



ÍNDEX

Índex	02
Editorial	02
Festes, cultura i tradicions	03-06
Associacions i entitats	07-16
Ajuntament	17-22
Comerç actiu	23
Salut	24-26
Lectura	27
En xarxa	28
Esports	29
Arxiu històric	30
Fruits de la terra	31
Grups municipals	32
Cuina	33-34
El teu racó	34
Ara toca	35

DEL POBLE

Revista municipal
de Bell-lloc d'Urgell

Edició número 21

Publicació semestral
Dipòsit legal: L-473-2007

Edita:

Ajuntament de Bell-lloc d'Urgell

Direcció i Coordinació:

Nadir Castells
ncastells@bell-lloc.cat

Equip de redacció i Correcció:

Carles Folguera Amorós
Samira Inssani
Judith Pinós Pedrós
Teresa Roca Pla

Disseny i Publicitat:

CREACIÓ disseny & fotografia
T. 600441919



Ajuntament de Bell-lloc d'Urgell

Plaça Major 8,
25220 Bell-lloc d'Urgell (Lleida)
Tel. 973 56 01 00
www.bell-lloc.cat
ajuntament@bell-lloc.cat

TELÈFONS D'INTERÈS

AJUNTAMENT DE BELL-LLOC

Oficines	973 560100
Fax	973 560562
Dispensari mèdic	973 717200
Veu pública	973 717010
Escola Ramon Farrerons	973 560611
Centre Municipal de Serveis Socials	973 111250
Llar d'infants (Los Vaillets)	973 560895
Pavelló poliesportiu	607 320409
Piscines	662 340775
Allotjament	662 196329

TAXI 636 213070

CONSELL COMARCAL PLA D'URGELL

Mollerussa 973 711313

EMERGÈNCIES 112

ATENCIÓ CIUTADANA 112

MOSSOS D'ESQUADRA 112

Lleida 973 700050

Mollerussa 973 701685

POLICIA Lleida 091

POLICIA MUNICIPAL Lleida 092

Mollerussa 973 602000

GUÀRDIA CIVIL Balaguer 973 445950

BOMBERS 112

Lleida 973 242397

Mollerussa 973 601080

CREU ROJA Mollerussa 973 711282

ICS (CAP) Mollerussa 973 711164

CORREUS Bell-lloc 973 560706

EDITORIAL

Al bell mig de l'estiu surt al carrer un nou número de la revista del poble, i amb ell recollim i recordem les variades activitats que han tingut lloc durant els sis primers mesos de l'any, de la mà dels seus protagonistes, oferint així un estil de redacció més plural.

A més, amb la celebració del desè aniversari de la publicació, la voluntat de renovació no s'atura i hem intentat anar més enllà, ampliant seccions, donant protagonisme a les nombroses habilitats que tenen molts dels nostres veïns, recollint el testimoni de l'activitat del comerç local, oferint pinzellades d'història i reculls de curiositats.

Donem les gràcies a les nombroses entitats i associacions que col·laboren amb la redacció de la revista i us recordem que aquesta publicació està oberta a tothom que hi vulgui col·laborar, aportant les vostres propostes, experiències i creacions

Gaudiu de l'estiu!

Equip de redacció

CARNESTOLTES 2016

La celebració del Carnestoltes va arribar el dia 13 de febrer i es va inaugurar a les quatre de la tarda amb la tradicional rua, amenitzada per una xaranga que va fer ballar a bell-lloquins i bell-lloquines de totes les edats, vestits especialment per l'ocasió.



©Creació

També van participar en la rua tres carretes carregades de hippys, Minions i Pica piedras, de l'AMPA de l'escola Ramon Farrerons, l'Espai la Costereta i l'AMPA de la Llar d'Infants, respectivament.

La cercavila va finalitzar a la plaça Lluís Companys, convertida en un circuit per dur a terme l'esbojarrada cursa de llits. I d'allí tots plegats cap al Parc Infantil per berenar coca i xocolata, i degustar les truites i pastissos presentats al concurs que cada any organitza l'Associació de Dones durant aquesta festa.



A la nit, i per acabar la jornada festiva, la Sala de la Cultural va acollir el sopar popular, i el concurs de disfresses, la vetllada va comptar amb animació musical a càrrec de DJ Jorlin. ■



©Creació

9è CASAL DE SETMANA SANTA

Del 21 al 24 de març va tenir lloc la novena edició del Casal de Setmana Santa.



En horari de matí i tarda, les instal·lacions de l'escola Ramon Farrerons i el pavelló municipal van acollir menuts d'entre tres i dotze anys, que van gaudir de manera activa de les vacances escolars, gràcies a tot un seguit d'activitats lúdiques, educatives i esportives. ■

DIA MUNDIAL DE LA POESIA

Si haguéssim de tenir marcat un dia al calendari, aquest és el 21 de març. Un dia dedicat a una de les formes més belles de la cultura, la poesia.

Bell-lloc destaca per la seva cultura i, per tant, aquest any no podia ser menys. Es va incorporar una nova activitat: una Ruta Literària que abraçava els punts més emblemàtics del nostre poble, 18 en total, en cada un dels quals es podia llegir el paràgraf d'un poema. Si duies a terme tota la ruta, podies llegir el poema complet de El fossar de les moreres del mestre Pitarra.


Cal Bòria
restaurant

Tel. 973 56 00 14 · 650 25 41 77
Carrer Orient 27 · 25220 Bell-lloc d'Urgell (Lleida)


Ismael Bellet
pintura
DECORATIVA · INDUSTRIAL

Tel. 676 80 66 15 ismabellet@gmail.com
Pl. Creu del Terme 1, 1r 1a 25220 Bell-lloc (LLEIDA)

D'altra banda, a la biblioteca Joan Solà es va dur a terme una lectura conjunta del poema d'Olga Xirinacs *Preneu les Roses*, poema que va estar traduït a 21 llengües, 14 de les quals es varen poder escoltar a la biblioteca gràcies a la participació tant de veïns del poble com foranis, amb una gran il·lusió per participar en un acte com aquest.

Volem agrair la gran col·laboració en aquest acte i demanar que l'any següent es pugui repetir amb el mateix èxit que aquest any. ■



Pla d'Urgell] fet que va repercutir en tota la seva vida i obra poètica.

A més, una vintena de lectores i lectors, infantils i adults, van recitar els seus versos davant els espectadors emmudits per l'emoció de les paraules versades.

Una revetlla per prendre embranzida i arribar a la Diada de Sant Jordi amb afany de lletres, cultura i emoció!

I així va ser, de la mà dels joves de l'Espai la Costereta, que van omplir de festa la plaça Catalunya amb la venda de roses i llibres, i tres representacions sobre adaptacions pròpies de la llegenda de Sant Jordi. ■

popular davant del local del Jovent, organitzat per l'Associació de Joves Bell-lloquins.



A les 13 hores, va tenir lloc la inauguració de l'exposició del 16è concurs de fotografia de l'Associació de dones, que en aquesta ocasió girava entorn la temàtica de les "sortides i postes de sol", i que es va poder visitar durant tota la Festa. El lliurament de premis, va tenir lloc el diumenge a les 13 hores, a la plaça Catalunya, seguit d'un vermut.

A partir de les 6 de la tarda del dia 7, la música va ser la gran protagonista amb el concert de Festa Major i la sessió llarga de ball, a càrrec de l'orquestra Nova Saturno, i la Nit del Jovent amb el grup Itaca Band, Band the Rock i Dj Paris.

Diumenge a les 9 del matí, al carrer Major, es va celebrar la 17a trobada de plaques de cava, amb la presentació d'una ampolla de Caves Torelló, amb placa especial de plata.

A les 11, els petits van gaudir de l'animació musical infantil "Arròs amb xulla", a la Sala de la Cultural. L'orquestra Costa Brava va posar el ritme a la jornada, musicant la Missa Major, la ballada de sardanes, el concert de tarda, i la sessió llarga de ball, que va posar punt i final a la celebració. Durant la Festa Major es van

DIADA DE SANT JORDI

La localitat de Bell-lloc d'Urgell, com moltes altres de Catalunya, va inaugurar la celebració de la diada de Sant Jordi, amb una revetlla a la biblioteca municipal.

La quarta edició de la revetlla de Sant Jordi va girar entorn a la figura de l'escriptora Maria Mercè Marçal. El Sr. Moisès Selfa va fer una presentació molt acurada i emotiva de la seva vida i obra, posant de relleu el fet que la poetessa passés la seva infantesa en el món rural, concretament, a Ivars d'Urgell, (El

LA FESTA MAJOR DE MAIG

Actes esportius, concerts, exposicions o vermuts populars, entre d'altres, van configurar un programa d'allò més variat, per celebrar la Festa Major de Maig. Dissabte a les 10 del matí, petits i grans es van donar cita al camp de futbol per participar en la cursa popular per categories, organitzada per l'AMPA del CEIP Ramon Farrerons.

A les 12, la pista del frontó va esdevenir un espai lúdic amb les cucanyes preparades pels joves de l'Espai la Costereta. I la festa va continuar amb el vermut

poder visitar les exposicions de la Biblioteca Joan Solà, amb les darreres novetats de llibres infantils, juvenils i adults; i la de fotografies de l'autor Xavier García, al pub La Tonketa. ■

ACTIVITATS A LA BIBLIOTECA JOAN SOLÀ

CLOENDA L'HORA DEL CONTE

Al segon trimestre l'hora del conte ha estat a càrrec de pares i mares dels participants i també de voluntaris. Tots ells han desgranat contes i han encomanat màgia als petits participants. Diferents manualitats han servit per acabar d'arrodonir les tardes dels dilluns, Els nois i noies de la companyia jove de teatre "Som el que Som" van cloure l'activitat amb un popurri de contes clàssics, divertits i interactius, que van permetre als nens participar d'una manera alegre i divertida.

L'objectiu d'aquesta activitat és promoure el gust per la lectura i també l'ús del servei que ofereix la biblioteca. En el decurs d'aquests mesos els petits han gaudit del món de les paraules encantades tan importants per al seu desenvolupament creatiu, d'expressió, d'atenció... També han fet préstec i s'han introduït en l'hàbit de la lectura.

Donem les gràcies a tots els que ho ha fet possible: AMPA, grup de Teatre Som els que Som, mares i pares (presentes en tot moment i



recolzant tot el procés), voluntaris, i al Sr. Moisès Selfa que ha ajudat a portar-ho a terme. Felicitats a tots!!!! I esperem que puguem repetir el proper curs!!!

EXPOSICIONS

Els dies 7 i 8 de maig, en el marc de la Festa Major, la biblioteca va obrir portes per mostrar l'exposició de novetats en llibres infantils, juvenils i adults i també les últimes adquisicions en audiovisuals.

També va donar el tret de sortida per visitar l'exposició bibliogràfica i fotogràfica sobre l'escriptor de Mequinensa mort l'any 2005, Jesús Moncada. Produïda pel Departament de Cultura amb la col·laboració del Departament d'Educació, Cultura i Esports del Govern d'Aragó, la Universitat de Lleida, el Museu d'Art Modern de Tarragona, la Diputació de Tarragona i l'Ajuntament de Mequinensa.



L'exposició consta de 16 plafons que reproduïxen fragments de les obres de Moncada sobre la vida a Mequinensa: la mina, els cafès, els costums, les diversions, els personatges, la desaparició d'un poble sota les aigües, etc... i es va poder visitar fins el 31 de maig.

Per més informació sobre les activitats que es realitzen a la biblioteca municipal Joan Solà podeu visitar el seu bloc:

<http://bibliobell-lloc.blogspot.com.es> ■

SANT JOAN

La nit de Sant Joan és una de les màgiques de l'any a les terres catalanes, amb l'encesa de les fogueres amb el foc de la flama que baixa del cim de la muntanya del Canigó carregada d'un fort valor simbòlic i d'identitat nacional.

La flama del Canigó creua fronteres i arriba a Catalunya per rutes diverses. El jovent de Bell-lloc s'encarrega d'agafar el relleu a la localitat de Mollerussa per encendre la tradició renova a la nostra localitat.

EL TESTIMONI DELS PROTAGONISTES LOCALS:

"La nostra festa de Sant Joan aquest any va començar el dilluns 13 de juny a les 20:30 h. El regidor d'esports ens va convocar a la sala multifuncional per explicar-nos com seria l'arribada de la flama al nostre poble. Hi érem gairebé tots. "Lo Folguereta" va passar el torn de paraula al Sr Roure (aquest és el 28è any que ell i alguns joves de 13 i 14 anys porten la flama a Bell-lloc). Ens van donar les pautes que havíem de seguir el dia 23 i ens van convocar per aquest dia, a les 7 de la tarda, a la plaça Catalunya. Nosaltres, molt eufòrics al sortir de la reunió, ja vam decidir quedar per practicar l'endemà. Uff sí que ho vam intentar, sí, però massa ganes no hi van ser.

El 23 de juny, el dia de la revetlla, a les 7 de la tarda, ens vam trobar tots els qui participàvem de dur la flama, i els pares també, a la plaça Catalunya.

Van repartir unes samarretes commemoratives i mentrestant el senyor Roure ens donava consells.

Ben mudats i amb molta il·lusió cap a Mollerussa vam marxar.

No érem sols, hi havia gent de tota la comarca que també volia fer arribar al seu poble la flama. Els de Bell-lloc vam ser els primers en rebre la flama per portar-la cap al nostre poble.

Quan la flama vam tenir la nostra aventura va començar: Relleus, cansament, calor... pujades i baixades de la furgoneta... Ja érem a Bell-lloc, la gent ja ens esperava a prop de la foguera i en un moment va estar encesa.

L'estiu ja és aquí, la nit és llarga i aquestes són les nostres sensacions.

- **Miquel Bros:** estic satisfet he corregut tot el camí, m' he cansat però em sento gran

- **Ramon Andrés :** Una experiència inoblidable.

- **Oscar Escolá:** Per mi, a pesar de la calor i les ferides de guerra va ser una experiència més pel meu poble.

- **Judit Domingo:** La flama reflectida en els meus ulls és tota la vida d'un català.

- **Laura Grifol:** Amb el cansament de tot el camí arribar a Bell-lloc i veure la gent aplaudint la nostra arribada... és una sensació meravellosa i gratificant.

- **Marc Jorge:** Doncs per mi va ser una experiència molt divertida això de representar al teu poble i fer pinya amb els teus amics de quinta portant la flama és alguna cosa que no oblidaré mai... M'ho vaig passar molt bé i ho tornaria a fer!!!

-**Aina Regalado:** Ha estat una gran experiència poder portar la flama del Canigó al nostre poble i encendre la foguera tots junts. Una tradició que no s'ha de perdre i que és una bonica forma d'encetar la nit màgica de Sant Joan.

-**Albert Font:** Dia fantàstic. Sensacions inoblidables. Per recordar.

-**Iago Vázquez:** ha estat una experiència molt gratificant, l'esforç s'ha vist recompensat". ■



10 Mb
sense permanència
sense sorpreses

15 €
+iva

- PROVA-HO UN MES SENSE COMPROMIS
- USUARIS A BELL-LLOC DES DE 2014
- SERVEI TÈCNIC QUALIFICAT RÀPIDA ACTUACIÓ
- CONNEXIÓ DE QUALITAT A QUALSEVOL INDRET



TECNOLOGIA LLIURE S.C.P.
T. 973 975 931 · contacte@tecnologialliuere.com

SOPAR SOLIDARI DE LA LLUITA CONTRA EL CÀNCER

El passat dissabte dia 4 de juny es va celebrar el sopar solidari de la lluita contra el càncer que cada any organitza la junta local de l'AECC, per recollir fons per investigar aquesta malaltia.



Més de dues-centes persones van assistir a aquesta cita anual i gràcies a les seves aportacions es van poder recaptar un total de 2.431 euros.

L'acte va constar d'un sopar seguit l'actuació del Mag Selvin que va sorprendre petits i grans amb la seva gràcia i la seva màgia. Per acabar la nit va tenir lloc el sorteig dels regals que les empreses locals i de la zona van aportar a la causa solidària. La Junta Local de l'AECC vol agrair a tot el veïnat i a les empreses, la seva col·laboració. ■



ASSOCIACIÓ DE DONES

Les senyores sòcies van celebrar Santa Àgueda amb un sopar totes plegades el dia 6 de febrer, diada de les dones, on van gaudir d'un bon àpat i de converses amb les companyes.

D'altra banda, el dissabte 13 de febrer es va organitzar el tradicional concurs de truites i pastissos per Carnaval. Cal agrair a tots els participants les seves aportacions i també la tasca del jurat. Més tard tothom va poder degustar tant les truites com els pastissos que es van acabar de seguida.



El divendres 19 de febrer es va dur a terme l'Assemblea anual de l'associació de la qual en cal destacar la participació de les senyores sòcies. Lamentem que ningú hagi acceptat formar part d'una nova junta i així poder renovar l'actual.

El dissabte 12 de març es va celebrar el Dia de la Dona Treballadora amb un dinar on es va donar un detall a totes les presents.



El diumenge 27 d'abril es va fer una excursió per visitar el "Reus Modernista". Es van visitar diversos indrets i les explicacions van ser molt instructives. A la tarda vam fer un recorregut per Tarragona. Tothom va quedar molt content.



Coaliment
compra saludable

• DES DE 1972 •

**PRODUCTES GASTRONÒMICS
PER EMPORTAR**

C. Urgell 30 • Tel.973 560 858 • Bell-lloc d'Urgell

J INSTAL·LACIONS

JOSEP BENAVIDES

Tel.606 43 40 05

JORDI PALAU

Tel.606 43 40 07

- ELECTRICITAT
- CALEFACCIÓ
- FONTANERIA
- AIRE CONDICIONAT
- GAS

Alfons XIII, 25 Tel/Fax 973 56 04 97 25220 Bell-lloc
instalacions1999@yahoo.es

FI DE CURS ASSOCIACIÓ DE DONES

El divendres 10 de juny vam celebrar el berenar de fi de curs de l'Associació de Dones Flor de Lis i així vam posar fi a totes les activitats.

Vam voler agrair la dedicació de les diferents professores en les variades activitats, especialment a la Bety, de salsa, que s'acomiadava i com sempre ens va animar a ballar una estona al final de la festa.



Volem agrair a totes les presents i convidar a totes les sòcies a participar en les properes activitats que començaran el mes d'octubre. Bon estiu. ■



ASSOCIACIÓ DE JOVES CARNAVAL

Com cada any, l'Associació de Joves de Bell-lloc, participem activament en la festa de Carnestoltes amb la tradicional cursa de llits per als més joves. I així ho vam fer, vàrem preparar el circuit i les proves per a tots aquells grups que havien gaudit muntant el seu propi llit de curses, farcint la plaça d'ous i farina.

Aquella mateixa nit, aquest any disfressats de gambes, vàrem col·laborar servint el sopar popular mentre incentivàvem la participació al concurs de disfresses i l'animació dels més petits.

FESTA MAJOR

Com a iniciativa de la nova junta de l'Associació, vam decidir organitzar un vermut popular al local del jovent, on tothom podia gaudir de tapes de cassola de tros i de paella, entre altres, cuinat per nosaltres mateixos. Va resultar un èxit i la nostra intenció és convertir aquesta activitat en una nova tradició.



A la nit, com no podia faltar, vam celebrar la nit del jovent amb la música d'Itaca Band, Band de Rock i un DJ. Una combinació de música pròpia, grup de versions i música electronica que va tenir molt bona acollida. Per això, aquest any cal destacar les diferents edats que gaudiren de la mateixa música i un molt bon ambient que durà fins ben entrada la matinada. ■



AMPA CEIP RAMON FARRERONS

Des de l'associació de mares i pares de l'escola Ramon Farrerons agraïm l'oportunitat que ens dona la Revista del poble de poder fer coneixedors a tots els bell-lloquins i bell-loquines de les activitats i col·laboracions que hem dut a terme aquests últims mesos.

Per Nadal els alumnes d'Educació infantil van rebre la visita del Pare Noel i ses Majestats el Reis d'Orient van deixar com a regal jocs educatius a totes les classes. Hem promogut els bons hàbits i la

cultura amb una xerrada de nutrició infantil de la dietista i nutricionista Iris Castells, que és qui fa els menús de l'escola, una conferència a càrrec del Josep Cuenca amb el títol: El preu de l'evolució, així com un dinar amb sorpresa cada mes i un menú gastronòmic cada trimestre amb les temàtiques dels Estats Units, Itàlia i la Xina.



També hem fet algunes col·laboracions com ara amb el Recapte d'aliments, l'esmorzar de la cantata de nadalles i el berenar de carnaval, així com l'organització del berenar xocolatada de la rua de carnaval, la cursa de la Festa Major i el berenar de cloenda d'hora del conte a la biblioteca.



Cap al final del curs hem organitzat la festa de fi de curs, com a novetat hem gestionat l'acollida de tarda les setmanes de jornada intensiva i hem fet algunes aportacions econòmiques per diferents finalitats, com ara per abaratir l'última excursió, per comprar una pissarra electrònica pel col·legi, per fer les orles dels alumnes de P-5 i de 6é o per comprar el regal de record als alumnes de 6é.



Aprofitem també aquest espai per mostrar-vos unes fotografies d'alguns dels esdeveniments abans esmentats, per agrair a les empreses, particulars i Ajuntament la seva col·laboració i aportacions en els diferents events que hem organitzat i dir-vos que estem a disposició de tots vosaltres per rebre idees, aportacions i suggeriments per bé de millorar el servei que donem, especialment als nens i nenes de col·legi Ramon Farrerons i de manera més genèrica a la resta de persones del poble.



Salutacions per a tothom i ens trobem a la propera edició de la Revista! ■



AMPA ESCOLA BRESSOL LOS VAILETS

El passat 17 de juny va tenir lloc la festa de fi de curs de l'Escola Bressol Los Vailets.

Ha cabat el curs i, per a molts, una etapa educativa, per començar-ne una de nova. És el cicle de la vida i per celebrar-ho, els petits, juntament amb les seves famílies, es van donar cita a la sala de la Cultural, on va tenir lloc un berenar de coca amb xocolata, durant el qual es van poder divertir amb els inflables instal·lats per l'ocasió.



Prèviament, a la sala multifuncional es va fer el lliurament de les fotos de grup als alumnes de P0 i P1, i el d'ordes als alumnes de P2 que el curs vinent marxen de la llar per anar cap a l'escola dels grans. Va ser un adéu emotiu, doncs les educadores de la llar d'infants van sorprendre a les famílies amb un vídeo en el qual hi sortien tots els vailets, i els més menuts acomiadaven als seus companys de centre, amb un "fins ben aviat", per què com hem dit, és el cicle de la vida.

Finalment, els pares i mares dels alumnes de la llar, des d'aquestes pàgines, volem donar les gràcies a tot l'equip de mestres, per acompanyar els nostres fills i filles en aquesta primera etapa educativa de la seva vida. ■



ESPLAI

Des de Nadal fins al dia d'avui, els nens i nenes de l'Esplai han dut a terme moltíssimes activitats que hem preparat els monitors i monitores. Cal dir, que moltes d'aquestes activitats no haguessin estat possibles sense l'ajuda dels més grans de l'Esplai, com moltes de les gimcanes que fem pels carrers del nostre poble molts dissabtes al matí, o la xocolatada després de la Missa del Gall, la venda de roses per Sant Jordi o les cucanyes de Festa Major.



Els últims dies d'Esplai abans de Nadal, vam preparar un pessebre tots junts, dels més petits fins als més grans, i també vam fer cagar el tió. A més, ja comença a ser una tradició que després de la Missa del Gall ens traslладem tots al Local Parroquial, que hem estrenat aquest any amb molta il·lusió per fer Esplai els dissabtes al matí, i gaudim de la xocolatada que pre-

Joana Jareño
assegurances i comptabilitats

Tel. 973 56 05 21
Carrer Teuleria 13 - 25220 Bell-lloc d'Urgell
joanajame@gmail.com



EURO HOGAR

Carme Yuste

t. 973 197 272 C. Major 36, ALCOLETGE

parem entre tots per a tota la gent del poble que en vulgui tastar el resultat.

Els mesos de febrer i març vam celebrar tots junts Carnestoltes i la Mona. Per a la primera celebració, vam estar treballant durant molts dies unes disfresses ben boniques de Minions, per poder participar tots plegats a la rua de Carnestoltes del nostre poble. L'últim dia d'Esplai abans de Setmana Santa, vam aprofitar per fer unes mones



boníssimes entre tots, i després tothom es va poder emportar un bocí per a poder-lo compartir amb els de casa. A l'abril, per Sant Jordi, com cada any, ens vam passar el dia venent roses a la Plaça Catalunya, i amb un gran èxit de vendes!



I l'últim mes, al maig, vam gaudir la Festa Major de Bell-lloc i també hi vam poder compartir les nostres ganes de passar-ho bé. Vam preparar unes cucanyes al Fronton perquè tots els nens i nenes del poble que volguessin, poguessin passar i realitzar una gimcana ben divertida el dissabte al matí. ■

EL CENTRE MUNICIPAL DE SERVEIS

Al Centre Municipal de Serveis Socials de Bell-lloc d'Urgell comptem amb uns residents molt actius i dinàmics als quals els agrada participar en totes les activitats que se'ls proposa. A continuació us presentem un breu resum d'alguns dels actes als que hem assistit i/o hem organitzat.

Al mes de maig no ens podíem perdre la Festa Major del nostre poble, així que vam assistir a tots els actes que ens va ser possible: el concert, el ball, la gimcana de l'esplai... i fins i tot, al vermut del jovent! Si hi ha festa, nosaltres ens apuntem!



Un cop recuperats de la Festa Major vam anar d'excursió, juntament amb els avis de la residència Municipal de Juneda, al Monestir de Poblet. Els nostres avis van gaudir molt i van fer una llarga caminada, així que a l'hora de dinar tocava reposar forces i res millor que un bon àpat a la Serra de Mollerussa. Va ser una experiència molt positiva i segur que repetirem.

A finals de Maig vam tenir una visita molt agradable. Els nens que aquest any feien la 1era comunió ens van fer una estoneta de companyia, ens van cantar cançons i fins i tot, ens van dur regals molt especials ja que eren fets per ells. Els avis van estar molt agraïts.



Al Centre es duen a terme Tallers de Memòria i de Gimnàstica. A part de Bell-lloc, els nostres professionals també van a diferents municipis a realitzar aquests tallers: Juneda, Vinaixa, Alamús i Poal. Al mes de Juny va finalitzar el curs i vàrem fer una excursió al Museu dels vestits de paper de Mollerussa. Tot seguit, a la sala "La Cultural" vam fer un dinar popular al qual van assistir més de 130 persones. Va ser tot un èxit.

Durant el mes de Juny també vam organitzar dues sortides a l'hort d'un dels nostres residents. Allí vam gaudir de la naturalesa del nostre municipi i vam collir cireres, entre altres fruits. Va ser genial veure com els avis explicaven les diferents experiències i records



que tenien de la seva joventut, ja que alguns d'ells es dedicaven a la pagesia.

El 23 Juny també vam celebrar la revetlla Sant Joan. Al taller de cuina, els residents van fer coques de recapte per sopar. I de postres, un bon tall de coca com és típic en aquest dia tan assenyalat.

Finalment, us volem informar que des del mes de Juny oferim un nou servei, el pis social, que ofereix estades nocturnes amb la finalitat d'ampliar el servei del centre de dia. Per més informació podeu consultar al nostre centre.

Si voleu seguir les nostres activitats ens podeu trobar al facebook a "Centre Municipal de Serveis Socials de Bell-lloc d'Urgell". ■

CLUB ALPÍ

Com que al Club Alpí, de tant en tant, li agraden els reptes, el passat 23 de gener es va proposar fer una sortida amb esquís de muntanya a la llum de la lluna. El cim triat va ser el pic del Rosari, a la Val d'Aran.

Els dos membres del Club que es van disposar a fer-ho es van calçar els esquís a les onze de la nit, sortint del pàrquing de Beret. Els primers 500 metres es van haver de fer entre màquines de les pistes d'esquí... Sort que en pocs minuts ja van entrar en ple bosc! A partir



d'aleshores, van anar foquejant pit amunt i gaudint d'un paisatge nevad però vist d'una manera nova.

Més endavant, van arribar als estanys que, en ser hivern, només s'insinuaven com una planúria tapa-



da de neu. Tot seguit van enfilem la darrera pala esquiable; al coll, van haver de deixar els esquís per falta de neu i es van calçar els grampons per poder fer cim. La baixada, la van fer amb molta cura, però gaudint de cada moment.

El dia 2 d'abril, el Club Alpí Bell-lloc va fer una sortida de BTT i un curset de mecànica. La sortida va començar a Torregrossa, direcció Juneda, passant pels Bessons i fent cim al Tossal dels Marquesos. L'itinerari continuava de baixada, passant pels nou salts del Canal d'Urgell

(Les Borges Blanques) i acabant a Torregrossa. La ruta va resultar de 55 quilòmetres i amb 500 metres de desnivell positiu. Després de dinar,



el JJ Center va oferir una xerrada sobre com realitzar el manteniment de la BTT i com solucionar avaries en ruta.



Els passats 25 i 26 d'abril, tres membres del Club Alpí varen fer el sostre de Catalunya, la Pica d'Estats per Pinet (França). El primer dia van pujar fins al refugi de Pinet, tot i que el temps no era massa bo: van pujar plovent...! Després d'esmorzar van començar la ruta i a les onze del migdia van fer cim, amb un dia esplèndid i unes vistes immillorables. El descens va ser de 19 quilòmetres i 2000 metres de desnivell negatiu. ■



Club Alpí Bell-lloc

Instal·lacions J. BOADELLA

Llum·Aigua·Gas
Calefacció·Aire condicionat

JORDI BOADELLA IBAÑEZ Mòbil 646 886 269
C. Fuster i Rabés 21 Bell-lloc inst.boadella@gmail.com

Merceria
Roba de casa
Moda

CAL JORDI
1959

CLUB ESPORTIU BELL-LLOC DE PATINATGE ARTÍSTIC

Aquesta temporada 2015-2016 el Club Esportiu Bell-lloc de Patinatge Artístic ha tingut una de les millors temporades dels últims anys.

ja que 7 esportistes del club: la Cristina, l'Ares, la Núria, la Maria, l'Aina, l'Anna i la Clàudia, han pogut gaudir de pujar al podi amb molt orgull per elles, les famílies, companyes de club i com no per la nostra entrenadora Ahinoa .



Tenim ganes de poder tirar endavant.

Moltes gràcies al suport de l'Ajuntament i al de les famílies, que fan que siguem un gran club. ■



BÀSQUET

L'equip sènior masculí del CB Bell-lloc, patrocinat per Maquinària Agrícola Ferro, ha culminat el millor any de la seva història proclamant-se campió de lliga, sots-campió de copa i sots-campió de Catalunya.

CAMPIÓ TERRITORIAL DE LLEIDA F4

El diumenge 14 de maig, Bell-lloc d'Urgell va ser l'escenari de la Final del Campionat Territorial de Lleida Sènior Masculí. Un total de quatre equips es van disputar la primera posició en un torneig que es va dur a terme durant tot el cap de setmana al pavelló poliesportiu municipal i amb una gran afluència de públic.



Diumenge va ser el dia de la gran final. Els dos equips van comptar amb una afició que animava ferverosament i amb esportivitat absoluta. Amb un parcial inicial d'11 a 2, els del Pla d'Urgell semblava que deixarien trasbalsat al seu oponent com havien



La primera semifinal es va jugar dissabte i va enfrontar al Maquinària Agrícola Ferro Bell-lloc i el CEP Vallfogona de Balaguer. Els bell-lloquins, dirigits per Miki Calvo, van superar amb claredat al seu rival per un contundent 89 a 53. En l'altra semifinal, molt més disputada, el CB Torres de Segre s'imposava al CB Bellpuig per un ajustat 77 a 73. La gran final doncs, es disputaria entre els dos millors equips classificats al final de la temporada regular.

fet el dia abans en la semifinal contra el Vallfogona; no obstant, el Torres de Segre encara hi tenia molt a dir. Punt a punt, va anar remuntant en el marcador fins a posar-se per davant al principi de la segona meitat (28-32). Aleshores va ser quan va sorgir el millor Bell-lloc de la temporada, l'equip amb el millor atac i la millor defensa del Campionat, i va capgirar el marcador fins a aconseguir un màxim avantatge de 14 punts (61-47, min. 33) gairebé definitiu. El Torres va lluitar fins al final, aconseguint



reduir distàncies en el marcador, però insuficient per evitar que el Bell-lloc aconseguís un merescudíssim títol de lliga que feia 11 anys que se li resistia.

Al final del partit, els jugadors van voler celebrar el títol amb tots els afeccionats i especialment amb les seves famílies i la junta directiva.

SOTS-CAMPIÓ DE CATALUNYA DE LA COPA TERRITORIAL.

Begur va acollir el passat diumenge 29 de maig, la fase final del Campionat de Catalunya, amb la participació dels equips campions de cada província. Durant el matí es van jugar les dues semifinals on el CB Bell-lloc es va imposar amb autoritat al representant gironí, el CB Porqueres vermell, amb un marcador de 70-59.

L'equip lleidatà va dominar des del primer minut el marcador, i amb una enorme defensa, va deixar a l'equip amfitrió amb poques opcions de

victòria. Els del Pla d'Urgell amb una gran consistència defensiva i un gran joc d'atac col·lectiu van aconseguir el pas a la final contra pronòstic i de forma més que merescuda. A l'altra semifinal, molt disputada, es va classificar el campió territorial de Barcelona Qbasket Sant Cugat en un partit ajustadíssim (76-74), contra els tarragonins CB Morell.

La final disputada a la tarda, va ser una lluita titànica. El CB Bell-lloc va sortir amb una gran defensa i amb gran encert dels seus jugadors interiors, assolint un màxim avantatge de 10 punts a l'inici del 2on quart. Poc a poc i gràcies a una pressió defensiva molt agressiva el Qbasket va anar escurçant distàncies, fins a un 35-34 a la mitja part.

A la segona part els belloquins van començar a patir l'esforç físic i gràcies a l'encert exterior dels barcelonins, es van veure per pri-

mera vegada per sota el marcador. A l'últim quart, amb molts jugadors del Bell-lloc carregats amb faltes personals i després de posar-se a només 2 punts per capgirar el marcador de la gran final, el Qbasket sant Cugat va saber superar la pressió i acabar imposant-se per un 78-85 final.

Malgrat tot, una temporada espectacular de l'equip del Pla que va disputar una final òrfena de representació lleidatana des de la seva creació i a la que cal sumar-hi el subcampionat de Copa aconseguit al mes de gener. Felicitats a tots! ■



CLUB PATÍ BELL-LLOC

El Club Patí Bell-lloc tanca una gran temporada on els seus vuit equips han obtingut molt bons resultats. Un cop més és un gran èxit de l'esport lleidatà en un municipi on l'hoquei patins és gairebé com una religió. En destaquem:

L'EQUIP SÈNIOR DEL CLUB, EL NATURAL ÒPTICS BELL-LLOC, S'HA QUEDAT A UN PAS D'ASSOLIR L'ASCENS A LA CATEGORIA DE NACIONAL CATALANA.

Després d'acabar 4art en la lliga regular essent l'equip menys golejat i, després de superar la primera eliminatòria contra el Vilassar HC, s'ha quedat a les portes de poder disputar (la temporada vinent) la lliga de més categoria de Catalunya.

Bar la Plaça

pizza-entrepans-panini

Tel. 678 458 840

C/ Major 45, 25220 BELL-LLOC (Lleida)



DENTALOFFICE

info@dentaloffice.cat
Av. de la Pau, 26 baixos, 25230 Mollerussa
T. 973 60 11 52 · 640 35 52 19

TRACTAMENTS:

Implantologia i cirurgia bucal · Periodòncia
Ortodòncia · Odontopediatria · Odontologia estètica i conservadora

TRACTAMENTS ESPECIALS:

Homeopatia · Fisioteràpia · Nutrició
Treball mandibular · Medicina estètica facial

En l'eliminatòria definitiva contra el HC Piera, finalment va perdre pel resultat global de 7 a 6.

CAL BÒRIA BELL-LLOC, 4art CLASSIFICAT EN EL CAMPIONAT DE CATALUNYA D'HOQUEI PATINS EN CATEGORIA JÚNIOR.

L'equip júnior del Club Patí Bell-lloc, després d'una temporada per emmarcar, ha quedat 4art en el Campionat de Catalunya Júnior d'hoquei patins en la fase final que va tenir lloc, del 22 al 24 d'abril, a La Jonquera (Girona).



Catalunya d'hoquei patins en la fase final (coneguda com PRE-CAT) que ha tingut lloc el 18 i 19 de juny a Girona.

Després de quedar en segona posició del seu grup, va perdre la semifinal amb el que a posteriori seria l'equip campió, el CP Voltregà. Finalment, en la lluita pel tercer i quart lloc va superar per 3 a 1 a l'amfitrió, el Girona.

Els altres equips que van participar en el Campionat van ser el Reus Deportiu, el Palafrugell, el Vendrell, el Torrelles i el Juneda.

Els jugadors que integren l'equip són: Eloi Gaset Gonzalez (PORTER), Biel Llanes Galitó, Isaac Carrera Roca, Àlex Creus Seró, Abril Marimon Bergé, Andreu Andrés Roure, Jonatan Torres Oñoro, Mireia Coll Garanto i Jan Castell Franch (JUGADORS).

Després de quedar en segona posició del seu grup, va perdre per 3 a 1 la semifinal del torneig amb el que després seria el campió, el FC Barcelona. Finalment i pel tercer i quart lloc no va poder superar al Caldes Recam Làser, que es va imposar per 2 a 0 al conjunt bell-lloquí.



Cal tenir present que de la resta dels equips participants en el Campionat, a excepció del GEIEG de Girona, són filials de clubs de l'OK Lliga o 1a. Divisió Nacional Espanyola (FC Barcelona Lassa, CP Manlleu, Caldes Recam Làser, Vic, Lleida Llista ICG i Vendrell Moritz).

Montaña Navarro, Jordi Cunillera Folguera i Albert Fuentes Bori (JUGADORS). El tècnic de l'equip és l'Eduard Amat Ramírez i els delegats que els han assistit són el Josep Benavides Plaza i el Jordi Cunillera Arnau.

Els tècnics de l'equip són l'Iker Bosch i el Gerard Folguera i els delegats que els van assistir en Joan Antoni Carrera, Josep Llanes i David Marimon.

Els jugadors convocats pel Campionat han estat: Gerard Folguera Castells i Roger Moreno Rodellar (PORTERS), Pol Franci Jiménez, Oriol Montes Castellano, Arnau Benavides Roca, Íker Bosch Zaldivar, Aleix Arnau Mazarico, Pere

L'EQUIP PREBENJAMÍ BIOLÓGIC KALI BELL-LLOC ES PROCLAMA CAMPIÓ DE LLIGA I 3R DE CATALUNYA

Després de proclamar-se campió de la Lliga de la Territorial de Lleida (invictes amb un ple de 30 victòries) ha quedat 3r en el Campionat de

Des del Club Patí Bell-lloc es vol aprofitar l'oportunitat d'aquesta publicació per agrair a tota l'afició el seu suport durant tota la temporada!!! ■



ESCOLA BRESSOL LOS VAILETS

Aquest any a l'escola bressol l'Ajuntament ens ha instal·lat un tendal al pati, per a protegir-nos una mica més del sol.



D'altra banda a la primavera vam realitzar un taller amb l'empresa Cel obert (www.celobert.net) que apropa als infants a la ciència a través d'un planetari mòbil, taules de llum i ombres xineses. A l'escola bressol ens van fer descobrir les possibilitats de treball amb taules de llum i més endavant en vam construir tres per la llar. El nostre proper repte és aconseguir espai suficient per poder instal·lar el planetari mòbil i poder fer una sessió-taller sobre l'espai i l'univers amb els infants.

Finalment, tot i que som un centre petit en nombre d'infants i en edats, no ens volem quedar enrere i som conscients que les noves tecnologies i la comunicació virtual formen part del dia a dia de tots nosaltres i fins i tot dels més petits. No podem treballar d'esquena a aquest fet. Així doncs un dels projectes que hem iniciat aquest curs és la realització d'un bloc on es pot veure el treball que fem amb els infants durant l'any, sobretot aquelles activitats més vistoses. També hi podreu llegir alguna reflexió entorn al nostre treball. Tot això il·lustrat amb fotos i vídeos.

<http://blocs.xtec.cat/losvailets> ■

ESCOLA RAMON FARRERONS TALLER DE MOBILITAT SEGURA

A principis del mes de juny els Mossos d'Esquadra van fer, al Cicle Mitjà i al Cicle Superior, una xerrada i uns jocs sobre mobilitat segura. És una proposta pedagògica que, a través de la consciència, l'anàlisi, la creació, l'argumentació i la consolidació facilita als nens i nenes la possibilitat d'adquirir conductes més segures i socialment més útils.



La metodologia de treball ha contribuït al desenvolupament de les següents competències bàsiques: competència social i ciutadana, competència d'autonomia i iniciativa personal, competència d'aprendre a aprendre i competència en el coneixement i interacció amb el món físic.

Vam aprendre tot jugant. Quina activitat més engrescadora!

ACTIVITAT D'HOQUEI: PROJECTE SERVEI COMUNITARI A ALUMNES ESO

Aquest mes de maig, els alumnes de Cicle Superior han portat a terme un taller d'hoquei a càrrec d'ex-alumnes de la nostra escola: David Escolà i Jose Domene. L'activitat s'emmarca dins del Projecte de Servei Comunitari per als alumnes d'ESO. L'objectiu és fomentar accions de compromís cívic i d'exercici actiu de la ciutadania.

IV ENGLISH DAY AL PLA D'URGELL

El passat 6 de maig, els alumnes de 6è van participar a la IV edició del English Day al Pla d'Urgell al Complex Esportiu Municipal de Mollerussa, una activitat emmarcada dins de les "Activitats de Dinàmica Educativa Comarcal" i organitzada des del Seminari de Coordinació de l'Àrea de Llengua Anglesa. Els alumnes van poder participar en tot un seguit de tallers, on van poder gaudir i compartir espais on la llengua vehicular era l'anglès.

VII EDICIÓ DE CANTEM

El passat diumenge, dia 1 de maig, es va celebrar la VII edició del CANTEM al pavelló de Golmés.

En aquesta ocasió, hi van participar un total de 14 escoles del Pla d'Urgell: Linyola, El Palau d'Anglesola, Mollerussa, Bellvís, El Poal, Bell-lloc d'Urgell, Golmés, Castellnou de Seana, Vilanova de Bellpuig, Vila-sana, Sidamon, Fondarella i Miralcamp.

El títol de la cantata d'aquest any va ser: "Història d'un regal" de Laia Santanach i música de Poiré Vallvé. La música va anar a càrrec de la Jove orquestra de l'escola de Música de Mollerussa sota la batuta de Josep Miguel Mingan.

Laia Pont, finalista d'un concurs internacional de dibuix Laia Pont Puiggené, alumna de 5è del nostre centre ha estat finalista del XIII Concurs Internacional de Dibuix Infantil d'Aqualia. En aquest concurs hi van participar 8.500 nens i nenes de 3r i 4t de Primària d'Espanya i Portugal.

El certamen es va convocar el 22 de març de 2015, Dia Mundial de l'Aigua, sota el lema "Omple el teu món de vida".

L'objectiu marcat pels organitza-

dors era ” destacar la importància de fer servir de forma responsable els recursos naturals, entre ells l'aigua, per contribuir al desenvolupament sostenible del nostre entorn més proper”. Felicitats Laia per la teva creativitat!

XII CERTAMEN DE LECTURA EN VEU ALTA

El passat dijous 7 d'abril el nostre centre va participar en el XII Certamen de Lectura en Veu Alta que es va celebrar a l'Espai Cultural dels Canals d'Urgell de Mollerussa.

Les nostres representants van ser en: Grumets Vermells: Marta Novell Prats. Grumets Verds: Marta Folguera Monserrate Van llegir molt bé. Felicitats noies pel vostre treball!!! Ja ho sabeu... a continuar llegint cada dia una estona en silenci i en veu alta. D'aquesta manera arribareu a ser grans lectors!. ■



L'ASSOCIACIÓ CULTURAL I TEATRAL 'SOM ELS QUE SOM'

La peculiar versió de “El Geperut de Notre Dame” que ‘SOM ELS QUE SOM’ va presentar el passat 2 i 3 d'abril de 2016 va ser molt exitosa. Les gairebé 400 persones que van presenciar l'obra van gaudir d'allò més amb una trama prou coneguda, amb girs còmics i tràgics. En destaca la posada en escena ‘de llum i de foscor’ que van evocar al públic al

mite de la bellesa interior i exterior. L'obra ha estat creada per la ‘Companyia Jove’ culminant així un projecte que ha durat tres anys.



En el primer any es va compartir escena i grans moments amb la resta del grup de teatre (“Els nens del cor”). L'any passat es va representar una obra de manera ‘autònoma’ (“Hamlet”) a la vegada que se seguia participant de la dinàmica del grup de teatre (“A Bell-lloc, Cop de Rock!”). Enguany s'ha fet un pas més: Entre tots els qui componen la ‘Companyia Jove’, s'ha creat una obra a partir d'un ‘clàssic’, passant-ho d'allò més bé i intentant que el públic gaudís d'una singular comèdia. Per la ‘Companyia Jove’ han estat uns anys plens d'aprenentatge, diversió i, sobretot, de teatre, molt de teatre.

Gràcies pel suport rebut per part de tothom!!! ■



ASSOCIACIÓ DE CAÇADORS SANT MIQUEL CAMPIONAT DE CAÇA ST. HUBERT

Un any més el 12 de juny, ja són 12 anys, s'ha celebrat el Campionat Provincial de Caça Sant Hubert (més de 30 edicions). Ha comptat amb 4 participants en 2 categories, tots ells federats. Ens explica en Ramon Serra (ex-campió de Catalunya), la tècnica és molt complexa: Els membres de l'Associació amaguen les perdus al camp, el caçador acompanyat del jutge i del seu gos el qual no pot començar a buscar fins que no se li mana, quan el gos troba la perdiu, marca on es troba quedant-se quiet però no la pot aixecar, el caçador l'aixeca per abatre-la i el gos s'ha de quedar quiet, quan el caçador abat la peça, dóna l'ordre al gos per a que aquest la vagi a buscar i l'hi porti a la mà, tot això en un temps i espai limitats que marca el jutge.

El jutge ha sigut el Sr. Rafael Lacer, el concurs començava a les 8:30h, ha comptat amb un gran nombre de públic tant de Bell-lloc com d'altres pobles. La classificació:

CATEGORIA MASCULINA:
1r Antonio Giménez Mas (Borges B.) · 2n Antonio Giménez Petit (Ivars d'Urgell) · 3r Antonio Giménez Gámez (Borges B.)

CATEGORIA FEMENINA:
1r Marta Giménez Mas (Borges B.) Segons el Secretari, aquest any, els tres sèniors han fet una gran actuació. Com a mínim, han abatut una perdiu roja tot i la dificultat extra, ja que el gran nombre de conills distraïa als gossos amb el seu rastre. Al finalitzar el campionat s'ha ofert un esmorzar popular per a tothom.

Aquest acte tanca la temporada. La Federació com l'Associació de Caçadors St. Miquel volen agrair als patrocinadors la seva col·laboració. ■



SÓC DE L'OEST, AMB EL SR. POSTU

La importància de les xarxes socials avui dia és més que clara, els personatges que es creen a través d'elles adquireixen un gran protagonisme i tenen una gran repercussió, sobretot, en els més joves els quals són els qui dominen aquest tema.

El dia 26 de febrer ens va visitar, per presentar el seu llibre, un d'aquests personatges:

el Sr. Postu de Lleida o, per molts conegut com l'heroi lleidatà. Aquest jove començà tímidament a les xarxes però poc a poc adquirí un gran ressò, no sols defensant la nostra terra de ponent i la seva parla, sinó que també col·laborant en moltes causes socials.



Ha creat un seguit de xapes, les quals, cada una d'elles es destina a un projecte específic.

Aquí Bell-lloc, a la Sala Multifuncional, ens va explicar l'origen de tot, les motivacions que l'empenyen a dur a terme les diferents iniciatives, d'on treu les idees per als seus divertits tuits i fins quan pensa seguir

lluitant pel lleidatà i per la nostra manera de fer: lleidatanament. L'assistència a l'acte va estar marcada per les rialles i la gran interacció entre el Sr. Postu i el públic (jove majoritàriament) el qual va anar responnent totes les preguntes que se li van formular.

Al finalitzar, tots aquells que varen voler, van comprar xapes i exemplars del llibre: Sóc de l'Oest; el Sr. Postu no va dubtar en cap moment en firmar-los i fer-se fotos amb tots els assistents.

Des d'aquí agrair a l'Editorial Fonoll per facilitar-nos l'enllaç amb el Sr. Postu i per donar-nos totes les facilitats del món per futures col·laboracions.

L'AJUNTAMENT DE BELL-LLOC TÉ NOU WEB

L'Ajuntament de Bell-lloc d'Urgell va presentar, el passat 3 de març, el seu nou web, molt més funcional, amb un lloc destacat per a la informació local (que es difon també per les diferents xarxes socials), i amb noves eines que fomenten la implicació dels ciutadans en el manteniment de la vila i l'apropament a la gestió municipal.

En aquesta presentació, l'alcalde també va exposar al públic assistent una sèrie de millores a curt termini que s'anirien introduint al web amb la voluntat d'incrementar

la comunicació entre el consistori i els Bell-lloquins i les Bell-lloquines. Algunes d'aquestes, ja s'han dut a terme en els primers mesos, com la publicació de l'agenda institucional de l'alcalde, o la creació de la Xarxa d'Itineraris Saludables i Culturals de Bell-lloc d'Urgell, entre d'altres.

BELL-LLOC SOLUCIONA

Cal destacar que al nou web local s'hi ha incorporat un mòdul, mitjançant el qual els veïns poden comunicar incidències, de competència municipal, al consistori. Des de qualsevol dispositiu mòbil els bell-lloquins poden enviar fotografies geolocalitzades amb una petita descripció del problema, per tal que l'Ajuntament el pugui resoldre.



La nova eina, que s'ha batejat com Bell-lloc Soluciona, ha tingut molt bona acollida per part del veïnat i



pilarpalau.com

BODA · BATEIG · COMUNIÓ · QUADRES · RADAR DE FESTA

Sessions d'estudi, foto carnet, revelats, curs d'iniciació, curs de retoc digital...

PILAR PALAU t.600441919 · pilar@creacio.es

Dr. Àngel Nadal 4 · 25220 Bell-lloc (LLEIDA)

des que ha entrat en funcionament ja s'ha pogut treballar en més d'una trentena d'incidències detectades.

A banda d'aquest apartat que representa una millora en transparència, l'Ajuntament celebra el bon funcionament i la freqüència d'ús d'altres eines com ara l'eBando (aplicació per rebre els pregons al mòbil), la plataforma Vimeo (gravació dels plens en vídeo), Facebook i Twitter (xarxes socials que gestiona l'Ajuntament) o el portal de transparència (recull d'informació pública).

DIA MUNDIAL DELS ARBRES I DELS BOSCOS

L'Ajuntament de Bell-lloc amb la col·laboració de l'escola Ramon Farrerons va realitzar una plantada d'arbres per commemorar el dia mundial dels arbres i dels boscos que se celebra, el 21 de març, amb diferents actes. Aquest Dia, promogut per la secció forestal de la FAO, vol sensibilitzar a la societat sobre la importància dels boscos i dels arbres.

Els nens de l'escola van plantar arbres al carrer Escoles i al parc del carrer Pablo Picasso. Amb aquestes accions es pretén conscienciar als nostres fills i filles i a la resta de la població de la rellevància de tenir respecte per la natura i el medi ambient.

INICI DE L'ANY RAMON FUSTER I RABÉS

Com ja es va declarar al Ple de l'Ajuntament i per unanimitat, aquest any està dedicat a la figura d'un bell-lloquí il·lustre.

El 17 de març, a Barcelona, va tenir lloc el tret de sortida dels diferents actes que es durien a terme tant al nostre poble com en altres punts de Catalunya.

En aquest acte, dut a terme al Col·legi oficial de Doctors i Llicenciats en Filosofia i Lletres i Ciències de Catalunya, hi assistiren la filla d'en Ramon, la Maria, en Genís Sinca (està realitzant una biografia d'en Ramon), la degana actual del Col·legi la Josefina Cambra, representants de Cavall Fort i de l'Escola Tagore (actualment, Escola Ramon Fuster i Rabés); per part del nostre poble, una vintena de veïns es van desplaçar fins a Barcelona per assistir a aquest acte on l'Alcalde també tindria unes paraules.



Un acte emotiu i divertit on es recordà l'obra d'en Ramon i la seva vida per part d'aquells que el coneixien.

El 19 de març, a Bell-lloc, es varen dur a terme diferents actes, tots els membres il·lustres que varen participar en l'acte del 17 vingueren a Bell-lloc per assistir a l'homenatge que li faríem des del seu poble natal.

El primer acte es va dur a terme a la Sala d'actes de la Incubadora d'Empreses, allí la Maria i en Genís ens parlaren d'en Ramon, de la seva obra i del seu pas per Bell-lloc, quins records en tenien... En Genís es mostrà molt entusiasta ja que aquí va veure que era molta la informació que en podria treure



per a l'elaboració del seu llibre. No va ser una xerrada típica, no havia un orador i el públic escoltant, ans al contrari, tot el públic participava conjuntament amb els conferenciantes, fet que va propiciar un ambient distès i molt agradable. Per finalitzar el primer acte, l'escola de música Bellsons ens interpretà diverses peces musicals en honor a en Ramon Fuster, ja que era un gran amant de la música.

El segon acte era a l'aire lliure, per ser més concrets, al carrer Ramon Fuster i Rabés. Allí es descobrí una placa en record a en Ramon Fuster i que tots aquells que passin per allí reconeguin qui era i quina fou la seva important tasca en el camp de l'educació, la cultura i en la societat catalana.

Finalment es va fer un dinar popular a la Cultural on també es podia gaudir d'una petita exposició sobre la vida i obra d'en Ramon Fuster i Rabés.

Per finalitzar la jornada, el grup Sardanista de Bell-lloc ens animaren a tots a ballar unes sardanes després de dinar que sempre va bé per fer baixar el menjar!

Des del grup de redacció volem destacar la gran importància que ha tingut la Comissió que es va crear per tal de poder fer aquests actes (i els que vindran). Aquests són membres de la primera comissió que es va crear i noves incorporacions que han volgut seguir amb el llegat de mantenir la memòria del nostre poble ben viva.

DIA INTERNACIONAL DE LA DONA

El dia 11 de març la regidoria de la Dona, amb la col·laboració del Consell Municipal de la Dona, vam celebrar el dia Internacional de la dona.

Durant aquest acte reivindicatiu es va fer la lectura del manifest 2016 d' A.C.M. i també de diferents articles i poemes de diferents autores molt compromeses amb la lluita contra la desigualtat entre homes i dones.

M^a Mercè Marçal, M^a Aurèlia Capmany, Montserrat Roig, Lola Mirada... van ser llegides per diferents dones que representaven diferents entitats i associacions del poble. Així doncs, amb aquest petit gest hem volgut expressar la necessitat d'encoratjar a totes les dones a continuar amb aquesta tasca que solament busca la llibertat i igualtat per a tots. ■

PLACES D'APARCAMENT PER A PERSONES AMB DISMINUCIÓ

Durant el mesos de març i abril, l'Ajuntament ha dut a terme diferents actuacions en diferents espais del poble, per ajudar a millorar la mobilitat a les persones amb disminució física.

En aquest sentit, s'han habilitat tres places d'aparcament reserva-

des per persones amb disminució. Aquestes places, senyalitzades segons la normativa, es troben situades al pavelló poliesportiu, a la plaça Catalunya (edifici la Costereta) i al carrer La Mina.



En un futur, està previst augmentar aquest nombre de places d'aparcament a altres carrers del poble.

Seguint amb aquest línia d'actuació, es van dur a terme les obres d'adequació de l'entrada del Parc Municipal per facilitar així l'accés als usuaris del consultori mèdic i del centre de dia.

RAL·LI PLA D'URGELL

El terme municipal de Bell-lloc d'Urgell va acollir, el passat 2 d'abril, la setena edició del Ral·li de Terra Pla d'Urgell, puntuable pels Campionats de Catalunya de Ral·lis de Terra, la Copa de Catalunya de Ral·lis de Terra i l'Open Catalunya de Ral·lis de Terra i Volant RACC.

Organitzat per l'escuderia Mollerussa, el ral·li va aplegar trenta-cinc participants, entre els quals hi havia pilots destacats com Nani Roma o Josep Maria Membrado, campió de Catalunya de l'any passat.



L'esdeveniment esportiu va comptar amb un gran nombre de curiosos i afeccionats locals i de la comarca, que van apropar-se fins a la zona del pla per poder veure en directe aquesta espectacular competició.

VISITA DE LA DIRECTORA GENERAL DE JOVENTUT

El passat 31 de març, la Sra. Marta Vilalta, Directora General de Joventut de la Generalitat de Catalunya, i el Sr. Joan Santacana, delegat de Treball i Serveis Socials a Lleida van visitar l'Ajuntament i la Incubadora d'Empreses. Durant la visita, els responsables locals van explicar la feina que fa l'Ajuntament per fomentar l'emprenedoria jove.

La Directora General també es va interessar per les polítiques de joventut que s'impulsen des de l'ens local i que enguany es veuran reco-



Camí de Vilanova, 9 · 25220 Bell-lloc d'Urgell
T.973 560 105 - 973 560 111

bonArea Tel. 973 71 72 40
Estació 2, 25220 Bell-lloc

Grup Alimentari Guissona  **CAIXAGUISSONA**
www.caixaguissona.es

Tel. 973 56 01 21 · Miquel Parcerisa 24, 25220 Bell-lloc



llides en la redacció del Pla Local de Joventut, en la que hi participen l'Associació de Joves i la resta d'associacions locals que treballen amb jovent.■

NOUS CONTENIDORS DE ROBA I OLI

Des de fa uns mesos la localitat de Bell-lloc gaudeix de nous contenidors, un de roba i oli usats.

El contenidor de roba usada està situat a la plaça Catalunya i és fruit d'un conveni signat entre l'Ajuntament i la cooperativa Roba Amiga, encarregada de donar una sortida social a aquest tipus de residus. Podeu trobar més informació al web www.robaamiga.com Per altra, des de principis de juny, ja hi ha disponible un contenidor d'oli de cuina usat que es troba ubicat al costat de l'illa de contenidors de l'estació de trens. Amb aquesta nova incorporació el municipi de Bell-lloc continua amb la tasca d'augmentar el reciclatge i en la millora del medi ambient.



Mitjançant l'ús de contenidors per la recollida de l'oli usat, respectem el medi ambient, donem un nou ús a aquest residu i evitem embussar les canonades; a més, atès que aquest servei es fa mitjançant l'entitat Shalom DO2, afavorim la inserció sociolaboral de col·lectius amb risc d'exclusió.■

EMPREMTES DEL PASSAT

En veure l'èxit que tingué l'any passat l'Exposició de Papallones per part de Joan Condal a la Biblioteca Joan Solà, aquest any vàrem decidir continuar amb aquesta iniciativa.



Aquest cop, però, ens traslladem al passat remot amb Emprems del Passat, una exposició composta de fòssils. Per tal de fer-la més interactiva, el Sr. Condal va organitzar un joc en el qual, tots aquells que volguessin, devien trobar tot un seguit d'objectes que no eren fòssils i que s'havien "colat" en l'exposició.

Com a premi havia una rèplica de les pintures rupestres (d'estil llewantí) de la Cova del Cogul.

A més, el dia 23 d'abril, per Sant Jordi, es van organitzar un seguit de visites guiades gratuïtes per tots aquells que volguessin veure l'exposició acompanyats del Sr. Condal amb les pertinents explicacions.

L'exposició es va inaugurar el dia

8 d'abril i va estar oberta al públic fins al 30 del mateix mes. Un cop més, la exposició va ser tot un èxit!■

SEGELL INFOPARTICIPA A LA QUALITAT I LA TRANSPARÈNCIA DE LA COMUNICACIÓ PÚBLICA LOCAL

L'Ajuntament de Bell-lloc d'Urgell ha estat reconegut amb el Segell Infoparticipa 2015 a la qualitat i la transparència de la comunicació pública local, que atorga pel Laboratori de Periodisme i Comunicació per a la Ciutadania Plural (LPC-CP) de la Universitat Autònoma de Barcelona. En aquesta edició, s'han avaluat 52 indicadors, 12 més que en l'anterior convocatòria, amb un increment del nivell d'exigència, i Bell-lloc d'Urgell ha obtingut una puntuació del 84,62%. Per aconseguir el segell, els municipis d'entre 1001 i 5000 habitants, com és el cas de Bell-lloc d'Urgell, han d'assolir el 80% dels indicadors positius.

Bell-lloc se situa d'aquesta manera entre un dels dos municipis de la demarcació de Lleida guardonats amb el Segell de transparència, juntament amb Lleida ciutat, i en l'únic de la seva franja d'habitants.

L'alcalde de Bell-lloc, Carles Palau, va recollir aquest passat dimecres dia 20 el Segell Infoparticipa en un acte realitzat a El Born Centre Cultural de Barcelona. Aquest segell de qualitat es basa en els resultats de l'avaluació de les diferents pàgines web d'organismes autònoms a partir de preguntes bàsiques en dos grans blocs: la transparència en la corporació i la informació per a la participació. En concret, s'analitza si la informació publica-

da facilita que qualsevol ciutadà o ciutadana tingui coneixement sobre qui són els representats polítics del municipi, com es gestionen els recursos col·lectius i quines formes de participació posen al seu abast, i més enllà d'això, es valora que la informació sigui fàcilment localitzable.

Els resultats es publiquen, georeferenciats, al MapalInfoparticipa.

L'alcalde, s'ha mostrat molt satisfet amb aquest reconeixement i ha recordat que l'equip de govern "es va proposar la transparència com un objectiu imprescindible d'aquesta legislatura i aquest és un reconeixement important de la feina feta fins a dia d'avui". ■

XERRADA NUTRICIONISTA

El divendres 15 d'abril al vespre, la dietista-nutricionista Iris Castells Meda, ens va fer una xerrada titulada: Mites i llegendes de la dieta "Operació Bikini".

En aquesta xerrada ens parlà d'aquelles dietes que ens venen com a miraculoses o d'aliments que ens fan perdre pes de manera màgica i gairebé sense esforç, dietes que ens poden portar a patir deficiències nutricionals i ser un perill per a la nostra salut.

Un dels punts que més ens va remarcar la nutricionista és la importància de mantenir durant tot l'any una dieta equilibrada combinada amb exercici físic diari, d'aquesta manera evitaríem haver de fer dietes exprés que només ens poden perjudicar. ■



PREMI INTERNACIONAL DE RECERCA EN FILOLOGIA CATALANA JOAN SOLÀ

El 19 d'abril, a la Sala Victor Siurana de l'Edifici del Rectorat (UdL) va tenir lloc l'entrega del Premi Internacional de Recerca en Filologia Catalana ·Joan Solà, que impulsen el Departament de Filologia Catalana i Comunicació de la Universitat de Lleida (UdL) i l'Ajuntament de Bell-lloc d'Urgell. Aquest, però, va ser un any excepcional ja que el premi va quedar sense adjudicar-se ja que cap dels treballs presentats no estava a l'altura del guardó. En aquest premi a la recerca es busca l'excel·lència i, aquest cop, cap d'ells va assolir-la.

El 30 del mateix mes va tenir lloc l'entrega de premis del Concurs de Narrativa Breu de Joan Solà que se celebra cada any al nostre poble. Aquest any la temàtica del concurs estava inclosa dins de la proclamació de l'Any Fuster i Rabés, per aquest motiu, els escrits giraven entorn a l'obra d'aquest: El conte de Sangota, la revista Cavall Fort... Aquest any era una ocasió especial ja que, en un sol acte, podíem retre homenatge a dos dels il·lustres fills de Bell-lloc d'Urgell.

L'entrega va tenir lloc a les 17.00h a la Sala Multifuncional amb una gran participació ciutadana fet que ens encoratja per continuar entregant aquest premi i ha tenir sempre presents aquelles persones que varen tenir un paper tan important en la nostra cultura. ■

CAMINADA POPULAR

El tres de juny a les 20.00h a la Plaça Catalunya, es donava el tret de

sortida a la Caminada Popular que s'organitzava des de la Regidoria de Cultura i de la d'Esports.

Aquest any es varen apuntar 143 persones, totes elles equipades amb el petit detall que es va donar a l'Ajuntament quan es comprava el tiquet, una motxilla groga.



La ruta es va modificar i enlloc d'acabar a la Pineda Municipal, es varen entregar l'entrepà, l'aigua i una poma a la Font del Corroni, un indret poc conegut per als nostres veïns/es i que es va creure que era adequat incloure en la ruta.

Volem destacar la col·laboració desinteressada del Grup Alimentari ARGAL que ens va proporcionar tot el pernil salat i a Fruites Calvís per les pomes.

L'any vinent intentarem fer una nova ruta que ens permeti redescobrir el nostre territori. ■

JORNADES, TALLERS I CURSOS, A L'IDA

Durant aquests primers mesos de l'any són molts els tallers, seminaris, conferències i jornades que s'han impulsat des de l'IDA, conscients que la formació continuada és la clau de l'èxit per estar present i tenir un espai en la societat actual.

Així, s'han dut a terme tallers sobre "les xarxes socials, imprescindibles

per trobar feina en el que la Community Trainer i responsable de la pàgina del facebook "Busquem Feina" Esther Barqué va parlar de com buscar feina a les xarxes amb: linkedin, Twitter, blog personal, facebook i altres eines.



El taller "Emocions i treball" va estar conduït per l'especialista en reeducació emocional Katia Medeles va exposar com és d'important la intel·ligència emocional a l'hora de buscar feina. També s'ha realitzat tallers específics sobre el procés de "Recerca de feina"; "Mercat laboral: l'encaix entre l'empresa i els/les candidats/es"; o "Comunica't amb èxit", aquest darrer a càrrec de la sra. Montse Díaz, que va ressaltar com n'és d'essencial la comunicació tant per la nostra vida personal com professional.

A més dels tallers també han tingut lloc cursos com: "Google Analytics i Google Adwords per a emprenedors/es"; sobre "Habilitats comunicatives i competències en relacions interpersonals per a emprenedors/es" o de "Posicionament Web per a emprenedors/es"; i jornades tècniques sobre "Màrqueting digital i xarxes socials per empreses rurals", "Ús d'eines Google per empreses rurals", "Foment de l'emprenedoria rural i casos d'èxit" i "Com realitzar un pla de comunicació per a empreses rurals". Un ampli ventall de possibilitats

per donar resposta a les inquietuds d'emprenedors, persones que cerquen feina, i a tothom qui desitja continuar la seva formació. ■

BELL-LLOC AMPLIA ELS SEUS ESPAIS CARDIOPROTEGITS

Les piscines municipals ja disposen d'un Desfibril·lador Extern Automàtic (DEA) convertint-se d'aquesta manera en un espai cardioprotegit, com ho són també el consultori mèdic i el pavelló.



Els dos tècnics socorristes de la piscina disposen de cursos que els validen per utilitzar aquests aparells i seran principalment els encarregat d'utilitzar-los en cas de necessitat. ■

PROGRAMA CULTURAL SETEMBRE-DESEMBRE

Com ja es va explicar en el número anterior d'aquesta revista, a continuació, us presentem els diferents actes culturals previstos per als propers sis mesos.

Cal recordar que tots aquests seran anunciats per la veu pública, eBando, a la pàgina web de l'Ajuntament i per les diferents xarxes socials.

També s'ha de tenir present que tots aquests actes poden patir modificacions les quals es comunicaran pels mateixos medis ja esmentats.

SETEMBRE:

Dia 11:

Diada Nacional

Dia 17: 20:30h

Jornades Europees Culturals.

Dies 29 set.-2 oct.:

Festa Major

OCTUBRE:

Dia 15:

Jornades Dona Rural

Dia 22:

VII Jornades d'Estudis del Pla d'Urgell

DESEMBRE:

A partir del 24:

Festes de Nadal. ■

BAR LA MINA

terrassa d'estiu

Tel. 973 560 274

La Mina 11, BELL-LLOC D'URGELL



COMERÇ ACTIU

Inaugurem una nova secció amb la qual volem donar veu a tots els emprenedors, empreses i comerciants, que configuren el teixit empresarial de la nostra localitat, posant de manifest el seu paper de vital importància per al bon funcionament del poble.

DONANT COLOR A LA VIDA

ISMAEL BELLET SILVESTRE

La meva professió ve des que era molt jove. Quan tenia 16 anys em passava els estius ajudant el meu pare, el Jaume, que va ser qui em va introduir al món de la pintura.

Poc a poc vaig anar aprenent l'ofici amb ell i cada vegada m'agradava més. Quan tenia 18 anys vaig començar a estudiar a l'Escola Taller de Pintura de Lleida "Salvador Seguí" on vaig fer el curs de pintor durant dos anys.



©Creació

Quan vaig acabar el curs de pintor, el meu professor de l'escola Taller, el Sisco Arbonés, em va oferir formar part de la seva empresa de pintura "Arbonés Pintors", i és clar, vaig acceptar per continuar la meva carrera professional com a pintor al costat del meu professor, que tant em va ensenyar.

Després de 8 anys treballant amb ell, vaig decidir que era el moment de fer un canvi. No va ser fàcil, però vaig armar-me de valor i vaig fer-me autònom. Ara ja fa quasi 3 anys, i puc dir que fins al dia d'avui ha

anat força bé. Faig el que m'agrada i sempre en la més estricta professionalitat i amabilitat per la feina. Sempre intentant millorar i innovar mitjançant cursos de formació, xerrades,... sobre noves tècniques de pintura i decoració per estar sempre al dia.

La meva feina consisteix, a part de la pintura tradicional d'interiors o façanes, a fer tractaments de fusta i ferro i altres feines relacionades amb la pintura, en l'aplicació d'acabats decoratius de tot tipus: vellutots, encantos, filpose, ...

També treballo en la col·locació de papers decoratius, vinils, motllures,... i tot el que això comporta.

Sempre que puc i que me n'assabento intento ajudar en tot pel que fa a la millora del nostre poble. He donat pintura en diverses organitzacions com el Casal d'Estiu. Amés a més, he col·laborat econòmicament amb la Marató i en l'Associació de la lluita contra el càncer. Ho faig de bon grat i sempre que estigui al meu abast, estic disposat a fer-ho.■

AQUÍ VA EL MEU "BRICOCONSELL":

Teniu un moble antic que voleu renovar, o simplement donar-li un aire nou?

Doncs podeu repintar-lo per tal de que quedi al vostre gust.

LA TASCA CONSISTEIX EN :

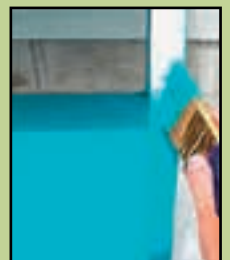
Primer de tot, polir la superfície amb un paper de vidre de gra fi per tal d'obrir els porus de la fusta.



Seguidament, cal donar-li una capa de selladora (pel perfecte anclatge de l'esmalt que hi aplicarem a continuació).



Per tal que la selladora actuï correctament, cal tornar a polir la fusta amb el mateix paper de vidre de gra fi.



Tot seguit, aplicarem dues capes d'esmalt del color que hem triat.

Així aconseguireu un nou moble a casa vostra.



SALUT I BELLESA

En aquesta secció hi tenen cabuda articles relacionats amb la salut i la bellesa, escrits per professionals del nostre municipi. Agraïm la seva col·laboració.

CREMES SOLARS

PAQUITA CUNILLERA

L'arribada del bon temps fa que ens preguntem si estem o no ben protegits de les radiacions solars.

El Sol té grans beneficis per la pell i ajuda al nostre estat d'ànim, ja que és l'element imprescindible per la vida del planeta i té uns efectes positius com l'estimulació de la síntesis de la vitamina D.

Però, poques vegades som conscients del mal que ens pot arribar a fer la radiació solar, ja que a curt i mitjà termini els efectes no són visibles, però amb el temps es van acumulant (com haureu sentit alguna vegada la pell té memòria). Moltes vegades els canvis que observem com taques, arrugues, embelliment prematur són la conseqüència d'aquesta acumulació.

Per protegir-nos, la nostra pell té un mecanisme de defensa anomenat melanina que impedeix que les radiacions penetrin a la pell. La quantitat de melanina és diferent en cada persona, per això com més quantitat de melanòcits té el cos més morena és la persona; i a menys melanòcits més sensible a la radiació solar.

La llum solar en arribar a la Terra es descompon en diferents tipus de radiacions que van des de l'ultraviolat, la llum visible i els infrarojos.

Els ultraviolats, a la seva vegada és divideixen en: UVC, UVB i UVA. Els UVC són absorbits per la capa d'ozó abans d'arribar a la Terra, els UVB una part és absorbida per la capa d'ozó i l'altra que arriba a la Terra, són els que ens poden cremar. Els UVA arriben a la superfície, tenen major nivell de penetració i activen la melanina.

Per a protegir-nos de les radiacions ultraviolades, la cosmètica ens ofereix les cremes de protecció solar que contenen substàncies que actuen com a filtres que redueixen la quantitat de rajos que penetren a la pell. Aquestes substàncies fan de pantalla per a que reflecteixin els rajos.

Les substàncies més conegudes són l'Òxid de Zinc i el Diòxid de Titani. Altres substàncies utilitzades com a filtres són els olis naturals que fa servir la cosmètica natural. Per saber la capacitat d'un filtre s'utilitza el factor de protecció solar (FPS) acompanyat d'un número, que ens indica el temps que podem estar exposats al Sol sense produir-nos cremada. La numeració va des del 6 a 50+. Com més alt es el número més protegits estem i ens bronzejem de manera més segura.

Què li demanem a un protector solar? En primer lloc, que compleixi la normativa Europea. Ens ha d'indicar la categoria de la protecció: baixa, mitja-alta o molt alta, i que

cobreixi els dos tipus de radiacions: UVB i UVA. També ha d'informar la zona on s'ha d'aplicar (cara o cos) i la manera d'aplicar-la.

El primer que hem de saber és com reacciona la nostra pell amb el Sol i després saber fins on volem arribar. Cada pell és un món; les pells morenes mai es cremen i es bronzejen bé. Les pells tolerants sensibles són pells clares, es posen vermelles abans de bronzejar i es poden cremar. Les pells intolerants són les al·lèrgiques, aquelles que es cremen fàcilment i provoquen picor.

Un cop escollida la protecció, ens la posarem a casa on primerament haurem preparat la pell amb un exfoliant. A continuació, repartirem la crema per tot el cos posant atenció a les orelles, el clatell i el damunt del peu. Renovarem com a mínim cada dos hores la crema i també cada cop que sortim de l'aigua.

En el moment d'exposició solar no utilitzarem colònies, ni perfums ni desodorants.

Evitem el Sol del migdia entre les 12:00 i les 16:00 i si no és possible ens protegiem amb gorres, ulleres, para-sols etc...

Recordeu que per poder estar moltes hores al sol les cremes protectores ens donen una pròrroga, però no carta blanca. ■

SUBIRÓS
REPRESENTACIONS ARTÍSTIQUES



40
anys

Cuidant De La teva festa

FORN DE PA I PASTISSERIA

RAMIRO

ELABORACIÓ ARTESANA DE
PA DE PAGÈS
COQUES DE RECAPTE
I TOT TIPUS DE PASTISSOS



C/ Dr. Torredadella, 1
Tels. 973 56 01 80 - 973 71 72 28
25220 BELL-LLOC D'URGELL

RELAXA I CUIDA LES TEVES CERVICALS

NÚRIA GRIFOL NADAL

Fisioterapeuta

Núm. Col·legiada 7874

LA COLUMNA CERVICAL ACUMULA TENSIONS QUE CAUSEN DOLOR I ACABEN LIMITANT LA MOBILITAT ARTICULAR

RELAXAR-LES ES IMPRESCINDIBLE PER GAUDIR D'UNA ESQUENA SANA

La columna cervical està composta per una gran quantitat de músculs i articulacions que es troben en el coll, les quals tenen la funció de subjectar i orientar el cap en diferents plans de l'espai.

En moltes ocasions aquesta zona se sobrecarrega per diferents causes com poden ser: la repetició de micromoviments en l'ús del ratolí, traumatismes derivats de la pràctica esportiva, posicions estàtiques mantingudes a la feina i fins i tot per culpa de l'estrès.

Per totes aquestes raons i per tal de no lesionar-nos hem de tenir-ne cura, i per això en aquest article proposo una sèrie d'exercicis fàcils i eficaços, pensats per alliberar tensions cervicals i que recomano efectuar diàriament.

No s'han de realitzar de forma mecànica, ja que no s'obtidrien els resultats òptims, i no s'han de sobrepasar els límits de cadascú, per tant no han de causar dolor.

S'ha de mantenir una respiració fluida i la posició ha de ser còmoda.

Primer ens **FAMILIARITZAREM AMB LA COLUMNA CERVICAL** girant el cap cap a la dreta, esperarem uns 5 segons i després el girarem cap a l'esquerra i tornarem a esperar 5 segons.

Seguidament realitzarem una inclinació lateral dreta i esquerra també esperant 5 segons en cadascuna de les posicions.



Els estiraments es realitzen sense rebots, en una posició estàtica durant uns 10-18 segons.



1 ESTIRAMENT DE TRAPEZIS. Ens asseiem amb l'esquena recta, col·loquem la mà esquerra a l'espatlla esquerra i la mà dreta la passem per sobre del cap fins a col·locar la punta dels dits al costat esquerre del cap. Amaguem la barbeta i acompanyem el cap a una inclinació lateral dreta i notem com estira el múscul que passa justament per sobre de l'espatlla. Important no desenganxar el colze esquerre del cos. Quan acabem realitzem el mateix exercici en sentit contrari.



2 ESTIRAMENT DE LA MUSCULATURA POSTERIOR DEL COLL. Ens asseiem amb l'esquena recta i col·loquem les dues mans amb els dits creuats a la zona on comença el coll, just per sota del cap. Amaguem la barbeta i mentre expulsem l'aire tanquem els colzes. Hem de notar un estirament a la cara posterior del coll.



3 ESTIRAMENT ELEVADOR DE L'ESCÀPULA. Ens asseiem amb l'esquena recta, col·loquem la mà dreta a l'espatlla dreta i la mà esquerra a la part lateral i posterior dreta del cap. Amaguem la barbeta i realitzem amb el cap una flexió acompanyada d'una mica d'inclinació, fins que notem un estirament a la part dreta i posterior del coll. Important no separar el colze esquerre del cos. Quan acabem realitzem el mateix exercici cap al costat contrari.



4 AUTOMASSATGE. Per finalitzar realitzarem un automassatge amb una pilota de tennis a la zona cervical. Alçats, d'esquena a la paret situem la pilota entre l'esquena i la paret. Anirem flexionant i estirant els genolls de manera que la pilota vagi pressionant la zona muscular, no s'ha de passar per sobre dels ossos. Poc a poc anirem notant com disminueix el dolor cervical, augmenta la mobilitat i es redueix la tensió muscular. ■

LA IMPORTÀNCIA D'UNA BONA INGESTA D'AIGUA

JOSEP CUENCA GRIFOL

Psiconeuroimmunòleg

Especialista en nutrició evolutiva



©Creació

Una aportació adequada d'aigua al nostre cos, no sols és important a l' hora de fer esport, sinó que és prioritària en qualsevol persona sigui sedentària o activa.

El nostre cos està compost per un 80% d'aigua i per aquest motiu és de vital importància beure'n la suficient. De fet, destinem un 52% de l'energia total en l'equilibri hídric i mineral dels nostres teixits.

Perdem líquids quan orinem, suem i inclús quan respirem; evidentment aquest líquids aniran acompanyats de minerals. Per tant, una de les fonts per poder recuperar-los serà la ingesta apropiada d'aigua mineral.

El Cervell i el nostre sistema renal se- ran els encarregats de regular aquest delicat equilibri hídric. Per aquest motiu la matèria primera que utilitzarem serà de vital importància per l'òptim funcionament.

En fisiologia , la màcula densa del ronyó serà l'encarregada de detectar el volum, la pressió i la quantitat de minerals de la nostra sang un cop que aquesta és filtrada per la càpsula de Bowman, la part del ronyó especialit- zada en el filtratge de la sang.

En el cas que detecti una aportació insuficient de minerals , engegarà la maquinària per a aconseguir-los, acti- vant un sistema anomenat "Renina-Angiotensina-Aldosterona" desencadenant vasoconstricció, reten- ció de líquids i augment de la pressió sanguínia.

Aquest fet farà que el nostre cervell, a través de l'hipotàlam , ens provoqui la necessitat d'ingerir líquids. En aquest punt ens arribarà la primera dificultat, ja que en un altre temps l'únic hidra- tant del que disposàvem era l'aigua mineral, però avui en dia, la diversitat de begudes de les que disposem són incomptables.

Si triem l' aigua mineral la necessitat fisiològica es podrà solucionar i el ro- nyó deixarà de produir substàncies que ens indueixen vasoconstricció i retenció de líquids. Però si escollim una beguda no adequada , en un primer moment ,el nostre cervell, que és molt golafre , ens premiarà l'elecció a través del circuit de la recompensa gràcies a l'estímul del sucre d'un refresc, a la cafeïna d'un cafè o a l'alcohol d'una cervesa.

Però... i el ronyó ???

Doncs el ronyó, que treballa per la bona fisiologia i no per caprici, quan detecti que no li arriba allò sol·licitat, continuarà produint les substàncies abans esmentades per intentar corre- gir la situació.

Si insistim en la ingesta inadequada la resposta s'anirà cronificant , podent arribar a patologies com la hipertensi- ó, la retenció de líquids continuada, rampes musculars per falta de mine- rals o inclús migranyes derivades de la vasoconstricció de l'arteria basilar i per tant , falta d'oxigenació en el nostre cervell, entre altres efectes.

Aquest fets poden fer pensar que hi ha situacions patològiques cròniques en

pacients, derivades solament de la fal- ta d'hidratació apropiada o insuficient.

LES RECOMANACIONS PRINCIPALS:

- Substituir les begudes de caprici per l'aigua mineral.
- **Adequar la ingesta al nostre movi- ment i evidentment no caure en l'error de pensar que la falta d'activitat no necessita un consum elevat d'aigua mineral.**
- Un bon hàbit, després de llevar-nos, seria el consum d'un parell de vasos d'aigua mineral a temperatura ambient en dejú, a mig mati i a mitja tarda re- petir el procediment. (Si en un primer moment dos vasos son massa, podem començar per un fins a habitar-nos, sobretot al matí).
- **Si patim de retenció de líquids i no tenim cap contraindicació mèdica, un parell d'infusions al dia d'ortiga, cua de cavall, sàlvia, dent de lleó, te verd o fonoll, entre altres; poden ser una ajudar terapèutica.**
- Un tassó de brou compost d'api, ceba, julivert, porro i mig llimó, abans o durant els dos àpats principals, també col·la- boraran en la homeòstasis.
- **Evidentment en aquest article no podem parlar de marques comercials d'aigua mineral embotellada de bona qualitat, però per regla general seria, alta en magnesi i bicarbonats, i baixa en sodi i clorurs.**
- Si tenim un aparell d'osmosi inversa a la nostra llar, un consell per poder re mineralitzar-la consistiria en afegir uns 20ml d'aigua de mar per cada litre d'aigua filtrada.

NOTA A TENIR EN COMPTE:

Si regulem el nostre equilibri hídric amb la incorporació de bons hàbits i estem prenent fàrmacs antihiper- tensius s'haurà d'esta alerta si notem símptomes d'hipotensió, ja que potser ens està indicant que la dosi del fàrmac s'ha de revisar a la baixa, per part del nostre facultatiu mèdic. ■

LLIBRERIA

La llibreria és una secció de ressenyes literàries. Envia'ns la teva proposta amb la sinopsi d'un llibre que hagis trobat interessant i tinguis ganes de compartir. Inaugurem la secció amb dues propostes del bloc "Un libro, un tesoro" de Nadir Castells.



LA PUTA HISTÒRIA DE CATALUNYA DE LA IAIA

Jofre Martell

Editorial: La Galera

Pàgines: 169

ISBN: 978-84-942617-4-9

Preu: 17,95€

SINOPSIS:

"Un puto llibre imprescindible per arribar a ser President de Catalunya, del consell comarcal o, com a mínim, de l'escala de veïns. Creus que Pau Claris només és un nom d'un carrer? Que l'11 de setembre només és na cançó de Sau? Que la Mancomunitat és una associació de gent sense braços?

Però per Déu... No creus que ha arribat l'hora de conèixer una mica millor la història d'aquest puto país?

Tens a les mans el llibre on la iaia t'explica com s'ha cuinat Catalunya! Amb els ingredients i el temps de cocció necessaris, la gent que hi ha posat pebrots, els episodis més picants, les escenes de sang i fetge, els xoriços més imprementables i els moments més dolços de la nostra història! Si és que n'hi ha algun!

Tant si la història de Catalunya és la teva passió com si el tema t'importa tres parells de collons... aquets llibre és ideal per tu."

Si voleu riure una estona i, a la vegada, conèixer una mica la història del nostre país, no podeu deixar passar aquest llibre. La iaia ens explica, d'una manera ben curiosa, la el que ha passat a casa nostra durant uns quants centenars d'anys, cada període explicat com si fos un recepta de cuina.

La iaia té posat al cap que el nét ha de ser President i per aconseguir-ho ha d'estar ben preparat!

Uneix-te a ell i qui sap? Podria ser que al final fossis tu el substitut/a del molt honorable president Pokemon.. Ui no, així no es deia! Puigdemon! Perdó!

ADVERTÈNCIA: Per a lectors majors de 16 anys.



NO CULPES AL KARMA DE LO QUE TE PASA POR GILIPOLLAS

Laura Norton.

Editorial: Espasa

Pàgines: 349

ISBN: 978-84-670-4158-3

Preu: 19,90€

SINOPSIS:

"Si estás leyendo estas líneas es que te ha llamado la atención el título. ¿Te gustaría decírselo a alguien? ¿Serías capaz de decírtelo a ti mismo?

Y lo más importante: ¿te gustaría mantener durante un buen rato la sonrisa que se te ha quedado en la cara? Pues esta es tu novela.

Te podríamos contar con más o menos gracia de qué va la cosa, para que te hicieras una idea: que si la protagonista, Sara es muy maja, que si tiene un trabajo muy interesante (es plumista, ¿a que nunca lo habías oído?), que si es un pelín obsesiva y alérgica a los sobresaltos...

Por supuesto, la vida se le complica y se encuentra con que su piso se convierte en una especie de camarote de los hermanos Marx cuando en la misma semana se meten a vivir con ella su padre deprimido, su hermana rebelde y su excéntrico prometido y, sobretodo, el novio al que lleva mucho tiempo sin ver...

Pero mejor no te lo contamos porque te gustará leerlo. Lo único que necesitas saber es que, desde el título, te garantizamos unas cuantas horas de descacharrante diversión como hacía tiempo que no disfrutabas."

I per un cop es compleix el que ens promet un producte. Costa trobar un llibre amb una bona història i que a la vegada et faci riure però aquest ho té tot, inclús m'aventuraré a dir que et pot caure alguna que altra llagrimeta d'emoció.

Pot ser que en algun moment la història de la Sara et pugui semblar surrealista, peròestic segura que algun cop us ha passat alguna cosa d'allò més extravagant i el millor ha sigut poder contar-ho als amics.

Doncs això és aquest llibre: una bona estona amb un amic extravagant que, inevitablement, us robarà el cor.

BELL-LLOQUINS EN XARXA

ALBERT FOLGUERA MONSERRATE
18 anys · Estudiant
instagram i twitter: @albertfolg
www: albertfolguera.com

Encara recordo quan el meu pare em va deixar la seva videocàmera ara ja farà uns deu anys, una vella Sony de color plata.

Quan vaig descobrir per a què servia, vaig aficionar-m'hi i a causa d'això, la portava sempre al damunt, o, si més no, quan el meu pare em deixava, ho feia. D'ensà llavors, sempre m'ha agradat molt el món audiovisual, més concretament la fotografia i la producció de vídeos. A més del món audiovisual, també sempre he tingut una influència molt forta de les xarxes socials i sobretot, del món anglosaxó. No és cap mentida què les noves tecnologies, i, amb això, les noves tendències, arriben molt abans a països com els Estats Units o el Regne Unit que a Espanya.

Degut a això, sempre m'he interessat molt per aquestes dues cultures, la americana i la anglesa, respectivament. Doncs una de les primeres tendències que estava en auge en aquells països i que em va cridar l'atenció va ser YouTube. Quan vaig descobrir YouTube, la imaginava com una plataforma per a pujar petites pel·lícules que certes persones penjaven a la xarxa, però no és tan sols això.

Quan em vaig endinsar més en el món de YouTube vaig veure que cada persona que penja vídeos té un

“canal” i que existeixen els subscriptors, persones que es subscriuen al teu canal, de forma gratuïta, per a així poder saber quan pujes un vídeo.

Vaig començar a seguir alguns YouTubers, persones que treballen creant vídeos a la plataforma a canvi de diners, diners que provenen de la publicitat que es mostra en els vídeos. Després de mesos i fins i tot anys de seguir a varis YouTubers, em va arribar al cap una idea que va estar molt temps poblant-me la ment, fins que un dia vaig decidir que era hora de posar-se a l'acció i de començar el meu propi canal a YouTube.

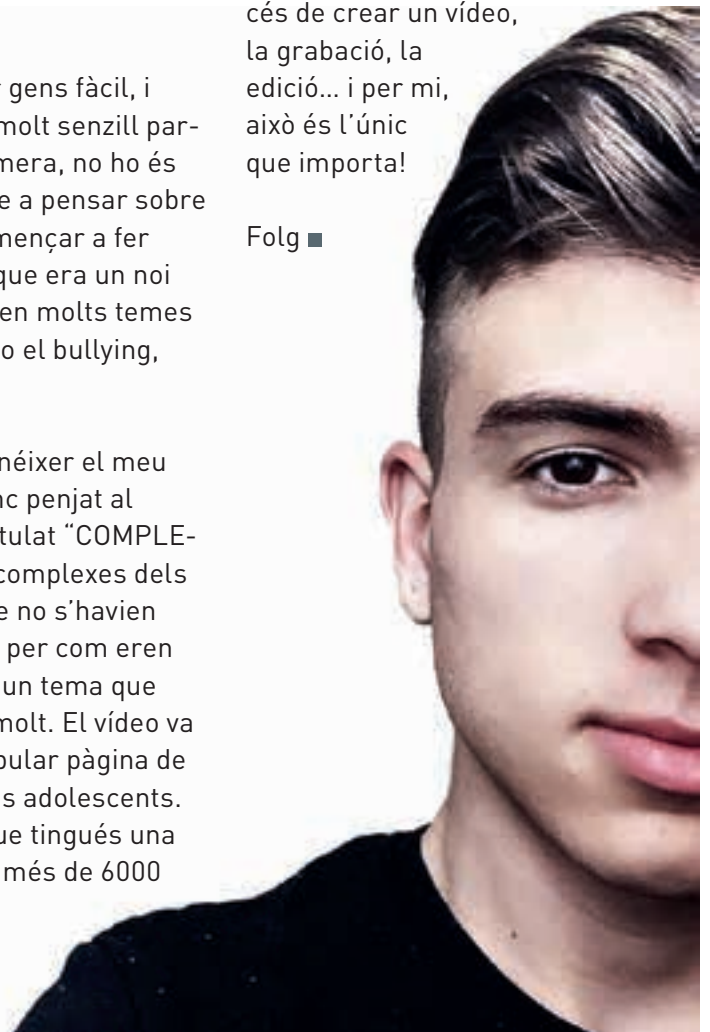
Al principi no va ser gens fàcil, i encara que semblava molt senzill parlar davant d'una càmera, no ho és gens. Vaig posar-me a pensar sobre quin tema podia començar a fer vídeos, i aprofitant que era un noi al qual li preocupaven molts temes com els complexos o el bullying, vaig parlar d'això.

I així va ser com va néixer el meu primer vídeo que tinc penjat al canal de YouTube, titulat “COMPLEJOS”. Parlava dels complexos dels adolescents i de que no s'havien de sentir malament per com eren físicament, que era un tema que llavors m'afectava molt. El vídeo va ser publicat a la popular pàgina de notícies per als joves adolescents, cat, fet que va fer que tingués una rebuda bestial amb més de 6000 visites.

Des de llavors he anat publicant vídeos quan puc i tinc temps, actualment amb menys freqüència que abans, però el fet de fer segon de batxillerat em retalla temps lliure i per tant, temps que podria dedicar a fer vídeos. El contingut dels meus vídeos és molt variat, desde vlogs (vídeo-blogs), challenges i tags fins a reflexions, bàsicament el que sento segons el moment.

Tinc moltíssimes idees per a fer nous vídeos que, o per manca de temps, o per poca profunditat en la idea, no he pogut realitzar encara, però espero poder ferho aviat! Gaudeixo molt de cada part del procés de crear un vídeo, la grabació, la edició... i per mi, això és l'únic que importa!

Folg ■



ESPORTS

Inaugurem la secció d'esports amb la notícia de la represa del Club de Futbol Bell-lloc i us adjuntem el seu testimoni.

CLUB FUTBOL BELL-LLOC

Som un grup de joves de Bell-lloc d'Urgell a partir de 18 anys, que volem reprendre l'activitat futbolística a la població.

La nostra intenció per aquest primer any és la de fer un equip amateur per a poder jugar de forma federada a la Quarta Catalana.

Per això, la junta directiva s'ha començat a moure realitzant una sèrie d'activitats relacionades amb el futbol, per a poder finançar la temporada 2016-2017.

Hem dut a terme el Primer Torneig de PlayStation 4 amb el joc Fifa16, contant amb la col·laboració de l'Ajuntament i la participació del jove del poble. El torneig va ser tot un èxit amb un total de 16 participants i una gran assistència de públic. És per això que des de la junta directiva ens plantejem tornar a repetir aquesta gran experiència.

Això ens ha servit per donar-nos a conèixer i facilitar-nos la feina per a dur a terme futures activitats pel poble.

TORNEIG FIFA

El dissabte 14 de maig de 2016, vam iniciar el Primer Torneig de PlayStation 4 amb el joc Fifa16 modalitat individual.

A la sala multifuncional a partir de les 16:00 hores, van participar 16 jugadors en un torneig mixt amb fase i grups i eliminatòries directes.



Que va acabar a les 23:00 hores, enfrontant a la Final a en Guillem Cunillera vs Lluç, els quals competien amb el R.Madrid y el Bayern Munchen respectivament.

Va ser un partit molt igualat, on passat els primers 90 minuts el marcador reflectia un ajustat 1-1.

A la pròrroga no es va poder moure el marcador, decidint-se així el campió des de el punt de penal.

El resultat final de 5-4 va donar la victòria a en Lluç el benjamí del Torneig.■



ARXIU HISTÒRIC

Recull d'històries i llegendes relacionades amb la localitat de Bell-lloc.

El firaire guerra, és un escrit que forma part de les "500 històries i llegendes de les terres de Lleida" de l'autor Joan Bellmunt i Figueres.

EL FIRAIRE GUERRA:

**HISTÒRIA CONTADA
A BELL-LLOC D'URGELL**

D'aquest firaire, de nom conegut: Guerra, es conta un fet ben curiós. Diuen que un dia es presentà al poble i començà la seva xerrameca a la plaça.

-Qui m'ensenyi una pesseta, jo li donaré un llapis.

Amb la qual cosa tots els que tenien una pesseta l'ensenyaren, i ell els donà un llapis a cadascun.

-Qui m'ensenyi dues pessetes jo li dono una pinta.

La gent s'afanyaren a ensenyar dues pessetes, i com no, a recollir la pinta promesa.

La cosa anà funcionant estona i estona així. Ell sempre deia: qui m'ensenyi li dono...

Doncs bé, la gent s'anà entusiasmant, i a la plaça s'hi anà congregant, pràcticament, tot el poble.

Quan la cosa estava calenta va dir: -Qui m'ensenyi un duro, jo li dono... una cosa de valor.

Un duro no el tenia ningú -un dura era un dura en aquells temps-, i un que el tenia l'ensenyà, i el firaire li donà aquell regal.

Aleshores tothom anà a casa a buscar un dura. Quan ja eren tots de retorn la cosa anà continuant.

-Qui m'ensenyi un duro...

Però, a partir d'aquí la cosa canvià, i digué:

-El que em doni un duro jo li dono un rellotge.

Va haver-hi un que li donà el duro, amb la qual cosa li donà el rellotge, però a continuació li digué:

-Té, et torno el duro. Així tens duro i rellotge.

Quan la gent veié això s'emocionà, mentre ell continuava:

-El que em doni un duro jo li donaré... un regal de valor.

Un altre li donà el duro, i ell després de donar-li el regal li tornà el duro.

A l'últim digué:

-Tothom que vulgui donar-me un duro que ho faci.

La gent, entusiasmada, li donà un duro. Fins els que havien arribat tard l'anaren a cercar a casa, enmig de l'eufòria col·lectiva.

Quan tothom li havia donat el duro digué:

-Així em doneu el duro?

-Sí, sí! -respongueren tots a una, confiats que els donaria un regal i després els tornaria el duro, com havia fet amb els dos primers.

-I me'l doneu de veritat? -preguntà de nou.

-Sí, sí! -contestaren tots.

-I si marxo amb el duro de cada un?

-Ja pots marxar, ja! -digué la gent convençuda que no ho faria, i que els donaria un regal i els tornaria els diners.

-Marxo? -féu el firaire tot posant les seves coses al cotxe i pujant-hi ell.

-Ja pots marxar, ja.

Però en dir això tots estaven convençuts que era per provar-los, i que no marxaria. Que els donaria un regal a cada un i el duro.

-Així em doneu el duro cada un i em deixeu marxar?

-Sí, i ja pots marxar -deien tots a una, ben embaucats. (I enter ells es deien: "No marxarà, no".)

Així que el firaire Guerra pujà al cotxe, engegà i s'encaminà vers la carretera, mentre la gent deia:

-Ara pararà allà i ens donarà els regals i els duros, ja ho veureu.

Però no, el firaire arribà a la carretera i enfilant-la desaparegué de la seva vista, deixant corglaçats a tots els presents, alguns dels quals havien donat el duro que constituïa la seva possessió.

Alguns encara s'aventuraren a dir:

-Ja veureu, demà tornarà i ens donarà diners i regals.

Mentre, convençut també d'això últim, en "Canela" - que era el pregoner-, feia el pregó següent:

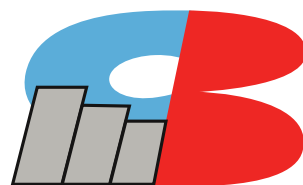
-Es fa saber que demà tornarà el cèlebre Guerra a tornar el duro.

Eren les ganes, perquè la veritat va ser que mai més no se'n sabé res més d'ell, i que va ben embaucar la gent i en féu un negoci d'allò més rodó, en arreplegar un grapat de duros per a la seva butxaca, quan a les cases més benestants eren tan escassos.■

**Leñas
Segria**

Tel. 678 458 839
Tel. 678 458 835
tallersegria@gmail.com

Camí Alcoletge s/n, BELL-LLOC
abans de la cooperativa



CONSTRUCCIONS S.L.
MIQUEL BARGALLÓ

Tel.973560428 Travessia del Passet 4, N-II km.477 Bell-lloc
www.consbargallo.com consbargallo@consbargallo.com

FRUITS DE LA TERRA

La secció engloba dos apartats diferents amb denominador comú: tots dos són fruits de la terra.

L'hort: testimoni de l'activitat local. ! Remeis naturals: pinzellades de saviesa popular.

L'HORT

per: JOAN SEYÓS

L'hort situat al carrer Darrere els Horts, - mai millor dit!- s'hi pot trobar el treball, l'esforç i part de l'economia d'una casa.

Al mes de juny no s'hi sol plantar res, la feina ja està feta durant l'any i a partir d'ara és temps de collita, com diu la dita:

«Al juny la falç al puny»

L'HORT S'HA DE CUIDAR A DIARI:

cal treure les males herbes, regar cada set dies en aquest temps de calor, cal tenir les bestioles controlades, amb els sulfats pertinents pels caragols i els pugons, S'ha de posar adob; ->Nitrat 26», en forma de pols o boletes, cada quinze dies.

És una feina distreta que té la seva recompensa a cada temporada i el que s'hi troba és tot bo i saludable.

Com les tomates, que han estat plantades entre abril i primers de maig i en podrem gaudir al juliol, per St. Jaume.

Les cebes, plantades a l'octubre i els alls també, amb la lluna vella, que els podrem collir per St. Joan. Les mongetes tendres, que es van

plantar per Setmana Santa i les podrem començar a collir a mitjans de Juny i ... fins que en vulguem fesols (mongeta seca per menjar o per llavor).

El regal de l'estiu, les síndries i els melons, que s'han plantat a mitjans del mes d'abril i els delectarem a l'agost.

Les patates, que no es treuen de sota terra fins que la mata està seca, plantades al març amb la lluna vella, les collirem entre juny i juliol amb la lluna nova per evitar que «plorin» i es facin malbé durant l'any, tot i les pólvores per conservar-les.

Trobarem també les flors: les carxofes, que les vam plantar a l'octubre per collir-les entre el maig i el juny. Les mates de les carxofes no es moren després de la primera collita i són productives dos o tres anys. Durant tot l'any, trobarem enciam «maravilla» que es va sembrant a mesura que s'esgota, s'espiga o fa massa fred o massa calor.

A l'hort del senyor Joan al mes de Juny s'hi pot trobar això i més, fins i tot al sr Joan, que si no hi feineja, hi fa la migdiada sota l'ombra de la figuera. ■

REMEIS NATURALS

per: TRANSITO VILLANUEVA
OLI D'ÀRNICA



Aquesta recepta és profitosa per a molts petits problemes.

Les propietats de l'arnica no tenen límits i aquesta recepta la podem aplicar a cremades típiques de la cuina, accidents domèstics, o també petites ferides com ara rasca-des, ja que ajuda a cicatritzar.

INGREDIENTS:

- ÀRNICA MONTANA L
- OLI D'OLIVA VERGE
- POT DE VIDRE DE CONSERVA AMB TAPA

Es cull l'arnica quan està a mig granar la flor, es talla a bocins petits, s'incorpora a l'oli i es deixa reposar dins de casa (un lloc sec) durant dos mesos per tal de que l'oli pugui absorbir totes les propietats de la planta.

Quan ha passat el temps establert l'oli ja està llest per ser utilitzat. ■

©Creació



"DECRET LEGISLATIU 2/2003, de 28 d'abril, pel qual s'aprova el Text refós de la Llei municipal i de règim local de Catalunya,
Article 170, Dels regidors i grups municipals.

170.2 El ple de l'ajuntament ha de garantir la participació dels regidors i dels grups municipals en els òrgans d'informació i difusió municipal,(...) les publicacions i els butlletins editats per l'ajuntament."

BELL-LLOC ES MOU ACORD MUNICIPAL



Des de l'anterior número de la revista hem dut a terme innovacions i plantejaments diferents que, poc a poc, van canviant les coses, esperem i aquesta és la nostra intenció, cap a millor.

Hem aconseguit el Segell Infoparticipa el qual ens declara com un dels ajuntaments més transparents de la província de Lleida ja que només Lleida i nosaltres el tenim i, al Pla d'Urgell, som els únics.

A les piscines hem marcat una divisió entre el bar i les piscines en sí. Per tal de que hi hagi una bona gestió, necessitem que siguin professionals preparats els que efectuin les seves feines, per tant, el control del clor (per exemple) serà efectuat per un professional i el bar continua funcionant igual.

Estem treballant en dos projectes que tindran una gran repercussió per a tot el poble i en tots els nivells, el Pla Local de Joventut i la Ordenança de Participació. Ambdós s'estan gestant amb la participació de diferents associacions del poble i amb una comissió.

Aquestes actuacions no tenen presència física i, per tant, pot ser que passin desapercebudes i és per aquest motiu que creiem adequat fer-ne esment aquí ja que tenen una repercussió molt important per als nostres veïns. ■

GRUP MUNICIPAL CDC BELL-LLOC



PARTIT POPULAR



SECCIÓ DE CUINA,

Us recordem que és una secció oberta a tothom i pensada per compartir les vostres propostes culinàries amb el veïnat. Us animem a col·laborar amb les vostres receptes, que podeu enviar al correu ncastells@bell-lloc.cat, o portar-les directament a l'Ajuntament.

Gràcies i que vagi de gust!

RECEPTA: POSTRES DE LLET I SUC DE TARONJA



INGREDIENTS:

- 1/2 l. de llet
- 1/2 l. suc de taronja
- 4 cullerades de maizena
- 4 cullerades de sucre

PER GUARNIR

- fruita del temps
- xocolata

PREPARACIÓ:

En un recipient escal-fem el mig litre de llet i hi afegim 2 cullerades de sucre i 2 de maizena, remenant-ho bé. Quan arrenqui el bull ho retirem del foc i ho deixem reposar.

En un altre recipient, escalfem el mig litre de suc de taronja, 2 cullerades de sucre i 2 de maizena sense que arribi a bullir.

El retirem del foc. Deixarem refredar i espessir les dues mesclures. Després en un bol hi afegim dos dits de la barreja de llet, maizena i sucre, i a culleradetes afegim part de la barreja del suc de taronja pel damunt sense que es barregi amb la llet.

Per damunt ho podem decorar amb fruita, nata, xocolata, fruits secs al gust del consumidor.

Ho deixem a la nevera unes hores i ja es pot servir i gaudir d'unes postres refrescants i saludables.

Samira Inssani



©Creació

MARIDATGE DE VI

per ÀLEX BÒRIA

ELECCIÓ DEL VI

El factor temps és molt important per a poder prendre la decisió adequada. Normalment, quan les temperatures augmenten el cos ens demana més vins frescos blancs, rosats, escumosos o inclús, vins negres joves i afruitats.

Això, és degut a que són vins d'un consum més fresc i alguns de consum més ràpid, ja que no tenen criança i acompanyen molt bé els plats lleugers o típics de l'estiu.

Pel que fa als plats lleugers d'estiu elaborats al restaurant, trobem l'Amanida d'Escabetx-sardina, tonyina, perdiu, musclos i pollastre-.

En aquest cas, podríem dir que el vi ideal per acompanyar-la seria un vi blanc sense



636 21 30 70

Miquel Bosch

taximiquel@gmail.com



taxi Bell-lloc

fusta, ja que l'amanida és pujada en acidesa.

Tot i això, també hi quedaria bé algun cava de bombolla petita o un fino de Sanlúcar, perquè aquest funciona bastant bé amb l'acidesa cítrica.

Curiosament, les cerveses també tenen afinitat en algunes amanides, com per exemple l'inèdit d'Estrella Damm, una de les més sorprenents. Cal destacar també l'amanida de tomata i sardines, on la millor opció per acompanyar-la seria un vi negre jove o un vi rosat.

L'elecció és deguda perquè les sardines tenen un alt contingut en greixos i això fa que tinguem una sensació d'Umami a la boca molt agradable.

També podem esmentar el Gaspatxo, on s'adiu molt bé un vi rosat aromàtic o bé un vi negre amb molta personalitat, ja que incrementa el sabor de la tomata.



Per a un plat de sushi ens decantaríem per un vi blanc que fos fresc, afruitat i aromàtic alhora. Un gran vi que elabora el celler Gramona i que hi quedaria bastant bé és el Gessamí.



Per acabar, podríem parlar d'un postre ben dolç: textures de xocolata. En aquest cas l'acompanyaríem amb un vi dolç macerat amb pells de taronja, ja que s'entén molt bé amb la xocolata. ■

X PREMI D'IL·LUSTRACIÓ I POESIA

EL SOL DEL PLA

El dissabte 16 d'abril de 2016 es va celebrar el lliurament dels premis del X Premi de poesia i d'il·lustració de poesia El sol del Pla, a la sala d'actes del Consell Comarcal del Pla d'Urgell.

Aquest premi s'otorga dins del marc de les Activitats de Dinàmica Educativa Comarcal, amb la col·laboració del Consell Comarcal del Pla d'Urgell i el Servei Educatiu del Pla d'Urgell.



El Bell-lloqui Iago Vázquez Urbano va estar guardonat amb el 1er premi d'il·lustració en la categoria D, de nois i noies de 1er i 2on d'ESO, amb l'obra El Rellotge. ■

SERIGRAFÍQUES

Sant Jordi, 34 / serigrafiques@serigrafiques.cat
Bell-lloc d'Urgell (Catalonia)

Serigrafia:
Samarretes
Adhesius
Sinòptics

Retolació:
Vehicles
Establiments

Senyalització:
Seguretat:
Interior
Exterior

Impressió digital:
Fotografia
Roll up
Aparadors
Vehicles
Cartelleria

EVELIO COLLADO GÓMEZ

UNA VIDA VINCULADA A L'ESPORT

L'Evelio és un senyor d'allò més popular a la localitat de Bell-lloc.

Quan pensem en ell, ràpid el relacionem amb l'esport, doncs hi està vinculat d'una manera especial, n'és un gran amant i "va tenir la sort", com diu ell, d'estar-hi vinculat a nivell laboral, encarregant-se del Pavelló Municipal durant 12 anys, convertint així la seva afició en la seva feina.

Molts el tenim present, animant els equips locals de futbol, al camp, i els de bàsquet i hoquei, a la Sala de la Cultural. I a més, va ser entrenador dels juvenils de Club de Futbol Bell-lloc i jugador dels sènior.

Tan gran és la seva passió que el segon diumenge que vivia a Bell-lloc ja va fitxar per l'equip de futbol de la localitat. El té ben present aquell primer partit que van disputar contra el Bellpuig, guanyant 2 a 1 i marcant el gol de la victòria. Tota la seva vida ha estat i està relacionada amb l'esport, i actualment, amb 75 anys, cada dia surt a fer una bona caminada pel terme, una afició que el manté àgil i jove.

L'Evelio va nèixer el 1941 a la localitat de Villalgordo del Júcar, a Albacete, va venir de vacances a Bell-lloc el maig de 1962, per visitar a la seva germana Reme i el seu cunyat Juan José que treballava a la Renfe. Li va agradar tant el poble que va decidir establir-hi la seva residència. Una tarda de diumenge, al ball que feien a la pista del Fideuer, va conèixer l'Elena, amb qui es va casar i van tenir dos fills, l'Eduardo i el Ramon.

Ara són avis de quatre nétes.

Els primers setze anys al poble, l'Evelio treballava de paleta amb el sr. Domingo Bargalló. Després va fer de muntador de mobles, durant catorze anys, a la fàbrica Daicar Mobil i el 1993 va passar a fer-se càrrec del, llavors, recent inaugu-

es va guanyar l'estima d'esportistes, acompanyants i aficionats.

Ens explica, que van ser uns anys molt bons per tot l'esport local.

Recorda que el Club Patí tenia un equip que jugava a Primera Naci-



©Creació

rant Pavelló Municipal, tenint cura també dels arbres de les noves instal·lacions escolars, i del camp de futbol. A més, amb la seva família, regentaven el bar del Pavelló. Era el primer d'arribar i l'últim de marxar, content amb la seva feina perquè li agrada l'esport, té bon caràcter i és canaller.

Sempre va treballar amb dedicació, "com si fos seu", i amb la seva personalitat extravertida i amable, ràpid

onal i els caps de setmana venien autocars de tot l'estat.

Guarda un molt bon record d'aquella època, "me lo pasé muy bien, de los mejores años de mi vida", d'una vida, vinculada a l'esport.

Des d'aquestes pàgines volem donar-li les gràcies pel seu bon servei i per aquesta energia positiva que el caracteritza; i felicitar-lo per seva trajectòria personal i professional. ■



290€/mes MOLLERUSSA

PIS NOU
2 dormitoris, pàrquing i traster
·LLOGUER·



desde
45,900€
MOLLERUSSA

PISOS NOUS a ESTRENAR.
amb plaça d'aparcament i
traster. Ideals per Inversors.
·VENDA·



75,000€ PUIGGRÓS

TORRE. 3 dormitoris, cuina,
menjador, bany, garatge i ma-
gatzem. 3 hectàrees i bassa
d'aigua per al reg ·VENDA·



PREU A CONSULTAR
BELLVÍS

NAU de 600m² sobre terreny
de 3.455m². Llum, aigua i
calefacció, 2 despatxos,
vestuaris i alarma ·LLOGUER·



**POSA TU
EL PREU**
BELL-LLOC

PIS amb GARATGE individual.
Finançament 100%.
3 dormitoris, 2 banys, renta-
dor, terrassa i traster ·VENDA·



**POSA TU
EL PREU**
BELL-LLOC

2 SOLARS URBANS
per entremitgeres,
superfície 1.808m²
·VENDA·



90,000€
TORREGROSSA

CASA amb 2 pisos
independents, garatge, golfes,
terrasa i pati
·VENDA·



143,000€ SIDAMON

CASA SEMINOVA amb garatge,
jardí, 3 dormitoris i 3 banys.
·VENDA·

XALET NOU i XAMFRANER
Parcel·la de 832,35m².
Totalment exterior.
d'estil rústic molt modern ·VENDA·

295.000€
BELL-LLOC



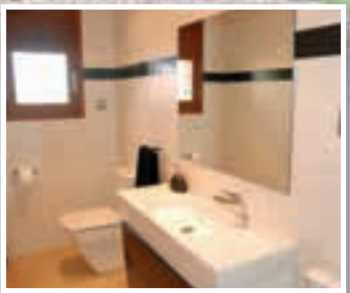
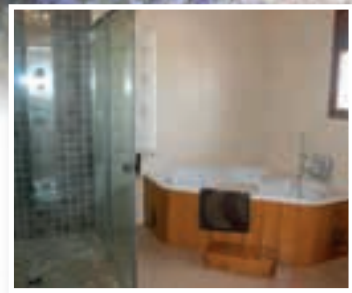
100,000€
BORGES BLANQUES

CASA totalment REFORMADA
al centre, garatge,
3 dormitoris, sala polivalent
·VENDA·

25,000€
MOLLERUSSA



PIS amb 2 dormitoris, cuina,
menjador i bany complet
reformat
·VENDA·



vidal serveis
IMMOBILIÀRIA

Ferrer i Busquets, 1 · 25230 MOLLERUSSA

973 711 714
www.vidalserveis.com