



Roques Roies

BUTLLETÍ MUNICIPAL LA POBLA DE SEGUR

NÚM 14. MAIG 2020

EN PORTADA

La Pobla és el poble del Pallars amb més infectats per la COVID-19



EL REPORTATGE

Josep Cubiló, el poblatà supervivent de Mauthausen



NOTÍCIES

Èxit de les 12h d'esport virtual

Amb l'objectiu de recaptar fons per a la campanya #joemcorono, l'Ajuntament va organitzar una jornada de 12 hores virtuals d'esport a través d'Instagram i Youtube.

El Vianda s'ajorna a la tardor

El nou festival poblatà, que tenia com a protagonista la gastronomia pallaresa i s'havia de celebrar el dia 2 de maig. De moment, a causa del coronavirus, s'ha aplaçat fins el 26 de setembre, pendent de les mesures de desconfinament.

Trivial poblatà per l'economia local

El consistori proposa un joc a través d'Instagram amb 15 preguntes sobre la Pobla per repartir 175 vals de 20€ per gastar a comerços i serveis locals.

Caramelles 2.0 per celebrar la Pasqua

L'associació de Caramelles organitza una cantada virtual que va ser seguida per centenars de persones des de Youtube.

El Sota l'Arbre de les Roques Roies

PANDÈMIA.-El PSC de la Pobla vol enviar el seu condol a totes les persones que han patit la mort d'un familiar o un amic i el nostre suport a totes les que estan encara malaltes. S'ha dit - i amb raó- que l'estat d'alarma es va decretar tard, ja que es va fer el 15 de març. Tot i que l'Hospital del Pallars el 10 de març publicà un avís sobre mesures d'higiene, no va ser obstacle per realitzar reunions multitudinàries, el 29 de febrer a Perpignan, el 7 de març, l'olimpiada Flamicell i el 8 de març manifestacions al carrer arreu. Des de l'ajuntament i, en general, els polítics tampoc no hem estat prou encertats. Com a proves, la confusió de no haver tractat el tema ni al ple del 13 de març ni en una reunió posterior al ple. A més, augmenta el desconcert quan es publicita un dia "si t'estimes Pobla, no vinguis a veure'ns" i un altre es diu a la ràdio que es comprensible que vinguin a la Pobla perquè s'hi viu bé; demanar que els empresaris no reprenguin les seves activitats en acabar la Setmana Santa, però posar la brigada a treballar.

En el moment d'escriure aquestes línies tenim a la Pobla 73 infectats i 14 morts. La culpa no és de ningú, però el que vivim és prou greu com per treure'n tots plegats conclusions de cara al futur. La primera sobre les residències per a la gent gran. Caldrà canviar el tipus de gestió a una altra més segura. Ressaltar com estem de satisfets que la residència Verge de Ribera sigui lliure de Covid-19. Hem de felicitar, també, a tots els que aquests dies han donat un cop de mà: a la UME, que va venir gràcies a la gestió del nostre portaveu municipal, als agents rurals per la desinfecció del Centre Geriàtric i dels carrers, als voluntaris, a la gent de les Caramelles, als que han fet activitats virtuals pel Sant Jordi... Gràcies a tots per ajudar a viure com el poble que som i a gaudir de la calidesa de les relacions humanes.

RESIDÈNCIA VERGE DE RIBERA.-Vagi per endavant el nostre reconeixement a la tasca que està realitzant el personal sanitari i sociosanitari amb uns mitjans materials i de personal, minvats per les retallades d'aquests darrers anys. En aquest sentit ens felicitem que la Residència Verge de Ribera està aconseguint mantenir-se aliena als contagis de Covid-19. Aquesta bona notícia ens ha d'esperonar per prioritzar aquesta institució tan ben valorada entre les veïnes i les veïns de la Pobla: hem de millorar i agilitzar la seva gestió. A tall d'exemple, tenim uns estatuts obsolets que, entre d'altres coses, permeten que persones i institucions alienes al municipi

pi tinguin veu i vot en la gestió i en uns pressupostos als quals no fan cap mena d'aportació econòmica. Hem de preparar un projecte de rehabilitació integral de la part vella, i a mitjà i llarg termini, preveure una ampliació, incloent-hi noves modalitats assistencials, com podrien ser els apartaments tutelats per a la gent gran.

PRESSUPOSTOS 2020.-El nostre Grup va rebre un esbós de pressupost per part de l'alcalde. Donades les circumstàncies creiem que aquest serà diferent al proposat, ja que haurà d'incidir a pal·liar les necessitats, problemes i carències que la pandèmia que estem sofrint ja posa de manifest en aquests moments. Molta gent precisarà d'ajuda i és en això que creiem que s'hauran de dedicar tots els nostres esforços i així proposarem crear una partida de fons extraordinaris d'urgència social i econòmica. Una vegada superada aquesta primera fase de crisi, tenim clar quines haurien de ser les inversions prioritàries i seguidament n'enumerarem unes quantes: Pla Director de l'Aigua, continuació del mur de la Riba, creació de nous aparcaments, rehabilitació part vella de la Residència i adquisició del cinema Avenida. Que alguns d'aquests projectes siguin a mitjà o llarg termini, no vol dir que es deixin de fer actuacions urgents com per exemple, reparar el camí de la Riba o el manteniment de carrers. Dissentim clarament en algunes de les propostes que fa l'Alcaldia en relació a una inversió d'una canonada de conducció d'aigües propietat de l'Ajuntament, quan n'hi ha un altra que fa idèntic servei i que la reparació ha d'anar a càrrec de la companyia concessionària. Tampoc veiem clara la inversió en un ascensor per la Pedrera. Constatem d'altres qüestions millorables en aquest projecte de pressupost que, si tira endavant, tractarem que es tinguin en compte. Us anirem informant al respecte.

NECROLÒGICA.- El passat dia 14 de març va morir, després de patir una llarga malaltia, el company i amic JOSEP MARIA ETXALAR COLOM, que en pau descansi. Va ser regidor de la Pobla en el nostre grup municipal, des d'on va treballar per fer un poble millor. Des d'aquí reiterem el nostre condol a tota la seva família.

GRUP MUNICIPAL DEL PSC



L'EQUIP Alba Alegret, Anna Arnalot, Josep Calvet, Tomàs G. Espot, Ramon E. Guimó, Cristina Ferrer, Montse Ferrer, Joan Llimiñana, Guillem Surribas

DIPÒSIT LEGAL L 62-2017

Els conceptes i opinions expressats en els articles d'aquest butlletí no representen necessàriament l'opinió de l'equip redactor.


Diputació de Lleida

 INSTITUT
D'ESTUDIS
ILERDENCs

La Pobla es converteix en un dels pobles de Catalunya més afectats pel coronavirus

Amb 80 casos, l'àrea bàsica de salut de la Pobla se situa com la segona amb més casos positius per cada 10.000 hab a Catalunya i acumula dos terços dels casos diagnosticats a tot el Pallars Jussà



Alba Alegret

El brot de coronavirus a la Pobla, amb 75 casos positius, ha estat el més important del Pallars i de Catalunya durant els mesos de març i abril. Les morts a la Pobla durant aquests mesos s'han duplicat respecte les dades d'altres anys. El brot s'ha concentrat al Centre Geriàtric del Pirineu, amb 40 casos positius i 13 morts, segons dades de Pallars Digital. Pel que fa a l'origen del brot a la residència, Ramon Mitjana, metge del Centre i del CAP de la Pobla apunta, en una entrevista a ràdio Tremp, que possiblement fos un treballador del centre que no presentava simptomatologia, i que, per tant, no va ser aïllat. Per aquest motiu, sumat al creixement exponencial del contagi i a la seva agressivitat amb els pacients geriàtrics, la Covid-19 va expandir-se tan ràpid al centre.

El primer cas de coronavirus al centre es va detectar el dimecres 17 de març a una pacient de 80 anys, amb bona qualitat de vida que presentava un quadre de febre, dificultat respiratòria i taquicàrdies. Després de traslladar-la a l'Hospital Comarcal, es va confirmar que havia donat positiu en Covid-19. A partir d'aleshores el centre va dur a terme canvis organitzatius i va extreure mesures de seguretat, però, tot i així el dissabte al matí es van detectar 13 padrins amb febre i, posteriorment, tots van donar positiu. Una setmana després, efectius del Grup Sanitari de l'exèrcit espanyol procedents de Saragossa van dur a terme treballs de desinfecció al Centre Geriàtric del Pirineu amb l'objectiu de pal·liar una mica la situació, que encara no havia arribat al pic de contagis. El fet que el centre s'hagi vist tan afectat pel virus l'ha portat a ser una de les residències que participen en l'assaig clínic que dirigeix el doctor i epidemiòleg Oriol Mitjà. L'objectiu

de l'estudi és disminuir la incidència de noves infeccions i reduir la transmissió del coronavirus. Això es farà avaluant l'eficàcia de la hidroxicloroquina, un medicament habitualment utilitzat per a la prevenció i el tractament de certs tipus de malària. El medicament s'ha aplicat en 11 persones -entre usuaris i personal de la residència- que han estat en contacte amb residents que han donat positiu per Covid-19. El brot del centre geriàtric ja estava sota control a mitjans d'abril.

Mesures preventives

Pel que fa a les mesures de prevenció o desinfecció a la població en general, els efectius del GEPIF dels agents rurals van realitzar una desinfecció dels carrers i els punts amb més afluència de persones de la Pobla a finals de març i la brigada municipal neteja els carrers amb aigua i lleixiu cada dia. També, el departament d'Afers Socials i Família va proporcionar la desinfecció preventiva, a principis d'abril, de la Residència Nostra Senyora de Ribera, on no s'ha detectat cap cas. A més, els serveis municipals netegen diàriament la zona del pati, així com la dels carrers adjacents.

Ciutadania organitzada

La pandèmia del coronavirus ha generat també iniciatives solidàries entre la ciutadania i, possiblement, aquesta és la part més positiva de la crisi. D'una banda, s'ha posat en marxa una xarxa de suport mutu per ajudar les persones més vulnerables, amb més de 40 persones voluntàries i des d'on s'han atès més de 30 casos. De l'altra, un grup de dones han cosit més de 1.000 mascaretes casolanes per abastir els poblatans i les poblatanes.

Èxit de les 12 hores d'esport virtual

El dissabte 18 d'abril, la Pobla va gaudir de 12 hores d'esport consecutiu virtuals, una iniciativa que va tenir 1.900 visualitzacions i que va aconseguir un donatiu de 2.000€ per part de l'Ajuntament a la campanya #joemcorono. Totes les activitats les van dur a terme, voluntàriament, professionals esportius de la Pobla o vinculats al municipi i les podeu trobar als nostres canals d'Instagram o Youtube. Aquesta és una iniciativa dels pressupostos participatius de joventut de l'any 2019 que s'havia de realitzar aquest mes d'abril i que, donada la situació actual, l'Ajuntament ha decidit reconvertir-la en una jornada solidària virtual. La participació a totes les activitats va ser molt gran i, per aquest motiu, l'ajuntament va augmentar en 500€ més el donatiu.



Celebrem el Sant Jordi a les xarxes

Aquest 23 d'abril no vam poder sortir al carrer a celebrar Sant Jordi i, per aquest motiu, des de l'Ajuntament i Alba Jussà vam posar en marxa una diada virtual. Aquesta va ser retransmesa a través d'Instagram i proposava activitats com un contacontes, la presentació del llibre "La noia de les ovelles pigallades" de la poblatana Laura Gordó o el taller "Fes i menja't la teva rosa de Sant Jordi". A més, els carrers es van omplir de música amb les cançons de Sant Jordi i la versió de la Mari Martí i el Pere Costa de la cançó "Tot anirà bé" de Joan Dausà. Prèviament a la diada es va dur a terme un concurs consistent a endevinar el títol d'un conegut llibre. La diada va ser tot un èxit, gràcies a la vostra participació i a l'ajuda desinteressada de tots els col·laboradors que van fer possible que, des del confinament, poguéssim celebrar la diada de sant Jordi.

Trivial per afavorir l'economia local

Davant la necessitat d'impulsar el teixit econòmic local que s'ha vist greument afectat per la crisi del coronavirus, en tots els seus diferents àmbits, l'Ajuntament ha impulsat un seguit de mesures en el seu conjunt i des de les diferents regidories. Entre aquestes, s'ha dut a terme una acció a través d'Instagram amb l'objectiu de donar suport al teixit empresarial poblatà. Es tracta d'un trivial poblatà de 15 preguntes que premiava les persones que encertaven 13 o més preguntes amb un val descompte de 20€ per gastar a comerços i serveis de la Pobla durant els mesos de juliol i agost. Aquesta acció s'ha dut a terme coordinadament per les regidories de cultura i promoció econòmica i s'hi han destinat 3.500€ de les activitats culturals anul·lades, repartits el 175 vals.

S'ajorna el Vianda, el nou festival poblatà

Havia de ser el 2 de maig, però finalment se celebrarà el 26 de setembre. Serà Vianda, el festival gastronòmic amb què l'Ajuntament de la Pobla vol impulsar i posar en valor les singularitats del teixit productiu, gastronòmic i cultural del municipi i de la comarca. El programa ja estava tancat. Informats del canvi, tots els participants han manifestat la seva comprensió i han confirmat la seva presència el proper mes de setembre. Vianda és un nou projecte que se celebrarà enguany per primer cop, i està configurat amb la voluntat de ser transversal, local i global: mercat, gastronomia, divulgació, espais d'experimentació i de gaudi, llocs d'aprenentatge i d'intercanvi de coneixements, cultura i valorització dels recursos del territori.



Aquest any, Caramelles 2.0

El diumenge de Pasqua és un dia assenyalat per als poblatans i les poblatanes, ja que des de bon matí passen pels carrers de la Pobla a entonar les cançons de Caramelles, una tradició molt arrelada que no es va aturar, tot i la pandèmia del COVID-19. Per poder dur a terme les caramelles 2.0, l'associació va demanar a tots els cantaires que es gravessin cantant Caramelles, per així poder crear el vídeo amb la cançó "Als peus del Pirineu". A més, durant el diumenge un cotxe va recórrer els carrers de la Pobla. D'aquesta manera, i des de casa la tradició no es va aturar i es va aconseguir que el dia fos especial per a tots els poblatans i les poblatanes.

S'ajorna la consulta pel canvi de nom del passeig Josep Borrell

A causa de la pandèmia del coronavirus, l'Ajuntament s'ha vist obligat a ajornar la consulta per decidir si es canvia el nom al passeig Josep Borrell, prevista pel passat diumenge 26 d'abril. La celebració de la consulta havia estat aprovada el passat 20 de febrer amb el suport dels set regidors d'Esquerra Republicana de Catalunya (ERC) i del de Junts per la Pobla (JxP), mentre que els tres edils socialistes van marxar del ple just abans de la votació. L'alcalde, Marc Baró, explica que així que puguem tornar a la normalitat se n'annunciarà la nova data.

Rècord de carrosses i comparses al Carnestoltes 2020

FOTONOTÍCIES



800 atletes participen a la 38a olimpíada Flamicell



La Pobla celebra el 8M



En homenatge a Josep Cubiló i Saurina, poblatà deportat al camp de concentració de Mauthausen



Josep Calvet i Bellera. Historiador

Durant els anys de la Segona Guerra Mundial, milers d'espanyols van ser deportats als camps de concentració establerts a Alemanya, a Àustria i als països de l'est d'Europa. Segons dades del Memorial Democràtic de la Generalitat de Catalunya, les deportacions als camps de concentració i extermini nazis va afectar a 15 persones nascudes al Pallars Jussà i a 19 més nascudes al Pallars Sobirà. Un d'aquests deportats va ser el poblatà Josep Cubiló i Saurina. El Josep, Pepito per la família, va néixer a la Pobla el 19 d'abril del 1918. Era el tercer fill del matrimoni format per Joan Cubiló i Llesui de Claverol i Josefina Saurina i Bataïlla de la Pobla. La família Cubiló Saurina vivia al número 21 del carrer de Darrera de l'Església. Josep tenia cinc germans, dos nois: Ramon i Joan (Juanito), i tres noies: Carmen, Pura i Hermínia.

Guerra civil i exili a França

En esclatar la Guerra Civil, Cubiló, igual que altres joves de la Pobla, va incorporar-se com a milicià al front de guerra i en acabar la contesa va fugir a França on va ser internat en un camp de presoners. Poc temps després, com molts nois espanyols compresos entre els 20 i

els 48 anys, va ser obligat per les autoritats franceses a realitzar prestacions equivalents al servei militar que feien els nois francesos. Va ser enrolat en la Quarta Companyia de Treballadors Estrangers que construïa obres de fortificació de les fronteres i campaments militars.



En el Ple Municipal del passat mes de febrer es va acordar, per unanimitat, organitzar un homenatge al senyor Josep Cubiló i sol·licitar la instal·lació d'una llamborda Stolperstein que, arreu d'Europa, recorden les cases on van néixer els deportats a camps d'exterminis nazis.

Després que França fos ocupada per l'exèrcit nazi, l'octubre de 1940, va ser detingut i traslladat a un stalag (camp de presoners de guerra) alemany ubicat prop de la ciutat de Sagan, avui territori polonès. Uns dies més tard va ser conduït a l'Stalag XII-D situat a Trier, prop de Luxemburg. on va coincidir amb el filòsof francès Jean Paul Sartre. Setmanes després, des de l'estació de ferrocarril d'aquesta ciutat, va ser enviat al camp de concentració de Mauthausen, a Àustria, formant part d'un comboi integrat per 775 presoners.

Mauthausen

Pepito Cubiló va arribar a Mauthausen el 25 de gener de 1941. Des d'aquell moment la seva identitat va ser esborrada i va passar a ser simplement un número de presoner. En el seu cas el presoner 4.469. Més de 7.000 espanyols van passar per aquest camp situat a la vora del Danubi, a pocs quilòmetres de

la ciutat de Linz, on Adolf Hitler havia estudiat el batxillerat.

El camp albergava una gran pedrera on Pepito Cubiló va treballar durant el seu captiveri. Hi ha constància que va patir diversos accidents que li van provocar lesions al maluc. Treballava transportant cargues que contenien trossos de pedra de grans dimensions. Va patir el terror i els cops de bastó dels caps de barraca, va veure com morien centenars de companys i intentava sobreviure com podia a aquesta crueltat.

L'alliberament

La seva llibertat va arribar el 5 de maig de l'any 1945. Més de quatre anys després del seu ingrés. Havia patit 52 mesos de fam, terror i treballs forçats en unes condicions inhumanes. Aquell dia, tropes nord-americanes van alliberar el camp. Només poc més de 200 dels 7.300 internats espanyols es mantenen vius.

Pepito, un home fort, que habitualment superava els 80 kg de pes, es trobava molt dèbil. En sortir del camp el seu pes rondava els 50 kg. Fou traslladat a París. A l'hotel Lutetia de la capital francesa va ser sotmès a reconeixements mèdics i va iniciar la seva recuperació física i emocional després de la terrible experiència que acabava de viure.

La vida després del camp

Després de ser donat d'alta, va conèixer una parisina, Huguette Lorouet, amb qui va començar una nova vida lluny de la capital de França. Tal com van fer molts exiliats, va instal·lar-se al departament de l'Arieja, prop del Principat d'Andorra i no molt lluny de la seva estimada Poble. Al petit poble d'Ausat va aconseguir feina a la fàbrica d'alumini Péchiney on també treballaven altres republicans espanyols. Anys després, el

1969, Cubiló va rebre una indemnització del govern francès per la seva deportació a Mauthausen i per les ferides patides durant els treballs forçats.

Cubiló mai va voler tornar a la Poble i a Espanya. Viatjava sovint a Andorra però tenia molta precaució de no creuar la frontera fet que, a ben segur, li podia reportar una immediata detenció. Malgrat la distància, mantenia els costums i les afeccions que havia adquirit durant la

seva joventut a la Poble: la pesca de truites en els rius del Pirineu francès i anar a buscar bolets. Després de la mort del seu pare l'any 1958, va aconseguir que la seva mare, Josefina Saurina, que patia una greu malaltia, pogués anar a viure amb ell a França. Josefina va morir a Ausat l'any 1960. Tal com succeïa amb molts dels deportats, a Cubiló no li

agradava parlar de la seva estada als camps nazis.

No explicava res. Aquest era un tema tabú. Els seus fills recorden que als anys seixanta va rebre la visita de dos historiadors francesos que preparaven un llibre memorial sobre la deportació i no va voler col·laborar-hi. No volia recordar. Josep Cubiló no va viure la mort de Franco i el retorn de les llibertats a Espanya. Va morir d'un tumor cerebral el 18 d'abril de 1972, un dia abans de complir els 54 anys. Molt jove. Pocs mesos després també va morir la seva esposa. Josep Cubiló i Saurina va ser l'únic poblatà que va passar per l'infern dels camps de la mort nazis. Va sobreviure'n. La seva història era desconeguda fins fa poc però el dret a la memòria ens demana, ens exigeix, rastrejar el passat per explicar-lo i recuperar la trajectòria de vida dels nostres avantpassats. Cal posar en valor històries com la seva perquè no restin en l'oblit.



Presoners republicans espanyols reben les forces americanes el 5 de maig del 1945, dia de l'alliberament Mauthausen-Gusen. GETTY IMAGES

Josep Cubiló, pres número 4.469

KL. MAUTHAUSEN T/O Nr. 157615

CUBILO-SAURINA, Jose,

19.4.1918, Poble de Segur, 4469,

Gen. Ort. Gen. Ort. Gen. Ort.

HAB. Pers. Karte ☐ Korrespondenz ☐ Dokumente: 7

HAB. Pers. Sogen ☐ Effektenkarte ☐ Inf. Kartenz ☐

Schreib. Karte ☒ Nummernkarte ☐ Blockkarte ☐ Revierkarte ☐ Krankenbüchlein ☐ Todesfallaufnahme ☒ Todesurteilung ☐ Sterbestunde ☐

Bemerkungen:

Umschlag Nr.:

Nr.	Nr.	Nome	Beruf	Geb.	St.	Arb. Umw.
4452	fr.	Reuter, Hans	Landwirt	1.4.14	ST	
4453	fr.	Reuter, Hans	Landwirt	15.2.14		
4454	fr.	Reuter, Hans	Landwirt	12.9.15		Schwarz 2.10.16
4455	fr.	Reuter, Hans	Landwirt	14.2.15		Schwarz 2.10.16
4456	fr.	Reuter, Hans	Landwirt	14.2.15		Schwarz 2.10.16
4457	fr.	Reuter, Hans	Landwirt	11.2.15		Schwarz 2.10.16
4458	fr.	Reuter, Hans	Landwirt	20.12.15		Schwarz 2.10.16
4459	fr.	Reuter, Hans	Landwirt	11.2.15		Schwarz 2.10.16
4460	fr.	Reuter, Hans	Landwirt	9.11.15		Schwarz 2.10.16
4461	fr.	Reuter, Hans	Landwirt	12.2.15		Schwarz 2.10.16
4462	fr.	Reuter, Hans	Landwirt	15.2.15		Schwarz 2.10.16
4463	fr.	Reuter, Hans	Landwirt	13.11.15		Schwarz 2.10.16
4464	fr.	Reuter, Hans	Landwirt	14.2.15		Schwarz 2.10.16
4465	fr.	Reuter, Hans	Landwirt	2.1.15	ST	Schwarz 2.10.16
4466	fr.	Reuter, Hans	Landwirt	11.2.15		Schwarz 2.10.16
4467	fr.	Reuter, Hans	Landwirt	10.12.15		Schwarz 2.10.16
4468	fr.	Reuter, Hans	Landwirt	11.2.15		Schwarz 2.10.16
4469	fr.	Cubilo-Saurina	Kraftfahrer	19.4.18		Schwarz 2.10.16

“La satisfacció més gran és ajudar els altres”

Parlem amb la Cèlia Cuña una naturòpata que, des de fa 21 anys, combina la seva feina en una botiga especialitzada i els tractaments amb teràpies naturals.

Cristina Ferrer i Guillem Surribas

Què és el que et va fer donar el pas a crear el teu negoci?

Des de petita que estic familiaritzada amb el tema de les plantes medicinals. Quan vaig marxar a estudiar educació Infantil, un dia va venir la parella de la meua companya de pis i es va posar a netejar el terra amb llimona, i més coses per l'estil, i em va fer tornar a despertar l'esperit que havia deixat apartat durant un temps. Vaig començar a buscar informació sobre la naturopatia. Jo encara vivia a Lleida, treballant com a mestra d'educació física, fins que em vaig adonar que no era el que realment volia fer. I, doncs, vaig decidir tirar més cap el món de medicina alternativa i vaig prendre la decisió de tornar cap a la Pobla. Aquí ja m'havien ofert feina en una llibreria... Va ser llavors que vaig començar a moure el meu projecte. I mentre treballava a la llibreria m'anava formant en naturopatia, anava a fires, fins que vaig fer el pas, el 1999, de muntar el meu propi negoci.

I tu recomanaries a la gent que s'animés i engegés el seu propi negoci com tu vas fer?

Sí que recomanaria que fes el pas, però només a la gent que vol fer allò que li agrada, perquè tot plegat és molt complicat i encara més tal com està anant el món actualment. Però fer allò que t'agrada i gaudir de la teua feina crec que aporta felicitat. El pitjor enemic que tenim és la por. S'ha de pensar que et passaràs moltes hores de la teua vida fent realitat el teu projecte i, si de veritat hi creus i en tens ganes, al final les coses acaben sortint bé. Però es necessiten ganes i esforç.

Per tant, el que tu fas, t'agrada, oi?

Sí, m'agrada molt. I el fet de poder ajudar la gent és una satisfacció que t'emportes. Al final, no ens enganyem, treballem per guanyar uns diners per poder viure. Però el fet de veure que un client o una clienta està millor, per a mi això és una felicitat.

Quins tipus de productes vens a la teua botiga?

Venc productes naturals. Des de cosmètica natural a menjar ecològic, i molts tipus d'olis. De fet, el que m'apassiona més, i que potser va ser la raó que em va portar a treballar en teràpia natural, va ser l'aromateràpia. A banda d'utilitzar-la en les teràpies, també me l'aplico

directament a mi: tinc psoriasi, un problema de pell, i gràcies al que he estat fent, puc dir que funciona. No és que es curi del tot, perquè és una malaltia que no es pot curar, però realment és com si no en tingués, i tot gràcies als productes i al fet de dur una vida saludable.

I, a part de tenir la botiga, fas altres activitats?

Sí. Realment, la meua feina és com a terapeuta. La botiga és més aviat un complement. Tot i que va ser el que em va obrir el pas a tot aquest món, el que realment m'apassiona són les teràpies. Em dedico a la teràpia manual, soc naturòpata, també faig visites per a patologies, dietes i altres coses. I des del 2006 que vaig fer aiurveda, estic tirant un altre projecte endavant, que és el ioga i el mindfulness.



En els darrers anys, amb l'increment de la tendència de l'eco, de proximitat... has notat un augment de la preocupació?

Amb volum no s'ha notat gaire. S'ha diversificat, hi ha més gent treballant en aquest sector. Quan vaig començar era la primera dietètica, era com un “bitxo raro”. Hi havia molt desconeixement, i ara hi ha molta més consciència tant amb l'alimentació com de la cura d'un mateix: mental i emocional. Crec que hem recuperat l'herència dels padrins, que jo

havia viscut i que mantinc.

Quins consells donaries per portar una vida saludable?

Recomanaria sobretot portar un horari, és important. Matar i descansar mínim 7 hores és molt necessari per tindre energia. Això és bàsic, a partir d'aquí cal una alimentació saludable: la nostra, la mediterrània, que està molt bé, però és important que sigui variada i que hi hagi molt cru. Com que mengem massa proteïna animal, per poder-la digerir bé és necessari menjar verdura crua, o al vapor. Cal també reduir els refinats, tornar als orígens. Ara s'ha posat de moda l'eliminació dels sucres, l'excés de consum. El sucre és un bon conservant però no se n'ha de fer un consum excessiu. S'ha d'intentar que l'alimentació amb cereals sigui integral, per tenir una bona digestió, també beure líquids fora de les menjades, és important que ens hidratem. Finalment, no es pot oblidar l'activitat física, que és beneficiosa tant pel cos com per la ment. Amb anar a caminar per aquest país magnífic que tenim i que és gratis, n'hi ha prou. També és bo caminar descalços. Si fem això cada dia una mica guanyarem en qualitat de vida.

En aquesta sopa de lletres heu de trobar-hi el NOM DE 33 CARRERS I PLACES actuals de la Poble de Segur, sense preposicions ni articles. Podeu llegir-los en horitzontal, vertical o diagonal, al dret o al revés.

S	E	U	G	A	R	O	M	L	A	R	E	N	E	G	U	O	P
A	A	Y	S	T	R	O	F	A	C	O	R	I	R	E	F	E	C
V	F	N	P	A	I	S	O	S	C	A	T	A	L	A	N	S	O
O	G	A	T	S	O	G	N	O	C	J	I	A	P	P	U	F	S
N	O	R	P	M	A	D	R	I	D	R	Y	I	A	A	R	R	T
A	S	U	I	M	I	R	A	S	T	N	R	R	R	U	I	M	A
S	E	D	N	I	N	Q	F	S	U	I	E	O	B	C	A	I	P
A	S	R	T	C	D	E	U	L	N	R	P	J	R	L	V	S	E
C	A	O	O	O	I	D	A	E	D	A	S	A	E	A	E	T	R
R	C	T	R	O	N	T	U	E	L	R	O	M	L	R	R	A	A
O	L	C	V	I	A	S	P	L	E	D	L	L	A	I	N	G	V
T	I	O	I	C	T	F	A	I	O	A	E	L	E	S	E	E	A
C	M	D	L	A	E	R	A	R	V	B	A	L	A	H	D	L	F
O	A	U	L	T	S	R	A	A	C	A	S	O	P	C	A	L	O
D	C	R	A	S	I	N	R	R	I	B	A	R	E	U	G	O	N
L	L	O	R	E	N	Ç	I	T	O	R	R	E	S	O	I	C	T

Solució al passatemps del número anterior

Horitzontals

1.- cedre – freixe. 2.- llorer – cirerer. 3.- eucaliptus. 4.- vern – ginebre.
5.- auró – arç blanc. 6.- pomera – boix. 7.- pollancre. 9.- pi. 10.- roure. 11.- teix. 12.- avellaner. 13.- savina. 14.- om – aranyoner. 15.- bedoll – salze. 16.- grèvol – perera.

Verticals

1.- lledoner. 3.- caquier. 5.- àlber. 6.- alzina. 7.- faig. 8.- tell. 9.- prunera. 10.- noguera. 11.- plàtan. 12.- avet – robínia.
Amb les lletres sobreres i en ordre podeu llegir el nom d'una vall del Sobirà: Vall Ferrera

Bunyols

Recepta de Mercè Font de casa Matavino de Burguet

GASTRONOMIA

Ingredients

Tres patates
Farina
Dos ous
Llet
Raspadura d'una llimona
Llevat

Elaboració

Es fiquen les tres patates a bullir i quan són cuites es xafen amb una forquilla. Un cop xafades s'hi posen els dos ous, una mica de llet i la raspadura d'una llimona. Es va remenant i s'hi va tirant la farina i el llevat. Hi haurà prou farina quan es faci caure una mica de massa i aquesta ho faci contínuament. Llavors es fregeixen i quan estan fregits es rebossen amb mel.





On ens pots trobar?

Un de cada dos dimecres a la Sala Anna Maria Janer a les 20h.

aarnalotmon@gmail.com

QUI SOM?

L'Associació Coral Verge de Ribera de la Pobla de Segur, fou creada l'any 1999 amb les finalitats de participar i difondre la música coral en el nostre municipi i arreu i, alhora, ser un vehicle de cohesió i d'integració social mitjançant el cant coral. Actualment la dirigeix Maria José Martí Peropadre (Saragossa 1974). Amb estudis d'Harmonia, solfeig i veu de música moderna i jazz per l'Aula de Jazz de Barcelona, subscrita al Conservatori del Liceu, també és diplomada en Logopèdia. Des de fa tres anys, la Coral Verge de Ribera col·labora estretament amb la Coral Vall Fosca realitzant assajos i actuacions conjuntament sota el nom de Veus del Pallars. La unió de les dues corals del Pallars Jussà ha propiciat que es duguin a terme una sèrie d'accions al territori català i fora del territori. En concret el projecte consisteix en un calendari d'intercanvis i actuacions, tots amb l'objectiu principal de promoure la música i el cant coral, i donar a conèixer el territori que representem.

QUÈ FEM?

En els darrers anys han participat en intercanvis amb altres corals i també es va participar al Festival del Romànic i dels Castells de Frontera a l'església romànica de Covet. En l'àmbit internacional, s'han dut a terme dues accions importants. L'any 2018 a Lisboa i el 2019 a Praga, a través de l'organització On Stage, a càrrec d'INTERKULTUR. Els assajos de la Coral tenen lloc un dia a la setmana a la Pobla i a la Pobleta, amb un repertori variat que barreja estils diferents i que inclou tant peces més clàssiques com altres contemporànies més modernes. Doncs ja ho sabeu, la coral està sempre oberta a tothom que hi vulgui participar, sense límit d'edat i sense experiència musical prèvia, solament cal que tingueu ganes de cantar!



Instagram

#lapobladesegur

#lapobladesdecasa



@calportale



@joanllimi



@pivial



@xavierperruquer



@carlaarilla



@oriol_gac

D'un lloc que és molt més que un camp de futbol

Tomàs Garcia-Espot

ARA FA 100 ANYS...

La vida als pobles i ciutats sol girar entorn de les places i els carrers, punts de referència on es genera la vida social dels seus habitants. A part d'aquests llocs, la Pobla també ha tingut un altre punt neuràlgic importantíssim: el camp de futbol. I és que aquest tros de terra dins del Parc Alcalde Boixareu ha sigut durant molts anys un punt de referència per a les poblatanes i els poblatans. Primer, evidentment, com a terreny de joc on el C.F. Pobla ha jugat com a local des del dia de la seva inauguració, el 29 de setembre de 1935. També, des del 1982, pista d'atletisme per on han passat milers d'atletes durant l'Olimpíada Flamisell.

Fora del terreny esportiu, el camp també ha fet possible que al poble es poguessin realitzar esdeveniments de més magnitud: concerts, dinars, festes majors... Però, sense cap mena de dubte, ha sigut un lloc del qual la majoria del jovent, alumnes de l'Escola Els Raiers o nens i caps de l'EPS tenim un gran record. Un lloc on hem crescut, caigut, après, cantat i divertit no cau mai en l'oblit, malgrat que la seva presència s'apagui d'aquí poc. Marxarà el camp i arribarà el nou parc, però sempre romandrà intacte l'esperit col·lectiu, les ganes de fer gresca i de reunir-nos que tant ens caracteritza.

Tanmateix, no convé oblidar que al poble encara hi queden altres indrets emblemàtics: la Pedrera, el Daldo, la plaça de l'Arbre, el Venedot, el passeig o l'Ajuntament. Espais, però, que hem de conservar i cuidar entre tots si volem que la Pobla segueixi tenint la vida d'un poble, que malgrat no ser capital, en té l'esperit, cosa que ha demostrat moltes vegades.



FOTODENÚNCIA

Gràcies per la teva foto de denúncia. De tots és sabut que les deposicions dels gossos és un tema que preocupa a molts habitants de la Pobla. Des de fa temps estem treballant en aquest tema i estem a punt d'acabar la redacció de l'Ordenança de Tinença d'Animals. Esperem tenir-la enllestida durant aquest mes de maig, poder-la passar a Ple Municipal i que entri en vigència tot seguit.

L'equip de Govern

Aquestes fotos estan fetes la 1a setmana de confinament, al carrer Noguera. Nosaltres tancats a casa, els amos de les mascotes traient-les a passejar per fer les seves necessitats, que ja està bé, però sense recollir-les. Fastigós! En menys de cinquanta metres. Això, per desgràcia, a la Pobla ho veiem molt sovint. Els hauria de fer vergonya!

Hola, poblatans i poblatanes

Des de l'aparició de la COVID-19, els hàbits i costums de la nostra vida s'han vist alterats i restringits, i hem hagut d'introduir canvis importants que són del tot necessaris si volem afrontar tant la contenció del virus com el risc de contagi.

Cal que fem front comú davant la crisi amb responsabilitat social, de forma solidària i amb una necessària actitud de respecte i disciplina cap a les mesures i recomanacions sanitàries; i cap a les ordres i instruccions de confinament i de limitació d'activitats i de mobilitat, per tal de prevenir la propagació del virus.

Des de l'Ajuntament de la Poble ens hem posat al capdavant per gestionar adequadament aquesta crisi, perquè entenem que és la nostra responsabilitat i el nostre compromís com a servidors públics i perquè cal que donem resposta a les exigències i necessitats bàsiques dels nostres veïns/es, d'acord amb allò que exigeix la situació. Per tal d'estar el màxim d'informat de les accions que ja hem dut a terme, us remeto al web i a les xarxes socials de l'Ajuntament.

Des del mateix moment en què es va decretar l'Estat d'Alarma per part del Govern Central, l'Ajuntament de la Poble també va adoptar una sèrie de mesures de neteja i desinfecció; de tancament d'instal·lacions i equipaments municipals, es van anul·lar activitats programades; s'ha implementant el teletreball, s'ha intensificat l'atenció social i creat un cos de voluntariat d'ajuda per contribuir a combatre aquest estat d'emergència sanitària, i tenir cura de la salut i de les necessitats dels nostres veïns i veïnes, sobretot d'aquells col·lectius més vulnerables i de més risc.

I, per això, voldria insistir en algunes coses importants d'obligat compliment, si volem contenir el risc de contagi i vèncer el coronavirus: adopteu totes les mesures de seguretat i higiene que demanen les autoritats sanitàries, i quedeu-vos a casa. Sortiu, únicament, en els casos autoritzats i si és per causa de força major. Només d'aquesta forma us protegireu vosaltres i protegireu la

resta de les persones: la vostra família i els vostres veïns i veïnes.

És cert que una alteració de la nostra quotidianitat pot provocar certa incomoditat i sensació d'incertesa, però cal que ens hi adaptem pel bé comú, perquè els rebrotos poden condicionar la presa de decisions en un futur.

M'agradaria agrair en nom de tots i de totes, al personal del sector sociosanitari i al personal mèdic, la seva tasca de vegades poc reconeguda.

També, l'agraïment més sincer a tot el personal que treballa incansablement a la residència Verge de Ribera, que està fent una gran feina des d'una setmana abans que es dictaminés el decret d'Alarma.

Agrair a tots els treballadors i les treballadores municipals, que, malgrat les circumstàncies, s'esforcen a prestar els serveis essencials i buscar les maneres més eficients per adaptar-se

a les noves circumstàncies i maneres de treballar.

Però malgrat el que estem vivint avui, hem de pensar en el demà, comptant amb la implicació de tothom. Per tant, estem preparant ja l'escenari dels propers mesos, tot pensant en aquelles mesures i accions de futur que han d'incidir a pal·liar els efectes i l'impacte d'aquesta crisi. Bàsicament, les seves conseqüències socials i econòmiques, que afectaran el nostre teixit empresarial i la nostra societat.

Poblatanes i poblatans, en nom de l'Ajuntament, us dono, sincerament, les gràcies, per la vostra imprescindible col·laboració i us demano responsabilitat, confiança i comprensió, perquè tinc, hem de tenir tots i totes, l'absoluta esperança que la comunitat científica trobarà, ben aviat, aquella solució que ens permetrà, de nou, viure amb normalitat i plenitud.

Cuideu-vos, cuidem-nos.

Perquè tot anirà bé.

Marc Baró i Bernaduca
Alcalde de la Poble de Segur.

