

LOCLARÍ

73



DE
LA GRANADELLA

ANY 19

DESEMBRE
DEL 2017



REFERÈNDUM 1-0,
OPINIÓ, FESTA MAJOR,
PRIMERA PREMSADA,
LA VIDA FRÍVOLA, ...



• BATUKADA I GEGANTS DE LA GRANADELLA PER LA FESTA MAJOR •

EQUIP

Paquita Nàvas
Jaume de Francisco
Ramon Masip
Marta Sentís
Carlos Gibert



INSTITUT
D'ESTUDIS
ILERDENCOS



Diputació de Lleida



SUMARI

- Pàg. 4 • FESTA MAJOR (Pregó de la Festa Major) **Josep Lluís Olivé i Gasull**
- Pàg. 9 • NI OBLUT NI PERDÓ! (Ni un pas enrere!)
Carlos Gibert
- Pàg. 11 • LA PRIMERA PREMSADA (Oli, art i gastronomia)
- Pàg. 12 • EL CCOC I EL MUOC (Activitats i experiències)
- Pàg. 14 • CAP DE LA GRANADELLA (La Carta dels drets i deures...) **Equip d'Atenció Primària**
- Pàg. 15 • DES DE LA UdL (Estudis de la UdL fora...) **Josep Maria Sentís Suñé**
- Pàg. 16 • OPINIÓ (Els navius) **Maria Pes Mateu**
- Pàg. 17 • LA CARTA DEL PAISATGE
- Pàg. 17 • CLUB ESCURSIONISTA GARRIGUES ALTES (Activitats)
- Pàg. 18 • INS L'OLIVERA (Explica'm els teus records) **Carme Miró**
- Pàg. 19 • POESIA (Aigua als ordins) **Ignasi Revés**
- Pàg. 20 • LA VIDA FRIVOLA (Pàgines, segons diuen, viscudes) **Miquel M. Gibert**
- Pàg. 21 • HERÀLDICA DELS COGNOMS DEL POBLE (La Granadella)
- Pàg. 21 • TELÈFONS D'INTERÉS
- Pàg. 22 • IMATGES DEL PASSAT
- Pàg. 23 • BON PROFIT (Cigrons amb espinacs i botifarra negra)
- Pàg. 24 • COL·LABORADORS

Foto portada: Esperant a la guàrdia civil l'1 d'octubre, el dia del referèndum.

NOTA

Lo Clarí és una publicació oberta a l'opinió de tothom, per tant l'equip de Lo Clarí no es fa en cap cas responsable del contingut dels articles publicats.

Edició: Ajuntament de La Granadella
DL núm. L-1377-2001

Impressió: GRÀFIQUES MOLINO



NOTES DE PREMSA:

• ELS ARTICLES QUE NO SIGUIN D'ESTRICTA ACTUALITAT PER AL PRÒXIM NÚMERO HAN DE SER ENVIATS A L'EQUIP DE REDACCIÓ **DURANT LA SEGONA SETMANA DE FEBRER** COM A MOLT TARD.

• **TOTS ELS ARTICLES** (D'OPINIÓ) O CARTES ADREÇADES A LOCLARÍ I **ENCARA QUE ES PUBLIQUIN AMB INICIALS O COM ANÒNIMS/PSEUDÒNIMS, HAN DE PORTAR LES DADES PERSONALS DELS SEUS AUTORS**, ES A DIR, NOM I COGNOMS. EN CAP CAS, I MOLT A PESAR NOSTRE, ES PODRAN PUBLICAR CARTES ANÒNIMS, COM A MÍNIM S'HAURAN D'ADREÇAR AMB NOM I COGNOMS A UN DELS MEMBRES DE L'EQUIP DE REDACCIÓ.

• COM A REVISTA D'ÀMBIT LOCAL QUE ÉS I QUE PRETÈN SER, **L'EQUIP AGRARIA QUE NO S'HI ENVIESSIN A PUBLICAR ARTICLES (D'OPINIÓ) QUE ATAQUIN DIRECTAMENT A LES PERSONES.**

loclari@hotmail.com

FESTA MAJOR

PREGÓ DE LA FESTA MAJOR



Il·lm. Sr. alcalde, regidors, senyores i senyors:
Bon dia a tothom. En primer lloc voldria agrair a l'Ajuntament l'honor que m'ha concedit com a Pregoner de la nostra Festa Major.

Feia ja bastants anys (concretament del 1999), que no compartia, en primera persona, un acte institucional amb tots vosaltres. Per tant, avui, per les connotacions emocionals que això comporta, és un dia excepcional per a mi.

Fer de Pregoner en una situació com la meua, en què la Festa Major ha estat el referent dels moments més feliços de la infantesa i de l'adolescència, té unes connotacions singulars que no tenen per a algú que no les ha viscut.

Si les referències populars i tradicionals són importants i imprescindibles en tota Festa Major, també ho són els seus valors socials i grupals implícits, és a dir, el sentit de retrobament, la convivència i sobretot, de pertinença a un poble hi són més vius que mai. Les festes majors són dies destinats a l'intercanvi i a la convivència. Són aquells moments únics i entranyables en què tothom, sense exclusió, els de dins i els de fora, fan pinya a l'entorn d'una sola idea i un sol propòsit: fer festa i fer poble.

Cèsare Pavese, té una frase que penso que és molt oportuna en un acte com el d'avui. Diu, aquest grandíssim escriptor italià, **"No es recorden els dies, es recorden els moments"**.

Doncs això, segur dels qui molts dels que són aquí, contem la Festa Major, com un d'aquests moments de gran memòria:

- l'envelat a l'antiga plaça rodona,
- l'emoció de quan sortia el programa de la Festa,
- les corredisses d'infants per dins del ball,
- les pistoles d'aigua,
- les tempestes que ens deixaven sense llum tota la festa i feien necessari allargar-la un dia més, el dia del gos i el retorn a la quotidianitat...

Aquests moments, incorporen també, a part del seu valor més íntim i personal, un valor grupal i sociològic que ens infon a creure que, en gran mesura, som com som gràcies a aquests imperceptibles detalls. Tots tenim incorporat a dins nostre els senzills i entranyables referents que figuren la Festa Major i que ens empenyen a sentir-nos ciutadans d'un mateix poble.

I aquí caldria fer esment del poeta del Romanticisme

alemany Rilke, que va deixar dit: **"La Pàtria és la infantesa"**. I la infantesa com a pàtria incorpora aquesta part lúdica i emocional de la Festa Major.

Atenent a una altra perspectiva qualsevol d'aquests moments que parlo no es pot sostreure dels entorns històrics en què es desenvolupen. Per a mi, un d'aquests moments fou l'11 de Setembre de 1973, amb el cop d'estat faixista de Pinochet al Xile d'Allende i que el vinculo directament amb l'activisme polític dels meus 18 anys, quan amb d'altres companys vam empaperar tot el poble denunciant el cop d'Estat i les atrocitats d'aquella insurgència militar i ulterior dictadura.

En el nostre temps actual, la Festa Major del 2017, caldrà emmarcar-la, també, en dos moments importants que marcaran, segurament, el nostre imaginari col·lectiu.

El primer, els atemptats del 17 d'agost a Barcelona, en què es demostra que contra la maldat en tota la seva dimensió més monstruosa hi ha la resposta de tot un poble, responsable i solidari, per afrontar els reptes més ingents que se li presenten. Sens dubte, hi haurà un abans i un després d'aquest dia, per al nostre poble.

I el segon moment històric que sempre anirà aparellat a la Festa Major d'enguany tindrà lloc l'1 d'octubre vinent, amb el Referèndum d'Autodeterminació de Catalunya.

Amb la pregunta **"VOLEU QUE CATALUNYA SIGUI UN ESTAT INDEPENDENT EN FORMA DE REPÚBLICA?"** aquest país s'encararà a un dels actes de sobirania més importants dels que s'han donat al llarg de la seva existència, i segurament el més important, des de la República i la proclamació de l'Estat Català pel president Macià.

Aquest 1 d'octubre ens hi juguem molt. No sols un esdevenidor nacionalment lliure i socialment pròsper -que pot ser molt o poc compartit per tots els ciutadans de Catalunya- sinó, també, per la nostra dignitat com a poble i per la memòria de totes aquelles generacions que ens han precedit.

Una de dues: un poble humiliat pot arribar a esdevenir una entitat amorfa i subjugada o, al contrari, pot resorgir com un poble inassimilable, que no accepta de cap de les maneres la vexació, l'espòli i menyspreu continuats.

L'intent dels poders polítics, econòmics i mediàtics de l'Estat per criminalitzar el procés d'alliberament nacional és esperpèntic, irracional i impropri d'una societat que es pretén democràtica. Segons el seu relat aproviós: catalunya ha esdevingut, de la nit al dia, la seu del nacionalsocialisme, un poble d'orats darrere d'una pastanaga, insolidari, mesquí i, fins i tot, un paradís pel narcotràfic internacional.

Què vol dir això?

Doncs que els catalans passem de ser víctimes, quan som silenciosos i assenyats, a culpables quan obrim la boca, ni que sigui per respirar. L'actitud enfront del referèndum i tot el procés que ens ha portat fins aquí en són una bona mostra d'aquesta intolerància "castissa", que ha caracteritzat la història d'Espanya dels últims 500 anys.

Ja ho avançava Fuster ara fa més d'un quart de segle, amb aquella premonitòria sentència sobre els catalans: **"Durant el Franquisme tots érem víctimes. Ara, amb la democràcia, tots som culpables"**.

Certament. De cop i volta, Espanya s'ha quedat sense intel·lectuals (tret d'honoroses excepcions: Ramon Cotarelo i Suso de Toro), i l'únic que val és la mentida i l'insult. Perdre una de les seves últimes colònies és enfonsar l'Estat espanyol a una depressió més gran que la de 1898, quan, després de declarar la guerra als nord-americans, perden Cuba i les Filipines, amb la mateixa actitud que estan reproduint ara mateix. Aquesta és la reacció de l'Estat Espanyol de sempre. Un estat mediocre que no té res a oferir.

Per finalitzar només voldria fer referència a com el fil de la història va cosint les accions i actuacions i, amb el temps, les fa conseqüents. El Ple de l'Ajuntament de la Granadella del 23 de setembre de 1991 va aprovar una moció a favor del dret a la independència de Catalunya.

Aquella va ser una acció promoguda pels que en aquell moment alguns en deien "de quatre il·luminats". Aquests dies, però, a les envistes del referèndum d'autodeterminació de l'1 d'octubre, aquesta "acció declarativa" esdevindrà una "acció executiva", amb totes les conseqüències que fan al cas.

En resum, han passat més de 25 anys d'aquests fets que relato i ara són a les portes d'un esdeveniment que capgirarà el moment històric present i tots els que vindran: un referèndum d'independència que, del primer moment, ha estat banalitzat, ridiculitzat i atacat des de tots els flancs possibles del nacionalisme espanyol: i és que els nacionalismes tenen més pretendents del que es vol reconèixer, especialment en els estats nació com l'Espanyol, on les seves formes retinàries són un lloc comú on conflueixen esquerres i dretes, dues opcions que, a Espanya, es miren i es reconeixen en el mateix mirall patriòtic.

Es que volíem ser ho serem. I l'Ajuntament de la Granadella, aquell 1991 i aquest 2017 ha estat on havia d'estar: al costat de Catalunya i les seves Institucions. Per això vull agrair, ara i aquí, al nostre alcalde, la seva predisposició institucional i el seu coratge personal per fer possible que els ciutadans de la Granadella puguin exercir el dret inalienable de decidir el seu futur i aquest municipi s'inscriu amb lletra d'or en aquest gran moment històric.

Moltes gràcies Carles.

Acabo amb un últim prec a tots els veïns del poble: participeu amb tota la plenitud de la Festa Major i, també, del Referèndum per defensar allò que només nosaltres podem fer. **"Les grans causes de la Humanitat tenen molta gent per defensar-les, Catalunya només ens té a nosaltres"**, va dir el president Lluís Companys, amics i amigues: sortiu i gaudiu (que tot està per fer i tot és possible).

Moltes Gràcies.

Josep Lluís Olivé i Gasull

Alcalde d'ERC de la Granadella del 1991 al 1998







• 14, 15, 16 i 17 de setembre Festa Major 2017, festa de l'escuma, baldada de campanes, ballades de sardanes, concerts, balls amb la Costa Brava, Mediterrania i Nova Saturno, inflables, jocs tradicionals i familiars, correbars, sopar de germanor, pregó, nits de versions amb Sixtos i Hey! Pachucos, nit del jovent amb ZOO i DJ's, vermut popular amb Landri el rumbero, batukada, trobada geganterera i correfocs.



• 21 i 22 d'octubre, visita a Pesillà de la Ribera, en motiu de la Castanyada i Festa del Vi novell, vàrem participar activament en la mostra de productes de la terra i artesanals.



• 19 de setembre, encartellada pel Referèndum de l'1 d'octubre.



• 23 de setembre, xerrada-col·loqui amb Xavier Eritja sobre el Referèndum de l'1 d'octubre.



• 17 d'octubre, concentració i lectura del manifest en contra de l'empresonament dels membres del Govern de la Generalitat de Catalunya.



NI OBLIT NI PERDÓ!

NI UN PAS ENRERE! (EL MEU COTXE I JO)



• 1 d'octubre a les 7:30h. tancats a la sala del Centre Cívic a punt de començar el referèndum.



• 1 d'octubre.



• 3 d'octubre, aturada general amb tractors de Bovera i per la tarda manifestació a Ricard Vinyes a Lleida.

Crec que hi ha 3 tipus de catalans independentistes:

- Els històrics, els que sempre hem cregut en una cultura, història, literatura,... catalanes pròpies.
- Els econòmics, basats en l'"Espanya ens roba" i que principalment troben el seu fet diferenciador en les balances fiscals.
- Els defensors dels drets fonamentals i d'unes llibertats com la de premsa, d'opinió, d'expressió, d'associació,... que han costat molt d'assolir i que ara s'han manllevat. Cada cop n'hi ha més d'aquests.

El dia 20 de setembre al migdia agafo el cotxe i cap a Barcelona, la guàrdia civil entrava a la seu d'Economia i Finances de la Generalitat de Catalunya, conèc personalment al Lluís Salvadó i, tot i que deien per la ràdio que hi havia molta gent, jo hem sentia en el deure d'estar en el lloc on detenien i registraven les nostres institucions.

I, allí, al costat d'aquells altres cotxes de la guàrdia civil plens d'enganxines, amb els vidres trencats i rodes punxades, vaig intuir el que seria el 155 amb la posterior detenció dels Jordis.

Posteriorment, el meu cotxe i gent amb qui confio, vàrem passejar urnes i paperetes per mitja comarca. A la fi, tot a punt!

Prefereixo no parlar de l'1 d'octubre, me'l guardo molt dins del cor, m'omple d'orgull estar on vaig estar i amb qui vaig estar. Sí que recordaré la nit anterior, dormint amb la meua dona i les dues filles darrera de la taula on d'endemà hi havia l'urna. El cotxe era també a punt a la porta del darrera.

La ràbia i el dolor vàren caracteritzar els dies posteriors. Ho vam tenir a tocar! Estava tot preparat, fronteres, aeroports, ports,... dels més de 800 estibadors del port de Barcelona, només se'n va *rajar* tres!

Tard, dia 27 d'octubre em van cridar per anar amb el cotxe al Parlament a declarar una pseudoindpendència. Presó, exili,...

El 6 de novembre, al tard, torno a marxar amb el cotxe un company i jo, recordaré sempre l'abraçada que ens vam fer la nit del 7 amb la Meritxell Serret en un carrer a Brusel·les. Poques paraules i moltes mirades còmplies.

Dia 21 de desembre hem d'anar a votar més gent que mai. Crec en una majoria republicana, que aplicarà la Llei de Tansitorietat Jurídica, i també crec que l'estat més corrupte d'Europa aplicarà plenament el 155, polititzant la vergonyosa judicatura.

A veure qui pot més! El meu cotxe i jo continuarem tallant carreteres... Ni un pas enrere!



• 29 d'octubre, gran èxit en la representació de l'obra "Ens ha caigut la sogra" per part de l'associació de teatre de la Granadella.



• 29 d'octubre, signatura de cessió del bisbat a l'ajuntament de l'ermita de Sant Antoni i els seus voltants.

• Nova rotulació de vehicles de l'ajuntament.



• El passat setembre, s'otorgaren a Mollet del Vallés els reconeixements de Viles Florides. Aquest any hem estat guardonats un altre cop amb dues Flors d'Honor.

• 19 de novembre, motra de teatre còmic de les Garrigues amb l'obra "Entre cel i terra" del grup de teatre Segle XX.

LA PRIMERA PREMSADA

OLI, ART I GASTRONOMIA

“... El CCOC i el MuOC protagonitzaran la tercera edició de la primera festa de l'oli que se celebrà el diumenge, 5 de novembre, obrint el calendari de festes populars al voltant de l'arribada de l'oli nou...”

Entre les novetats cal remarcar la **posada en marxa de l'antiga maquinària del molí d'oli de la Cooperativa**, que data de l'any 1921, fent un homenatge als fundadors de la mateixa, recreant amb vestits d'època de principis del segle passat una escenificació per reviu així els inicis fundacionals de la cooperativa. Tot un seguit de visites guiades al Museu va permetre recuperar la memòria històrica i veure com rajava de nou l'oli de la premsa original del molí.

La primera caminada i cursa la “La Primera premsada”, que començà a les 8.30h, va permetre recórrer els paisatges d'oliveres i de pedra seca i gaudir al final d'aquestes activitats esportives d'un esmorzar popular gratuït per a tots els assistents, on l'oli nou i els embotits de pagès van ser els protagonistes. El punt de sortida va ser l'esplanada de davant del Museu amb una camiseta commemorativa i un pack amb oli nou per a tots participants inscrits.

El gastrònom Pep Nogué apadrinà l'oli nou 2017

La nova collita de l'oli nou “Primera Premsada 2017” va ser apadrinada pel popular gastrònom, habitual col·laborador de programes de TV3 i de ràdio. Apadrinà la nova collita de l'oli nou amb una xerrada sobre: “Oli d'oliva, tècniques i textures de l'or líquid a la cuina”.

Aquest acte que s'emmarcà dins de la **jornada tècnica** organitzada pel DARP de la Generalitat de Catalunya que porta per títol: “**Oli d'oliva. Alimentació saludable i equilibrada**”, que va incloure també un taller pràctic sobre les característiques organolèptiques de l'oli d'oliva arbequina de collita avançada, a càrrec de l'experta Àngels Calvo, cap del Panell de Tast Oficial d'Olis Verges d'Oliva de Catalunya, que va fer un tast guiat per descobrir els sabors que definiran les notes de tast de la collita 2017-2018.

La Dra. Antonieta Barahona, nutricionista, ens parlà dels beneficis de l'oli d'oliva per a la salut amb la xerrada “L'oli d'oliva en una dieta saludable i equilibrada”, font de salut davant la prevenció de certs tipus de càncer i davant el risc d'infarts. Un Taller de plats saludables amb oli d'oliva verge extra complementà aquesta jornada divulgativa.

La jornada, va tenir lloc a les instal·lacions del CCOC de la Granadella, i la va presentar l'alcalde de la Granadella, Carles Gibert, el director general d'Indústries Agroalimentàries de la Generalitat de Catalunya, Calme Mòdol, i el president de la cooperativa Ramon Barrull.

Subhasta de gravats en benefici de la Marató de TV3

Aquest any es va convocar la tercera edició del “**Concurs de Gravats Ràpids de Gran Format**”, paral·lelament a un “**Happening Artístic**” per celebrar l'arribada de l'oli nou.

Aquest concurs de gravats de gran format és pioner a Catalunya en la seva modalitat i va ser convocat per l'Ajuntament, la cooperativa i la comunitat de regants, amb

3 premis de: 300€ entregat a Núria González (de Barcelona), 200€ entregat a Núria Porta (d'Albesa) i 125€ entregat a Angi Farré (de la Granadella).

“Oli, art i gastronomia” va ser el lema d'aquesta singular trobada participativa, que va crear amb l'ajut de concursants i artistes plàstics, gravats de gran format que es premsaren amb una aplanadora gegant facilitada pels organitzadors.

Tothom pot participar al concurs, i els materials, papers i pintures, van ser facilitats per l'organització. L'artista **Carne Vilafranca**, professora de gravat de l'Escola Leandre Cristòfol i coordinadora del Centre d'Art de la Fundació Aspros, dirigia el procés creatiu d'aquestes obres artístiques úniques de gran format, que van ser subhastades entre particulars i empreses per contribuir a la recollida de fons amb un benefici de 660€ per la Marató de TV3, aquest any dedicada a finançar els d'investigació al voltant de les malalties infeccioses.

Després del dinar popular es lliuraren els premis als guanyadors. La diada s'acomiadà amb aquest dinar i l'acompanyament de guitarres de professors de l'Escola de Música de Guisona, al Centre Cívic.

Mostra de productes artesans

Al voltant d'aquest singular esdeveniment que obre la campanya de l'oli nou a Catalunya, no hi faltaren les degustacions gastronòmiques d'olis, vins i productes de la Terra amb especialitats típiques de les Garrigues. Durant tot el matí davant del museu de l'oli, situat a la cooperativa, hi vàrem trobar una mostra de productes artesans de proximitat.



• 2 de novembre. Promoció de l'esdeveniment en el programa “Cafeïna” amb Mariví Chacón de Lleida TV.



EL CCOC I EL MUOC

ACTIVITATS I EXPERIÈNCIES

CURSA 10 Km
CAMINADA 5 Km
POPULAR

1ª PREMSADA
5 NOV 2017

INSCRIPCIONS
 Adults 10€ / Nens 5€
 amb esmorzar de
 brassa i obsequi

Consell Esportiu de les Garrigues 973 140 108 - esport@garrigues.cat
 Centre de la Cultura de l'Olí de Catalunya 973 094 101 - www.muoc.cat



• 5 de novembre. Festa de "La primera premsada".



• Activitats turístiques familiars de "collir ametlles" i "collir olives", amb l'agència Olea Soul. Esmorzar de pagès, collita, tastos i dinar al CCOC i visita de la trencadora o al museu de la cooperativa.





• **Presentació del vi de nous de la cooperativa Tres Cadires d'Arbeca.**



• **Nous tallers escolars per descobrir els valors del cooperativisme i l'oli extra.**

Sota el lema "Experimenta la cultura de l'oli" el Centre de la Cultura de l'Oli de Catalunya presenta el programa de tallers per promoure la cultura de l'oli verge extra per als centres educatius d'arreu de Catalunya.

Aquests tallers educatius per a escoles **presenten enguany com a novetat el taller "Cooperem"**. El taller està pensat per donar a conèixer la raó de ser de les cooperatives, especialment les de caràcter agrícola. Els alumnes podran experimentar, mitjançant un senzill joc de rols, quins són els valors del cooperativisme i quin és el paper de cada membre.

Les activitats al Museu de l'oli de Catalunya, que té com a seu la Cooperativa de la Granadella, conviden a viure d'una manera divertida les experiències de l'oli a través de diferents personatges com poden ser una mula, el mateix pagès, els consumidors, o la particular visió del president de la cooperativa.

Aquesta divertida manera d'aprendre, que compta amb el suport de les noves tecnologies (utilitza tauletes i els mòbils com a eines didàctiques), representa una manera molt innovadora d'aprendre, la qual és molt valorada pels més dels **800 escolars i professors dels 20 col·legis que van participar-hi en el curs escolar passat (2016-2017)**.

El programa de 6 tallers, adreçats als cicles inicial, mitjà, superior i ESO reuneix un seguit d'experiències educatives amb propostes molt suggeridores amb experiències tan singulars com: **fer de pagès per un dia (anar al camp a collir olives)** que s'han consolidat com una de les **activitats estrella del museu**.

El taller "Hem Begut oli" inicia al jovent del cicle superior d'educació primària, ESO i educació post-obligatòria, a tastar l'oli per descobrir el gust i les olors dels diferents olis. Altres tallers com "Oli, pa i xocolata" i "Fem cuinetes", mostren als joves estudiants com s'elabora la xocolata i altres dolços fets amb oli, així com de la manera de fer un bon allioli entre altres receptes típiques de la cuina de les Garrigues. El CCOC és un espai innovador que treballa per ser un referent en la promoció de l'oleoturisme a Catalunya i impulsa un creatiu programa de formació per ajudar a les noves generacions a descobrir els valors de la cultura de l'oli i donar a conèixer així la història i les tradicions de les Garrigues.



• **Des de l'octubre hem rebut la visita de les escoles: St. Jordi (Puigverd de Lleida), Espiga (Lleida), Mestre Ignasi Peraire (Mollerussa), Col·legi Claver (Lleida), Teresa Berguedà (Alguaire), Joaquím Palacín (Bellvís), ECA de Gandesa. El casal d'avis de Rubí, la penya barcelonista de Vilanova i la Geltrú, varies famílies de Barcelona i visitants enviats per l'agència de viatges Minorisa de Manresa.**



• **Taller de restauració de mobles.**



• **Taller d'elaboració de sushi.**

CAP DE LA GRANADELLA

LA CARTA DE DRETS I DEURES DE LA CIUTADANIA EN RELACIÓ AMB LA SALUT I L'ATENCIÓ SANITÀRIA

“... El document recull prop d'un centenar de drets i obligacions distribuïts en deu àmbits i suposa un contracte social entre les persones i el sistema sanitari català...”

L'actual Carta de drets i deures aprovada al 2015 situa les persones com a element central de la salut, amb els principis de llibertat i autonomia, d'igualtat i d'accés a la informació com a eixos vertebradors. Entre les principals innovacions de la Carta destaquen el dret de rebre una educació en salut que permeti conèixer els factors que poden influenciar la salut individual i col·lectiva.

L'actualització de la Carta s'ha abordat entenent la salut com la combinació de factors biològics, psicològics i socials que van més enllà de la dimensió física de les per-

sones, la renovació de la Carta està orientada a situar la ciutadania com a element central de la salut i l'atenció sanitària, establint un marc de relació basat en la corresponsabilitat entre els agents prestadors de serveis, els professionals i les persones usuàries, en la transparència i en la confiança com a elements fonamentals per a la societat del benestar del s. XXI i abordant la salut des de l'origen, posant el focus en la promoció i protecció de la salut i la prevenció de la malaltia com a punt de partida.

En la nova Carta s'han recollit les principals novetats legislatives i normatives d'aplicació i s'ha endegat un procés participatiu on han estat representats els agents implicats directament en la salut i l'atenció sanitària. El document recull prop d'un centenar de drets i obligacions distribuïts en deu àmbits i suposa un contracte social entre les persones i el sistema sanitari català, que s'agrupen en els deu àmbits següents:

1. Equitat i no-discriminació de les persones
2. Protecció i promoció de la salut i prevenció de la malaltia
3. Accés al sistema sanitari
4. Intimitat i confidencialitat
5. Autonomia i presa de decisions

6. Informació sanitària, documentació clínica i TIC
7. Qualitat i seguretat del sistema
8. Constitució genètica de la persona
9. Investigació i experimentació
10. Participació

Podem consultar la versió íntegra de la Carta de drets i deures a: http://carsalut.gencat.cat/web/.content/minisite/catsalut/ciutadania/drets_i_deures/destacats/carta-drets-deures.pdf

Equip d'Atenció Primària la Granadella.



DES DE LA UdL

ESTUDIS DE LA UdL FORA DE LA CIUTAT DE LLEIDA

“... implantar-hi un grau en modalitat dual, és a dir, que els estudiants estarien fent la seva formació en part a les aules i en part a les empreses que tindrien vinculats als estudiants des de primer curs.”

Des de fa dos anys la Universitat de Lleida (UdL) està impartint estudis oficials de grau a Igualada, província de Barcelona. Al setembre de 2015 es va començar a impartir el Grau en Infermeria i al setembre 2016 el doble grau en Nutrició i Dietètica i en Fisioteràpia.

Hi ha gent que pregunta: què hi fa la UdL impartint titulacions a Igualada? Primer, satisfer la demanda de la Comarca de l'Anoia, on ja hi havia estudis universitaris de química i organització industrial. Ara, amb les titulacions de la UdL s'han recuperat estudis en l'àmbit de la salut, que antigament ja s'impartien en una Escola Universitària d'Infermeria d'Igualada. I segon, incrementar el nombre d'estudiants de la UdL, objectiu molt difícil amb la població de les terres de Lleida.

Ara bé, la UdL vol fer una pas més enllà i ha signat una conveni amb la Generalitat de Catalunya pel qual assumirà totes les titulacions universitàries que ara s'estan impartint a través del Consorci Escola Tècnica d'Igualada, adscrita a la Universitat Politècnica de Catalunya. A la pràctica suposarà que la Universitat de Lleida tingui un cinquè campus universitaris, en aquest cas a 100 quilòmetres de Lleida. En aquest campus, està previst implantar-hi un grau en modalitat dual, és a dir, que els estudiants estarien fent la

seva formació en part a les aules i en part a les empreses que tindrien vinculats als estudiants des de primer curs. Seria el primer grau universitat en modalitat dual espanyol, i s'emmarca en la política de la UdL d'impulsar titulacions en formació dual –actualment imparteix dos màsters oficials i dos màsters de formació contínua-. Aquest fet li ha permès obtenir una distinció Jaume Vicens Vives 2017 a la qualitat docent universitària, per un enfocament innovador d'integrar en el projecte formatiu de l'estudiant el treball i l'estudi.

A aquesta expansió de la UdL fora del seu territori, s'afegeixen altres titulacions que no fa directament la UdL, sinó a través de centres adscrits. A la ciutat de Barcelona, s'està impartint el Grau en Turisme i Oci i tres màsters oficials en l'àmbit de la gestió i governança del turisme internacional, a través de l'Escola Universitària de Turisme Ostelea, del Grup Planeta.

Totes aquestes actuacions pretenen que la UdL surti de la seva zona de confort de les terres de Lleida, incrementant la presència en el territori català, per consolidar el prestigi i esborrar definitivament aquella antiga sensació que és una universitat de segona categoria.

Josep Maria Sentís Suñé



OPINIÓ

ELS NABIUS

“ Fan falta més estudis exhaustius per confirmar una relació directa entre els nabius i la prevenció de diferents malalties, però està clar que aquesta petita fruita posseeix una alta capacitat antioxidant.”

La ingesta diària de fruites, verdures i hortalisses suposa una sèrie de beneficis per al nostre organisme. L'ideal, com sempre és que la nostra alimentació sigui variada i no es consumeixi sempre el mateix tipus de fruita, i així poder gaudir de les propietats que ens aporta cada una d'elles.

Hi han diferents estudis que suggereixen que algunes fruites per la seva riquesa en fitonutrients com els fruits vermells o fruits del bosc poden suposar una sèrie de beneficis per la nostra salut. La magrana, nabius, baies de goji, mores, gerds, maduixes, groselles o cireres són alguns d'aquests fruits tant interessants.

Dins de les fruites citades anteriorment, els nabius o el que coneixem com "arándanos", són una baia procedent de la família d'arbusts de les ericàcies, aquest gènere està format per una gran varietat de plantes que produeixen els diferents tipus de nabius que coneixem com el vermell o blau entre d'altres.

Propietats nutricionals i estudis

Els nabius, tenen un aport en sucres molt baix, per tant, són baixos en calories i una opció excel·lent per mantenir els nivells de glucosa estables i un estat de salut equilibrat. Contenen una font interessant de fibra soluble, carotenoids, antocianines i vitamina C, també contenen tanins i minerals, entre ells el potassi, fòsfor, magnesi i manganès. Per la seva riquesa en polifenols se'ls atribueix certs possibles beneficis per al nostre organisme ja que posseeixen una alta capacitat antioxidant.

A vegades, s'ha suggerit que el seu consum regular pot ajudar en la prevenció del càncer, l'evidència in vitro, in vivo i fins i tot alguns estudis clínics poden arribar a suggerir que la ingesta freqüent de nabius i/o els seus constituents actius poden servir d'alguna ajuda en la prevenció d'aquest. Alguns dels mecanismes pels quals els nabius poguessin prevenir el càncer és que inclouen la inhibició de la producció de molècules pro-inflamatòries, estrès oxidatiu i productes de l'estrès oxidatiu, com ara dany de l'ADN, la inhibició de la proliferació de cèl·lules canceroses i augment de l'apoptosi o el que anomenem mort cel·lular.

Moltes vegades em sentit recomanar els nabius a les persones que pateixen infeccions urinàries, s'han realitzat

estudis per avaluar l'eficàcia dels productes del nabiu en la prevenció d'infeccions simptomàtiques del tracte urinari, s'han trobat proves en quatre assaigs aleatoritzats controlats en els quals es va veure que la ingesta de nabius vermells podien reduir el nombre de malalties urinàries simptomàtiques durant un període de 12 mesos, sobretot en dones amb infeccions recurrents. Tot i que es reconeix que és cert que alguns dels estudis petits van demostrar un benefici per a les dones amb infeccions urinàries recurrents, no hi va haver diferències estadísticament significatives quan van ser inclosos resultats d'un estudi molt més ampli, per tant es va concloure no donar-ho per fet i recomanar-lo per a la prevenció de la infecció del tracte urinari encara que en moltes persones els hi ha estat la solució al seu problema.

Pel que fa a la salut cardiovascular, s'ha extret la conclusió que un alt consum d'antocianines de les quals són riques els nabius, pot reduir el risc d'infart de miocardi en dones predominantment joves, si que és cert que cal realitzar assajos d'intervenció per examinar més a fons l'impacte en la salut de la ingesta habitual d'aliments rics en antocianines així com també s'ha pogut veure que des del punt de vista de l'activitat cognitiva pot ajudar a reduir el deteriorament cognitiu en persones grans.

Conclusió

Els nabius, són una fruita a tenir en compte, és una opció més dins les racions de fruita que s'han de consumir diàriament i està clar que són rics en vitamina C, fibra i antioxidants. Per considerar-la una "superfruita" i confirmar molts dels beneficis "extra" que se li atribueixen, serà convenient esperar que es realitzin més estudis per confirmar els beneficis i entendre completament els mecanismes implicats en ells. Sigui com sigui sembla raonable que dins les nostres possibilitats aquestes fruites poden ser interessants incloure-les a la nostra alimentació, però el que realment fins ara dóna resultats positius és menjar variat en la seva justa mesura prioritant el consum en general de verdures, hortalisses i fruites.

LA CARTA DEL PAISATGE

El CCOC va acollir el 30 d'octubre el seminari "Els valors del paisatge de les Garrigues (III)" organitzat pel Departament d'Agricultura, Ramaderia, Pesca, Alimentació i l'Associació pel Foment del Turisme a les Garrigues.

Aquesta jornada va tenir lloc el dilluns a les 18,30h i va ser inaugurada per Carlos Gibert, alcalde de la Granadella, juntament amb Francesc Esquerda, Conseller d'Agricultura del Consell Comarcal de Les Garrigues. Va ser la continuïtat del debat sobre la Carta del Paisatge de les Garrigues iniciat en dues jornades anteriors realitzades l'any 2014 a Les Borges Blanques i 2015 a La Granadella.

La jornada va fer una introducció als valors del paisatge de Les Garrigues a càrrec de Ramon Queralt, consultor ambiental, acollint una sessió de treball participatiu per a grup sobre la identitat del paisatge de les Garrigues, a càrrec de la tècnica en participació, Anna Maria Capdevila. Un debat sobre quins són els valors del paisatge en l'entorn més pròxim entre participants i ponents posa en valor les principals conclusions d'aquest seminari.

L'ordenació dels diferents elements del territori com conreus, erms, boscos, camins, valls, planes i turons, cingles, pobles, marges, cabanes i masos, així com polígons, carreteres, línies elèctriques, basses i pantans, granges i magatzems, defineixen que aquest paisatge esdevinga en un futur una marca identitària de qualitat.



CLUB EXCURSIONISTA
GARRIGUES ALTES

ACTIVITATS



• 29 d'octubre. Ruta en BTT i caminada al cim de Montmeneu. En BTT ruta la Granadella-Maials-Camí de les Mines (embassament de Ribarroja)-Mequinensa-Serra dels Campells. Els caminadors van anar amb cotxe fins al Camí de les Mines-Mas de Siquén-Refugi dels Caçadors-Runes de sant Miquel de Pedrós-Cim de Montmeneu. Tornaven tots a la Granadella sobre les 13h.



• 26 de novembre. Via ferrada i senderisme per la Morera de Montsant.

INS L'OLIVERA

EXPLICA'M ELS TEUS RECORDS

"Un dia et despertaràs i ja no quedarà temps per fer les coses que sempre has volgut fer. Fes-les ara" Paulo Coelho

CUÉNTAME TUS RECUERDOS" és un treball d'aula que ha fet l'alumnat de 1r d'ESO del nostre institut. Vàrem treballar l'entrevista i, sortint dels tòpics habituals on es tria un famós inaccessible, vam pensar en algú més proper: els avis i les àvies. Un pou de saviesa que molts cops no aprofitem, gent de la comarca o de fora que van néixer en un altre temps on les coses eren molt diferents. Molts van viure una guerra o van experimentar la postguerra, la majoria van saber el que era treballar de ben petits o passar gana i per això ens podien donar una visió comparativa fefaent amb el model de vida actual. L'alumnat va elaborar una sèrie de preguntes sobre allò que els agradaria preguntar als seus avis. La majoria de nets i netes els van transportar altre cop a la seva infantesa i adolescència, moguts per la curiositat sobre aquell passat distant o per la il·lusió d'asseure's vora l'avi/a i participar, com quan eren nens, d'un joc de preguntes i respostes.

Com era l'escola quan eres petita? Us separaven dels nens? Et castigaven? Quina cosa et feia més por? Vas fer alguna trapelleria? A quins jocs jugàveu? Quans anys tenies quan vas començar a treballar? Què recordes dels teus pares? Quin fet històric t'ha impactat més? Vas viure o recordes quelcom de la guerra?... Les preguntes no paren de sorgir i les respostes venen acompanyades de rialles però també de tristesa i malenconia per aquell record que ja no pots ni abraçar.

Quan els traslladen al temps de l'escola els parlen dels amics, de les trapelleries i dels mestres. Molts dels col·legis on s'anava eren religiosos, així ho comenta l'Avel·lina de Juncosa "era un col·legi de monges, a les noies ens ensenyaven les coses bàsiques com brodar, cosir, llegir i escriure. Érem uns 70 o 80 alumnes i ens feien portar una bata blanca. Jo durant molts anys la vaig dur de color negre perquè s'havia mort la meva mare i portava dol". El Pere de Lleida també s'endinsa en els records de l'escola "En aquella època els llibres els teníem durant molt més temps que ara, els aprofitàvem més. Recordo un mestre en especial que tenia una pilota foradada i plena de serradures i si parlaves o et portaves malament ens la tirava". La Jordina de Bovera i el José Antonio de Juncosa també els van parlar d'aquesta part no tan bona, "recordo els càstigs, ens pegaven amb el regle als dits i ens feien agenollar amb els braços en creu aguantant llibres", "no puc oblidar el regle, ens pegaven sempre quan no sabíem la lliçó". Molts d'altres comenten que no van tenir la sort de poder accedir a l'educació, la Ramona de La Bisbal explica "poc, hi vaig anar poc. Però vaig aprendre a llegir, a escriure i a fer operacions matemàtiques". En Taieb, des del Marroc, li explica a la seva neta que ell no hi va poder anar "com que era un poble petit no hi havia escola".

La majoria dels avis i àvies van haver d'accedir al món laboral de ben petits, la misèria desescolaritzava els nens i els duia molts cops al camp. El Francisco de Maials ho explica "de molt jovenet ja em tocava anar al camp a recollir ametlles i olives. Per anar-hi utilitzava la bicicleta, fins hi tot per anar a Seròs la feia anar". També el José Antonio de Juncosa "vaig començar a treballar als 7 anys. Repartia pa per tot el poble, més ben dit, a les cases de la gent rica, els pobres se l'anaven a buscar ells. No em pagaven amb diners, solament em donaven 2 barretes de pa per casa". I la Ramona de la Bisbal "vaig començar a treballar als 13 anys de minyona i cobrava 40 pessetes al mes", el mateix sou que la Jordina de Bovera "tenia 8 anys quan vaig haver de treballar, i no cobràvem fins als 12. Recordo que tancaven els col·legis i així podíem anar a veremar, a collir llentíes i a

recol·lectar la flor de safrà".

Molts avis van experimentar el període de postguerra que va ser molt dur per a moltes famílies. La Guerra Civil la van viure de passada ja que eren molt petits i no recorden gairebé res, només allò que els van poder explicar els seus pares. La Ramona de la Bisbal, però, amb 97 anys sí que en té el record més present, "haviem de córrer cap a les coves per por de les bombes, recordo la mort de dues nenes del poble en un dels bombardejos". La Neus del Soleràs era molt petita "tenia 3 anys quan va acabar la guerra, només sé que el meu pare va passar 5 anys a la presó i va ser molt difícil per la mare criar sola una nena petita. També em van explicar que la casa on vivíem, com que era força gran, la van fer servir d'hospital". L'Anuta de Romania parla d'una altra guerra a Europa "el meu pare va lluitar a la II Guerra Mundial l'any 1944, el germà del meu marit hi va morir".

Ara les preguntes de l'alumnat donen un gir, deixen enrere aquest període més gris i busquen un terreny més planer: els fets històrics, la música, el cinema i els jocs d'infantesa. El José Antonio i la Ramona assenyalen tres punts històrics on tot al seu voltant es va aturar: la mort d'en Kennedy, el cop d'estat del 23F i la Batalla de l'Ebre. La Jordina, l'Avel·lina i el Nelu recorden haver gaudit de la música del Duo Dinámico, d'en Josep Guardiola i de The Beatles, mentre el José Antonio preferia a en Julio Iglesias. Tots coincideixen en dir que la música d'avui en dia fa massa soroll. Qui va poder gaudir del cinema, la Neus i la Jordina, ens recomanen les pel·lícules d'en Rock Hudson i "Allò que el vent s'endugué" i el José Antonio té un record especial per "Els deu manaments". Parlar dels jocs d'infantesa els provoca rialles i una melangia que ennuaga a qui els escolta: cavall fort, pilla-pilla, pam i pinya, la pluca, l'anellita, el bitxo, el corro de las patatas, saltar la corda, el pica paret, les bales, la petanca, les xanques, fabricar nines i peses per pesar... són alguns dels molts jocs que ens enumeren el Sebastià del Soleràs, la Montserrat de Barcelona, l'Antonio de Bovera, el Ramon Juncosa, en Pep de Bellaguarda, la Ramona i el José Antonio.

Per finalitzar, els van demanar un consell per la vida i la majoria d'avis van coincidir: "sigues una persona honesta, no facis mal a ningú, estima als que t'envolten i estudia molt". Avui el veritable protagonista no ha estat l'alumnat sinó els seus avis i esperem que l'experiència hagi estat del tot enriquidora.

Carme Miró Professora de l'INS l'Olivera



POESIA

AIGUA ALS ORDINS d'Ignasi Revés

SECÀ TOU

S'alça el dia lleganyós
S'estira, se frega, plora
Remulla lo secà polsós
La terra campa estova.

Arrupit, grisenc, plujós
No pots sortir al defora
La saó esponja el tros
Espera, busca l'hora.

Lo verd brota jovença
Creix lo cabell del secà
S'intueixen fruits i flors

Aulor de secà mullat
De secà tou i enfangat
De cabàs ple, de cup gros.

SOL, I NO EM DOL

Esporgo aulivers a l'altre cap del terme
On lo verb no pren, on los mots s'assequen
Només escolto lo so de la tisora
I el doll de branques que rega la terra.

En la solitud conreo la llibertat
Prenc lo reng que vull, paro quan me sembla
Sotjo el Montmeneu, admiro lo Vedat
I, quan me'n canso, torno a la fenyà.

Sóc ginebre, card, escalunya i ortiga
Arrelo al terròs, la saba em travessa
La meua sang alimenta la garriga
Li atorgo sentit, m'explico des d'ella.

En la solitud conec la tranquil·litat
Buido l'ànima de temor i neguit
L'ompló amb treball ferreny i apassionat
Sóc home adobat quan lo jorn és finit.

Lo sol s'amaga, la celèstia s'ajoca
Plego els trastes, pujo al ruc, cap a casa
Pujo la costa que m'estira a Sarroca
Demà torno, aulivers, a trenc d'alba.

FOTETA

Sóc un foteta
No me'n puc estar
Faig la gracieta
Del colgat i el sa.

Batejo el veí
Enredo l'amic
Imito el cosí
Me'n ric del cacic.

Ser un foteta
No surt mai de franc.
Tinc l'escopeta
Que m'està apuntant.

Si me'n vull burlar
Dels vius i dels morts
He de suportar
Ser l'ase dels cops.

OLI EN UN LLUM

"Oli en un llum, tu, oli en un llum!"
Recordo el dia que m'ho vas dir
Los Plans eren un núvol de fum
Lo futur, un maldecap sens fi.

Vaig emigrar a la gran ciutat
On va néixer lo següent Carrau
Li vam dir Jordi, un nom cantat
No va fer falta llençar lo dau.

Treballava en un magatzem
Portava un toro, apilava palets
De pa de motlle i detergent
De vi, sangria, vermut i llet.

Les hores lliures, venia al tros
A llaurar, esporgar i espigolar
A donar-te un cop de mà, talòs
I a sentir-te remugar i rapiar.

M'enyorava, no m'hi trobava
Al ciment, al tumult, a l'estrès
Lo meu trau no cicatrizava
Somiava en tornar al bres.

"Oli en un llum, tu, oli en un llum!"
Viure no és pla ni costa avall
No tot surt com planifica un
Quan menys t'ho penses, un cop de mall.

Però la vida també somriu
I et dóna la mà, i et fa costat
Si tens paciència, si ets positiu
Atorga nova oportunitat.

Si res no falla, lo mes que ve
Mos instal·lem a Vilanova
L'Eulàlia, lo Jordi i la Roser
I un servidor, lo Carrau pobre.

"Oli en un llum, tu, oli en un llum!"
Ja no te ho escoltaré mai més
Però, Josep, tingues per segur
Que aquesta lliçó l'he après.

LA VIDA FRÍVOLA

PÀGINES, SEGONS DIUEN, VISCUEDES

En aquest número de la nostra revista publico la primera part d'un relat que em va arribar com a resposta a la invitació que vaig fer a diversos coneguts. En vaig parlar per primera vegada en el número 71 de Lo Clarí.

Miquel M. Gibert

MÉS VAL SOL QUE BEN ACOMPANYAT

1

A mi no m'ha passat mai res que valgui la pena de contar aquí. Però em penso que, tard o d'hora, em passarà. Ara bé, com que no en puc estar segur del tot, ara ho deixaré escrit, i que sigui el que Déu vulgui.

Sóc un home pràctic, ordenat i previsor. I per això vaig fer testament als cinquanta-cinc anys, i una temporada després hi vaig afegir les últimes voluntats. Va ser llavors, en tornar de la notaria, quan se'm va acudir la idea.

Feia uns quants anys que havíem acabat la carrera, quan dos amics i jo vam obrir un despatx d'arquitectes a Barcelona. A ells els va anar molt bé, i a mi potser no em va anar malament. A més, l'un i l'altre em consideren el millor amic que tenen, i jo he de dir el mateix d'ells.

Tos dos són més intel·ligents, preparats i decidits que jo, i la bona marxa del despatx durant tants anys, i encara continua, és molt més mèrit seu que no pas meu. L'un té un caràcter molt fort, i com és natural en un cas així, no li agrada gens que li portin la contrària. Deu ser per això, i per alguna altra raó que no acabo de veure, que malparla de tothom de la manera més agra que pot, i que està convençut que al món hi ha sobretot estúpids sense remei, uns quants que no ho són però s'hi acosten, i és clar, ell, que és tota una altra cosa. A mi no em respecta gens, i fins i tot alguna vegada m'ha escridassat davant dels clients i sovint canvia de dalt a baix, sense dir-me'n res, plànols d'obres que havíem aixecat entre tots dos. Molt de tant en tant, cada dos o tres anys, posem per cas, em diu de mala manera que m'està molt agraït, i que, sense un amic com jo, no sap pas com se n'hauria sortit. Amb els whatsapps, reconec que ara la situació ha millorat, perquè abans no tenia cap mania de trucar-me de matinada una vegada i una altra, fins que jo agafava el telèfon, per consultar-me

això o allò de la feina, per després no tornar-me'n a parlar mai. No volia deixar-me un missatge al contestador, i en canvi ara, no li fa res d'enviar-me un whatsapp i prou. Tot això que hi he guanyat.

L'altre soci del despatx n'ha firmat ben pocs, de plànols. I així s'explica que no hagi tingut cap problema amb el primer. Aquest segon amic va aportar a la societat que van fundar els tres la part de capital que li pertocava primer que ningú. Però després, al despatx, mai no hi ha fet gran cosa. Dedica moltes hores, hi ha mesos que totes, als seus negocis particulars. Jo, naturalment, no li he dit mai res, però és molt estrany que l'altre soci, el primer (no en vull dir el nom), que no és pas com jo, tampoc mai no li hagi cantat les veritats. Vaja, diria que no ho ha fet, i ell, precisament ell, no me n'ha malparlat ni una vegada. No m'hi embolico més, ho deixo estar i ja s'ho faran. Perquè amb l'un i l'altre, i per separat, ja en tinc ben bé prou. I resulta que aquest segon amic (el nom també me'l reservo, per raons òbvies) em posa on no m'hauria de posar i m'estampa la firma, que sap fer més bé que jo, on no me l'hauria d'estampar. I ell no, però jo sí, jo sí que vaig passar dos mesos llargs en això que ara en diuen un mòdul penitenciari. Ja fa cinc o sis anys de la cosa, però encara me'n recordo massa. I dic el mateix del tràngols que m'ha fet passar amb bancs i caixes –ara ja només amb bancs, és clar, i tot això que hi guanyo també– i amb unes parcel·les que vaig saber que havia comprat a nom meu a l'extraradi, o als suburbis o una cosa així, de Santpedor. Però res com aquesta d'haver-me fet tancar pel seu mal cap. Això sí, quan em van deixar anar, em va dir que li sabia molt de greu el que m'havia passat. I que la vida, per desgracia nostra, era una carrera d'obstacles s'havien d'anar superant. Ell és una persona respectuosa, encara que curta de paraules. No m'ha escridassat mai, i l'any aquell, per Nadal, em va regalar dues localitats per a la Sala Beckett, que és un teatre alternatiu de gran prestigi.

(Continuarà)

HERÀLDICA DELS COGNOMS DEL POBLE LA GRANADELLA

Escut caironat partit:

1r. d'argent, un ram de granadella titjat de gules i fullat i fruitat de sinople.

2n. de gules, una mola d'atgent nadillada de sable.

Per timbre una corona de baró.



TELÈFONS D'INTERÈS

• AJUNTAMENT	973 133017
• BIBLIOTECA-MEDIATECA	973 133719
• CCOC	973 094101
• CENTRE CÍVIC	973 133098
• CAP	973 133207
• CENTRE SERVEIS GENT GRAN	973 133710
• BOMBERS	973 133080
• COMUNITAT DE REGANTS	973 133426
• MANTENIMENT DEL REC	608 198996
• PROMOCIÓ ECONÒMICA	973 133017
• ASSISTENTA SOCIAL	973 133408
• MOSSOS D'ESQUADRA	088
• MuOC	973 133012



RACONS DEL NOSTRE POBLE: On es troba aquest símbol?

Resposta de *Lo Clarí* núm. 72: A la plaça, a cal Balons.

IMATGES DEL PASSAT



BON PROFIT

CIGRONS AMB ESPINACS I BOTIFARRA NEGRA

Ingredients per a 2 persones:

- 1 pot de cigrons de 400gr
- 1 pastanaga
- 1 bossa d'espínacs tallada i neta
- 1 ceba
- 1 tomàquet madur
- Ous durs
- Botifarra negra que no es desfaci
- Sal
- Una culleradeta petita rasa de comi en pols (optatiu)
- 125gr d'aigua

Elaboració:

Talla la ceba, renta-la i posa-la en el got de triturar.

Talla el tomàquet madur, treu-li les llavors, i si la pell es maca, i sense arrugues no la treguis, ren-tel i posa'l amb la ceba.

Tritura i reserva.

Posa els ous q us hageu de menjar cada un, en un casso

coberts d'aigua al foc mitja i quan comenci a bullir conte 10 minuts i després tanca el foc.

Reserva.

Posa una cassola amb oli a foc mitjà, quan sigui tevi posahi el sofregit.

Mentre treu la bromera dels cigrons sota l'aixeta en una escorredora.

Posa'ls al sofregit.

Rasca la pastanaga, fes-la a rodanxes i posa-la amb els cigrons.

Remena.

Després de 5 minuts posa la sal, el comi la botifarra i l'aigua.

Remena.

Deixa pasar 5 minuts mes, posa els espínacs a la escorredora, passa'ls per aigua i posa'ls a la cassola.

Remena i tapa.

Als 10 minuts màxim tanca.

Quan serveixis reparteix els ous a cada plat.

loclari@hotmail.com
www.lagranadella.cat
www.culturadeloli.cat



COL·LABORADORS



Taller de Reparació de Vehicles i Pneumàtics

FELIP TUDEL i CHOY

Reparació de Tubs Hidràulics
d'Alta Pressió

c/ La Pobla, 58
25177 LA GRANADELLA (Lleida)

Tel. i Fax: (973) 13 35 78 • Telf. Part. (973) 13 31 19

CARNIS *SERIA*
SERÓ

Pla. 5 Telèfon 973 133 311
LA GRANADELLA (Lleida)



Moli de la Vall Major

Carretera de Lleida, s/n
25177 LA GRANADELLA
Les Garrigues (Lleida)

Tel. 973 13 37 28
Fax 973 13 37 28



"la Caixa"

973 13 33 04 - 609 66 29 67

JArme
Arbonés

INSTAL·LACIONS ELÈCTRIQUES
FONTANERIA

C/ de l'Eixample, 5 - 25177 - La Granadella



SENDRÓS SL
FRUITS SECS

PARTIDA COLL JUNCA S/N
TEL. 973 133 740 • FAX 973 133 741
25177 • LA GRANADELLA • LLEIDA

www: sendros.com
E-Mail: info@sendros.com

FORN DE PA

Albert

Tel. 13 30 48
LA GRANADELLA



Forn
Marcel
pa i pastes

Marcel
Ferran
Tolosa

Pl. Vicens Blanch, 8
25177
La Granadella
(Lleida)

Tel.: 973 133 508

xavier • mercè

MATERIALS DE CONSTRUCCIÓ

C/ Marina, 35
25177 LA GRANADELLA (Lleida)
Tel. 973 13 31 10 • Fax 973 13 33 33 • Mòbil 649 966 599
e-mail: xaviermerce@hotmail.com



SF S.C.P.
Sas Fusters

C/ La Pobla, 69
25177 · La Granadella · Lleida

Tels. **973 133 083**
650 934 861
630 149 035



PLA DE LA VILA, 32
TEL. 973 13 30 59
25177 LA GRANADELLA (LLEIDA)



Alberto: 630.56.18.13 Montse: 606.30.00.94
Viver d'Empreses Garrigues Altes, despatx número 1
(C/ Vall d'en Roher, 9 - La Granadella)

Losa

TALLERS PARDELL

Sergi Pardell Cervelló

MECÀNICA I AUTOMOCIÓ



Ctra. El Soleràs, s/n
25177 LA GRANADELLA (Lleida)

973133071
676366613

Oli d'Oliva Verge Extra
procedent d'olives arbequines

degustus®

Vall de l'Oliver®

 **COOPERATIVA AGROINDUSTRIAL CATALANA, SCCL**
NUM PL. OP-M / CODI EC-09-01GE
PL. JOAN PERICH, 4 / TEL. 973 13 30 12 / 25177 LA GRANADELLA - LES GARRIGUES (LLEIDA - ESPAÑA)
www.agroindustrialcatalana.com

Queviures ca la Silvia



**Pollastres
a l'ast**

Plaça Vicens Blanch, 5 • 25177 La Granadella
Tel. **973 133 587**

María Pes
 DIETISTA-NUTRICIONISTA
 COL·LEGIADA CAT001208

Assessorament nutricional
 Nutrició en diferents patologies
 Mesoteràpia corporal
 Massatges anticel·lulítics/reductors
 Reflexologia podal

C/ Eixample, 28 La Granadella Tel. 659 27 23 71

Pla de la Vila, 33 -Tels. 13 34 26 - 13 36 53
COMITAT DE REGANTS GARIGUERS SUD
 LA GRANADELLA (Lleida) C.I.F. G-25353632

LA GRANADELLA BOVERA FAX I TELF. 973 133426
 TELF. 973 133653

excom CLOUD

carlos gibert
 solucions gràfiques

tel 626 755 103
 e-mail crisgbrt@gmail.com
 la pobla, 19 · 3a 25177 la granadella

AXA winterthur

FRANCISCO SARLE, S.L.

Major, 77 - 25163 El Soleràs (Lleida)
 Tel./Fax 973 13 36 22 - Mòbil 659 79 52 47
 E-mail: francisco.sarle@agentes.winterthur.es

Confía en la vida

El Rebot
de la Miriam

Pla de la Vila, 7 · 25177 · La Granadella
 Tel. 645 701 470

CONSTRUCCIONS
J. M.ª NAVÀS MIRALLES

TELS. 973 133 495 - 618 105 367
 LA GRANADELLA

Perruqueria i Estètica
Gemma

Pla de la Vila, 6
 La Granadella
perruqueriaiesteticagemma@Facebook.com Tel: 686 61 05 19

Caja Hispana de Previsión y Crédito

SOCIEDAD COOPERATIVA

Domicilio social: Lauria, 18 y Caspe, 42 - BARCELONA

Servicio de Previsión

Suscripciones de pólizas de
ahorros a 10, 15 y 20 años.

Suscripciones de Títulos al
contado.



Servicio de Préstamos

Préstamos de carácter co-
mercial. — Préstamos con
garantía de póliza. — Prés-
tamos con garantía perso-
nal.

Servicio de Cartera

Cobro y negociación de efectos sobre la plaza y provincias.
Cuentas individuales a la vista y a plazo fijo. — Giros.
Cobros y pagos. — Negociaciones.

Servicio Jurídico-Administrativo

Consultas gratuitas - Cobro de Créditos - Tramitación asuntos Judiciales

Agencia de Lérida: S. Antonio, 47 - Teléfono



• **FESTA LA PRIMERA PREMSADA: OLI, ART I GASTRONOMIA AL CCOC** •