
per dotar-los d'identitat.

En el silenci de la nit, un cop
l'any encara, es vesteix de
gala, es muda de Festa Major i,
amb vestit de foc multicolor, fa
sentir el seu brogit aquest vell
mil·lenari, ardu castell, a qui sa
vellesa fa encara més bell.

Carles Alseda

El dia 15 d'agost, la Festa major de la Molsosa va començar amb la missa solemne dedicada a la patrona Santa Maria, seguida pel vermut popular i la visita a l'exposició de quadres fets pels veïns i veïnes. A la tarda el ball a càrrec del Duet Caramelo va animar la festa a petits i grans, amb entrepà entremig.



FESTES MAJORS



La tradicional cursa "El Cós de Sant Gil" va tenir una excel·lent participació de grans i petits. És una de les moltes activitats que la Festa Major de Torà organitza cada any.

Del 14 al 17 d'agost, Ivorra es va omplir de festa! La gran novetat d'aquest any va ser la plantada i ballada dels gegants de Bertrams, acompanyats de la xaranga Festucs Brass Band, que van animar el poble amb un cercavila ple de ritme i color.



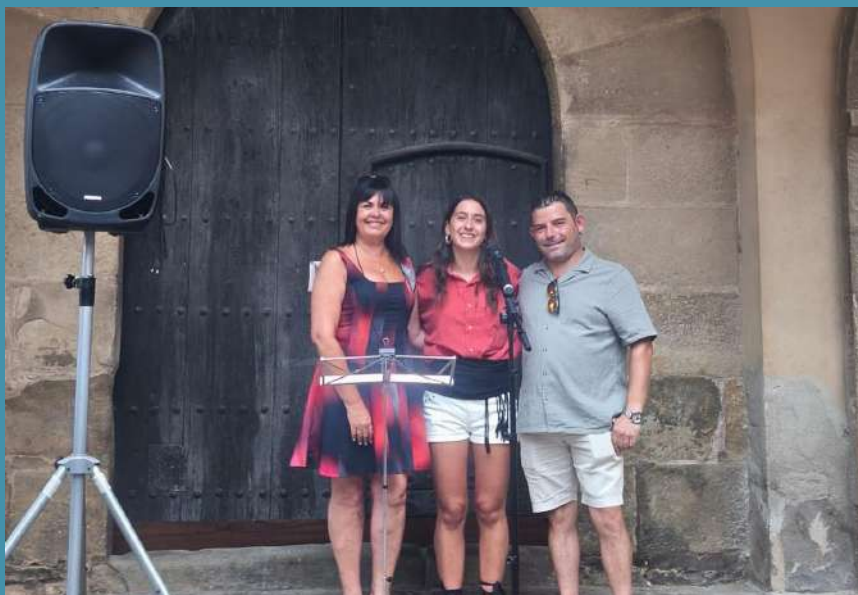
Palouet és un poble petit però amb molt dinamisme i implicació dels veïns en les nombroses activitats que organitzen. Ho demostra la participació en la caminada popular, el divendres 25 de juliol, en què van lluir les samarretes amb el lema "Sempre Palouet".

FESTES MAJORS



L'orquestra Montgrins va oferir al poliesportiu de Torà un concert que va omplir el local per sentir un repertori molt variat de cançons catalanes i clàssiques de totes les èpoques. La mateixa orquestra va animar el ball, així com les sardanes i la música de la dansa el dia de Sant Gil.

Massoteres va encetar la Festa major el dijous 14 d'agost amb la 8a edició de la Cursa del gos, en què van participar més d'un centenar d'atletes i caminadors.



El Pregó de la Festa major de Castellfollit va anar a càrrec de Cristina Querol. Va ser inici d'una festa participativa amb el sopar de germanor i les havaneres. Tampoc no hi van faltar el futbol de solteres i casades i la caminada popular a cal Guinart.

FESTES MAJORS



Cal destacar la participació al sopar de germanor de Palouet, que es va organitzar a la plaça el dissabte 26 al vespre, i que els infants van gaudir de valent amb la festa de l'escuma, el diumenge 27, abans de la missa del patró Sant Jaume.

A Massoteres el dia 16 d'agost, els jocs de cucanya i el bany d'escuma van fer gaudir petits i grans, així com l'escala en hi-fi a càrrec d'artistes locals, un sopar popular i la festa jove amb els grups de versions The Paxanguers i Trencadisc i el DJ David Beatz. El diumenge, la missa, el vermut i el ball amb l'orquestra Crystal van posar-hi punt final.



Les sardanes a la Plaça Major, amb la cobla "11 de Setembre", es van celebrar després de la missa dedicada al patró Sant Roc.

CASTELLFOLLIT: LECTURES A LA FRESCA

El Club de Lectura de la piscina de Castellfollit de Riubregós és una iniciativa impulsada per l'Associació de Joves com una activitat més dins la programació estiuenca de la piscina. Aquesta proposta es duu a terme durant els mesos de juliol i agost, quan un grup format majoritàriament per dones adultes es reuneix per compartir la passió per la lectura en un ambient proper, agradable i participatiu.

La Cristina, responsable de la piscina, s'encarrega de mantenir el contacte amb la biblioteca, gestionant la recepció i el retorn dels llibres. L'organització i dinamització de les trobades, però, és autogestionada pels mateixos participants. Un cop es reben els exemplars, s'acorda una data per reunir-se i fer-ne el debat.

Enguany, els llibres escollits han estat "Nosaltres, després", de Sílvia Soler, i "Hamnet", de Maggie O'Farrell. Després de la primera lectura, es va organitzar una trobada presencial amb un debat dinamitzat. En el cas de Hamnet, es va optar per un format en línia, que va permetre mantenir l'intercanvi d'idees d'una manera més flexible i accessible.

Compartir les lectures fa que els llibres adquireixin una connexió més emocional, ja que el fet de comentar-los amb altres persones els transforma en una experiència col·lectiva i profunda.

Cal agrair que els joves del poble tinguin aquests interessos i promoguin activitats participatives com aquesta. Aquest espai posa en valor la cultura i les relacions humanes, i permet a les persones participants compartir experiències, descobrir noves lectures i estimular el pensament crític. La lectura no només actua com a motor cognitiu, sinó que també esdevé una eina per crear vincles i fomentar la convivència entre veïns i veïnes. A més, el club ofereix un espai distès, on la diversió i el bon ambient són part essencial de les trobades.

Vols formar part d'aquesta experiència? Doncs ja ho saps: l'estiu que ve t'hi esperem per descobrir nous llibres, compartir idees i gaudir de la companyia d'un grup que fa de la lectura una activitat viva i arrelada al poble.

Ina Esteve

La iniciativa de la lectura dinàmica a Castellfollit té lloc a les piscines



LES “HORDES” JUDICIALS

En els primers dies i mesos del cop d'estat que donà inici a la Guerra Civil de 1936, es van produir aldarulls i salvatjades contra persones i béns, sobretot contra el patrimoni cultural, artístic i documental del nostre país, unes pèrdues irreparables. Els autors d'aquelles destruccions, engegats per les ideologies del moment, no eren conscients i, per tant, no van tenir en compte el valor històric i cultural d'allò que destruïen o manaven destruir. Hi va haver molts assassinats, assalts i incendis contra allò que representava una manera de pensar diferent o que assimilaven als autors del cop d'estat.

Enmig d'aquell desordre, també hi va haver persones i institucions que van voler salvar tot el que podien, inclús exposant la seva pròpia integritat física. Moltes famílies acollien i amagaven persones perseguides o en risc de ser assassinades, sobretot religiosos, capellans o gent de dretes. D'altres, salvaguardant objectes de valor, a vegades enfrontant-se a aquells que anaven pels pobles per calar-hi foc i destruir-los. (Per ex. Felip Simon d'Ivorra que va salvar el reliquiari).

Per la seva banda, institucions com la Generalitat van activar accions per posar fora de perill molts elements patrimonials, ja que es van veure incapaços de controlar els incontrolats. D'aquesta manera moltes obres d'art, sobretot religioses, com ara retaules i imatges, es van enviar a Ginebra on es van dipositar a l'espera que la situació es calmés. (Per ex. el retaule gòtic d'Ivorra). Igualment es va destinar un magatzem a Manresa per dipositar-hi i guardar moltes obres d'art. (Per ex. fragments del retaule del Roser de Torà).

Aquest magatzem va ser l'origen de l'actual Museu Municipal.

A tal fi, la mateixa Generalitat va crear el Comitè per al Salvament del Patrimoni Artístic que, de la mà de l'historiador de l'art i arquitecte Josep Gudiol, es va encarregar de les tasques de preservar, traslladar i en molts casos restaurar les obres recuperades, en especial de les diòcesis catalanes. Així és com es va procurar que no s'acabessin perdent les obres d'art, algunes molt malmeses, que van quedar després de l'incendi del Monestir de Santa Maria de Sixena, pertanyent aleshores a la diòcesi de Lleida. Sense l'actuació d'aquest Comitè i en particular de Gudiol, s'haurien perdut del tot per sempre.

Fa uns anys, oblidant i/o tergiversant la història, van arrencar a la força del Museu de Lleida, la seva diòcesi d'origen, moltes obres d'art de Sixena. Ara tornen a estar en perill les pintures murals d'aquell monestir, salvades i restaurades al seu dia i que fins ara estan al MNAC. Engegats per un nacionalisme extrem i les ideologies del moment, no són conscients que la prioritat és el valor cultural, històric i artístic a preservar, com no ho eren, de conscients, aquells que l'estiu de 1936 van calar foc al monestir aragonès. Per sobre de la propietat jurídica està la salvaguarda del que és un element patrimonial, sigui on sigui dipositat. L'incendi polític judicial desfermat està provocant desastres majors en tots els sentits: en el cultural, artístic, històric i social... I serà difícil de reparar!

L'historiador de l'art i arquitecte Josep Gudiol al seu estudi (Institut Amatller d'Art Històric)

Fermí Manteca



VELLES IMATGES DE CALONGE

No fa gaire, va tenir lloc al local social de Calonge la presentació i exposició del projecte “Velles imatges de Calonge de Segarra”, una iniciativa promoguda per Pere Grau Guillella i la col·laboració de Montse Soler Closa entre d'altres persones. L'acte aplegà unes 140 persones interessades en el projecte.

Es tracta d'una iniciativa de treball voluntari amb la finalitat de recopilar, digitalitzar i identificar fotografies antigues del municipi. Aquestes fotografies seran dipositades i conservades a l'arxiu municipal amb l'objectiu de preservar la memòria dels avantpassats del territori.

Aquest projecte es va posar en marxa el setembre de 2024 i fins ara ha reunit quasi un miler de fotografies amb la donació de nombroses famílies que han aportat els seus fons. Així mateix, els promotors esperen que més persones s'hi sumin aportant les seves imatges familiars per tal de contribuir a la preservació de la història de tot el municipi.

Per la seva banda, l'alcalde, en nom de l'Ajuntament, va valorat molt positivament la iniciativa i va agrair públicament als promotors del projecte i a tots els col·laboradors haver engegat aquesta acció, ja que “és un orgull -afirmà- per a Calonge de Segarra disposar d'un extens recull fotogràfic, digitalitzat i documentat, que restarà degudament preservat a l'arxiu municipal”.

Fermí Manteca



1.- El projecte va ser presentat al local social ple de gom a gom

2.- Exposició de fotografies antigues ben documentades



SENSE PRIORS I PRIORES

La Festa Major de Torà d'aquest any ha tingut la novetat de la falta de Priors i Priors. La tradició de l'elecció per part de l'Ajuntament de les parelles que tinguin cura de la celebració de la festa de Sant Gil, com és l'enramada de l'altar del patró, la presidència de la missa solemne i l'encant de la dansa, cada any ha anat trobant més resistència a participar-hi, fins enguany que la corporació municipal no n'ha trobat cap. Segurament que les causes són diverses, però l'evolució social i el trencament cultural present a molts àmbits de l'actualitat hi tenen molt a veure.

No obstant, les tradicions costen molt de fer-les desaparèixer d'un dia per l'altre, van canviant les formes de realitzar-les i és important acceptar els signes dels temps i adaptar les tradicions a noves maneres de fer, no sigui el cas que d'aquí a uns anys i, amb recança, haguem de fer un

museu amb els records d'una cosa que va ser i ja no hi és.

El fet és que aquest any que no hi havia Priors ni Priors oficials, un grup de voluntàries van fer l'enramada i l'altar llua amb tot l'esplendor propi de Festa Major. Els primers banc eren buits, però les autoritats municipals hi eren presents presidint la celebració. La plaça del Pati s'omplí de parelles voluntàries que iniciaren la dansa al compàs de la música de sempre. Potser l'evolució d'aquesta tradició passa pel voluntariat popular que assumeix aquest rol de ser transmissors i garants culturals en comptes de la cotilla obligatòria d'una elecció a dit, que es fa cada cop més difícil d'assumir.

Fermí Manteca



SANAÜJA CELEBRA EL FLEA MARKET I LA FESTA DE L'ESPIGA

El 9 d'agost es va celebrar a Sanaüja la IX edició del Flea Market, una fira anual ja consolidada, amb molts visitants, que aplega parades de productes de segona mà, tot allò que pot tenir una segona vida i que dona sentit a la reutilització. També va haver-hi artesanía diversa, com puntes de coixí, ventalls pintats a mà, costura creativa i fusta tallada a mà. No hi va faltar la gastronomia amb els formatges ecològics, les ametlles garapinyades i parades de d'hamburgueses i crepes. En Santi, el ferrer local, va esmolar tisores i ganivets. La plaça va estar plena de gent tot el capvespre i, un cop més, la fira va ser un èxit. L'ambient musical va anar a càrrec del Dj Polesdo.

Al mateix temps, es va fer una rifa solidària amb obsequis de comerços del poble i també de diversos municipis de la rodalia. La recaptació dels diners va anar aquest any al Grup de Defensa Forestal (ADF) de Sanaüja. Com a novetat d'aquesta edició cal destacar la visita del bus del banc de sang i teixits que va estar a punt per rebre donacions de sang.

Al vespre, com a part de la festa de l'Espiga, l'Ajuntament va organitzar un sopar popular, a la plaça Major, que va reunir un grup molt nombrós de gent que va gaudir del sopar que es van portar de casa i de la conversa amb els veïns amb l'acompanyament d'un concert de música folk.

Toni Padullés Rius

1.- Molts visitants i parades de tota mena d'articles a la plaça Major de Sanaüja (Imma Salmeron)

2.- La plaça es va omplir de comensals en el sopar de germanor (Imma Salmerón)



COLLITA DE RÈCORD A LA VALL

Després d'uns anys molt dolents amb unes produccions molt baixes, enguany sí que es pot dir que a la collita 2024-2025 ha vingut tot de cara. Altes produccions en totes les zones i molta palla i farratge per tot arreu. Enguany cal destacar l'augment d'hectàrees sembrades amb Triticale –un híbrid entre el blat (Triticum) i el sègol (Secale)– per la seva resistència a la sequera i per ser un cultiu que no toquen els conills.

A la tardor, la campanya va començar amb bones perspectives tot i que en alguns indrets, per excés d'aigua, va costar posar-s'hi a sembrar. Al final, es va poder fer encara que en moltes finques va costar Déu i ajuda entrar-hi i la naixença en general en va ser força correcta. Els mesos de desembre i gener, de pluja, poca a tota la Vall i es va haver d'esperar fins al març, l'abril i també el mes de maig, mesos en que va ploure sovint. Cal també destacar que enguany els cultius no han hagut de patir massa gelades, ni fredorades tardanes, ni tampoc cops de calor excessius, tret de la zona de Prades amb afectacions que van abaixar el rendiment en finques de blat.

El que sí s'han hagut de fer són molts tractaments amb fungicida per l'excés d'humitat als cultius per culpa dels fongs i de les malalties foliars que van agafar. Cal remarcar també, com a fet negatiu, les pedregades que van afectar, entre d'altres,



finques de Sanaüja, Biosca, Torà, Massoteres i Vicfred, amb unes pèrdues en alguns llocs de fins i tot del cent per cent de la collita, alguns incendis que van afectar finques de Sanaüja i Pinós i, per últim, els preus excessivament baixos dels cereals que han ocasionant que una vegada descomptades les despeses, tot i el bon rendiment per hectàrea, el benefici hagi estat mínim si ho comptes tot, que és el que s'ha de fer.

Com a resum, dir que en general la collita a la Vall del Llobregós ha estat de rècord, amb uns rendiments molt alts en tots els cultius i que la pagesia, tot i ser una bona anyada, haurà de fer un any més mans i mànigues per tornar a sembrar. En el quadre adjunt podem comprovar les produccions facilitades pels pagesos de cada indret i es pot observar que les produccions dels diferents pobles de la vall han estat en general força altes i que les més baixes han sigut per incidències meteorològiques.

Josep Verdés

COLLITA 2024-2025 (kg/ha)				
	ORDI	BLAT	COLZA	TRITICALE
ARDEVOL	7.000	6.000	3.550-4.000	--
BIO SCA	5.500	5.500	2.500	--
CALONGE	4.000-6.000	5.500	3-300	--
CASTELLFOLLIT	5.500-6.500	6.000	3.500-4.000	5.800
IVORRA	6.000	5.000	3.500	6.000
LA MOLSOSA	6.000	6.000	3.500,00	--
ENFESTA	6.000	5.000	3.500,00	--
MASSO TERES	5.500-6.000	5.500-6.200	2.500-3.500	--
PRADES	3.500	3.000	3.500	--
SANAÜJA	4.000-8.000	4.000-7.000	2.000-4.500	4.000-7.000
TORÀ	6.000	6.500	3.500	5.000
VICFRED	6.750	6.500	--	5.500

ESBART DANSAIRE TORANÈS, EXPOSICIÓ A CAL GEGÓ

1.- L'exposició de fotografies va causar admiració entre els visitants

2.- Entrada a cal Gegó, on s'anuncia l'exposició de l'Esbart Dansaire Toranès

Durant la festa major, l'Associació del Patrimoni Artístic i Cultural de Torà (APACT) ha estrenat una nova exposició a cal Gegó, dedicada a l'Esbart Dansaire Toranès, fundat l'any 1948 sota la iniciativa de Isidre Sala Junyent. L'exposició s'ha fet amb caràcter temporal i restarà oberta durant un o dos anys. És un homenatge a Isidre Sala i també a tot el jovent del poble que, en aquells anys, va formar part de l'Esbart Dansaire Toranès. S'hi poden veure documents i una seixantena de fotografies de les actuacions de l'Esbart recollides dintre del marc del projecte de memòria històrica "Recordant Torà".

Isidre Sala va nèixer a Castellbell i el Vilar el 1911 en el si d'una família treballadora i als 6 anys es va traslladar amb la seva família a Barcelona, a la barriada de Sants, on més tard va llicenciar-se en farmàcia. Durant molts anys va ser soci de l'Orfeó de Sants i del seu Esbart Dansaire.

El 1940 el Sr. Sala va venir a viure a Torà on acabava de comprar la farmàcia del poble. Durant els anys 1941-42 va col·laborar activament amb un grup teatral que representava els Pastorets al saló Recreo. Simultàniament, impulsat per la seva afició sardanista i de ballets, va començar a ensenyar a ballar sardanes l'any 1942. L'any 1948 crea l'Esbart Dansaire Toranès engrescant un grup de nois i noies del poble. Al llarg de gairebé vint anys l'Esbart va esdevenir omnipresent en qualsevol festa toranesa.

La trajectòria de l'Esbart va viure la millor època durant els dotze anys que van del 1948 al 1960, amb un total d'entre seixanta i setanta exhibicions no sols a Torà i als pobles dels voltants sinó a localitats més allunyades com Guissona, Cervera, El Miracle, Pinós, Palau d'Anglesola i Tortosa.

APACT



RARESA ARQUITECTÒNICA A TORÀ: ELS GRIUS DEL CAL TRILLA



1.- Un dels dos grius de la casa modernista de la plaça del Pati de Torà

2.- Al cap de munt de cal Trilla sobresurten els dos grius en sengles gàrgoles quimeres

Si algun foraster ens preguntés als toranesos què en sabem dels dos grius en forma de gàrgoles que el senyor Ricard Trilla va manar que vigilessin la seva casa modernista de la plaça del Pati de Torà, gairebé segur que ens agafarien amb el pas canviat. És força probable que molts ignorem aquests grius, i encara més el seu significat.

Gàrgola és una part que sobresurt d'una canonada, que serveix per a evacuar l'aigua de les teulades. En l'arquitectura gòtica medieval, les gàrgoles són molt usades en catedrals (per exemple Nôtre Dame de Paris) i d'alguns edificis civils importants (per exemple el Pati dels Tarongers de la Generalitat a Barcelona). Les gàrgoles gòtiques solen estar representades amb figures intencionadament grotesques que representen humans, animals, monstres, dimonis i especialment grius.

Segons algunes tradicions, tenien la funció simbòlica de protegir el lloc i el poder d'espantar els mals esperits. Quan no fan la funció d'evacuar l'aigua i són exclusivament decoratives, es diuen gàrgoles quimeres, com és el cas dels dos grius de cal Trilla.

Tota la vida hem passat per la Portella sense ser conscients que elles eren allà dalt amenaçadores, funestes, vigilants del secret inescrutable del senyor Trilla. Testimonis silenciosos de l'esdevenir del poble.

Si escorcollem el patrimoni arquitectònic de la nostra comarca i altres veïnes, en confiança us puc afirmar que difícilment trobarem altres gàrgoles. Les nostres constitueixen una autèntica raresa, de la que n'hauríem d'estar orgullosos.

Aprofito per fer una recordança de la Lola Tomàs, recent traspassada, mestressa de cal Pep del Roig (que vivia a la casa Trilla). Grius toranesos, vigileu el seu etern descans.

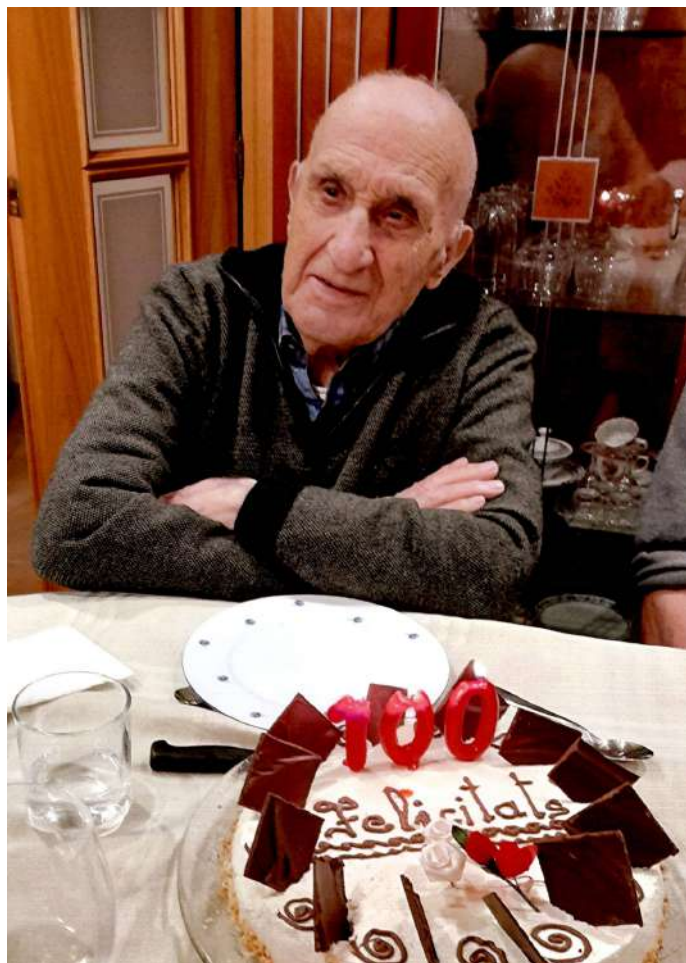
Josep Palou

AVIS CENTENARIS DE TORÀ

1.- Josep Garriga Graells celebrant en família el seu aniversari

2.- José Martínez Soto té una vitalitat centenària.

3.- Mercè Pola Simon encara conserva el seu somriure



En el decurs d'aquest any 2025 a Torà hem tingut la sort de poder felicitar tres toranesos que han complert cent anys. És tota una fita arribar a la centúria i més si és en un acceptable estat de salut.

JOSEP GARRIGA GRAELLS va néixer a Ivorra el 13 de març del 1925, a ca l'Esperança. Actualment vidu de la Mercè de cal Ballana d'Ivorra, amb la que van tenir una filla, la Maria Carme, casada a Torà i amb la que viu actualment, junt amb el gendre Joan Josep. Té dos nets i dos besnets que són la seva dèria. Recorda amb amargura la guerra i la postguerra. Té bons records de l'escola i de la joventut, quan es reunien els dissabtes i diumenges a la barberia per escoltar el futbol, com a molts pobles petits. Era pagès i també feia de carter d'enllaç de Cervera a Ivorra, i també de Portell i Viver. Diu que de jove le agradaven molt les motos i fer alguna excursió de tant en tant. Viu a Torà des de l'any 2010. Diu que van celebrar l'aniversari amb la família. No ha rebut la medalla commemorativa que atorga la Generalitat a les persones centenàries.

MERCÈ POLA SIMON va néixer a cal Fedeu de Gospi el dia 20 de maig de 1925. Va quedar òrfena de pare de petita. Era la segona de tres germans i davant la impossibilitat per part de la mare de cuidar tres fills i un avi, la Mercè va anar a viure als tres anys a cal Millàs d'Ivorra, on la van acollir com una filla més. Es va casar l'any 1947 amb Josep Mas Moncunill i van viure a cal Farreric de Claret. Van tenir dos fills, la Carme i el Francisco, que l'han feta avia de quatre nets i dos besnets. L'any 1966 van comprar una casa a Torà on van anar a viure. Li agrada molt cuinar i fer conserves dels productes de l'hort. També cuidar les flors, i no faltava mai a la missa del diumenge, quan la salut l'hi permetia. Diu que no ha fet mai vacances ni ha viatjat mai tampoc. Actualment li falla la vista i la memòria, però encara fa unes bones caminades cada dia pels carrers de Torà acompanyada de la seva nora Josefina. Diu el seu fill que la Generalitat li va enviar la medalla commemorativa, que ells mateixos havien sol·licitat.

JOSÉ MARTÍNEZ SOTO va néixer a Jorairátar (Granada) el dia 10 de juliol de 1925. Era el tercer de quatre germans. Amb 24 anys va venir a Catalunya amb una carta per treballar a fer carreteres i quan va arribar a Torà s'hi va quedar a viure. Es va casar al seu poble natal amb Carmen Puga Soria l'any 1956. Tenen tres filles, la Maria Carmen, la Maria Rosa i la Josefina,



quatre nets i dos besnets. Diu que de petit jugava a pelotamano en la paret, i de jove ajudava els pastors i anava als balls de les festes dels pobles veïns. Va treballar fent de pagès per varies cases, i més endavant, ja casat, va treballar a netejar boscos i després al cement de Castellfollit, i més tard de manobre. Finalment va treballar durant trenta anys en les granges de Pinsos Bagà, on feia d'encarregat d'una granja. Està molt bé de salut i treballa al seu hort cada dia, que és la seva principal satisfacció i del que cull verdura per tota la família. Ell és qui va a comprar al mercat i a les botigues del poble i no li cal portar llista del que ha de comprar, doncs ho té tot en la memòria. L'Ajuntament li va fer entrega de la medalla que atorga la Generalitat.

No estaria malament que l'administració pública local i el poble de Torà els dediqués un merescut homenatge; són persones que han arribat a l'edat de cent anys i són història viva del nostre poble.

Ramon Torné

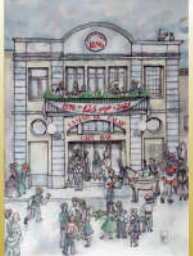


roba de casa modes

a l b e r t

Rita Brau i Rius

Tel. 973 47 31 01 - TORÀ

125 anys d'història

LES CORALS DE TORÀ

La música de cant coral ha estat una més de les activitats culturals de Torà. Tot i que actualment no tenim cap conjunt coral que ens representi, anys enrera el nostre poble va disfrutar de grups que alegraven les festes locals i feien actuacions en altres indrets.

Les primeres notícies que es tenen de la tradició musical toranesa daten de principis del segle XX, concretament de l'any 1903, en què tenim coneixement d'unes actuacions de la coral d'homes "La Unió Toranesa", dirigida per mossèn Jaume Badia. Segons un programa d'actes festius d'aquell any, promoguts per "L'Apostolat de l'Oració", la citada coral, acompanyada de la banda de músics de Torà, les autoritats locals i tots els vilatans que s'hi van afegir, van anar a rebre la imatge del "Sagrat Cor de Jesús" a la plaça "Creu Cuberta" per traslladar-la a l'església parroquial, on la coral dirigida per mossèn Badia "cantaran la gran missa de Mercadante amb acompanyament d'orgue que tocarà l'intelligent organista d'aquesta vila D. Ignasi Bosch". El mateix programa ens diu que a les 6 de la tarda tindrà lloc una vetllada literària, en la que "amb belles poesies alternaran los cants dels Pescadors, Tòc del Ave Maria, Los tres tambors, i variades pessets de música pel còro La Unió Toranesa i Banda respectivament".

Tenim notícies d'aquesta mateixa coral, amb nous integrants, durant la Festa Major de 1920, en la que la nostra coral va estar acompanyada per "L'Orfeó Nova Solsona", que feia la seva primera sortida de Solsona arran de ser convidat per la comissió organitzadora de la Festa Major de Torà. Segons el programa de la festa, el dia 31 d'agost a les 9 del vespre foren rebuts per la coral toranesa i acompanyats dels vilatans es dirigiren a la Casa de la Vila on feren el primer cant de salutació a les autoritats.

Seguint la Festa Major del 1920 ens fixem ara en el que diu el "Botlletí parroquial del Arxiprestat de Torà" del 12 de



setembre."El primer dia de la festa majó, segons estava anunciat en el programa, l'Orfeó Nova Solsona cantà amb molta afinació la missa d'Angelis, sent acompanyada al orga per Mossén Xavier Bosch. Per la tarda l'Orfeó Nova Solsona acompanyat pel Coro "Unió Turanesa" amb Senyera, assistí a la Professó, cantant a la plaça un motet, i de retorn a la iglesia els Goigs de Sant Gil amb tonada nova, propia de Mossén Xavier Bosch".

Traspassada la Guerra Civil, als anys quaranta es va formar una coral de noies dirigida per mossèn Ramon Tribó que cantava a l'església durant festes senyalades i en la qual sobresortien les veus de Lola Brau, Clotilde Bagà i M. Àngels Meix.

Més endavant, a principis dels anys seixanta, un nou cor de noies cantaires acompanyaven amb les seves cançons la missa major d'alguns diumenges. Aquest grup de deu a dotze veus estava dirigit per Isidre Sunyer, que també les acompanyava amb l'harmònim, i en el que destacaven les veus de Maria Bagà i Antònia Torné. Aquest cor va durar sis o set anys.

Ja en aquest segle, l'any 2009 es va fundar una altra coral amb el nom de "Aires de Marinada". Estava integrada per 34 cantaires, 29 dones i 5 homes, i el director era Marc Torrent Miró, un jove de Verdú que havia estat quatre anys a l'escolania de Montserrat i disposava d'estudis superiors en conservatoris de música. La primera actuació va tenir lloc al convent de Torà el 3 de gener del 2010 i després de cantar cinc cançons el nombrós públic els va obsequiar amb una gran ovació.

A partir d'aquí vingueren altres actuacions: el 18 de setembre del 2010 a la primera trobada de Corals de la Segarra i el Solsonés. Durant l'any 2011 la coral de Torà i la de Sant Martí de Maldà varen cantar a les dues poblacions. El 21 de desembre del 2013 va actuar al convent de Torà junt amb la coral infantil "Sons de Torà", dirigida per Maria Ugarte. La novetat en aquesta actuació va ser que el nou director de la coral toranesa era J. Lluís Guzmán i Antich (e.p.d.), un gran músic, compositor i director de corals, ja que el Marc Torrent havia dimitit per no poder compaginar la direcció de la coral toranesa amb les seves noves feines.

Pel que fa a la coral infantil "Sons de Torà", encara que va durar poc temps, és una mostra més de l'interès per la música coral.

Chor Unio Cornușea dirigit per
M^{re} Ioannc Badiu - foto din 1904



1.-La coral Aires de Marinada en la festa del Roser

2.- La Unió Toranesa va ser una coral d'homes a començament del segle XX

3.- La mateixa coral encara cantava 20 anys després

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

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



**PODOLOGIA
TORÀ**

Plaça del Vall nº19 1r 1a
TORÀ

630-111-145

GRANS MURALS AL LLOBREGÓS

Des de fa uns mesos, quan travesses la Vall del Llobregós i t'acostes a Torà procedent de Sanaüja i Biosca, et rep un gran mural de 200 metres quadrats al peu de carretera sobre el lateral del magatzem agrícola de cal Birrot. Un mural amb escenes pròpies de les feines del camp.

No és un mural a l'estil dels grafitis que empastifen parets de pedra, marges, cabanes i fins i tot monuments històrics al llarg de tota la comarca. És un mural per encàrrec del propietari que, fart de les coloraines que l'hi havien pintat, va decidir posar-se en contacte amb l'Israel i el Josep Maria, sabedor de la qualitat artística dels dos toranesos en l'art al carrer.

La feina els ha costat dos mesos, durant les hores que els permetien els seus respectius treballs. Sobretot aprofitaven les hores en què el sol minvava i també durant la nit, il·luminant el seu art amb grups electrògens. Les calorades de l'últim estiu els han acompanyat en el seu treball. "Les hores en què el sol ja queia i ens donava aquella tonalitat ataronjada –ens comenta Josep Maria– ens proporcionava aquell color sípia de les fotos antigues".

Els motius que han plasmat sobre el gran pany de paret gris són escenes de pagès en blanc i negre i tonalitats de grisos, protagonitzades per dones, com ara les ventadores de l'era o l'antiga segadora tirada per la mula i conduïda pel pagès, amb les dues dones que gestionaven el funcionament de la màquina. La fotografia original en què han basat el seu treball l'havia proporcionat el Ramon Torné i hi surt el seu oncle, Joan Albets, tirant de la cavalleria. Tot un homenatge al món rural i a la tradicional feina de les dones "que gairebé sempre quedaven a l'ombra, darrera el protagonisme dels homes", ens confirma l'Israel, orgullós del resultat d'aquesta feina artística, afegint que estan disposats a continuar plasman murals en altres llocs de

la comarca. Des d'aquí els volem felicitar per la feina feta i al Jaume per la iniciativa de voler decorar així el seu cobert.

Ja fa temps que a la Codina, al terme municipal de Massoteres molt a prop de Talteüll, el magatzem està decorat amb un mural, també amb motius agrícoles, ben visible des de la carretera de Biosca a Guissona.

Per altra banda, a Palouet, a la plaça de l'església, un gran mural il·lumina l'espai, pintat a tot color sobre la paret del cobert que tanca el fons de la plaça. El contrast amb la pedra de les edificacions adjacents fa ressaltar el mural i aporta un element nou a aquest nucli medieval. La imatge representa un conjunt de dones treballant en diferents àmbits i nenes jugant en un ambient rural. El mateix autor, Xavi Noble, explica a les xarxes socials que "aquest mural és per a posar en valor la feina de totes les dones al llarg de la història, un símbol per a les que hi van ser, les que hi són i per a les que han de venir. En homenatge a totes les dones treballadores i aconseguir una igualtat de gènere".

El Xavi Noble és un artista barcelonès que durant 20 anys s'ha dedicat als grafitis i al muralisme i actualment també elabora obres d'estudi que, segons ell, "neixen de la necessitat de contrarestar i reforçar el missatge, fer aflorar els sentiments, tractar temes com l'amor, la vida i la mort i despertar un sentiment en l'espectador". Aquest any exposa en la Fira d'Art Contemporani de Madrid.

Fermí Manteca



- 1.- El gran mural de Torà guarneix el magatzem agrícola de cal Birrot
- 2.- Els autors del mural davant la seva obra a Torà
- 3.- Xavi Noble en plena tasca de pintar el cobert de Palouet
- 4.- A Palouet, els colors del mural il·luminen la plaça Major
- 5.- Des de la carretera és ben visible el mural de la Codina

PREVICAT

2000

CORREDURIA D'ASSEGURANCES

cardona@previcat2000.com

☎ 686 975 967

COFISCO

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



SOLA

www.solagrupo.com

La sembra ben feta!

JOSEP ALARCON

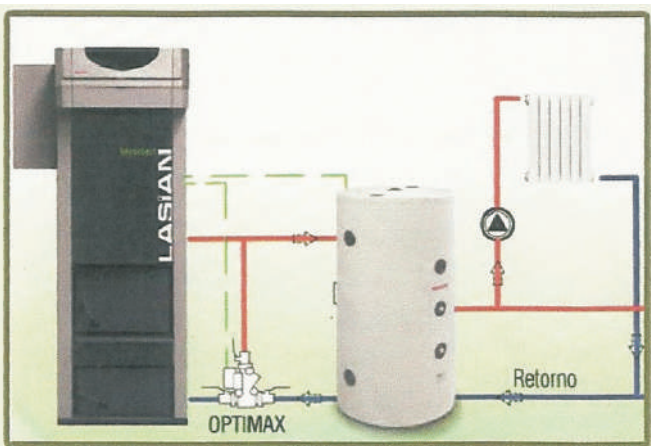
Aire Condicionat,
Calefacció,
Aigua i Biomassa

Tel. 973 47 32 67

C/ Eres 17,

25750 Torà LLEIDA

jaf@viladetora.net



cafeteria · pastisseria · restaurant · pizzeria · gelateria



batist

Tel. 973 55 16 98

C/. Sant Pol, 13

25210 GUISSONA



EPPUR SI MUOVE

Els oracles de l'Aguda feia temps que ho pronosticaven: després de llargs lustres d'agonia, semblava que per Sant Gil tot vestigi de la dansa del Roser s'esllanguiria penosament. Parlem d'un ball genuïnament toranès, que s'interpreta dos cops l'any des de fa dècades. Un per a la diada del Roser del primer diumenge de maig i, l'altre, per Sant Gil, el nostre patró. Una dansa que identifica al toranès allà on va, com quan de viatge a l'altra punta de món, amb pell de gallina, algú sent de forma inesperada l'himne del Barça o el Virolai.

Amb una perspectiva fúnebre, els qui l'1 de setembre vam assistir a la plaça del Pati de Torà a veure "la dansa" no sabíem ben bé què ens hi esperava. Com que no hi havia hagut prou candidatures balladores, al programa de la Festa

Amb la voluntat de crear nous balladors per als propers anys

Major hi constava un "taller de sardanes i priors". Era un enunciat asèptic, que semblava assumir el derrotisme d'haver-ho de reconstruir tot des de la base. Enlloc de veure dues noies i quatre nois ballant en diferents combinacions, com que aparentment no hi havia prou interès popular per assumir aquests rols, es pensava a recompondre les peces de la ceràmica trencada amb la voluntat de crear nous balladors per als propers anys.

Per això, el corpus folclòric del poble es va conjurar per generar un taller ràpid i amè dels passos bàsics de la dansa del Roser i, per tal d'ampliar el públic, també de la sardana. Així, de manera informal, s'aconseguiria que noves persones participessin a les futures ballades sense la cotilla que suposa ser un dels "balladors oficials" nomenats pel consistori.

Després d'haver vist com la Cobla-orquestra Montgrins s'instal·lava en la façana est de la plaça,

sense saber gaire bé com, un seguit d'individus van anar creant una cua de parelles, seguint la forma triangular de la plaça, esperant que l'orquestra iniciés els acords del ball. Un cop va sonar l'instrumental coblenc, una energia feta de moviments rítmics i de records de joventut va envair els balladors. Com a autèntics autòmats guiats per un sentiment de pura supervivència, van començar a fer tombs a la plaça. La gent no s'ho podia creure. Menats per l'instint, es va generar tal comunió entre els assistents, que tot de cop ja no van importar els passos mal fets, el tambaleig puntual o la descoordinació de cames. De sota les pedres va emergir l'energia d'un procés identitari que venia de lluny i que incorporava nova sang per a crear la primera dansa del Roser participativa.

Com en la pel·lícula "El club dels poetes morts", quan el professor és culpable d'haver propiciat la mort d'un dels estudiants i el volen fer fora; en el moment que tot sembla estar perdut, els estudiants comencen a aixecar-se de la cadira per rebel·lar-se i donar-li suport. Aquest va ser el clima que, per a alguns, es va generar respecte a la dansa del Roser i l'encert d'haver planificat aquest taller participatiu. Tant va agradar que es ballés de qualsevol manera altre cop la dansa; que en la segona ballada la fila de nous balladors era tan gran que gairebé no s'avançava en la trajectòria circular. Com una roda que pesa molt i que avança poc, perquè ha de moure un gran pes. Tanta càrrega com, almenys una part, del folclore i de la memòria de tot un poble.

Roger Besora i Foix

'ROMERÍA' DE CARLA SIMÓN

La tornada a l'escola, cinematogràficament parlant, l'ha protagonitzat 'Romería', de Carla Simón, estrenada als cinemes a partir del cinc de setembre. La tercera pel·lícula de la directora catalana va tenir molt èxit de crítica i públic a la passada edició del Festival de Cannes, on va concursar per la Palma d'Or. Mentre escric aquestes línies, hem conegut que és una de les pel·lícules pre-seleccionades per anar als Oscars a la categoria de millor pel·lícula internacional per part de l'Acadèmia Espanyola de Cinema, al costat de 'Sorda' d'Eva Libertad i 'Sirat' d'Oliver Laxe. Cap sorpresa ja que evidencia l'estat de bona forma i el talent del cinema espanyol.

Carla Simón, a 'Romería', torna a parlar de la seva família, com ho ha fet en els seus anteriors treballs. Aquí, re-imagina la història d'amor dels seus pares al Vigo dels anys 80. Ho fa a partir d'un 'alter ego', el personatge de la Marina (un magnífic debut de Llúcia Gràcia), que s'emmiralla en la mirada de la pròpia directora amb curiositat i no des de la ràbia i amb una narrativa d'una veu en off a partir de material extret de les cartes de la seva mare. No només ens mostra una idea ficcionada del que va ser la història d'amor dels seus pares, sinó que alhora ens fa una radiografia d'una època que sortia de la foscor i que tenia ànsies de llibertat després de la dictadura. Així com també els estralls de la sida i l'heroïna que va patir tota una generació i les seves famílies, tot transitant per un dolor que es prefereix amagar perquè queden ferides obertes, amb una sensibilitat i una bellesa íntima, onírica, naturalista, que captiva i emociona tot introduint el realisme màgic d'una manera que impressiona i sorprèn. En aquest aspecte la directora fa un salt en la seva trajectòria que implica una maduresa, un risc i innovació a través d'un meravellós poder de la imatge (enhorabona al treball de fotografia tan preciós de la prestigiosa directora de fotografia Hélène Louvart) i un magnífic exercici de memòria històrica, no només personal sinó també col·lectiu d'una generació. Per a la directora, representa un



tancament a la seva història vital que esdevé el millor treball de la seva trajectòria fins al moment i que demostra que és una de les grans directors contemporànies del cinema, així com un referent per a una nova generació de cineastes.

Va ser emocionant saber, en la preestrena que va fer a Barcelona, que va voler fer aquesta pel·lícula, no només per sentir-se més pròxima als seus pares sinó perquè li hagués agradat, que ells, li expliquessin la seva història personalment.

Sens dubte, una de les millors pel·lícules d'aquest 2025, que s'ha de veure obligatòriament en pantalla gran, al cinema.

Núria Bagà Solé

HI ESTEM SEGURS?

Fa un temps vaig escriure en aquesta mateixa revista sobre els veïns de dalt. No he anat a buscar l'article, però bàsicament parlava de com uns pinxos que vivien al pis de sobre s'imposaven a tothom. Segur que el Fermí en té més memòria que no pas jo¹. També he escrit algunes vegades sobre política internacional i de com ens afecta —si és que ho fa—. I sí, ens afecta.

El món, d'una manera molt ràpida, ha derivat conscientment cap a convertir-se en el món dels pinxos de cantonada. Sempre n'hi ha algú que mana, i de vegades en són masses, però sempre hi ha algú a l'ombra que ho domina tot. Allò que imaginàvem ha acabat passant i, com que tot ha de quedar exemplificat, hem tingut finalment la imatge indescriptible i alhora fascinant de veure en una mateixa desfilada militars russos, nord-coreans, iranians i fins i tot veneçolans, tots sota el paraigua xinès. Si fóssim estúpids pensariem en el famós “eix del mal” de Bush, però no ho som, perquè si ens hi fixem, fan tanta por com el megalòman nord-americà i el seu amic genocida israelià junts.

Tenim la mala sort de viure un canvi d'era: passarem de l'hegemonia americana, amb tots els seus aliats, a la xinesa, amb els seus. Però això ja ens ho temíem, i en aquest canvi viurem uns temps convulsos on el paradigma de la nostra seguretat es veurà seriosament confrontada i amenaçada. Quan a Rússia se li van imposar totes les sancions del món per la guerra d'Ucraïna, la seva economia no se'n va ressentir: la Xina, una bona part de l'Àfrica i tots els antics satèl·lits de l'URSS van continuar considerant els russos com a socis, l'economia mundial diguem que es va desdoblar. En Putin reia mentre nosaltres ens inventàvem mil maneres de paralitzar un país que no només sembla estar igual que aleshores, sinó que fins i tot s'ha enfortit, tant econòmicament com militarment. L'economia cada cop més electrificada de l'Est ha deixat els americans estabornits i els europeus fora de joc.

Què és el que hauríem de desitjar? M'ho pregunta sovint la meva filla de divuit anys... I jo sempre li dic el mateix: que no se'n recordin d'on som.

Els Estats Units, tot i viure en una economia globalitzada, tenen la possibilitat de tancar fronteres i crear un eix econòmic Canadà-EUA-Mèxic i la resta d'Amèrica del Sud, que podria ser pràcticament autàrquic. Ho tenen tot i el millor és que dos oceans

immensos —l'Atlàntic i el Pacífic— els separen de tothom. El mateix podríem dir dels xinesos i dels seus aliats i satèl·lits. Però, i Europa? Tot i ser un centre de gran valor afegit, ni produïm ni tenim res. De fet, no som res. I potser estariem millor si comencéssim a jugar a *la puta i la Ramoneta* amb els dos blocs abans que algun d'ells decideixi que ens pot convertir en una nova Ucraïna o, pitjor encara, que pot *okupar* casa nostra. Ja han enviat 30 drons a Polònia i ens hem quedat blancs, de por.

Només vull fer una petita reflexió ad hoc: ¿Quan de temps creieu que trigaran alguns països a aprendre la lliçó de què pots liquidar 300.000 palestins —un terç d'ells nens—; que pots bombardejar Qatar o l'Iran i arrasar un país sencer; que pots ocupar Ucraïna i matar una generació sencera, mentre nosaltres pensem en quina camisa ens posarem aquest matí... i ningú, inclosos nosaltres, aixeca un dit per dir res? Poc trigaran. L'única cosa que fa que no t'ataquin de veritat és que tens una bomba nuclear a l'armari. Però a mesura que el temps passa, ni això sembla suficient per evitar que algú et digui que et matarà si decideixes, per exemple, posar un soldat teu a terres ucraïneses. Passarà amb l'Iran, passarà amb Taiwan i passarà amb qualsevol altra tecla d'aquest piano que algú decideixi tocar: Corea, les illes Kurils del Japó o simplement el control dels passos del mar de la Xina amb l'Austràlia pel mig.

Malauradament vivim un canvi d'època i el millor que podem fer és callar, perquè aquesta vegada la gran Europa —que ja va deixar de ser-ho l'any 1941— no tindrà la sort que els americans o alguna altra mare Teresa de Calcuta ens canviïn els bolquers i ens salvin el cul.

I aleshores, què hem de fer? Silenci.

Per cert, al primer que em preguntis què té a veure això amb la Segarra, que es miri els porcs i els aranzels xinesos.

Creieu-me: o passem desapercebuts o ens trinxaran en cinc minuts, com si fóssim al pati de l'escola amb el pinxo i tota la seva colla.

Jordi Prat i Morgades

¹ Nota de l'editor: Llobregós, núm. 112, abril-2022, pàg. 36-37

LA BONDAT COM A MEDICINA

EN UN MÓN CADA COP MÉS ACCELERAT, ON LES PRESSES, LA COMPETÈNCIA I L'ESTRÈS SEMBLEN GOVERNAR LES NOSTRES VIDES, LA BONDAT EMERGEIX COM UN RECURS SENZILL, PERÒ PODERÓS. DIVERSOS ESTUDIS CIENTÍFICS COINCIDEIXEN A ASSENYALAR QUE SER BONDADÓS —I REBRE BONDAT— TÉ EFECTES SORPRENENTS EN LA SALUT FÍSICA, EMOCIONAL I SOCIAL.



L'AMABILITAT ESTÀ ALS NOSTRES GENS?

Sí, la ciència ho confirma. Els humans hem evolucionat cooperant. Els nostres ancestres van aprendre que els comportaments amables (recolzar-se mútuament, compartir, connectar) comportaven més seguretat i prosperitat. Així, aquests gens es van convertir en una part essencial del nostre genoma. No obstant això, quan estem sotmesos a alts nivells d'estrès, aquests gens "s'apaguen temporalment", i s'activen aquells relacionats amb la supervivència individual. La bona notícia és que podem reactivar els gens de l'amabilitat amb la pràctica conscient. Ser amables no és només una qüestió de caràcter o educació. També és una decisió.

LA CIÈNCIA DE LA BONDAT

Quan fem un acte de bondat, encara que sigui tan simple com cedir el seient, somriure a un desconegut o escoltar algú amb atenció, el nostre cervell allibera oxitocina. Aquesta hormona està relacionada amb l'enfortiment de vincles personals i socials. A més, l'oxitocina és una hormona "cardioprotectora" ja que redueix la pressió arterial. O sigui, la bondat és bona pel cor. Protegeix el cor. L'amabilitat també millora la funció immunològica, enfortint les nostres defenses. I afavoreix l'alliberament d'endorfines, cosa que es tradueix en menys dolor i més vitalitat. Per això es parla de "l'eufòria del qui ajuda": una sensació d'energia positiva que acompanya els qui tendeixen la mà als altres.

UN GEST A L'ABAST DE TOTHOM

El més fascinant de la bondat com a medicina és que no requereix recepta, diners ni tecnologia avançada. Tots tenim la capacitat d'exercir-la en qualsevol moment: obrir una porta, escoltar amb paciència, felicitar sincerament, compartir un aliment o mirar amb calidesa. Cada acció, per petita que sembli, té un impacte tangible tant a qui la rep com a qui l'ofereix.

L'EFFECTE CONTAGI

La bondat és també profundament contagiosa. Un gest amable genera una reacció en cadena: qui rep ajuda o mostra d'afecte se sent més inclinat a repetir-la amb una altra persona. És el que es coneix com "l'efecte dòmino de la bondat". A

comunitats on es cultiva l'ajuda mútua, els índexs de violència baixen, la cooperació augmenta i els nivells de satisfacció amb la vida són més alts.

LA BONDAT CAP A UN MATEIX

No hem d'oblidar que la bondat no només es dirigeix cap a fora. Practicar l'autocompassió —parlar-nos amb respecte, perdonar-nos els errors, reconèixer els nostres límits— és igualment medicinal. Vivim en societats que premien l'exigència i la productivitat, però obliden cuidar el nostre interior. Ser bondadosos amb nosaltres mateixos ens protegeix de l'ansietat, la depressió i el desgast emocional. En paraules senzilles: tractar-nos amb la mateixa tendresa amb què tractaríem un ésser estimat ens sana per dins.

REJOVENIR AMB AMABILITAT

Així com l'estrès, l'epidèmia silenciosa, accelera el nostre envelliment, l'amabilitat l'alenteix. L'amabilitat redueix els radicals lliures, molècules que deterioren la nostra pell. O sigui, cultivar relacions amables no només embelleix l'ànima, sinó que també suavitza les empremtes del temps al nostre cos. Un somriure sincer, una abraçada o una paraula d'alè tenen un impacte més gran del que imaginem.

LA BONDAT ÉS PODEROSA

Un savi filòsof va dir: "La bondat és la màxima intel·ligència. No hi ha un mode més pràctic de desfer i de solucionar problemes. La intel·ligència pràctica".

En una època de polarització, inflamació i aïllament, la bondat no només actua com un veritable bàlsam per al cos i la ment, sinó que millora les nostres relacions i la nostra convivència. Ser amables no és un ornament superficial, és un acte revolucionari. Ens torna a allò essencial: la HUMANITAT COMPARTIDA.

Potser la veritable medicina que el món necessita no es troba només a les pastilles o els tractaments sofisticats, sinó en una cosa tan humana i ancestral com un gest amable.

Feliç Ment.

ToieT

DIETA POSTVACANCES

Aquest estiu he menjat tants gelats que els del Frigo m'han posat com a accionista majoritari. De fet, els accionistes m'han triat com a president de la Corporació, a dit. Sí, sí, amb el Frigo Dedo. I de granissats... he begut més granissats que un pingüi celebrant la seva festa d'aniversari. I orxates! Si em paren amb el cotxe dono positiu... De fet, aquest estiu em van parar a un control d'*orxatèmia* i l'agent em va dir "Xufa" si us plau. No ho entenc, però ara tinc 6 punts menys.

Bé, aquest no és el drama sinó que un cop acabat l'estiu m'he volgut tornar a posar els pantalons llargs de l'any passat, i fan el contrari que els preus del supermercat: no pugen. La culpable? Una massa de greix se m'ha instal·lat a la panxa sense permís. A veure, si li pinto uns ulls, nas i boca, pot colar tranquil·lament per un personatge de Pixar com a protagonista de la seqüela Monstres, SA.

Per intentar-ho combatre he decidit fer una mica de dieta. Però quina faig? El món de les dietes és més confús que les declaracions del Laporta sobre el Camp Nou: No et queda clar res. Per exemple, hi ha la dieta Keto: pots menjar bacon, ous i formatge a punta pala. Perdona? Això no és una dieta, és l'aperitiu d'una boda! Pots menjar greix fins que el colesterol et diu "ja paro jo, que estic cansat". Després hi ha la *Paleo*, que és menjar com els homes de les caveres. Perfecte, però jo l'altre dia vaig anar a l'Àrea de Guissona i vaig demanar Mamut laminat i el de seguretat em va fer fora del local. Ho veieu com no queda clar... Després, tens el *Dejuni Intermitent*. Ara menges. Ara no. Ara sí. Ara no. Hi ha gent que s'està tot un dia sense menjar, eh!!! Això sí, després els veus fent cua al McDonalds, fotent-se les hamburgueses de 3 en 3. *Dejuni incoherent* s'hauria de dir... I les dietes *Detox*? *Detox*... Que sona més a festival techno que a un mètode d'aprimar-se. "On vas aquest cap de setmana?". "Al *Detox Festival*! Punxen els Dj Broccoli i Dj Smoothie".

Per últim, hi ha les dietes de les iaies, les dietes de tota la vida. La iaia de la meva parella: "Nen, si vols aprimar-te, menja fruita i re més!". Sí, sí, perfecte, però després no m'ofereixis 10 canelons, 20 croquetes i 5 pollastres farcits! Perquè clar, tu li

dius: "Iaia, però això engreixa molt!". I ella et respon amb tota la calma del món: "No pateixis, que és fet a casa". Com si les calories casolanes fossin de km 0 i no comptessin! I al final sempre passa el mateix: et fots tot el que et posa, perquè dir que no a una iaia és més difícil que no mirar el mòbil quan vas al lavabo a cagar.

Ja ho he entès: les dietes no són per mi. Perquè, al final, què vols? Viure comptant calories i patint per les proteïnes... o viure feliç, amb panxa, però capaç d'abraçar sense fer-li la RCP a qui tens al costat? Perquè us diré una cosa: el bacon s'oblida, però les abraçades no. Els abdominals marxen, però els records dels estius plens de gelats queden per sempre.

I si un dia em veieu a la platja, amb la panxeta fora, un Magnum a la mà i un granissat a l'altra... no penseu que sóc un fracàs de la dieta. Penseu que sóc un guerrer que ha sobreviscut al *Detox Festival*, sense perdre el somriure... ni els quilos.

Això, amics meus, és estar *fit*: fitxar a la vida, brindar amb orxata i riure's de les dietes.

Sergi Torrecasana



NO A LA GUERRA, SÍ A LA PAU

Continuen entre nosaltres les guerres entre germans. No anem de cap manera i el camí no ha de ser el de la guerra, ni fer-la durar indefinidament. L'únic camí possible és el de la Pau. I és que en una guerra està demostrat que sempre hi perden els mateixos, la població civil. Això ha passat tant a la guerra de Ucraïna com a la invasió de Gaza. Amb l'afany de conquerir i annexionar nous territoris, al final qui acaba pagant el pato, com es diu vulgarment, són els civils sobretot els infants. Les guerres no porten enlloc, està del tot demostrat. Només morts, ferits, destrucció de vivendes i d'edificis públics (hospitals, escoles etc.) i el que és més greu, molta gent havent de fugir per salvar la pell en busca de nous territoris per sobreviure a la barbàrie. Ha de ser un calvari que suposo que ho has de viure per entendre-ho. El nostre món està malalt i de conflictes n'hi ha per tot arreu i molts sense veure's el final. Des de la vall del Llobregós ho veiem lluny, com aquell que diu ho veiem des de la barrera, com si no anés amb nosaltres. Però això no és cert, directament no ens afecta però som del tot conscients del malament que ho estan passant aquella gent i que una possible guerra mundial no és una quimera.

Tal com roda el nostre petit planeta, que molts cops fa la sensació que gira sense control, tot pot passar i fins i tot a curt termini. Tenim uns dirigents mundials que fan por, començant pel Putin, passant pel caparrut Trump i acabant pel primer ministre d'Israel, Benjamin Netanyahu, el líder suprem de Corea del Nord, en Kim Jong-un i el tot poderós president xinès, en Xi Jinping que sembla que no hagi matat mai una mosca, però deixa'l anar. Amb aquest panorama, estem ben arreglats amb aquesta colla que només es miren el seu melic, escombrant sempre cap a casa seva sense importar-los massa la resta de mortals. I amb tots aquests mals auguris que pronostica hores d'ara molta gent, aquí hi va perfecta la frase "que Déu ens agafi confessats".

En poc més d'un segle hem vist de tot, dues guerres mundials, guerres tribals, guerres colonials,

guerres polítiques, guerres religioses i fins i tot una pandèmia que va fer trontollar el nostre món i el nostre benestar. I la gran pregunta és: què més ens queda per veure? Qui ho sap, encara podem veure coses pitjors amb el munt de països que disposen actualment d'armes nuclears d'última generació. Resem perquè mai passi el pitjor dels escenaris que fora una nova guerra mundial. Esperem que la sang no arribi mai al riu pel bé de tots i que les converses de pau actuals i futures ens portin sempre cap a la Pau i a la bona concòrdia entre tots. En aquest planeta hi cabem tots i ben avinguts. Bona tardor a tothom i tant de bo acabem aquest any ja sense guerres i amb una Pau força duradora i estable arreu del món. Ja ho anirem veient.

Salut!!!

Josep Verdés



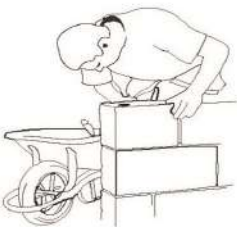
LA PITJOR BARREJA POSSIBLE

“No s’ha de barrejar política i esport”. Ho hem sentit molts cops, el darrer amb motiu de les protestes per la participació de l’equip Israel Premier Tech a la Vuelta, coincidint amb alguns dels episodis més sagnants de l’ocupació i destrucció de Gaza per l’exèrcit israelià. Els contraris a “barrejar política i esport” argumenten que els esportistes israelians no tenen cap culpa dels crims de guerra del govern Netanyahu i que, per tant, no haurien de pagar-ne les conseqüències amb la pèrdua de possibles títols i, encara pitjor, la interrupció de les seves carreres professionals. Podríem donar-los part de raó si no fos per allò que deia l’exàrbitre Sergi Albert, comentarista amb Pitxi Alonso quan TV3 retransmetia la lliga de futbol, parlant dels seus antics col·legues: s’ha de mantenir sempre



CONSTRUCCIONS I REFORMES

COBERÓ-TORNÉ, SCP



els paletes del Llobregós

Tel. 620109517 - 690311965

el mateix criteri. El 2022, amb motiu de la guerra d'Ucraïna moltes federacions van expulsar els equips russos (i bielorrussos, tot i que aquest país no estava oficialment en guerra) de les competicions internacionals i en alguns casos també esportistes a títol individual. Per posar només un parell d'exemples, a part de l'exclusió de seleccions i equips olímpics, recordar que al tennista Daniil Medvédev, aleshores número 1 mundial, el van fer fora de Wimbledon, malgrat haver-se posicionat contra la guerra –cosa que ara no ha fet cap esportista israelià destacat–, i que, tornant al ciclisme, l'equip Gazprom, amb seu a Suïssa però patrocinat per la gasística russa, va ser exclòs de totes les competicions i posteriorment dissolt.

Per a parlar d'aquesta barreja, a priori indesitjable, no cal, però, anar tan lluny. Quedem-nos en aquest cony de país i deixem-nos per un moment de russos i d'israelians però no, dissortadament, d'espanyols. La reivindicació de les seleccions esportives catalanes, ara de capa caiguda per la desídia de les pròpies federacions, ha tingut moments força àlgids de suport popular i ha aconseguit algun que altre èxit puntual, com l'efímer reconeixement de la selecció d'hoquei patins, que el 2004 va guanyar el Mundial B masculí i posteriorment va ser exclosa de la federació internacional per les pressions del govern espanyol de l'amic Zapatero. Més enllà d'utilitzar-les com a altaveus de missatges explícits –només cal veure els Maradona, Menotti i companyia compartint la reivindicació, impulsada pel dictador Galtieri, de la sobirania argentina sobre les Falkland–, les seleccions esportives contribueixen a que la gent s'identifiqui amb la identitat nacional dels que diuen representar-los, ja sigui la pròpia o la imposada per l'estat dominant. Això passa tant als pocs casos de nacions sense estat que competeixen internacionalment (Escòcia, Gal·les, Fèroe, Puerto Rico, la mateixa Palestina, etc.) com als estats que malden per esborrar nacions i cultures. Conscientment o inconscient, els

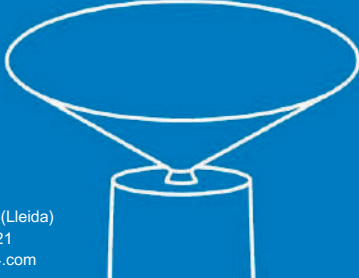
Xavi, Puyol, Piqué, etc, han contribuït a espanyolitzar el nostre jovent de manera més efectiva que els tribunals que ens ataquen la llengua i l'escola. Evidentment Espanya sap que aquí això també funcionaria –imagineu-vos l'efecte que tindria a la Catalunya quilla un tamudazo decisiu amb la samarreta catalana– i per això ho impedeix.

–“Els esportistes no en tenen la culpa, la *Ley del Deporte* els obliga a representar Espanya”. Cert, malgrat que “no s'ha de barrejar esport i política”, els esportistes, treballadors d'entitats privades, no poden negar-se a representar l'Estat espanyol –una construcció política–, sota amenaça d'inhabilitació, i els ginecòlegs de la sanitat pública, en canvi, poden permetre's el luxe de fer objecció de consciència i negar-se a practicar avortaments, sense patir cap conseqüència. És comprensible que els esportistes catalans no es juguin la carrera per a defensar allò pel qual els polítics no es mullen el cul però no deixa de fer mal d'ulls veure'ls competir sota bandera espanyola o francesa. Especialment xocant és el cas d'Aitana Bonmatí, filla d'un militant independentista, detingut, torturat i empresonat el 1992, a l'Operació Garzón, que precisament pretenia silenciar l'independentisme durant els Jocs de Barcelona.

Esport i política no formen la parella ideal, d'acord, però,,, si el poder la utilitza de dalt cap baix, per a alienar el poble, s'ha de poder fer també en sentit contrari, per a protestar contra el que calgui i combatre la pitjor de les barreges, la que combina la injustícia amb la indiferència. El futbolista gallec Borja Iglesias, un dels pocs que en comptes de filosofades del nivell “el futbol és així” sol dir coses interessants, ho resumia molt bé: “sorpren que donem més importància a aturar un esdeveniment esportiu que a un genocidi”. Fins i tot els hooligans haurien d'entendre-ho.

Josep Anton Vilalta

LedsC4



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

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

DE DESITJOS I NECESSITATS

Sovint omplim el nostre dia a dia amb frases que inclouen la paraula necessitat. "Necessito un cafè per arrencar el dia"; "No necessites més joguines, no t'ho compraré!". Totes aquestes frases poden indicar una forta necessitat per part de la persona que les diu. Però, realment són necessitats o es tracta de desitjos?

Una necessitat és tot allò imprescindible per viure: alimentar-nos, hidratar-nos, sentir-nos segurs, sentir-nos estimats, sentir-nos calms i regulats emocionalment, etc. Les necessitats van encaminades a la nostra supervivència i a una bona salut mental. Cerebralment, les necessitats estan ubicades en la part per primitiva, el cervell reptilià, on es regulen per garantir la nostra supervivència. Els experts distingeixen quatre necessitats bàsiques en l'ésser humà: les fisiològiques (son, alimentació, hidratació, temperatura, assistència mèdica, etc.); les afectives o emocionals (sentir-nos atesos i estimats); les cognitives (coneixement, aprenentatges, comprendre el món que ens envolta, etc.), i les socials (relacionar-nos amb els demés).

Els progenitors o les figures de vincle són els responsables de cobrir totes aquestes necessitats des del naixement. El nostre fill o filla a poc a poc s'anirà construint com a subjecte autònom i, a mesura que vagi creixent, anirà adquirint les seves

pròpies estratègies per cobrir-les tot sol. Hem de tenir present el concepte d'equilibri: quan una necessitat no està coberta, sorgeix l'angoixa i el malestar i la nostra funció com adults és recuperar-lo el més aviat possible.

Un desig, per contra, no és quelcom imprescindible, però sí que millora la nostra qualitat de vida. Els desitjos es troben a la part més externa del cervell, a l'escorça prefrontal, lluny de les necessitats bàsiques.

Amb els nostres infants hem de tenir clar quines demandes són necessitats i quines desitjos, quins malestars són conseqüència d'una necessitat bàsica no coberta o són fruit d'un desig. Ens ajudarà a entendre el seu comportament posterior i a trobar l'estratègia més eficaç per recuperar l'equilibri (de tots). Quan els nostres fills i filles són més grans i fan servir la paraula necessitat per referir-se a un desig, haurem d'esbrinar quina és la necessitat vital que s'amaga sota aquest "desig".

*Vanessa Pérez López
Psicòloga col. 26476*

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



“NI QUE FOS EL PRESIDENT DEL GOVERN”

Avui vull compartir amb vosaltres una conversa fictícia extreta d'un text de les xarxes, però que l'he adaptat i ajustat al nostre espai divulgatiu. Es tracta d'una hipotètica conversa entre un pare i el seu fill que il·lustra, amb encert, la importància que tenen els mestres i educadors en la nostra societat i als quals devem un gran respecte i confiança tal com fem amb els experts d'altres sectors professionals.

Un dia de principi de curs, el pare de la criatura ha de fer un justificant pel seu fill al mestre de l'institut perquè ha hagut d'anar al metge i no ha pogut assistir puntualment a les classes. El pare ho ha redactat correctament, dirigint-se al mestre amb el tractament de vostè i iniciant la nota amb els següents termes: “Benvolgut Sr. professor...”. Després, el fill l'ha llegit, s'ha quedat esbalaït i ha preguntat per què havia escrit un simple justificant amb tanta correcció, ja que solament era pel “profe”, i ha afegit: “Ni que fos el president del govern”. El pare, amb tota la seva saviesa i coneixements ha respost al fill amb la mateixa correcció que ha escrit la justificació:

“Benvolgut fill, possiblement, un mestre és una de les poques persones en aquest món a les quals deus respecte, ja que d'ell depèn que en el futur siguis una persona educada i amb coneixements. D'ell depenen, també, els presidents de govern i de qualsevol altra professió.

Per les seves classes han passat totes les persones que ens hem trobat i ens trobarem durant la nostra vida. De president de govern en pot ser qualsevol, només cal seguir l'actualitat a través dels mitjans de comunicació. Mestres i educadors només en poden ser uns pocs, únicament els disposats a acceptar una vida de dedicació i esforç, formant en valors i posant a l'abast molts coneixements al bé més preuat d'un pare: els seus fills. Cada dia deixo el meu lloc al mestre, durant una gran part del dia, perquè col·labori amb la teva educació, però MAI permetria que un president del

govern ho fes. És per això, que li demostro respecte i afecte. Si aquest justificant fora per a un president de govern, possiblement, ni tan sols l'escriuria, perquè a un president de govern, encara més, a qualsevol president de qualsevol govern li importa ben poc la teva educació”.

Llavors, el fill l'ha mirat somrient, i li ha dit al seu pare: “No m'havia parat mai a pensar-ho, però és així, tal com ho dius. Em venen ganes de fer-li una abraçada al professor i respectar-lo sempre. Li entregaré el justificant amb un somriure i li donaré les gràcies”.

Montserrat Miquel Andreu
Pedagoga

Núm. Col. Copec: 969

www.uncopdema.cat

www.facebook.com/uncopdemaguissona

www.instagram.com/uncopdema

ELS POBLES RERE LES PARAULES

Les paraules són l'expressió viva dels pobles. Aquesta afirmació serveix per justificar que no únicament la història ens pot donar dades de com eren les antigues civilitzacions, sinó que també els mots poden apropar-nos als nostres predecessors. De fet, hi ha una sèrie de noms i adjectius que descriuen característiques tant físiques com psicològiques de comunitats arcaiques. Els podem entendre com a retrats col·lectius de pobles humans, que han perdurat en la posteritat.

Per començar, parlem del mot **"tosc"**, que significa 'allò mancat de poliment'. Prové del llatí vulgar *tuscus*, que tenia el sentit de 'vil, desvergonyit', i sembla que era una al·lusió a la gent baixa o llibertina del *Vicus Tuscus* de Roma, el barri etrusc de Roma. Els etruscos eren originaris de *Tuscia*, nom que derivà finalment en Toscana.

Un altre mot interessant és **"lacònic"**. Una persona lacònica és aquella que s'expressa amb molt poques paraules, que no és parladora. En origen, però, era un gentilici, que feia referència als pertanyents a Lacònia o Lacedemònia, regió de Grècia la capital de la qual és Esparta. Aquest mot és un vestigi que recorda la predilecció d'aquest poble a ser curts de paraules. En aquest sentit, els espartans contrastaven amb els atenesos, que tenien fama d'exactament el contrari. Seguint amb els grecs, un mot de llarga tradició és **"cínic"**. Els cínicos conformaven una escola filosòfica de l'Antiga Grècia, el nom dels quals provenia del grec *κυνικός* (*kunikós*) 'caní', i que derivava al seu torn de *κύων* (*kúon*) 'gos'. Es creu que aquesta associació amb els gossos era deguda al tipus de vida que portaven. Sembla ser que eren persones de caràcter aspre, que dormien al carrer i que vivien una vida austera. I, de fet, també és curiós com els grecs anomenaven els estrangers. Usaven l'adjectiu **"bàrbar"**, en grec *βάρβαρος* (*bárbaros*). El mot grec tenia un origen onomatopeic, és a dir, que s'havia format per imitació a un so concret. I precisament provenia de l'onomatopeia "bar, bar", equivalent a l'onomatopeia

"bla, bla, bla", que feia referència a la manca de comprensió que tenien els grecs vers les parles veïnes. Per ells, doncs, els bàrbars eren els pobles de parles incomprensibles. Posteriorment, el mot adquirí el sentit de 'cruel, salvatge'.

Parlant de pobles salvatges, existeix el mot **"vandalisme"**. Prové del francès i fou creat tardanament, el 1784, pel bisbe Henri Grégoire. En origen designava les accions de destrucció dels tresors religiosos, i modernament el significat s'ha estès a qualsevol acte de destrucció de la civilització. El neologisme francès reté la memòria del poble germànic dels vàndals, que va saquejar Roma i va devastar Hispània.

Veiem, per tant, que més enllà de les romanalles arqueològiques i historiogràfiques també hi ha mots que transmeten trets de pobles antics. I, més concretament, la fama; la veu pública que s'estén al llarg dels segles i que lloa o condemna.

Adrià Castellà Jou, filòleg

LA GUINA DEL LLOBREGÓS

PIZZA DE VERDURES SENSE GLUTEN NI LACTOSA

Preparació

En una safata de forn posar paper vegetal.

Es talla l'obergínia en rodanxes de 0'5 centímetres i es posa de base damunt el paper vegetal, es va emplenant tota la safata; després es talla el carbassó i es va estenent per sobre l'obergínia acabant de tapar els forats que quedaven. A continuació es talla el pebrot, la ceba i la tomata, tot en rodanxes i es reparteix per sobre el carbassó. Continuem amb la tonyina, s'escampa per damunt de les verdures i damunt de la tonyina es posen els espàrrecs. Acte seguit es cobreix tot amb la mozzarella i cap al forn a 170° uns 20 minuts.

I bon profit.

Ingredients

(per a 4 persones)

- 1 obergínia gran
- 1 Carbassó
- 1 pebrot vermell gran
- 1 Ceba
- 400 g de mozzarella de búfala sense lactosa
- 1 pot de espàrrecs
- 1 tomata gran
- 4 llaunes de tonyina (1 per cap)

Flora Martínez Aragüés, d'Ivorra

La Flora és la mestressa de cal Closa d'Ivorra. Natural de Castelldans (les Garrigues), fa molts anys, quan va quedar vídua, va formar parella amb el Josep Maria, establint-se a Ivorra amb la seva filla Ari, que li ha donat tres nets que són l'alegria de casa seva quan hi venen de Calaf, que és tot sovint. Porten les granges i a la Flora encara li queda temps per col·laborar i participar en les activitats culturals del poble. Les seves aficions són la lectura i la cuina que va heretar de la seva mare, de la qual va aprendre molts dels plats que elabora. Preocupada per la salut en general, ens prepara avui aquesta pizza, pensada expressament per les persones celíaqües, però ens diu que és apta i saludable per a tothom.



CAL GUATLLES

Bolsos – Complementos
Corseteria – Plata – Relotges

f Instagram montse.solebonet

c/ Nou, 1 - Torà
Tel. 973 473 485

Enriqueta S.C.P.

perruqueria **unisex**

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

Av. Generalitat, 10
25310 AGRAMUNT
Tel. 973 39 23 11
www.mecanicasin.com

Mecanica Sin Agrament

Servici oficial
NEW HOLLAND

MECANICA Sin AGROINDUST

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 EMERGÈNCIES

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



CAN PEP

“La casa del pa i la coca”

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

BAR-RESTAURANT

Isaac Soterias

INSTAL·LACIONS, LAMPISTERIA
I MANTENIMENT

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

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

SOM LLAVOR
SERVEIS INTEGRALS DE JARDINERIA

658 55 03 76

BLAI GABINET DE SERVEIS, SL



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

**GESTORIA
ASSEGURANCES**

**LABORAL-FISCAL
COMPTABILITATS**



**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

H
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

PERRUQUERIA

M^a **RME**

DONA-HOME

**Plaça del Vall n° 8, TORÀ
Tel. 973 473 106**

ELS MOTS ENCREUATS DEL LLOBREGÓS

FET PER JORDI VILAGUT

HORITZONTALS

- 1.** Amb article, arriba per Sant Joan a Biosca per homenatjar Teresa Guàrdia. Farem servir.
- 2.** Aus que donen nom a una casa de complements a Torà i que l'àvia Ramona de Cal Jaumet guisava en escabetx. Fruïta amb què podríem jugar a rugbi.
- 3.** Sofrir en silenci. La ràdio se'ns ha desmanegat a l'untar amb iode. Cinc-cents a les portes de Dusfort. Enmig de Calaf.
- 4.** Conjunt d'estris. Sa. No acaba de ser eròtic.
- 5.** Romans de Biosca. Poble d'Oscà on van anar a parar les estopes d'Ivorra. La nena ens dona l'esquena.
- 6.** Nus. Especialista en metxes que trobem a Sanaüja.
- 7.** Au que pot ser banyuda o becuda. Part de l'esquelet d'un plantígrad. El primer. Afalagarà sense límits.
- 8.** Evita que vessi l'ampolla. Article de Cellers. Vailet sense pronom. Si marxa de Torà, ens remet a en Carles Porta.
- 9.** Restaurant toranès de reminiscències medievals. L'herba dels immobiliaris. Repetida a Viver, absent a Segarra. El més preuat de Torà.
- 10.** El cor de la mare. Embarcació rudimentària de troncs que els més pessimistes solen posar després de malament. Comença a estossegar. El punt més estimulante a la Segarra.
- 11.** Carrer sense sortida. En dues paraules, hi trobem el toranès museu de la fusteria.
- 12.** Llot. Deïtat egípcia que trobem en sortir d'Ivorra. Tartana sense vores.
- 13.** Portal de Biosca on trobarem la Fornera. Ho pot ser un angle, un dolor o un accent.
- 14.** Diari que llegim en aquest moment. Anem a Anglaterra. Amari. La part de Peretó que més afecta el personal.

VERTICALS

- 1.** Correcte. Tasca. Mamífer que miola. A Torà n'hi ha un museu a l'antic forn de la vila.
- 2.** Pagès. Torre de referència per a navegants.
- 3.** El pronom de la quinoa. Coati escuat. Llar.
- 4.** Festa que mira cap a la lluna. Aspirant decapitat.
- 5.** Mite sense límits. Imita. En dues paraules, acull exposicions temporals a Torà i acaba lliscant per la darrera filera.
- 6.** Cal Balaguer de Torà n'acull un antic molí. Sobirà persa. Una tònica a Claret. Quatre romans d'Ivorra. Lletra grega.
- 7.** El passat mes de maig va celebrar el centenari de la seva Escola Mixta. Eròtic però sense moviment convuls.
- 8.** Reunió d'eclesiàstics que miren cap al cel. Faltes marcades a l'àrea... i revisades pel VAR.
- 9.** Utilitza als Estats Units. Les vocals de Calaf. Observat. Ocell químicament daurat.
- 10.** Habitual a Massoteres. Nota de Claret. Despullada. La part menys escatològica de la cacatua. El romà de Guissona.
- 11.** Extremitat capgirada. El cor del dragó. Fou escenari del segon miracle eucarístic reconegut per l'Església, el del Sant Dubte.
- 12.** Ocell també conegut amb el nom de batallaire. El de Castellfollit de Riubregós s'esdevingué l'octubre de 1822.
- 13.** Article de Duocastella. Teixit, roba. El més rodó de Biosca. La part central del restaurant.
- 14.** Cognoms d'un Gil que milita al Club Bàsquet Torà i ha estat reconegut com el millor jugador de la lliga en la seva categoria.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1														
2														
3														
4														
5														
6														
7														
8														
9														
10														
11														
12														
13														
14														

7 DIFERÈNCIES

Il·lustració inspirada en la notícia “Escolapis d’arreu del món visiten Sanauja” (p.7)



ACUDITS I REFRANYS DE L'ANTÒNIA

ACUDITS

- El meu marit m'ha regalat un paraigües molt bonic.
- Pel teu aniversari?
- No. Per quan plogui!

- On va l'Antònia tan corrents?
- Vaig a cercar el metge, que el meu fill dormia amb la bona oberta i se li ha posat un ratoli!
- No cal, dona, això té solució. Fes-li empassar un gat.

ENDEVINALLA

Sense ser carxofa
m'arrenquen de full en full.
Qui n'arrenca dos alhora
és segur, li falta un bull.

AMOR DE MARE

El primer petó que al front
hem rebut en venir al món
i que tots sentim encara,
és el petó més preuat,
més ric i més perfumat
que ens ha fet la nostra mare.

...

Res del món no hi pot haver
que arribi mai a valer
el que val aquesta dona,
alegre com un estel,
pura com el blau del cel,
i com els arcàngels bona.

...

Amb delícia i bell consol
ella ens gronxa en el bressol
i ens adorm en els seus braços;
ella ens ensenya a resar,
a creure en Déu, a estimar
i a donar els primers passos.

...

Ses més pures il·lusions
ens transmet amb sos petons,
i, quan no ens veu, ens enyora;
i ens porta un amor tan viu,
que en nostres ditxes somriu,
i en nostres desgràcies plora.

...

Mai ningú podrà arribar
a sentir tant, i estimar
el que aquesta dona estima,
quan el seu llavi olorós,
perfumat i carinyós
al front dels seus fills arrima.

...

A la mare beneïu
nois i noies que sentiu
sos petons al front encara;
estimeu-la de tot cor,
que en la terra no hi ha amor
tan gran com l'amor de mare.

Antoni Bori i Fontestà

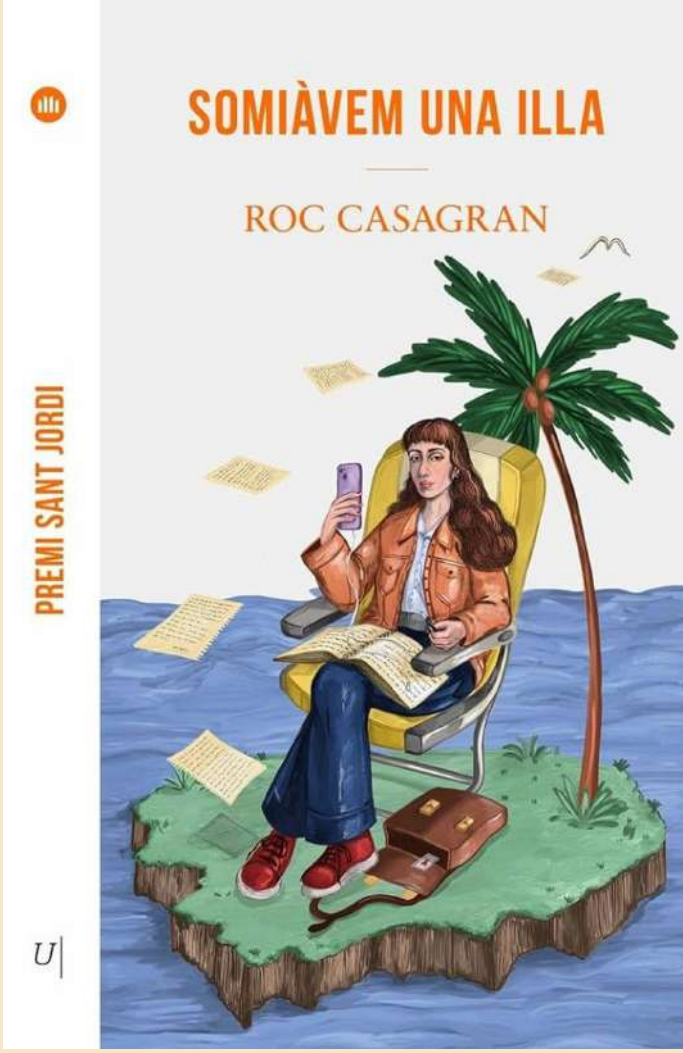
LLIBRE RECOMANAT

Roc Casagran (Sabadell, 1980) és professor i escriptor. Ha publicat cinc llibres de poesia i cinc novel·les. La darrera, “Somiàvem una illa”, ha estat la guanyadora del prestigiós Premi Sant Jordi 2025, que atorga Òmnium Cultural.

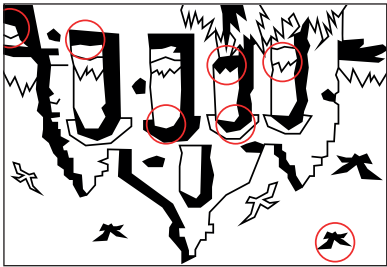
El llibre està protagonitzat per la Carla, una jove documentalista que acaba de patir dos forts sotrats. En plena crisi existencial, la Carla escriu una carta a la seva parella, en què repassa la seva trajectòria vital, la carrera professional, episodis d'amistat i expressa els seus sentiments com a companya i com a mare. “T'estimo i això és un crit d'auxili. T'estimo i això és un fem-ho junts, sisplau. T'estimo encara que el món se'ns hagi desfet de cop. T'estimo malgrat aquest abisme de braços buits i les illes on m'he perdut”, escriu l'autor de l'obra, que relata aquesta història d'introspecció.

L'argument de ficció, la trajectòria vital de la Carla, s'alterna amb la descripció real de vuit illes que es troben en diferents indrets del planeta. Són com vuit contes que ens expliquen anècdotes d'aquestes illes. Unes històries de gran interès que s'uneixen a la història personal de la protagonista. L'autor té la virtut d'enllaçar dos temes aparentment inconnexos i de despertar l'interès dels lectors des de la primera fins a l'última pàgina del llibre.

Dani Vidal



Somiàvem una illa
Roc Casagran
288 pàgines
Univers Editorial (2025)



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

SOLUCIONS
DELS PASSATEMPS
Endevinalla:
EL CALENDARI

UNA FOTO PER RECORDAR



Qui són?

D'esquerra a dreta:

Joan Mitjanes
Jimmy Vilaró
Fermí Manteca
Maria Condal
Eva Llobet
Bisbe Deig
Cèlia Rius
Montse Capdevila
Ramon Pujol
Gemma Manau
Xavier Pont
Marc Llobera

Confirmacions a Vicfred, 1994

Va ser al mes de novembre, en un vespre envoltat de boira, que el famós bisbe de Solsona, Antoni Deig, feia una visita a Vicfred. Era la festa de la Confirmació de cinc joves del poble. La celebració omplí tota l'església de gent i la veu del bisbe es va fer propera, després d'haver-lo vist per la tele parlant un llenguatge entenedor defensant Catalunya i el Barça. Després de la missa es va fer un pica-pica a l'antic local del poble. Setmanes més tard els cinc joves van convidar a sopar el bisbe Deig a un restaurant de Sant Ramon, on van poder dialogar i conèixer-lo més de prop. A la fotografia veiem els joves juntament amb els seus padrins de confirmació amb el bisbe. (Arxiu familiar de cal Carlos).



jardineria

manteniments

gespa natural i artificial

podes

instal·lació de reg

plantes i accessoris a l'engros

tancaments metàl·lics i de fusta

tractaments fitosanitaris

treballs amb fusta

venda de sal

Igualada - Catalunya central

www.calhuguet.cat

@ roger@calhuguet.cat

655 633 520

93 625 51 43



Des de 1928 al seu servei

VILAMÚ

973473061

NOU ESPAI DE FERRETERIA



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

JOLONCH MATILLAS, C.B.

CENTRE COMERCIAL



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





VALL DE NÚRIA

L'ESTIU EN UNA VALL ÚNICA!





www.valldenuria.cat

Parc Natural
de les Capçaleres
del Ter i del Freser

Grup FGC



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

NOVA

FORMA
MASCULÍ ~ FEMENÍ ~ INFANTIL

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

40 anys el
cuidant el vostre benestar!

👉 Sense matrícula!

👉 Obrim els dissabtes al matí.

👉 Inici de les activitats al setembre.

👉 Rutines i dietes personalitzades
gratuïtes.