

Sió

la revista d'Agramunt
i de la Ribera



www.revistasio.cat · redaccio@revistasio.cat

Núm. 646 · Any LIII · Desembre 2017



Augmenta l'opció independentista a Agramunt i a la Ribera del Sió

**Pista de patinatge en la
campanya Agramunt t'estima**

**Jornada solidària "No esteu
soles. No estem sols"**

Nova edició del Mercat de Nadal

**Entrevista a una representació
de *runners* agramuntins**





PORTADA:

Aquesta pista de patinatge instal·lada a la plaça del Pou forma part de la campanya comercial "Agramunt t'estima" que, per segon any consecutiu, han promocionat la Unió de Botiguers i Industrials de la vila conjuntament amb l'Ajuntament. Es va inaugurar durant el Mercat de Nadal i hi romandrà fins passat Reis. Val a dir que ha tingut força acceptació amb molt bona afluència de patinadors.

(Foto: Josep Rovira)

Editorial.....	3	Instagram.....	27
ACTUALITAT		ENTITATS	
Fets del mes		- Aula Extensió Universitària.....	28
- Mercat de Nadal.....	5	- Dones de l'Esbarjo	31
- Jornada solidària "No esteu soles. No estem sols"	9	- Centre Excursionista.....	33
- Santa Cecília	12	- Penya Barcelonista.....	33
- Atrapacontes	15	OPINIÓ	
- Necròpolis tumulària d'Almenara.....	15	La claraboia	
- Black Friday	15	- Carta als meus presos polítics.....	34
- Exposició a la Biblioteca	16	Gent, fets, coses...	
- Espectacle solidari	17	- Remeis tradicionals: all.....	37
- Concentració	17	Els lectors escriuen	
- El Bus de la Salut	18	- Torró solidari	38
- La Marató de TV3	18	- Sopar 50 anys	39
- Agramuntins a Brusel·les.....	19	ENTREVISTES	
- Tertúlia amb Pep Coll.....	19	Runners agramuntins	
- Concentració "Dos mesos sense els Jordi)	19	- Entrevista a cinc corredors agramuntins	41
- Nadal a l'Espai	20	COL-LABORACIONS LITERÀRIES	
- Nova exposició a l'Espai Guinovart.....	21	El conte de Nadal	
- Exhibició solidària amb el Banc dels Aliments.....	21	- El noi de la mare	57
Especial eleccions		ENSENYAMENT	
- Agramunt i els pobles de la Ribera al costat dels partits independentistes ..	22	Finestra educativa	
		- Celebrem Santa Cecília a l'escola.....	60
		- Activitats a educació infantil	61

sumari



22 a 25

Aquest mes hem retardat uns dies la sortida de la revista per poder incloure en aquest exemplar tot el que han donat de si les eleccions a Agramunt i als pobles de la Ribera.

Interessants entrevistes a cinc runners o corredors agramuntins en representació dels que es dediquen a aquest esport a la nostra vila.

41 a 55



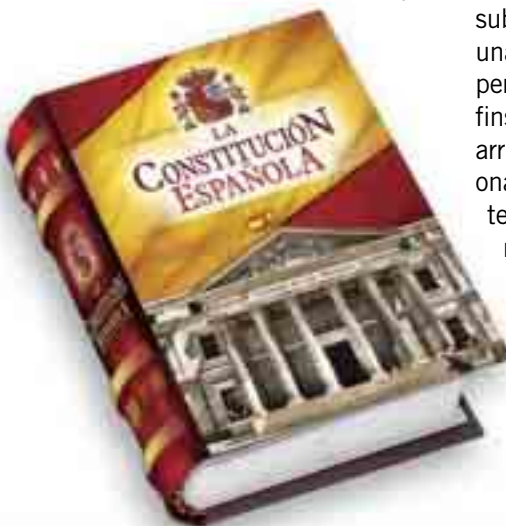
MÚSICA	
Bandes sonores	
- Mar adentro	63
ESPORTS	
- Club Futbol Agramunt.....	64
- Club Handbol Agramunt.....	67
- Futbol Sala	68
- Escatxics.....	70
- Bàsquet Agramunt Club	72
- Club de Bitles Sió d'Agramunt.....	75
GRUPS POLÍTICS MUNICIPALS	
- 155 aturat.....	77
L'AJUNTAMENT INFORMA	78
ALMANAC	81
LLEURE	
- Amenitats.....	83
LA FOTO	85
LA CALAISERA	85

La Constitució espanyola

El dia 6 de desembre es va celebrar el dia de la Constitució. Fa trenta-nou anys que va ser aprovada per majoria a l'Estat. La Constitució va ser l'eina sobre la qual es va bastir tot l'edifici de la democràcia d'aquella Espanya que havia patit la llarga dictadura de Franco. Quan es va redactar el text de la Constitució es va fer amb molts miraments perquè aquells que havien estat al costat del dictador, com la major part de les forces armades, vetllaven pels seus interessos, de manera que la carta magna espanyola va sorgir condicionada de bon principi. Per damunt de tot es volia fer creu i ratlla però sense passar comptes a ningú.

Han passat quasi quaranta anys i el món ha canviat molt des de llavors. La sacrosanta Constitució, però, no ha canviat i sembla inamovible. Bé, sí que ha canviat en dues ocasions en què els partits majoritaris hi han fet a corre-cuita retocs interessats i a con-

veniència. Tanmateix, des de Madrid continuen venent la tesi que la Carta Magna és intocable. Encara que darrerament sobretot els socialistes, per



donar una sortida a la qüestió catalana han insinuat una possible reforma. Una reforma? Però quina? Alguns pretenen fer-hi canvis perquè res canviï.

S'ha arribat a un punt que molts catalans no ens consolem amb la modificació de la Constitució. Uns canvis que possiblement no tocarien res substancial. No ens conformem amb una llesca, volem el pa sencer. L'esperit constitucional del 78 s'ha diluït fins al punt que hem arribat on hem arribat. A més, el Tribunal Constitucional, parcial i lligat al govern, ha interpretat la Constitució al seu gust i manera. I la llei ja no dona per a més. Si més no per a tots aquells que creiem fermament en una Catalunya lliure i independent.

Tant si ha guanyat el bloc constitucionalista com el sobiranista en les eleccions del 21-D, caldrà que la Carta Magna sigui sotmesa a modificacions i que s'adapti als nous temps. No en va, més de la meitat dels ciutadans actuals ni la van votar.



CRÈDITS

Director: Joan Puig. **Redactors:** Ramon Bernaus, Anna Bertran, Josep Bertran Mitjavila, Vítor M. Cabral, Pasqual Castellà, Margaret Palou, Joan Pijuan, Antoni Ponsa, Josep Rovira, Anna Santacreu i Rosa Maria Sera. **Col·laboradors:** Serafina Balasch, Ricard Bertran, Ramon Coll, Jaume Cots i Montserrat Cots. **Responsable pàgina web:** Ramon Bernaus Vila.

Edita: Col·lectiu de Redactors d'Agramunt

Amb la col·laboració de:



Membre de:



**Premi Humbert Torres d'Òmnium Cultural 1988 ■ Premi "Tassis-Torrent" Dip. de Barcelona 1989 ■ Torronaire d'Honor 2004
Pregoner Festa Major d'Agramunt 2007 ■ Premi Culturalàlia 2007**

Imprimeix: Impremta-Ofset Barnola - Dipòsit Legal: L-138-1964

Redacció i Administració: C/ Ensenyament, 17 - Apartat de Correus, 10 - 25310 Agramunt (Urgell)

Subscripció anual: 41 € - Número solt: 3,80 €

Per a subscripcions i anuncis: Vítor M. Cabral. Tel. 672 68 47 19

La redacció, manifesta la no obligació d'acceptar totes i cadascuna de les col·laboracions rebudes.

Per altra banda, la publicació dels articles signats, no significa l'acceptació implícita del seu contingut per part de l'equip redactor.

Es recorda que els treballs que envien els col·laboradors a SIÓ, han d'estar escrits a màquina, signats, amb l'adreça i el D.N.I.; si bé, es publicaran amb pseudònim, sempre que els autors ho vulguin. Es prega també, que no passin de foli i mig.

Els escrits que arribin a SIÓ, perquè puguin sortir publicats en el mes de la data de la revista, han d'ésser presentats a la redacció (Apartat 10) fins el dia 6 del mes en curs.



Serafi Miret Cuenca
Núm. Col. 1256

Lidia Martorell Soldevila
Núm. Col. 4483

Horari:
de dilluns a dijous, de 9 a 13 i de 16 a 20
divendres, de 9 a 13
dissabtes, a convenir

ODONTOLOGIA
I N T E G R A D A
CENTRE DE LA RIBERA DEL SIÓ

Oferim els tractaments d'oclusió i articulació, estètica i cosmètica dental, cirurgia bucal i implants dentals, odontologia conservadora i preventiva, odontopediatria, ortodòncia, pròtesis dental i periodòncia.

Av. d'Agustí Ros, 5, 1r, 2a - Tel./Fax 973 39 01 40 - **AGRAMUNT**
clinariberadelsio@infomed.es www.centresodontologiaintegrada.com



Sistemes Informàtics



Sistemes informàtics + Sistemes de seguretat + Telecom

72dpi :: C/Clos, 21- 25310 - Agramunt - Lleida :: Tel.: 973 390 660 :: Email: info@72dpi.cat



JOHN DEERE



VICENS
MAQUINÀRIA AGRÍCOLA

www.vicensmaquinaria.com

**FONDARELLA · MANRESA · TERMENS · TORRES DE SEGRE
VALLS · VILAFRANCA DEL PENEDES · AMPOSTA**

info@vicensmaquinaria.com · 973 60 04 50

Mercat de Nadal



JOSEP ROVIRA



JOSEP ROVIRA

El dia de la Puríssima, 8 de desembre, es va celebrar una nova edició del Mercat de Nadal amb una gran afluència de visitants. Va comptar amb la participació d'una quarantena de parades: de complements, torrons, motius nadalencs..., que ocupaven la plaça de l'Església, el carrer Sió i el carrer Sant Joan, on es va poder veure també una mostra d'animals de corral que sempre criden l'atenció dels més petits.

Com a activitats complementàries es va fer a la plaça de l'Església, a dos quarts d'onze del matí, una xocolatada popular i a primera hora de la tarda s'hi van encendre unes barbacoes que van quedar a disposició de ▶



JOSEP ROVIRA

3

1. Cantada de nades amb els escolars de la vila i el grup Versions Estelada.

2. Vista general del Mercat a la plaça de l'Església.

3. Força afluència de gent a les parades del carrer Sió.

qui les volgués per servir-se pa torrat amb xocolata. La jornada va cloure, després d'un parell d'anys de no fer-se, amb una cantada de nades a les set de la tarda amb la

participació d'alumnes dels col·legis Macià-Compans i Mare de Déu del Socors i de l'Escola de Música acompanyats del grup local Versions Estelada.

Campanya Agramunt t'estima

Pel Mercat de Nadal la Unió de Botiguers i Industrials d'Agramunt de forma conjunta amb l'Ajuntament van iniciar la segona campanya "Agramunt t'estima" per dinamitzar el comerç local de cara les festes de Nadal. Aquest any han volgut fer una cosa diferent i han instal·lat a la plaça del Pou una pista de patinatge fins passades les festes. Amb aquesta iniciativa la regidoria de Promoció Econòmica de l'Ajuntament vol dinamitzar el comerç local, que la pista de patinatge sigui un complement perquè la gent no marxi a comprar a fora i que possibles compradors d'arreu vinguin a Agramunt. Tots els comerços i establiments adherits a la campanya tindran a la seva disposició uns tiquets que podran repartir entre els seus clients quan realitzin una compra, que els donarà dret a poder patinar durant 20 minuts de forma



JOAN PUJAN

7



JOAN PUJAN

8



JOSEP ROVIRA

4



JOSEP ROVIRA

5

4 i 5. Expectació entre la mainada amb els animals de corral.

6. Inscripció al joc del Xurriki-ller per a la propera edició del Carnaval.

7. Xocolatada popular.

8. Berenar amb pa torrat i xocolata a la pedra.

9. Com en els darrers anys els del CAU hi van tenir una paradeta.

10. S'inicià la tradicional campanya de recollida de joguines a càrrec de la Creu Roja local.

gratuïta. Per altra banda també es podrà adquirir tiquets a la mateixa instal·lació. L'inici d'aquesta nova campanya va tenir molt bona resposta.

Campanya de recollida de joguines

Per altra banda Creu Roja Agramunt inicià durant el Mercat de Nadal la tradicional campanya de recollida de joguines per tal que cap infant es quedi sense una joguina. Enguany el lema de la campanya és "Els seus drets en joc", l'objectiu és sensibi-

litzar sobre el valor educatiu del joc, potenciant els jocs cooperatius i evitant els de caire sexista i bel·licista.



JOSEP ROVIRA

6



JOSEP ROVIRA

9



JOAN PUJAN

10

Bones festes



Jornada solidària “No esteu soles. No estem sols”



Tàrrrega, el Tarròs, Tornabous i Vallfogona) van organitzar una jornada solidària i reivindicativa amb l'objectiu d'exigir la llibertat dels presos polítics, defensar la República Catalana i crear una caixa de resistència conjunta davant de possibles sancions administratives. Sota el lema “No esteu soles. No estem sols” els CDR van organitzar al pavelló poliesportiu una jornada plena d'activitats per a totes les edats.

La jornada començà a les 10:30h amb la pintada d'un mural per la llibertat i una xocolatada benèfica al pàrquing del Pont Romànic. Continua amb una cercavila pel centre de la vila que sortí de la plaça del Mercadal i acabà al pavelló. A les 12 del migdia hi va haver vermut amb les actuacions de Gerard Sala, Recovery i Versions Estelada, que van ser retransmeses per Ràdio Sió. Seguidament hi va haver dinar popular amb activitats

JOSEP ROVIRA

1

1. Pintada del mural per la llibertat.
2. Xocolatada al pàrquing del Pont Romànic.
3. Cercavila del matí.

El dissabte 2 de desembre un total de 16 Comitès de Defensa de la República de diferents poblacions de la província (Agramunt i

la Ribera, Algerri, Artesa de Segre, Balaguer, Belldaire, Bellmunt, Bellpuig, Butsenit, la Fuliola i Boldú, Penelles, els Plans de Sió, la Setiu,



JOAN PILLAN

2



JOSEP ROVIRA

3



JOAN PUJAN 4



JOSEP ROVIRA 5



JOAN PUJAN 6



JOAN PUJAN 7



JOAN PUJAN 8



JOSEP ROVIRA 9



JOAN PUJAN 10



JOAN PUJAN 11



JOSEP ROVIRA 12



13



14

4. Vermut musical. Actuació de Gerard Sala i Recovery.

5. Parades d'artesanía.

6. Jordi Martí Font presentà el seu llibre "Visca la Terra i visca l'Anarquia".

7. Jocs per als més petits.

8. Cercavila de la tarda.

9. Actuació del grup "Comandants de Tros".

10. Xerrada sobre assessorament legal per Advocacia per la Democràcia.

11. Cucanyes.

12. El grup la Catxibanda animant l'ambient abans de sopar.

13. El dinar popular va acollir prop de tres-centes persones.

14. Concert d'havaneres a càrrec del grup local Marinada.

15. El grup Diga'ls-hi inquiets va causar molta expectació entre els presents poc abans de començar el concert de rock.

paral·leles com una exhibició d' Slackline, taller de malabars, vinils amb Dirty Brown i un bingo solidari amb productes de la terra com a premi.

A la tarda es va fer una altra cercavila amb sortida i arribada al pavelló. S'organitzaren activitats infantils com pintacares, malabars, contacontes, cucanyes i jocs amb Tombs Creatiu. També hi havia un taller de xapes i llaços grocs, i un espai de jocs de taula. Es va fer la presentació del llibre *Visca la Terra i visca l'Anarquia* de Jordi Martí Font, una xerrada sobre Assessorament legal amb Advocacia per la Democràcia i un taller antirumors. Seguit de música amb Orquestrina per la llibertat.

A la nit hi va haver sopar popular amenitzat per la Catxibanda, havaneres i rom cremat amb el grup Marinada. La jornada va cloure amb un concert amb les actuacions d'1/4 de 6, Diga'ls-hi Inquiets, Comandants de Tros, The Targarians, TATE i dj Jordi Balagué.

Durant tot el dia també hi va haver al pavelló servei de barra a preus populars, tallers de pancartes, llaços i xapes, parades d'artesanía i una exposició CDRs.



15

Santa Cecília



JOAN PUJAN

Presentació de l'EMMA Simfònica al Casal.

El dimecres 22 de novembre va ser Santa Cecília, patrona dels músics. Els centres escolars de la vila van celebrar la festivitat organitzant concerts en els propis centres.

El mateix dia al vespre, l'Escola Municipal de Música

d'Agramunt va fer la presentació oficial de l'Orquestra EMMA Simfònica, una formació de corda, vent i percussió, amb un concert al Casal Agramuntí. La formació la dirigeix Lana Kovačević i està formada per alumnes de nivell mitjà i professorat de l'escola.

Per altra banda les corals d'Avui i Bon Cant van celebrar la festivitat el diumenge dia 26 amb una xocolatada i jocs a la plaça del Mercadal. Aquest any van fer una xocolatada solidària oberta a tothom a favor d'Stargardt Go, el repte solidari que impulsa

Jocs al Mercadal organitzats per les corals d'Avui i Bon Cant.



JOAN PUJAN



JOAN PUJAN



La Coral també va fer una xocolata-solidaària a favor d'Stargardt Go.

A baix, concert de la Cobla Jovenívola que obria els actes commemoratius del seu 30è aniversari.

A la dreta, el Cor Parroquial durant el seu concert a l'església.

Margaret Creus, en la qual es feia una aportació simbòlica d'1€ els nens i 2€ els adults.

També va celebrar la festivitiat aquest diumenge el Cor Parroquial, després de cantar la missa major va oferir un

breu concert a l'església. A la mateixa hora la Cobla Jove-

nívola d'Agramunt realitzava concert al Casal Agramuntí, amb el qual iniciava el programa d'actes de celebració del seu 30è aniversari. Sota la direcció de Jordi Guixé van interpretar un recull de sardanes i obres de significat especial al llarg de la seva història, a més a més abans de començar el concert van fer la presentació de la nova imatge gràfica del cartró identificatiu de la cobla dissenyat per Alba Morella Teixidor, resultat del concurs que van fer a l'estiu.



JOSEP ROVIRA



JOAN PUJAN

PARAPARED
www.parapared.com

pintura i pladur
impressió gran format
disseny i decoració d'establiments

MIQUEL CARALPS
686 472 921
mikel.c@esagramunt.com

L'Espiga
llibreria - papereria

Plaça del Pou, 2
Tel.: Fax: 973 39 04 25
Tel. Pare: 973 39 24 72
25310 AGRAMUNT
llibreriaespiga@gmail.com
www.llibreriaespiga.com
www.facebook.es/llibreria.lespiga



TORRONS
Vicens
des de 1775

Des de 1775 Guardem l'Autèntica Tradició del Torró d'Agramunt



Durant més de dos segles, de generació en generació, l'empresa **VICENS** transmet en els seus productes l'herència dels mestres artesans torronaires, avalats per l'ús de les primeres matèries nobles de la nostra terra, l'ametlla, l'avellana, el sucre i la mel s'uneixen per a crear una autèntica obra d'art.

TORRONS VICENS posseeix l'indicació geogràfica protegida, del torró d'Agramunt, certificat europeu que garanteix la qualitat dels nostres torrons.



... I ARA, A AGRAMUNT, TAMBÉ PODEU VISITAR EL NOSTRE MUSEU.

TORRONS
Vicens
des de 1775
AGRAMUNT

MUSEU
del TORRÓ
i la XOCOLATA

Veniu a descobrir un espai cultural, on podreu conèixer la història del torró i de la xocolata, així com la trajectòria de l'empresa **TORRONS VICENS**.

A l'obrador podreu veure com s'elaboren artesanalment els nostres torrons i, a la botiga, trobareu tots els productes **VICENS**.

Gaudiu d'una visita plena d'experiències i sensacions que no us deixaran indiferents.



HORARIS DE VISITA:

Dimarts a dissabte:
de 10,30 a 13,30h i de 15,00 a 19,00h.

Diumenges i festiu:
de 10 a 15h
museu@vicens.com

OBRAJOR · BOTIGA · MUSEU
Ctra. de Tàrraga, 1 · 25310 Agramunt
Tel. 973 390 607 · torrons@vicens.com

Elaborats amb productes de proximitat
TORRONS VICENS...el Torró, Torró.



www.vicens.com



JOAN PUJAN

L'esplai Sió va ser l'encarregat d'escenificar el conte a la biblioteca.

A la dreta, presentació del projecte d'excavació a Almenara.

A baix, públic assistent a aquesta presentació.

Atrapacontes

El dissabte 2 de desembre la Biblioteca Municipal Guillem Viladot organitzà una nova sessió del cicle Atrapacontes que realitzen el primer dissabte de mes a dos quarts de dotze del matí. En aquesta ocasió l'entitat encarregada va ser l'Esplai Sió amb l'escenificació del conte "Jo mataré monstres per tu".



JOSEP ROVIRA

Necròpolis tumulària d'Almenara

El divendres 17 de novembre la sala de plens de l'Ajuntament va acollir la presentació del projecte "Almenara: excavació, restauració i investigació d'una necròpolis tumulària de la primera edat del ferro". L'equip d'arqueòlegs que hi va treballar va presentar els resultats obtinguts

en les diverses intervencions que s'hi han realitzat.

La necròpolis d'Almenara va ser descoberta el 1968 quan es van excavar 8 estructures tumulars i es van recuperar dues urnes cineràries. Després d'aquesta primera intervenció, el jaciment va quedar abandonat i sotmès a la degradació per les inclemències meteorològiques. No va ser fins al 2015 que es va iniciar un projecte d'excavació i restauració del jaciment per aturar el procés de degradació i dignificar les restes.

"En les tres campanyes que s'han fet, els anys 2015, 2016 i 2017, hem intervingut en 310 metres quadrats de superfície on s'han identificat 33 estructures tumulars i s'han recuperat dues urnes funeràries més i s'han restaurat 15 túmuls", van explicar els arqueòlegs.

Black Friday

El divendres 24 de novembre la Unió de Botiguers i Industrials d'Agramunt es va ▶



JOSEP ROVIRA



JOAN PUJAN

Els comerços agramuntins adherits a la Unió de Botiguers es van sumar a la iniciativa del Black Friday.



JOAN PUJAN

sumar a la iniciativa comercial Black Friday que inaugura la temporada de compres nadalenes amb rebaixes. Els comerços associats van romandre oberts al migdia i van oferir la seva pròpia promoció i ofertes.

El Black Friday és una celebració que prové d'Estats Units, la qual celebren el dia després d'Acció de Gràcies que és el quart dijous de novembre.

Exposició a la Biblioteca

El divendres 24 de novembre va tenir lloc a la Biblioteca

Municipal Guillem Viladot la presentació de l'exposició col·lectiva itinerant "Creativitat i Salut Mental. Segona edició" de la coordinadora Salut Mental Catalunya – Terres de Lleida, la qual es va poder veure fins l'1 de desembre.

El projecte Creativitat i Salut Mental es va iniciar l'any 2015 a les Terres de Lleida amb l'objectiu de lluitar contra l'estigma i la discriminació que pateixen les persones afectades d'un trastorn mental i aconseguir la normalització i la integració social tant dels afectats com del seu en-

torn. Aquest projecte es basa en diferents tipus d'art, com són la narrativa, la poesia, la fotografia, la pintura i l'escultura sent totes les obres realitzades per persones afectades per un problema de salut mental.

La mostra aplega una trentena d'obres de Mercè Torrentallé (pintura), Raül Pombo (escultura), Ramon Gabernet (pintura), Gemma Damunt (fotografia), Txema Serrano (poesia) i Assumpta Guiteras (pintura).

La inauguració va anar acompanyada de la confe-

A baix, la psicòloga Circe Ramos durant la seva conferència sobre l'ansietat.

A la dreta, Raül Pombo i Mercè Torrentallé dos dels artistes de la mostra.



JOAN PUJAN



JOAN PUJAN



JOAN PUJAN

El Mag Bala durant l'espectacle solidari al Casal.

Els beneficis d'aquest espectacle es destinaran al segon repte obert per recaptar diners per lluitar contra les malalties degeneratives de retina.

Nova concentració davant l'ajuntament per reclamar l'alliberament dels legítims representants polítics empresonats per l'Estat Espanyol.



JOAN PUJAN

rència "Tots sentim ansietat. Com gestionar-la" a càrrec de Circe Ramos, llicenciada en psicologia.

Durant l'acte, i coincidint amb la data de celebració dels actes del Dia Internacional per a l'Eliminació de la Violència contra les Dones, dia 25 de novembre, la presidenta de l'Associació de Dones l'Esbarjo, Josefina Esteve, i la regidora de l'Ajuntament, Sílvia Fernández, van llegir el manifest per commemorar aquest dia. "Ningú no pot privar-nos dels nostres drets. Tenim dret a viure sense violències masclistes. Les nostres opinions, desitjos o reivindicacions són

tan legítimes com les de l'home. Ningú no pot dir-nos com hem de viure o què hem de fer. Només nosaltres podem decidir com volem viure i la dona que volem ser".

Espectacle solidari

El divendres 24 de novembre es va realitzar al teatre Casal Agramuntí un espectacle solidari en favor del repte Stargardt Go, impulsat per Margaret Creus. El Mag Bala, Àlex Balasch, estrenà a la vila el seu espectacle de màgia "Pim Pam", un espectacle de gran format, amb tot tipus d'efectes: jocs participatius, prediccions, grans il·lusions.

Acompanyats d'efectes de llum i combinat amb músiques que ens portaven a viatjar en el temps.

Els beneficis d'aquest espectacle, l'entrada costava 10€, es destinaran al segon repte obert per recaptar diners per lluitar contra les malalties degeneratives de retina.

Concentració

El dilluns 4 de desembre un bon nombre de vilatans es van concentrar novament davant de l'ajuntament convocats per l'Assemblea Nacional Catalana i Òmnium Cultural per reclamar l'alliberament dels legítims representants polítics empresonats per l'Estat Espanyol.

L'acte començà amb la lectura de tres poemes de Salvador Espriu i a continuació es va llegir el Manifest: Tots a casa!

"Avui hem sabut que els honorables vicepresident del nostre Govern, Oriol Junqueras, el conseller Joaquim Forn, i els presidents de l'Assemblea Nacional Catalana i Òmnium Cultural, Jodi Sànchez i Jordi Cuixart, seguiran presos. Alhora, el nostre Govern legítim segueix a l'exili, impedit per la força i les coaccions del cop d'estat del 155 d'exercir el mandat que el poble li va donar el 27 de setembre de 2015.

L'alegria del retorn a casa dels honorables consellers Dolors Bassa, Josep Rull, Jordi Turull, Raül Romeva, Meritxell Borràs i Carles Mundó, es veu entelada per l'absència dels que seguiran patint un captiveri injust. No hi sou tots i no pararem fins a alliberar-vos!



JOAN PUJAN

Durant dos dies la nostra vila va acollir el Bus de la Salut al costat del CAP.

Com cada any, a la nostra vila es van organitzar diverses activitats per a La Marató de TV3.

A baix, participants a la caminada solidària de l'Esplai Sió i el CAU.

A la dreta, Marta Canes durant la xerrada informativa al Casal d'Avis.

Ens mantindrem fermes i seguirem lluitant fins que la nostra causa, democràtica i pacífica, s'imposi davant la tirania de la llei espanyola i els seus tribunals.

No us oblidem ni us oblidarem. Mentre sigueu allà, tancats, inundarem les ciutats i pobles d'accions per mostrar al món que reclamem l'alliberament d'uns amics i companys que mai no haurien d'haver entrat a la presó..."

Un cop llegit el manifest, els assistents van cantar *L'estaca* de Lluís Llach, donant per acabat l'acte.

El Bus de la Salut

Els dies 4 i 5 de desembre s'estacionà al costat del CAP d'Agramunt, el Bus de la Salut, un projecte mèdic que permetrà conèixer l'estat de salut de les artèries i la prevalença de malaltia renal oculta en una mostra de 9.000 persones de tota la província de Lleida durant tres anys.

Les proves que s'hi ha fet han estat adreçades a la població que presenta més risc de patir una malaltia cardiovascular o renal, com són homes entre 45 i 65 anys, dones entre 50 i 70 anys o

persones ja diagnosticades amb una hipertensió arterial, dislipèmia o obesitat.

La Marató de TV3

El diumenge 17 de desembre es va celebrar una nova edició de La Marató de TV3 que aquest any estava dedicada a les malalties infeccioses. A Agramunt es van organitzar diverses activitats.

El dimecres 22 de novembre una vintena de persones van assistir a la xerrada informativa sobre les malalties infeccioses que va impartir la Dra. Marta Canes al Casal d'Avis.

L'Associació de Dones de l'Esbarjo va realitzar un any més al Casal Agramuntí el festival musical d'Escala en Hi-Fi que organitzen amb l'objectiu de recaptar fons per a La Marató. Un festival que arriba aquest any a la vintena edició. Van realitzar tres representacions, els dies 8, 9 i 10 de desembre. El preu de l'entrada era de 10 euros. També, com és habitual, van sortejar diverses paneres d'obsequis cedits pels comerços de la vila entre els assis-



ESPLAI SIÓ



JOAN PUJAN



Foto de record d'aquesta colla d'agramuntins que es van desplaçar a Brussel·les en el mateix autocar.

Un grup nombrós d'agramuntins va anar a Brussel·les per participar a la manifestació que l'ANC havia convocat en suport al president i consellers del Govern exiliats.

Pep Coll va parlar de la seva novel·la "Dos taüts negres i dos de blancs"



JOAN PUJAN

tents, tal com ens expliquen en la secció d'entitats.

L'Esplai Sió i l'Agrupament Escolta CAU organitzaren el dissabte dia 16 la VI Caminada Solidària amb un recorregut de 9,5 km fins a les Puelles. La inscripció/donatiu era de 4 euros per persona.

La veïna població de Montclar també va organitzar un seguit d'actes de cara La Marató el dissabte dia 9: projecció d'un reportatge divulgatiu produït per la fundació i xerrada a càrrec de la infermera Magda Mitjavila, un berenar popular i un bingo amb productes cedits pels comerços col·laboradors.

Agramuntins a Brussel·les

Un grup nombrós d'agramuntins va anar a Brussel·les per participar a la manifestació que l'ANC havia convocat en suport al president i consellers del Govern exiliats a ran de la votació de l'1 d'octubre i la conseqüent proclamació de la República. Uns hi van anar amb un autocar que va recollir gent d'altres poblacions veïnes; altres ho van fer amb cotxes particulars i fins i tot hi hagué que ho feu en avió. L'ambient i l'entusiasme, segons manifestaren alguns amb els que vam parlar, fou magnífic, alhora que es donà una lliçó de civisme i reivindicació a tot Europa. La major part dels mitjans de comunicació espanyols van parlar de la manifestació, en la qual van participar unes 45.000, amb menyspreu, mentre que als mitjans públics catalans se'ls va limitar que en poguessin informar.

Tertúlia amb Pep Coll

La Biblioteca Municipal Guillem Viladot va organitzar el dijous 14 de desembre una tertúlia amb l'escriptor pallerès Pep Coll en la qual comentà la seva novel·la *Dos taüts*

negres i dos de blancs. L'acte obert a tothom, però concretament als membres del club de lectura per a adults que havien llegit el llibre, comptà amb la participació d'una quarantena de persones.

Dos taüts negres i dos de blancs, es tracta d'una recreació novel·lada de la matança d'una família de masovers a Carreu al Pallars Jussà ocorreguda l'any 1943. Una novel·la que ha rebut guardons com el Premi de la Crítica Catalana de Narrativa, el Premi Creixells de l'Ateneu Barcelonès o el Premi Joaquim Amat-Piniella.

Concentració "Dos mesos sense els Jordis"

Seguint la crida d'ANC i Òmnium Cultural, el dissabte 16 de desembre mig centenar de persones es van concentrar a la plaça de l'Església per recordar que ja fa dos mesos que els presidents de les entitats sobiranistes, Jordi Sánchez i Jordi Cuixart, segueixen empresonats.

Durant l'acte es va llegir el manifest en què les entitats sobiranistes han lamentat que s'estigui duent a terme una "tergiversació gravíssima dels fets del 20 de setembre" ▶



JOSEP ROVIRA

Una cinquantena de persones es van aplegar a la plaça de l'Església per recordar que fa dos mesos que Jordi Sánchez i Jordi Cuixart estan empresonats.

Foto de família a l'Espai després de guarnir l'Arbre de Nadal.

i han criticat que s'hagi dit que va produir-se "una explosió de violència". En aquest sentit han fet saber que no s'obliden i que no deixaran

que s'oblidi que "quatre homes de pau són a la presó" en referència també a Oriol Junqueras i Joaquim Forn. Així mateix han carregat con-

tra l'estat espanyol que des del punt de vista és "un estat de dret sense separació de poders ni lliure exercici dels drets i les llibertats fonamentals, ni protecció de la ciutadania davant de l'abús de poder". En acabar es cantà l'himne d'Els Segadors.

Nadal a l'Espai

El dijous 14 de desembre es va fer a l'Espai Guinovart la tradicional ornamentació de l'Arbre de Nadal, que va crear Josep Guinovart, amb els treballs que prèviament havien fet els alumnes de P-4 i P-5 d'Educació Infantil dels col·legis Macià-Companyans i Mare de Déu del Socors i de la ZER del Sió. L'acte va estar amenitzat amb nadesles per part d'alumnes de l'Escola



JOAN PUJAN



Guarniment de l'Arbre de Nadal a càrrec dels escolars de la vila i de la ZER del Sió.

A la dreta, inauguració de l'exposició "Un relat al descobert, Martí Gasull" a l'Espai.

A l'Espai Guinovart es va fer la tradicional ornamentació de l'Arbre de Nadal, que va crear l'artista d'ascendència agramuntina.

Exhibició gimnàstica al pavelló en benefici del Banc d'Aliments.



Municipal de Música d'Agramunt. Com a cloenda va tenir lloc a la plaça del Mercat un esmorzar amb coca i xocolata per a tots els nens.

Nova exposició a l'Espai Guinovart

El diumenge 17 de desembre es va inaugurar al Petit Espai l'exposició "Un relat al descobert" de Martí Gasull, comissariada per Bàrbara Bayarri i Anaïs Muñoz, que es podrà veure fins al 29 d'abril de 2018. Amb aquesta exposició la Fundació comença els actes de celebració de l'Any Guinovart a Agramunt en complir-se el desè aniversari de la mort de Josep Gui-

novart, una celebració que s'allargarà fins al 2019.

"Un relat al descobert, Martí Gasull" és una exposició que presenta instants captats en els processos de creació de diferents agents artístics, com pintors, crítics, poetes o dissenyadors, la majoria dels quals, retratats en la intimitat, entre la dècada dels setanta i l'inici de segle pel fotògraf Martí Gasull. Es tracta d'una mostra de 38 fotografies que recullen moments espontanis d'artistes com Joan Miró, Joan Brossa, Hernández Pijuan, Josep M. Subirachs, Carles Santos i, sobretot, de Josep Guinovart, així com fotografia artística en dife-

rents tècniques. L'exposició es complementa també amb diverses obres pictòriques de Guinovart.

Les comissàries Bàrbara Bayarri i Anaïs Muñoz van explicar que "les imatges elegides permeten gaudir d'escenes irrepetibles des de la familiaritat d'aquells rostres que formen part fonamental del relat de l'art català des de la segona meitat del segle XX, però també des de l'estranyesa pròpia de contemplar un instant efímer, indefinible i fragmentari".

L'Any Guinovart inclou una quinzena d'exposicions per tot el territori que aproparan la figura de l'artista des de diferents perspectives.

Exhibició solidària amb el Banc dels Aliments

El diumenge dia 17, els alumnes de l'Associació Gimnàstica d'Agramunt i del Gimnàs Janse van oferir una exhibició de gimnàstica i arts marçials oberta a tothom al pavelló poliesportiu en benefici del Banc d'Aliments. Concretament l'entrada a l'exhibició consistia en aportar productes d'higiene personal o de neteja que, un cop recollits, des del Banc d'Aliments es distribuïran a les famílies més necessitades. ■

Agramunt i els pobles de la Ribera es manifesten independentistes

Les eleccions convocades il·legalment per Rajoy el 21 de desembre van deixar clar que hi ha dos blocs cada vegada més clars: els que recolzen una independència republicana, i els que volen continuar units a Espanya. A Agramunt i els pobles de la Ribera del Sió l'opció independentista augmentà i guanyà per golejada.

Els actes de campanya

D'entrada cal deixar con-
signat que solament van pre-
sentar-se a Agramunt els tres
partits que defensen la sobi-
rania de Catalunya. Cap dels

altres es va molestar a venir
a la nostra població, potser
perquè saben que tenen un
recolzament minso i que, per
tant, no els val ni la pena de
venir-hi.

El dimarts dia 12 es va fer
a la sala de plens de l'Ajun-
tament l'acte de campanya
d'ERC-CatSí amb el lema "la
democràcia sempre guanya".
Hi van intervenir el nostre

AGRAMUNT (Comparativa 2015-2017)																
Mesa	Cens		Votants		JxSí	ERC	JxCat	JxCat + ERC	CUP		C's		PSC		CSQP / CatComú	
	2015	2017	2015	2017	2015	2017	2017	2017	2015	2017	2015	2017	2015	2017	2015	2017
1	566	559	433	436	298	161	147	308	25	15	26	52	23	18	7	13
2	697	668	518	527	350	176	188	364	28	22	31	76	30	21	19	11
3A	631	639	479	530	312	188	156	344	18	14	55	101	29	30	22	18
3B	714	719	563	586	401	251	186	437	29	9	46	80	20	25	13	16
4A	563	564	451	474	266	171	132	303	30	23	37	69	29	29	21	10
4B	607	624	486	531	313	201	147	348	22	17	57	94	30	38	22	12
TOTALS	3.778	3.773	2.930	3.084	1.940	1.148	956	2.104	152	100	252	472	161	161	104	80
Percentatge			77,55	81,74	66,21	37,22	31,00	68,22	5,19	3,24	8,60	15,30	5,49	5,22	3,55	2,59

RIBERA DEL SIÓ (Comparativa 2015-2017)																		
MUNICIPIS	Cens		Votants				JxSí		ERC		JxCat		PP				PSC	
	2015	2017	2015 - %		2017 - %		2015 - %		2017 - %		2017 - %		2015		2017 - %		2015	
Agramunt	3.778	3.773	2.930	77,55	3.084	81,74	1.940	66,21	1.148	37,22	956	31,00	185	6,31	125	4,05	161	5,49
Puigverd	179	162	152	84,92	138	85,19	90	59,2	35	25,36	63	45,65	5	3,3	8	5,80	2	1,3
Preixens	376	360	297	78,99	290	80,56	181	61,8	95	32,76	90	31,03	21	7,2	14	4,83	7	2,4
Ossó de Sió	182	167	156	85,71	144	86,23	103	66,5	42	29,17	58	40,28	12	7,7	9	6,25	4	2,6
Els Plans de Sió	454	432	374	82,38	346	80,09	274	73,5	103	29,77	159	45,95	15	4	3	0,87	11	3
Montgai	576	559	502	87,15	482	86,23	337	67,7	162	33,61	179	37,14	43	8,6	26	5,39	21	4,2
La Sentiu	398	379	335	84,17	317	83,64	203	61,7	94	29,65	112	35,33	19	5,8	14	4,42	19	5,8
Total la Ribera	5.943	5.832	4.746	79,86	4.801	82,32	3.128	65,9	1.679	34,97	1.617	33,68	300	6,3	199	4,14	225	4,7
Ribera sense Agramunt	2.165	2.059	1.816	83,88	1.717	83,39	1.188	65,4	531	30,93	661	38,50	115	6,3	74	4,31	64	3,5



JOAN PUIG

El cens electoral gairebé era el mateix (disminuí només en 5 persones) respecte les eleccions de 2015.

PP		Altres	Nuls	Blancs
2015	2017	2017	2017	2017
29	25	0	1	4
41	25	2	3	3
21	17	1	1	4
30	14	0	3	2
44	32	2	1	5
20	12	2	5	3
185	125	7	14	21
6,31	4,05	0,23	0,45	0,68

alcalde d'Agramunt i candidat per Lleida, Bernat Solé, el candidat per Demòcrates de Catalunya, Jordi Souto, i la diputada d'ERC-AM a la Diputació de Lleida, Marta Huguet. Durant l'acte es van projectar dos vídeos en els quals es va poder escoltar el missatge de la cap de llista de Lleida per ERC, Meritxell Serret, (exiliada a Brussel·les) i també del cap de llista de la candidatura republicana, Oriol Junqueras (empresonat a Estremera).

El dissabte dia 16 va ser el torn de la candidatura Junts per Catalunya (JxCat) en un acte també a la sala de plens de l'Ajuntament. Hi van intervenir els candidats per Lleida Marc Solsona, alcalde

de Mollerussa; Xavier Quinquillà, director general de la Fundació Orfeó Lleidatà; Rosa Maria Perelló, alcaldessa de Tàrraga, i Jordi Murgó. Foren presentats pel regidor de l'Ajuntament d'Agramunt, Antoni Farré. Durant l'acte es va projectar un vídeo del president Carles Puigdemont (exiliat a Brussel·les).

Per la seva part la CUP Crida Constituent va fer el dilluns dia 18 un acte informatiu a la sala de conferències del Casal Agramuntí. Els ponents, presentats per la historiadora resident a Preixens, Elisenda Belenguer, foren Francesc Gabarrell, regidor de la Crida-CUP a Lleida i conservador del Museu de Lleida (i ahora expert en les obres de Sixena), i Arnau Comas, polítleg, regidor de Sant Esteve de Palautordera i

candidat número 9 a la llista de Barcelona.

Anàlisi dels resultats

La jornada electoral va transcórrer sense incidències a les nostres poblacions. Les sis meses electorals d'Agramunt es van instal·lar, com en anteriors comicis, en el col·legi Macià-Comanys. El cens electoral gairebé era el mateix (disminuí només en 5 persones) respecte les eleccions de 2015. La participació fou altíssima; arribà als 3.084 votants, dada que significa el 81,74% de la població amb dret a vot (un xic per davall de la resta de Catalunya i Lleida); augmentà en 154 votants més, fet que suposa un augment del 4,19%.

En els municipis de la resta de la Ribera el cens va disminuir lleugerament (amb 106 votants) i els votants van disminuir en part a aquest fet, ja que la participació percentual va ser lleugerament igual a la del 2015: del 83,88% de llavors, es passà al 83,39%.

La campanya atípica amb recels, crispació, candidats del Govern empresonats o exiliats, així com dels presidents de l'ANC i Òmnium, fou possiblement la que esperonà a

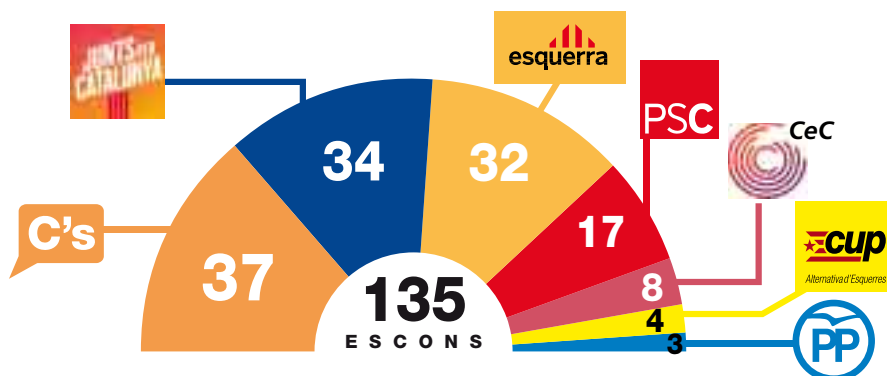
CSQP / CatComú				C's				CUP			
2015	2017	-	%	2015	2017	-	%	2015	2017	-	%
104	3,55	80	2,59	252	8,6	472	15,30	152	5,19	100	3,24
6	4	3	2,17	13	8,6	8	5,80	23	15,1	9	6,52
14	4,8	8	2,76	34	11,6	35	12,07	23	7,9	19	6,55
2	1,3	6	4,17	14	9	18	12,50	10	1,3	5	3,47
8	2,1	8	2,31	17	4,6	33	9,54	33	8,9	23	6,65
13	2,6	6	1,24	26	5,2	61	12,66	25	5	17	3,53
11	3,3	12	3,79	42	12,8	42	13,25	21	6,4	20	6,31
154	3,3	123	2,56	398	8,4	669	13,93	287	6,0	193	4,02
54	3,0	43	2,50	146	8,0	197	11,47	135	7,4	93	5,42

JOAN PUIG

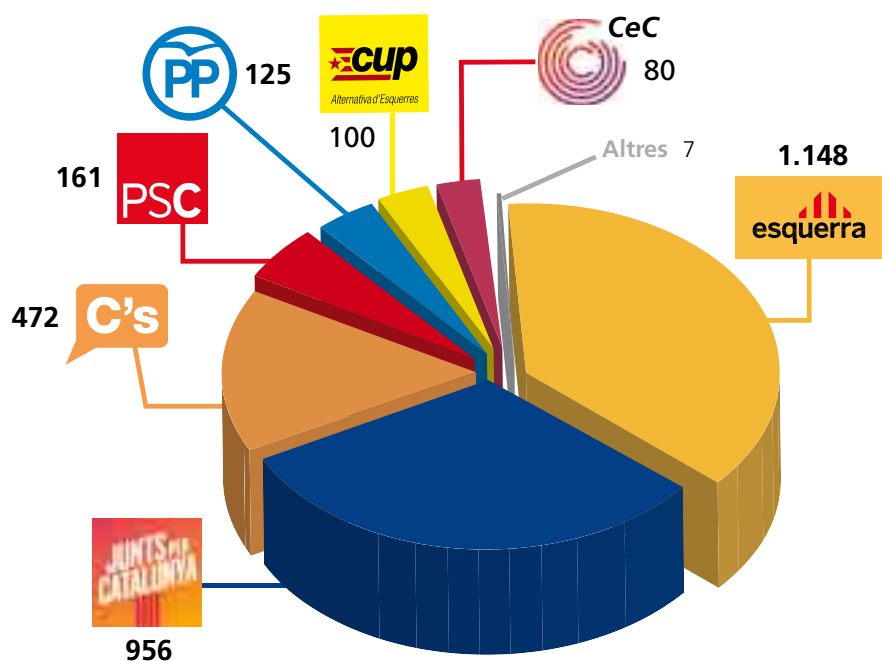


PARTITS	CATALUNYA				LLEIDA				AGRAMUNT	
	Vots %		Escons		Vots %		Escons		Vots %	
	2015	2017	2015	2017	2015	2017	2015	2017	2015	2017
ERC (JxSí)	39,6	21,39	62	32	55,16	26,7	10	5	66,21	37,22
JxCat (JxSí)		21,65		34		32,49		6		31,00
CUP	8,2	4,45	10	4	8,15	5,04	1	0	5,19	3,24
CSQP / CatComú	8,94	7,45	11	8	4,29	3,9	0	0	3,55	2,59
Unió	2,51	-	0	-	3,56	-	0	-	2,97	-
C's	17,93	25,37	25	37	11,61	16,98	2	3	8,6	15,30
PSC	12,74	13,88	16	17	8,45	9,04	1	1	5,49	5,22
PP	8,5	4,24	11	3	7,3	4,53	1	0	6,31	4,05
Participació	77,5	81,95			76,8	80,61			77,5	81,74

ARC PARLAMENTARI CATALÀ



DISTRIBUCIÓ DE VOTS PER PARTITS A AGRAMUNT



Mitings d'ERC, de Junts per Catalunya i de la CUP.

ELS 15 DIPUTATS PER LLEIDA



JuntsxCat
Josep Maria
Forné



JuntsxCat
Marc
Solsona



JuntsxCat
Imma
Gallardo



JuntsxCat
Xavier
Quinquillà



JuntsxCat
Montserrat
Macià



JuntsxCat
Anna
Geli



ERC
Meritxell
Serret



ERC
Bernat
Solé



ERC
Gemma
Espigares



ERC
Francesc
Vilaplana



ERC
Montserrat
Fornells



C'S
Jorge
Soler



C'S
Javier
Rivas



C'S
David
Bertran



PSC
Òscar
Ordeig

Esquerra obtingué el primer lloc del rànkung amb 1.148 vots (37,22%) seguida per Junts per Catalunya amb 956 vots (31,00%).

aquesta alta participació ciutadana.

Pel que fa a Agramunt, la victòria d'ERC per damunt de Junts per Catalunya s'explica pel fet que cada cop Esquerra es consolida més al municipi, sobretot per la presència (i el bon fer) a les llistes de l'alcalde Bernat Solé, que en aquesta ocasió va fer durant la campanya de candidat primer perquè la número u, Meritxell Serret, no hi podia participar en ser a Brussel·les.

Respecte els resultats del

municipi d'Agramunt, Esquerra obtingué el primer lloc del rànkung amb 1.148 vots (37,22%) seguida per Junts per Catalunya amb 956 vots (31,00%). La suma dels dos partits dona un total de 2.104 vots, que representa el 68,22%. Entre les dues coalicions van guanyar 154 vots més (el que suposa un 4,19% més). La tercera força va ser Ciutadans amb 472 vots (15,32%) que va quedar lluny dels altres dos, si bé cal consignar que va ser el partit que més va créixer (va guanyar 220 vots, fet que suposa un augment del 6,7%).

Pel que fa a la resta de partits, es pot consignar que queden molt lluny dels altres i els seus vots són més aviat residuals. En quart lloc, el PSC va treure els mateixos vots que en l'anterior ocasió: 161 i quedà amb un 5,22% dels vots. El partit del Govern d'Espanya a Agramunt va continuar baixant (possiblement perquè una part dels vots van anar a parar a Ciutadans): de 185 vots van passar a 125 i

va quedar en el cinquè lloc amb el 4,05%. En sisè lloc, la CUP que també va perdre un llençol en la bugada: de 152 vots el 2015, van quedar-se amb 100 (el 3,24%). Finalment, en setè i darrer lloc, la coalició de Catalunya Comuns també van perdre pistonada respecte l'anterior vegada: de 104 vots van passar a només 80 (el 2,59%).

L'augment dels tres primers (Esquerra, Junts per Catalunya i Ciutadans) per un cantó i la disminució de la resta de partits, explica la tendència a la polarització dels vots i el fet que alguns votants de partits menys votats probablement van anar a assegurar el vot.

Amb el resultat obtingut a Catalunya queden a l'aire una colla de preguntes: com s'implementarà en la vida política tot plegat? Com i quan es formarà el nou Govern de Catalunya? Els presos i els exiliats podran tornar a la llibertat? S'acabarà l'aplicació del 155?

**Joan Puig, Joan Pijuan
i Josep Rovira**

Diferències a Agramunt entre les eleccions 2015 i 2017

	Votants	%
Cens electoral	-5	-0,13
Participació	+154	+4,19
Resultats ERC	+164	+2,01
Resultats JxCat		
Resultats PSC	=	-0,27
Resultats C's	+220	+6,7
Resultats PP	-60	-2,26
Resultats CatComú	-24	-0,96
Resultats CUP	-52	-1,95



Sector Agroramader
Seguretat Alimentària
Medi Ambient
Qualitat
SANDACH
Projectes
Tràmits i Registres
Comptabilitat



C/ Germandat de la Sang, 12
25310 AGRAMUNT

973.390.204

www.assessoriadelsio.cat

Av. Generalitat, 10 • AGRAMUNT • Tel./Fax 973 392 311 • Mòbil 630 053 450



Margarita Martí Gasull
C/ Sant Joan, 3
25310 Agramunt (Lleida)
Tel. 973390242

margarita.marti@hotmail.es

jardinsdesecà



Jordi Lluch Sarnago
jardiner

- Poda d'arbrat agrícola
- Col·locació sistemes de reg
- Poda d'arbrat urbà i ornamental
- Manteniment de jardins existents
- Aplicació de tractaments fitosanitaris
- Disseny manual i digital

Tel. 658 921 335
jardinsdesecar@gmail.com



tendals Sangra

Confeccionem tendals des de fa 55 anys

Tendals façana · Tendals camió · Carpes · Pèrgoles
Portes ràpides · Cortines industrials
Tapisseria · Cortines · Persianes · Mosquiteres
Retolació · Impressió gran format

Tel. 973 31 45 82 www.tendalssangra.cat TÀRREGA

FUNERÀRIA i SALES DE VETLLA

J. TORNÉ

SERVEI  PERMANENT

973 39 08 62 • 620 90 50 20

jtorne1@hotmail.com

"Glops & Tapes"



especialitats de la casa

Caragols a la llauna

Tapes casolanes



Esmorzars

Plats combinats

Plaça Mercadal, 19 - 25310 Agramunt

600 700 202

Recull d'imatges seleccionades entre les que els nostres lectors han penjat a Instagram amb l'etiqueta **#revistasio**



@materesa7817



@tereanye



@materesa7817



@xavierfio1995



@dolorsgrausala



@oplaserra



@tereanye

Conferències i activitats



FOTOS: ANNA MARTIN

Margaret Creus i Claudi Alzina han estat els ponents de les darreres dues conferències.

La Margaret és una defensora del grandíssim potencial de les xarxes socials. Les TIC són instruments molt poderosos per assolir un desenvolupament individual i social.

La conferència de Claudi Alzina va consistir en un repàs històric d'algunes anècdotes curioses relacionades amb grans matemàtics i pensadors.



Conferència

Va tenir lloc el dimecres dia 22 de novembre amb el títol: **"Salvant la bretxa digital. Com aprendre de les xarxes socials? Cap a la intel·ligència col·lectiva"**. Va anar a càrrec de la Sra. Margaret Creus Verni.

La conferenciant és llicenciada en Medicina i Cirurgia per la UAB. Especialista en Pediatria per la Unitat Infantil de la Vall d'Hebron. És la pediatra d'Atenció Primària de l'ABS d'Agramunt.

Responsable del Projecte RedRetina, entre d'altres, relacionats amb les distròfies de la retina.

La Margaret és una defensora del grandíssim potencial de les xarxes socials. Les TIC són instruments molt poderosos per assolir un desenvolupament individual i social.

Es va introduir en aquest món arran d'aconseguir un objectiu prioritari en la seva vida: el coneixement de la malaltia de les distròfies de la retina de caràcter hereditari (STARGARDTGO). Gràcies a

les xarxes socials ha tingut accés a un món impensable d'una manera presencial. Ens va animar a tots a ser-hi usuaris. "Tenir por a Internet és tenir por a la llibertat. T'ensenya a ser crític".

Sortida cultural a Barcelona

El dijous 30 de novembre, els alumnes de l'AEUA vam realitzar una sortida a Barcelona. Vam fer una visita guiada al **Palau de la Música Catalana**, magnífic edifici Modernista, obra de l'arquitecte Lluís Domènech i Montaner. El Palau de la Música va ser construït (1905 - 1908) per acollir la seu de l'Orfeó Català i, a la vegada, per exercir de sala de concerts. El fort caràcter catalanista de l'Orfeó va fer que el Palau de la Música adquirís des del principi un fort simbolisme, lligat al moviment cultural de la Renaixença. Destaca la gran sala de l'auditori il·luminada per la llum natural que entra a través de la façana vidriada i per

la gran claraboia en forma de cúpula invertida. A tots ens va sorprendre gratament la seva extraordinària estètica.

Després vam assistir a l'obra **"L'Hostalera"** de Carlo Goldoni que es representava a la **Biblioteca de Catalunya**. Asseguts al voltant d'una taula, vam compartir amb els actors, una història, una ampolla de vi i una cassola de macarrons. L'hostalera, com qualsevol de nosaltres, vol fer i desfer amb llibertat i lluita per aconseguir-ho.

Conferència

L'última del trimestre va tenir lloc el dimecres 13 de desembre amb el títol: **"Les millors anècdotes de la Història de la Matemàtica"**, a càrrec del Sr. Claudi Alzina. El conferenciant és doctor en Matemàtiques per la UB; catedràtic de matemàtiques, jubilat, de la UPC. Ha publicat més de 40 llibres i més de 200 articles de recerca i uns altres tants d'educació i divulgació. És especialista en equacions funcionals, geometria de Gaudí, educació matemàtica i divulgació. El 1999 va rebre la distinció Vicens Vives a la Qualitat Docent Universitària. Ha exercit càrrecs com Coordinador de les PAU (Selectivitat) de Catalunya, Director General d'Universitats de la Generalitat i Secretari del Consell Interuniversitari de Catalunya.

La conferència va consistir en un repàs històric d'algunes anècdotes curioses relacionades amb grans matemàtics i pensadors com: l'edat im-



Un grup d'alumnes de l'Aula a l'escalinata del Palau de la Música en la seva visita cultural a Barcelona.

possible de Matussalem (969 anys); la cullereta del gintònic basat en el principi d'Arquímedes; Dionisi l'Exigu, que va adaptar el calendari romà a l'era cristiana; els romans no coneixien el número 0, que va arribar amb els àrabs, per això

vam celebrar equivocadament el canvi de segle i de mil·lenni... i altres moltes anècdotes com, el no premi Nobel de Matemàtiques, el càlcul fet per determinar la distància del metre, i les pífies matemàtiques de polítics com Mariano

Rajoy i Rodríguez Zapatero. Va acabar la seva intervenció amb el lema: La Matemàtica rigorosa es fa amb la ment, la Matemàtica "hermosa", s'ensenya amb el cor.

Properes conferències:

Dia 10 de gener de 2018. Assemblea General. Recital audiovisual a càrrec de la companyia **Cassigalls** dedicat a **Maria-Mercè Marçal**: **"I amb guix escric el teu nom..."**.

Dia 24 de gener. Conferència a càrrec de **Maria Macià**: **"L'origen del català. Com neixen les llengües?"**.

La Junta Directiva us desitja unes bones festes de Nadal i ens retrobem amb noves il·lusions després de Reis. ■

JOLONCH

XOCOLATA A LA PEDRA

D'AGRAMUNT DES DE 1770

La xocolata de casa, a la tasa.



Av. Marià Jolonch, 5 | 25310 AGRAMUNT - Lleida
Tel. 973 390 113 | Fax 973 39 00 07
info@xocolatajolonch.com

TORRONS VICENS, Tradició Familiar

www.xocolatajolonch.com

Làmines de plàstic

Sacs de paper

Bobines gofrades

Bosses de Paper

Sacs laminats

Bosses de plàstic

GRUPO CONSIST S.A.
www.grupoconsist.com

Flexible solutions for Flexible Packaging

PINTORS GERMANS CAPITAN

Antoni i Josep M^a Capitan Gallardo

SERVEI I LLOGUER DE PLATAFORMES

TRACTAMENT DE FAÇANES · COL·LOCACIÓ DE PLADUR
REVESTIMENTS DE FUSTA · ESTUCS D'ALTA DECORACIÓ
INSTAL·LACIÓ DE PARQUET · PINTURES INDUSTRIALS

C. Fontanilles, 17 - AGRAMUNT
Tel. 973 390 403 - Mòb. 667 639 258 - Fax 973 391 124
Mòb. Josep M. 605 851 798

Construccions

Reformes

Xavi Lavi

Xavier Junyent Sangrà
Tel. 625 119 990
xavie_reformes@hotmail.com

25310 AGRAMUNT Av. dels Esports, 8, 2n, 1a

DARQUITECTURA

Av. Agutí, 9 B - 25310 Agramunt Tel. (973) 390 403
e-mail: darquitecturagramunt.com www.darquitecturagramunt.com

LLUNA NOVA
PERRUQUERIA

T. 973 39 27 24
LLUNANOVAAGRAMUNT

AV. JAUME MESTRES, 27 - 25310 AGRAMUNT (LLEIDA)

Escala en hi-fi

FONT: ESBARJO



Tot l'equip que ho fem possible agraïm molt la solidaritat de les persones que ens venen a veure.

El grup de l'Escala en Hi-fi de l'Associació de Dones de l'Esbarjo, els dies 8, 9 i 10 de desembre, vam presentar un nou espectacle musical carregat de bona energia i solidaritat. Com sempre, la recaptació, una vegada tretes les despeses, anirà en benefici de la Marató de TV3.

Novetats de l'edició d'enguany, n'hi ha dues:

En primer lloc, i molt remarcable, la celebració del 20è aniversari de l'Escala en Hi-fi. El primer número es va fer en commemoració a aquest aniversari. La representació de la dansa

rusa "beriozka", va donar inici a l'Escala en Hi-fi amb un gran número al mig de l'escenari amb les corresponents 20 espelmes.

En segon lloc, el primer dia, divendres 8, ens van venir a filmar les càmeres de TV Lleida. Ens van demanar fer-ho per passar la gravació la nit de cap d'any a la televisió de Lleida. Així doncs, la nit de cap d'any us emplacem a veure TV Lleida i reviure l'espectacle.

En el pròxim número de la revista Sió ja us informarem del donatiu que es lliurarà al programa la Marató de TV3, enguany

dedicat a la investigació i recerca en el camp de les malalties infeccioses.

Tot l'equip que ho fem possible agraïm molt la solidaritat de les persones que ens venen a veure, així com la dels industrials i botiguers que col·laboren amb nosaltres amb les seves aportacions.

Tant de bo tot aquest treball, il·lusió i solidaritat, serveixin per fer possible trobar solucions mèdiques i fer que els malalts tinguin una millor qualitat de vida.

Molt bones festes de Nadal, i molta salut per a l'any 2018. ■



REESTRENA *el teu cotxe*

Els millors Plans de Manteniment per al teu vehicle

PLA MASTER

CANVI OLI
+ FILTRE OLI
+ 20 PUNTS DE CONTROL

PLA EXPERT

CANVI OLI
+ FILTRE OLI
+ FILTRE AIRE
+ 30 PUNTS DE CONTROL

PLA INTEGRAL

CANVI OLI
+ FILTRE OLI
+ FILTRE AIRE
+ FILTRE COMBUSTIBLE O BUGIES
+ 40 PUNTS DE CONTROL



I A MÉS A MÉS...



PNEUMÀTICS



MECÀNICA



AMORTIDORS



FRENS



AIRE CONDICIONAT



BATERIA



EIXUGAPARABRISSES

EN MANS D'EXPERTS
euromaster.com



VULCANIZADOS IBARZ

Carretera Tàrrrega, s/n. Agramunt. Tel: 973 390 734



CONSTRUCCIONS
I REFORMES
GARCIA-CORRALES

Feli Garcia Castro

mòb: 678470328
f.garcia@hotmail.com
Adv. Catalunya 650 C/ 25 14
AGRAMUNT 25310
Lleida



GUINOVART

Amics
de
l'Espai
Guinovart

Exposicions a l'Espai

Guinovart

Cos, percepció i resistència

2 setembre / 17 febrer 2018

Un relat al descobert, Martí Gasull

17 desembre 2017 / 29 abril 2018

Exposicions fora de l'Espai

Amb Guinovart

Galeria Palmadotze, Santa Margarida i els Monjos

16 setembre 2017 / 8 març 2018

Guinovart

Temps de cartells

Sala l'Harmonia

Hospitalet de Llobregat

12 desembre 2017 / 28 gener 2018

AMICS DE L'ESPAI GUINOVART,
adreçat a particulars, col·lectius i empreses

Protectors corporatius: **JOVE-BALASCH, S.L.** **Alsina**
SOLUCIONS EN ENCOFRATS

Socis: **FARMACOPTIC**
fàrmacs amb garanties del país

MASBLANCH I JOVE

Joves

Sr. Joan Uriach

HORARI:

Dijous i divendres, de 10h a 13h - Dissabtes d'11h a 14h i de 17h a 19h,
Diumenges d'11h a 14h.

Plaça del Mercat, s/n. 25310 Agramunt - Tel. 973 39 09 04

info@espaiguinovart.cat · www.espaiguinovart.cat

Visites concertades per a grups.

MÉS DE 10 ANYS ELABORANT

GRANS VINS

Informació i reserves: 973050018 – info@masblanchijove.com



Dues sortides al novembre



FONT: CENTRE EXCURSIONISTA



FONT: CENTRE EXCURSIONISTA

El dissabte 18 de novembre els socis més atrevits del centre ens vam enfil·lar cap la via ferrata de les Baumes Corcades (Centelles) on vàrem gaudir molt, ja que disposa del pont nepalí més llarg de la península de 65 metres, que ofereix una gran dosi d'emoció i adrenalina.

Un cop superat el pont, com que les emocions les teníem a flor de pell vam decidir agafar la variant de la Tosquera que ens portà fins al final de la via per un tram més

atlètic. Finalment vam arribar a dalt al cim una mica cansats però molt contents de l'experiència i amb ganes d'haver-la superat.

El diumenge dia 26 de novembre, vàrem gaudir de la pujada a la Roca Alta passant pel pas de Nerill. Pels qui en desconeixen la seva ubicació és un punt fàcil de distingir des de la vila ja que és un dels cims fàcilment distingibles de la silueta del Montsec. L'entorn és proper i molt interessant de conèixer, no només pel

seu atractiu paisatgístic sinó també per les restes històriques que resten de la guerra civil en forma de búnquers, trinxeres i materials diversos. L'atractiu de la sortida també radica per les seves vistes privilegiades del Pirineu, el Boumort, Càrreu... a més de tot el vessant sud. És una excursió molt fàcil i assequible on de seguida agafes alçada per la forta pujada inicial, i un cop a d'alt planeges pels cingles espadats de la falda de la serra. Molt recomanable!

Penya Barcelonista



FONT: PENYA BARCELONISTA

El dissabte 18 de novembre, tot just després del partit del Futbol Club Barcelona, vam realitzar la tradicional assemblea amb una trentena de socis al nostre local social.

Vam tractar diversos temes que podreu trobar, juntament amb l'acta anterior, a la nostra pàgina web www.pbagramunticomarca.jimdo.com, així com també totes les notícies i activitats que anem organit-

zant durant el transcurs de la temporada.

Aprofitem per agrair-vos la vostra assistència i també als més de 250 socis que, tot i no haver-hi estat, confieu una temporada i una altra plenament amb nosaltres i, per tant, seguiu renovant el vostre carnet penyista.

Genís Guixé Eroles

Carta als meus presos polítics

Quan us acusen a vosaltres, també ens acusen a tots aquells que hem votat i lluitat per somniar en una Catalunya republicana independent.

Benvolguts, Oriol, Joaquim, Jordi i Jordi:

Permeteu-me que modestament us enviï una carta. Sé que no em coneixeu de res. Tanmateix jo sí que us conec pel fet que vau convertir-vos en personatges públics en representar el Govern o associacions de Catalunya. Potser bastarà com a simple presentació que us digui que comparteixo amb vosaltres els anhels de llibertat i d'una futura Catalunya rica i plena.

Estem a pocs dies de Nadal i els carrers llueixen als vespres llums de colors. Els comerços

són un crit que ens convida al consum. L'alegria que cada any comporten aquestes diades sembla que avoqui a l'eufòria i la disbauxa. No obstant això, ja fa dies que una tristor m'amara el cor i em priva de gaudir de les festes que tenim a tocar. No sóc l'únic. Després de l'1 d'octubre en què vam veure les forces repressores d'un estat que actuava sense miraments, la il·lusió que molts portàvem a dins va ser embolcallada per un vel de tristesa. No cal que faci un detall de tot el que ha passat. Vosaltres ho vau viure en primera persona. Dementre va arribar

la "Justícia" (a qui ha caigut la bena dels ulls) que us ha portat a la presó per un suposat delictes que no heu comès.

Quan us acusen a vosaltres, també ens acusen a tots aquells que hem votat i lluitat per somniar en una Catalunya republicana independent. D'aquí ve la nostra tristor aquests dies. Tant de bo us alliberin ben aviat. Tant de bo us alliberin abans que arribi aquesta carta a la vostra cel·la! Tant de bo els altres companys del Govern que són a Brussel·les puguin tornar aviat a trepitjar lliurement la nostra terra. Com ens agradaria que uns



Cr. Sant Joan, 5 / 973 39 02 38
25310 Agramunt (Lleida)

venda
de tes,
infusions
i tisanes

"Estimar és com prendre una
tassa de te, simplement
un mai en té prou"






Crec fermament que la vostra actuació no va ser cap despropòsit. Que no vàreu cometre cap delictes. Tan sols va tirar endavant un mandat democràtic sorgit d'unes eleccions legítimes. Algun dia la història jutjarà tots els despropòsits i posarà les coses al seu lloc.

desitjos com aquests es complissin. De fet, aquesta és l'única cosa que demanaré als Reis d'Orient; els únics que poden fer que els miracles esdevinguin realitat.

Crec fermament que la vostra actuació no va ser cap despropòsit. Que no vàreu cometre cap delictes. Tan sols va tirar endavant un mandat democràtic sorgit d'unes eleccions legítimes. Algun dia la història jutjarà tots els despropòsits i posarà les coses al seu lloc. Crec també fermament que no us vàreu equivocar en no preveure-ho tot. En ple segle vint-i-u, ningú no es podia imaginar la violència, la mentida i les males arts amb què actuaria l'Estat; tampoc ningú no es podia pensar que Europa, aquest club privat de nacions, es giraria d'esquena i no ens donaria ni unes engrunes de suport. Llops amb llops, no es mosseguen.

També crec fermament que la manera com ha actuat la resta d'Espanya, atacant-nos i fustigant-nos per totes bandes amb l'a por ellos en comptes d'intentar de buscar un resultat pacat, encara ens ha allunyat més d'una solució. L'estat, comandat per l'inepte i corrupte Rajoy, encara ha produït una separació més grossa i insalvable. Per això

molts hem tornat a cantar *L'estaca* o a recitar versos d'Espriu com els que dedicà a Pompeu Fabra:

*Beviem a glops
aspres vins de burla
el meu poble i jo.*

*Escoltàvem forts
arguments del sabre
el meu poble i jo.*

*Una tal lliçó
hem hagut d'entendre
el meu poble i jo.*

*La mateixa sort
ens uní per sempre
el meu poble i jo.*

*Senyor, servidor?
Som indestriables
el meu poble i jo.*

*Tenim la raó
contra bords i lladres
el meu poble i jo.*

*Salvàvem els mots
de la nostra llengua
el meu poble i jo.*

*A baixar graons
de dol apreníem
el meu poble i jo.*

*Davallats al pou,
esguardem enlaire
el meu poble i jo.*

*Ens alcem tots dos
en encesa espera,
el meu poble i jo.*

Crec fermament que la independència de Catalunya arribarà tard o d'hora. A mi, com a molts, m'agradaria veure-ho amb els propis ulls. Potser això no serà possible. Però ben segur que l'aconseguirem. I això ho dic perquè constato que cada vegada hi ha més gent que la vol. Cada vegada hi ha més joves que hi creuen i que s'han implicat en el procés. I aquests són la llavor del futur. No ho dubto gens.

Cada dia, com molts amics amb qui comparteixo feina, em poso un llacet groc a la camisa com a símbol i demostració que us volem a casa. Que us esperem. Cada dia penso amb vosaltres i en parlo en les converses. Sé que és poca cosa això, que hauria de fer més. Em sento impotent i trist per tot plegat. Però tinc clar que cal actuar sense violència. Només amb persistència gandiana. No podem defallir en la nostra actitud de protesta pacífica. Vosaltres ho patiu en la pròpia carn, i ens dol. Des de fora us he volgut enviar aquestes ratlles a vosaltres que sou lliures d'esperit perquè rebeu un xic de calor i suport dels que ens sentim presos per tanta injustícia, mentida i manca de llibertat.

Sapigueu que aquests dies, més que mai, vestirem de groc i tindrem cura de les vostres famílies, perquè trobin l'escalf de tots plegats.

Des del dolor i amb tota l'estima,

Joan Puig Ribera

Nota: el dia 13 de desembre va sortir per correu aquesta carta personalitzada a cadascun dels quatre presos polítics. Dues al centre penitenciari d'Estremera i dues al centre penitenciari de Soto del Real.

TORRONS
FELIX
ARTESANS

Torrans que inspiren desitjos

Comtessa Aurembiaix, 5
 25310 Agramunt
 tel.: 973 390 319
 info@torronsfelix.com
 www.torronsfelix.com

Comandes i consultes via whatsapp: 627 69 38 72
 (enviament de comandes a domicili)

OBRES ▶ **128**

OBRES 128 S.A.U.
 Camí vell de Mafet, s/n
 25310 AGRAMUNT (Lleida)
 Tel. 973 392 184 - Fax 973 392 660
 info@obres128.com

Fisiològics
 AGRAMUNT
 CENTRE DE FISIOTERÀPIA
 Marc Martí Alabart n.col 6199
 Dinaia Martorell Solé n.col 5964
 HORES CONVINQUES TRUCAR AL 973.39.28.18
 Av. Maria Joloch 19-21 baixos AGRAMUNT

Clínica dental
 Dra. ROSER MARTORELL SOLÉ
 n.col 4290
 Serveis d'Odontologia General, Ortodòncia, Periodòncia,
 Odontopediatria, Implantologia i Cirurgia bucal.
 TRUCAR AL 973.39.12.27

MANNS _ benestar

DENTS _ SALUT

somriures _ CONFIANÇA

tranquil·litat _ ESTIRAMENTS

ORTODÒNCIA _ relax

NENS _ ACUPUNTURA

Remeis tradicionals: all



No fa pas massa anys hi havia molta gent, entre els quals un era jo mateix, que en llevar-nos de bon matí ens fèiem unes torrades ben fregades d'all i sucades amb oli.

L'all és un arbret petitó vestit de verd i flors blanques a la seva capçalera, així com un gran representant de les plantes medicinals i de diversos refranys, una hortalissa, segons diuen, d'origen asiàtic.

Una recepta molt antiga ens diu que la cocció de tres cabeces d'all, que després es piquen, es desfan en aigua, es colen i després s'hi afegeix una mica de sucre era bon remei per guarir el mal de pedra.

En algunes comarques de Tarragona els alls s'empraven

durant els temps que sortien les dents als nadons. Durant un temps, mentre els sortien les dents, les mares els penjaven al coll un collaret de grans d'all pelats enfilats en un fil que anaven canviant sovint.

És cert que abans d'aparèixer els antibiòtics moderns l'all era un dels majors desinfectants que teníem al nostre abast i, de passada, un dels més barats. Recordo que no fa pas massa anys hi havia molta gent, entre els quals un era jo mateix, que en llevar-nos de bon matí ens fèiem unes torrades ben fregades d'all i sucades amb oli, sense pensar si eren saludables o no, però sí que eren molt agradables pel nostre paladar, malgrat el mal alè que provocava. Per evitar aquesta mala olor hi ha diverses maneres de fer-ho, tals com macerar els grans en vinagre durant un mes, prendre'ls sencers o a trossets, mastegar julivert, llavors d'anís, un gra de cafè...

L'all també es fa servir molt a la cuina catalana, però s'ha de dir que d'aquesta manera perd molts dels principis medicinals. A Catalunya tenim la gran sort de consumir-los en els àpats, m'estic referint per exemple a l'allioli o al fet de fregar-los al pa, el qual després untem amb tomata, oli i sal.

La propietat antiinfecciosa també el fa útil contra els refredats i contra algunes malalties urinàries i vaginals, també facilita la circulació

de la sang al cervell i pot endarrerir el desenvolupament d'algunes malalties degeneratives com l'Alzheimer o el Parkinson.

També és bo contra la diabetis que no cal prendre insulina i les malalties respiratòries. Per descongestionar el nas és bo olorar un all prèviament picat i embolicat amb una gasa.

Des del punt de vista dermatològic es poden fer servir contra els penellons, picades d'insectes i per alguns tipus de berrugues; en aquest cas només cal fregar la zona afectada amb alls frescos i subjectar-los amb una gasa i esparadrap.

L'all també és un enemic dels insectes, per tant es pot fer servir contra el pugó tot fregant les fulles dels vegetals amb un drap humit amb aigua i all ratllat. I per fer fora les formigues dels arbres s'ha de fregar la part baixa del tronc amb cabeces o suc.

Amb els sucus d'all també es poden protegir els conreus contra determinats tipus de cucs que malmeten les collites.

La recol·lecció dels alls cal fer-la a la primavera abans que floreixin, així el gust no és tan fort. La següent frase feta ho explica bastant bé: "Si per Sant Blai plantes l'all, per Sant Miquel et mira al cel". I també hi ha una altra frase que sentència així: "L'all ha de veure l'amo quan se'n torna a casa", la qual cosa vol dir que els alls s'han de plantar a poca profunditat. ■



Torró solidari

Els beneficis de la venda d'aquest producte aniran íntegrament a la recerca que du a terme l'Hospital Sant Joan de Déu en l'àmbit de les malalties minoritàries infantils.

Per tercer any consecutiu, Torrons Vicens i l'emissora de ràdio RAC1 s'han aliat per llançar una nova edició del seu torró solidari. Els beneficis de la venda d'aquest producte aniran íntegrament a la recerca que du a terme l'Hospital Sant Joan de Déu en l'àmbit de les malalties minoritàries infantils.

El mestre torronaire Àngel Velasco, de Torrons Vicens, ha ideat una nova recepta, de manera que enguany es podrà triar entre dos gustos: el ja clàssic praliné d'avellanques amb neules i taronja i el nou, un cremós d'ametlla amb cookies.

Podeu trobar-los a les botigues de Torrons Vicens, a la botiga en línia de Torrons Vicens, i als supermercats Alcampo, Almar Supermercats, Caprabo, Carrefour, Casa Ametller, Comarket, Comerco, Condis, Gros Mercat, Jespac Supermercats, JR Supermercats, Keisy Supermer-

cats, Pigot, Plusfresc, Pyrenees Andorra, Sorli Discu, Spar, Supermercats El Corte Inglés i Valvi Supermercats.

Tercer any

La venda del torró solidari de RAC1 que l'emissora va crear conjuntament amb Torrons Vicens fa dos anys va permetre recaptar durant les festes de Nadal del 2016 més de 156.000 euros que han contribuït a avançar en la investigació de les malalties rares pediàtriques que es porta a terme a l'Hospital Sant Joan de Déu Barcelona.

A la primera edició, realitzada durant les festes de Nadal de 2015, van recaptar 120.264 euros. Els diners aconseguits en aquesta ocasió van permetre millorar la tecnologia de la plataforma Rare Commons, una plataforma digital creada per l'Hospital Sant Joan de Déu Barcelona que posa en contacte investigadors i famílies de pacients de tot el món per estudiar i avançar junts en el coneixement de les malalties rares, així com iniciar noves línies d'investigació.

Rare Commons ja ha obert fins a la data vuit línies d'investigació per a malalties amb molt baixa prevalença com la síndrome de Lowe, CDG, Acromatòpsia o la malaltia de Stargardt. En breu se n'obrirà una altra sobre l'osteogènesi imperfecta i la dermatomiositis juvenil.

Albert Moltó

Cap de Comunicació
de l'Hospital Sant Joan de Déu



Sopar 50 anys



La reunió va aplegar un total de 56 integrants dels nascuts aquell any de les localitats d'Agramunt, Artesa de Segre, i pobles de la Ribera que en aquells anys havien estudiat a l'Institut Ribera del Sió.

El dijous 23 de novembre es va celebrar el sopar de 50 anys de la quinta del 1967 en una jornada-sopar al restaurant Blanc i Negre. La reunió va aplegar un total de 56 integrants dels nascuts aquell any de les localitats d'Agramunt, Artesa de Segre, i pobles de la Ribera que en aquells anys havien estudiat a l'Institut Ribera del Sió. Molts companys feia anys que no es veien i, en retrobar-se, de seguida van

prendre fil a l'agulla per saber què havien fet durant aquest temps. Després del sopar va actuar el músic Carlos Miñarro a la guitarra amb un excel·lent concert i el bon ambient es va perllongar fins a altes hores de la nit. Per acabar, voldríem agrair a la Serafina Balasch la composició que ens va fer i que vam entregar als assistents, organitzadors i col·laboradors per agrair-los la tasca feta. Esperem tornar a citar-nos d'aquí 5 anys més!

Relació dels qui ens hi vam aplegar

Carlos Escolà, Rosa M. Llobera, Emilio Gil, Marta Bàrrios, Josep M. Ribalta, Anna Martín, Esther Creus, Santos Hernández, Gaby Cañadas, Maria A. Coscollola, Pere Vicens, Marcial Penella, Fabià Marsà, Joan Pintó, Jordi Figuera, Màrius Farré, Josefina Vicens, F. Ferran Otín, Magda Solé, Josep M. Flotats, Carme Miralles, Josep Solanes, M. Dolors Clotet, Aleix Utges, Elena Llordés, Romà Bernaus, Ester Solé, Joan Carles Cuberes, Maite Cases, Montse Roig, Josep M. Escolà, Conxita Mirasó, Rosa Piu-lats, Serafina Balasch, Josep M. Pinós, Nando Rodríguez, M. Rosa Ros, Anna Pedrol, Elena Planes, Ramon Roqué, Francesc Boncompte, Gabriel Ortiz, Josep Aleu, Ezequiel Bertran, Miquel Bernaus, Pau Font, Santi Alonso, Jordi Grannell, Mercè Ganyet Bullich, Judith Roca Llobet, Àngel Vila Verdeny, Trini Rovira, Dolors Pérez, Joan Clua, Miquel Vilaró, Cristóbal Bertran. ■

Bar - Restaurant

Plaça del mercat s/n
678 861 219
973 391 086
restaurant@atipic.me

atipic
Agramunt

Esmorzars, menú diari, tapes d'autor i menú degustació



Elaboració Artesanal

Formatges Monber

C/ Les Eres, 18 - Tel. 973 390 316 - Agramunt

COM AFECTA TREBALLAR EN DOS PAÏSOS O MÉS DE LA UNIÓ EUROPEA EN ELS DRETS DE LA SEGURETAT SOCIAL?

Cada vegada són més habituals les vides laborals que transcorren en diversos països, màximament si parlem de països dins de la Unió Europea. Per tenir dret a les prestacions, es poden sumar els períodes d'assegurança, ocupació o residència complerts en qualsevol estat membre de la UE, de l'Espai Econòmic Europeu o a Suïssa. Les prestacions contributives les podrà percebre amb independència d'on resideixi dins de la Unió, de l'Espai Econòmic Europeu o Suïssa. No obstant això, les prestacions no contributives només es poden percebre al territori de l'Estat en què resideixi i conformement a la seva legislació.

A grans trets, si hem treballat en diversos països de la Unió Europea, hem de cenyir-nos als **reglaments europeus 883/2004 i 987/2009**, que són els que s'apliquen per a la coordinació dels sistemes de Seguretat Social dels estats membres de la Unió Europea, Suïssa i altres estats de l'Espai Econòmic Europeu. Donen cobertura tant als nacionals d'aquests estats com als de tercers països amb residència legal en ells. En el cas del Regne Unit, segueix vigent de moment la legislació actual, a l'espera de concretar-se la seva sortida de la Unió Europea.

Ha de tenir en compte que per tenir dret a les prestacions, es poden **sumar els períodes** d'assegurança, ocupació o residència complerts en qualsevol estat membre de la UE, de l'Espai Econòmic Europeu o a Suïssa.

Les **prestacions contributives** les podrà percebre amb independència d'on resideixi dins de la Unió, de l'Espai Econòmic Europeu o Suïssa. No obstant això, les prestacions no contributives només es poden percebre al territori de l'estat en què resideixi i conformement a la seva legislació.

Les **prestacions contributives** que tenen efecte a la UE són:

- Prestacions de vellesa i supervivència.
- Prestacions de malaltia, maternitat i paternitat.
- Prestacions d'invalidesa.
- Prestacions d'accident de treball i malaltia professional
- Subsidis de defunció
- Prestacions familiars

Josep Ortiz Llena – Gestor Administratiu - Advocat



ESPECIALISTES EN HOSTALERIA

bosses paper
bosses plàstic
hostaleria
alimentació
aparells
neteja
impresos
pastisseria
indústria
mobiliari
cash...

VIMAT

C/ Pol. Ind. Camí Vell de Tàrraga, 3
25310 AGRAMUNT (Lleida)
Tel. 973 392 910 - Fax 973 392 909
www.vimatcomercial.com
vimat@vimatcomercial.com

Tu poses
la imaginació...
i nosaltres et vestim la teva taula
amb totes les combinacions de colors



Distribuidors:
 GARCIA DEPOU



Queviures L'Estoneta Bar - Restaurant

Menjars casolans per emportar
Cafeteria - Bar - Restaurant
Pollastres i conills a l'ast, paelles...
Queviures - Càtering

Agramunt (Lleida)
C/ Pau Casals, 20
973.390.468

Calçats Mary

des de l'any 2000



 NeroGiardini
TOMMY HILFINGER
i moltes més

El Àngel Guimerà, 5
Agramunt
973 39 20 55 - 686 27 29 27

Runners agramuntins

Ja fa anys que és habitual veure joves i no tan joves entrenar i córrer per carrers i camins del nostre entorn. És una manera de mantenir el cos sa i en forma. És també una “moda” que està sorgint arreu. S’anomenen per influència de l’anglès “runners”. També cada vegada hi ha més curses atlètiques de tots tipus a les quals participa més gent. Algunes són d’una gran duresa ja sigui pel seu traçat o per la seva durada. S’anomenen “extremes”. A la nostra vila tenim una colla de persones que han esdevingut autèntics runners que participen en curses extremes a nivell mundial on sovint l’objectiu important és arribar a meta, poder acabar-les després d’hores i hores de córrer, caminar, grimpar i superar mil i un trencacolls. Els redactors de Sió hem pensat que seria bo donar a conèixer aquesta realitat entrevistant cinc agramuntins que practiquen aquest esport.



Carles Areny Vargas

Vaig començar a participar en curses de distància curta, però aviat vaig voler provar distàncies més llargues.

El Carles a l'Ultra Matxicots.



El Carles té 37 anys i ens diu que la seva vida sempre ha girat al voltant de l’esport. Ha jugat a futbol a totes les categories i també va jugar a handbol, fins i tot va alternar durant tres anys els dos esports.

– **Quan vas començar a córrer?**

– Vaig començar a participar en curses de distància curta (10 km), però aviat vaig voler provar distàncies més

llargues, fins que vaig córrer la meua primera marató a l’any 2010. Una distància que a dia d’avui he realitzat una dotzena de vegades.

– **Però això no va ser tot?**

– Aquesta distància aviat es va quedar curta, i seguint amb l’afany de voler provar més enllà vaig decidir que havia de superar la barrera dels 42 km. Però abans de seguir sumant, volia fer realitat un dels meus somnis: ser finisher d’un Ironman (3.800 m nedant al mar, 180 km amb bicicleta de carretera i 42 km corrent). Un somni que va ser possible l’any 2011 amb l’Extreme Man de Salou després de molts mesos de preparació.

– **I a partir d’aquí?**

– Després d’aquesta prova, vaig tenir clar que el que més m’agradava eren els esports de llarga distància i el mateix any 2011 vaig fer la meua primera ultra, superant els 100 km de cursa a la Ultra del Montsant. Doncs a

partir d’aquí vaig començar a buscar al calendari curses de llarga distància que no només fossin de córrer, sinó també bicicleta, curses d’orientació, raids o curses de muntanya i com més llargues fossin millor.

– **Quines curses destacaries?**

– De les moltes curses que he fet, en destacaria algunes, segurament les més difícils: la Transpyr amb BTT entre Roses i San Sebastián i la darrera que he fet “La Diagonal des Fous” (Diagonal del Bojos) corrent a l’Illa Reunión.

– **I la bicicleta?**

– També en bicicleta tinc rècord de moltes curses. Amb els membres del Club Ciclista Agramunt vaig participar a Mallorca 312 (312 km i 5.000 m positius) donant tot el tomb a l’illa amb 15 hores màxim; la Transpyr amb BTT, cursa de vuit etapes travessant tot el Pirineu de Roses fins a San Sebastián (827 km 2.000 m positius que vaig fer amb dos amics; la de Ma-



A l'arribada de la Diagonal dels Bojos.

Com que m'agrada el que faig, no em suposa cap gran esforç i aquesta dedicació m'ajuda a fer realitat les coses que m'apassionen.

Recorregut en bicicleta a la prova Transpyr BTT.



drid-Lisboa non-stop (750 km non-stop amb relleus formant equip amb el Xavier Penella i el meu germà Víctor). També la lliga Ultramarató de BBT, els Pedals de Foc non-stop (216 km i 6.500 m) O el Soplaio 10.000 (165 km i 5.000 m) entre moltes d'altres.

– **Trail? Ho pots definir**

– Trail running: Córrer per senders de muntanya, petjades, rastres o camins secundaris a través de turons i muntanyes, creuant rierols i rius, amb grans grimpades i abruptes baixades. Tant la

naturalitat del terreny com el desnivell del recorregut, a més de la distància, són dues característiques fonamentals d'un recorregut de cursa de muntanya. En aquesta modalitat he realitzat una quinzena de proves d'ultra distància, per ficar alguns exemples: la Transvulcania de l'Illa de la Palma (75 km i 4.500 m), la Penyagolosa Trail (115 km i 5.600 m), l'Ultra de les Fonts (120 km i 6.000 m positius), l'Ultra Pirineus (110 km i 6.800 m positius) o la darrera prova que he fet aquest estiu a l'Illa de la Reunión, la Diagonale des Fous (165 km i 9.900 m positius) en unes condicions climàtiques i de terreny extremes.

– **Curses d'orientació? Defineix-ho.**

– La cursa d'orientació és un tipus de carrera contra rellotge, en la qual l'esportista ha de passar per una sèrie de controls, els quals estan assenyalats amb exactitud en el seu mapa i els ha de situar en el terreny mitjançant una baula. En aquest àmbit la cursa més important que he fet és The Wild Boar Rogaining (cursa d'orientació amb equips de 24 hores non-stop).

– **Has fet Triatló?**

– El triatló consta de tres proves en la mateixa cursa. Nedar, bicicleta i córrer. He fet l'Half de Banyoles (2.200 m nedant, 80 km amb bicicleta de carretera i 21 km corrent). Així com l'Extreme-man de Salou.

– **Explica'ns la preparació física per arribar fins aquí?**

– Assolir tots aquests reptes requereix moltes hores d'entrenament. Jo hi dedico de 15

a 18 hores setmanals. Com que m'agrada el que faig, no em suposa cap gran esforç i aquesta dedicació m'ajuda a fer realitat les coses que m'apassionen. De totes maneres m'han calgut moltes curses i moltes ensopagades, per arribar a entendre que cal donar molta importància a l'alimentació i al descans abans i després de cada cursa. Sovint no es dona prou importància a aquests factors però en distàncies llargues et pot passar de tot i aquestes petites coses són detalls molt importants. Després del desgast físic i mental que comporta aquestes proves és molt important recuperar-se muscularment i mentalment.

– **Alguna lesió important?**

– Si ets coneixedor del teu cos i saps que aquests esports són tan extrems ja entens que has de parar a temps, tot i que prendre la decisió de plegar en una cursa que has entrenat i dedicat molt temps, costa una mica. Aquest any, després de la segona ultra a Penyagolosa, vaig tenir una inflamació del tendó d'Aquil·les que va fer perillar el meu gran repte de l'Illa Reunión i vaig estar tres mesos i mig parat sense poder córrer. I llavors és quan entren els fisios, ones de xoc i altres coses.

– **Quins són els teus pròxims objectius?**

– Els meus objectius són molt senzills: seguir gaudint de l'esport i de la natura, dues coses que em fan feliç, i al mateix temps compartir-ho amb la gent que més estimo.

– **Per què ho fas?**

– Quan m'ho pregunten sempre responc el mateix: ho



Preparant-se per afrontar el Raid del Segre.

faig perquè m'agrada, perquè em fa feliç i a la vegada ho puc compartir amb la meua gent. A més, l'esport m'ha fet descobrir nous llocs i conèixer molta gent. Persones amb

qui he compartit quilòmetres d'una cursa i que ara s'han convertit amb bons amics. És important destacar també la sensació que tens quan creues la línia de meta. Un cop complert el teu objectiu, aquesta barreja de sentiments, fa que passin a segon terme tots els esforços que has fet per aconseguir-ho, deixant en un primer pla aquella sensació de satisfacció.

– Vols dir alguna cosa que no hagi preguntat?

– Tot això que hem parlat no seria possible sense

la gent que m'envolta. Penso que per tot esportista és molt important el suport de la seva gent, família, parella i amics, ja que sense la seva comprensió, moltes vegades no podríem complir els nostres objectius. És una part molt important, ja que entenen que puguis desaparèixer durant uns dies sense poder compartir moments amb ells, perquè has d'entrenar o estàs competint. Un reconeixement per a tots ells.

Anna Santacreu



Xavier Cots Solé

El Xavier té 56 anys. És fill d'Agramunt i l'actual president de la Coral d'Avui. Viu a Tàrraga des que es va casar. Competeix en la modalitat d'Ultra Trails. Té un caràcter tranquil que fa que pugui

dominar les curses, gestionar molt bé el temps i reservar les forces necessàries per poder arribar a la meta. Per ell, l'important és participar i acabar, independentment de quina posició quedi. Gaudeix molt de cada cursa i encara que acabi molt cansat, diu que l'adrenalina final no té preu. Creu que és molt important saber dir que no a temps, escoltar el cos i sobretot la ment, que és la que ho dirigeix tot.

– Explica'ns què és una Ultra Trail.

– Les Ultra Trails són marxes de més de 80 km que es fan caminant i corrent amb uns límits de temps marcats. Per exemple, els primers 20 km s'han de fer en un temps fixat, els 40 km també i el total en un temps màxim.

– Com vas començar?

– He fet vuit vegades la Marxa dels Castells, una marxa de resistència que es realitza a la Segarra. A més, la Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya (FEEC) organitza 26 marxes entre els mesos de febrer a novembre. Totes es fan a Catalunya i no són competitives, ja que no marquen posicions, sinó persones arribades per ordre alfabètic. Estan pensades per participar i no per competir. Jo tinc dues copes de campió de marxes per haver-ne fet un 75%.

– En quines modalitats competeixes?

– Competeixo en Ultra Trails i marxes de resistència.

– Quant de temps fa que corres?

– Només fa set anys. Vaig començar l'any 2010.

Equip de Trailwalker Intermon Oxfam, 100 km solidaris.



◀ ***Corro dos dies a la setmana al plegar de treballar i un dia al cap de setmana, dissabte a la tarda o diumenge al matí, faig 60 km i ja em serveix d'entrenament per les marxades llargues. Moltes vegades vinc de Tàrraga a Agramunt, uns 22 km, en dues hores corrent.***

El Xavier a l'arribada de la Ultra Trail del Montblanc, aquest 2017.



– Tens algun motiu que et portés a fer-ho?

– Abans anava amb bicicleta (BTT) però a la cursa del Torró de l'any 2009 vaig caure i em vaig fer bastant mal. Em va agafar por i vaig deixar-la. Tinc un amic que l'any 2010 havia fet el Montblanc i vaig començar a caminar amb ell fins que m'hi vaig enganxar. És com una droga. Es fan moltes amistats i m'apunto a les curses si hi van els amics.

– Estàs federat?

– Sí, estic federat. A través del Centre Excursionista d'Agramunt et federes a la Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya (FEEC). Et donen una llicència i una assegurança per la modalitat que practiques.

– Per què t'agrada aquesta especialitat de cursa?

– M'agrada molt la muntanya i sobretot pujar pics. A més, gaudeixo corrent, caminant i retrobant-me amb els amics.

– Tens algun sistema d'entrenament especial?

– El sistema que segueixo

és molt personal, no tinc entrenador. Corro dos dies a la setmana al plegar de treballar i un dia al cap de setmana, dissabte a la tarda o diumenge al matí, faig 60 km i ja em serveix d'entrenament per les marxades llargues. Moltes vegades vinc de Tàrraga a Agramunt, uns 22 km, en dues hores corrent.

– Segueixes alguna dieta específica abans de començar una cursa?

– Em cuido durant tot l'any però la setmana abans menjo molta pasta i carn, molts hidrats de carboni. Res de suplementos vitamínics. Gels durant les curses per si de cas (sucres). Les primeres tres o quatre hores es perd líquid i la cinquena i sisena agafa els nutrients idonis del cos.

– La roba i el calçat que portes m'imagino que són especials, no?

– Utilitzo roba tècnica i el calçat ha de ser molt còmode, lleuger i dur, sobretot el taló i la puntera han de ser molt reforçats.

– Ens podries parlar de la dificultat d'aquestes curses?

– La dificultat és que s'han de fer molts quilòmetres en moltes hores i córrer de nit. S'ha de saber gestionar molt bé el temps per la distància que s'ha de recórrer amb un temps fixat.

– N'has fet alguna que tingui especialitat?

– L'última que he fet aquest estiu és la Ultra Trail Montblanc (UTMB), és la més significativa. Són 170 km, donant tot el tomb al pic (10.000 m de pujar i 10.000 m de baixar).

Per aconseguir apuntar-s'hi

s'han de fer tres Ultres grans, cadascuna de les quals dona cinc punts per aconseguir els quinze necessaris. Cada Ultra és de 100-110 km. Una vegada obtinguts els punts, sortegen entre unes 5.000 persones les 2.500 que podran accedir a la prova.

– Alguna cosa significativa d'aquestes curses?

– He fet la cursa de Matalgalls-Montserrat (82 km) sis vegades, però crec que hi ha massa gent, unes 5.000 persones. La primera vegada va ser l'any 2010. Aquest any tinc previst fer la Carros de Foc.

– Descriu-nos alguna cursa en especial.

– La més difícil va ser la Ehunmilak, les 100 milles d'Euskal Herria, perquè és molt tècnica i té molta dificultat. El camí és complicat i no es pot córrer tant. A més, no hi ha el sender marcat.

La més entranyable ha estat l'Ultra Trail del Montblanc (UTMB). Va ser molt emocionant la sortida i no et dic res de la pujada i l'adrenalina a l'arribar. La vaig fer en 43 hores seguides quan el màxim de temps eren 48 hores. Vaig parar una mica a la nit per descansar. L'arribada a la 1 del migdia va ser apoteòsica.

– No us podeu despistar i perdre?

– És obligatori portar el mòbil on hi ha un xip, de manera que sempre saben la teva posició ja que dona senyal per satèl·lit.

– Comenta'ns alguna Ultra de les últimes en què has participat.

– La penúltima que vaig fer és la Maxicots, es fa a Rialp.



Ultra Trail Matxícots a Rialp, 2016.

A la dreta, Ultra Cap de Creus amb dos bons amics, 2017.



La cursa més entanyable ha estat l'Ultra Trail del Montblanc (UTMB). Va ser molt emocionant la sortida i no et dic res de la pujada i l'adrenalina a l'arribar. La vaig fer en 43 hores seguides quan el màxim de temps eren 48 hores.

Són 85 km i dos pics, és molt tècnica. Tenia ganes de fer-la pel nom, ja que coincideix amb el meu cognom, i per la duresa.

– **Per què corres dins d'aquesta modalitat?**

– M'agrada la muntanya, a part de córrer. M'agrada més participar que competir, exceptuant les Ultres. M'agrada competir amb mi mateix per acabar-les.

– **Segueixes algun sistema de recuperació després de les curses?**

– No. Em va molt bé posar les cames amb aigua freda i prendre una bona cervesa. Una forma de recuperar-se és tornar a caminar l'endemà.

– **Quines fites has aconseguit?**

– La Núria-Berga (105 km) va ser una de les primeres, el 2013. La Ehunmilak i la UTMB són les més recents.

– **En relació a les curses, quines estan més ben organitzades?**

– En general, les Ultra Trails estan ben organitzades i sobretot es nota molt quan els organitzadors les han fet.

– **En el preu de les inscripcions què hi sol entrar?**

– A Catalunya les inscripcions solen estar entre 60 i 80 euros. Les més grans estan entre 150 i 250 euros. A més de l'avitallament i la samarreta, inclouen un obsequi de "finisher" per haver acabat, i tota la infraestructura: bombers, ambulància...

– **Tens algun patrocinador?**

– No, no en tinc cap.

– **Guardes algun record significatiu de les curses?**

– Guardo els dorsals, les cintes del canell i les samarretes més significatives que em generen bons records per portar-les en una cursa especial.

– **T'has lesionat?**

– Encara que he caigut algunes vegades, no m'he fet mai mal.

– **Ens pots explicar alguna anècdota significativa?**

– Estava fent la Ehunmilak de 170 km, i quan anava pel km 100 portava dues hores per sota el tall dels controls. Quan vaig sortir del control per fer una de les muntanyes més altes d'aquesta Ultra, vaig mirar el temps fins al següent tall que estava al km 112 i em quedaven dues hores. Vam començar a pujar amb un sol de justícia i quan portava uns 5 km em

vaig col·lapsar mentalment, em vaig asseure en una roca i vaig dir als companys que allà em quedava, que era impossible arribar al tall. Tot i així, després de cinc minuts, vaig fer un reset i vaig tornar a caminar, pensant que allà no em podia quedar. La meua sorpresa va ser que el tall de temps no era al km 112 (aquí hi havia l'avitallament de menjar), sinó al 106 i jo estava a 100 metres. Finalment, vaig acabar l'Ultra l'endemà al migdia sense gaires contratemps més.

– **Ets soci d'alguna entitat esportiva d'Agramunt?**

– Sí, del Centre Excursionista.

– **Pots esmentar alguns atletes d'Agramunt?**

– En Carles Areny, Jordi Salat, Sílvia Puigarnau, Xavier Penella i noves promeses dels Escatxics.

– **T'agraden les maratons?**

– No n'he fet mai cap; hi ha molta gent.

– **T'estàs preparant per alguna en especial?**

– La de Menorca pel maig.

– **Com encares el futur? Quins reptes tens?**

– Aquest any vinent aniré a Menorca a fer el Camí de Cavalls, de 170 km. També vull participar en l'Ultra Pirineu, de 110 km i més difícil. Entremig tinc previst fer el Montsec.

Per a mi córrer és tota una passió que em motiva i em dona vida. Ara estic esperant el mes de febrer per tornar a competir. Ho trobo a faltar i també el fet de retrobar-me amb els amics.

Rosa Maria Sera



Xavier Penella Baró

Tinc un especial record d'una cursa de triatló que vaig fer al març de 2010. Vaig anar a Singapore per poder participar en el meu segon triatló de mitja distància. Era el dia del meu trentè aniversari.

El Xavier Penella a la cursa de BTT Madrid-Lisboa, amb Carles i Víctor Areny el 22 novembre de 2013.



El Xavier té 37 anys i es defineix com a triatleta aficionat de triatlons de resistència i llarga distància. És amant dels esports en general, però el seu camí esportiu comença a l'agost de 1995 sobre una bicicleta. El fet de poder compartir quilòmetres, carreteres i ports de muntanya amb una bona colla d'amics, és el que el va motivar a començar a pedalar.

– **Parla'ns del començament.**

– Juntament amb els components del Club Ciclista Agramunt ens iniciem en competicions d'aficionats i de caire provincial l'any 1996 amb les disciplines de bicicleta de carretera i de muntanya.

– **I a partir d'aquí?**

– Els anys 1999, 2000 i 2001, passo pels clubs "Terres de Lleida", "Aventura bike" i "Penya Ciclista de Cervera", clubs que en aquell temps tenien més nombre de gent de la meua edat competint i amb qui vaig fer noves

amistats. Van ser tres anys d'aprenentatge, quan descobreixo les curses ciclistes de llarga distància i en què em vaig trobat molt a gust.

– **Per què triatló?**

– L'any 2004 vaig patir una petita lesió a la ròtula de la cama dreta. Aquest fet em va fer estar un any parat fins que l'any 2006 vaig tornar amb més energia que mai i vaig entrar a la disciplina del triatló amb uns amics del Cervera-Triatló, els quals ja coneixia d'anys enrere. M'agrada realitzar aquest tipus de proves pel sol fet d'haver de compaginar tres disciplines diferents (natació, ciclisme i cursa a peu) en les quals has de saber gestionar sensacions i ritmes. Endinsar-te en l'aigua del mar o dels pantans i sentir la immensitat de l'aigua, el poder recórrer carreteres i altes muntanyes amb bicicleta, poder córrer llargues distàncies per indrets que no has vist mai, ja sigui acompanyat o sol, fa que un es conegui a si mateix. I això m'agrada.

– **Detalla algunes competicions realitzades.**

– Vull remarcar la participació a "La Mallorca 312" que hi vam anar juntament amb altres companys i amics del Club Ciclista Agramunt. Vam pedalar 312 km fent el perímetre de l'illa en unes 11 hores. També la "BTT Powerade" de ION4 Madrid-Lisboa de 778 km, en què juntament amb els germans Carles i Víctor Areny d'Agramunt vaig muntar un equip de relleus

per poder recórrer tota aquesta distància en 40 hores i 37 minuts. De les competicions realitzades en atletisme, remarco la participació en 15 mitges maratons i 4 maratons.

– **Explica, explica...**

– De les 17 competicions realitzades en natació a mar obert i pantans, esmento la participació a la "Radical Swim" 7,5 km nedant a mar obert a Calella de Palafrugell, la "Marnaton de Sitges" 10 km nedant entre Castelldefels i Sitges i la "Marnaton Sant Feliu" 13 km nedant entre Tossa de Mar i Sant Feliu de Guíxols, en les quals he estat entre 2 i 5 hores dins l'aigua sense parar de nedar. Pel que fa als més de 50 duatlons i triatlons realitzats, esmento la participació en 16 triatlons HALF IRONMAN de mitja distància en què he realitzat 1,9 km de natació, 90 km de ciclisme i 21.095 km de cursa a peu, i amb una durada d'entre 5 a 7 hores competint, segons la duresa de la cursa. De les 6 triatlons IRO-MAN de llarga distància en què he participat amb 3,8 km de natació, 180 km de ciclisme i 42.195 km de cursa a peu; en aquesta modalitat he estat competint entre 12 i 20 hores.

– **Amb tanta modalitat, alguna cursa amb un especial record?**

– Tinc un especial record d'una cursa de triatló que vaig fer al març de 2010. Vaig anar a Singapore per poder participar en el meu segon triatló de



Entrant a la meta en la triatló Half Ironman Singapore, el 12 de març del 2010.

A la dreta, durant la Marató Sant Sebastià, el 29 de novembre de 2011.



Fan falta moltes hores d'entrenament i molts quilòmetres per qualsevol de les disciplines que practico, però la manca de temps fa que acabi fent entrenaments en funció dels horaris i la disponibilitat. Tot i això, procuro fer dos dies de natació a la setmana i dos dies de cursa a peu, deixant-me el cap de setmana per fer bicicleta.

mitja distància. Era el dia del meu trentè aniversari.

– Algun contratemps?

– L'any 2011, després d'una revisió mèdica, em troben diabetis i hipertensió. Tot i que són dues malalties cròniques, no m'impedeixen continuar fent el que més m'agrada: gaudir de les competicions. Aquest fet de no tenir una salut de roure, m'anima a seguir lluitant i intentar superar-me tant com a persona com físicament.

– Quin entrenament portes a terme?

– Fan falta moltes hores d'entrenament i molts quilòmetres per qualsevol de les disciplines que practico, però la manca de temps fa que acabi fent entrenaments en funció dels horaris i la disponibilitat. Tot i això, procuro fer dos dies de natació a la setmana i dos dies de cursa a peu, deixant-me el cap de setmana per fer bicicleta. Intento realitzar entrenaments d'una hora entre setmana i unes tres hores els caps de setmana. Amb tot això intento estar preparat per poder fer llargues competicions, sent conscient que l'únic objectiu

és poder acabar i gaudir del que faig.

Els dies previs a una cursa miro de passar pel massatgista a fer descàrregues de la musculatura i després, en acabar la competició, hi torno, ja que és important començar el més relaxat possible.

– Alguna dieta especial?

– Miro de menjar de tot. La setmana anterior d'una cursa aposto per menjar aliments amb més aportació d'hidrats de carboni i proteïnes, però donat que sóc diabètic no faig molta càrrega en aquest sentit per evitar pujades de sucre. Els dies de competició porto un entrepà, barretes de cereals i algun gel per poder anar menjant durant la competició. També és important l'aigua i els preparats de sèrum o sals que s'ha de beure, donat que una bona hidratació és fonamental.

– I la vestimenta? I el calçat?

– Aquest tema és força important, ja que per realitzar triatlons utilitzo un tipus de vestimenta diferent que per córrer o fer bicicleta. Per poder realitzar triatlons de llarga i mitja distància necessito el neoprè i ulleres per a la na-

tació; una sola peça de roba "integral o mono" que és elàstic com les malles i que ens tapa cames i cos, més el casc i sabates per la bicicleta, i per córrer he de canviar les sabates de bicicleta per unes bambes. Cada persona és un món i acabes fent anar el material que trobes més adequat.

– Què representa econòmicament participar a aquestes curses?

– En les curses de llarga distància la despesa és considerable. Estem parlant que en triatlons de llarga distància "Ironman" els preus van de 250 a 550€ la inscripció i, a part, cal sumar el viatge, l'allotjament, el menjar... Les curses de per aquí a la zona, ja sigui de bicicleta o triatlons de mitja distància, poden representar uns 100 o 120€ la inscripció més el viatge.

– Algun repte a la vista?

– Sense pensar en res en concret, m'agradaria poder fer com a mínim un triatló Ironman cada any i anar compaginant alguna que altra cursa llarga amb bicicleta. Aquests tres darrers anys he assistit a un triatló Ironman al Pirineu francès a Font Romeu, l'Altriman, circuits molt durs però fantàstics. Possiblement hi torni al juliol.

El que sí que tinc en ment és el mític Ironman de Lanzarote. Es necessita, però, un molt bon entrenament així com de logística. També m'agradaria assistir a la marató de Roma o Florència. Tots aquests reptes s'aniran complint en funció de la feina i del temps disponible.

Anna Santacreu



Sílvia Puigarnau Coma

Tot i que practico molts esports, actualment estic competint en trail running, modalitat en què es corre llargues distàncies per la muntanya, en diferents terrenys més o menys tècnics i alts desnivells.

La Sílvia durant la cursa Glen Cole Skyline a Escòcia, el setembre d'aquest any.



La Sílvia és filla d'Agramunt i competeix en trail running. És una persona molt exigent i perseverant. Li agrada esforçar-se per aconseguir allò que li motiva i vol.

– **Quin esport practiques i quina és l'especialitat de les curses que fas?**

– Tot i que practico molts esports, actualment estic competint en trail running, modalitat en què es corre llargues distàncies per la muntanya, en diferents terrenys més o menys tècnics i alts desnivells. Dins d'aquestes competicions hi ha diferents modalitats. Fins al moment, he competit en distàncies mitges i en modalitat extreme, en la qual la tecnicitat del terreny i els desnivells són superiors; vaja, tal com diu el nom: “extrems”.

– **Ens pots explicar el motiu perquè t'agrada fer aquest esport?**

– M'agrada perquè estàs a la natura i sento com si estigués vivint una aventura: vas entre boscos, tarteres; grimpes, saltes, corres a altes velocitats, camines esbufegant, t'esprems pujant, baixant i planejant... mai res no és igual. Et fa sentir viu. Per mi tot es transforma en emocionant i, a la vegada, és una lluita amb un mateix, ja que corres durant hores i hores.

– **Quant de temps fa que practiques aquest esport?**

– Amb la família ja feia activitats de muntanya i llavors em vaig federar al Centre Excursionista Guissonenc, pel qual tinc la llicència de muntanya. Deu fer uns quatre anys que vaig anar a una competició per equips. En aquell moment jugava a handbol i acostumava a córrer sovint. Em va agradar tant la competició, l'ambient, el patir, tot... que el següent any vaig deixar l'handbol i de forma més amateur vaig començar a competir en curses de muntanya.

– **Quin és el teu sistema d'entrenament?**

– Jo tinc un entrenador, Rafa Flores Andreu, que em planifica tots els entrenaments. Ell m'ordena les càrregues i el cap. Què vull dir amb això? Sóc tan exigent i m'agrada tant que a vegades és difícil de gestionar els descansos, o compaginar-ho amb la vida professional. Tot i que

jo sóc del ram (llicenciada en activitat física i esport), si m'entrenés a mi mateixa m'autodestruiria.

– **Ho fas sola o amb equip?**

– Entreno de totes maneres: sola, amb companyia, amb l'ajuda d'amics, família... Hi ha entrenaments que m'agrada anar sola i sentir la immensitat d'allà on sóc. M'encanta voltar pel Pirineu a l'aventura sense ningú i sentir que estàs amb tu mateix. Tot i que cal vigilar i aviso on estic per si alguna cosa em passés. Però quan em toquen sèries, canvis de ritme o altres entrenaments més exigents a nivell d'intensitat, intento anar acompanyada. Tinc un bon grupet d'amics a Lleida que m'ajuden amb els entrenaments i ells també milloren amb mi, o... algun dia desperto el pare quan sóc a Agramunt i li dic... em pots acompanyar i marcar-me el ritme? Pobre home, el faig alçar abans de les 7 del matí, li apunto les sèries amb els ritmes que he de portar i li dono el GPS perquè em vagi controlant. Realment així és molt més fàcil entrenar!

– **Quin vestuari i calçat portes?**

– Durant aquest any no sempre he anat igual, però sí que sempre he corregut amb faldilla. Ara hi ha moltes noies que corren amb faldilla però quan em vaig posar la primera (una faldilla de color verd que m'encanta), no se'n veien gaires i es va convertir en el meu tret distintiu. Quan



Disputant la Half de Montsant, any 2016.

Trobo molt més complicades aquelles curses que requereixen un alt ritme competitiu i de cursa, que aquelles que hi ha passos molt tècnics i de moltes hores. En el segon cas, juga el factor de les hores, els quilòmetres i la fatiga muscular, però en les primeres quasi no temps ni de beure! Jo ni paro als avituallaments perquè tinc les contrincants a prop i no puc perdre ni un segon!

he competit a la Copa del Món, he vestit amb la roba del club que m'ha acollit i patrocinat: A. E. Matxacuca. En la copa Espanya o altres proves, he combinat diferents samarretes i faldilles en funció de la climatologia.

El tema de sabates és tot un món i cada terreny i distància té una sabata. Tot i això, totes les que utilitzo tenen unes característiques similars: lleugeres, de drop 4 mm (relativament planes) i amb molt tacte, ja que m'agrada notar el terreny. No tothom es troba còmode corrent amb aquest calçat, però jo em sento més segura. Per entrenar, intento portar altres sabates més amortides o les velles de competició amb plantilla per no castigar tant els peus i les articulacions. En canvi, en competició busco aquella que em donarà més rendiment en funció del terreny i la distància, i ara, de l'estat del meu peu, perquè em vaig fracturar un metatarsià durant la temporada i encara tinc cert dolor arreu del peu.

– Segueixes alguna dieta tot l'any o només per preparar les curses?

– Sí, tinc nutricionista (Jonathan Sánchez) que em quantifica tot el que he de menjar en funció dels entrenaments i també durant les competicions. No és gens fàcil ser tan rígid, però quan estic en període competitiu acostumo a ser molt exigent i no me'n salto ni una! A casa ja estan acostumats a veure'm el dia de Nadal amb el tupper d'arròs i verdura.

– Estàs federada?

– Sí, a més, encara que no competís, és important que quan realitzes activitats per la muntanya estiguis coberta per la federació. Estic federada per la FEEC i la FEDME, la Federació Catalana d'Entitats Excursionistes de Catalunya i la Federación Española de Montaña y Escalada. Això em permet tenir cobertura en les meves activitats a la muntanya i a la vegada poder competir en àmbit nacional i internacional. Segurament, per a la següent temporada, també em federaré per la RFEA (Real Federación Española de Atletismo) ja que estan, també, posant-se forts amb el tema del Trail Running.

– Pel que fa a les curses que realitzes, quantes n'has fet?

– Uff... moltíssimes! Quan vaig començar, més que ara i tot. Feia curses més curtes i era com una escapada amb els amics. No teníem cap mena d'ordre en triar; simplement anàvem allà on crèiem que ens podríem divertir. Els dos primers anys diria que unes 25-30 curses any. Després, quan ja vaig entrenar i a plantejar-me reptes de ren-

diment amb un entrenador, ja vàrem triar d'una altra manera, ordenant bé càrregues, competicions i descansos. Tot i això, n'hi ha tantes i moltes són tan "xules" que costa tenir el cap fred. També cal tenir en compte que actualment les curses amb les que millor em sento són una mica més llargues i això requereix més temps de recuperació.

– Ens pots explicar la dificultat de les curses?

– Cada cursa és un món, és molt diferent córrer una cursa d'asfalt de 10.000 metres o una de 400 en una pista. Fins i tot la mateixa cursa, d'un dia a un altre, pot ser diferent, degut al clima, el terreny (per exemple: si ha plogut i hi ha molt fang serà diferent de si està totalment sec), els contrincants, etc. Hi ha diferents aspectes que, per a mi, donen dificultat a una cursa: la distància, la tècnica del terreny i, sobretot, el ritme. Trobo molt més complicades aquelles curses que requereixen un alt ritme competitiu i de cursa, que aquelles que hi ha passos molt tècnics i de moltes hores. En el segon cas, juga el factor de les hores, els quilòmetres i la fatiga muscular, però en les primeres quasi no tens temps ni de beure! Jo ni paro als avituallaments perquè tinc les contrincants a prop i no puc perdre ni un segon!

– Quina ha estat la cursa més difícil i la més fàcil o agradable, si es pot dir així?

– Penso que moltes vegades tot això és subjectiu. Depèn de l'estat en què et trobes, el nivell de la resta de competidors, el temps que et trobaràs... Quan plou, plou per ▶

◀ ***Pel que fa la cursa més difícil, podria dir que va ser la de Glen Cole Skyline que vaig córrer a Escòcia el passat setembre. Crec que va ser la més complicada per tot el que va suposar el viatge en sí, també. Era una cursa de la modalitat extrema de les Skyrunning world Series.***

Fent la Livigno Skyrace, aquest 2017, puntuable per a la Copa del Món.



tothom, quan neva, neva per tothom, i si no és quelcom extrem, la competició es fa igual perquè la muntanya és així i tot juga el seu paper.

Pel que fa la cursa més difícil, podria dir que va ser la de Glen Cole Skyline que vaig córrer a Escòcia el passat setembre. Crec que va ser la més complicada per tot el que va suposar el viatge en sí, també. Era una cursa de la modalitat extrema de les Skyrunning world Series. Per a poder-hi accedir, s'havia d'acreditar nivell d'alpinisme i resultats esportius, amb això ja es veia que no seria fàcil. A tot això cal afegir-hi altres característiques, com que serien 55 km i 4.800 metres de desnivell positiu, on en molts llocs s'havia de mig escalar i desescalar, córrer per fang, camps a través, rius... amb tan sols un avituallament en el quilòmetre 30. A més, no es podia anar amb música per la dificultat tècnica ja que alguns estudis corroboren que

portar música baixa la capacitat de concentració i pots no sentir les persones que t'avisen d'algun problema en el terreny. Confesso que la música és la meua aliada quan em poso nerviosa...

La cursa va ser espectacular, però em va suposar un creixement personal enorme. Anàvem en equip però era l'única que competia en diumenge i no podia agafar el mateix vol que la resta, així que em quedava sola al país, conduint al revés i en un dia de pluja.... mentre estava grim pant per l'skyline que és espectacular, només pensava, cap peu en fals... has de tornar tu sola, conduir al revés tu sola i dilluns intentar anar a treballar a la tarda... Potser no em va deixar gaudir tant... mai no havia passat gana ni set en una competició i vaig passar gana i set; mai havia patit quan queia o em mullava, i vaig patir perquè no tenia ningú a l'arribada (sí gent coneguda, és clar, que en el món ens coneixem tots), mai havia vist un terreny com a perillós, jo sempre miro amunt i no penso en si cauré... i quan portava ja 6 o 7 hores... només pensava... si caiem aquí, no ens troben... Tot va anar genial i la repetiria, només per intentar gaudir-la molt més!

– **Quina és la cursa més emblemàtica o significativa per a tu?**

– N'hi ha moltes, la veritat. Moltes curses, com l'anterior, han marcat un abans i un després en el meu caràcter. Podria dir Ultratracks a Zermatt, on el primer any que vaig anar-hi amb els amics de vacances, em va canviar la

percepció de com volia viure aquestes competicions, o la Santa Cruz Extreme a Tenerife, on vaig guanyar la primera competició a nivell Estatal i vaig gaudir en tot moment com una nena petita, tot i patir com mai... Aquelles curses en què ja surts plovent i amb molt fred i no saps com ho gestionaràs, o aquelles curses que repetiria any i any com la Cursa de Muntanya de Tivissa, terreny tècnic, espectacular, desconegut i aquí al costat de casa (relativament). O El Taga del 2016, en què vaig acabar la cursa després de caure i fer-me un tall al genoll que em cosiria amb 10 punts... M'emociono quan penso en els petits detalls que les curses m'han ofert: caràcter més fort, amistats, riures, motivació, dolor, frustració... moltes coses.

– **Disposes de patrocinadors per a finançar les despeses?**

– Aquest any he corregut la Copa del Món amb A. E. Matxacuca, un club de Santa Cristina d'Aro que m'ha permès viatjar arreu del món per fer les competicions. Hi estic molt agraïda i molt a gust envoltada de grans esportistes i persones. Després tinc alguna marca que m'ajuda com Arch Max, una marca catalana de motxilles, cinturons i mitjons de Trail Running, o de la revista trailrunningReview, on estic com a provadora i també em faciliten material per a competir; o la botiga Querol de Balaguer, on el Dani em facilita calçat i m'aconseylla en tot el que em fa falta. També el meu nutricionista, Jonathan Sánchez i el meu entrenador, m'ajuden en tot el que poden.



La Sílvia creuant la meta a la cursa Caravaca Trail Experience a Múrcia, puntuable per la Copa d'Espanya.

Per a la següent temporada em plantejo córrer el Overall de les Skyrunning World series en la qual s'ha de participar en diferents competicions de la modalitat Sky (alpina i més curta, de mitja a marató), Extreme (de 50 km aprox. i 4.500+m amb terreny molt tècnic) i Ultra (de llarga distància) per a fer un còmput general.

Tot i això, la resta de competicions me les costeo jo, i dedico la meua feina i estalvis a això. Tan de bo tingués alguna ajuda més, però és complicat i hi ha molt nivell. A mi encara em falta molt per aconseguir millors patrocinis.

– Un cop realitzada la cursa, quines coses fas per recuperar-te?

– Doncs, no gran cosa... Jo ja penso en la següent i em recupero per art de màgia! No, és broma; em recupero amb algun suplement que em dona el nutricionista, exercicis més suaus de recuperació i, sobretot, descans i intentar dormir una mica més, que és el que més em costa.

– Quines lesions importants has patit?

– Doncs sempre ens surten cosetes quan posem el cos tan al límit. La més important ha estat la fractura del segon meta que he patit aquest estiu, però prèvia a aquesta vaig tenir una fascitis plantar al

mateix peu. He dedicat part dels meus ingressos a recuperar el peu per poder seguir les competicions i al final he d'estar molt contenta amb els resultats després d'haver trampejat la temporada com he pogut.

– A les curses pagues una inscripció? Si és així què hi entra?

– Per participar es paga una inscripció que en ocasions és força elevada. Normalment tens servei de dutxa, els avituallaments, possiblement menjar a l'arribada, servei de fisioteràpia... i potser algun extra més. Cal tenir en compte, però, que a vegades he competit a curses en què arribar al punt d'avituallament no és fàcil i potser han hagut d'utilitzar un helicòpter per accedir-hi; així que és normal que les inscripcions siguin cares.

– Quines són les teves fites aconseguides?

– Doncs primer de tot gaudir, veure molt país i estranger, conèixer moltíssima gent i treure'n molt bones amistats arreu. Però, a nivell més competitiu, aquest any he estat Campiona d'Espanya per comunitats amb la Selecció Catalana, Subcampiona d'Espanya de la Copa, Top10 en la Copa del Món de la modalitat Extreme i Subcampiona de Catalunya en curses més curtes.

– Quin és el teu repte de futur?

– La meua il·lusió és poder seguir i entrenar millor, a la vegada que descansar més. Per a la següent temporada em plantejo córrer la Overall de les Skyrunning World series en la qual s'ha de partici-

par en diferents competicions de la modalitat Sky (alpina i més curta, de mitja a marató), Extreme (de 50 km aprox. i 4.500+m amb terreny molt tècnic) i Ultra (de llarga distància) per a fer un còmput general. També, repetir la Copa Espanya i estar des de bon principi en un major nivell competitiu, ja que aquest any vaig començar una mica malament per la lesió; i també triar alguna altra competició que no estigui en cap lliga per a gaudir del que faig.

– Pertanyes o ets sòcia d'alguna entitat esportiva de la vila?

– Doncs sí, dels Escatxics. Tot i que actualment per feina i entrenament no estic molt pel poble. Sempre m'he sentit molt vinculada a l'esport agramuntí i a altres entitats, com l'Escola de Música.

El meu pare, Josep Maria Puigarnau, i l'Antoni Farré, organitzaren l'atletisme a la vila i, per tant, el precedent del club Escatxics, que ara és tan gran. Érem petits quan, amb amics i companys meus, anàvem arreu de Catalunya a competir pels crossos. Actualment, s'ha fet molt gran amb l'empenta i professionalitat de Xavi Súria, Mireia Bàrrios, Laureà Giménez, el Felip, la Marta, i molts altres que m'agradaria esmentar i que estan fent una gran labor per l'esport agramuntí.

Com he dit abans, em federaré a nivell d'atletisme per poder competir en el Trail Running d'aquesta federació a través dels Escatxics.

– Ens podries dir alguna descripció d'algunes curses que tinguin alguna cosa en especial (el nom, el camí, per què li diuen així) curiositats?

◀ ***Crec que totes les experiències que estic vivint m'han format com a persona; en ocasions m'han donat maduresa, saviesa, m'han posat al meu lloc...***

– N'hi ha moltes però les més especials són aquelles més populars en les quals els pobles es bolquen per a que sigui una gran jornada. Per exemple, les terres de l'Ebre tenen un gran nombre de curses emblemàtiques, ja sigui pel nom, pel terreny, o per l'ambient que creen. Hi ha la Cursa del Pastisset en què el premi són pastissos de Benifallet, o la Rosa del Nord entre Aravell i Sant Julià de Lòria, la qual es fa per parelles i de nit, tot escenificant el contraban que hi havia per la zona...

– **Coneixes atletes agramuntins, que segueixin el teu camí o d'altres?**

– Sí! No som molts, però estem una mica grillats, pel que

ens ajuntem força. Els meus inicis foren amb el Jordi Salat, anar a una competició, una marxa o cursa era una festa. Vàrem fer un grupet de gent “boja” com nosaltres i ens ho passàvem d'allò més bé! També el Carlos Areny que sempre té grans reptes al cap que són d'admirar... i moltes altres persones que ara comencen com el Pol Morell... i penso que com més ho provi la gent, més els agradarà, si més no, a nivell amateur.

– **Vols afegir alguna cosa més?**

– Crec que totes les experiències que estic vivint m'han format com a persona; en ocasions m'han donat maduresa, saviesa, m'han posat al meu lloc... Per la qual cosa

intento estar orgullosa del que faig i aconsegueixo, pensant que he de treballar molt per poder permetre'm aquest hobby. També, vull dir que sense el suport de la família seria impossible; m'emociona veure'ls a l'arribada i que m'abracin, que em puguin fer els avituallaments com a Tenerife, que es van passejar per l'illa perseguint-me per donar-me els gels i les sals que els demanava, que em calmin a la sortida quan no m'aguanto de nervis i no puc dir ni mu... o quan em renyen quan no estic contenta amb el resultat. I, efectivament, tot el que hi han deixat: diners, esforç, fred i moltes matineses per acompanyar-me.

Margaret Palou



Jordi Salat Fernández

En aquest moment les que més m'agraden són les curses de muntanya. I la principal “responsable” que sigui així n'és la Sílvia Puigarnau que m'hi va engrescar.

El Jordi, tot i no ser fill d'Agramunt, hi té ascendència materna, hi viu des de fa molts anys i s'hi sent completament arrelat. Va començar a córrer regularment ara fa tretze anys, ja que anteriorment ben poca cosa havia fet. El motiu van ser una sèrie de problemes personals i li va semblar que córrer, en certa manera, li podria servir de teràpia, i així va ser. De seguida es va trobar bé amb si mateix i cada vegada ho ha anat intensificant. Actualment, amb 55 anys, ho continua fent com una mena de repte personal per valorar fins quan s'hi podrà dedicar.

– **Per què córrer i no una altra modalitat esportiva?**

– Bàsicament per la cultura de l'esforç, per valorar-lo a nivell personal.

– **Quines curses fas?**

– N'he fet de tota mena i segur que ho continuaré fent així. Ara bé, en aquest moment les que més m'agraden són les curses de muntanya. I la principal “responsable” que sigui així n'és la Sílvia Puigarnau que m'hi va engrescar.

– **En aquests anys saps quantes n'has fet?**

– I tant. De memòria no, però ho tinc tot anotat en un

full d'Excel amb les classificacions incloses. Mira, veus, la primera va ser la de Castiello de Jaca el setembre del 2004. Fins ara, han estat 30 ultres de muntanya, 104 curses de muntanya (entre 15 i 30 km), 19 amb bicicleta BTT (més de 60 km), 10 verticals, 24 maratons d'asfalt i de muntanya, 35 d'asfalt de 10 km, una eternal running, 40 mitges maratons i 3 d'egoisme positiu. També he fet nombroses vegades la Cursa dels Castells de la Segarra i d'altres de recorregut més curt.

Guardo aquestes dades com a record i també per



El Medio Maratón Castiello de Jaca, és la primera cursa que va realitzar el Jordi junt amb el seu nebot Samuel. Setembre de 2004.

La pitjor dificultat que m'he trobat fins ara ha estat en una de les edicions de l'Emmona. Em vaig perdre perquè no estava ben senyalitzada i no la vaig poder acabar. No em vaig matar de miracle. Caminava sense saber cap on anava, i en lloc d'aparèixer en territori català vaig fer cap a França.

comprovar el temps que faig en cas de repetir-ne alguna. Ens anem fent grans i m'agrada saber el rendiment que vaig tenint en cada moment.

– Déu n'hi do! I aquestes de l'egoisme positiu de què es tracta?

– És una modalitat de cursa per relleus en què s'ha d'empènyer una cadira de rodes amb gent que té alguna discapacitat. Les vaig fer a Montmeló, al Prat de Llobregat i a Lleida, on n'havia de repetir una altra però es va suspendre per coincidir amb el referèndum de l'1-O.

– Així ara et dediques més a la muntanya?

– Sí, vaig fent una mica de tot, però la muntanya em tira més. Per exemple, de marató d'asfalt ara només faig la de València pel fet de tenir-hi una germana i, en acabar, ens trobem i fem un dinar familiar.

– Quines dificultats destacades en les curses de muntanya?

– La principal és el desnivell. Normalment són curses

circulars que comencen i acaben al mateix indret i tot el que pugues després ho has de baixar. Per tant s'ajunten els dos desnivells i fan el que se'n diu el desnivell acumulat o desnivell positiu. Val a dir, també, que t'hi trobes de tot: pedres, fang, pujades de fins a 3.000 metres, filats espinosos que hi ha a les tanques per al bestiar... on, per cert, m'hi he enrampat i hi he pres mal algun cop.

A part d'aquestes dificultats del propi recorregut, tinc problemes estomacals i he arribat fins i tot a vomitar; també de deshidratació i mentals en el sentit de pensar que no hi tornaràs mai més. Quan acabes penses: “quin descans”.

– Què t'ajuda a tirar endavant?

– Bé, diverses coses. M'ajuda recordar alguna amiga que em diu que he de pensar en positiu; dels companys amb qui dino cada dia, perquè després en parlem durant la setmana i els puc dir que l'he acabat, i també del meu germà Carlos en pau descansi. La veritat és que em va bé per estar fort mentalment.

– De les curses que fas ens en pots descriure alguna en especial?

– Totes tenen la seva dificultat i el seu encant. Per exemple l'Emmona de Sant Joan de les Abadesses, de 108 quilòmetres i 8.300 de desnivell positiu, que és la més llarga que he fet fins ara. L'Ultra Pirineus, al Berguedà, amb una distància similar a l'anterior, i que és emblemàtica perquè hi corren tots els cracs com Kilian Jornet. Una altra que em va agradar molt és l'Ultra Terres

de Lleida a Sant Llorenç de Montgai. De la Reus-Prades-Reus també en guardo un bon record perquè l'he fet dues vegades amb la Sílvia Puigarnau. La Trail de Molières a Vielha, amb un desnivell de 4.000 metres positius en tan sols 40 km de recorregut; és tan dura que no pots córrer, sempre has de caminar fins i tot a la baixada. Una altra de curiosa és la “Cuita al sol”, que s'anomena així perquè has d'evitar que t'atrapi l'ombra; no obstant si és en dia ennuvolat compta el temps que fas. I també l'emblemàtica “Matagalls-Montserrat” que es creà en memòria de mossèn Jaume Oliveras, un dels pioners del muntanyisme a Catalunya i que realitzà aquesta travessa per primera vegada el 4 d'agost del 1904.

– Quan temps passes en fer aquestes curses?

– Depèn de la distància i de la dificultat del recorregut, és clar. Per citar-ne algunes, la Trail de Molières la vaig fer amb 13 hores, l'Ultra Terres de Lleida amb 20 hores, l'Ultra Pirineus amb 26 hores, i l'Emmona amb 31 hores. Són curses llargues i hi ha vegades que al final tens algun defalliment. Per exemple a la de Terres de Lleida per fer els darrers 22 quilòmetres –que són una mitja marató i que normalment fas en una hora i tres quarts–, m'hi vaig estar sis hores.

– Quina és la cursa més difícil o complicada que hagis fet i la més agradable?

– De difícils ho són totes i d'agradables cap, perquè en totes pateixes un munt. No obstant, amb la pitjor dificultat que m'he trobat fins ara ▶

◀ **Quan vaig començar mai no m'hagués pogut imaginar, ni en somnis, arribar a fer el que he fet. Després de la primera mitja marató (21 km) ho vaig comunicar a tothom per whatsapp, perquè em semblava que havia fet una proesa.**

Baixant del cim del Montblanc (4.810 m) amb el seu fill Albert. Juliol del 2016.



ha estat en una de les edicions de l'Emmona. Em vaig perdre perquè no estava ben senyalitzada i no la vaig poder acabar. No em vaig matar de miracle. Caminava sense saber cap on anava, i en lloc d'aparèixer en territori català vaig fer cap a França. La veritat és que vaig patir molt. I de la que guardo un bon record és la Trail de Molières perquè després de córrer 13 hores, en acabar vaig trobar un bon amic amb qui vaig poder parlar una bona estona i comentar-li com havia anat. És una cursa que m'agradaria molt repetir.

Ja dic que d'agradable no n'hi ha cap, almenys de les de muntanya. Potser les de distàncies més curtes sobre asfalt les trobo més assequibles, atès que no tinc el problema que em trobo amb les

altres. D'aquestes la que més m'ha agradat és la marató de Barcelona que, malgrat la seva massificació, està molt ben organitzada.

– **S'ha d'anar ben equipat pel que fa al vestuari i al calçat?**

– En general la gent va molt ben equipada. Jo em sembla que no en vaig tant perquè no sé anar a comprar. De samarretes no en compro cap, em poso les que em regalen a les curses. I el calçat l'apuro massa, ja que el faig durar entre 1.000 i 1.400 quilòmetres quan me l'hauria de canviar amb la meitat de recorregut. Reconec que en aquest aspecte sóc un desastre. Faig coses que diuen que no s'han de fer mai, com per exemple estrenar calçat en una cursa. Una vegada ho vaig fer i vaig perdre un parell d'ungles. Ara bé, encara en trobo de pitjors. M'he trobat gent que corre descalça a l'asfalt i, en una de muntanya, amb un calçat molt simple d'una sola molt prima. No sé com ho poden fer.

En les curses llargues s'ha de portar un bon frontal que faci bona llum i que aguantí tota la cursa. N'havia tingut un de molt senzill i una vegada se'm van acabar les piles, fins i tot les de recanvi. Sort que un altre corredor me'n va deixar. No obstant amb això vaig perdre ben bé una hora. Una altra cosa que s'han d'evitar són les fregades de la roba amb la pell. Jo em poso vaselina als engonals i n'hi ha que ho fan als mugrons perquè sinó sagnen.

De fet la normativa cada vegada és més estricta i a les ultres és obligatori portar impermeable, paravent amb

caputxa, manta tèrmica, cantimplora d'aigua i, evidentment, una motxilla.

– **Com va la recuperació després de les curses?**

– Tinc la gran sort que em recupero molt bé. L'endemà d'una de llarga em costa caminar, sobretot pujar i baixar escales. Però, en canvi, després d'una marató no tinc cap molèstia. Suposo que és un do natural, perquè n'he fet que les acabo fins i tot sense suar. Fins ara no he patit mai cap lesió. Bé, sí, fa uns anys em vaig herniar i em van haver d'operar. Vaig patir més que res perquè vaig haver d'estar un mes parat sense córrer.

– **Quins sistemes d'entrenaments fas?**

– Va a temporades. Abans de fer la primera marató vaig comprar un pla d'entrenament per internet. Vaig anar complint tot el que hi indicava perquè, en ser la primera, tenia por de no estar preparat. Però després d'aquesta ja m'ho he anat planificant jo mateix, tant la part física com les dietes. Tres o quatre dies abans d'una cursa procuro "buidar-me" a base de verdura i amanides i després prenc pasta per omplir d'energia. També vaig a fer-me sessions de fisioteràpia per evitar contractures. Durant l'any intento cuidar-me una mica i veig que per allà al setembre-octubre és l'època en què em trobo millor, que és quan es fan les curses més emblemàtiques.

– **Quin preu té la inscripció a les curses i què hi entra?**

– Així mig en conya sempre dic que la inscripció va a euro el quilòmetre. Les de



Participant al Trail d'Arbeca. Octubre del 2013.

A la dreta, última cursa realitzada a Sant Martí de Maldà aquest mes de desembre.



El meu gran repte és continuar corrent tant de temps com pugui perquè m'agrada molt, i ho faig tant com puc. Ara mateix, és estrany que durant l'any estigui algun cap de setmana sense fer cap cursa.

110 km, per exemple, valen 120 euros, i així totes per l'estil. Normalment va lligat amb l'obsequi que et donen i sobretot amb els avituallaments.

– Què hi pots trobar als avituallaments?

– Una mica de tot. Hi ha curses que ho tenen molt ben muntat i d'altres no tant, normalment relacionat amb el preu d'inscripció tal com he dit. Per exemple a la Trail de Molières a 3.000 metres d'altitud et trobes un avituallament molt bo, i s'agraeix moltíssim perquè realment hi arribes ofegat. En general hi ha fruits secs, gominoles, sandvitxos, gels ensucrats –que van molt bé quan després beus aigua–, brioixeria (croissants, xuixos, etc.), i per beure a mi em va molt bé la Coca-Cola perquè té sucre, gas, cafeïna i et fa rotar que és important.

– Pertanys a algun club?

– No, vaig per lliure. Tot i que estic federat a la Federació Catalana de Curses de Muntanya, la qual cosa em permet tenir una assegurança en diferents refugis arreu del món i puc pujar pics fins a 7.000 metres. Val a dir que vaig estar adherit a Stargardt Go fent la lliga de la Noguera. És una competició d'onze curses i la guanya qui més punts fa, que vénen donats pel temps i per la participació dins de cada categoria.

– Has aconseguit les fites que t'havies proposat?

– Quan vaig començar mai no m'hagués pogut imaginar, ni en somnis, arribar a fer el que he fet. Després de la primera mitja maratón (21 km) ho vaig comunicar a tothom per whatsapp, perquè em semblava que havia fet una proesa. I mira, de mica en mica he anat assolint reptes que, ja dic, mai del món m'hauria imaginat.

– Hi ha alguna cursa en especial que t'agradaria fer?

– Bé, hi ha l'Ultra Trial del Montblanc que reconec que és un gran repte. Es tracta d'una cursa molt dura de 170 quilòmetres i m'hauria de preparar molt bé. I no sé si m'hi adaptaria atenent els meus problemes estomacals que he comentat anteriorment.

No obstant, el meu gran repte és continuar corrent tant de temps com pugui perquè m'agrada molt, i ho faig

tant com puc. Ara mateix, és estrany que durant l'any estigui algun cap de setmana sense fer cap cursa.

– Quina evolució has vist en aquest esport durant els tretze anys que t'hi dediques?

– Que la gent es torna molt competitiva. Només volen anar a millorar el temps i no es parla com abans. I jo, que sóc xerraire de mena, ho trobo a faltar. M'agrada molt comunicar-me amb la gent que tinc al costat tot corrent, i ara no es pot fer tant com es feia anys enrere.

– Quins projectes o reptes de futur tens?

– L'estiu del 2006 vaig tenir una magnífica experiència fent el Montblanc. Ara m'agradaria anar a l'Aconcagua i al Kilimanjaro. De fet a l'Aconcagua tinc pensat anar-hi a finals de l'any vinent. Encara falta, però s'ha de preparar amb molt de temps perquè s'hi ha d'anar ben equipat i planificat. Una excursió com aquesta comporta un pressupost que ronda els 4.000 euros. Hi ha material que el pots llogar mentre que altre te l'has de comprar, com per exemple les botes que valen uns 500 euros. I pel que fa al Kilimanjaro m'hi empeny el meu fill Albert. Ell també corre i fa escalada i és un repte que m'agradaria poder-lo fer conjuntament.

Josep Rovira

Fins aquí les impressions d'aquesta representació de runners agramuntins que de manera contínua dediquen part de la seva vida a l'esport de córrer, cada qual dins la seva modalitat. De ben segur a la nostra vila en podem trobar d'altres que també haguessin pogut formar part d'aquest reportatge. A tots els volem mostrar el nostre reconeixement i admiració per l'esperit de sacrifici i de superació que comporta practicar aquest esport.

Borja Vega Alfonso Col. 7440
Cristina Ribó Santesmases Col. 1087

- 🐾 Medicina preventiva
- 🐾 Laboratori propi
- 🐾 Diagnòstic per la imatge
- 🐾 Cirurgia
- 🐾 Hospitalització
- 🐾 Perruqueria canina i felina

Dilluns a Divendres:
9.30 a 13.30 h. i 16.30 a 20.30 h.

Dissabte: 10 a 14 h.

clavicavet2punt0@gmail.com • facebook.com/clinicavet2.0
www.vet2punt0.com



vet2.0
CLÍNICA VETERINÀRIA

973 590 279 **24 h** 633 514 265

Plaça Pau Casals 3 Balaguer 25600 (Lleida)

EXCAVACIONS TRANSPORTS



Avgda. M. Jolonch, 46

Tels. 973 39 07 35 - 973 39 21 04

AGRAMUNT

el Porquero

el Porquero

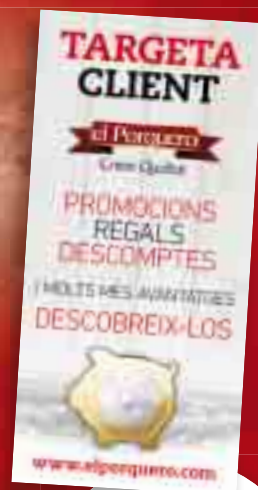
Criem Qualitat

La teva Botiga a Agramunt
Ctra. Cervera km. 19 · T. 973 390 801

Centres Producció / Distribució

AGRAMUNT (Lleida) 25310 · Ctra. de Cervera, km. 19 · T. 973 391016
EL BARCO DE ÁVILA (Ávila) 05600 · Ctra. N-110, km. 334 · T. 920 341 065
JABUGO (Huelva) 21290 · C. Empalme, 6 · T. 920 341065

www.elporquero.com



**Descobriu
els avantatges
de la nostra
targeta client!**

El noi de la mare

Ara que els carrers i les botigues estan engalanades amb tot de llumets de colors, a ell l'envaeix un sentiment antagònic a la resta de la gent. Se suposa que Nadal és temps d'alegria, tothom es desitja felicitat i compra regals pels seus, però ell no té a ningú.

—“Va, Mateu; amunt!” —es diu a ell mateix intentant autoencomanar-se l'esma que li manca per incorporar-se de la butaca. Havia promès al metge que ja no faria migdiada, així potser no es passaria les nits en vetlla amb tot d'idees lúgubres donant-li tombs pel cap.

—“Que no té res, Mateu, ja m'agradaria estar com vostè a la seva edat!” —li deia aquell barbamec. Ara ja no anava al CAP tan sovint. Abans, quan el metge de sempre encara era viu, cada dos per tres hi treia el cap. Només poder explicar els símptomes de malalties imaginàries mentre algú l'escoltava amb complicitat, el confortava. Però aquest semblava ben bé que se'l volgués treure del damunt. Quan el veia entrar, ni dissimulava una ganyota de cansament. Gairebé ni se l'escoltava i mentre l'empenyia, amable, però fermament cap a la sortida, li deia:

—Que ja li he dit moltes vegades: el que ha de fer és sortir de casa, parlar amb gent. Vagi a la residència, que fan moltes activitats divertides! Que vostè està com un toro!

Sí, home! Només li faltaria això; escoltar les malalties dels altres!

Posa les mans als braços de la butaca com per agafar impuls per aixecar-se... però dubta. Ell no havia estat mai gaire donat a anar al bar, ni li agradava jugar a cartes, i quan es jubilà, es trobà de cop i volta amb una muntanya de temps que no sabia com omplir. L'única esto-

neta passadora de la setmana era el partit del Barça, però tret d'això, els dies passaven lenta, avorrida i pesadament, i a més

avui no li ve de gust donar el preceptiu tomet pel poble. Ara que els carrers i les botigues estan engalanades amb tot de llumets de colors, a ell l'envaeix un sentiment antagònic a la resta de la gent. Se suposa que Nadal és temps d'alegria, tothom es desitja felicitat i compra regals pels seus, però ell no té a ningú. No s'havia casat ni tingut fills, son germà es morí feia un parell d'anys, i els nebots, els últims lligams familiars que li quedaven, no sabia ni on vivien. Veure la gent amb aquella rialla de felicitat traginant paquets amunt i avall, encara li feien més manifesta i sagnant la seva solitud.

—“Vaaa, aixeca't, coi!” —però els músculs no l'obeeixen, se li destensen i es torna a deixar anar a la butaca a poc a poc.

Descartat el metge, el director del banc era l'únic que se l'escoltava amb l'interès just que corresponia a la picossada que en Mateu hi tenia dipositada. Gairebé no gastava res, i el capital anava augmentant. L'última despesa important la va fer quan comprà un terreny per a fer-se una casa. Això va ser feia uns set anys, quan els veïns de dalt de tota la vida se'n van fer una i van marxar. Fou llavors que va començar el malson; aquell pis s'omplí d'una família de nouvinguts arribats amb pastera de ves a saber on. Aquella gent no tenia cap educació, cridaven i corrien per les escales i no entenia ni un borrall del que deien. Fins i tot va avisar els “urbanos” perquè els fessin fora: —“Que consti que no sóc racista, eh? Tot i això trobo que hi ha massa immigrants al poble, no pots fer quatre passes sense ensopegar-hi; i ara fins i tot se't fiquen a casa!” —els digué; però no li van fer cas. Fou llavors que decidí fer-se la casa. Però a poc a poc, els “negrets de dalt”, com els anomenava despectivament, ja no molestaven tant. Tenien cura de no trobar-se'l per les escales, pujaven i baixaven en silenci i parlaven en veu baixa, per altra banda, li feia un “no sé què” marxar del pis, hi havia viscut tota la vida i a cada racó hi tenia associat algun record.

Llavors dirigí la mirada i la memòria sota la finestra, on el pare hi posava la soca, i ell, amb el bastó...

Els ulls li pesen. Recolza el cap al respatllet i finalment es rendeix a un son plàcid... “caga ▶





SERAFINA BALASCH

soca, caga tió” el pare canta amb ell mentre la mare pica de mans. Llença el bastó i aixeca la manta de quadres vermells. Un quadern per pintar! I unes monedes de xocolata! –Mira, mama; uns guants! La mareriu, amb aquella rialla silenciosa, afable, que l’omplia de goig. El pare torna a tapar la soca i ell, complint el ritual, corre cap al rebedor a cantar-li al pessebre abans de tornar a fer cagar el tió: –“Què li darem an el noi de la mare, que li darem que li’n sàpiga bo...”

Es desperta sobresaltat, mira sota la finestra, però la soca no hi és. El somni havia estat tan real que encara li sembla escoltar-se a ell mateix cantant. Es frega la cara amb força per retornar a la realitat, però encara ho sent, el noi de la mare li ressona al cervell. S’aixeca i, tremolant de cap a peus, camina a poc a poc cap al rebedor: –“No pot ser, m’estic tornant boig!” –pensa. La cançó continua sonant, i lluny de desaparèixer, cada vegada sona més a prop, com en un crescendo. Treu el cap per la cantonada del passadís i mira allà on hi havia hagut el pessebre. No hi és, naturalment. Expira alleujat per una banda, però una mica decebut per l’altra. Finalment s’adona que la melodia ve de l’escala. Obre la porta i surt al replà. Un tram d’escala més avall un “negret dels de dalt” puja amb la maleta a l’esquena mentre canta. Quan arriba a uns quants graons d’on és ell i li veu les sabates, el noi para sobtadament de cantar, de bellugar-se, i fins i tot de respirar. Aixeca el cap a poc a poc i se’l mira amb els ulls oberts de bat a bat. Per l’expressió de la cara és evident que li té por: aquell senyor era a qui no s’havia de molestar, “que tenia molt mal geni i ves a saber què els podia fer”, els deia la mare a ell i els seus germans.

–Ets tu que cantaves la cançó?

Ho diu gairebé cridant i fent gestos exagerats pensant que aquell marrec de cabells rinxolats i llavis molsuts no l’entendria.

–Sí, senyor.

–“Òndia, però si parla normal!” –pensa en Mateu.

–D’on ets? de l’Àfrica?

Aquell vailet se’l mira perplex, com si pensés que en Mateu no hi fos tot.

–No senyor, sóc català jo.

–“Ai mecasum l’olla! mira si és gran lo món!” –pensa en Mateu, però llavors fa compentes i s’adona que no pot tenir més de cinc



Finalment s'adona que la melodia ve de l'escala. Obre la porta i surt al replà. Un tram d'escala més avall un "negret dels de dalt" puja amb la maleta a l'esquena mentre canta. Quan arriba a uns quants grans d'on és ell i li veu les sabates, el noi para sobtadament de cantar, de bellugar-se, i fins i tot de respirar.

o sis anys, per tant era evident que havia nascut aquí.

—I aquesta cançó qui te l'ha ensenyat?

—La senyo, senyor. És la que cantarem pel festival de Nadal.

En Mateu, abaixant la mirada, una mica avergonyit gosa demanar:

—No voldries pas cantar-me-la? Un trosset i prou.

Però és evident que aquell nen no hi està massa disposat. Té tots els músculs en tensió per si ha de fugir corrents.

En Mateu se n'adona i intenta amorosir la veu:

—És igual, si de cas ja vindré al festival... Com et dius?

—Ayoub, senyor.

En Mateu mou el cap en senyal d'assentiment, assenyala la samarreta que du i diu:

—Ets del Madrid?

—No, però és que ens la van regalar. Nosaltres som pobres, senyor.

En Mateu torna a assentir, una mica commogut per la naturalitat amb què aquell nen acceptava la seva condició.

S'estan tots dos parlant una estona. L'Ayoub li explica que son pare se n'havia anat, que té tres germans que ell ha d'ajudar a cuidar, i que a ells no els passaven els reis, que els anaven a buscar a la Creu Roja... La veu de la mare de l'Ayoub cridant-lo els interromp. Tots dos aixequen la vista i la veuen traient el cap des de la barana del pis de dalt. Se la veu espanta-

da veient el seu fill parlant amb ell. En Mateu s'adona de la situació i aixeca les mans, com per deixar clar que té bones intencions i barboteja un maldestre "bon dia" que no té resposta. El noi, però, no es mou fins que en Mateu es fa a un costat.

L'endemà, en tornar de l'escola, l'Ayoub veu una samarreta del Messi amb un llaç de color vermell al replà del pis del senyor. La porta està oberta, mira a dins i veu en Mateu que se'l mira amb una rialla d'orella a orella.

—És per mi? —diu el noi assenyalant la samarreta. Ell assenteix amb el cap.

—Gràcies senyor!

—No, gràcies a tu.

L'Ayoub no entén per què li dona les gràcies. I és que no sap que és per ell que en Mateu havia voltat tot el poble amb un neguit il·lusionat com feia anys que no sentia, comprant regals per a ell i pels seus germans, i un arbre de Nadal, i guarniments. I que s'havia enfilat a les golfes on hi havia les figures del pessebre per rescatar-les de tants anys d'exili, treure'ls la pols i posar-les al rebedor, al lloc de sempre. Que gràcies a ell, ara, aquell "senyor" tenia alguna cosa semblant a una família, i que tornava a sentir l'escalf del Nadal.

En Mateu, amb els ulls brillants per l'emoció, li allarga un bastó mentre diu:

—T'agradaria fer cagar la soca?

—L'Ayoub dibuixa un somriure i obre aquells immensos ulls de carbó, aquesta vegada plens d'il·lusió.

—Però abans hem de cantar el noi de la mare, eh? —diu en Mateu mentre li pica l'ullet.

Ricard Bertran



Celebrem Santa Cecília a l'escola

L'audició va comptar amb una agrupació d'exalumnes.



El dimecres 22 de novembre vàrem celebrar un concert en motiu de Santa Cecília, patrona de la música, a càrrec d'exalumnes del centre. Aquests van interpretar peces de diversos estils i èpoques i van delectar tots els assistents.

L'Arnau Areny va interpretar-nos amb la trompeta "El cant dels ocells" (Pau Casals) i "L'últim mohicà" (Ennio Morricone), mentre que la seva companya de curs, l'Aina Romeu, va oferir-nos amb el cello un estudi anomenat "Lollypop man".

L'audició va comptar, també, amb una agrupació d'exalumnes que actualment

cursen 2n d'ESO: Gael Marsà (guitarra), Mar Badia (violí), Laia Argelich (clarinet) i Júlia Bernaus (piano) van interpretar-nos "Photograph" (Ed Sheeran).

L'últim exalumne participant va ser l'Adrià Gual, de 4t d'ESO, que amb el trombó i el piano va oferir-nos "My way" (Frank Sinatra), "Every breath you take" (Police) i "Hallelujah" (Leonard Cohen).

Per posar el punt i final a l'acte, el teacher Berat (professor auxiliar d'anglès) ens va cantar un parell de cançons turques. La primera d'elles, una cançó popular antiga anomenada "Neredesin Sen" i, en segon lloc, "Simarik", un tema de Tarkan, el cantant més popular del seu país.

Col·legi Mare de Déu del Socors

FONT: COL. M. D. SOCORS

NETEGES ECONET SIÓ

Us desitja molt bones festes!

CTIra, Tàrraga, 29 - 25310 - AGUAMUNT - 931 39 08 34 - 628 94 33 47



Activitats a educació infantil



FONT: ESC. MACIÀ-COMPANYNS

La Serafina Balasch ens va explicar en què consisteix la seva feina i ens va explicar un conte propi.

Hem realitzat una sèrie d'activitats i sortides que ens ajuden a implementar les tasques que duem a terme habitualment dins de l'aula.

Alumnes de P4 a Gàver, en el naixement del riu Sió.



FONT: ESC. MACIÀ-COMPANYNS

el seu color i aprendre el nom d'alguns dels arbres. Tot i que aquesta vegada de fulles al terra no n'hi havia gaires, sí que en vam poder recollir unes quantes, per després fer activitats i experiments a les classes.

Cada curs, durant el mes de novembre, realitzem una visita a la **Biblioteca Municipal Guillem Viladot**, l'objectiu de la qual és potenciar l'hàbit lector dels nostres alumnes, així com donar a conèixer entitats culturals de la Vila. Una vegada allà, a part de passar una bona estona remenant llibres i contes, les bibliotecàries acostumen a oferir-nos-en un. I per a ells, poder escoltar un conte de la mà d'una persona diferent a la senyoreta, sempre és gratificant.

També aquest mes hem tingut el privilegi de poder compartir una tarda amb l'**artista agramuntina Serafina Balasch**. Nosaltres ja coneixem la seva faceta com a il·lustradora a partir dels contes i llegendes en els quals ella ha participat. Aquesta vegada, a part d'explicar-nos en què consisteix la seva feina, ens va representar un conte propi, on els personatges mostraven diferents expressions facials. Vam acabar fent un dibuix cadascú de la cara que més ens havia agradat.

Per una altra banda, també hem fet activitats i sortides a les quals només participa un nivell. Així les nenes i els nens de la **classe de la xocolata** (P3) van anar un matí a conèixer la nova Llar Municipal d'Infants l'Era. Allà van compartir una bona estona de jocs i activitats

en els seus *ambients*, amb els alumnes de la Llar.

Els alumnes de la **classe dels torrers** (P4) han realitzat durant aquest trimestre el **projecte del riu**. Una de les moltes activitats que han fet, va ser una sortida per conèixer el curs del riu Sió. El recorregut va començar a Gàver, on neix el riu Sió. Van fer aturades a Puigverd i Butsènit on es troba el curs mig del riu. A Montgai, on hi havia una colla d'aneguets que semblava que els estaven esperant, van poder veure el curs baix del riu. I finalment van anar fins a Balaguer per observar la desembocadura i com el riu Sió s'ajunta amb el Segre.

A la **classe d'en Guinovart** (P5) duen a terme durant tot el curs un treball molt complet de l'obra de l'artista, i aquest mes ha coincidit amb el taller que van realitzar a l'Espai a partir del poema '*Nadal*' d'en Joan Salvat-Papasseit. Els alumnes van gaudir molt, experimentant amb tècniques molt *guinovartianes*. També cal destacar la visita que varen fer a la peixateria per acabar d'arrodonir el **projecte dels peixos** que han triat per aquest trimestre.

Després de tanta activitat, ara cal anar finalitzant tasques perquè ja queda poc per al final del trimestre i per a les vacances de Nadal. Això sí, aquests dies estem preparant amb molta il·lusió un petit festival per a les famílies i qui hi vulgui venir.

Desitgem a tothom Bones Festes, Salut, Pau i Felicitat.

Escola Macià-Companyns

cre
Sangra

CORTINATGES - JOGUINES - OBJECTES PER INFANTS
LLISTES DE NAIXEMENTS - LLISTES DE COMUNIÓ
BOSES - ESPORTS - DISFRESSSES

AVD. JAUME MESTRES, 2 - 25310 AGRAMUNT (LLEIDA)
973 391 216 / 696 982 824
www.calsangra.cat
sangra@calsangra.cat



INDÚSTRIES JOVÉ
BALASCH, més de 40 anys
construint el futur



Cal Peret
la vostra botega

of Jaume Mestres, 1 / AGRAMUNT / 973 390 164 / calperet@calperet.com



PINTURA DECORATIVA

Ramon Viladevuit
Mòbil 666 859 946
Tel. 973 192 063 / 973 390 677

TAXIS AGRAMUNT

24 hores

Vehicles de 4, 6 i 8 places

Demanar per Josep M^a
600 446 600 - 973 390 331
lotaxiagramunt@hotmail.com




PALVI

Fabricació d'equips
per la recollida
i transport de residus



Desenvolup de Treballs 27 - 20110 Agramunt (Lleida)
Tel. 973 391 246 - Fax 973 391 306 - palvi@palvi.net



Reformes
Construcció
Rehabilitació
Interiorisme
Immobil·lari
Projectes
medioambientals



guaireo1
construcció | interiorisme | il·l.

Av. Maria Jolovich, 42
AGRAMUNT
973 39 26 10



EROLE
ESTEVE

Mar adentro



La música es caracteritzada principalment per unes boniques melodies, clares i melancòliques que donen un aire d'esperança a la crua història que s'explica a la pantalla.

La pel·lícula espanyola *Mar adentro* és catalogada del gènere dramàtic. Es va estrenar el 2004 i fou dirigida per Alejandro Amenábar. Està basada en la vida de Ramon Sampedro, un tetraplègic que va fer campanya durant 28 anys en defensa de l'eu-

tanàsia i del seu propi dret a morir dignament. Els artistes principals són Javier Bardem i Belén Rueda. Va guanyar nombrosos premis entre ells 1 Òscar, 14 Premis Goya, Premi Globus d'Or i Premi del Cinema Europeu, entre altres.

BANDA SONORA

La música creada per Amenábar per aquest intens drama es caracteritza principalment per unes boniques melodies, clares i melancòliques que donen un aire d'esperança a la crua història que s'explica a la pantalla. Un gran col·laborador en aquesta aventura musical va ser el gaiter vigués Carlos Núñez, músic espanyol considerat un erudit de la música celta i de la fusió amb músiques actuals, a la vegada que és també un dels millors gaiters del món. Ambdós van aconseguir una música que

és pura vida i energia, plena d'aires celtas com: *El Viaje de Carlos Nuñez* (música típica gallega) o *El accidente* de Alejandro Amenábar, entre moltes altres.

En la pel·lícula Amenábar introdueix una escena que canvia el curs dels esdeveniments. Ramon Sanpedro es troba postrat al seu llit, i mentre s'acosta la imatge, sona una ària de Puccini; es tracta de *Nesum Dorma* de l'òpera *Turandot*, que eleva el personatge en un vol imaginari, i d'allí en endavant, res no torna a ser igual.

L'escriptura vocal de l'ària *Nesum Dorma* (que ningú dormi), està escrita per a veu d'un Tenor Líric Spinto la qual exigeix una veu exuberant que reflecteixi la noblesa d'un príncep (Calaf en l'òpera) menyspreat i decidit a conquistar el que vol...

Montserrat Cots



Creu Roja Agramunt

*Us desitja Bones Festes
i Felic Any 2018*

Cada vegada més a prop de les persones



Creu Roja

Resultats i classificacions

Tercera Catalana

Jornada 11 a 15

Guissona 1 - Agramunt G. Gatell 5
Agramunt G. Gatell 1 - Torà 0
Tornabous 2 - Agramunt G. Gatell 5
Agramunt G. Gatell 3 - Solsona 0

Classificació	Punts	PJ	PG	PE	PP	GF	GC
Agramunt G. Gatell	37	14	12	1	1	50	15

Havíem de millorar i ho hem fet guanyant tots els partits. L'equip funciona, i gràcies a l'oportunitat d'Abdenabi, el pòquer fet pel Marín a Guissona, el gol providencial del Xavi Pedrol en el minut 89, sumant la confiança que ens donen els gols del Ramon Ribera i fins i tot els gols que fa el juvenil Marco, ens motiva per afrontar els últims partits de la primera volta (la visita a Ponts i l'Angulària) amb confiança.

Recuperem el primer lloc i ho fem en solitari.

Juvenil

Jornada 8 a 10

Agramunt G. Gatell 6 - Oliana 0
Artesa Segre 1 - Agramunt G. Gatell 0
Agramunt G. Gatell 3 - E.F. Urgell 1

Classificació	Punts	PJ	PG	PE	PP	GF	GC
Agramunt G. Gatell	13	9	4	1	4	25	19

Les dues victòries ens fan pujar a la sisena posició i col·locar-nos a la me-

tat de la taula.

CADET

Jornada 7 a 10

Les Garrigues 2 - Agramunt G. Gatell 1
Agramunt G. Gatell 1 - Tàrraga 1
Balàfia 1 - Agramunt G. Gatell 4
Agramunt G. Gatell 1 - FIF Lleida 4

Classificació	Punts	PJ	PG	PE	PP	GF	GC
Agramunt G. Gatell	6	10	2	0	8	14	28

El partit contra el Tàrraga ens ha passat factura, aquest és un rival directe a qui podem guanyar. Hem de millorar i agafar confiança. Estem en sisena posició.

Infantil

Jornada 7 a 10

Agramunt G. Gatell 1 - Cervera 4
Mig Segrià 0 - Agramunt G. Gatell 0
Agramunt G. Gatell 1 - Orgel·lia 3
Ponts 5 - Agramunt G. Gatell 0

Classificació	Punts	PJ	PG	PE	PP	GF	GC
Agramunt G. Gatell	1	10	0	1	9	4	34

Els Infantils s'han estrenat al taulell amb un empat. Ens falta guanyar i sobretot fer gols. Ànims.

Aleví

Jornada 7 a 10

Agramunt G. Gatell 3 - Artesa Segre 3
At. Segre 11 - Agramunt G. Gatell 0

Agramunt G. Gatell 6 - Balàfia 7
FIF Lleida 4 - Agramunt G. Gatell 5

Classificació	Punts	PJ	PG	PE	PP	GF	GC
Agramunt G. Gatell	11	10	3	2	5	49	50

Els tres partits jugats contra equips de Lleida han sigut molt difícils i complicats. Després de la desfeta amb l'At. Segre, el partit contra el Balàfia va ser d'una alternança en el marcador, ja que va ser molt disputat i al final va guanyar l'equip visitant. Per sort van poder maquillar el més guanyant el FIF Lleida. Baixem dos llocs i ens situem a la dotzena posició.

Benjamí A

Jornada 6 a 9

Pardinyes 0 - Agramunt G. Gatell 4
Agramunt G. Gatell 6 - Bordeta 1
Guissona 9 - Agramunt G. Gatell 1
Agramunt G. Gatell 1 - Tremp 2

Classificació	Punts	PJ	PG	PE	PP	GF	GC
Agramunt G. Gatell	12	8	4	0	4	26	25

Els primers dos partits jugats els vam guanyar amb solvència, però el partit disputat a Guissona ens va deixar clar la superioritat del líder. Ocupem el sisè lloc.

Benjamí B

Jornada 6 a 9

Agramunt G. Gatell 12 - La Noguera 0

Rubèn
Automoció
Rubèn Pedrós Vallès

Taller autoritzat
PEUGEOT - HYUNDAI
per Agramunt i comarca

C. Clos, 1
tel. taller 973 39 25 89
25310 AGRAMUNT (Lleida)





Equip Cadet. Jugadors: Yassin Soulah, Arnau Gaset, Pau Pijuan, Jofre Guixé, Norbets Sánchez, Oriol Solé, Roger Súrria, Joel Ibáñez, Jonatan Hernández, Eric Cuñat, Adrian Mascaraque, Yasir Bouchatab, Joe Singleton, Denis Oltean, Yoro Sakhanokho, Jhoan Steven Posada, Belekber Bouchatab. Equip tècnic: Xavier Pedrol (entrenador) i Josep Ibáñez (delegat).

Guissona 0 - Agramunt G. Gatell 3
Agramunt G. Gatell 4 - Tremp 2
Balaguer 1 - Agramunt G. Gatell 6

Classificació	Punts	PJ	PG	PE	PP	GF	GC
Agramunt G. Gatell	25	9	8	1	0	75	10

L'equip Benjamí continua el seu

camí ascendent i ja lidera el seu grup en solitari, confirmant les seves opcions en aquesta lliga.

Prebenjamí A

Jornada 6 a 9

Agramunt G. Gatell 2 - Tàrrrega 2

Balaguer 1 - Agramunt G. Gatell 6
Agramunt G. Gatell 2 - Mig Segrià 0
Pardinyes 0 - Agramunt G. Gatell 2

Classificació	Punts	PJ	PG	PE	PP	GF	GC
Agramunt G. Gatell	20	9	6	2	1	29	16

Bon mes per a aquest equip que està fent bons partits tant a casa com a domicili. Continuen a la tercera posició, però amb la mirada pel primer lloc.

Prebenjamí B

Jornada 6 a 9

Tremp 8 - Agramunt G. Gatell 4
Agramunt G. Gatell 0 - Guissona 9
Ivars d'Urgell 2 - Agramunt G. Gatell 3
Agramunt G. Gatell 0 - La Noguera 8

Classificació	Punts	PJ	PG	PE	PP	GF	GC
Agramunt G. Gatell	12	8	4	0	4	18	39

Tot i que només hem guanyat un partit, estem jugant bé. Baixem a la sisena posició. ■



**FERRETERIA
MOLINET, S.L.**

www.molinet.cat

**Obert 24 hores
Entra, tria, compra
i t'ho portem a casa!**



**Ctra. d'Artesa, 1
AGRAMUNT**

ferreteria@molinet.cat

**Tel. 973 390 458
Fax 973 390 662**

Serveis Centre Mèdic

- Medicina de Família
 - Traumatologia
 - Ginecologia
 - Oftalmologia
 - Raigs X
- Fisioteràpia / Ones de Xoc
 - Osteopatia
 - Anàlisis
- Revisions de carnet / armes
- Gimnàstica tonificant
 - Ioga


medic
agramunt
Tel. 973 39 21 03

**L'equip del Centre Mèdic
us desitja Bones Festes!**





Resultats diversos per als equips

Jaume Espinal

Ni molt bé ni molt malament, podria ser el resum del que ens ha deixat aquest mes. Primeres victòries del juvenil femení i l'infantil masculí, que ens permeten ser optimistes; però els equips sèniors no acaben de trobar els seu joc.

Sènior Masculí 3ª Catalana grup A

Només un punt és el bagatge aconseguit aquest mes pel sènior masculí. L'equip continua mostrant-se molt irregular i això passa factura en els resultats finals. Per exemple, en el derbi contra l'equip lleidatà del Pardinyes, tot i manar en el marcador bona part del partit, no es va saber rematar la feina i es va acabar cedint els dos punts.

11/11	ESCOLA PIA GRANOLLERS	24	TORRÓ D'AGRAMUNT CHA	20
18/11	TORRÓ D'AGRAMUNT CHA	20	CH SANT JUST	29
25/11	HANDBOL LLEIDA PARDINYES GROC	23	TORRÓ D'AGRAMUNT CHA	20
02/12	TORRÓ D'AGRAMUNT CHA	26	CE TORTOSA	26

Sènior Femení 1ª Catalana grup C

El sènior femení, per la seva part, ha aconseguit dues victòries importants a casa, tot i que li queda l'assignatura pendent d'aconseguir algun punt fora, per tal d'aconseguir escalar posicions en la classificació final.

11/11	TORRÓ D'AGRAMUNT CHA	26	HANDBOL LLEIDA PARDINYES GROC	22
18/11	HANDBOL LA GARRIGA	29	TORRÓ D'AGRAMUNT CHA	19
26/11	CH MARTORELL	29	TORRÓ D'AGRAMUNT CHA	17
02/12	TORRÓ D'AGRAMUNT CHA	26	CH SANT ESTEVE PALAUTORDERA	23

Juvenil Femení 1ª Catalana grup A

Primers punts per a l'equip juvenil femení en un gran partit a domicili contra el Cerdanyola, i dos partits més en què al final s'han escapat per poc, permeten creure en les possibilitats de l'equip d'aconseguir algun resultat positiu més, tot i el llast de lesions que arrastra.

11/11	TORRÓ D'AGRAMUNT CHA	24	CERDANYOLA C.H.	11
18/11	CEH BCN SANTS	19	TORRÓ D'AGRAMUNT CHA	17
26/11	TORRÓ D'AGRAMUNT CHA	21	ASC. LLEIDATANA D'HANDBOL	26

Cadet Masculí 2ª Catalana grup B

Tot i que els resultats no acaben d'arribar, l'equip continua lluitant per fer-se un lloc entre els equips més experimentats, treballant intensament en els entrenaments per aconseguir que finalment arribin els resultats positius.

12/11	HC LAIETÀ ARGENTONA	30	TORRÓ D'AGRAMUNT CHA	17
18/11	TORRÓ D'AGRAMUNT CHA	14	HC SERRADELLS ANDORRA	36
25/11	HANDBOL POBLENOU B	55	TORRÓ D'AGRAMUNT CHA	6
02/12	CH SANT ESTEVE PALAUTORDERA	55	TORRÓ D'AGRAMUNT CHA	10

Infantil Masculí 2ª Catalana grup A

L'equip infantil per fi ha aconseguit la desitjada victòria,



FONT: CHA

Infantil masculí,

i per partida doble, demostrant la seva millora dia a dia. Es va endur els dos punts en la visita a Sant Cugat, i la jornada següent va aconseguir també endur-se el partit com a local contra l'Argentona.

18/11	TORRÓ D'AGRAMUNT CHA	16	HANDBOL TERRASSA B	33
26/11	SANT CUGAT, HANDBOL	11	TORRÓ D'AGRAMUNT CHA	13
03/12	TORRÓ D'AGRAMUNT CHA	16	HC LAIETÀ ARGENTONA B	13

Equips de base

Continuen els menuts del club el seu treball d'aprenentatge tot i que els resultats no acaben d'arribar. L'equip continua treballant bé i no defalleix, tot i les dificultats de jugar en una lliga amb més nois que noies.

11/11	TORRÓ D'AGRAMUNT CHA	4	H SANT VICENÇ -BAR MI CASA-	12
18/11	BALSARENY HANDBOL	9	TORRÓ D'AGRAMUNT CHA	7
25/11	TORRÓ D'AGRAMUNT CHA	4	MOLINS DE REI, 2015 VERD	12
02/12	MOLINS DE REI, 2015 BLANC	12	TORRÓ D'AGRAMUNT CHA	4

Notícies diverses

Ja estem arribant a les vacances de Nadal, com que les properes notícies ja seran l'any nou, permeteu-nos ser previsors i desitjar-vos a tots, bon Nadal, bones festes i feliç any nou, esperant i desitjant que el proper any ens dugui moltes alegries.

Com cada temporada, tota la informació al web <www.handbolagramunt.org> i també a la nostra pàgina de facebook <<http://www.facebook.com/Club.Handbol.Agramunt>> ■



Repàs del primer trimestre

Arribats a la fi d'aquest primer trimestre de temporada, valorem de manera positiva la feina de totes les persones implicades en aquest projecte. Enmig d'aquests dies de desitjos i propòsits, animem a seguir en aquesta línia perquè a ritme amb què avancen les jornades, anem superant els objectius de manera satisfactòria.

La carta que escrivim enguany per a ses majestats els Reis Mags d'Orient no es caracteritza per les coses materials, sinó de totes aquelles parts que considerem essencials per a formar, millorar i seguir creixent en els valors que sempre defensem:

Demanem als senyors Melcior, Gaspar i Baltasar poder continuar amb la voluntat i el coratge de fer les coses bé, respecte, diàleg i saber escoltar davant les situacions més complicades per poder aprendre i a la vegada buscar les millors solucions. També els encomanem que totes les famílies tinguin un somriure i les seves cases s'omplin d'il·lusió, salut i felicitat.

Babys

El diumenge 19 de novembre els més menuts del club, els babys, es van estrenar en la primera jornada de futbol sala per a aquesta categoria, organitzada a Guissona. L'equip va fer



FONT: FUTBOL SALA



FONT: FUTBOL SALA

córrer la pilota davant dels equips de Guissona, Maristes Lleida, Alcarràs i Almacelles. La trobada es va celebrar

amb èxit, i tothom, mares, pares i jugadors/es van gaudir d'un dia d'esport i bon ambient.

FISIOUP
FISIOTERÀPIA I RECUPERACIÓ
www.fisioup.com

Demana'ns informació!

seguiu les nostres xarxes socials... et donem molt més!

ARTESA DE SEGRE
Plaça Progrés, 2 alt.

Accés adaptat
C. Escoles, 2

ASSISTÈNCIA A DOMICILI

GIMNÀSTICA POSTURAL
Informació per correu

POST-PART MASSATGE INFANTIL

TALLA D'INVERSIÓ

FISIOTERÀPIA
TRAUMATOLOGIA
REUMATOLOGIA
NEUROLOGIA
RESPIRATÒRIA
PEDIÀTRICA
GINECOLOGIA
GERIATRIA
ESPORTIVA
REEDUCACIÓ POSTURAL

TERÀPIES NATURALS
REFLEXOLOGIA
AURICULOTERÀPIA
CIROPÀTICA
MODURISTO

973 400 677
697 456 944

de dilluns a dissabte
de 08.00 a 21.00h
cta prèvia



Gran Recapte

El club un any més s'ha sumat a la iniciativa de recollida d'aliments que el cap de setmana 2 i 3 de desembre organitzava el Gran Recapte d'Aliments de Catalunya.

A més d'habilitar una zona al pavelló on tothom qui volgués podia fer la seva aportació, vàrem seguir en la nostra tradició: cada gol marcat pels equips del nostre club aquest cap de setmana, n'entreguem 1 kg.

Pocs dies després el Sr. Josep M. Coll, com a president del club, va lliurar a la Sra. Sílvia Fernández, regidora de l'Àrea de Serveis Socials, Salut,

Diversitat i Igualtat de l'Ajuntament de la vila, els 25 kg. que enguany el CFS Agramunt ha recopilat per al Banc dels Aliments en aquesta causa solidària.

Selecció de Lleida

L'Anna, la Cíntia i la Lara, jugadores de l'equip femení A del nostre club han estat seleccionades amb la selecció de Lleida per disputar durant el cap de setmana 9 i 10 de desembre el campionat de Catalunya de seleccions. Totes van poder viure una gran experiència que de ben segur recordaran durant molt de temps. Les tres noies, amb un paper destacable, van contribuir que la selecció de Lleida, després de classificar-se en la fase de grups i perdre a semifinals, guanyés el partit pel tercer i quart lloc i així obtenir el premi de terceres classificades.

Des del club les felicitem i animem tothom a seguir treballant perquè creiem que tard o d'hora tot sacrifici té la seva recompensa.

Primer equip

Volem destacar, perquè també és notícia, que el primer equip Flower Agramunt ha aconseguit trencar la mala ratxa de resultats i obtenir el primer punt a la Tercera Divisió Nacional.

Després d'anar a remolc, haver de remuntar en dues vegades durant el partit i disposar de bones ocasions per sortir-ne victoriosos, finalment l'equip va aconseguir empatar el matx a dos gols



davant el conjunt de Molins de Rei. Sabem que l'equip continuarà treballant de valent perquè aquest punt sigui el primer de molts.

EL CFS AGRAMUNT ELS DESITJA UNES BONES FESTES DE NADAL I UN FELIÇ ANY 2018!

Per continuar informats de totes les novetats del club podeu seguir-nos a la nostra pàgina de facebook: facebook.com/FutbolSalaAgramunt/, al nostre perfil d'Instagram: @cfsagramunt on a més a més de les novetats, realitzem el seguiment en directe de diferents partits i activitats del club. ■



Escatxics arreu del territori i en diverses modalitats

44è Cros de Santa Coloma de Farners (diumenge 5 de novembre)

El primer cap de setmana de novembre, els Escatxics teníem cita a Santa Coloma de Farners, per participar al 44è cros d'aquesta localitat, una competició puntuable ja pel Gran Premi Català de Cros. Aquests varen ser-ne els resultats:

Categoria	Atleta	Posició
Júnior femení	Marina Súria	3a
Cadet masculí	Roger Súria	3r
Infantil masculí	Pau Vilanova	3r
Prebenjamí masculí	Pep Vilanova	15è

48è Cros de Mataró (diumenge 12 de novembre)

Continuant amb la participació al Gran Premi català de cros, el segon diumenge del mes, la cita es traslladava a Mataró. En aquesta ocasió, tan sols van participar-hi els germans Súria amb la següent classificació:

Categoria	Atleta	Posició
Sub20 femení	Marina Súria	5a
Sub16 masculí	Roger Súria	3r

Cros la Pobla de Segur (diumenge, 12 de novembre)

I el mateix diumenge uns quants Escatxics vàrem desplaçar-nos fins a la Pobla de Segur, per participar al cros d'aquesta població, inclòs en el circuit escolar de Cros - Pirineus i Jocs Esportius Escolars de Catalunya. També vam aconseguir bons resultats:

Categoria	Atleta	Posició
Veterà masculí	Joan Fitó	2n
Veterà femení	Imma Coberó	1a
Aleví masculí	Gerard Fitó	3r
Benjamí masculí	Martí Lluch Quim Pellicer Josep Fitó	1r 6è 14è
Benjamí femení	Martina Ibarz	2a

Prebenjamí masculí	David Farré Sergi Fitó	15è 23è
Prebenjamí femení	Martina Piña Anna Pellicer	2a 3a
Pollets P5 masculí	Gerard Lluch	2n
Pollets P3 femení	Neus Pellicer	11a

20è Cros Ciutat de Girona (diumenge, 19 de novembre)

Continuant amb el Gran Premi català de cros, la cita en aquest cas era a Girona, corrent al Circuit Ribes del Ter, just a la vora del Pavelló Municipal Girona-Fontajau. De nou els Escatxics van tornar a puntuar alt:

Categoria	Atleta	Posició
Júnior femení	Marina Súria	1a
Cadet masculí	Roger Súria	2n
Cadet femení	Maria Vilanova	47a
Infantil masculí	Pau Vilanova	16è
Prebenjamí masculí	Pep Vilanova	15è

25è Cros de Tàrraga (diumenge, 19 de novembre)

I el mateix diumenge s'iniciaven les competicions puntuables pel Trofeu Diputació de Lleida de cros escolar d'enguany. El tret de sortida aquest any s'ha donat amb el Cros de Tàrraga, on els agramuntins van obtenir aquests resultats:

Categoria	Atleta	Posició
Veterà masculí	Joan Fitó	10è
Veterà femení	Imma Coberó	2a
Cadet masculí	Gerard Fígols	4t
Infantil masculí	Arnau Jou Yago Cabrera	4t 9è
Infantil femení	Anna Cahelles Laia Argelich Marta Martín Iris Vázquez	15a 18a 19a 21a
Aleví masculí	Pol Carrera Marc Fígols Ian Torres Genís Gimbert Gerard Fitó	6è 7è 9è 11è 15è
Aleví femení	Núria Argelich	8a



FONT: ESCATXICS



FONT: ESCATXICS

Equip Infantil femení (a dalt) i equip Aleví masculí a Tàrraga.

Benjamí masculí	Martí Lluch Gerard Garcia Martí Romeu Quim Pellicer Pol Jou Lluc Magrinyà Josep Fitó	1r 7è 14è 15è 17è 18è 28è
Benjamí femení	Júlia Garcia Martina Ibarz Nora Serra	4a 16a 22a
Prebenjamí masculí	Ot Serra David Farré Aniol Solé Enric Serra Sergi Fitó Joan Marc Cuenca	8è 19è 25è 32è 37è 38è



Dos equips més dels Escatxics desplaçats al Cros de Tàrraga: Benjamí masculí (esquerra) i el Prebenjamí.

Prebenjamí femení	Martina Piña	4a
	Marina Balagueró	10a
	Ona Carrera	11a
	Anna Galceran	21a
	Gal·la Magrinyà	26a
	Mariona Perelló	30a

En la categoria Pollet, no competitiva, van córrer Gerard Lluch, Pau Cuenca i Neus Pellicer.

25a Mitja Marató de Lleida (diumenge, 19 de novembre)

I encara una 3a cita pel mateix diumenge, en aquest cas pels corredors més grans i aventurats, amb representació dels Escatxics també a Lleida, en la mitja marató d'aquesta ciutat. Sumant a cada competició més atletes; de nou la primera experiència en aquesta modalitat per alguns d'ells amb bones sensacions i ganes de repetir i intent de millorar marca per a la resta.

Atleta	Posició (per gènere)	Temps
Miguel Aguza	364è	1:36:23
Montse Sala	24a	1:40:57
Marta Canes	66a	1:48:31
Òscar Pellicer	666è	1:48:31

Jaume Fernández	737è	1:54:27
Jaume Puig	769è	1:56:57
Elena Gardenyes	115a	1:56:57

40è Cros Castellar del Vallès, Memorial Pere Hernández (diumenge 26 de novembre)

Els Escatxics tancàvem el mes de novembre amb tres cites més en un mateix diumenge. Una petita representació participava al Cros de Castellar del Vallès, de la mà de Martí Romeu, en categoria aleví masculí i que aconseguia una molt meritòria 18a posició.

94a Jean Bouin (Barcelona, diumenge 26 de novembre)

I els atletes agramuntins també teníem representant a la mítica cursa Jean Bouin a la capital catalana que enguany ha arribat a la seva 94a edició. En la modalitat de 10 km en Jaume Puig creuava la línia de meta en 784è lloc de la categoria veterà B masculí, essent el 3471è finisher, en la multitudinària cursa.

32è Cros Intercomarcal de Trep (diumenge 26 de novembre)

I la darrera competició del mes de novembre ha estat el Cros escolar de Trep puntuable aquest cop pel Trofeu Diputació de Lleida. En la matinal assolellada disputada a la zona esportiva del Joncar d'aquesta població, els Escatxics vàrem obtenir els següents resultats:

Categoria	Atleta	Posició
Veterà femení	Elena Gardenyes	2a
Sènior masculí	Òscar Pellicer	6è
Sènior femení	Marta Canes	2a
Infantil masculí	Arnau Jou	3r
Infantil femení	Maria Vilanova	5a
Aleví masculí	Pau Vilanova	1r
	Ian Torres	4t
	Pol Carrera	5è
	Gerard Fitó	7è
Benjamí masculí	Quim Pellicer	6è
Benjamí femení	Martina Ibarz	5a
Prebenjamí masculí	David Farré	12è
	Sergi Fitó	22è
Prebenjamí femení	Anna Pellicer	3a
Pollets P3 femení	Neus Pellicer	12a

TORRONS ROIG, S.A. - Ctra. L-303, km 19.100 - 25310 AGRAMUNT (Lleida) - tel. 973 39 00 36 - fax 973 39 06 90 - www.torrnsroig.com

L'Escola de Bàsquet LlundriBac es consolida, present i futur prometedor

Les entitats esportives han de vetllar pel seu futur assegurant la seva continuïtat i fent del present un camí de treball, esforç i superació amb rigor, criteri i exigència. Aquests són els eixos vertebradors de l'activitat del dia a dia del BAC i que es posen de manifest en la gestió de la seva escola de bàsquet tant pel que fa als entrenaments diaris com en la planificació d'assistència a les Trobades obertes amb caràcter quinzenal. Enguany des de la Coordinació Esportiva del Club s'ha volgut consolidar i potenciar l'Escola LlundriBAC, amb la captació de més nens i nenes, amb l'establiment d'un planning de fonaments tècnics i tàctics a aprendre i, sobretot, amb una coordinació que tingui en compte la formació integral dels més petits i valors inherents al bàsquetbol com el joc en equip, la solidaritat amb els companys, la integració dels nous inscrits i el respecte i tolerància cap als rivals i àrbitres, clau per assolir un bon aprenentatge integral.

I tot això sense renunciar al present més proper, potenciant la millora dels components dels diferents equips federats i participant de manera activa en els programes de millora tècnica

que ens ofereix la Representació Territorial de la Federació Catalana de Basquetbol. Tant és així que per segon any consecutiu el BAC tindrà dues jugadores incloses en el programa de Detecció i Perfeccionament de Talents en categoria Mini Femení i enguany dues jugadores seleccionades per la selecció Lleida Nord en categoria Pre-Infantil Femení. Això demostra que fins al moment s'està treballant força bé en les categories de promoció i que aquesta hauria de ser la normalitat any rere any. Seria l'exteriorització del pas endavant quant a formació que es va decidir fer des del Club i que està començant a recollir els seus fruits en forma de reconeixement per part de la Federació. Lluny de caure en el conformisme, seguirem treballant amb humilitat i paciència per a millorar i seguir mantenint el llistó de la competitivitat dels equips agramuntins en el seu punt més àlgid!

Escola de Bàsquet LlundriBac, rigor i eficiència en la gestió del futur

Enguany ha augmentat la presència de nois i noies en l'escola de bàsquet



arribant fins a la xifra d'una desena de participants d'edats compreses entre els 6 i els 8 anys. Entrenen dos dies a la setmana, els dimarts i els dimecres de 18 a 19 h., i fins al moment ja han participat en dues de les tres troba-

des obertes d'escoles de bàsquet. Tant en la primera, celebrada a Cervera, com en la segona, celebrada a Bellpuig, la valoració que es va poder fer va ser d'allò més engrescadora, podent-se apreciar una gran millora quant a fonaments bàsics del basquetbol: ocupació de l'espai sense pilota, no abusar de les conduccions individuals i buscar sempre el company millor posicionat per atacar la cistella rival, així com perdre la por i vergonya a demanar la pilota i atrevir-se a jugar un 1x1 per efectuar entrada a cistella o tir. Així doncs, la projecció dels nois i noies de l'escola avança de manera positiva i podem dir que tenim un gran futur per endavant! Els gran artífexs en són les tres monitores: la Judit Repilado, la Clara Fernández i la Roxanna Pop, que dia a dia fan palès el seu gran compromís amb el Club i amb la formació



TALLERS BERTRAN, S.L.



Mecànica • Xapa i pintura
Pneumàtics • Pre-ITV
Grua • Assegurances

Av. Catalunya, 15 • 25310 AGRAMUNT (Lleida) • Tel. 973 39 02 86 - Fax 973 39 03 24
www.tallersbertran.seat.es



L'Escola LluçriBac es consolida dia a dia, gran futur per endavant!

dels més petits. També destacar el treball de coordinació d'en Sisco Farràs, incommensurable entrenador sempre disposat a tot per al bé de l'activitat del BAC. A tots ells gràcies per fer-ho possible, i a seguir treballant de valent en el proper tram de temporada.

I bé, no oblidem que el diumenge 21 de gener de l'any vinent Agramunt acollirà la seva Trobada d'Hivern d'escoles de bàsquet, que, a l'igual que la temporada passada, permetrà que unes 2.000 persones visitin la nostra

vila, en el que serà una nova festa del bàsquet formatiu a les contrades lleidatanes.

Reconeixement al present del BAC: PDP i Selecció Zonal

Des de la Federació de Bàsquet s'està reconeixent el treball formatiu amb els diferents equips del Club i en particular amb quatre noies que, jornada a jornada, ens donen grans mostres del seu talent i saber fer dins la pista de joc.

Es tracta dels dos programes de po-

tenciació, detecció i perfeccionament de jugadores que ja han demostrat uns grans coneixements tècnics i tàctics i que se les vol potenciar i estimular perquè encara siguin millors jugadores tant en atac com en defensa. Enguany el BAC està d'enhorabona ja que tindrà quatre jugadores incloses en aquests programes formatius. Pel que fa a l'equip Mini Femení, la Queralt Solé i l'Ester Ros participaran en el PDP de la seva categoria amb entrenaments setmanals en diferents pavellons de la província de Lleida. Uns entrenaments dirigits per l'entrenador Òscar Balcells, vinculat al CB Pardinyes, i orientats a millorar i treballar el bot, els diferents tipus de passada i la tècnica de les parades d'un i dos temps i tir a cistella. De ben segur que les agramuntines ho faran molt bé i demostraran que són un exemple a seguir en tots els sentits.

I en categoria Pre-Infantil, la Carla Andreu i l'Ahlam Zahti han estat seleccionades per participar en el triangular en representació de la selecció Lleida nord el divendres 22 de desembre al pavelló municipal de Mollerussa. Només les millors jugadores d'aquesta categoria hi poden prendre part i elles han demostrat per ganes, il·lusió, tècnica individual i assumptió del joc col·lectiu, que sobradament s'han guanyat el dret a ser-hi i que estem convençuts que no desentonaran gens del nivell col·lectiu. Així doncs, vinga noies a jugar sense complexos i a demostrar amb el vostre esforç i talent que el seleccionador David Galceran ha fet la millor elecció possible!

Per acabar voldríem aprofitar per desitjar a tots els lectors molt bones festes, una pròspera i una profitosa entrada d'any 2018 i que aprofiteu les festes nadalenques per agafar forces per tal d'encarar un inici d'any nou que de ben segur serà apassionant ple de fites i d'emocions... seguirem encistellant amb respecte, formant amb valors i educant per fer dels nois i noies basquetbolistes però sobretot grans persones! Salut i ens seguim veient a les pistes de joc! ■



El Mini Masculí del BAC un exemple més del present engrescador del Club!

Torró d'Agramunt

el dolç nom del Nadal

El Torró d'Agramunt ha esdevingut al llarg dels segles una tradició cada vegada més arrelada i apreciada per la vila d'Agramunt.

Les seves peculiars característiques i el seu sabor distintiu fan del Torró d'Agramunt un dolç idoni per les postres de qualsevol època, especialment de les festes nadal·lenques.



CONSEIL REGULADOR



Registre del Reglament
de la CEE núm. 510/2006



Denominació d'Origen
de Catalunya

amb la col·laboració del Departament d'Agricultura, Ramaderia,
Pesca i Alimentació de la Generalitat de Catalunya



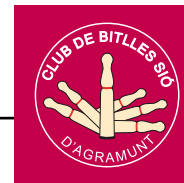
Generalitat de Catalunya
Departament d'Agricultura,
Ramaderia, Pesca i Alimentació

**CONSEIL REGULADOR
INDICACIÓ GEOGRÀFICA
PROTEGIDA TORRÓ D'AGRAMUNT**

C/ Àngel Guimerà, 9-11, baixos A
25310 AGRAMUNT

Tel. 973 39 17 32

info@igp-torrodagramunt.com
www.igp-torrodagramunt.com



Inici amb molta il·lusió

Ramon Joval

La lliga 2017-2018 ja fa uns dies que l'hem començat. Ha estat un inici amb molta il·lusió i ganes de fer-ho el millor possible. El més positiu fins ara és que els reforços que vam fitxar l'any passat sembla ser que aquesta temporada es van aco- blant millor a l'equip.

Els resultats que hem aconseguit fins aquest moment no han es- tat el satisfactoris que hauríem volgut, tot i que portem 100 punts més que la temporada passada. Ens falta una mica més de sort, que esperem que ens la porti aquest 2018 que estem a punt de començar.

Aprofitem l'avinentsa per a desitjar-vos unes bones Festes de Nadal i un felix Any Nou 2018.

ÚLTIMS RESULTATS:

Sió d'Agramunt: 522 punts i 36 bitlles
Vergós: 540 punts i 46 bitlles

Castellnou de Seana: 512 punts i 37 bitlles
Sió d'Agramunt: 549 punts i 41 bitlles
Tàrraga: 617 punts i 52 bitlles
Sió d'Agramunt: 472 punts i 31 bitlles
Palou: 558 punts i 43 bitlles
Sió d'Agramunt: 515 punts i 33 bitlles
Sió d'Agramunt: 553 punts i 41 bitlles
Cervera: 535 punts i 40 bitlles
Sió d'Agramunt: 539 punts i 41 bitlles
Malgrat de Segarra: 579 punts i 46 bitlles
Sió d'Agramunt: 572 punts i 45 bitlles
Ceps: 541 punts i 40 bitlles
Gàrzola: 552 punts i 40 bitlles
Sió d'Agramunt: 534 punts i 37 bitlles



Club de Bitlles Sió d'Agramunt i Club de Bitlles Cervera, en un partit d'aquesta temporada.

Equip	PJ	PG	PE	PP	Pts
Auto Nayox Seat Tàrraga	8	8	0	0	16
C.B Palou	9	7	0	2	14
C.B. Ponts	8	6	0	2	12
C.E. Plans de Sió (CEPS)	9	5	0	4	10
C.B. Vergós	8	5	0	3	10
C.B. Malgrat de Segarra	7	5	0	2	10
C.B. Cabanabona-Mig Segre	8	4	0	4	8
C.B. Sió d'Agramunt	8	3	0	5	6
C.B. Cervera	8	3	0	5	6
C.B. Solsona	7	2	0	5	4
C.B. Castellnou de Seana B	8	1	0	7	2
C.B. Gàrzola	7	1	0	6	2
C.B. Tordera	7	1	0	6	2

ÀNGEL 
Lluch

Menestral Torronaire
Agramunt 1948

**ELABOREM TOTS ELS NOSTRES TORRONS
I XOCOLATES DE MANERA ARTESANA.**

OBRADOR I BOTIGA:

Cami Vell de Tàrraga, 17-19 - Agramunt (Lleida) - T. 973 39 00 30
info@torronslluch.com - www.torronslluch.com



BIOLLUCH 
TORRONS I XOCOLATES ECOLÒGICS



**FABRICACIÓ PRÒPIA
VENDA AL DETALL**



Plaça del Pou 20 Agramunt
ona@esagramunt.com 973392741



Servei Tècnic

Reparació/Ampliació d'Ordinadors i Portàtils

Anna Eroles
Veterinària

CVA
centre veterinari d'Agramunt

Urgències 670 22 10 37

Matins de 10:30 a 1
Tardes de 6 a 8:15
Dijous tancat
Dissabtes d'11 a 1

Av. Jaume Mestres, 15
25310 AGRAMUNT

Styl

perruqueria unisex - estètica

depilacions - manicura - pedicura
massatge - maquillatge
neteges de cutis

carme i maite

fotodepilació 29'50€ per zona

Dimarts a dijous:
9:30 a 1 h i 4 a 8 h.

Divendres i dissabtes:
Hores convingudes

Tel. 973 39 27 17
A GRAMUNT

Av. Marià Jolouch, 4 baixos

PINTURA I DECORACIÓ

Vladimir Triquell Cases



C/ Estudis Vells, 4, 1r
Tel. 973 392 218
Mòbil 619 810 678
AGRAMUNT

TERE TORNÉ
PODÒLOGA
INFERMERA

NATALIA CAIRÓ
PODÒLOGA
INFERMERA

NÚRIA MUIXI
LOGOPEDA

ANNA TORNÉ
INFERMERA
REFLEXÒLOGA PODAL
ACUPUNCTORA
I LORS DEBACH

Ronda Carsten d'Urgell, 4
25310 - AGRAMUNT (LLEIDA)

TEL. 973 392 689



155 aturat

A casa nostra, ERC ha tornat a guanyar en vots i juntament amb la llista del president sumem més de 2 de cada 3 vots al municipi.

El resultat de les eleccions al Parlament d'aquest passat dijous 21 de desembre ens han confirmat un cop més la força majoritària del bloc independentista per sobre d'un bloc unionista que ha concentrat els seus vots en el partit de Ciutadans. És evident que les correlacions obtingudes a les Terres de Lleida, amb 11 dels 15 diputats/des entre ERC i

JxCat, és substancialment diferent respecte les zones més metropolitanes, especialment a Barcelona i Tarragona.

Pel que fa a casa nostra, ERC ha tornat a guanyar en vots i juntament amb la llista del president sumem més de 2 de cada 3 vots al municipi. En aquest sentit, volem fer arribar el nostre més sincer agraïment a les 1.148 persones que van confiar en la nostra candidatura. De ben segur que els representants territorials sorgits d'aquestes eleccions, entre ells el nostre alcalde Bernat Solé, treballaran des del Parlament de Catalunya perquè les polítiques a la nostra demarcació siguin les millors possibles.

Ara s'obre un període durant el qual caldrà formar un govern fort i estable. També caldrà veure les possibilitats que el President pugui prendre l'acta de diputat i optar a la seva investidura, de la mateixa manera que ho puguin fer la resta de consellers

i conselleres a la presó o a l'exili que han estat escollits diputats i diputades. Caldrà altre cop un gran pacte de país que posi els partits del 155 clarament a l'oposició i, d'aquesta manera, es puguin recuperar les institucions catalanes i es treballi determinantment per allò que el poble català clama. En tot cas, caldrà restar amatents a l'evolució en la configuració del nou govern.

20 ANYS DE L'ASSOCIACIÓ DE DONES L'ESBARJO

Un any més, l'Associació de Dones l'Esbarjo d'Agramunt ens oferia una magnífica i treballada Escala en Hi-fi, enguany en el marc del seu vintè aniversari. De ben segur que la primera junta poc es podia imaginar el recorregut d'aquesta entitat, però avui cal felicitar-la per aquests vint anys, per tota la trajectòria i pels anys que de ben segur vindran. Felicitats i per molts anys! ■



FONT: ACORD D'ESQUERRA

Animem tothom qui disposi d'*Instagram* que continuï penjant fotos amb l'etiqueta **#revistasio** i cada mes en publicarem un recull a la nostra revista

Drets d'imatges:

Els drets de les imatges realitzades seran sempre propietat de l'autor i amb Instagram com a copropietari (tal com marquen les normes d'Instagram). Tot i això, amb l'ús de l'etiqueta #revistasio cedi a la Revista Sió el dret de publicació sempre mencionant l'autor de la fotografia.



AGRAMUNT TRIA EL SEU RESIDU EN UN 40%

El municipi d'Agramunt es troba actualment en un nivell del 40% en el triatge de residus, la qual cosa vol dir que de cada 100 kg de residu, 40 kg es reaprofiten i els 60 kg restants no es reciclen i queden a l'abocador. En poc més de dos anys i tal com marca el Pla de Residus de Catalunya, atenent directrius europees, la nostra població ha d'arribar com a mínim al 50%.

Des de l'equip de govern, els últims anys s'han dut a terme diferents actuacions de millora (redistribució de contenidors, agrupació de contenidors, creació d'illes...); actuacions, però, que un cop obtinguts els resultats són insuficients per arribar a la xifra marcada per la Unió Europea.

Actualment, el 40% s'aconsegueix per una banda a partir del triatge que cada ciutadà fa dels seus propis residus i que representa un 30%, i el 10% restant s'aconsegueix amb la gestió que es fa a la deixalleria, on les aportacions majoritàriament són de professionals i comerços.

Per poder complir l'objectiu del 50%, des de l'Ajuntament s'està treballant en diferents accions: Per una banda, un estudi de viabilitat econòmica d'altres sistemes de recollida d'escombraries que millorarien de forma important el reciclatge i que frenarien l'escalada de despesa econòmica i mediambiental de l'actual sistema, per la qual cosa els comerços i indústries seran visitats per una empresa especialitzada del sector.

D'altra banda, es duren a terme petites accions per millorar els nivells actuals de triatge: Reducció del número de contenidors verds que estan aïllats (sols), reforçar el número de contenidors de vidre, etc.

AGRAMUNT	TONES DE RESIDU 2016	%	TONES DE RESIDU 2017 fins octubre	%
Paper	152	7,05%	149	8,11%
Envasos	92	4,26%	79	4,33%
Vidre	113	5,25%	85	4,65%
Matèria orgànica	234	10,85%	207	11,30%
Rebuig	1.567	72,59%	1.313	71,61%
TOTAL TONES	2.159	100%	1.834	100%
% Recollida Selectiva (PAPER, ENVASOS, VIDRE I ORGANICA)	592	27,41%	521	28,39%

ACTIVITATS PER ALS JOVES DURANT LES FESTES DE NADAL

Des de la regidoria de Joventut s'organitza un any més l'Actinadal Juvenil els dies 27, 28 i 29 de desembre. Durant els matins, de les 10.30 a les 13h es farà un curs de cuina pensat per als adolescents que en els propers anys han de viure fora de casa per estudis o feina. A les tardes en canvi,

de les 16 a les 18.30 h es farà el taller: vull ser discjòquei. Ambdós tallers estan dirigits a nois de primer d'ESO a 2n de Batxillerat. Si es fa un sol taller, costa 11 euros, i si es vol fer els dos, 20€.

MILLORES EN ESPAIS MUNICIPALS

L'equip de serveis municipals ha dut a terme un seguit d'actuacions al camp de futbol. Entre els treballs realitzats s'ha arrebossat i pintat la paret de la caseta, s'ha fet un aranjament de la canalera i un embornal. A més, també s'han canviat les rajoles que estaven a punt de caure.



FONT: AJUNTAMENT

LA PEDAGOGIA DELS AMBIENTS

El mes de novembre una trentena de professors dels centres agramuntins van participar de la conferència: la pedagogia dels ambients. La jornada es va organitzar des de la regidoria d'Educació de l'Ajuntament i va ser un espai de trobada entre professionals educatius dels dos centres per tal de detectar les necessitats reals dels centres, i fer una reflexió sobre com s'organitzen els espais i quins són els materials que s'ofereixen als infants per donar resposta a les seves necessitats i interessos. La jornada va anar a càrrec de Jenny Silvente, de l'entitat Veure Pensar Sentir que té un projecte que neix amb l'objectiu de divulgar i formar una consciència quant a la necessitat de transformació educativa que tant necessita la societat actual.



FONT: AJUNTAMENT



GRAN RECAPTE D'ALIMENTS

Els dies 1 i 2 de desembre es va fer el Gran Recapte d'Aliments a Agramunt. En total i amb totes les iniciatives organitzades s'han recollit més de 2.500 kg d'aliments. Des de la regidoria de Benestar es vol donar les gràcies a tots els punts de recollida que van col·laborar amb la campanya i a tots els voluntaris. També a totes les botigues i comerços per ser punts de recollida. Per la seva part, el club de Futbol Sala va sumar-se també a la campanya i ha donat 25 kg d'aliments. 25 kg que corresponen als 25 gols que els seus equips van sumar als diferents partits durant el cap de setmana del Gran Recapte i amb els quals s'han comprat verdures congelades i productes bàsics.

DONACIÓ DE TORRONS VICENS

Torróns Vicens ha fet una donació de 384 kg de torrons al Banc d'Aliments per repartir a les famílies d'Agramunt durant aquestes festes nadalenques.



DINAMITZACIÓ DEL COMERÇ LOCAL

Més d'una quarantena de comerços i negocis agramuntins s'han adherit a la nova campanya de la marca "Agramunt t'estima". L'Ajuntament d'Agramunt i el comerç agramuntí ha decidit enguany instal·lar una pista de patinatge que ajudi a dinamitzar el comerç local de cara les festes. Així els negocis adherits tenen a la seva disposició tiquets de sessions gratuïtes per patinar que poden repartir entre els seus clients



quan realitzen una compra. La pista estarà instal·lada tot el mes de desembre fins al 7 de gener.

ACTES

CASAL

- S'acordà aprovar el plec de clàusules administratives particulars i el plec de prescripcions tècniques que regiran el contracte de la concessió demanial per a l'explotació del servei de bar-restaurant del Casal: el cànon de l'explotació serà de 150€, IVA exclòs, mensuals que podran ser millorades a l'alça i la duració de la concessió serà de quatre anys.

Així mateix s'aprovà que s'aboni el pagament de la quantitat de 754,28€ en concepte de la diferència dels deutes pendents i dels abonaments que ha d'efectuar l'Ajuntament a l'anterior adjudicatari.

CONTRACTES MENORS

- Es va aprovar el contracte menor dels treballs de la col·locació de faristols, banderoles i senyals panoràmics segons el manual de Memorial Democràtic per al refugi antiaeri de l'Església de Santa Maria d'Agramunt i del Camp d'Aviació i refugi dels Salats, que s'adjudicà a l'empresa GEOSILVA PROJECTES, SL, per un import de 2.236,25€, inclòs IVA.

- El subministrament de bandes reductores de velocitat per diferents indrets de la via pública que s'adjudicà a l'empresa SERVEIS VIALS DEL VALLÈS, SL, per un import de 832,66€, no inclòs IVA.

- Els treballs de la redacció del projecte executiu per a l'obra d'ampliació de la capacitat del cementiri municipal, on inclourà l'estudi bàsic de seguretat i salut i coordinació d'execució, i la direcció de l'execució material, que s'adjudicà a l'arquitecte tècnic, Sr. RAMON HERNÁNDEZ PINTÓ, per un import total de 3.000€, no inclòs IVA.

- L'adquisició d'una escala elevadora per al cementiri municipal, que s'adjudicà a l'empresa FERRETERIA MOLINET, SL, per un import de 1.196,87€, inclòs IVA.

- L'adquisició d'un programa informàtic per al control horari d'entrades i sortides a la feina dels treballadors de l'Ajuntament, que s'adjudicà a l'empresa INFORMÀTICA DEL SEGRE, SL, per un import total de 6.988,96€, inclòs IVA. ■

DILLUNS a DIVENDRES
9,30 a 13 i 15,30 a 20,30

DIMARTS
9,30 a 14,30



DOLÇA dent

MONTSE CORRALES GOMÀ (núm. COL.: 2612)
JORDI FREIXES GIL (núm. COL.: 2792)
TEL: 973 391 749
AV. AGUSTÍ ROS, 2 BX. 25310 AGRAMUNT (LLEIDA)



GIA S.L.
Av. Àngel Guimerà n° 9-11. baixos A
25310 Agramunt (Lleida)
Tel.: 973 39 27 74
Fax: 973 39 28 81
www.gestiologramunt.com
administracio@gestiologramunt.com





benzinera AGRAMUNT

6.76 ct/litre + **4 ct/litre** + **4.51 ct/litre** = **15.27 ct/litre**

3% directe + 3% en compra de més de 300 € en altres indústries

Act/litre directe per a PYMES i Autònoms

4% en Cheque Ahorr per a botigues Carrefour

Demana les nostres targetes i suma descomptes...



**HOTEL - BAR
RESTAURANT**

Ctra. Cervera, 406
TEL/FAX 973 39 12 43 (3 línies)
25310 AGRAMUNT - URCEL - LLEIDA

Serveis:

- . Assessorament
- . Disseny 3D
- . Manteniment de jardins
- . Esporgues i tractaments
- . Educació ambiental
- . Instal·lacions de reg



Marc Roig
Pl. La Muralla, 5 | 25316 PREIXENS (Lleida) | Mòbil 616 03 42 91
www.jardinsroig.com

PINTURA I DECORACIÓ



JAUME VILLALTA

Avinguda dels Esports, 6, 2n, 2a
Tel. 973 39 08 10 - Mòbil 626 92 97 51
25310 AGRAMUNT (Lleida)



Cal Sera

artesa xarcuter

Carrer Sant Joan, 7 - t. 973 39 01 85 - Agramunt
Carrer Fondadora n.2 - t. 973 39 27 28 - Agramunt

GENER 2018

Mes de 31 dies, primer del nostre calendari. Els dies són curts i freds, és el mes en què l'hivern es fa notar i força.

El **dia 1** el sol surt a les 8h 18m, i es pon a les 17h 33m. El **dia 31** el sol surt a les 8h 05m, i es pon a les 18h 06m.

El dia 20 el sol entra a la constel·lació d'AQUARI. El dia 31, eclipsi total de Lluna no més visible a l'est d'Europa.

DATES ASSENYALADES I COSTUMARI

Dia 1: Diada de Cap d'Any.

El calendari de la ceba: Per saber quins mesos del nou any seran eixuts i plujosos, l'antic pagès feia el calendari de la ceba. La nit de Cap d'Any posava a la finestra dotze clofolles de ceba amb una mica de sal a cadascuna (alguns les posaven a sota del llit). Cada clofolla corresponia a un mes. L'endemà al matí observava fins a quin punt s'havia fos la sal continguda a cada clofolla; segons s'hagués fos més o menys podia jutjar-se el grau d'humitat i de pluja dels mesos.

Dia 6: Epifania del Senyor. Adoració dels Reis.

Dia 17: Sant Antoni Abat (la setmana dels barbuts).

Sant Antoni era el patró de l'antiga pagesia d'Agramunt i la seva festa se celebrava amb molta solemnitat amb la benedicció dels animals i els "Tres tombs". Les festes de Sant Maure, de Sant Pau ermità i la de Sant Antoni Abat s'escauen en un període de set dies que és conegut popularment com la setmana dels barbuts. Segons la iconografia catalana, tots tres sants porten llargues barbes. Hom té aquesta setmana com la més freda de l'hivern.

EFEMÈRIDES DE LA REPRESSIÓ

Confiem que la cosa s'encarrili bé d'una vegada i esdevinguem lliures del tot i no ens calgui tornar a viure períodes negres i repressius com els que vivim en l'actualitat. Però la cosa ve de lluny.

Les fases de la lluna:

Lluna plena	☉	el dia 2, a les 3:24 h
Quart minvant	☾	el dia 8, a les 23:24 h
Lluna nova	☽	el dia 17, a les 3:17 h
Quart creixent	☾	el dia 24, a les 23:20 h

Repressió en contra dels mestres que ensenyaven en català (11-6-1926). Un dels períodes en què la llengua i la cultura catalana fou més reprimida, va ser durant la dictadura de Primo de Rivera. Això queda demostrat en la Real Orden que va signar el rei Alfons XIII, besavi del rei actual, en què l'ensenyament en una llengua que no fos el castellà portava greus conseqüències per als mestres. Diu textualment el Real Decreto:

Artículo primero: Los Maestros nacionales que proscriban, abandonen o entorpezcan la enseñanza en su escuela del idioma oficial en aquellas regiones en que se conserva otra lengua nativa, serán sometidos a expediente, pudiendo serles impuesta la suspensión de empleo i sueldo de uno a tres meses.

Artículo segundo: En caso de reincidencia podrá acordarse su traslado libremente por el Ministerio de Instrucción Pública y Bellas Artes a otra provincia donde no se hable más que la lengua oficial, en localidad de igual o menor vecindario (...).

Cal pensar, però, que aquest govern repressor tenia uns confidents i delators bastants curts de gambals, ja que en obrir-se el curs 1925-26 al Seminari Pontifici de Tarragona, aquests van informar les autoritats governamentals que l'acte s'havia fet en català, la qual cosa va suposar greus amenaces contra el cardenal Vidal i Barraquer. L'error va ser molt greu, ja que l'acte es féu íntegrament en llatí i els confidents van quedar ben retratats. Massa sovint les efemèrides, pels catalans, són així de dures. No es pot ser un poble vençut i colonitzat.

(Bibliografia: Ferrer i Gironès, F. La persecució política de la llengua catalana).

Ramon Bernaus i Santacreu

Demografia

(Mes de novembre de 2017)

NAIXEMENTS

Yeray Chaves Llorens	dia 25-10
Jordi Cases Mateu	dia 31-10
Mateu Bonet Figuera	dia 31-10
Valentina Ramon Utges	dia 11

MATRIMONIS

Edward Antonio Paradell Jiménez, amb Erika Altgracia Ortiz Moronta	dia 15
--	--------

DEFUNCIONS

Teresa Fitó Farré	86 anys, dia 22-10
-------------------	--------------------

Informació facilitada pel Registre Civil amb les dades convenientment autoritzades.



JOSEP ROVIRA

Temps

PLUJA CAIGUDA DURANT EL NOVEMBRE

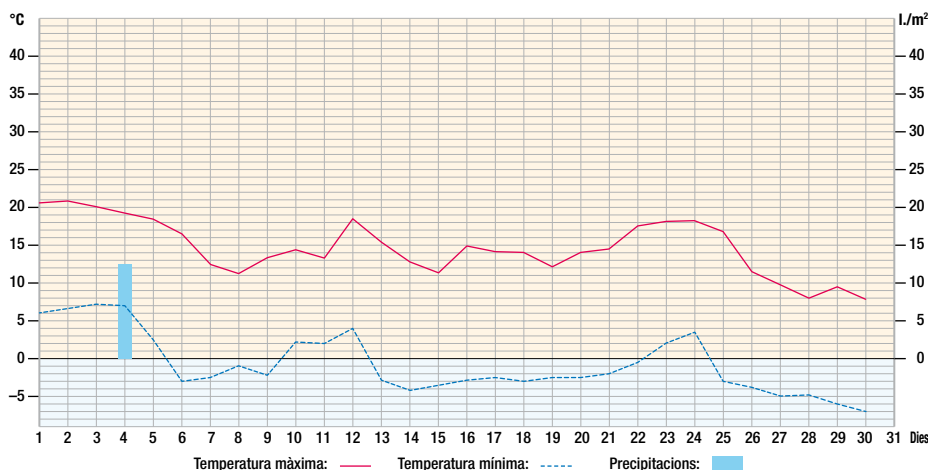
Dia 4.....	12,5 l/m ²
TOTAL	12,5 l/m²

TEMPERATURES EXTREMES DE NOVEMBRE

Màxima del mes.....	20,9°, dia 2
Mínima del mes	-7°, dia 30
Oscil·lació extrema mensual	27,9°
Mitja de les màximes	14,6°
Mitja de les mínimes	-0,7°
Mitja de les mitjanes	7°

L'observador: Ramon Coll
(Des de cal Tallador)

GRÀFICA DE LES TEMPERATURES MÀXIMES I MÍNIMES I DE LES PRECIPITACIONS CORRESPONENTS AL MES DE NOVEMBRE



Sílvia Balagueró

CENTRE PODOLÒGIC
Podòloga col. 1170

Fes un pas endavant... cuida els teus peus!

- Atenció primària dels peus
durícies, ungles, ulls de poll, berrugues
- Estudi de la marxa
exploracions biomecàniques
- Plantilles personalitzades, esportives i infantils
- Atenció del peu diabètic
- Servei a domicili

C/ del Clos, 23 A baixos
Tel. 973 392 704
info@podologosagramunt.com
www.podologosagramunt.com
AGRAMUNT



NATURA

Dietètica

Alimentació i complementos dietètics,
herbes Medicinals.

Control de pes i dietes a la teva mida,
amb dietista diplomada.

Alimentació
Biològica

Ronda dels Comtes d'Urgell, 18 _ 25310 Agramunt
Tel. 973 392 335 / part. 973 390 865



Camises d'home

Av. Jaume Mestres, 18
Telèfon 973 39 00 09
AGRAMUNT

Xavier Infante Màrquez

PALETA



CONSTRUCCIONS i REFORMES

Raval de Castellnou, 27
Telèfon 973 392 329
Mòbil 606 314 654
PUIGVERD D'AGRAMUNT
(Lleida)

Electromecànica

MUIXI

Josep Anton Muixí

c/ Indústria, 15 - 25310 AGRAMUNT
Tel. 973 390 363 - Mòbil 696 458 713
e-mail electromecanicamuixi@gmail.com



Automoció Joan Carles, S.L.
MAN Truck & Bus Service

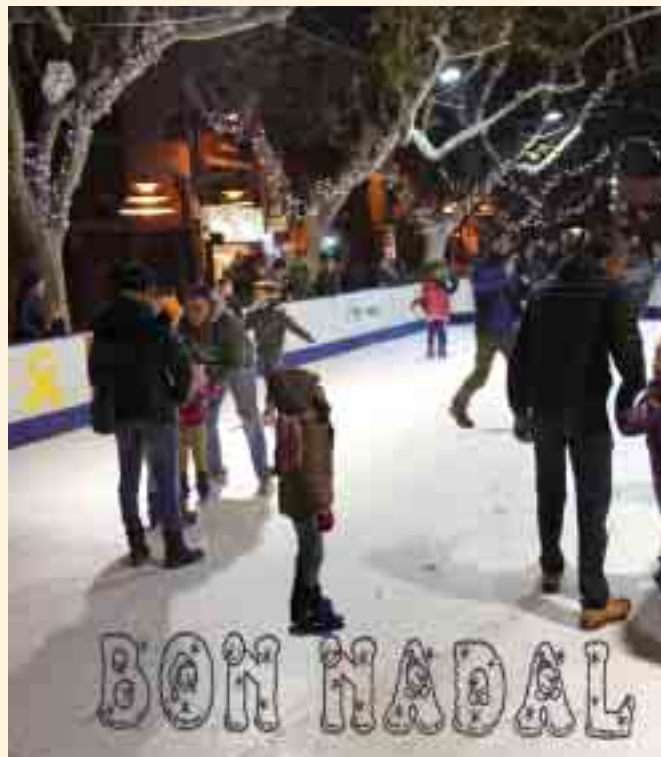
Pol. Ind. Les peïsseres, C/ Indústria, 3, 5, 7, 9
Agramunt (25310) Lleida
Telèfon: +34 973 390 322
info@automociojoancarles.com
www.automociojoancarles.com

NEOPLAN MAN

Les 7 diferències

per Ricard Bertran

La pista de patinatge ubicada a la plaça del Pou per dinamitzar el comerç local durant les festes està sent molt concorreguda. La imatge de l'esquerra és l'original, mentre que a la de la dreta s'han fet set modificacions. A veure si les trobeu!



■ Coordina Rosa Maria Sera

ENGINY

Busca els duplicats de cada personatge i uneix-los amb una línia que no es creui amb cap de les altres línies.



Solució a l'enginy:



Solució al SUDOKU:

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

Solució a les 7 diferències:



SUDOKU

Ompleu les caselles buides dels requadres de 9x9 quadrats, amb xifres de l'1 al 9, sense repetir cap número en una mateixa fila, en una mateixa columna, ni en una subquadrícula de 3x3.

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



Ferreteria **FIRAL** S.L.

*et desitja
bones festes
i feliç 2018*

OPTIMUS
FERRETERIES DE CONFIANÇA I PROXIMITAT

LA FOTO

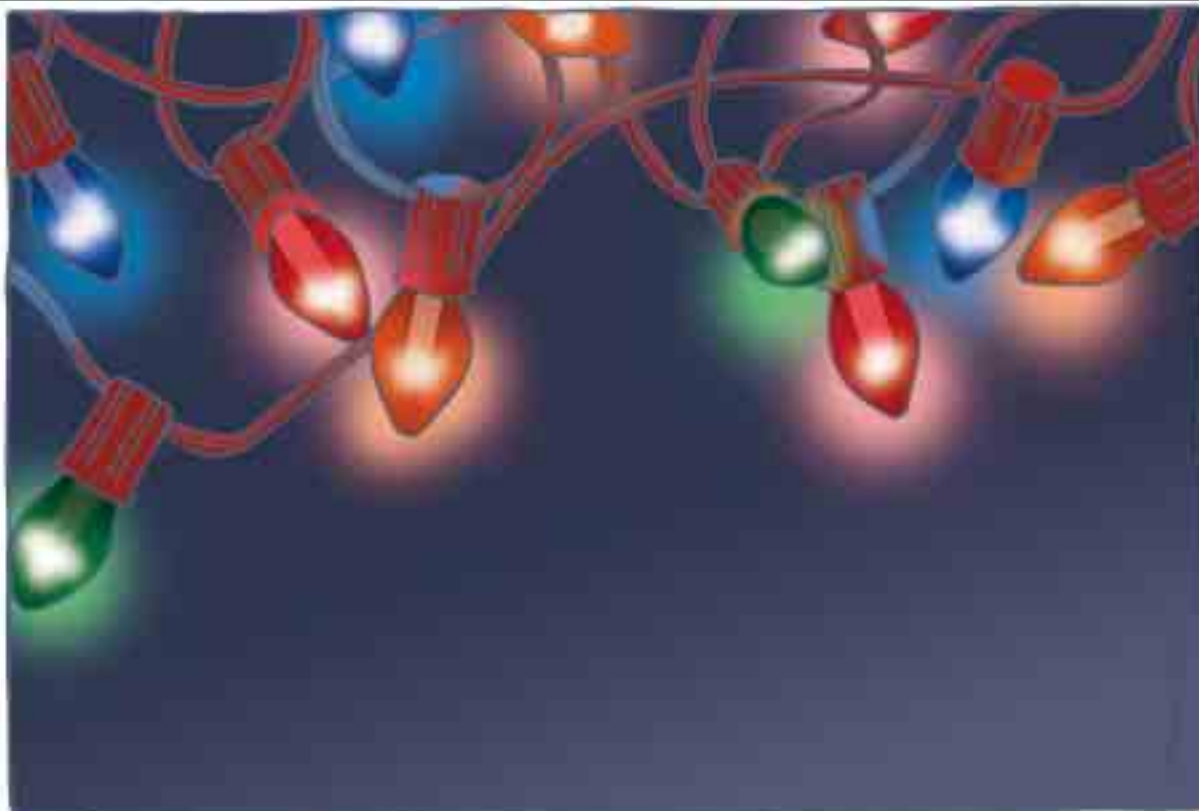
El dilluns 11 de desembre la nostra vila es va despertar de groc. Diferents indrets i monuments (les rotondes de Cervera i Tàrraga, el pont romànic, el pont de la carretera de Tàrraga, l'Església, el Mercadal, el Pou, el monument del Torronaire a la foto) van aparèixer amb llaços grocs. L'acció reivindicativa tan sols va durar vint-i-quatre hores, donat que l'endemà ja els havien tret. Recordem que el color groc, i especialment els llaços, ha estat vetat per la Junta Electoral en considerar que pot influir de cara a les eleccions autonòmiques.



JOAN PUJAN

LA CALAISERA

per SERAFINA BALASCH



Gilbert Bertran



FONTANERIA



CALEFACCIÓ



AIRE CONDICIONAT



GAS

Els desitja unes bones Festes

Raval de Puigverd, 80
AGRAMUNT
Telèfon 973 39 23 63



Ortopèdia Esteve

nova adreça: Carrer de Sant Pere Claver, 1 · 973 312 171 · TÀRRAGA

complements
de bany



llits i grues



pròtesis mamàries



mobilitat

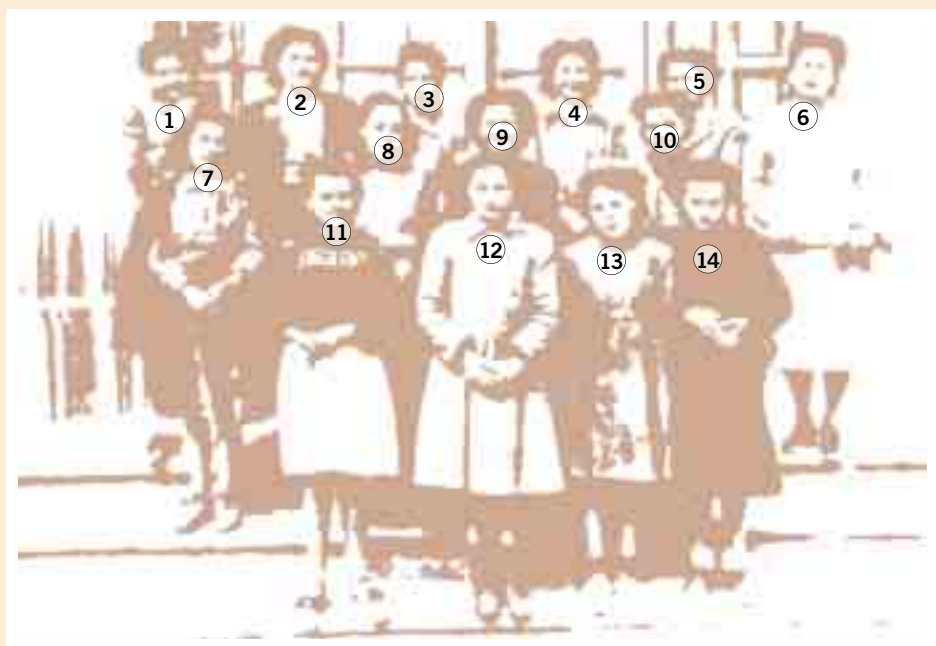


AJUDEM A MILLORAR LA QUALITAT DE VIDA DE LES PERSONES

L'Àlbum



A l'Àlbum d'aquest mes publiquem una altra foto d'una colla d'alumnes de la vila. Aquest cop són un grup de noies que posen amb llur professora a les escales de l'entrada principal de les Escoles, actual Macià-Companys. Pel que hem pogut esbrinar, la foto data de finals dels anys quaranta del segle passat i possiblement es tracti d'una de les classes que van inaugurar el nou edifici l'any 1943.



D'esquerra a dreta
i de dalt a baix:

- 1) Carme Fonoll
- 2) Roser Pujol
- 3) Montserrat Vilalta
- 4) Concepció Vilà
- 5) Pepita Martí
- 6) Srta. Carme Casan
- 7) Ramona Pons
- 8) Antonieta Pedrós
- 9) Antonieta Figuera
- 10) No identificada
- 11) Antonieta Xarpell
- 12) Carme Pampalona
- 13) Ramona Valls
- 14) Carme Quintana



us desitja
Bones Festes

