

# Territoris

**Ethan Barea: “El meu pas per Eufòria ha significat molt més d’allò que em puc arribar a imaginar”**

**Un centenar de nens i nenes amb càncer gaudeixen de les colònies de l’ACC Lleida a la Vall d’Aran**

**Genís Costa, un targarí d’estrella Michelin**

**Areni guanya un premi internacional d’arquitectura pel restaurant Ados**



A.MIQUEL

Linde Material Handling

*Linde*



Solucions personalitzades  
i serveis adaptats a cada client

DELEGACIÓ DE TARRAGONA  
Ctra. Pla de Santa Maria, 283  
43800 / Valls  
T. +34 977 613 781

DELEGACIÓ DE LLEIDA  
Ctra. N-IIa, Km 480.9  
25222 / Sidamon  
T. +34 973 717 151

DELEGACIÓ D'ANDORRA  
C. dels Barrers  
AD500 / Santa Coloma  
T. +376 72 72 10

[www.amiquel.com](http://www.amiquel.com)

# Editorial

## No és temps pels audaços

La política i la vida quotidiana de la gent avancen paral·lelament per carrils separats, i moltes vegades, circulant contra direcció.

No és estrany que hi hagi una desafecció envers la política per part de la ciutadania, en general, molt més crítica i sàvia del que se li reconeix, la qual demana que els seus representants estiguin a l'altura.

Un exemple d'això són els milers de joves que senten que el seu projecte de vida no té cabuda en un país que no ofereix vies d'accés a l'habitatge i amb preus de lloguer inassolibles amb el salari brut anual a Espanya, per sota de la mitjana europea. Després vindria la pujada de l'euríbor que complica fer front a la hipoteca i l'elevat cost de la vida, sobretot amb els aliments i articles de primera necessitat, que s'accepta resignadament i que impedeix l'estalvi per garantir-nos una solvència i complir amb unes més que guanyades expectatives de futur i benestar. I com no parlar dels petits empresaris i autònoms que generen activitat econòmica i ocupació, però que viuen ofegats per la càrrega fiscal, per la burocràcia i per la incertesa dels moments actuals amb el canvi de paradigma que s'ha imposat a través de la tecnologia al servei del mercat i la globalització, esbossant un panorama molt dur, malgrat l'activitat frenètica que ocupa el nostre dia a dia.

Llavors ens preguntem: "Per què la gent està desil·lusionada i desanimada?", "Per què tanta gent pateix d'ansietat i depressió?". Preguntes sobre les quals, més enllà de ser resoltes constantment per sociòlegs i professionals de l'àmbit de la salut mental, la població ja en té la resposta.

Serge Latouche, economista francès que promou i explora un sistema econòmic basat en el decreixement, en el seu article

publicat al diari Le Monde el desembre de 2003 "Seria Occident més feliç amb menys? El món a escala reduïda", va defensar que "la societat del creixement està dominada i sovint obsessionada per l'economia del creixement. Fa del creixement pel creixement l'objectiu essencial de la vida, si no l'únic. Això és insostenible perquè empeny els límits de la biosfera". No és que tinguem la certesa que aquesta sigui l'opció més favorable —no podem saber quina és perquè el nostre sistema no contempla ni la mínima mutació davant dels canvis—; però per què, tantes dècades després que es donés el tret de sortida a un sistema socioeconòmic que a través de les successives crisis ha demostrat —en xifres— beneficiar una minoria en detriment d'una majoria creixent, amb una acumulació de capital sense precedents —l'1% de la població acumula gairebé la meitat de la riquesa que suma la resta del món, segons l'informe del Credit Suisse— ens fa tanta por aquest concepte? Molts dels pilars del nostre benestar, inclosa la salut física i de l'entorn, que són empeses cap als límits, i la qualitat de vida i el temps lliure —és a dir, no laboral— ja s'estan veient amenaçats pel sistema d'expansió econòmica i material actual. No és el retrocés dels drets humans bàsics un autèntic decreixement en termes no materials?

Potser tot plegat és una qüestió de perspectiva. El fet és que si ens imaginem un món on el seu ritme es desaccelerés —i no és medís per valors de productivitat— i la pressió sobre les persones retrocedís, un món on el temps s'alentís i no estigués sobresaturat per la tecnologia invasiva, amb un desenvolupament de la vida més humanista, que ens permetés gaudir de la senzillesa i d'aquelles coses que veritablement ens omplen, segurament, la vida seria més amable i realitzar-nos per ser feliços deixaria de ser vist com una temeritat.

# Índex

- 04 Un centenar de nens i nenes amb càncer gaudeixen de les colònies de l'ACC Lleida a la Vall d'Aran
- 08 Cal buscar talent extern per garantir el relleu generacional de les explotacions agropecuàries
- 10 La tecnologia al servei de les persones
- 12 Ethan Barea: "El meu pas per Eufòria ha significat molt més d'allò que em puc arribar a imaginar"
- 14 David Casals-Roma recupera 'La veu de Thaïs'
- 16 Genís Costa, un targarí d'estrella Michelin
- 18 Areni guanya un premi internacional d'arquitectura pel restaurant Ados
- 20 Breu història del Butlletí Oficial de la Província de Lleida - Capítol II
- 22 Avui fem... Quiche d'espinacs i formatge de cabra

Amb la col·laboració de:


  
Generalitat de Catalunya  
Departament de la Presidència


**territoris.cat**

**PLANDORA** CONTINGUTS

**amic25**

Pots trobar-nos també a:

 @territoris.cat

 /territoris.cat

 @territoris.cat

 Redacció i publicitat: 676 560 252

**Direcció i gerència:** Esther Barta i Robert Garcia

**Cap de redacció:** Marina Pallàs Barta

**Redactors:** Marina Pallàs Barta, Jordi Vinuesa i Dionís Gutiérrez

**Tecnologies:** Robert Garcia

**Disseny i maquetació:** Aida Pallàs Barta

**Publicitat i màrqueting:** Esther Barta

**Administració:** Carme Baró

**Fotografia portada:** Jordi Vinuesa

**Edita:** Plandora Continguts

**Impressió:** GoPrinters

**Dipòsit Legal:** DL L 480-2015

# Un centenar de nens i nenes amb càncer gaudeixen de les colònies de l'ACC Lleida a la Vall d'Aran

L'estada ha tingut lloc a l'alberg Era Garona de Salardú i al refugi de Conangles, cada edició les colònies giren al voltant d'un centre d'interès i, enguany, s'ha triat l'univers del personatge Mario Bros

REDACTOR Jordi Vinuesa FOTOGRAFIES Jordi Vinuesa

**D**el 17 al 23 de juliol un centenar de nens i nenes amb càncer de tot l'Estat han participat en la 23a edició de les colònies gratuïtes d'estiu que organitza l'Associació Contra el Càncer a Lleida en col·laboració amb la Junta Local de la Vall d'Aran. L'estada ha tingut lloc a l'alberg Era Garona de Salardú (75 nens i nenes de 6 a 15 anys) i al refugi de Conangles (24 joves de 15 a 17 anys).

La novetat d'aquesta edició ha estat l'ampliació de l'edat dels joves fins als 17 anys. "Fins ara les colònies havien estat per a nens i nenes de 6 a 15 anys", explica la gerent de l'Associació Contra el Càncer a Lleida, Eva Figuera. La gerent apunta que han decidit ampliar l'edat per "donar cobertura a un grup de joves amb unes necessitats diferents". Aquest 'workcamp' ha començat amb un grup de 24 joves al refugi de Conangles, una ubicació que és adequada a les seves necessitats.

## Els inicis de les colònies de l'ACCL

Les colònies van néixer quan un grup de persones de la Vall d'Aran van veure la necessitat de crear uns campaments per a nens i nenes amb càncer, explica el president de l'Associació Contra el Càncer de Lleida, Sisco Maranges Granja. Maranges recorda que a les primeres edicions eren uns "12 o 13 infants i ara en són 100".

L'estada serveix per "ajudar als nens i les nenes a passar una setmana sense pensar en la seva malaltia, igual que els pares, que també estan tranquils", assegura el president de l'ACCL. "L'única diferència amb la resta de colònies és que en aquestes el tema mèdic està molt controlat", assegura. "Tenim tot un equip de 26 persones entre coordinadors, monitors, pediatres, infermers i psicòlegs", subratlla en Cisco Maranges.

**"Ens organitzem en tres grups que són petits, mitjans i grans"**

"Comencem a preparar-ho tot al gener: ens reunim, formem l'equip de monitors i prepararem totes les activitats", apunta el director de les colònies, Carles Gine Jané. "Ens organitzem



L'Associació Contra el Càncer té federacions a totes les províncies de l'Estat i és a través d'aquestes des d'on arriben els infants. Els nens, nenes i joves que han participat enguany provenen de Lleida, Barcelona, Girona, Tarragona, Tenerife, les Palmes, Cadis, Sevilla, Huelva, Màlaga, les Illes Balears, Osca, Burgos, Astúries, Galícia, Cantàbria, Madrid i Sòria.



"Són unes colònies molt especials, amb nens i nenes molt especials, que intentem fer que siguin les colònies més normals del món", assegura en Carles Gine Jané, director de les colònies.

en tres grups que són petits, mitjans i grans i cadascun té un coordinador i quatre monitors”, explica el director. Cada any les colònies giren al voltant d’un centre d’interès. Enguany, s’ha triat el personatge Mario Bros i tot el seu univers. “M’agrada molt quan els nens i les nenes baixen de l’autocar i veuen la pancarta que posem a l’entrada”, apunta en Carles Gine.

### Les colònies des de dins

La Marina (13 anys) i la Carla (13 anys) són dues de les participants d’aquesta edició de les colònies. Ambdues destaquen que els ha agradat l’experiència: “Hem conegut gent nova i ens ho hem passat molt bé”, diuen. La temàtica de Mario Bros els ha semblat molt divertida: “Hi ha diversos personatges, es van creant històries. Es perden les estrelles i nosaltres les hem de buscar fent les activitats i ens hem de guanyar la confiança dels personatges”, explica la Marina.

Per l’Àlex Serra és el primer any com a monitor: “M’encarrego del grup dels petits”, subratlla. Pel monitor està sent una experiència molt maca “hi ha molt bon ‘rotllo’ amb els monitors i els infants, que et donen un retorn que omple moltíssim, estic encantat”, destaca.

La Montserrat Caballero Camins és coordinadora del grup de mitjans. Ella va viure les colònies des de petita i vol que

els infants que ara tenen càncer “puguin gaudir d’aquesta estada com jo la vaig gaudir”. La monitora subratlla que “estar amb la gent que ho ha passat malament com tu fa que et sentis identificat i hi empatitzes moltíssim”.

Les pediatres de les colònies asseguren que estan gaudint molt de l’estada. “Quan llegeixes les fitxes dels nens i de les nenes et penses que no podran fer algunes activitats, però fan de tot i són molt conscients d’allò que poden fer i que no”, puntualitzen. Asseguren que els infants són “molt madurs i s’ajuden molt entre ells”.

### Activitats per a tots els gustos

Els infants poden gaudir durant una setmana de tota mena d’activitats lúdico-educatives com ràfting, muntar a cavall, preparar obres de teatre o contacontes, entre moltes altres. El dimarts 18 de juliol el grup més gran de l’alberg Era Garona va anar d’excursió a la bassa d’Oles a la Vall d’Aran. Allà la Fundació dels Mossos d’Esquadra va presentar les diferents unitats del cos. Els nens i nenes van poder observar de prop un helicòpter dels Mossos, van veure en acció a la unitat canina i van poder pujar a les motos de la unitat de trànsit, entre altres activitats. “Aquesta tasca de proximitat fa que ells valorin molt més la feina policial”, destacava el sotscap de l’Àrea Bàsica Policial Vall d’Aran-Alta Ribagorça, el sargent Robert Garzón.

**BARRI A BARRI**

**Campanya intensiva de neteja i de manteniment dels carrers, dels parcs i dels jardins de cada barri de Lleida**

LA PAERIA  
Ajuntament de Lleida



## Les distraccions a l'hora de conduir: Com mantenir l'atenció a la carretera

La seguretat viària preocupa a tots els conductors, i sabem que les **distraccions mentre conduïm són una de les principals amenaces a la carretera**. En aquest article, et mostrem com identificar i evitar aquestes distraccions per gaudir d'un viatge segur i sense problemes.

### TIPUS DE DISTRACCIONS AL VOLANT

Hi ha diferents tipus de distraccions en conduir que hem de conèixer per evitar-les. Les principals són:

#### **Distraccions cognitives:**

Distreure'ns mentalment, com pensar en problemes personals o tenir converses intenses mentre conduïm.

#### **Distraccions visuals:**

Desviar la vista cap a coses com paisatges atractius, cartells publicitaris o el telèfon mòbil, allunyant-nos de la carretera.

#### **Distraccions manuals:**

Deixar el volant per menjar, beure, maquillar-nos o manipular dispositius electrònics.

### IMPACTE DE LES DISTRACCIONS AL VOLANT

Conduir distret pot tenir conseqüències greus per al conductor i altres usuaris de la via, com ara:

#### **Major risc d'accidents:**

Les distraccions augmenten significativament les possibilitats de patir un accident, fins i tot amb breus distraccions.

#### **Temps de reacció reduït:**

Les distraccions disminueixen el nostre temps de reacció davant situacions perilloses, la qual cosa pot marcar la diferència entre un accident i una conducció segura.

#### **Conseqüències legals:**

Molts països sancionen la conducció distreta amb multes, pèrdua de punts en el carnet de conduir i sancions legals més greus.

### COM EVITAR LES DISTRACCIONS AL VOLANT

Afortunadament, hi ha estratègies per evitar distraccions i mantenir l'atenció a la carretera. Aquí et presentem algunes recomanacions clau:

#### **Consciència i educació:**

Conèixer els riscos i participar en campanyes educatives sobre conducció responsable.

#### **Utilitzar la tecnologia de forma responsable:**

Emprar dispositius i aplicacions que minimitzin les distraccions, com ara sistemes de mans lliures i aplicacions que bloquegin notificacions mentre conduïm.

#### **Donar exemple:**

Evitar distraccions i promoure una cultura viària responsable per influir positivament en altres conductors.

En resum, mantenir l'atenció a la carretera i evitar distraccions és essencial per protegir les nostres vides i les dels altres.

Recorda que a Asurbrok Corredora d'Assegurances oferim serveis d' **assegurances per a vehicles** que et protegiran en cas de qualsevol eventualitat a la carretera. **Contacta amb nosaltres per WhatsApp al 654 52 50 25 o mitjançant la nostra web [www.asurbrok.com](http://www.asurbrok.com).**

# 2 DESSALINITZADORS NOVES.

# L'AIGUA

# NO CAU DEL CEL



El canvi climàtic provoca l'absència de pluja i períodes de sequera que seran cada cop més freqüents al nostre país. Això significa que hem de gestionar l'aigua millor que mai.

El Govern de Catalunya impulsarà la inversió de més de 2.400 milions d'euros en el Pla de gestió de l'aigua per augmentar-ne la producció, duplicar-ne la capacitat de la dessalinització i la regeneració, i modernitzar l'eficiència del regadiu.

**Estalviar-ne és cosa de tothom.**

[sequera.gencat.cat](http://sequera.gencat.cat)

 **Generalitat  
de Catalunya**

**Per la sostenibilitat,  
sempre endavant** 



## “Cal buscar talent extern per garantir el relleu generacional de les explotacions agropecuàries”

L'Escola Agrària de Vallfogona de Balaguer forma cada any uns 80 joves que es volen dedicar al món ramader

REDACCIÓ TERRITORIS | FOTOGRAFIES Escoles Agràries

**L**es comarques lleidatanes som terra de pagesia i ramaderia. Som el que som, ho hem d'honrar i garantir el futur d'aquestes activitats econòmiques que no només donen feina i riquesa sinó que també contribueixen a la sostenibilitat del territori i a la cura del paisatge.

Qui bé ho sap és Montse Bellet, directora de l'Escola Agrària de Vallfogona de Balaguer (La Noguera), un dels 15 centres públics del Servei de Formació Agrària del Departament d'Acció Climàtica, Alimentació i Agenda Rural de la Generalitat que, des de fa 51 anys, imparteix formació professional. L'Escola està especialitzada en ramaderia i actualment, cada curs acadèmic s'imparteixen dos cicles formatius d'aquest àmbit a uns 80 joves i més de 200 persones assisteixen als cursos de formació contínua i Jornades de Transferència Tecnològica que també ofereix el centre.

“No veig el sector agropecuari en una situació de perill, però sí que perilla el relleu generacional de les mitjanes i petites explotacions”, diu Bellet, una veterinària de Mollerussa que forma part de l'Escola Agrària de Vallfogona de Balaguer des de fa 24 anys. L'explicació que dona Bellet en relació a les dificultats que viu la ramaderia en l'època que ens ha tocat viure radica en la transformació de la vida en general de les persones i de les sortides professionals dels joves.

“Sempre poso el mateix exemple”, diu la directora de l'Escola, “però és que és un exemple molt clar: si una persona jove que no prové d'una família que treballi en el sector agropecuari diu que vol estudiar perruqueria, la família i el seu entorn, no diran res, no ho trobaran estrany.

Ara bé, si la mateixa persona jove diu que vol estudiar per a ser ramader/a o pagès/sa, sense antecedents familiars, serà més estrany i, a més a més, tindrà moltes dificultats, ja que muntar una granja o una explotació agropecuària costa molt en tots els sentits”.

I cert és que costa perquè qui vulgui muntar una granja des de zero haurà de tenir les habilitats d'un emprenedor del segle XXI, en un entorn totalment digital, una inversió



L'escola compta amb una finca de 3,3 hectàrees on hi ha cavalls, aviram, vaques de carn, truges, ovelles i conills



**La plantilla docent està formada per 4 veterinàries i 5 persones formades en agronomia, entre altres especialistes**



important de diners, els terrenys, el bestiar i el compliment de totes les normatives actuals, cada vegada més detallades i exigents per al benestar animal i la protecció del territori natural. Però, com que el sector agropecuari forma part de la nostra idiosincràsia, és un mode de vida i ens dona a totes i a tots de menjar, cal cuidar-lo.

“Crec que s’ha de posar sobretot el ‘focus’ en la recerca i captació de talent extern, és a dir, persones joves que tot i que no siguin del territori ni vinguin de famílies ramaderes o pageses tinguin interès en aquest món i s’hi vulguin dedicar”, afirma Montse Bellet, qui afegeix que “seria la manera de poder garantir el relleu generacional”.

## Revalorar un sector arrelat al territori

Si pensem en els joves de famílies pageses de fa 30 o 40 anys, quan arribava aquell moment de decidir què estudiar, “eren els mateixos pares els que ens animaven, a vegades, a anar a la universitat i no dedicar-nos al món agropecuari”, explica Bellet, per la mateixa duresa de la feina diària i sacrificada que és treballar en una explotació ramadera i també perquè els pares i mares sempre intenten que els seus fills tinguin una vida millor a la que ells han tingut.

Però tenir una vida millor no és el mateix ara que fa mig segle. Si abans, anar a la Universitat era un luxe, ara és molt més accessible i “el món agrari s’està revalorant”. “Crec que s’ha canviat la idea que és treballar a la ramaderia i a la terra, tot implementant les noves tecnologies al sector, els nous coneixements i maneres més racionals de treball,

i que, precisament en l’actualitat, la gent li està donant el valor que té, com una activitat necessària i que ens

ajuda a apreciar el territori”, explica la directora de l’Escola Agrària de Vallfogona de Balaguer.

Una mostra d’aquesta revaloració del món agropecuari és la bona demanda d’alumnat que té aquesta escola. Amb la implantació dels Cicles Formatius, el curs 1997-98, en aquest centre de La Noguera s’inicia l’especialització de l’escola en ramaderia. Actualment, s’imparteix un Cicle Formatiu de Grau Mitjà de Producció Agropecuària i un altre de Superior de Ramaderia i assistència en sanitat animal; amb els dos cicles, hi ha entre 70 i 80 alumnes a l’escola d’entre els 16 i els 20 anys.

“El perfil de l’alumnat solen ser joves que venen de famílies ramaderes i/o pageses, o que tot i

no tenir antecedents familiars que es dediquin al sector agropecuari s’hi volen dedicar i, també, joves que no tenen massa clara la seva vocació, ho proven i, normalment, sí que acaben treballant en empreses properes”, detalla Bellet. En aquest sentit, la directora de l’Escola destaca la Formació Dual que s’imparteix al centre de Vallfogona, “una formació de la qual en som pioners, la vam implantar el 2014, i a través de la qual oferim entre 900 i 1.200 hores d’estada en empreses on l’alumnat realitza pràctiques i on també desenvolupa part del currículum acadèmic. La durada de la formació en alternança dual és de 6 mesos a les empreses agroramaderes, de serveis i cooperatives amb les quals treballem, com Cooperativa de Guissona, Vall Companys o les Cooperatives d’Ivars o d’Artesa de Segre, entre altres.

Finalment, una altra part de formació que es pot cursar en aquesta Escola és la Formació Contínua “destinada a persones del sector que ja estan treballant en les seves granges o en empreses agropecuàries i que requereixen actualitzar coneixements o bé aprendre novetats tècniques i normatives”, un sector precisament amb cada vegada més transparència per l’obligatorietat de complir els requisits sanitaris i de producció que són normatius. “A aquests cursos de formació contínua i jornades de transferència tecnològica hi assisteixen unes 200 persones cada any. A més, també tenim dos tutors d’incorporació que acompanyen els joves que es volen incorporar i dedicar professionalment al sector agropecuari que els fan de guia en l’elaboració i desenvolupament del seu itinerari formatiu encarat cap a un futur laboral dedicat a l’activitat ramadera i/o agrícola”.

# La tecnologia

## al servei de les persones

Dues iniciatives punteres lleidatanes fan servir innovacions tecnològiques per facilitar la vida a diversos col·lectius amb necessitats especials

REDACTOR Jordi Vinuesa FOTOGRAFIES Jordi Vinuesa

### ‘Un clic, i parlem?’

És una iniciativa única a l'Estat que uneix tecnologia i comunicació amb una visió social. Nou persones d'entre 48 i 77 anys amb discapacitat intel·lectual participen des del maig d'aquest any en la prova pilot del projecte a Mollerussa. Als participants se'ls ha facilitat un dispositiu tecnològic (tipus tauleta) que els facilita l'accés a una plataforma digital especialment dissenyada per l'equip de l'empresa d'interès social ACUDAM.

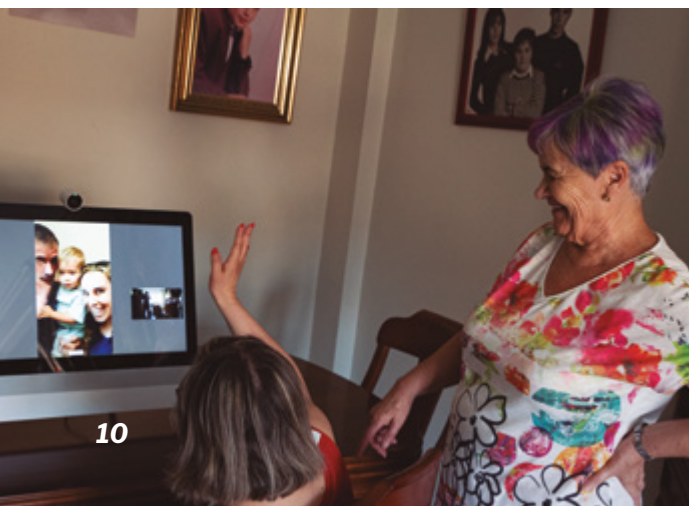
“La interfície està dissenyada perquè només hagin de prémer un botó per trucar o un botó per despenjar”, explica la directora del Servei de Teràpia Ocupacional d'ACUDAM, Esther Ros. L'Antonio Ruiz és pare de la usuària Susana Ruiz i destaca que el projecte serveix als usuaris “per desconnectar de casa i comunicar-se amb amics [...], és una iniciativa molt positiva”. Els usuaris també la veuen amb molt bons ulls, en Jaume Ginestà assegura que li agrada molt l'eina perquè “així em puc connectar amb la resta de companys”. En Pep Perelló la valora positivament perquè

pot “anar a veure el futbol, anar a la muntanya i a la platja” només amb un clic i sense moure's de la residència. A en Jordi Coll li “fa molta il·lusió” poder-se connectar “amb la família”.

El projecte és una col·laboració entre l'empresa amb seu a Mollerussa i les empreses tecnològiques internacionals CISCO i Datacom.Global per promoure aquest projecte, que va néixer en el marc de l'estratègia Mollerussa Smartlab, promoguda per l'Ajuntament de Mollerussa.

### Un robot lleidatà per millorar l'autonomia personal i combatre la solitud

El projecte del robot assistencial, que està encapçalat per ASPID i MIFAS en col·laboració amb el grup tecnològic Saltó, està enfocat per a donar suport a persones amb discapacitat (física, orgànica o amb afectació neurològica) i és pioner a l'Estat. El projecte es troba en fase pilot i fa unes setmanes que s'ha posat en marxa amb quatre robots instal·lats en els habitatges de quatre usuaris. Els impulsos preveuen que en dos anys, 48 persones es vegin beneficiades de la tecnologia.



# LLIT ARTICULAT + MATALÀS VISCOELÀSTIC



## REBAIXES

MASTER  
DESCANS  
MD

Vallcalent, 13-15 (Zona Alta) · 25006 Lleida | 973 283 405 | lleida@masterdescans.com

# ASS PLUS<sup>®</sup>

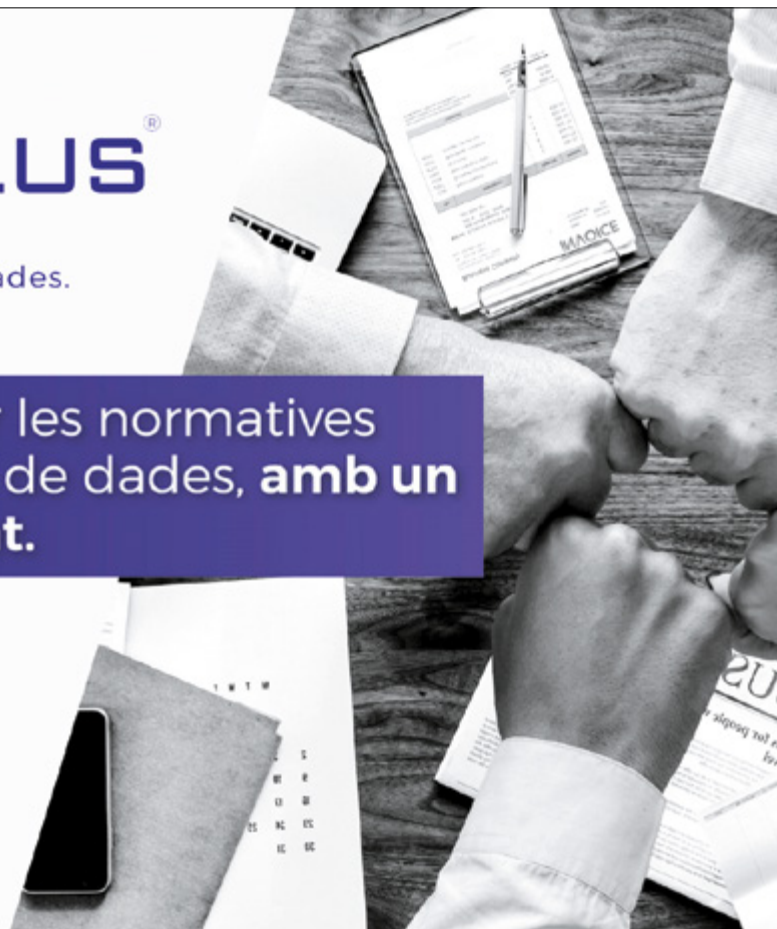


Experts en sumar  
protecció a les teves dades.

T'ajudem a complir les normatives  
legals de protecció de dades, **amb un  
servei personalitzat.**

Pl. Generalitat, 23  
El Palau d'Anglesola  
25243 · Lleida  
973 710 989  
info@assplus.org

[www.assplus.org](http://www.assplus.org)



# Ethan Barea: “El meu pas per Eufòria ha significat molt més d’allò que em puc arribar a imaginar”

REDACTOR Jordi Vinuesa FOTOGRAFIES Jordi Vinuesa

## Quan et plantejges presentar-te a Eufòria?

El setembre del 2022 havia començat el curs al Taller de Músics (Barcelona) i a l'octubre des de l'escola ens van fer arribar un correu on explicava que feien els càstings per Eufòria 2. Jo no havia vist Eufòria, però estava a Barcelona, tenia temps i vaig decidir provar sort. Vaig enviar el formulari, sense cap mena d'expectativa, i no ha anat tan malament.

El músic Ethan Barea (Guissona, 2002) ha participat en la segona edició del concurs de TV3 Eufòria i ha representat a les comarques de Ponent al programa. Tot i ser el primer eliminat, el cantant de Guissona ha aprofitat totes les seves intervencions per fer gala del seu estil propi. Repassem el seu pas per Eufòria, el concert al Sant Jordi i el seu futur més proper.

## Com va ser el procés de càstings?

El càsting és la part del programa que més reforç positiu em va donar. Vaig anar al desembre, molt mentalitzat que era poc probable ser escollit. Però, em van dir que sí i em va servir per mentalitzar-me. El càsting final van ser tres dies molt intensos al gener —vaig menjar i dormir molt poc—, però alhora genials. Vaig sortir molt content. Em van deixar amb molt bona predisposició per al programa, llàstima que després a la primera gala es trenqués.

## Per què al càsting final esculls la cançó Bad Reputation de Shawn Mendes?

La vaig escollir pel context en el qual havia descobert. A mi Shawn Mendes sempre m'ha agradat molt, el seu timbre de veu, el joc vocal... He cantat moltes cançons seves. Bad Reputation és una cançó que jo he cantat amb moltes veus diferents i vaig pensar que era bonic cantar-la al càsting. No et mentiré, també la vaig escollir per què em quedava bé (somriu). Els hi va agradar bastant, crec que va ser una bona elecció.

## Als càstings parlaves sobre ser un referent per algú...

Més que ser de referents, parlava de visibilitzar. Passar per una transició implica viure moltes etapes i en algunes estàs molt sol. A vegades, quan m'he presentat a un lloc nou he intentat no parlar d'aquest tema, pensant que no era tan rellevant. Però amb el temps m'he adonat que és molt important, forma part de la meua identitat i, gràcies o malgrat això, soc així. La meua experiència vital és diferent. Si jo ho he passat tan malament, si m'han faltat tants referents i m'he sentit molt sol, segur que hi haurà molta gent que estarà passant pel mateix que jo.

## Al programa ho has volgut compartir...

No he volgut ser egoista, jo hauria agraït mirar la tele i veure gent que es troba en la mateixa situació. Per això, ho he volgut compartir. I per la gent que no és trans visible que fem coses, no només estem sobrevivint, sinó que també tenim dret

a viure experiències a la vida, que ens passin coses genials, poder cantar i que la gent ens escolti. Encara hi ha molt desconeixement i l'únic que estem demanant és que se'ns reconegui. Tenim dret a viure en pau i poder relacionar-nos igual que tothom.

### La cançó que vas cantar a la primera gala va ser Elefants. Creus que et van encertar la cançó?

No, però és un programa de tele i entenc que ells pensessin que era la millor opció. Quan estàs en contextos així caus molt en la comparació. El registre del cantant d'Oques és molt diferent del meu i vaig haver de modificar molt el to de la cançó. És molta pressió afegida per a una primera gala, és el primer cop que et veuen i la primera impressió del públic. M'hauria agradat tenir un altre tema i crec que hauria anat diferent. Ara tinc una relació d'amor-odi amb Elefants (somriu), però l'acabaré tornant a cantar.

### Va agradar molt que cantessis amb el teu accent...

Sí, no vaig voler adaptar-la al català estàndard i al programa em van fer costat. És un toc molt personal i tampoc té molt sentit canviar el teu dialecte, a mi em va agradar la proposta i crec que va sonar bé.

### Què ha significat per a tu el pas per Eufòria?

Molt més del que em puc arribar a imaginar. Encara no he pogut assumir la magnitud de tot. Va ser una validació al fet que vaig pel bon camí en la música, un reforç positiu. Jo sabia que volia dedicar-me a la música, però abans d'entrar no sabia si sortiria bé. Sempre va bé que algú que és professional et digui que vas per bon camí.

### Com va anar l'experiència al Palau Sant Jordi?

Molt 'heavy'. Crec que cap de nosaltres era totalment conscient del que estàvem a punt de fer. Jo crec que no he assimilat... Dos dies més tard vaig veure un vídeo on se sentia tot el públic cantant, des de l'escenari no n'ets conscient, no veus al públic i no el sents. Jo crec que estaré força temps per interioritzar-ho. En general estic molt content de com va anar.

### Quins projectes de futur tens?

De moment, m'agradaria fer algun directe per aquí (Ponent). Tot i això, estic aterrant de tota aquesta voràgine. Tinc moltes ganes de fer música i estic treballant en un projecte futur. Cap al setembre m'agradaria començar a treure alguna cosa, tinc ganes que aquesta gent que m'ha vist poc al programa pugui gaudir d'alguna cosa més real, més genuïna, més meva.

\*\*\*

## HOTEL RESTAURANT Hostal del Carme

Cerimònia amb tots els serveis inclosos  
Celebació integral preboda i postcasament  
Wedding planner



**ELS PLATS DE SEMPRE, PERSONALITZATS PER A TU AMB UN PUNT D'INNOVACIÓ**

 HOTEL - RESTAURANT  
**HOSTAL DEL  
CARME** VILAGRASSA

Crta Na-II km 504, Vilagrassa 25330  
a menys de 30 min de Lleida  
973 311 000 info@hostaldelcarme.com

www.hostaldelcarme.com  
 @hostaldelcarme

Book  


## DAVID CASALS-ROMA RECUPERA 'LA VEU DE THAÏS'

EL CINEASTA VA PRESENTAR AL 10È GALACTICAT EL SEU PRIMER LLARGMETRATGE, UN DOCUMENTAL QUE RECUPERA LA HISTÒRIA DE L'ARTISTA ELENA JORDI, QUI PODRIA SER LA PRIMERA DIRECTORA DE CINEMA DE L'ESTAT

REDACTORS Jordi Vinuesa i Marina Pallàs FOTOGRAFIES Jordi Vinuesa

**D**avid Casals-Roma (Lleida, 1972) és cineasta, escriptor i director de l'Escola Catalana de Cinema i Televisió (ECCIT) de Lleida. Casals-Roma es defineix com un "contador d'històries", ja que escriu guions, però també novel·la, poesia i teatre. "M'agrada explicar històries que jo mateix m'invento", assegura.

El lleidatà encapçala el projecte de l'ECCIT, que defineix com "romàntic". Recorda que quan ell era jove i volia estudiar cinema no hi havia cap escola a Lleida, "si volies estudiar cinema havies d'anar a Barcelona", amb totes les despeses que això comportava. Després de treballar com a professor a Anglaterra, França, Barcelona —a l'ECIB— i Estats Units —la Universitat de Massachusetts-Amherst—, el director va crear l'Escola Catalana de Cine-

ma i Televisió el 2019. El centre ofereix una oportunitat als futurs cineastes lleidatans que es vulguin formar sense necessitat de marxar a la capital catalana.

Actualment, el director de cinema es troba immers en el procés de muntatge d'un nou llargmetratge documental, "Àngela", que va rodar entre 2022 i gener de 2023. El documental narra la història d'Àngela Mora, "que es va convertir en la primera persona amb síndrome de Down en participar en els campionats d'Espanya absoluts de gimnàstica artística", explica. El projecte té una mirada "personal i íntima sobre qui és aquesta noia", assegura el director.

**L'ECCIT té una productora pròpia, Nayox Films, que en un futur vol servir per potenciar projectes dels alumnes.**

## 'La veu de Thaïs'

El director, productor i guionista cinematogràfic lleidatà ha presentat el seu primer llargmetratge a la 10a edició del Galacticat. Es tracta del documental 'La veu de Thaïs'. "És el projecte del qual em sento més content, per la seva repercussió i pel que ha significat per mi passar del curtmetratge al llargmetratge, que és quelcom que molts directors no poden fer", assegura Casals-Roma.



El documental "La veu de Thaïs" del director lleidatà es pot recuperar a Filmin i, aviat, s'espera que es passi per TV3.

'La veu de Thaïs' recupera la memòria de l'artista multidisciplinària Maria Montserrat Casals Baqué (Cercs 1882 - Barcelona 1945), més coneguda com a Elena Jordi. Jordi podria ser la primera directora de l'Estat Espanyol o, si més no, una de les pioneres. "Tot va començar quan vaig llegir un article al País on parlaven d'Alice Guy, una dona francesa que va ser la primera directora de cinema del món", explica el director David Casals-Roma. El lleidatà es va preguntar qui havia estat la primera directora de cinema d'Espanya i va trobar que els historiadors no es posaven d'acord. "Alguns deien que era la Rosario Pi, altres la Mariscal, altres l'Elena Jordi...", recorda Casals-Roma.

Jordi hauria rodat la pel·lícula 'Thaïs' i l'hauria estrenat l'any 1918. Tanmateix, s'ha arribat a dubtar de la seva existència, perquè no se'n disposa de cap còpia. A més, existeixen molts dubtes sobre l'estrena de la pel·lícula. Casals-Roma assegura que "vam trobar tres fonts que diuen que estava rodant", però només una "de les ressenyes explica que es va projectar per a periodistes". "Hi ha moltes teories: que no la va acabar, que la va acabar i no la va estrenar o que la va estrenar, però amb molt poca repercussió... No ho sabem, és un misteri més que envolta la vida d'aquesta artista".

**goprinters**  
GRUP IMPRESSOR

**IMPRESSIÓ ÒFSET**

Llibres, catàlegs, revistes, paper de carta, sobres, albarans copiatius, passamans, desplegable, targetes...

T. 973 350 146  
[pedidos@goprinters.es](mailto:pedidos@goprinters.es)

La teua impremta  
Des de 1914

Segueix-nos!

goprinters

# Genís Costa, un targarí d'estrella Michelin

El xef targarí Genís Costa ha passat per restaurants de prestigi a Catalunya com el Mas Pau, el Can Fabes i El Cellar de Can Roca. Fa poc més d'un any va iniciar la seva primera aventura internacional a Oslo (Noruega) com a professional gastronòmic. A la capital noruega ha passat per les cuines de l'Avalon i el Savage. Aquest últim que va obrir les portes l'octubre del 2022 i en menys d'un any ha aconseguit fer-se amb una estrella Michelin

REDACTOR Jordi Vinuesa FOTOGRAFIES Jordi Vinuesa i cedides per Genís Costa

**E**l targarí Genís Costa va començar al món de la cuina gairebé per casualitat. L'estiu del 2007, quan encara estava estudiant l'ESO, va trobar feina a un restaurant local, el Lalà, on necessitaven un cop de mà durant el període estival. Va iniciar-se en aquest món *"per on comença tot cuiner: ajudant a fregar, fent plats freds, postres, pelant patates..."*, recorda.

Fins llavors reconeix que sempre li havia agradat cuinar a casa, però al Lalà va descobrir la seva vocació. Aquest fet el va motivar a formar-se en l'art dels fogons. Ho va fer a Lleida, a l'Escola d'Hostaleria i Turisme. Durant la seva etapa formativa i els seus inicis com a professional culinari el xef va participar cinc vegades al premi Joves Cuiners Àngel Moncusí i va guanyar l'edició del 2018 —en les dues últimes participacions havia quedat segon i tercer—. El 2012 també va guanyar el CatSkills i el 2013 va quedar segon a l'Spainskills.

El xef ha passat per restaurants com el Mas Pau, el Ticolet, el Can Fabes, El Cellar de Can Roca i La Boscana. El 2015, amb 23 anys, el cuiner *"tenia ganes de fer un projecte meu i establir-me a Tàrrega"*, explica. A en Genís Costa i al seu germà se'ls va presentar l'oportunitat de posar-se al capdavant del Lalà, que es traspassava. Així va començar el projecte de l'actual Níam, una proposta de *"cuina tradicional amb alguns tocs moderns"*, assegura el xef.

Després de sis anys i mig al capdavant del Níam el cuiner necessitava un revulsiu laboral. La seva parella, que havia estat estudiant i treballant a Noruega fins a l'aparició de la COVID-19, li va proposar d'anar al país nòrdic.



Dit i fet, es va desvincular del restaurant targarí i va arribar a Oslo el gener del 2022. El xef volia tornar a connectar amb l'alta gastronomia i es va fer un lloc als fogons del restaurant Avalon de la capital noruega, on va estar sis mesos. Després d'aquesta experiència va pujar un graó més i es va unir a l'equip que estava reunint el xef Andrea Selvaggini per a l'obertura d'un nou restaurant: el Savage.

El Savage és *"un projecte que hem començat des de zero"*. El projecte encapçalat pel xef Selvaggini va obrir les portes l'octubre de l'any passat amb l'objectiu de fer una proposta de referència. L'oferta del restaurant es basa en *"una cuina minimalista de sabors internacionals"*,



apunta el cuiner català. De fet, el Savage aglutina cuiners de moltes nacionalitats “hi ha italians, espanyols, argentins, lituans, txecs...”, subratlla el xef.

En poc menys de vuit mesos de vida el restaurant ha aconseguit el seu objectiu i, no només això, sinó que el seu equip ha aconseguit l'enorme fita de guanyar una estrella Michelin. Una proesa per a un restaurant tan jove. “És el somni de tot cuiner, va ser molt bonic”, assegura en Genís Costa, qui havia començat com a cuiner ras i va anar ascendint fins a consolidar-se com a sous xef del Savage. El futur del xef Genís Costa continuarà per consolidar la proposta del Savage i seguir al costat del cuiner Andrea Selvaggini.



## Gestiona responsablement el dèficit d'aigua amb el **REG PER DEGOTEIG!**

- ✔ *maximitza l'eficiència en l'aplicació de l'aigua i fertilitzants (estalvi d'ambdós)*
- ✔ *millora la rendibilitat*
- ✔ *minimalitza evaporació i escurriments*
- ✔ *permet donar la dosis d'aigua en els moments crítics de la planta*
- ✔ *facilita adaptar el cabal del pou/embassament*
- ✔ *gràcies a la seva uniformitat, optimitza la quantitat d'aigua que disposem*





**IRRIGA**  
water solutions

*Demana'ns el pressupost sense cap compromís!*

### Visita'ns a:

Polígon Camí dels Frares de Lleida, C/ A Parc. 2 Nau 3

Tel. 973 25 78 63 | Web: [www.irriga.es](http://www.irriga.es) | Whatsapp: 686 77 65 95

 @irrigawatersolutions  
 @irrigawatersolutions  
 @irriga-water-solutions-s-l



#### PREMI INTERNACIONAL

La publicació internacional d'arquitectura radicada al Regne Unit, la BUILD, que exposa els líders més innovadors i creatius que donen forma al món actual, els ha concedit el premi com a 'millor despatx d'arquitectura multidisciplinari' i 'millor projecte de conversió'

# Arení guanya un premi internacional d'arquitectura pel restaurant Ados

El singular espai, ubicat en uns antics magatzems del centre de Mollerussa, rep un BUILD Architecture Award que els reconeix com uns dels líders més innovadors i creatius que donen forma al món actual

REDACTOR/A Marina Pallàs Barta FOTOGRAFIES Jordi Vinuesa

**Q**uan van tancar les portes de l'antic Banc Bantierra de Mollerussa, poc s'imaginaven que estaven obrint-se també al món. La seva filosofia d'anar sempre un pas més enllà ha dut l'Oficina Tècnica Arení S.L. a rebre un BUILD Architecture Award 2023 per la configuració d'un espai únic al centre de Mollerussa: el restaurant - fränkfurt Ados (plaça de Manuel Bertrand, 8).

L'empresa plaurellenca dedicada a la realització d'estudis i projectes d'Arquitectura i Urbanisme apareix així des de mitjan juny a la 'Hall of Fame' dels projectes d'arquitectura internacionals més destacats, per haver convertit el que havia de ser un petit bar en un espai distingit i referent que aporta un valor afegit a la ciutat.

El servei diferencial que caracteritza Arení va dur-los en aquest cas a tombar parets i connectar antics magatzems per expandir les expectatives del client més enllà dels murs inicials, descobrint-li a l'altra banda un espai únic amb un gran potencial.

“El nostre tracte únic és el contacte amb el client amb un assessorament continu en àrees que van més enllà de l’arquitectura. Treballem localment, on som coneguts i recomanats pels nostres clients satisfets”, assegura Esteve Niubó, l’arquitecte responsable de la firma.

Amb l’excel·lència com a punt de partida i la confiança del client a la butxaca, van posar-se a treballar per configurar tots els detalls del que seria el nou fränkfurt. Aquest, a petició de l’Òscar, el propietari de l’activitat, ha acabat recreant una antiga plaça de la ciutat que reuneix setmanalment centenars de persones i ha esdevingut un autèntic punt de trobada a Mollerussa. “Vam proposar que es preservés l’espai interior per conferir el caràcter antic i la història de l’emplaçament, referent a nivell local”, apunta l’Esteve.

Gràcies a aquesta bona sinergia, el projecte, que s’obre enmig de la ciutat, manté l’essència de l’espai, que antigament havia estat el taller de reparació de tractors de Cal Bosch, amb la seva encavallada de fusta, sostre de volta i parets de ceràmica manual, així com la recuperació d’un seguit d’elements originals com són portes, portalades i escala. Els paviments exteriors a l’interior dels magatzems i la incorporació d’arbres, fanals i fins i tot una font i una cabina telefònica a l’interior de la sala, et traslladen a un ambient de plaça major desenfadat i únic amb capacitat per més de 200 persones, esdevenint l’únic d’aquestes condicions al centre de la ciutat i oferint un gran atractiu pels joves, el qual compta a més amb una àmplia terrassa exterior.

La proximitat de la firma amb els seus clients ha obert també les portes a l’aportació dels creatius locals que han treballat en els detalls de l’espai per assolir uns resultats únics, com és el cas de Romina Andrioli, la cap de Comunicació Corporativa



del grup de restauració de l’activitat, qui ha fet tot un treball de recerca a l’Arxiu Comarcal del Pla d’Urgell per recrear amb rigor alguns elements i cartelleria presents als antics carrers de la ciutat, com són la porta d’una farmàcia, d’una pastisseria o d’un hotel que corona l’escala original.

“El que dona valor al projecte és que haguem aconseguit crear un espai amb aquestes característiques i amb capacitats d’aforament molt altes, fins ara inexistents. Es tracta d’un espai inèdit al centre de Mollerussa”, indica l’Esteve, qui tot i gaudir d’una visió professional capaç de travessar murs, no s’esperava arribar a obtenir aquest reconeixement internacional. “Ens va sobtar que se’ns demanés informació sobre el projecte des del Regne Unit. Ens vam presentar i ens van concedir el premi. Té valor que expliquis coses fora d’aquí, que ho interpretin i ho apreciïn”, celebra l’arquitecte.

**ARENI**  
OFICINA TÈCNICA

PROJECTES DE VIVENDA  
INDUSTRIA I SERVEIS



[www.arenicat.cat](http://www.arenicat.cat) 973 71 09 55

Torre Pla Urgell.cat

Lloga un espai únic i privat  
per la teva celebració, dinar/sopar

# BREU HISTÒRIA DEL BUTLLETÍ OFICIAL DE LA PROVÍNCIA DE LLEIDA

## Capítol II

TRANSCRIPCIÓ I TRADUCCIÓ Dionís Gutiérrez i Rosich

FONT Jaime Suances Torres. Revista llerda de l'IEI, número XXIV, any XVIII – 1960, pàgines 159 a 164

**E**l govern de S. M. no volia que una cosa tan ortodoxa com el “Butlletí Oficial” es convertís en òrgan i opinió del partit polític de l'editor. Per evitar-ho, s'ordenà que tots els anuncis no oficials havien de passar pel Govern Civil abans de la seva inserció al Butlletí.

Les pàgines sempre foren quatre, només en rares ocasions es passava d'aquest límit. En algunes ocasions s'editava també un suplement o Butlletí Extraordinari, si les circumstàncies ho exigien.

El 1857, el Butlletí passa a la mida de gran foli, i aleshores es compon a quatre columnes, en comptes de dues tal i com es feia des d'un principi.

Els vuit primers anys, o sigui, fins al 1842, el Butlletí es publicava els dimarts i divendres, però a partir d'aqueixa data es publicà dimarts, dijous i dissabte.

En el període que va des de 1847 fins al juliol de 1882, es publica els dilluns, dimecres i divendres. Des d'aquesta última data fins al juliol de 1884 es converteix en diari, i els anys 1932-1939 queden suprimits tots els Butlletins Oficials de les províncies catalanes i s'edita el “Butlletí Oficial de la Generalitat de Catalunya”. La impremta del Butlletí estava instal·lada a la Casa de la Caritat de Barcelona, carrer Montealegre, 5.

Al començament, el Butlletí s'imprimia dos dies a la setmana, però a partir de 1934 fou diari. El preu de la subscripció era de 50 pessetes anuals, i més tard pujà a 80 pessetes, i a 50 cèntims el número solt. Aquest era, doncs, el Butlletí de la Generalitat de Catalunya, en què s'inclouïa tot el referent al govern autònom de les quatre províncies alhora.

Tornant de bell nou al Butlletí Oficial de la Província de Lleida, hem de dir que al final de cada mes es publicava un índex amb totes les disposicions ordenades durant aquest temps.

Així mateix, després de l'òbit d'algun monarca o membre de la reial família, solia imprimir-se una franja negra a la primera pàgina per espai de diverses setmanes. En algunes extraordinàries ocasions, com en el naixement d'Alfons XIII, els butlletins portaven una sanefa adornada.

El preu de subscripció als butlletins era, en un principi, de sis rals de velló al mes i el número solt es venia a sis quarts de ral.

Aquests preus variaren molt amb els anys. Els números solts es vengueren a deu quartos, a un ral, a dos i tres rals, havent passat per 86 i 125 mil·lèsimes. Per últim, a la part superior de la portada s'hi posava un escut. Així trobem l'escut reial simplificat i amb els Collars del Toisó d'Or i de l'Ordre d'Isabel III, que és el que més s'utilitzà, el de la Revolució de 1868, el del Govern Provisional, el d'Amadeu I i els de les Repúbliques.

L'actual escut que s'utilitza amb algunes interrupcions, des del 7 de març de 1916 està compost pels escuts de les capitals dels partits judicials de la província; Solsona, Sort, Vielha, la Seu d'Urgell, Lleida, Tremp, les Borges Blanques i Cervera. Al voltant de tots ells una palma i un ram de llozer, rematat amb la corona reial d'Espanya.

Sent tan relativament curta, la vida del Butlletí Oficial de la nostra província, constitueix, per si sola, una font històrica gens menyspreable, l'estudi del contingut de la qual ens porta, ai las, al coneixement de nous aspectes de la vida de Lleida dels segles passats, d'aquesta Lleida a la qual tots tant estimem i per la qual desitgem un lloc prominent en la història del Principat, com correspon als seus dies de glòria passats, presents i venidors.

El “Butlletí Oficial de la Província” es torna a imprimir des del 1938, editant-se a la Impremta Provincial, fins als nostres dies.

Amb la voluntat d'actualitzar i agilitzar l'edició i publicació del Butlletí Oficial de la Província, es deixa d'imprimir en paper el dia 30 d'abril de 2005 amb el número 58 de l'any en curs i el 3 d'E maig, amb el número 59, ja s'edita en format digital PDF per a Internet, el qual es pot consultar el mateix dia de la seva publicació a través de la pàgina <http://www.diputaciolleida.cat>

En breu es deixarà d'editar a la Impremta de la Diputació i es penjarà amb el mateix format a Internet directament des dels ajuntaments i d'altres entitats.

Així s'acaba la història, que a la Impremta de la Diputació començà l'1 de juliol de l'any 1882.

No pas la del Butlletí que continua, però amb noves tecnologies. Ni tampoc la de la Impremta de la Diputació, que continuarà oferint els seus serveis a ajuntaments i entitats sense ànim de lucre.

Lleida, juny de 2023

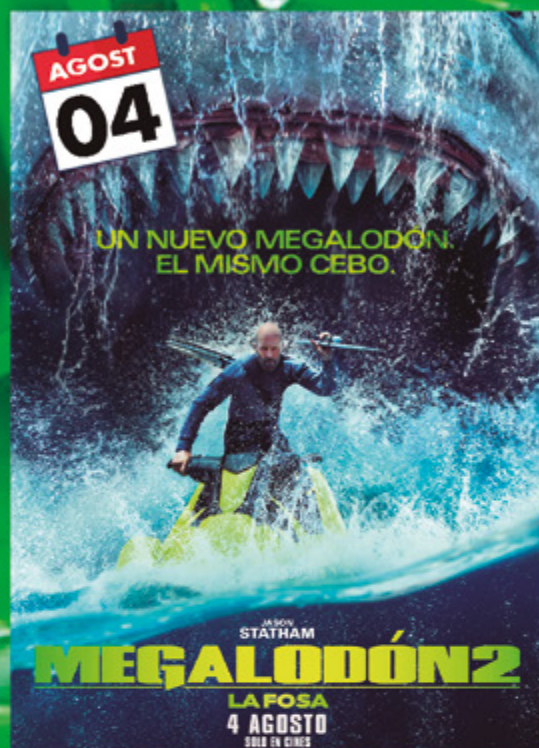


CIRCUIT URGELLENC

www.circusa.com



LES PROPERES SETMANES ALS VOSTRES CINEMES



Els teus cinemes

Cinemes Majèstic de Tàrrrega

973-302-705

Cinema Sala Actes La Paeria Balaguer

973-445-200

Cinema Centre Cultural Mollerussa

973-526-679

Cinema Casal Agramunt

973-610-519

Cinema Armengol de Bellpuig

636-419-829

Cinema La Lira de Tremp

973-650-399



CONSULTEU LA CARTELLERA A WWW.CIRCUSA.COM I PROMOCIONS A FB, IG!!!



**Avui fem...**

# Quiche d'espínacs i formatge de cabra

RECEPTA DE: Gemma Garcia i Nos, Tècnica en cuina i gastronomia



## INGREDIENTS:

- |                            |                                       |
|----------------------------|---------------------------------------|
| 1 làmina de pasta de full  | 1 paquet de formatge emmental ratllat |
| 1 bossa d'espínacs frescos | 1 rul·lo de formatge de cabra         |
| 1 ceba                     | Sal                                   |
| 7 ous                      | Oli                                   |
| 1 L nata líquida           | Pebre                                 |

## INSTRUCCIONS:

En un motlle rodó posar a pasta de full amb el paper de forn, punxar-la i coure-la a 190 °C 10 min. Treure del forn i reservar.

Sofregir la ceba amb els espínacs.

En un vol barrejar els ous, la nata, el formatge emmental, la sal, el pebre i el sofregit d'espínacs i ceba.

Abocar-ho dins de la pasta de full, afegir rodanxes de formatge de cabra.

Coure-ho 20/25 min fins que estigui quallat a 180 °C/190 °C.

Deixar reposar una estona abans de servir.



Gaudiu de la millor gastronomia al cor del Pla d'Urgell

Servei de menjador obert, de dimarts a diumenge, a partir de les 13 h



Vilot, 2 · Vila-sana · Tel. 973 71 27 04  
[www.petitxiroi.com](http://www.petitxiroi.com)

# OFERTES INCREÏBLES

EN VEHICLES D'OCASIÓ

Més de 100 cotxes multimarca

- ✓ Descompte de fins a 2.500€
- ✓ Garantia de fins a cinc anys
- ✓ Vehicles revisats rigorosament
- ✓ Entrega immediata



Escaneja el QR  
i descobreix-los



GRUP  
AUTO3000

# Defensa l'aigua des de casa teva



La falta d'aigua ha obligat a restringir el reg i els seus usos agrícoles. Al gest solidari dels nostres pagesos i ramaders podem respondre des de casa nostra defensant cada gota d'aigua perquè **tota aquella que no malbaratem podrà servir per recuperar aviat els usos de l'aigua que dona vida al nostre territori.**

## ÉS FÀCIL: 10 CONSELLS QUE DONEN VIDA

### 1 El WC no és una paperera

Cada vegada que fem una descàrrega de cisterna estem gastant entre 9 i 12 litres d'aigua. Si en som conscients no hi llançarem papers, cabells o altres coses que no costa gens tirar a la paperera normal.



### 2 La dutxa és reutilitzable

Omplir la banyera consumeix entre 200 i 300 litres d'aigua. Una dutxa la fem amb només el 20% d'aquesta aigua, i si posem una galleda o un cubell sota la dutxa per aprofitar l'aigua que corre fins que surt calenta, la podem aprofitar per fregar o regar les plantes de casa.



### 3 Vigila l'aixeta

Una aixeta oberta raja a 10 litres per minut. Tanquem-la mentre ens ensabonem, ens raspellem les dents o rentem els plats a mà. No cal que corri aquesta aigua, ja la tomarem a obrir per a glopejar o esbandir la vaixel·la.



### 4 Reaprofita l'aigua quan cuines

La que fem servir per rentar aliments o per bullir-los, una vegada torni a la temperatura ambient, ens serveix per regar les plantes de casa tenint la previsió de fer servir un recipient i no deixar-la córrer, així com no descongelar aliments sota el raig d'aigua si els treiem del congelador amb temps.



### 5 Rentadores i rentaplats, al màxim

El cicle d'una rentadora utilitza de 60 a 90 litres d'aigua (si la rentadora no és de baix consum, pot consumir uns 200 litres), i el del rentaplats de 18 a 30 litres. Posem-los en funcionament a plena capacitat i fent servir els programes més òptims, que són els de més durada.



### 6 Enganya les cisternes de casa

El vàter és l'artefacte que més aigua consumeix de tota la casa, amb un malbaratament de fins a 100 litres diaris si estan mal sincronitzats o tenen alguna petita fuita. Si col·loquem una o dues ampolles de plàstic plenes dins la cisterna, reduïrem la meitat de l'aigua en cada descàrrega.



### 7 Les aixetes, sempre al dia

Posem al dia les aixetes de casa. Cada gota que cau cada dos segons sumen en total 6.000 litres d'aigua malbaratada a l'any, i un fil d'aigua que no s'atura són 36.000 litres a l'any. I si posem atomitzadors, econòmics i senzills de col·locar, reduïrem fins a un 50% l'aigua que surt de l'aixeta.



### 8 El cotxe net al túnel de rentat

Per rentar els nostres vehicles fent servir la mànega necessitem més de 300 litres d'aigua. La millor opció per netejar el vehicle és el túnel de rentat, on disposen sistemes de reaprofitament de l'aigua emprada. Si ho volem fer a casa, la millor opció és fer-ho amb una galleda i una esponja.



### 9 Regar la gespa o l'hort, al capvespre

Per regar una superfície de gespa de 100 m<sup>2</sup> són necessaris 400 litres d'aigua. Per reduir l'evaporació i estalviar aigua es recomana regar al capvespre, i sempre és preferible un sol reg abundant més que no pas regar molt sovint amb poca quantitat d'aigua.



### 10 Cuidem la qualitat de l'aigua

Hi ha molts productes que s'aboquen a l'aigüera que són de difícil eliminació o nocius: pintura, oli, productes de neteja, dissolvents, etc. Un litre d'oli mineral pot contaminar 10.000 litres d'aigua. Cal separar-los i portar-los a la deixalleria.



**Defensar cada gota d'aigua és cosa de tots.**

Els ajuntaments revisen cada any canonades i dipòsits, ramaders i agricultors instal·len sistemes més eficients de reg i nosaltres podem pensar quins usos d'aigua són prescindibles i superflus a casa en temps de sequera.



**Diputació de Lleida**

La força dels municipis