



# L'AVEU

DE TORREFETA I FLOREJACS



## EDITORIAL

Ai, les nits d'estiu! Amb la calor que fa durant el dia, enguany avançada en el temps, com s'agraeix la marinada de les nits d'estiu! Una bona oportunitat per allargar-les son les festes majors que s'atansen: recordeu seguir les xarxes socials de l'ajuntament per estar al corrent de la programació. Feu fotos, pengeu-les a les vostres xarxes amb el hashtag #TiFMola i #torrefetaiflorejacs, i feu visible el municipi a través d'aquestes finestres obertes al món. A les vostres mans teniu una nova edició del butlletí municipal, que ha donat visibilitat en portada al nou consistori: us desitgem molta sort i encerts. I a tota la gent de Torrefeta i Florejacs us desitgem molt bon estiu! Ens retrobem amb les carabasses de Sedó el proper 1 d'octubre.

## PLE A PLE

### **Sessió ordinària de data 21 d'abril de 2023**

Aprovació inicial de la modificació puntual de les NNSS del Planejament en el nucli de Sedó.

Aprovació del compte general del pressupost exercici 2022.

Aprovació de l'expedient de modificació de crèdit número 1/2023.

Aprovació de l'expedient de contractació mitjançant procediment obert simplificat i plecs de clàusules administratives particulars corresponent a la contractació l'obra "Asfaltat del camí del Llor a Tarroja".

Aprovació de l'expedient de contractació mitjançant procediment obert simplificat sumari i plecs de clàusules administratives particulars corresponent a la contractació l'obra "Asfaltat del vial d'accés al nucli de Torrefeta".

Acceptació cessió gratuïta part finca urbana a Florejacs per destinar a vial i equipament municipal.

### **Sessió extraordinària de data 3 de maig de 2023**

Sorteig públic per designar els membres de la taula electoral en les eleccions generals de 28 de maig de 2023.

### **Sessió extraordinària de data 26 de maig de 2023**

Adjudicació del contracte de l'obra "Asfaltat del camí del Llor a Tarroja".

Adjudicació del contracte de l'obra "Asfaltat del vial d'accés al nucli de Torrefeta".

### **Sessió extraordinària de data 17 de juny de 2023 de Constitució de la nova Corporació municipal**

Alcalde: Josep M. Castella Estruch. Regidors/res: Laia Argelich Esteve, Pere Claver Puig Mayoral, Roger Garrabou Puig, Teresa Besora Freixes, Anna Serra Pont i Susana Costa Davía.

### **Sessió extraordinària de data 28 de juny de 2023**

Sorteig públic per designar els membres de la mesa electoral en les eleccions generals de 23 de juliol de 2023.

Aprovació del Pla municipal de gestió ètica de colònies felines de Torrefeta i Florejacs.

## **GENT NOSTRA**



### **DEFUNCIONS**

- Bartolomé Abelló Giribet, Bellveí, 2 de maig de 2023, a l'edat de 81 anys.
- Joan Esteve Font, Florejacs, 14 de maig de 2023, a l'edat de 93 anys.
- Josep Torné Llovet, Florejacs, 16 de maig de 2023, a l'edat de 65 anys.
- Antoni Guitart Puigredon, "Mas Farell" Selvanera, 8 de juny de 2023, a l'edat de 59 anys.
- Ramon Gual Cisquella, Bellveí, 16 de juny de 2023, a l'edat de 91 anys.

## TASQUES QUE ES REALITZEN ALS CAMPS DEL NOSTRE MUNICIPI

### 3r trimestre

- Al juliol es continua amb les tasques començades juny .

*“Al juliol ni dona ni cargo!”*

- A l'agost es va acabant amb la recollecció de la palla i es comença a preparar els camps per la pròxima sembra, uns treballen els camps i altres amb sembra directa. Cadascun té els seus pros i contres, però de totes maneres s'han d'anar condicionant per a la propera collita.

*“Per la Mare de Déu d'agost a les set ja és fosc”*

- Al setembre es comencen a recollir les ametlles, si el fred les ha respectat. També es comencen a adobar els camps per la sembra tot esperant les pluges perquè les males herbes puguin anar sortint i poder-les controlar abans de la sembra.

Durant el setembre també és temps de sembrar alguns cultius com la colza: tot dependrà de les pluges que han caigut.

*“La pluja de final de setembre és la millor per l'herba”*

### 4t trimestre

- Octubre i novembre és temps per a començar la sembra dels diferents cultius.

*“Si a l'octubre plou, el rovelló es mou”*

Ara hi ha diferents varietats d'ordi que son més apropiades per a sembrar-les al novembre.

Continuem mirant al cel perquè plogui i hi hagi una bona naixença dels cultius.

Es fan diferents tractaments per a controlar les males herbes.

- Al novembre es comencen a recollir les olives si els temps també les ha respectat.

Seguim vigilant diferents cultius perquè tinguin una bona naixença i comencem a controlar algunes males herbes. És temps de començar a esporgar els ametllers.

*“Si pel novembre trona, la collita serà bona”*

- Finalment, al desembre haurien d'estar ben nascuts els cultius esperant que ens arribi el fred, així els conreus van arrelant cap al subsòl per després tenir més força per a créixer i produir. També ens ajuda a controlar els fongs.

Continuem vigilant els nostres cultius per les mancances i inconvenients que puguin sorgir.

*“Desembre nevant, blat assegurat; emplenarà el graner i farem un bon paller”*

Bé, segur que m'he deixat algunes coses però en general és el treball que realitzem als nostres camps.

Voldria fer un reconeixement a totes i tots els que tenen granges perquè son els més sacrificats cada dia i durant any rere any. No tenen descans, cada dia han d'estar al peu del canó com es diu vulgarment i gràcies a ells podem omplir el rebost.

Espero que als qui us agradin aquestes tasques de tenir cura de les terres i del bestiar gaudiu d'aquesta reflexió.



# JOSEP M. MAS i MORERA, SL

C/ dels Llacs, parcel·la D 25210 GUISSONA  
Tel. 973550087 Fax 973550081 Mòbil 659737159  
adm@jmmas.e.telefonica.net

## NOTICIARI BREU

### Gòspel al Llor

El diumenge 16 d'abril al migdia, es dugué a terme un concert de gòspel a l'església de Sant Julià del Llor. L'acte fou presentat per Josep Ma Castella, alcalde del municipi, i Laia Argelich, regidora de cultura. La coral Ondara Gospel omplí l'església de gom a gom. La coral compta amb tretze anys d'experiència, i està formada per gent no professional, de la Segarra i l'Urgell, amb una formació de més de trenta cantaires, un pianista, i la seva directora, la Mireia Rosich. El concert va transportar al públic assistent a través de les músiques africanes, el gòspel, les cançons de musicals, etc. I fins i tot els feu partícips d'alguna cançó. Més d'una hora de concert que finalitzaren amb un pisolabis al local del poble.



### Caminada del primer de maig de Sedó

Unacinquantena de persones es van trobar a la Plaça de la bàscula de Sedó per realitzar la tradicional caminada del primer de maig. El recorregut era circular, passava pel Molí de la Roureda i feia dues parades: la primera, a la Font de Torrefeta, on van esmorzar coca i xocolata, i la segona, a l'ermita de la Mare de Déu de Santesmasses, on després de la missa es va obsequiar a tota la parròquia amb un vermut. Els camps enrossits i la sequera van

ser alguns dels temes més comentats donat que habitualment és el color verd el que acompanya aquesta caminada. El recorregut és d'uns 8 km i és apte per a grans i infants i sol acollir veïnatge de Torrefeta i Florejacs. El mateix dia se celebra una trobada de germanor a l'ermita de la Mare de Déu de Maig, amb una gran afluència de persones dels pobles veïns.



### La gent gran de Torrefeta i Florejacs descobreix el cel del Montsec

Prop d'una trentena de persones de l'Associació de la Gent Gran de Torrefeta i Florejacs van participar en la sortida anual que organitzen conjuntament amb l'ajuntament de Torrefeta. El 2 de maig van visitar la Noguera, fent parada al Parc Astronòmic del Montsec, al poble d'Àger i al Monestir de les Avellanets. El que més va impactar al grup va ser la descoberta de la cúpula de l'observatori, així com l'audiovisual que s'hi va projectar. Pere Muixí, president de l'entitat, i Teresa Besora, regidora d'acció social de l'ajuntament, van ser-ne els organitzadors. Entre els i les assistents va haver representació de molts dels nuclis del municipi, i l'alcalde de Torrefeta i Florejacs, Josep Maria Castella Estruch, també hi va assistir, qualificant la sortida de "molt exitosa i un bonic dia de convivència per a la nostra gent".



**JORDI MAS**

**CONSTRUCCIONS  
I REFORMES**

Avinguda de Cervera, 11 25210 Guissona  
Mòbil 687 847 502  
jordimasreiglu@yahoo.es





## Palou es vesteix de llarg per celebrar Sant Ponç

La festa major de Palou es va celebrar el cap de setmana del 13 i 14 de maig, sota un cel ennuvolat i alguna que altra gota de pluja. La caminada de dissabte al matí va recórrer la Vall del Llobregós en un circuit que baixava fins a



la Font de l'Espinal de Granollers, travessava Selvanera -que celebrava la festa del Roser-, fins arribar a la plaça major de Palou. Per la tarda, inflables per als infants. Diumenge es va celebrar



la missa major en honor al patró, Sant Ponç, i després del vermut un centenar de persones van omplir la plaça en el dinar popular de Palou. La tradicional tirada de bitlles va comptar amb els següents guanyadors: categoria masculina, Magí Puig; en femenina, Laia Puig; i en infantil, empat entre Arnau Sabartés i Pol Casoliva. El ball llarg van cloure una festa que ha recuperat la xifra de participants anterior a la pandèmia.

## Gra celebra la Festa del Roser

El diumenge 14 de maig, Gra va celebrar la Festa del Roser. La celebració va començar amb la celebració de la missa en honor a Sant Isidre, i tot seguit la tradicional benedicció de tractors i carretes, amb una quinzena de vehicles, tots ben engalanats per a l'ocasió. A continuació s'inaugurà un grup de rajoles decorades, emmarcant un poema de Jordi Pàmies del juliol de 1962, que parla de Gra. L'acte comptà amb l'assistència de l'autor. Dinar de germanor amb unes 120 persones, que van poder gaudir després de l'àpat de l'actuació del cantautor Lo Pau de Ponts.



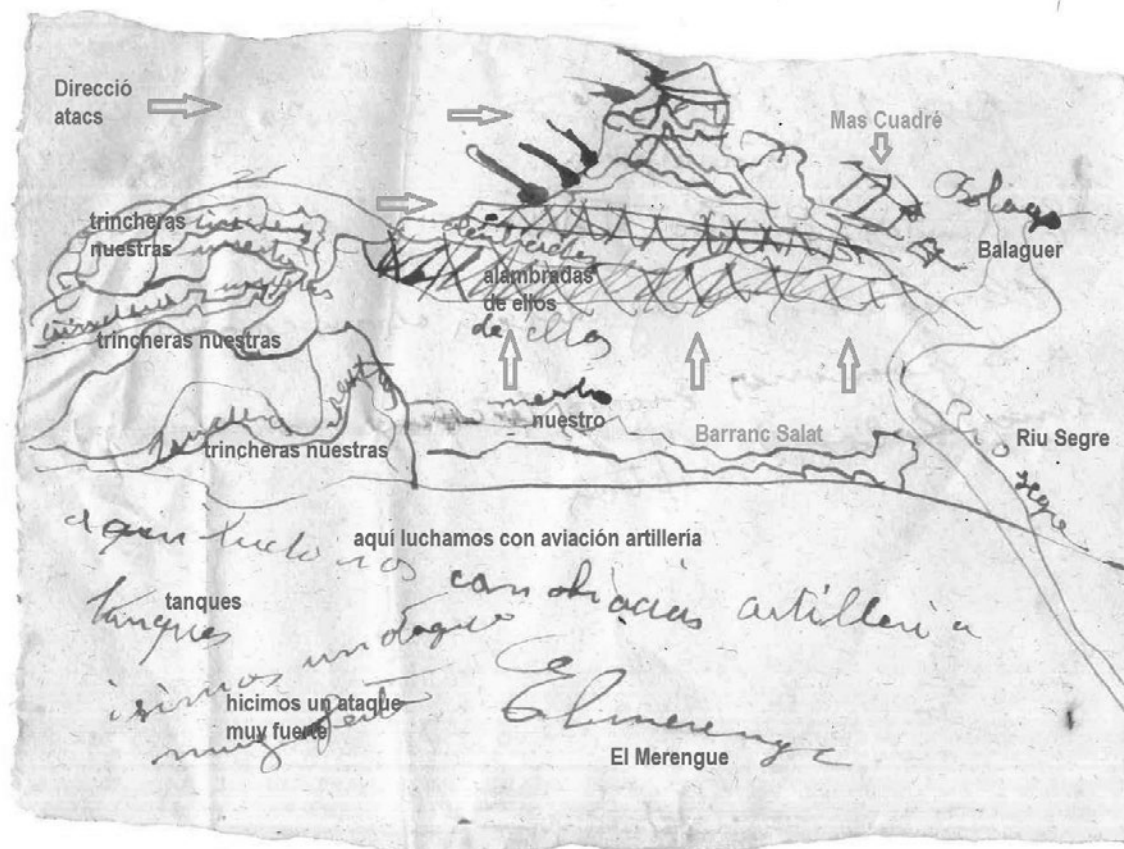
## ELS DESAPAREGUTS EN GUERRA: EL CAS DE JOSEP ABELLA BOADA



Josep Abella Boada va néixer el 10 d'agost de 1920 a Molins de Rei. Solter, era un dels fills del matrimoni entre Josep Abella Grau i Antònia Boada Carbonell, i vivia amb els seus pares, en el moment de la seva mobilització, al carrer Frederic Soler número 5 de Molins de Rei.

Per unes cartes que va enviar a la seva germana Teresa, se sap que fou destinat a la 4a Companyia del 487 Batalló de la 122 Brigada Mixta de la 27 Divisió republicana. Era soldat de l'anomenada lleva del Biberó i fou mobilitzat, junt amb els de la seva lleva i tota la lleva de 1927, l'abril de 1938 (Gaceta de la República, 21 d'abril de 1938). En una ocasió, Josep Benet, biberó com ell ferit en uns exercicis militars i evacuat a la rereguarda, em feia notar com als de la seva generació l'Estat no els donava dret a votar en unes eleccions (la majoria d'edat de 21 anys) però en canvi sí que els suposava capacitats per agafar les armes i lluitar als fronts de combat.

Per mitjà de la correspondència que trametia a casa s'ha pogut seguir el seu rastre. La seva unitat procedia de l'Aragó i, després de la pèrdua de Lleida a començament d'abril de 1939, passà a la riba esquerra del Segre per defensar el sector d'Ivars d'Urgell. La seva primera carta l'envià a la seva germana Maria Teresa, el 14 de maig de 1938, a qui li diu que es trobava a primera línia de front. Participà en els cruentos combats del cap de pont de Balaguer entre el 22 i 28 de maig, en la posició del Merengue o Tossal de Déu, des de la vall de Camarasa, barranc Salat i carretera de Balaguer a Camarasa. L'11 de juny descriu en una nova carta aquell episodi a les germanes Maria Teresa i Rosalia. L'interès d'aquella carta rau en el croquis que hi adjunta amb el detall dels combats (que interpretem





amb en Pol Galitó).

Dues cartes més, de 25 de juny de 1938 i de 2 d'agost de 1938 escriu de nou a la seva germana Maria Teresa per tranquil·litzar a la família. Són cartes en què demanda articles d'ús quotidià, parla d'enviaments i recepció de paquets, però també li diu "...que aviat començarà la gran ofensiva". Si aquest comentari es referia a la Batalla de l'Ebre, aquesta ja feia quinze dies que estava en marxa. Una lletra posterior, de 15 d'agost, confirma ja que es troba a la Batalla de l'Ebre i que li han hagut d'intervenir un dit del peu. A final de setembre es trobava a l'Hospital Militar núm. 13 de Sitges, i després és evacuat a l'Hospital Militar de Montserrat: "...nos llevan a Montserrat, porque allí al Hospital que hay allí es de la Fuerza del Este, y aquí en este Hospital es del 5 Cuerpo del Ejercito y yo soy del 18 cuerpo que para eso nos ponen al Hospital este". A partir d'aquí es perd el seu rastre. En data 9 de novembre de 1939, una nota de la INSPECCIÓN DE LOS CAMPOS DE CONCENTRACIÓN DE PRISIONEROS. 1ª SECCIÓN. Negociado de información de Madrid. En resposta al Sr. Josep Abella Grau, amb la següent resposta: "Contestando a su consulta sobre el paradero de José Abella Boada le participo que en los ficheros de esta Inspección no obran antecedentes del referido individuo".

# Motos Villaró

## reparació i venda

Reparació i venda de tot tipus de motos, bicicletes, motoserres, motobombes, generadors, maquinaria de jardí, micro-cotxes, etc...

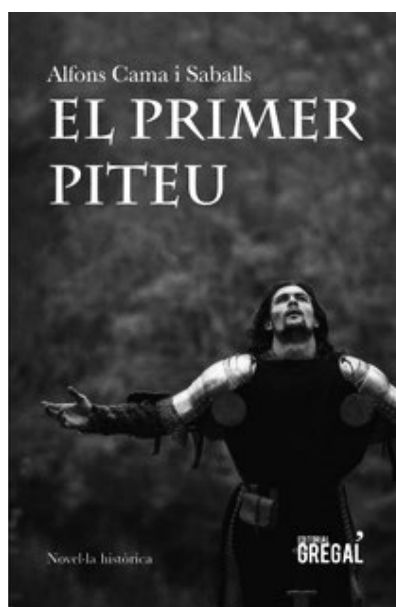
*Obert de dilluns a divendres de 9 a 13:30 i de 15 a 20h, dissabte de 9 a 13h.*

Avinguda Ponts, 10 local 2 · 25210 Guissona Tel/Fax: 973551520 Mòbil: 636933333 [motosvillaro@hotmail.com](mailto:motosvillaro@hotmail.com)



## RECOMANACIÓ DE LECTURA *roser nadal i freixes (la morana)*

### EL PRIMER PITEU



Autor: Alfons Cama i Saballs

Segle XIV. La Guerra dels Cent Anys, les lluites de Pere el Cerimoniós amb Jaume de Mallorca, el camí de Sant Jaume i el monestir benedictí de Tavèrnoles marquen l'existència d'en Gerard fins a la seva arribada a la vila closa de Sant Llorenç de Morunys, a la vall de Lord. Reminiscències de la doctrina herètica dels «bons homes», la vida monàstica i les prèdiques de clergues caragirats determinen el seu caràcter. L'estrall de la pesta, el rebuig vers els jueus i la vida gremial ens situen en una època de forts contrastos. I, entremig, l'amor, la traïció, la prostitució i el patiment, amb tota la seva cruesa. Un text d'una prosa precisa i efectiva que posa de relleu la importància que va adquirir a la zona del Solsonès i, per extensió, a tot Catalunya el món de la draperia, dels teixidors, dels paraires, dels comerciants de llana, dels telers i dels primers tissatges de l'exitós «drap del piteu».

Aquesta novel·la té el valor afegit de transcórrer, una bona part, a Sant Llorenç de Morunys.

## NOTICIARI BREU

### Inauguració del consultori local de Tarroja de Segarra

El president de la Diputació, Joan Talarn, acompanyat del diputat de Salut Pública, Albert Bajona, i de la diputada Rosa Perelló, van presidir l'acte d'inauguració del consultori local de Tarroja de Segarra.

L'acte va comptar amb la participació de l'alcalde de Tarroja de Segarra, Immaculada Secanell Viladot; el gerent de la Regió Sanitària de Lleida, Raül Llevot Pérez, i el president del Consell Comarcal de la Segarra, Francesc Lluch.

Durant l'acte es va fer el descobriment d'una placa commemorativa i es van visitar les instal·lacions.

Es tracta de la rehabilitació d'un espai per a consultori a la planta baixa d'un edifici singular de pedra, que està situat davant del consultori actual, el qual es troba en forma precària. La rehabilitació ha permès fer dos 2 consultes, una sala d'espera i un lavabo.

Pertany a l'ABS de Guissona i donarà servei diari al voltant de 400 persones de poblacions com el Llor, Bellveí, Torrefeta, Concabella i Hostafrancs.



### Magí Puig Mayoral il·lustra la portada del llibre Estiu DLF

El pintor palouenc Magí Puig Mayoral ha il·lustrat

amb la seva obra "Comuniquen", de l'any 2013, la portada del llibre Estiu DLF, de l'autor català Lluís Valls.

Podem trobar la sinopsi d'aquesta novel·la contemporània de Columna Edicions a la web <https://www.grup62.cat/>

*El descobriment de l'amor, el sexe i l'amistat durant un estiu inoblidable.*

*Barcelona, 1989. A punt de fer setze anys, el Víctor veu com l'Arnau, el seu millor amic, té un greu accident la nit de Sant Joan i ha de ser operat d'urgència. Desbordat per l'angoixa que li provoca l'estat de salut de l'Arnau, marxa a contracor a Valcuerno, el poble del seu avi matern. És el primer cop que hi va a passar les festes i el seu apocament el tenalla, però la passió que sent pel Tour de França i la tossuderia d'un veí amb un passat intrigant l'ajudaran a fer amistats i a conèixer personatges fascinants que l'abocaran a viure situacions insòlites, completament allunyades del tedi que sentia a Barcelona.*

*"Estiu DLF" és el descobriment d'un món nou, un viatge iniciàtic en què l'obstinació per reivindicar-se, per descobrir l'amor i el sexe, empeny el protagonista a enfrontar-se amb les conseqüències dels seus actes, a patir l'aflicció de la culpa i a refer els llaços amb la seva família.*



## construccions RAMON RIUS



SANAÜJA (Lleida)  
tel/fax 973 47 62 03  
mòbil 610 98 64 54





Cal recordar que en Magí Puig és un pintor d'abast internacional, amb origen a Palou i residència a Tàrraga, qui ha exposat la seva obra en sales prestigioses de Barcelona, Montpeller, París, Londres i Nova York.

## Florejacs i Les Sitges a la ruta “Entre Merlets” del Consell Comarcal de la Segarra

‘Entre Merlets’ és una ruta en clau de dona creada pel Consell Comarcal de la Segarra, on es dona veu a dones que han estat silenciades o invisibilitzades, malgrat haver contribuït a la història i el desenvolupament de la societat segarrenca.

La ruta recorre quatre castells visitables de la comarca: Concabella, Florejacs, les Pallargues i les Sitges. A través de les vides de vuit dones, algunes de reals (Aurembiaix d’Urgell, Violant de Cabrera, Aldonça Roig d’Ivorra, Guinedilda de Cervera, Blanca Alemany i la seva filla Sibilla) i d’altres de llegenda (la Dama de les Flors de Florejacs i l’esposa del barber de Concabella), el visitant recorre una part significativa de l’edat mitjana lleidatana. En els arxius històrics es conserven nombrosos documents que evidencien una àmplia presència femenina, com comtesses que ostenten el poder, dames que governen castells i pageses que colonitzen, entre d’altres.

Els castells estan senyalitzats amb plafons explicatius on, a més, hi ha un codi QR que porta el visitant a un contingut web on podrà veure quatre vídeos de dones que viuen i treballen a la Segarra actualment i que expliquen la seva experiència com a artesanes i creadores. *Informació extreta de la revista DESCOBRIR*

## Resultat de les eleccions municipals 2023

El diumenge 28 de maig es van celebrar les eleccions municipals. La mesa electoral de Torrefeta va estar constituïda per : Josep A. Rego San Pedro com a president, Ma Carme Escribà Carulla com a primera vocal, i Núria Oliva Llorens com a segona vocal. Moltes gràcies per la feina que vàreu dur a terme!

Amb un cens de 488 persones en van votar 320, que correspon a un 65,57% de participació.

Els resultats van ser els següents:

ERC-AM: 250, CUP: 51, EN BLANC: 12, NULS: 7.



## Revetlles de Sant Joan

Un any més i seguint la tradició, s’han celebrat diverses revetlles de Sant Joan a diferents nuclis del municipi, per commemorar la nit més màgica de l’any. Coca, petards i xerinola són els ingredients que no poden faltar per celebrar la revetlla.

A Bellveí, s’hi van aplegar una trentena de persones per sopar, tirar petards, menjar coca de Sant Joan, beure cava i gaudir al voltant de la foguera, que cada any encenen quan ja és fosc.

A Sedó es van fer diversos sopars de celebració de la revetlla. A la piscina s’hi va celebrar el més participatiu, amb diferents menús a escollir, ben acompanyats de la coca, el cava i els petards que es van poder sentir fins ben entrada la nit.



## SANT JOSEP DE CALASSANÇ, EL SANT DELS NENS

A tocar del Mas d'en Porta, casa pairal al centre de l'illa guissonenca dins Torrefeta i Florejacs, s'alça una estàtua en honor d'un dels sants "moderns" més vinculats a la Segarra i, per extensió, a les Terres de Lleida: Sant Josep de Calassanç.

El nostre protagonista va néixer a Peralta de la Sal, poble de la Franja, l'any 1558. De molt petit, mentre corria entre les oliveres del poble amb un ganivet en la mà per caçar al dimoni, es va guanyar el sobrenom del "Santet" entre la canalla del poble i no va trigar en manifestar la voluntat de fer-se capellà. Tot i les primeres resistències del pare, alcalde del lloc, va aconseguir marxar a estudiar filosofia i teologia a les universitats de Lleida, València i Alcalà. Amb 25 anys, a l'església del palau episcopal que el bisbe d'Urgell tenia al castell de Sanaüja, va ser ordenat sacerdot.



Fou designat secretari de la diòcesi d'Urgell en la que, durant tres anys, va desenvolupar la tasca d'apostolat pels pobles de l'Alt Pirineu, dirigint també les accions de persecució de bandolers i de protestants (dits despectivament "hugonots") que predicaven per les muntanyes.

L'any 1592, després d'unes fracassades gestions per obtenir una canongia, renuncià als seus càrrecs urgellencs i es traslladà a Roma, on es posà al servei de la poderosa família Colonna. Al cap de poc temps, el riu Tíber es desbordà i provocà una de les majors inundacions de la història de la ciutat eterna. La catàstrofe causà prop de 2000 morts i deixà centenars d'infants i joves abandonats, abocats a la misèria i sense educació.

Aleshores va decidir dedicar les seves energies a l'ensenyament dels més desafavorits. A la parròquia de Santa Dorotea "per remei de la ignorància i per consol del dissortat" (com canten els goigs) va fundar la primera de les escoles gratuïtes d'Europa, que va

anomenar "Escoles Pies". Quan una nova inundació va tornar a arrasar el raval on desenvolupava l'activitat, Josep va decidir tornar a començar, però ara des del cor de Roma. A Sant Pantaleó va crear una comunitat secular, mantinguda gràcies a les donacions -que el prestigi atreia-, fins que l'any 1617 el reconeixement papal va convertir les Escoles Pies en congregació. Així l'Orde es va estendre ràpidament amb més de quaranta fundacions per Roma, Gènova, Nàpols, Florència, Sicília, Germània, Polònia i Sardenya. Al 1638, a través del seu col·laborar pare Melcior Alachi, va intentar obrir una escola a Guissona, però la Guerra dels Segadors va frustrar el projecte. A propòsit de la tasca, va instruir a aquell, exposant-li que *"La nació catalana és singular en benvolença per a qui s'hi porta bé, perquè son persones pràctiques i de gran judici i prudència"*.

No obstant, el papa Inocenci X li va retirar la jerarquia de l'obra, essent destituït i jutjat per la Inquisició, però malgrat tot es va negar a deixar d'impartir lliçons de llatí i retòrica. No va retirar mai



el seu suport a l'Orde. "Déu m'ho va donar, Déu m'ho va prendre", deia.

El 25 d'agost de 1648, sense haver retornat a Catalunya, però consolat per la concorreguda aparició de la Mare de Déu, acompanyada de 254 dels seus companys escolapis ja difunts, va morir a Roma. Trenta anys després era canonitzat pel papa Climent XIII.

Tanquem doncs amb optimisme i, com canten els seus devots igualadins, afirmem que "És prou clara la Paraula, / el reialme és dels infants: / És el pa que ens porta a taula / Sant Josep de Calassanç"



www.ribaltafills.com  
administracio@ribaltafills.com

C. Josep Escaler, 7  
25790 OLIANA  
Tel: 973470138  
Fax: 973470633

**IBALTA I FILLS, SA**

## ○ INFORMACIÓ

### BALANÇ POSITIU DEL TANCAMENT DE LES DEIXALLERIES DE LA SEGARRA



Més de 2.500 persones s'han registrat a l'APP Komtainer per accedir a les deixalleries comarcals i a les àrees d'emergència.

Des del mes de febrer el Consell Comarcal, des de l'àrea de gestió de residus, ha habilitat un control d'accés a les deixalleries de Cervera i Girona així com a les àrees d'emergència d'aquestes poblacions (espais on hi ha situats contenidors per a les diferents fraccions, pensada només per a casos d'emergència en les poblacions amb recollida porta a porta).

El control d'accés consisteix a registrar-se a l'aplicació Komtainer a través del mòbil o disposar d'una targeta que es pot aconseguir a les oficines del Consell Comarcal.

A dades de finals d'abril, consten més de 2.500 persones registrades a la comarca, entre usuaris de les deixalleries comarcals i les àrees d'emergència. Cervera 1422 usuaris, Girona 928, i poblacions com Torrefeta i Florejacs o els Plans de Sió també denoten un important nombre d'usuaris.

De les deixalleries en poden fer ús tots els habitants de la Segarra, seguint la normativa establerta al reglament comarcal del servei de gestió de residus. En canvi, les àrees són d'accés exclusiu pel

veïnat de la mateixa població. La limitació d'accés a les àrees d'emergència es fa en funció del tipus d'usuari: veïnat en general, sector de la restauració, segona residència ...

La resposta ciutadana de la posada en funcionament d'aquest control d'accés és positiva i confirma que fomenta el fet d'evitar els punts negres en què es converteixen a vegades les deixalleries, sobretot després de caps de setmana llargs i, a la vegada, s'obté que se'n faci un ús adequat de les deixalleries.

Informació extreta de la web del Consell Comarcal de la Segarra.

## ELS ESTIUS A BELLVEÍ

Nostàlgia i enyorança son les emocions que sento cada vegada que vaig a Bellveí. Un poble ple de records d'estiu, amb places i carrers que havien estat transitats per les nostres bicicletes. Justament a Bellveí, a la bàscula de la Farreria, és on vaig fer les meves primeres pedalades acompanyada pel Ramon de Cal Castell que m'agafava del seient fins que vaig ser capaç de mantenir l'equilibri.

Segurament l'enyor es deu a què en aquest petit poblet del cor de la Segarra vaig passar una infantesa feliç, a Cal Paleta, a la casa on el padrí i la nana em cuidaven i em mimaven com només ells sabien fer.

Cal Paleta és la primera casa entrant al poble, és una casa gran adossada a un altre edifici que en dèiem la Sala del Ball (perquè antigament hi havien fet ball). Ara només hi havia andròmines del padrí que era paleta: una formigonera, taulons, rajoles, bigues, carretons, pales, etc. També era el lloc on fèiem el mondongo quan matàvem el porc. A mi m'agradava anar-hi perquè sempre hi trobava alguna cosa per jugar o inventar-me una història.

A darrera la casa hi havia un hort on el padrí hi plantava tomateres, enciams, cebes, i d'altres hortalisses que la veritat és que no recordo, perquè això mai m'havia interessat gaire. Jo simplement veia que ell posava la mànega que sortia des del dipòsit (piscina com en dèiem nosaltres, perquè el meu germà i jo ens hi banyàvem) i regava cada vespre... També veia que els estiejants venien a buscar-li verdures i deien que a Barcelona no trobaven aquests tomàquets tan dolços.

La nana feinejava amb la regadora, un era l'encarregat de l'hort i l'altre de les flors i les plantes. No sé si era ella o era l'espècie de roser, però l'olor de les de les roses de baix a l'hort era única, mai més he tornat a sentir aquella flaire tan bona.

La feina mai no s'acabava perquè una vegada havien regat s'havia de donar menjar als porcs, a les gallines, als conills... Aquí sí que a vegades ajudava (o enredava), sovint badava mirant amb la fallera en què menjaven els porcs quan el padrí els tirava trossos de meló barrejats amb carbassons. O seguia a la nana fins a les estances de les gallines per plegar els ous o per tirar-los el pinso barrejat enciam i restes del nostre dinar. Aquelles olors de bestiar també em transportaven a un món feliç.

La casa era gran i n'aprofitàvem totes les estances. Només entrar hi havia una habitació que nosaltres en dèiem el cosidor, hi havia dues màquines de cosir, una fusta de planxar, capsos i capsos plenes de fils, botons, cremalleres, cintes... Allà la nana es passava hores i hores cosint, planxant i plegant roba. Això era el que més li agradava, era tot el seu món, la roba! Tota la vida havia estat modista i aquella era la seva gran afició. Només ella sabia com arreglar qualsevol descosit, cosir vestits de tots tipus i planxar la roba de manera que quedés impecable. Ben coneguda era la seva afició i més d'un li portava roba per arreglar. A mi em feia tots els vestits de festa, les disfresses i la robeta per les nines. Ella era feliç fent el que millor sabia fer.

La cuina sempre feia bona olor, al migdia se sentia olor de macarrons gratinats o de conill amb ceba fregida, i al vespre sempre feina olor d'amanides amb all cru perquè el padrí en menjava cada dia!

Les habitacions tenien armaris carregats de coses que jo trobava curioses i que de tant en tant m'entretenia a xafardejar. La nana hi tenia sabonets de formes diferents que feien molt bona olor. És curiós com les olors queden impregnades per sempre a la nostra ment i al nostre cor!

Però l'estança que més m'agradava era el despatx del padrí. Allà, en una taula gran i antiga m'asseia i obria amb molta cura un calaix gran i feixuc, sigilosament en treia agendes, dietaris antics, una calculadora, segells amb la seva tinta i moltes altres coses que el padrí guardava d'anys enrere. Com si d'una comptable es tractés jugava simbòlicament a ser gran mentre ells feien migdiada.

A vegades, però, el silenci de la migdiada era trencat per una trucada telefònica. Casa nostra tenia el telèfon públic i si es rebia una trucada demanant que s'anés a buscar la Nuri de cal Bargués o la Consuelo de cal Pastor algú havia d'anar-les a avisar i en uns minuts havien de ser allà perquè tornarien a trucar. Avui dia que tothom té el seu propi mòbil es fa molt



### VM TALLER D'AUTOMOCIÓ

C/ Bonalguia, 18 - 25210 Gulisona - Tel. i Fax 973 55 03 82  
vmtallerautomocio@gmail.com

LÍNIA PRE-ITV    ALINEACIÓ DIRECCIONS  
MÀQUINA DIAGNOSI    NETEJA VEHICLES  
AIRE CONDICIONAT    REPROGRAMACIÓ  
CENTRALETES



### VM TALLER INDUSTRIAL

C/ Tapioles, s/n - 25210 Gulisona - Tel. 973 55 01 18  
vmtallerindustrial@gmail.com

MAQUINÀRIA AGRÍCOLA  
I INDUSTRIAL:  
CAMIONS    TRACTORS  
CARRETES    PLATAFORMES



estrany imaginar que només hi havia un telèfon en tot el poble.

També podia passar que se sentís el “piiiiip” del tractor de cal Cabanes o de cal Fascinaire que venia carregat de gra i la nana havia de córrer cap a la bàscula per pesar o per tarar. A vegades l’acompanyava perquè m’agradava mirar com en un petit talonari hi quedava marcat el pes del tractor. A vegades me’n regalava algun per jugar.

Però en general a les hores del mig del dia la gent aturava la feina perquè feia molta calor. Malgrat tot, nosaltres, els infants, abans de les 16h ja fèiem cap al corral del Sergio on jugàvem al Set i mig, a intercanviar cromos o simplement a xerrar una estona.

A les 16h ja teníem permís per córrer pel poble, així que bicicletes en mà cada dia en fèiem alguna. A vegades improvisàvem curses cronometrades al voltant del castell, d’altres baixàvem amb la bici les escales que donen a la plaça de l’església, d’altres fèiem una cabana a les pedres de Cal Simon, d’altres anàvem al Centro a fer una partida al Dicciopinta.... Cada dia era diferent. A les 17h era l’hora d’anar a Cal Ramonet, a la piscina. El Ramon i la Maria ens deixaven banyar sota les seves estrictes normes: a les 17h hora d’entrada i a les 17;45 hora de sortir de l’aigua. I quina sort poder comptar amb ells, uns grans mestres de vida que fins i tot ens donaven classes per perfeccionar la nostra natació.

Després era hora de berenar i com que la marinada ja començava a arribar era el moment perfecte per fer una bona ruta amb bici, cap al Llor, la volta a la via... La nana patia perquè no sabia on érem, però cap al vespre ja tornàvem i de cop semblava que la gent del poble es despertés perquè tothom sortia a prendre la fresca i es feien reunions arreu.

El meu germà i jo sopàvem al carrer, davant de Cal Paleta, amb el padrí assegut en una cadira de plàstic blanca i la nana normalment asseguda amb un coixí al pedrís. També solia venir la Roseta de cal Pasqual i de vegades els de Cal Galiana. L’Ivan sempre menjava un bon plat de ceba fregida, i jo algun entrepà. La Laia de cal Olié baixava amb la seva mare menjant un biquini, la Maria de cal Nadal portava el seu entrepà de tonyina i olives i l’Òscar i l’Isaac ja venien sopats. Recordo que mentre sopàvem saltaven escarabats de la llum del carrer, a mi em feia molta angúnia, però a ningú més semblava importar-li.

De postres sempre teníem un préssec que mossegàvem mentre pedalàvem ja cap a la Plaça de l’Estrella per no perdre temps. Abans, però, fèiem parada a davant de Cal Cabanes, que hi havia una altra reunió de fresca, allà amb la Leonor, la Maria de Cal Clic, la Dolores de cal Piquet, la Maria de cal Mestre... ens preguntaven com estaven els nostres pares, quan havíem arribat i què grans ens fèiem.

Finalment a la Plaça de l’Estrella ens assèiem al banc de fusta davant de cal Freixes. Allà passàvem hores i hores jugant al Trivial, xerrant, explicant acudits, rient,... Quan l’estiu ja era avançat i hi havia més estiuejants també s’hi afegien el Joan i la Laia de cal Marí, la Sandra de cal Pelat... Ens hi aplegàvem grans i petits i passàvem molt bones estones. El Ramon sempre estava envoltat de gatets petits i el Salvador ens feia concerts de guitarra. A vegades els de cal Marí tocaven la flauta travessera, el saxo... cantàvem i rèiem amb els grills de banda sonora. També escoltàvem amb atenció històries que explicaven els grans, històries que encara no enteníem però que semblaven divertides. L’Anna de Cal Freixes i la seva amiga valenciana sempre tenien coses per explicar. I el Pere de cal Reculta i el tiet de cal Castell hi posaven aquell humor característic de Bellveí.

Amb tot plegat se’ns feien les tantes i cada dia anàvem a dormir més tard. Per sort el padrí i la nana em deixaven dormir al matí i a vegades em llevava quan ja era l’hora de dinar! I sant tornem-hi.... així dia darrere dia. Bé, cada dia menys els dijous que tocava anar a mercat a Guissona. Allà es comprava tota la fruita que necessitàvem per passar la setmana, també el peix, la carn i d’altres comestibles. També s’havia d’anar cada dijous a Cala Coloma, una merceria on la nana setmana sí setmana també tenia alguna cosa per comprar: una veta, un fil, una agulla... Aquelles dependents ja la tractaven com si fos de la família, devia ser la seva millor clienta! Si la podia convèncer, cosa que solia passar sovint perquè era molt fàcil de persuadir, també anàvem a cal Barnola i allà em deixava comprar un còmic de Zipe y Zape. De pa no en compràvem perquè cada setmana passava el forner pel poble, amb la furgoneta blanca carregada fins dalt de barres i pans rodons. Feia sonar el clàxon i tothom sortia a carregar el sac per passar la setmana. De tant en tant ens regalava alguna gormanderia com una regalèssia o un núvol de sucre.

El millor de tot l’estiu, però, era preparar la festa major, la setmana abans de Sant Jaume era frenètica... penjar banderetes, cartells, preparar el bar amb les begudes, organitzar la tómbola, etc. El dissabte i el diumenge de festa major era el clímax d’un estiu fantàstic. Totes les cases del poble estaven plenes de gom a gom, arribaven els de cal Serafí, la Loli, els de cal Porta de dalt... A mi m’agradava perquè els grans ens deixaven vendre números per la rifa, repartir entrepans i ballar sense parar! El diumenge s’havia d’anar a missa, ben mudats, la nana era qui havia anat a “vençar” les campanes per anunciar la festa. Després menjàvem coca beneïda, i abans de dinar passàvem casa per casa a cobrar els músics i a passar el platet de la Mare de Déu. Tot plegat era una festa per a nosaltres, i ho fèiem de bon grat.

L’estiu passava volant i en aquells moments no era conscient de quina manera aquell petit poble se m’hauria quedat tatuat al cor per sempre més. Bellveí és el poble on he passat gairebé tots els estius de la meva infantesa, cal Paleta és la casa que portaré sempre al meu record... i volia deixar-ho per escrit perquè tots aquests moments viscuts no se’ls endugui mai l’oblit.

En aquest número de La Veu de Torrefeta i Florejacs us descobrim una cantant que viu a Sant Martí de la Morana, la **Clàudia Ribera Escribà**, que amb només 15 anys ja ha fet diverses actuacions a la comarca. Per documentar-nos una mica sobre els seus inicis, ens hem posat en contacte amb la Judit Terribas Llopis, una de les seves primeres professores de cant de l'Escola Municipal de Música de Guissona, qui ens ha comentat que el seu instrument (és a dir, la seva veu) s'adapta molt als canvis. Té molta facilitat, molts registres i no li fa por acceptar reptes nous perquè d'una manera molt ràpida el seu instrument s'hi adapta. Això és molt bo perquè li permetrà cantar qualsevol estil de música que es proposi, evitant quedar-se estancada en un gènere musical determinat. Pel que fa a la seva evolució, és



una persona amb moltes ganes d'aprendre coses noves sempre, no és gens altiva, i és molt prudent. Ha explorat el que pot fer amb la veu i ha crescut molt a nivell musical en molt poc temps.

### **Clàudia, a quina edat et va començar a interessar la música?**

Als 8 anys vaig començar a cantar a la coral de la meva escola, però des de ben petita sempre havia tingut una petita passió per la música, i cada cop va anar creixent més.

### **Des de quan cantes?**

Des dels 7 ja m'agradava molt el món de la música, i ja cantava per diversió.

### **Des de quan fas classes de cant?**

Que m'hi dediqui "professionalment" fa 3 anys, és a dir quan tenia 12 anys.

### **Com et vas adonar que t'agrada la música?**

Quan era petita escoltava cançons a la ràdio que m'agradaven molt, i a partir d'aquí intentava cantar-les i m'ho passava molt bé, i poc a poc em vaig anar endinsant més en aquest món.

### **Veus el teu futur professional dins el camp de la música o tens alguna altra cosa en ment?**

Doncs la veritat m'agradaria molt seguir dedicant-m'hi a nivell més professional, ja que ara em baso amb el més bàsic, però m'agradaria seguir millorant i aprenent. Tot i que, a més també m'agradaria ser mestra de llengües.

### **A banda de cantar, t'interessa alguna altra disciplina musical, com la interpretació?**

A l'hora de posar-te a cantar, una ha de saber interpretar i sentir la cançó a nivell emocional, i



transmetre a la gent l'emoció que estàs sentint al fer-ho, així que em baso també en interpretar les cançons i sentir-les tan jo, com la gent que m'escolta.

### **Toques algun instrument?**

L'any passat tocava el piano, aquest any ho vaig deixar, però l'any que bé m'agradaria tornar-lo a tocar.

### **Ens consta que has fet algunes actuacions, entre elles al teu poble, Sant Martí de la Morana, a petició de l'ajuntament de Torrefeta i Florejacs. Quants bolos portes?**

Tenint en compte les audicions que anem fent al llarg del curs a l'Escola de Música de Guissona, aquest any en dec portar uns 6 o 7.

### **En quina de les actuacions que has fet fins ara t'ho has passat més bé i per què?**

L'audició que he gaudit més fins ara va ser al maig, quan vam fer un concert amb l'Escola de Música, a l'Ateneu. La veritat és que vaig estar molt tranquil·la al llarg de tota l'audició i em vaig sentir molt segura al veure que el públic gaudia del que jo estava fent, i això em va donar satisfacció i plaer.

### **Has pensat a presentar-te en algun concurs de cant d'aquests que surten per la televisió?**

Durant aquests últims 2 anys, em vaig presentar a la Voz Kids, però no vaig tenir èxit i em vaig quedar a pocs càstings d'entrar, però estic molt orgullosa d'on vaig arribar, ja que molts nens no van aconseguir arribar fins on vaig fer jo.

### **Estàs estudiant batxillerat. Cap on dirigiràs els teus estudis?**

L'any que ve faré 4t d'ESO, i tinc pensat fer el Batxillerat social, ja que m'agraden molt les llengües.

### **Quines expectatives de futur tens?**

M'agradaria seguir dedicant-me a la música, i seguir cursant estudis musicals, però a nivell més professional.

### **T'agrada la vida a Sant Martí de la Morana?**

Sí, és un poble molt tranquil, on pots gaudir de tots i cada un dels espais que ofereix, i tot i que és petit, fa l'efecte de molt acollidor.

### **Què és el que destacaries del poble. Algun racó especial?**

Ara que la plaça està arreglada, és un molt bon lloc per sortir a passejar i prendre la fresca, ja que també hi ha bancs i pots descansar i relaxar-te.

### **Et veus vivint a Torrefeta i Florejacs quan acabis els teus estudis?**

Quan tingui els 18 anys, m'agradaria anar-me'n fora de casa a cursar altres estudis, i inclús a treballar en alguna orquestra musical.

Desitgem a la Clàudia que pugui créixer realitzant els seus somnis, i que dugui el nom de Torrefeta i Florejacs allà on vagi. Nosaltres, en la mesura que puguem, ho anirem documentant en aquest butlletí municipal. Segueix passant-ho molt bé, Clàudia, i segueix creixent amb la música!



## **CONSTRUCCIONS I REFORMES**

# **J.R. SANCHEZ**

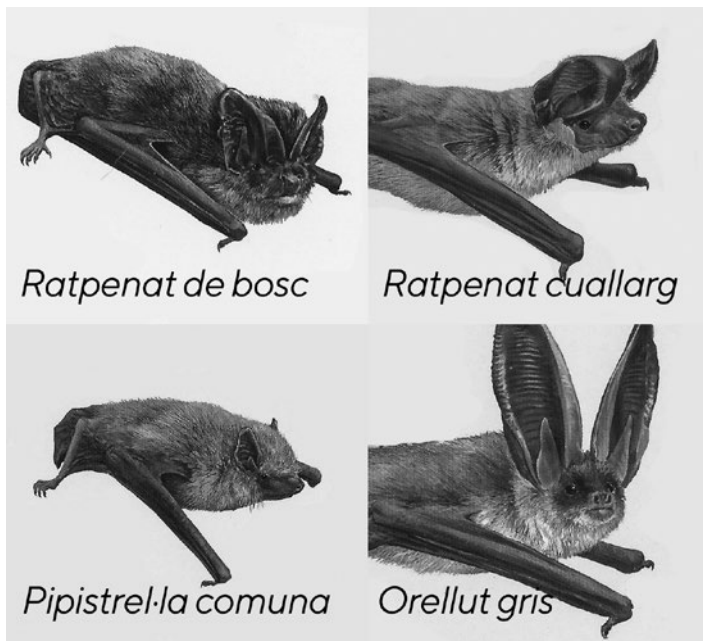
Raval Sant Pere, 6 25210 GUISSONA  
Telèfons: 973 55 04 41 676 58 74 16 609 07 49 72  
jrsanchezcons@gmail.com

## ELS PETITS PRÍNCEPS DE LA NIT

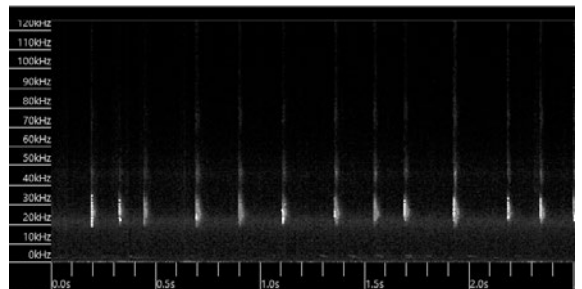
Si sortim a passejar qualsevol nit d'estiu de ben segur que ens acompanyaran uns petits animalons alats, els únics mamífers que han aconseguit conquerir el cel: els ratpenats.

Algunes de les equivocades llegendes sobre aquests fascinants animals és que són xucladors de sang i completament cecs. Ni una cosa ni l'altra! Són insectívors i tots hi veuen, encara que només perceben el món en blanc i negre. Però el cert és que el fet que surtin només de nit fa que siguin uns grans desconeguts per la majoria de nosaltres.

Per poder orientar-se en la foscor i capturar les seves preses, els ratpenats disposen d'un sofisticat sistema d'ecolocalització. Emeten pulsacions sonores fora dels límits d'audició de la oïda humana (superiors als 20 kHz, que és la freqüència més alta que som capaços d'escoltar nosaltres) a través de la laringe i les projecten per la boca o per les fosses nasals utilitzant les seves grans orelles per detectar l'eco que es produeix quan les ones de so reboten amb els objectes. Els detectors d'ultrasons ens permeten enregistrar aquests crits, i mitjançant programes informàtics com el Kaleidoscope, analitzar-los per esbrinar a quina de les 30 espècies de ratpenats presents a Catalunya corresponen.



A les imatges, extretes de la Guia de camp d'Oryx, us presento quatre espècies diferents presents a la nostra comarca. Podeu veure també una mostra d'un sonograma de 3 segons enregistrat aquest mes de maig prop del Castell de les Sitges. Cadascun dels crits té una durada aproximada de 2 mil·lisegons i una freqüència mitjana de 25 kHz. Amb aquestes dades podem saber que l'individu que va passar davant del detector aquella nit pertanyia a l'espècie *Plecotus austriacus* (orellut gris).



Si us pica la curiositat, us convido a visitar la plataforma de ciència ciutadana [ratpenats.org](http://ratpenats.org), on s'explica amb tot detall el funcionament dels mostreigs acústics i altres protocols d'estudi d'aquests mamífers, com les caixes refugi o el seguiment en coves.

I això és tot. Si teniu qualsevol dubte o em voleu proposar algun tema pel proper article, només cal que m'envieu un correu a [lanaturalistaamateur@gmail.com](mailto:lanaturalistaamateur@gmail.com)



**Amb tu, de la sembra a la collita**  
**Experts en cultius alternatius**

**Mas Mascaló (Selvanera)**  
[josepmbesora@masmasco.cat](mailto:josepmbesora@masmasco.cat)  
Tel: 607 22 59 55 (Josep M)  
Tel: 646 92 68 89 (Èlia)

## **PARLEM DE PLANTES** *teresa besora i freixes (riber)*

### **LA FARIGOLA, TIMÓ O THYMUS VULGAIS**

És una planta perenne de la família de les labiades d'uns 30 cm d'alçada amb flors rosades i blanques.

Va molt bé per combatre al mal de cap de tipus nerviós, ajuda a expulsar gasos, és digestiva i estimula la gana. Evita els espasmes intestinals, la mucositat, bronquitis, tos, ronquera, i una ajuda pel creixement del cabell, combatre la caspa i el mal alè.

També és una bona ajuda per problemes de l'aparell urinari per *banys d'asiento* i regula el cicle menstrual i per al mal de queixal fent glopeig.

A la cuina es pot utilitzar per donar gust a plats de carn i per aromatitzar formatges, olives...

Les típiques sopes d'all i farigola de tota la vida, era el plat d'aprofitament del pa sec d'abans. Escalfàvem l'oli, i afegíem l'all, la farigola, l'aigua i el pa. Esperar una estona que estiguin ben bullides, i per ser més bones afegir un ou. El plat estrella de la meva padrina.

Amb la farigola podem fer una tintura. En un pot de vidre posarem tres quarts de pot de farigola i la resta d'alcohol, es posarà a macerar una setmana. Serveix per al tractament de l'acne usant cotó a la zona afectada.

També podem fer un oli de farigola igual que amb la tintura, però en comptes d'alcohol se li ha de tirar oli d'oliva i esperar quaranta dies. El podem utilitzar per fer massatges, sabons i oli essencial per mitjà d'un alambic.





## **Valentí Padullés Vilà**

### **Materials i eines per la construcció**

Av. Onze de Setembre, 26 25210 Guissona  
Tel. 973550117/ Fax: 973550117  
valentipadulles@gmail.com

## **RACÓ DE CINE** *roser nadal i freixes (la morana)*

### **LA DONA DE LA MUNTANYA**



Any: 2018. Durada: 97 min. País: Islàndia, França i Ucraïna.

Direcció: Benedikt Erlingsson.

Gènere: Aventures, drama i comèdia.

Sinopsi: Halla, directora d'un cor i eco activista, planeja bloquejar l'activitat d'una planta d'alumini de Rio Tinto a les terres altes d'Islàndia, i danya intencionadament les torres d'electricitat i cables per tallar el seu subministrament d'energia.

Al mateix temps que el govern intensifica els esforços policials i de propaganda per atrapar-la i desacreditar-la, rep la notícia que s'ha aprovat la seva sol·licitud per adoptar una nena òrfena d'Ucraïna. La pel·lícula gira entorn dels seus intents de conciliar el seu perillós activisme amb la propera adopció.

La podeu trobar a la plataforma FILMIN en català i a Netflix en castellà.





## LA PUBLICITAT ALIMENTÀRIA DE LA SALUT I EL BENESTAR

La publicitat existeix des que existeixen productes per comercialitzar. En l'antiguitat, a Grècia i Roma hi havia la figura del pregoner, qui anunciava l'arribada d'embarcacions carregades de vi, queviures i altres. La invenció de la impremta va donar lloc al que avui coneixem com a publicitat.

La publicitat dels aliments ha estat marcada per la demanda del consumidor en cada moment, amb els diferents conceptes d'alimentació, plaer i salut al llarg de la història. En les últimes dècades, la publicitat alimentària ha guanyat en complexitat degut a l'aparició de nous aliments.

Si repassem la publicitat alimentària dels últims anys, s'observa la seva evolució des de missatges dirigits a les mares de família, presentant nous productes que es deslligaven del producte agrari oferint nous sabors, passant per les marques comercials com a garantia de qualitat del producte i posteriorment per la importància de l'estètica, fins arribar a l'objectiu publicitari actual: la salut i el benestar.

En els últims anys s'ha desencadenat un problema alimentari global: el sobrepès i l'obesitat amb les



alteracions de salut associades. Les persones prenen consciència de la importància d'estar sa. És per això que la salut i el benestar es converteixen en l'objectiu tant de les empreses alimentàries com de l'Administració, comunitat científica i medis de comunicació. Tenim una àmplia oferta de productes, la publicitat dels quals ens fa entendre que milloren la nostra salut i benestar. Hi ha productes per millorar el trànsit intestinal i l'hàbit deposicional, per perdre pes, per millorar la

salut dels ossos, per enfortir el sistema immune, per donar-nos més energia, per controlar la tensió arterial, per controlar el sucre de la sang, etc.

També hi ha productes que se centren en les emocions i ens fan entendre que consumint-los ens faran sentir bé, més feliços i amb més vitalitat. Encara que no es relacionin directament amb la salut física perquè normalment són productes no saludables, la publicitat que ens arriba ha fet que els associem amb un fals benestar emocional, el qual té una importància vital per nosaltres.

Però perquè un producte tingui un ingredient o característica que ens ajudi a millorar la nostra salut, ja el podem considerar com a saludable? Jo penso que no. Hem de ser curiosos/es i informar-nos de quins altres ingredients porta un producte i decidir ben informats/des si el volem consumir o no. Moltes vegades ens deixem portar pel missatge de salut d'un producte i l'ingredient que remarquen: "amb L-casei", "amb bífidus", "light", "0%", "sense sucres afegits", etc. Però és probable que estiguem davant d'un producte ultraprocesat, el qual conté altres ingredients poc o gens saludables.

D'entrada, si mirem la llista d'ingredients d'un producte i conté sucre en tots els seus noms (glucosa, mel de canya, melassa, fructosa, dextrina, maltodextrina, xarop, almívar, midó, dextrans, panotxa, panella, etc.), ja podem considerar-ho un producte de baixa qualitat. Els productes "light", baix en greixos, sovint porten sucres, quina incongruència! I en el cas de productes "sense sucres afegits", si aquests contenen edulcorants químics o polialcohols, també són productes de baixa qualitat.

Si volem aconseguir o mantenir un bon estat de salut, fariem bé consumint principalment aliments i productes mínimament processats, evitant els ultraprocesats, que en molts casos van acompanyats d'un missatge de salut i/o benestar.

## LA PREVENCIÓ ÉS LA MILLOR EINA PER LA BONA SALUT ORAL

Una bona salut oral ajuda a gaudir de la vida. Ens permet parlar amb claredat, mastegar, degustar i empassar els gustosos i nutritius aliments, a més de poder mostrar els nostres sentiments mitjançant les expressions facials com el somriure.

En la cavitat oral podem trobar múltiples problemes, com càries, pulpitis, gingivitis, periodontitis, sensibilitat, bruxisme, mal alè, sequedat de boca, candidiasi, càncer oral... entre molts d'altres. Les malalties amb la prevalença més alta a nivell mundial són la càries, que afecta a l'estructura de la dent, i la periodontitis, que malmet el suport on s'allotja la dent, popularment coneguda com a malaltia de les genives.

No oblidem, que la boca és una finestra oberta a l'estat general de salut. Existeixen relacions bidireccionals entre les patologies orals i les sistèmiques, com les patologies cardíaques o la diabetis. Les infeccions agudes i cròniques de la cavitat oral incrementa el risc a patir d'endocarditis i síndromes cardíacs aguts, i al contrari, els malalts amb cardiopaties agudes, i sobretot cròniques, mostren major risc a patir patologies orals, com la periodontitis.

La diabetis i la malaltia periodontal, també presenten una relació en ambdues direccions, per un costat, la diabetis incrementen tres vegades el risc de patir periodontitis, especialment si hi ha un mal control glucèmic, i per altra banda, l'existència de periodontitis sense tractar afecta negativament el control glucèmic de les persones amb diabetis i contribueix a l'aparició de complicacions en la diabetis. S'ha demostrat que el tractament periodontal millora el control glucèmic.

Si protegim la salut oral amb bones pràctiques d'higiene oral, augmentem la probabilitat de conservar les dents durant tota la vida.

### Recomanacions generals per una boca sana

A banda d'una bona raspallada amb pasta dentífrica fluorada després dels àpats, hi ha altres mesures que podem tenir en compte per una bona salut oral.

- Utilitzar complements per la higiene interdental, com la seda dental i els raspalls interproximals
- En cas d'ús de pròtesi amovible, revisar l'ajust i la correcta neteja
- Revisions periòdiques amb l'odontòlog/a
- Seguir una alimentació sana i equilibrada
- Evitar el consum d'alcohol i fumar
- En cas d'exposició continuada al sol, utilitzeu crema labial protectora
- Feu exploració de llavis, llengua i mucoses per descartar l'existència de lesions
- Si estàs embarassada, és important mantenir la higiene oral i fer visita amb l'odontòlog/a

Recordem, que una bona salut oral ens aporta gran qualitat de vida!



INSTAL·LACIONS  
JORDI ANGUERA



659 49 20 98 - jordi@jordianguera.net  
c/ Assumpta, 1 - 25211 Ratera (Lleida)



## SEGON TRIMESTRE 2023

### PLUVIOMETRIA

ABRIL	0 litres/m2 (48)
MAIG	59 litres/m2 (52)
JUNY	95 litres/m2 (37)
Comparació	
TOTAL 2n trimestre 2023	154 litres/m <sup>2</sup> (137)
TOTAL 2n trimestre 2022	84 litres/m <sup>2</sup>
Acumulat 2023	211 litres/m <sup>2</sup> (210)
Acumulat 2022	149 litres/m <sup>2</sup>

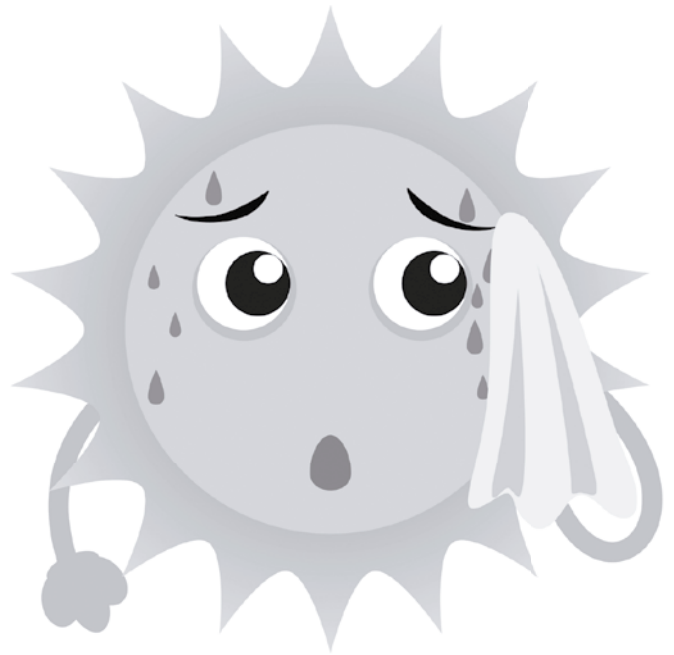
### TEMPERATURES

ABRIL	
màxima:	28,8° dia 28
mínima:	0,8° dia 5
mitjana de màximes:	22,7° (19,0°)
mitjana de mínimes:	7,1° (7,4°)
MITJANA DEL MES:	14,9° (13,2°)

MAIG	
màxima:	30,5° dia 27
mínima:	5,5° dia 13
mitjana de màximes:	24,8° (24,2°)
mitjana de mínimes:	9,7° (11,2°)
MITJANA DEL MES:	17,3° (17,7°)

JUNY	
màxima:	36,8° dia 25
mínima:	10,2° dia 10
mitjana de màximes:	29,6° (29,6°)
mitjana de mínimes:	15,6° (15,9°)
MITJANA DEL MES:	22,6° (22,8°)

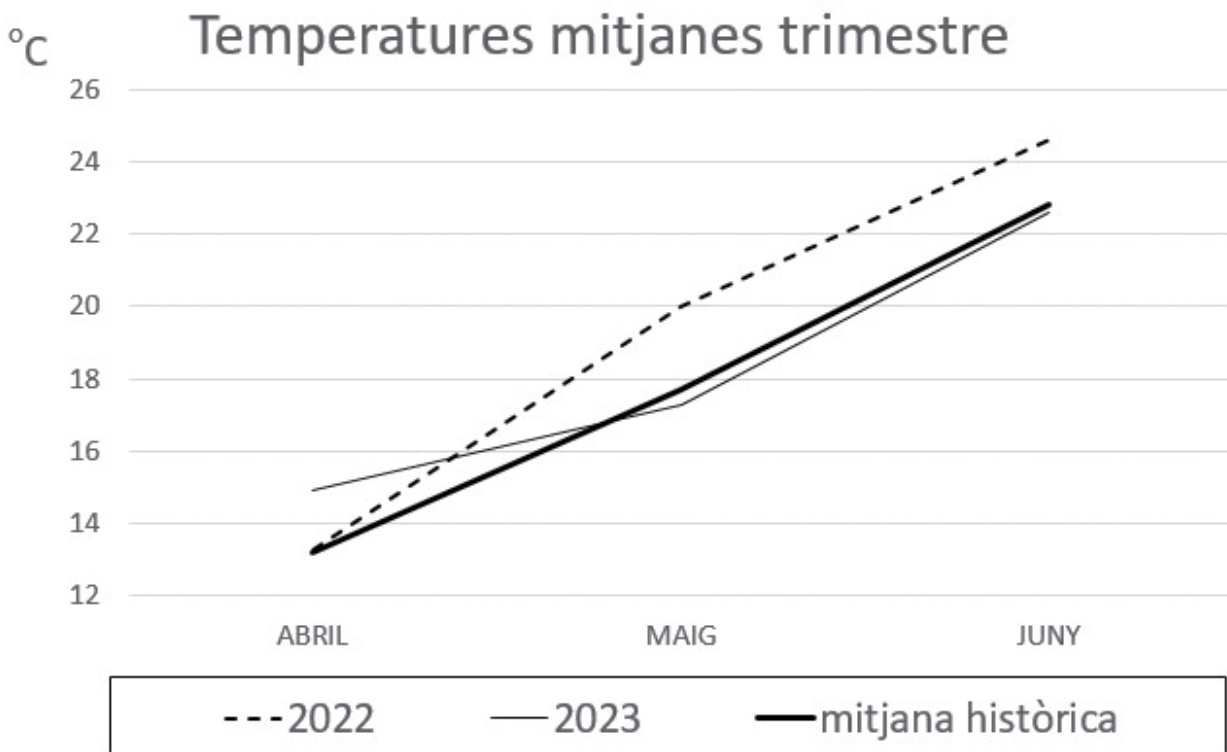
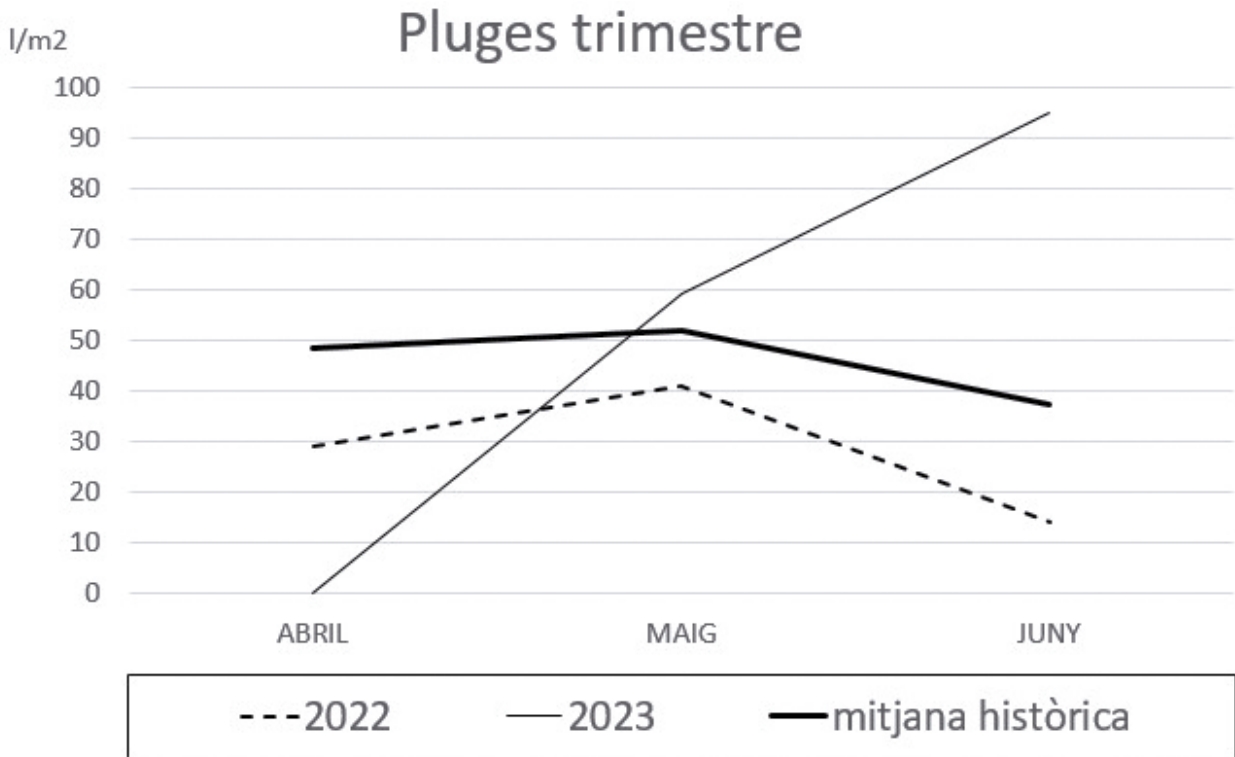
Entre parèntesi els valors climàtics normals a Palou



<b>TRANSPORTS I EXCAVACIONS</b>	<b>MARSOL</b> s.a.	<a href="http://www.marsol.cat">www.marsol.cat</a>
T. 973 55 00 97	M. 696 95 29 06	Guissona



Uns mesos de març i abril sense ni una gota de pluja ja no deixaven bones perspectives però és que a més, combinats els dos mesos amb temperatures màximes molt per sobre de l'habitual (gairebé 3° més al març i gairebé 4° més a l'abril) dona un resultat final demolidor per les collites. Els posteriors mesos de maig i juny en quant a temperatures ja han sigut més ajustats a la normalitat. La gran quantitat de pluja que ha caigut al juny, encara que sempre és benvinguda no ha arribat a temps de salvar el cereal però ha fet verdejar el paisatge segarrenc com si fóssim a principi de primavera.



## INFORMACIÓ DEL CLUB DE BITLLES PALOU

Una altra molt bona temporada del Club de Bitlles Palou: al final s'ha aconseguit el tercer lloc del grup C de Bitlles de Lleida, una posició de podi i força destacat del quart classificat i de la resta. Malgrat tot, no ens hem pogut classificar per la Fase Final, tant sols per quatre punts de diferència.

DARRERS RESULTATS			
Palou	355	Ponts	356
Palou	371	Ponts	380
Palou	374	Cabanabona	322
Palou	386	Cabanabona	331
Plans de Sió	351	Palou	353
Plans de Sió	314	Palou	357

CLASSIFICACIÓ FINAL		
1r	Tàrrega	80 punts
2n	Ponts	58 punts
3r	Palou	54 punts
4t	Cervera	37 punts
5è	Cabanabona	36 punts
6è	Solsona	33 punts
7è	Plans de Sió	32 punts
8è	Agramunt	30 punts
9è	Vergós B	30 punts
10è	Tordera	26 punts
11è	Gàrzola	24 punts



El Palou Campió de la Tirada Festa Major de Tàrrega, “Memorial Juanjo Martinez”, davant de 20 equips participants, reforçat amb dos jugadors del Tàrrega.

El Palou ha jugat 40 partits: 27 guanyats, 0 empatats i 13 perduts.

Punts a favor 14138, punts en contra 13484, bitlles a favor 1068, bitlles en contra 987.

TERCER en punts dels 3 grups de Bitlles Lleida.

SEGON en bitlles dels 3 grups de Bitlles Lleida.

DOS NORANTES, Ramon Casoliva (Palou-Solsona) i Pere Muixí (Palou – Ponts).


CINC JUGADORS, classificats per la final individual jugada a Bellvís : Pere Muixí, Ramon Llobera, Antón Guasch, Santi Mayoral i Ramon Casoliva.

La Fase Final jugada a Tàrrega, entre els dos primers classificats de cadascun dels tres grups, és la següent: 1 Tàrrega, 2 Malgrat, 3 Ponts, 4 Vergós A, 5 Golmés i 6 Bellvis.

EL PALOU CAMPIÓ PER EQUIPS DE LA FESTA MAJOR DE TÀRREGA

El dia de la Festa Major de Tàrrega, va esdevenir una gran tirada de bitlles, dedicada a la memòria del Juanjo Martinez Molina, gran jugador i gran persona, que aquest any ens ha deixat (E.P.R.). El Juanjo fou un destacat jugador que va jugar al Palou quatre temporades (de la 2003- 2004 a la 2006-2007 ) i després al Tàrrega. Van participar-hi 20 equips, i va quedar campió el Palou (reforçat per dos jugadors del Tàrrega, Lluís Tolosa i Josep M. Velasco), guanyant un pernil i un trofeu.

Una vegada més la temporada ha estat molt positiva.



**PROS INSTAL·LACIONS S.C.P.**  
serveis i manteniments

C. Les Serres, 25 25210 GUISSONA Tel.: 609 76 72 15

## INFORMACIÓ

### **EL CONSELL COMARCAL DE LA SEGARRA DISPOSA DEL SERVEI D'ATENCIÓ INTEGRAL (SAI) PER AL COL·LECTIU LGBTI+ ADREÇAT A TOTA LA POBLACIÓ**



SERVEI D'ATENCIÓ AL  
COL·LECTIU LGBTI,  
FAMÍLIES I  
PROFESSIONALS

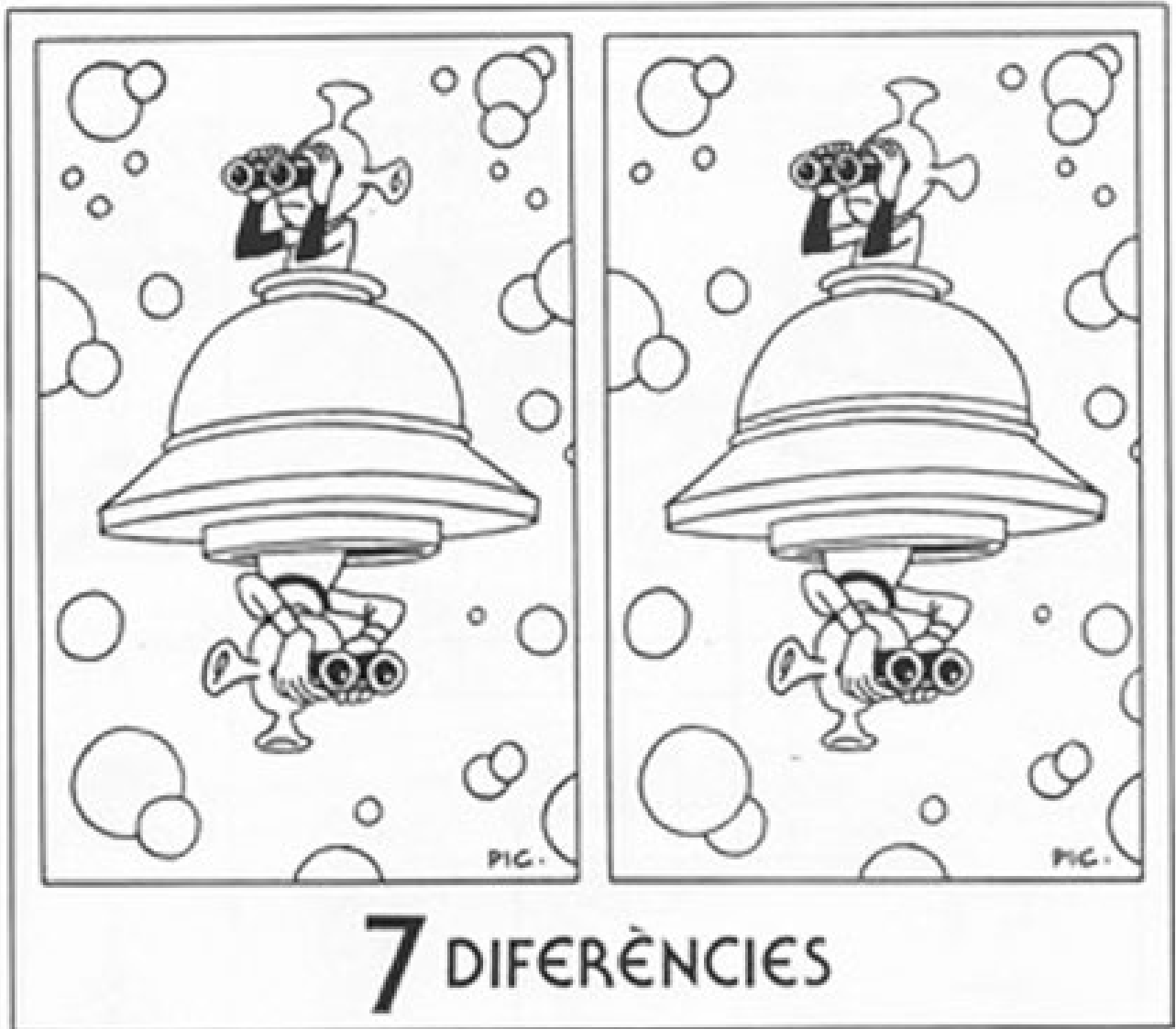
CONTACTA'NS!  
**673 768 808**

MARKA SAI

El 28 de juny és el Dia per l'alliberament Lesbià, Gai, Transexual, Bisexual i Intersexual, i aprofitant aquesta commemoració, el Consell Comarcal de la Segarra ha fet una campanya de reforç del servei SAI, que és gratuït i obert a tota la ciutadania. Des del SAI s'ofereix assessorament i orientació, acompanyament, atenció en situacions de discriminació per raó de gènere i diversitat sexuals, etc. Només cal contactar-hi via WhatsApp i telèfon al 673 768 808

A la web de la Generalitat podreu trobar el manifest que va elaborar la conselleria d'Igualtat i Feminismes (IFE) i que es va llegir a moltes institucions de Catalunya. *Informació extreta de la web del Consell Comarcal de la Segarra.*





**RACÓ POÈTIC** *glòria judal (florejacs)*

**EL PRIMER VOL**

Solca l'aire, ocell,  
solca'l per damunt  
l'aigua pura i clara  
del petit estany,  
veuràs la meravella  
del teu cos reflectint-se  
sobre el seu mirall.

Del niu a la branca  
i de la branca al niu,  
fes la breu passada  
dins el bres de l'aire  
de la vall on vius.

La dolça primavera  
damunt prada novella  
el verd tapís estén  
i l'omple, a riallades,

de flors ben escampades  
fent flairós el mantell.

Del niu a la branca  
i de la branca al niu  
fes la breu passada  
sobre l'aigua mansa  
de la vall on vius.

Tens tantes albades,  
petit rossinyol,  
per embadalir-te  
amb cada nou vol!  
Hi ha blancor espargida  
encara dalt dels cims,  
no t'hi acostis gaire  
que el fred hi és ben viu.  
Omplé't els ulls  
en breus revolades  
de les flors pintades

que amb màgics pinzells  
han tacat els àngels  
d'ençà el primer dia  
de la llum del món.  
Vola! Vola fendint l'aire,  
tendríssim cantaire.



## **METEOQUIZ 14** cesc puig (palou)

1.- Per Nadal dèiem que al desembre és quan fa el dia més curt de l'any i que al municipi tenim unes 9 hores de sol mentre que a llocs com Reykjavik (Islàndia) només en tenen 4. Per contra al juny és quan el dia és més llarg i nosaltres tenim 15 de sol; quantes creus que n'hi ha a Reykjavík (Islàndia)?
a) 18
b) 19
c) 20
d) 21
2.- En números anteriors també havíem parlat de la diferència entre els hemisferis nord i sud de la terra que provoca que les estacions de l'any estiguin intercanviades entre ells. Per exemple ara a l'hemisferi sud és quan tenen el dia més curt de l'any. Una de les ciutats de l'hemisferi sud és Buenos Aires, quantes hores de sol creus que tenen al juny?
a) 4
b) 6
c) 8
d) 10
3.- I ja que toquem el tema dels hemisferis, una curiositat... quin percentatge de la població mundial viu actualment a l'hemisferi sud?
a) 10%
b) 20%
c) 30%
d) 40%
4.- A l'agost al municipi tenim una temperatura mitjana de màximes de 32. En quina d'aquestes capitals podem anar per trobar les màximes més fresques el mes d'agost?
a) Kíev (Ucraïna)
b) Canberra (Australia)
c) Montevideo (Uruguay)
d) Hèlsinki (Finlàndia)
5.- L'última pregunta del trimestre anirà sobre la variació de la pluja entre els diferents mesos. A Palou els extrems són el mes de juliol (18 litres/m <sup>2</sup> ) i el mes de maig (52 litres/m <sup>2</sup> ). Això fa una diferència de 34 litres. Hi ha alguns països amb contrastos molt grans on a l'estiu gairebé no hi plou però la resta de l'any hi pot ploure molt. Quina diferència de litres creus que hi ha entre el mes més plujós i el menys plujós a Antananarivo (Madagascar)?
a) 203
b) 303
c) 403
d) 503

Trobareu les solucions a la pàgina 26.



## CANELÓ D'ALVOCAT FARCIT DE TÀRTAR DE GAMBES

### Ingredients:

Alvocat  
Gambes  
Poma  
Api  
Pebre negre  
Cibulet  
Julivert  
Llima  
Sèsam  
Maionesa  
Crostonets de pa



### Preparació:

Pel tàrtar de gambes, pelarem les gambes petites i afegirem l'api, la poma i la resta dels ingredients. Pelarem l'alvocat i el tallarem amb un pelador de patates a làmines fines, l'estendrem sobre paper film, que quedi com una placa quadrada.

Posarem el tàrtar de gambes a sobre l'alvocat i ho tancarem en forma de caneló. El posarem a la nevera una estona, quan ho enplatem hi posarem uns punts de maionesa, uns daus de pa torrat i uns trossets de cibulet.



# Isaac Soterias

INSTAL·LACIONS, LAMPISTERIA  
I MANTENIMENT

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

## → SOLUCIONS ALS PASSATEMPS

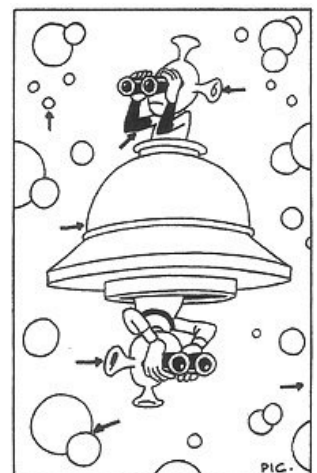
### Solució al MeteoQuiz

- 1- d 21
- 2- d 10
- 3- a 10%
- 4- b Canberra
- 5- c 403

### Més informació:

4- Kiev (23), Canberra (12), Montevideo (15), Helsinki (18)  
5- Gener (423 litres/m<sup>2</sup>), Juliol (20 litres/m<sup>2</sup>). A Palou de mitjana hi plou en tot un any el que a Madagascar només el mes de gener.

### Solució al Picanyol





## NOU CONSISTORI DE TORREFETA I FLOREJACS

Dissabte 17 de juny es va constituir el nou consistori de l'Ajuntament de Torrefeta i Florejacs. Està format per 6 regidors/res del grup d'Esquerra Republicana-Independents i 1 regidora de la CUP, arrel dels resultats obtinguts a les eleccions del passat 28 de Maig.

L'acte es realitzà a la sala de plens de l'Ajuntament, a les 11.30h. Els diferents regidors/res van jurar o prometre el càrrec, van fer parlaments agraint la confiança a l'electorat, i pensant ja en els propers quatre anys de legislatura. Es va fer la votació per escollir l'alcalde, que serà novament Josep Maria Castella Estruch. La resta de regidors/res de govern seran Laia Argelich Esteve, Pere Claver Puig Mayoral, Roger Garrabou Puig, Teresa Besora Freixes, Anna Serra Pont; i Susana Costa Davia com a regidora a l'oposició.

L'acte finalitzà amb un emocionant i encoratjador discurs de l'alcalde i les fotografies de grup.







T'agradaria que publiquéssim les teves imatges?  
Etiqueta-les amb **#TiFMola** i **#torrefeta i florejac**s

castellselvanera



ladecaltorra  
La Morana

🎵 Kanye West • Good Morni...



nuriamaan



pilar\_serentill\_  
Torrefeta, Catalunya, Spain



torrefetaiflorejacserc\_am



gemmaminguell  
Sedo



mjovec  
Torrefeta i Florejac



centresocialsedoriber



centresocialsedoriber

