

# maspujols.cat

Setembre de 2021 · Edició n. 41 · Revista quadrimestral d'informació local

Història  
TÈCNiques  
LLIGADES AL  
CAMP  
Pàg. 10

---

SERVEIS  
I OFICIS A  
MASPUJOLS  
(1a PART)  
Pàg. 18

---

Salut  
DONES,  
CONEIXEU  
REALMENT EL  
VOSTRE CICLE  
MENSTRUAL?  
Pàg. 34

---

Plastificats  
ESTRIS DE  
NETEJA:  
CARABASSA  
DE FREGALL I  
ESPART  
Pàg. 37

---

La recepta  
STEAK TÀRTAR  
Pàg. 43

---

Postres de casa  
PASTÍS  
DE POMA  
Pàg. 43

REPORTATGE

## ELS NOMS ANTICS DE LES CASES DE MASPUJOLS

Pàg. 22



# ROCABRUNA

OLI D'OLIVA VERGE EXTRA

100% ARBEQUINA



*L'orgull de la nostra terra*

- ✓ Venda d'oli i vi.
- ✓ Venda de productes fitosanitaris i adobs.
- ✓ Assegurances de tot tipus (Automòbil, llar, mèdiques,...).

Agent de:



arquia banca

Banca personal,  
Banca privada,  
Empreses,  
Comerços & Autònoms,  
Negoci agrari.

COOPERATIVA AGRÍCOLA "SANT ISIDRE" S.C.C.L.

© C. Sant Antoni, 21 - 43382 Maspujols (Tgn) ☎ 977 815 009 📠 977 815 009

# maspujols.cat

Setembre de 2021 · Edició n. 41 · Revista quadrimestral d'informació local

Actualitat .....	4
Entitats .....	5
Festa Major d'agost 2021 .....	8
Història	
Tècniques lligades al camp: Formiguers i forns de calç .....	10
Educació - Escola de Maspujols	
Projecte la riera .....	12
Educació - Institut Fontanelles	
Final de curs... les orles!!! .....	13
Educació - Escola bressol Els Caragolins .....	15
L'ajuntament informa .....	16
Col·laboració	
Serveis i oficis a Maspujols (1a part) .....	18
Entrevista	
Daniel Vilanova Bonet .....	21
Reportatge	
Els noms antics de les cases de Maspujols. ....	22
Col·laboració	
Contra la pandèmia, solidaritat! .....	28
Òptica jurídica	
La llei trans .....	29
El nostre entorn	
Ja les tenim a prop .....	30
Col·laboració	
85 anys de la desaparició i mort del nostre convilatà	
Esteve Mestres Llauredó .....	33
Salut	
Dones, coneixeu realment el vostre cicle menstrual? .....	34
La fotografia perduda .....	36
Plastificats	
Estris de neteja: Carabassa de fregall i espart .....	37
Grup tractor de la bona brossa de Maspujols	
Caçant residus .....	39
Vida social .....	40
Registre civil .....	41
La tira còmica .....	42
Cuina	
La recepta: Steak tàrtar .....	43
Postres de casa: Pastís de poma .....	43

## Editorial Consell de Redacció

A través de les pàgines de la revista ens hem entretingut a fer un repàs pels carrers del poble i recordar tots els renoms de les cases; ha estat un bon exercici i us convidem a fer-lo també vosaltres per conèixer una mica més la història de Maspujols.

Cert és que, amb el pas dels anys, l'ús dels renoms es va perdent. Les noves generacions ben pocs noms, renoms o malnoms de les cases, que veuen cada dia quan passen pels carrers, coneixen.

Amb aquesta revista volem revertir la tendència del desconeixement i us convidem a fer un bon recorregut pels carrers del nostre poble, mirant i remirant com s'ha conegut sempre aquella casa o aquella família. Segur que descobrireu que encara hi ha algunes persones que se les reconeix amb el renom de casa seva. Continuant en el regust pel passat, trobareu un article dedicat a antics serveis i oficis del poble; i encara un altre dedicat al coneixement de tècniques lligades al món agrari des de temps ancestrals.

En aquesta edició hi podreu veure les darreres novetats que han marcat l'actualitat de Maspujols, les activitats que han fet les nostres entitats i també els alumnes dels centres escolars, des dels més petits fins als de l'institut. Us convidem, una vegada més, a acompanyar-nos en la lectura dels articles que us presentem en aquest nou número de la revista, la número 41.

Amb la col·laboració de:



Diputació Tarragona

MASPUJOLS.CAT | Revista d'informació local de Maspujols | revistamaspujols.cat@gmail.com | DL: 1605/08

Consell de Redacció: Antònia Llauredó Llor, Mercè Domènech Sans, Carmina Llauredor Mas, Cristina Gros Parada, Rosa M. Español Barriach, Núria Samsó Salvat, Angel Balsells Virgili, Rosalia Anglès Vidal, Marta Balsells Llauredó, Pilar Llauredó Mas i David Fornos Español.

Col·laboradors: Julià Samsó Bonet, Gerard Cros Barenys, Carolina Matas Solà, Gemma Samsó Salvat, Elisabet Llauredó Ribé, Ramon Juanpere Trillo, Lluís Llauredó, Josep Bofarull Veciana, Núria Ferré Huguet i Josep M. Llauredó Llauredó.

Portada: David Fornos Español  
Correcció: Núria Samsó Salvat  
Maquetació i tancament: David Fornos Español  
Disseny original: Guillem Ramos Salvat

PUBLICITAT  
Marta Balsells Llauredó

PUNTS DE DISTRIBUCIÓ  
Cal Miravall, Oficina Bantierra, El Racó de l'Ermita, Cafeteria i Pastisseria Maspujols, Perruqueria M. Lourdes, Perruqueria M. Antonieta i Bar del Casal.

Edita: Edicions Maspujols.cat  
Impressió: Guindilla's Media  
Tirada: 500 exemplars  
Cost: 1€

Cada article és responsabilitat exclusiva del seu autor.



## GUANYADORS CATALANS DEL CONCURS DE L'ONCE

Els nens i nenes de la classe de Les farigoles de l'Escola de Maspujols han guanyat el primer premi de l'ONCE, a nivell autonòmic. La satisfacció del premi es va arrodonir amb uns inflables perquè tot el centre educatiu pogués gaudir de la celebració.

El premi va ser per al grup d'alumnes de 3r de primària de l'Escola de Maspujols, coordinat per la seva tutora Irene Jardim. Es van proclamar guanyadors catalans en la seva categoria del 37è Concurso Escolar del Grupo Social ONCE. La temàtica d'enguany anava relacionada amb l'ús responsable de les noves tecnologies i no un abús que pot comportar riscos i conseqüències no desitjades. El lema de la convocatòria ha estat "ConnexiON, AdicciOFF. Això no és un joc".

De la demarcació de Tarragona hi van participar 47 centres educatius, amb més de 5.000 escolars. I a la fase catalana hi van prendre part fins a 175 centres educatius.



## EL PORTA A PORTA ARRIBA AQUESTA TARDOR A MASPUJOLS

Aquesta tardor començaran a desaparèixer els contenidors dels carrers de Maspujols. En el seu lloc, i de manera totalment programada, els veïns i veïnes podran deixar a la porta de casa seva, en uns cubells identificats, la fracció que correspongui: orgànica, envàs lleugers, paper i cartró i la fracció més petita de totes, la resta.

S'habilitarà un punt d'emergència, amb identificador a la porta, per aquells que tinguin necessitats concretes, o per a la via comercial.



Amb el Porta a Porta, es pretén augmentar la recollida separada en fraccions fins al 85 %. Actualment estem al 42 %.

Quedaran els contenidors de vidre, oli i roba, i també els voluminosos i

la deixalleria.

Ens espera una tardor de formació, adaptació i separació real de les fraccions dels residus. Posem un ganxo a la nostra vida!

**NOTA:** Recordem des de la redacció de la revista que, si algú vol números endarrerits, es posi en contacte amb nosaltres.

### EL TEMPS Ramon Juanpere Trillo

Dades meteorològiques dels últims mesos



ABRIL 2021	29 L 8 dies
MAIG 2021	33 L 4 dies
JUNY 2021	90 L 5 dies
JULIOL 2021	24 L 3 dies

### ENTITATS Unió Esportiva Maspujols

El passat dissabte 3 de juliol, coincidint amb la Festa Major de Sant Pere de Montbrí, es va organitzar un partit de futbol entre el C.E. Montbrí i la U.E. Maspujols per commemorar el desè aniversari de l'ascens aconseguit la temporada 2010-11. Aquella temporada la U.E. Maspujols va aconseguir el campionat de la 4a catalana i el C.E. Montbrí va finalitzar posicionat en la segona plaça de la classificació. Això permetia als dos clubs poder gaudir de la 3a catalana la temporada següent.

La celebració va consistir en un partit entre els dos clubs amb els jugadors que van aconseguir l'ascens aquella temporada. El partit va estar molt igualat i va acabar amb el resultat de 2 a 2. El més important de la jornada va ser poder gaudir plegats, afició i jugadors, dels bons records i anècdotes del passat.

L'efemèride va finalitzar amb un berenar que a més d'un dels jugadors li va anar bé per poder reposar i recupe-

rar-se de les rampes i dels ofecs d'haver corregut darrera d'una pilota pel camp de futbol després de deu anys.



### ENTITATS Delegació de Maspujols de la Lliga contra el Càncer

El 17 i 18 de juliol va ser un cap de setmana solidari per la delegació de Maspujols de la Lliga contra el Càncer.

Dissabte, dia 17 de juliol, a les 20 h a la Pista Poliesportiva, hi va haver la representació de l'obra de teatre "El confinament de la Laura", a càrrec de Jordi i Iris Carré, pare i filla. L'espectacle parlava del confinament d'una nena de 12 anys, en el qual la música i la dansa la van ajudar a superar la situació amb alegria. L'obra va ser premiada amb una beca SOS Cultura de la Fundació Carulla. Donem les gràcies a totes les persones que hi van assistir; la recaptació anirà destinada a la Lliga.

Diumenge, dia 18 de juliol, estava prevista l'activitat de jocs de taula, però per la situació derivada de la COVID, es va ajornar.

La Lliga contra el Càncer de les Comarques de Tarragona i les Terres de l'Ebre va organitzar els Rellius Solidaris, que tenia l'objectiu de recórrer tots els pobles de la província de Tarragona (123 delegacions) per recaptar donatius. A Maspujols vam rebre la delegació de Vilanova d'Escornalbou i una representació de la nostra delegació es va des-

plaçar a Alforja per lliurar el "testimoni" a la seva delegada.

Recordem que tenim tasses amb la fotografia del campanar de Maspujols amb quatre frases diferents. Les podeu demanar a l'Antònia Llauredó Llor, Lourdes i Lluís Llauredó Salvat, Teresa Salvat Barenys i Carme Sánchez Rodríguez.



## ASCENS A PUNTA GNIFETTI - CAPANNA MARGHERITA (4.554 m). ESTIU 2021

Un grup de nois esportistes i apassionats de la muntanya vam decidir passar les vacances fent ruta pel massís del Monte Rosa, a la zona dels Alps italians. Teníem planificats varis dies de ruta entre varis refugis i intentar varis cims de la zona.

Per començar, vam arribar dissabte 2 juliol al migdia a Staffal, a la Vall d'Aosta, on vam agafar telefèric fins a Gabiet, a 2300 m. Des d'allí, carregats amb tot el material necessari, vam pujar acompanyats d'una tímida pluja fins a Orestes Hut, a 2600 m. Tocava descansar i agafar forces després del llarg viatge.

L'endemà, arrencàvem a caminar a les 5 del matí amb un temps esplèndid i vam veure una bonica sortida de sol. L'objectiu era lluny i exigent: Punta Gnifetti-Refugi Margherita. Vam guanyar desnivell ràpid, amb una pujada progressiva i sense neu, fins arribar al refugi Mantova, a uns 3500 m. Allí ens vam equipar amb els grampons, ja que entràvem en una zona nevada i amb pendent. Vam seguir a bon ritme fins arribar a la zona dels 4000 m, on vam poder veure les primeres esclatxes del glaci de Lys. Ens vam encordar en 2 grups de 3 i, des d'aquí, va començar l'aventura alpina.

Poc a poc es va anar ennuvolant. Es notava ja l'alçada i tot el desnivell ja guanyat. Més endavant, on ja es divisava l'objectiu i vam poder veure també els cims del Monte Rosa o el Zumsteinspitze, és on va empitjorar el temps: boira, vent, neu, fred i cansament. Però amb força de voluntat i mentalitat positiva vam arribar al cim de la Punta Gnifetti (Signalkuppe), a 4554 m, després de superar l'últim tram amb molta pendent, poca visibilitat, un fort vent i nevada. Ràpidament vam entrar al refugi Margherita per instal·lar-nos i recuperar-nos del gran esforç. Va ser tota una experiència dormir, o no dormir, al refugi més alt d'Europa.

Vista la previsió de mal temps, vam canviar la ruta i vam cancel·lar dos refugis, i l'endemà ja vam decidir baixar al refugi Gnifetti, a 3600 m. El mal temps seguia instal·lat i no vàiem clar poder sortir. Hi havia poca visibilitat i ratxes de vent de 80 km/h. Al final vam decidir baixar ràpidament la part més exposada i, al baixar 200 m de desnivell, el vent ja era suportable i el fred ja no era notable.

Vam anar baixant fins a la cota 4000, on vam començar a veure el sol, tot i que seguia un vent considerable. Vam poder fer el Cim del Balmenhorn (4167 m) i Piramide Vincent (4215 m), amb unes espectaculars vistes. També vam poder veure el cim del Lyskaam o Corno Nero.

ENTITATS Parròquia Maria Assumpta

## LA PARRÒQUIA INFORMA...

La vida de la parròquia segueix el curs de l'any, amb les celebracions que s'escauen en el cicle litúrgic, respectant encara algunes mesures per la pandèmia. Aquest any encara vam haver de celebrar Corpus a l'interior de l'església, tot fent unes petites capelles a l'altar de Sant Josep i al de la Mare de Déu Assumpta.

Sí que es va fer l'acompanyament de Sant Isidre des de la Cooperativa fins

a l'església. Es van recollir aliments per Càritas i es van oferir com a ofrena: 12 litres d'oli, 21 llaunes de tonyina, 30 llaunetes de sardines, 2 pots de tomàquet, 45 pots de llegum cuit, 76 litres de llet i 1 quilo de sucre.

Aquest mes de juny es van poder celebrar les primeres Comunionis d'alguns infants del nostre poble. Va ser un dia molt especial per a ells i les seves famílies.



Un cop arribats al refugi Gnifetti, vam dinar, descansar i prendre unes bones cerveses, més que merescudes. Vam gaudir de la companyia del Ferran Latorre, amb qui vam parlar, evidentment, de muntanya. Aquí la muntanya ens va regalar una bonica posta de sol i millor sortida, amb mar de núvols inclòs. Vam baixar tranquil·lament fins a Staffali, i vam estar un parell de dies més per la zona de Cervinia.

Fins aquí la nostra aventura als Alps italians. L'estiu vinent, a per nous objectius! Agraïm al Centre Excursionista de Maspujols el material que ens va deixar i l'oportunitat de poder-vos explicar la nostra experiència als Alps!

Joan Llauredó, Edgar Bonet, Gerard Virgili, Pol Ferré, Josep Maria Cardona i Aleix Ferré.

## SETMANA CULTURAL 2021

Del 24 al 30 de maig vàrem celebrar, com cada any, la setmana cultural, tot respectant les mesures de seguretat que en aquell moment eren vigents.

El dilluns 24 vàrem començar amb el taller "Fem un kokedama", al Pati de les Escoles Velles. Es tracta d'una tècnica japonesa de cultiu de plantes molt popular, amb més de 500 anys d'antiguitat. El taller va ser dirigit per la Montse Coll Mas, experta en tot el que fa al tema plantes i tècniques per fer-les més originals i boniques.

El dimarts 25 vàrem poder gaudir de la presentació del llibre "Meleta de Romer", també al Pati de les Escoles Velles, a càrrec de la seva autora Gessamí Caramés, cuinera a TV3. Va ser un acte molt concorregut, en el qual la Gessamí ens va sorprendre amb la presentació de l'acte a càrrec del Gerard Cros, ex-professor seu a l'Escola d'Hostaleria de Cambrils.

Conjuntament, vàrem fer un concurs de magdalenes dolces i salades. Cada participant va portar 4 magdalenes i la recepta detallada de com es feien. Per temes sanitaris, el jurat va valorar l'aspecte i la recepta. Van ser 4 participants que van tenir com a premi de part de l'Associació la Dàlia un llibre de la Gessamí cadascú.



El dijous 27, via Google Meet, vàrem fruit del taller gratuït online "T'agrada ballar? Energia positiva i dansa", a càrrec de Yola Albalat.

El divendres 28, a la Sala del Casal, vam gaudir de "Marie Curie, una dona avançada al seu temps", una xerrada molt interessant a càrrec de la doctora Carme Aguilar, professora de Química de la Universitat Rovira i Virgili. Una cinquantena de persones van gaudir de les explicacions de la conferenciant.

El dissabte 29 hi va haver la representació del musical "Foc al cor" a la Sala del Casal, a càrrec del grup Rovirock, un gran muntatge que va agradar moltíssim als assistents. Més de 20 persones van actuar durant més de dues hores recor-

dant les millors cançons del rock català. Aquest acte va ser solidari a favor de la Marató de TV3. Es van recollir 400 euros, que se sumaran als diners recollits als altres actes que s'aniran fent per la Marató.

I per finalitzar la setmana, el diumenge 30 vàrem poder gaudir del taller de manualitats "Aprendre a decorar caixes de fusta", al Pati de les Escoles Velles, dirigit per Esther Llauredó Español. Cadascú va poder gaudir creant la seva pròpia caixa amb les tècniques de pintura de guix i pintura plàstica.

Tot plegat, fou una setmana força distreta i amena. Ara només ens toca esperar l'any que ve, que de ben segur intentarem que sigui igual o més interessant si cap.





# FESTA MAJOR D'AGOST 2021

Un cop més, aquesta Festa Major de la Mare de Déu s'ha viscut al poble amb l'ombra de la COVID-19 al damunt de totes i tots, i és que la mascareta, junt amb la distància de seguretat, ha acompanyat tots els actes que s'han fet. Això sí, la part positiva ha estat que s'han pogut fer activitats, concerts, espectacles i trobades, mantenint les recomanacions sanitàries.

La Festa Major s'ha pogut viure un any més als carrers i places del poble, amb els Diables de Maspujols o amb els concerts a la Pista. La COVID-19 ha fet, però, que algunes coses s'hagin hagut de deixar per l'any vi-

nent, com la Fira del Vi o la Caminada Nocturna.

Així, doncs, ha estat una festa viscuda amb la cara i amb la creu, amb la participació de les entitats i de tot el poble, amb balcons guarnits, amb fires solidàries, amb el Mulla't de l'Esclerosi Múltiple, la donació de sang o les recol·lectes, amb les xerrades per conèixer una mica més el nostre patrimoni o els concerts asseguts i picant de mans.

De tot el que hem viscut aquestes setmanes, us deixem aquest recull de fotos que acompanya aquest nou número de la revista.





## TÈCNIQUES LLIGADES AL CAMP: FORMIGUERS I FORNS DE CALÇ

La utilització generalitzada de fertilitzants i productes fitosanitaris químics, per exemple herbicides, insecticides i fungicides, que es va iniciar a la dècada dels seixanta del segle XX motivà que caiguessin en desús, entre d'altres, dues tècniques que, mitjançant la transformació de matèries primeres abundants a la natura, proporcionaven beneficis als conreus. Parlem dels formiguers i dels forns de calç.

**ELS FORMIGUERS** consistien en cobrir de terra feixos de llenya i brossa fins a obtenir un petit munt semblant a un formiguer, d'aquí el nom (també reben el de boïc). Es calava foc a aquest munt i es deixava cremar a poc a poc sense que fes flama. Una vegada consumit, la cendra i la terra s'escampaven pels camps de conreu per a fertilitzar-los. Els feixos eren bàsicament de mata o llentiscle, però també de restes de poda d'arbres i de la neteja de les males herbes.

Així, doncs, els formiguers es feien per obtenir-ne adob, encara que com a fertilitzant no era molt equilibrat, ja que la terra cremada resultant tenia un percentatge de nitrogen inferior al de fòsfor i al de potassi. Els agricultors eren conscients que no es tractava del millor fertilitzant, i així ho recull el Diccionari català-valencià-balear, quan inclou dins

de la definició de formiguer aquesta dita de la Terra Alta: "Lo fem diu fem, i el formiguer farem"; és a dir que adobar amb fem era més eficaç i més ràpid que amb la terra del formiguer.

La tècnica de fer formiguers era utilitzada arreu dels Països Catalans, encara que amb algunes variants, segons la zona, essent Mallorca, el Pallars Sobirà, el Priorat i el Maestrat els últims llocs on se'n van fer.

**ELS FORNS DE CALÇ.** Per convertir les pedres calcàries en calç, és a dir, per poder esmicolar les pedres que per efectes de la calor ja s'haguessin emblanquit, era necessària la combustió de gran quantitat de llenya, ja que calia sotmetre-les entre 24 i 48 hores a una temperatura que podia oscil·lar entre els 800 i els 1000 oC, sempre dins d'un forn construït de manera característica,

ja que havia de comptar amb la cambra de combustió, l'olla, el canó o cambra de càrrega, el cintell, la vora, el capell, la clau, l'enfornadora, l'espillal o fumera, la boca, la portada, la tafarra i les voltes.

La calç es fabricava majoritàriament durant els mesos estivals, eixuts, ja que la pluja i la humitat dificultaven el tiratge del forn.

Des d'època romana, es feia servir la calç en la construcció, ja fos per unir les pedres de les parets, ja fos per arrebossar façanes (en aquest cas barrejada amb arena, argila i aigua), ja fos per impermeabilitzar cisternes i safarejos. L'altra qualitat de la calç era el seu poder com a desinfectant, i és per aquest motiu que els pagesos l'utilitzaven per ensulfatar les plantes afectades per plagues i fongs.

# Salvat

SERRALLERIA, ALUMINI, INOX I PVC

- ✓ Tot tipus de tancaments en alumini
- ✓ Automatismes per a portes metàl·liques
- ✓ Automatismes per a portes de garatge i persianes de la llar de la marca NICE i SOMFY
- ✓ Fusteria d'alumini K.Line i fusteria metàl·lica
- ✓ Treballs amb acer inoxidable
- ✓ Finestres d'alumini exterior i fusta interior
- ✓ Portes seccionals



**KÖMMERLING®**  
DISTRIBUIDORS OFICIALS



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

Canalització d'alumini sense juntes ni soldadures, una sola peça.  
Som especialistes en recollida i canalització d'aigües pluvials.

- + inalterabilitat
- + estanquitat
- + economia
- + solidesa
- + estètica

**GUTTI**  
CANALONES

**10 anys de garantia en materials**  
**2 anys de garantia de l'instal·lació**

Demani pressupost sense compromís al  
977 817 438 o a [canalsalvat@gmail.com](mailto:canalsalvat@gmail.com)



Polígon Industrial Borges 1 - C. de les comunicacions, parcel·la 15 - LES BORGES DEL CAMP

☎ 977 817 438 ☎ 615 222 771 🌐 [www.alusalvat.net](http://www.alusalvat.net)

📘 serralleria i alumini salvat 📷 serralleria i alumini salvat

# PROJECTE LA RIERA

Aquest curs, els infants de l'Escola de Maspujols han fet diferents activitats relacionades amb el projecte de l'any: La Riera de Maspujols. Des dels més petits d'infantil fins als més grans de cicle superior, tots els grups han realitzat activitats diverses durant el curs per tal de conèixer una mica millor la nostra estimada riera, ja siguin tallers mediambientals, sortides a l'entorn natural de la riera o treballs a l'aula.

En aquesta línia, els alumnes de cicle superior hem pogut gaudir de diferents propostes pedagògiques que ens han permès apropar-nos una mica més a la riera. Hem tingut experiències de tipus pràctic, com és el cas de les sortides de visual i plàstica per pintar a l'entorn de la riera, o les activitats de neteja de la riera, en les quals els alumnes i mestres de l'escola han participat de forma conjunta en la recollida selectiva de residus. També hem fet activitats de caire més teòric-pràctic, com els tallers mediambientals realitzats per especialistes, en els quals els nens

i nenes de l'escola vam poder realitzar una sortida guiada per l'entorn de la riera, i vam fer activitats relacionades amb aspectes tan importants com la geologia i geografia de la riera, o la cerca, catalogació i classificació dels macroinvertebrats que hi habiten.

D'altra banda, com en cursos anteriors, a cicle superior també hem realitzat treballs en format digital relacionats amb el projecte de la riera. Durant el tercer trimestre els alumnes van votar els temes que més els interessaven en relació al projecte de l'any i es van fer diferents grups per tal d'aprofundir en el conjunt de continguts proposats a l'aula, amb la finalitat de millorar la competència digital i, a la vegada, adquirir nous coneixements des dels diferents àmbits curriculars. Concretament, es van realitzar presentacions de Google per grups que s'especialitzaven en temes tan diversos com història de la riera, geografia, flora, fauna, medi ambient, etc. Al final del projecte, els alumnes dels diferents grups

van fer les exposicions dels seus respectius treballs a la resta dels grups i, com no podia ser d'una altra manera, les presentacions van ser súper enriquidores per a tots plegats.

Tots aquests treballs han quedat guardats al Drive de l'escola junt amb els treballs de projectes de cursos anteriors i són materials d'un gran valor sentimental i també pedagògic que, amb tota seguretat, seran de gran ajuda per als alumnes més petits. A més, serviran per apropar-nos una mica més a la nostra riera, des del respecte i l'estimació, així com als aprenentatges que ens proporciona. Des de l'escola volem donar les gràcies a totes les persones del col·lectiu educatiu, a les famílies i a col·laboradors externs que han fet possible, un any més, que el projecte de l'any hagi estat un èxit a tots els nivells.

Que tingueu un bon estiu i us esperem el curs que ve amb noves il·lusions i nous projectes!

Equip docent  
Escola de Maspujols



# FINAL DE CURS... ORLES!!!

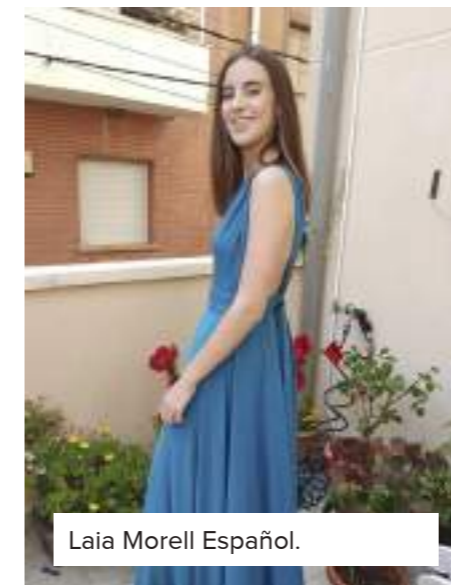
Cada any el mes de juny, per als estudiants, es converteix en un mes intens. Els exàmens, les notes, i, per als qui acaben una etapa... les orles. Des de fa uns anys, potser una mica a l'estil americà, celebren el final de l'ESO i del Batxillerat amb una festa on es vesteix de forma elegant, i es comparteix amb la família, amb el professorat i amb els companys. És un espai de felicitat i emotivitat que es reflecteix en les cares il·lusionades. Des d'aquí us n'oferim un petit tast.

Alguns maspujolencs que han acabat ESO...

Alguns maspujolencs que han acabat Batxillerat... i primera generació que ha acabat aquests estudis procedent de la nova etapa de l'Escola de Maspujols.



Adrian Ezcurrain, Alfred Roca, Derek González, Erik Piñol, Adrià Martínez i Marcel Grau.



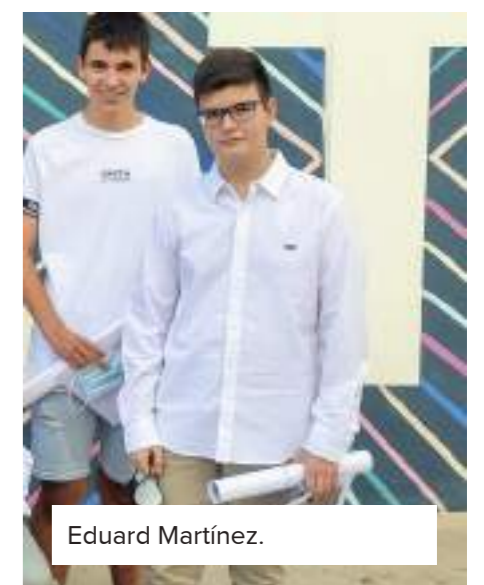
Laia Morell Español.



Esther Casares, Marina Baraja, Helena Juanpere, Tània Jiménez, Jordi Salvat i Dani Salvadó.



Carla Montero, Dérek González, Laura Frau, Adrià Martínez, Cel Miravall i Erik Piñol.



Eduard Martínez.



FABRICACIÓ D'ARTICLES DE PARAMENT DE LA LLAR, BARBACOES, EXPOSICIÓ, AVICULTURA, PROTECCIONS, FRED INDUSTRIAL, ...



P. Corsini, 2 - 2 bis · T. i F. 977 815 369 · 43382 Maspujols · info@rolma.es · www.rolma.es

# clim's

Instal·lacions i projectes de climatització

- Geotèrmia
- Aerotèrmia
- Energia solar tèrmica/fotovoltaica
- Aire condicionat
- Calefacció
- Ventilacions

Instal·lació, reparació i manteniment

© 608 515 104 ✉ clim's@clims.cat

## EDUCACIÓ Escola bressol els Caragolins

El passat mes de juliol, vam tancar el curs 2020-21, que al principi a tots ens preocupava força. Nens i nenes petites, sense mascareta, i amb moltes ganes de jugar i descobrir plegats, ens endinsàvem en un curs amb moltes restriccions i mesures d'higiene, però també amb moltes ganes de tornar a trobar-nos i créixer junts.

Ara ja podem dir ben alt que ho hem superat, que tanquem el curs amb 0 casos i 0 confinaments. Estem molt contents i volem agrair l'esforç a les famílies per respectar les mesures COVID i també a l'Ajuntament, que ens ha ajudat a fer-ho possible.

Tanquem un curs ple de records, experiències i, sobretot, aprenentatge, tot gaudint dels diferents espais del bressol i les diferents propostes d'ex-

perimentació i manipulació que ens trobàvem cada dia.

El mes de juny vam poder celebrar plegats i en petit comitè una festa privada per tancar el curs. Els petits van gaudir del seu dia i es van graduar per passar al següent any. Volem desitjar un gran pas a l'escola dels grans a les nostres nenes grans del bressol: Angie, Ariadna, Marina i Martina. Aquest curs tanqueu un primer cicle d'educació infantil, que esperem que recordeu amb amor. Segur que us anirà molt bé a l'escola dels grans.

Nosaltres comencem el curs 2021-22 amb moltes ganes, energia i noves aventures amb els nostres petits caragolins al bressol. Molt bon inici de curs a tothom.





El dia 9 de maig de 2021 va deixar d'estar vigent l'estat d'alarma a Catalunya. S'acabava un període excepcionalment llarg, que durava d'ençà el 25 d'octubre de 2020, amb restriccions per mirar de contenir la pandèmia. Tots esperàvem que aquest estiu seria millor que l'any passat, semblava que el virus estava controlat, però no. La vacunació funcionava a tota màquina i la incidència de contagis havia baixat. Però va irrompre una cinquena onada abanderada per les persones que encara no estaven vacunades i el sistema sanitari va tornar a estar col·lapsat.

A Maspujols vam continuar amb un increment de casos i la situació tornava a ser d'un nivell de risc molt alt. Si a l'anterior revista us informaven que s'havien registrat 25 casos, a la quarta i cinquena onada van ser 34 casos, 18 homes i 16 dones. En total ja en són 64.

Aquest any, amb totes les mesures sanitàries establertes, vam poder tornar a obrir la piscina i es van poder organitzar actes per la Festa Major d'agost, com també el curset de natació i el Casal d'estiu.

## CASAL D'ESTIU

Al Casal d'estiu hi van participar un total de 75 nens i nenes de 3 a 12 anys, del 28 de juny al 6 d'agost i del 30 d'agost al 10 de setembre. El Casal va anar a càrrec de l'empresa CapiCua i el monitoratge dut a terme per joves de Maspujols, seguint el fil conductor d'actors i actrius de cinema.

## CURSET DE NATACIÓ

L'estiu passat, i després de més de 30 anys de monitor de curset de natació, l'Àngel es va jubilar, i aquest any el curset de natació va anar a càrrec del Consell Esportiu del Baix Camp. Hi van participar 41 nens i nenes de 3 a 12 anys del 5 al 23 de juliol. Des de l'Ajuntament volem tornar a agrair la feina i dedicació a l'Àngel, el qual ens ha ensenyat a nedar a gran part de les maspujolenques i maspujolencs.



Tant el casal com el curset de natació han estat subvencionats pels Serveis de Cultura de la Diputació de Tarragona.

## PROJECTE D'EXECUCIÓ PER A LA INSTAL·LACIÓ D'UN ASCENSOR A L'EDIFICI DE L'AJUNTAMENT DE MASPUJOLS

En data 12 d'abril de 2003, es va inaugurar l'edifici actual de l'Ajuntament de Maspujols, un edifici modern, de tres plantes destinades a: oficines municipals a la planta més alta, consultori mèdic a la planta d'entremig i sala d'exposicions amb espais de magatzem a la planta baixa.

Tant el projecte d'execució com la construcció del nou Ajuntament, van fer previsió per a la futura instal·lació d'un ascensor que facilités l'accessibilitat a tots els usuaris. S'hi va deixar un espai preparat pel moment en el qual es prengué la decisió de la seva col·locació, a la fi de minimitzar les obres.

Després de setze anys, la Diputació de Tarragona, amb data 11 de gener de 2019, va acordar la convocatòria de subvencions del Pla d'Actuacions Municipal (PAM) per a l'annualitat de l'any 2019, essent un dels objectius de la subvenció donar prioritat a aquesta necessitat de millorar l'accessibilitat, i l'Ajuntament s'hi va acollir.

S'intervindrà només a l'interior de l'edifici, sense alterar-ne la volumetria ni la distribució. Les petites cambres de magatzem que es van deixar en previsió de la futura implantació de l'ascensor són les que quedaran comunicades en vertical.

## DIPUTACIÓ DE TARRAGONA PLA D'ACCIÓ MUNICIPAL 2019

**PRESSUPOST 36.803,90 €**  
**SUBVENCIÓ CONCEDIDA 33.123,51 €**

Està previst que l'obra comenci al mes de setembre.

## REMODELACIÓ DE LA DEPURADORA I CONSTRUCCIÓ D'UNA CASETA PER LA DEPURADORA DE LA PISCINA PETITA

Des del consistori, i com es va explicar a la revista anterior, s'ha realitzat la millora a la depuradora de la piscina

gran. A més, s'ha extret la depuradora de la piscina petita que es trobava ubicada a la zona del bar de la piscina i s'ha fet una caseta per ubicar-la a la zona de la gespa. D'aquesta manera, quan es realitzin les obres de millora i adequació del bar de la piscina, es podrà aprofitar l'espai on fins ara s'ubicava aquesta depuradora.

## CONVENI DE COL·LABORACIÓ ENTRE EL CONSELL COMARCAL DEL BAIX CAMP I L'AJUNTAMENT DE MASPUJOLS PER A LA DELEGACIÓ DE COMPETÈNCIES MUNICIPALS DE SANEJAMENT EN ALTA

Als municipis petits com Maspujols, el sanejament i la depuració d'aigües residuals sempre ha estat un tema pendent de resoldre des de fa molts anys amb l'Agència Catalana de l'Aigua (ACA), ja que les aigües residuals van directament a la riera, comportant brutícia i males olors.

Per fi, aquest tema ha començat avançar entre el Consell Comarcal del Baix Camp i l'ACA.

En data 20 de desembre de 2019, el Ple del Consell Comarcal va aprovar sol·licitar a l'ACA el reconeixement d'aquesta administració com a Entitat Local d'Aigua (ELA), de caràcter bàsic, en relació als sistemes de sanejament en alta i la reutilització d'aigües regenerades.

L'ACA ha programat, per al període 2022-2027, el finançament de les noves infraestructures de depuració als municipis d'Arbolí, Capafonts, Maspujols, Pratedip i Vilanova d'Escornalbou. En conseqüència, per a la construcció de les EDARs (Estació Depuradora d'Aigües Residuals) a cadascun d'aquests municipis, esdevé necessari definir els projectes tècnics i els estudis d'alternatives en cada cas.

L'Ajuntament de Maspujols, en el Ple ordinari del dia 23 de març de 2021, va aprovar el conveni amb el Consell Comarcal del Baix Camp, d'una vigència de 4 anys a comptar de la data de la seva formalització, sense perjudici que pugui ser renovat, per acord exprés de les parts, fins a un màxim de 4 anys més.

El Consell Comarcal del Baix Camp acorda encarregar a la societat CO-

MAIGUA, SL l'explotació d'aquest servei en el moment de recepció de les noves EDARs, al ser aquesta l'entitat especialitzada en la prestació d'aquests serveis relacionats amb el cicle integral de l'aigua.

Una vegada definit el projecte tècnic de l'actuació amb el contractista, serà el Consell Comarcal qui contractarà la construcció de la nova infraestructura, per la qual cosa subscriurà un nou acord de col·laboració amb l'ACA per al finançament d'aquesta obra.

Una vegada construïda i recepcionada la nova EDAR al municipi, el Consell Comarcal assumirà l'explotació d'aquesta infraestructura per a la correcta gestió i tractament de les aigües residuals del municipi.

## CAMPANYA DE DONACIÓ DE SANG

El dia 12 d'agost es va dur a terme la campanya de donació de sang a la sala del Casal. Agraïm a totes les persones que hi van col·laborar.

## MOLTES GRÀCIES PER DONAR SANG

Sala del Casal  
Dijous 12 d'agost a Maspujols

48 persones es van apropar a la campanya  
43 van donar sang  
0 van donar moll d'os  
2 van fer la seva primera donació  
129 pacients es podran beneficiar



Des del consistori es vol agrair el gran treball de les persones voluntàries en la recaptació de la campanya del Mulla't 21 i a totes les persones que van fer possible que Maspujols sigui un poble col·laborador amb aquesta campanya d'una manera notable, recaptant un total de 1273,40 €.

Per acabar, s'ha instal·lat enllumenat de baix consum a la zona d'accés a les instal·lacions de la pista, el camp de futbol i la piscina.



**Simon** grup trade

La millor qualitat al millor preu

Servei a domicili de gasoil de calefacció **977 773 800**

Fa un temps, el Cisco Torres, de cal "Mitger", ens va fer arribar un escrit que parla de diversos establiments que hi havia al poble cap als anys cinquanta del segle XX. Comencen a quedar lluny aquests temps. Alguns no havíem nascut o no vivíem aquí al poble, però val la pena conservar la nostra memòria com a poble, i ho posem en valor.

Com que el text és extens, el publicarem en diferents números de la revista.

## SERVEIS I OFICIS A MASPUJOLS

### (PRIMERA PART)

Vaig fer un petit escrit recordant els personatges que venien al poble oferint els seus serveis. Però al poble ja hi havia els serveis normals que cada comunitat acostuma a tenir. Aquí recordaré alguns dels que hi havia pels anys 1940-50.

La majoria ho feien com a treball extra, ja que la seva feina primordial era la de pagès.



### BOTIGUES DE QUEVIURES

N'hi va haver diverses :

Cal Miravall, a la Plaça, ha estat, des de sempre, la més gran. Hi venien de tot, sobretot carn. Dins l'arcada de la porta, un cartell deia: TABACALERA, S.A. i, a sota, EXPENDEDURIA. Era l'estanc, l'única botiga del poble que tenia autoritzat vendre tabac i segells de correus. En aquell temps, el tabac estava racionat i quasi tot el que es cremava era d'estraperlo.

Qui recordo primer despatxant a cal Miravall era la Vicenta Miravall, que va morir jove, als 42 anys. Ho va continuar el seu fill, el Josep, fins que es va jubilar.

Al carrer de Baix (aleshores "calle del Generalísimo Franco"), núm. 24, hi havia Ca la Marina, que hi venien de tot. Era molt antiga, però ja va durar poc temps.

Durant pocs anys, al carrer de Baix 20, a Ca la Passió, també n'hi va haver una altra. S'hi entrava per la porta petita i hi despatxava l'Antonieta Llauredó.

A la Plaça núm. 2 (s'entrava per la porta petita), també hi havia la botiga que anomenaven "El Sindicat". El nom li venia perquè la cooperativa l'havia muntada anys enrere. Aleshores hi despatxava la Mercè ("de La Riera"), la dona d'en Jaume Vilanova.

Al carrer de La Botiga (aleshores "calle del General Sanjurjo"), núm.1, a l'edifici de l'Ajuntament, entrant per la segona porta hi havia Ca la Carmeta (Carme Juanpere), que va morir molt jove. També feia el servei de telefonista, ja que, al ser a l'Ajuntament, era on hi havia l'únic telèfon del poble, que, per cert, era un abonat de Les Borges i tenia el número cinc. Després la botiga la va regentar la Maria Masip.

El primer telèfon que es va muntar al poble fou a la botiga "El Sindicat", fins que es va passar a l'Ajuntament.

Posteriorment i durant un temps, hi va haver una carnisseria al núm. 5 del carrer de La Botiga, a Ca La Mia. La carnissera era la M. Carme Mas, la filla de l'anomenada Carmeta.



### PEIXATERIA

Per la primera porta de l'edifici de l'Ajuntament, al costat de ca la Carmeta i pujant un parell d'esglaons, s'accedia a la peixateria. El peix el portava de Cambrils un peixater que es deia Cristino i el venia la Maria Miravall ("Marieta Mia").



### MECÀNIC DE BICICLETES

A casa seva, de solter, al núm. 19 del carrer de l'Església, el Lluís Domènech "Xepa" tenia un petit taller al costat de l'entrada, on arreglava les avaries de les bicicletes del poble.



### FERRERIA

Jo no la vaig conèixer, però abans de la guerra hi havia hagut una ferreria a l'entrant del poble, als baixos del núm. 25 del carrer de Baix. El ferrer era en Jaume Masip, a qui anomenaven el "Jaumet ferrer".

Com a ferreries, en aquell temps, n'hi va haver dues. Durant ja poc temps n'hi va haver una al carrer de Dalt, núm. 34 (aleshores Calle de Sant Roque), als baixos de cal "Sebastianeta". El ferrer era de Les Borges, i anava i venia a peu cada dia.

L'altra era als darreres de Ca La Torre i s'hi accedia des de la carretera. El primer ferrer que vaig conèixer es deia Joan Sabaté "Biosca". Quan va plegar, l'any 1947, va marxar cap a Riudoms.

L'aire per avivar el foc de la fornal es subministrava amb una manxa penjada al sostre i funcionava manualment. Els xiquets, quan volíem una roda per fer-la córrer, li portàvem dues anses de ferrada, i ell ens les ajuntava i soldava deixant una roda ben rodona. A canvi i abans de fer-la, havíem d'estar manxant durant una bona estona.

El Gabriel Sugranyes, que va vindre de Castellvell, el va substituir, i ho va modernitzar una mica. Va muntar una bufadora elèctrica i també va electrificar la màquina de foradar. Va estar-hi fins l'any 1958.

L'Enric Salvat "Maneta" va prendre el relleu al Gabriel i va muntar un taller a casa seva, al núm. 16 del carrer de Sant Antoni. L'Enric, més que ferrer, era manyà. Pocs animals quedaven al poble per ferrar i les feines

del camp s'anaven mecanitzant. Va canviar de lloc per ampliar-lo i el va muntar a casa del seu sogre, al Replà, on actualment hi ha la farmàcia. Posteriorment, va muntar-lo als darreres, al costat de la casa que anomenaven "El Pati".



### ESCLOFOLLADORA D'AVELLANES

Al carrer de Baix, núm. 2, a casa de l'Isidre Salvat "Isidret Palla", al pis superior hi havia muntada una esclofolladora d'avellanes. Poques vegades vaig veure que funcionés, però quan ho feia, era molt sorollosa.



### BARBERS PERRUQUERS

Hi havia dues barberies. Al carrer de Baix, núm. 11, hi havia la barberia del Joan Barenys "Joan Canals", que també havia fet d'espardenyer i també venia calçats. El calçat que els homes, joves i nens usàvem habitualment els dies feiners, eren les albarques. Eren fetes de la goma de trossos de pneumàtic de roda d'automòbil. Al Joan, el va substituir el seu gendre, el Lluís Llauredó "Tensi".

L'altre fou el Josep Torres ("Pepitu Mitger"). Va començar als baixos del núm. 21 del carrer de l'Església, cal "Tomàs del Mas", i després la passà als baixos de casa seva, aleshores, carrer de la Plaça, núm. 6 (ara carrer de Sant Antoni). Quan va plegar, el seu fill Josep, juntament amb el Lluís Domènech (Xepa), la varen muntar a la Plaça núm. 2, on anteriorment hi havia hagut la botiga del "Sindicat".



### PERRUQUERIES DE DONES

La primera perruqueria per a dones que hi va haver al poble va muntar-la la Mari Vilanova de soltera a casa seva, al núm. 2 de la Plaça, damunt de la citada dels homes. Anteriorment, les dones, per aquest servei, havien d'anar a Reus o a Les Borges.

Posteriorment, l'Antonieta Mediavilla va muntar-ne una a casa seva, al carrer de Sant Roc, núm. 5.



### CARTER

Al carrer de l'Església, núm. 4, als baixos de cal "Portaler", hi havia el servei de Correus, que regentava la Maria Salvat "Portaler", soltera i que hi vivia amb la seva germana Delfina i el seu cunyat, el Tobies. Les cartes les reparava habitualment la Maria, però alguna vegada ho feia també el Tobies.

Quan varen plegar, el servei l'ocupà el Josep M. Llauredó "Grauet", al carrer de Baix, núm. 23 (cal "Mílio") durant un temps, per passar després, a la casa del costat, al núm. 25 (Cal Jaume Masip "Jaumet ferrer"). També venia els bitllets per l'"auto de línia".

**J. BARENYS**  
Calçots frescos i cuits  
619 339 920 977 815 501 · MASPUJOLS

# DANIEL VILANOVA BONET

Empleat de banca i àrbitre

**Bé, comencem pel començament. Va néixer i va anar a l'escola a Maspujols?**

Sí, vaig néixer l'any 1944 a cal Jesús i als 6 anys vaig anar a l'escola, on hi ha ara l'Ajuntament. A baix hi havia les botigues, la de la M. Carme i la peixateria, i a l'esca-la del costat hi havia l'escola. Als 11 anys ja vaig anar intern al seminari, a Tarrago-na, on vaig estar 6 anys fent el batxillerat.

**I després ja a treballar?**

Em vaig posar a estudiar banca en una acadèmia a Reus, vaig aprovar unes oposicions al Banc de Bilbao i cap a treballar a Barcelona. Em vaig instal·lar a casa del germà del meu pare, el juliol de 1962, a Santa Perpètua de la Mogoda, però vaig tenir tanta mala sort que li va agafar una embòlia i en un parell de mesos es va morir, i llavors em vaig buscar una pensió a Barcelona. I també vaig venir a treballar a Reus durant 1 any.

**Va anar al tros, de pagès, alguna temporada?**

Sí, als estius, quan pujava del seminari, anava a regar, plegar avellanes... A casa teníem vinya, avellaners, oliveres, fruiters i sembrat. També anàvem a recollir erb, que s'havia de fer abans de sortir el sol. A mi m'avorria molt anar al tros, desitjava que ploqués per no haver d'anar a regar. Quan era al seminari, a l'agost anàvem a Montblanc, al col·legi de la Mercè, a fer un curset d'estiu, i mirava d'allargar-lo el màxim possible.

**I el servei militar?**

Jo ja tenia 22 anys quan em van cridar (hi va haver un canvi de "llamamientos" i aquell any ho van retardar). Vaig entrar al març, vaig fer el campament més curt, a Sant Climent Sescebes, i després em van destinar a la policia militar a Barcelo-na. El banc em guardava la plaça cobrant el 60% i, quan em vaig llicenciar, em vaig poder quedar al banc, a Barcelona. 2 anys després ja em vaig casar amb la Montserrat.

**Així ja la coneixia?**

És clar, ens coneixíem de petits, al poble. Ella anava a l'escola de les noies, al car-rer de Dalt.

**Bé, i ara anem a la seva passió per l'hoquei. Com va començar?**

A Reus hi havia el Reus Deportiu, que guanyaven molts títols. Un dia, el meu



cosí Xavier Bonet em va preguntar si no havia anat mai a veure un partit d'ho-quei sobre patins, i hi vaig anar amb ell. I quan vaig fer la mili a Barcelona, com que estava a la policia militar, tenia ac-cés lliure a tots els espectacles públics i hi anava cada diumenge que jugaven a casa el Barça i l'Espanyol (que en aquells temps tenia millor equip que el Barça). Veia 4 partits, els 2 dels reserves i els 2 del primer equip. A la llarga, després d'un partit vaig anar a veure l'àrbitre i li vaig preguntar què s'havia de fer per ser-ho, i em va dir: "vine, que en fan falta, vine a fer el curset". Jo ja tenia 26 anys. Vaig començar a arbitrar la canalla i anar pujant: 3a catalana, 2a, 1a i va arribar el moment de fer el salt a primera divisió i divisió d'honor (als 34 anys).

**I, és clar, havia d'anar a arbitrar fora de Barcelona.**

Sí, a Reus, Vic, Voltregà, Madrid, Ovie-do, La Coruña, Bilbao, amb el tren, i a Tenerife amb avió. L'any 1988 hi havia el campionat del món a La Coruña. Vaig fer l'examen d'àrbitre internacional i vaig aprovar, i anava a Portugal, França, Itàlia, Suïssa... I l'any 1992 vaig arbitrar a les Olimpíades de Barcelona, on l'hoquei sobre patins va ser esport d'exhibició.

**En tots aquests anys arbitrant, va veu-re molts canvis de tàctiques, duresa, etc.?**

Sí, ha evolucionat molt. Abans hi havia

més "llenya". Els jugadors a la pista no es coneixien, però després, quan acabava el partit, s'abraçaven.

**A cada partit s'emportava un munt de renes, no?**

Sí, i tant, havia de rentar la meua mare cada setmana. I el més "fotut" era quan anaves al País Basc, que no sé per què allí no hi havia força pública. En un partit bastant complicat l'altre equip, que era de Madrid, es volia retirar, però jo els vaig poder convèncer i van acabar el partit, i el comitè d'àrbitres em va felicitar.

**Ara passarem a la música.**

Vaig aprendre música al seminari de Ta-rragona, i quan vaig anar a Barcelona el meu germà Josep M em va dir per entrar a la Coral d'antics escolans de Montse-rrat (ell n'era el president i havia estat a l'escolania de Montserrat). De tant en tant feiem actuacions a Barcelona (Pl. del Rei, S. Maria del Mar...) i també cada 15 dies la missa de TVE, als estudis de Mi-ramar. Quan ens vam casar vam fer part del viatge de noces amb la coral, que anaven a cantar a París.

**I finalment a la coral i a l'orgue de Maspujols?**

Sí, quan vaig venir cap aquí em vaig afe-gir a la coral l'Albada, i més endavant el mossèn Jordi Sánchez em va dir per to-car l'orgue a l'església.

TAPES · ENTREPANS · HAMBURGUESES  
LLESQUES · AMANIDES · PLATS COMBINATS  
FIDEUA I PIELLES (per encàrrec)

BAR  
**CASAL**  
MENJAR I BEURE  
MASPUJOLS

MENJAR PER EMPORTAR  
665 912 050

C. de Baix, 19-21 · 43382 Maspujols

**FARMÀCIA**  
Carme Parrilla

ARA TAMBÉ  
POTS FER LES  
COMANDES  
PER WHATSAPP  
689 475 532

Plaça de l'Església, 16  
43382 MASPUJOLS  
T. 977 815 930

**JOSEP M TORRES**  
PINTOR DECORADOR

699 220 637  
pepmaspujols@gmail.com  
pepmaspu@yahoo.es

**CONSTRUCCIONS**  
**F.J. FERRE L.**

Pd. Camí de Reus, nau 7  
43391 Vinyols i els Arcs (TGN)  
Accés per N340 km. 1145,2 Cambrils

Tel. 977 794 600  
Fax 977 369 507

PERRUQUERIA PER A  
**HOME i DONA**

Cap i peu fa la persona  
Em deixa els seus cabells per a mi?

*M. Lourdes*

C. Sant Antoni, 35 - 977 815 280 - Maspujols

Des de 1986

**AFI**  
**CO**  
35 ANYS

**aplicacions fiscals i comptables sl**

Av. 11 de Setembre, 17 baixos · Tel. 977 32 84 11 · Fax 977 33 07 84  
Aparat de Correus 510 43203 REUS

**Assessoria laboral, fiscal i comptable**

FORN DE PA I PASTISSERIA  
**Llaurado**  
PA CUIT AMB LLENYA

Vilaseca, 10 - REUS - 977 315 452  
Joan Mir, 11 - L'ALEIXAR - 977 815 004

**Clínica Veterinària**  
**bitxus**

Camí de l'Aleixar, 83 - REUS  
977 114 166 www.bitxusclínicaveterinaria.cat

# ELS NOMS ANTICS DE LES CASES DE MASPUJOLS



# ELS NOMS DE LES CASES DE MASPUJOLS

L'onomàstica és la ciència que estudia els noms propis, podent diferenciar la toponímia (l'estudi de noms de llocs, com podria ser la Font de la Bessona o el camí del Carrasquet, el qual, fins fa ben poc, se'n deia el camí del Colomer) i l'antroponímia (el nom de les persones). En aquest article ens centrarem en aquest darrer aspecte de l'onomàstica: en el nom que han rebut tradicionalment les cases del nostre poble.

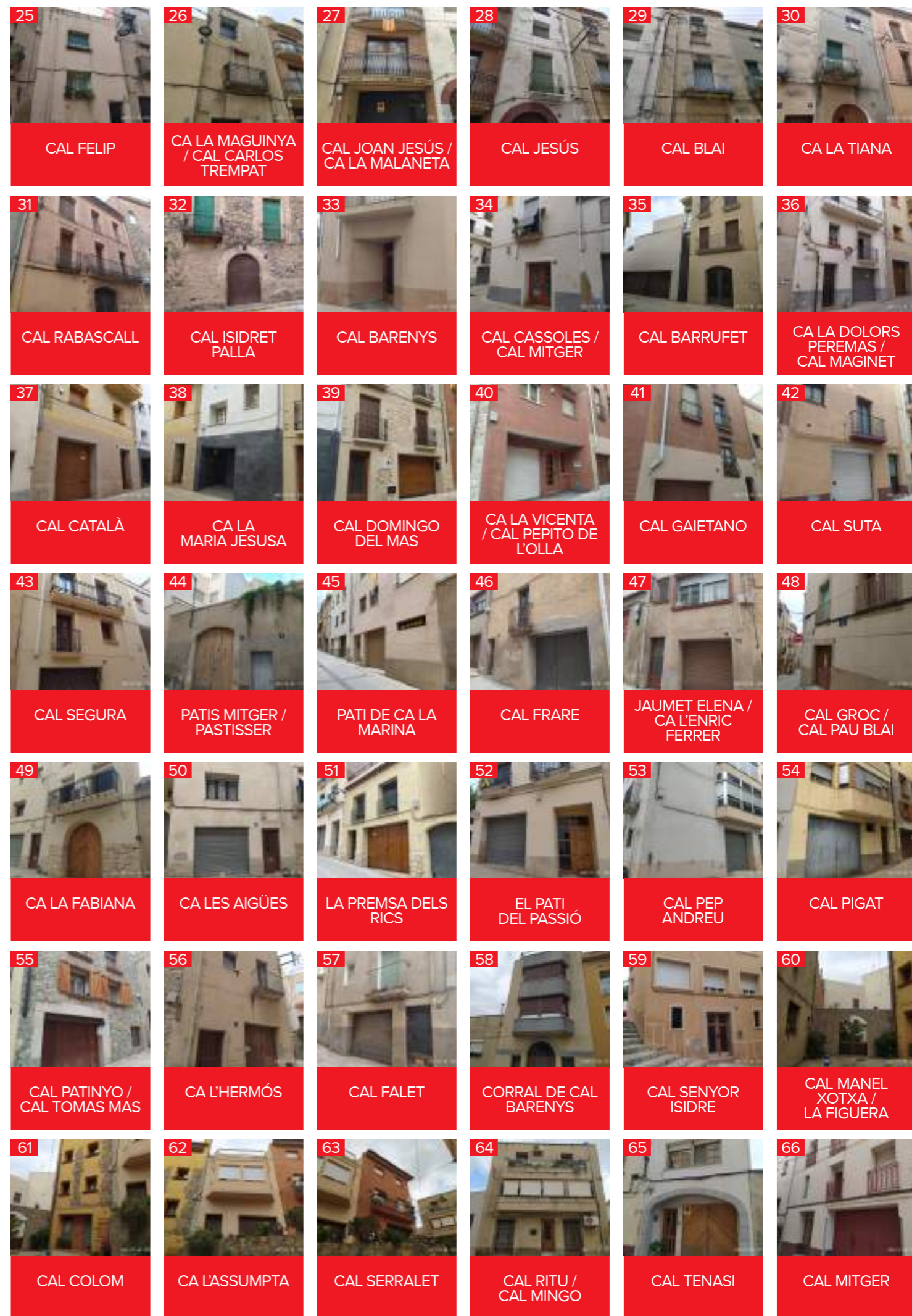
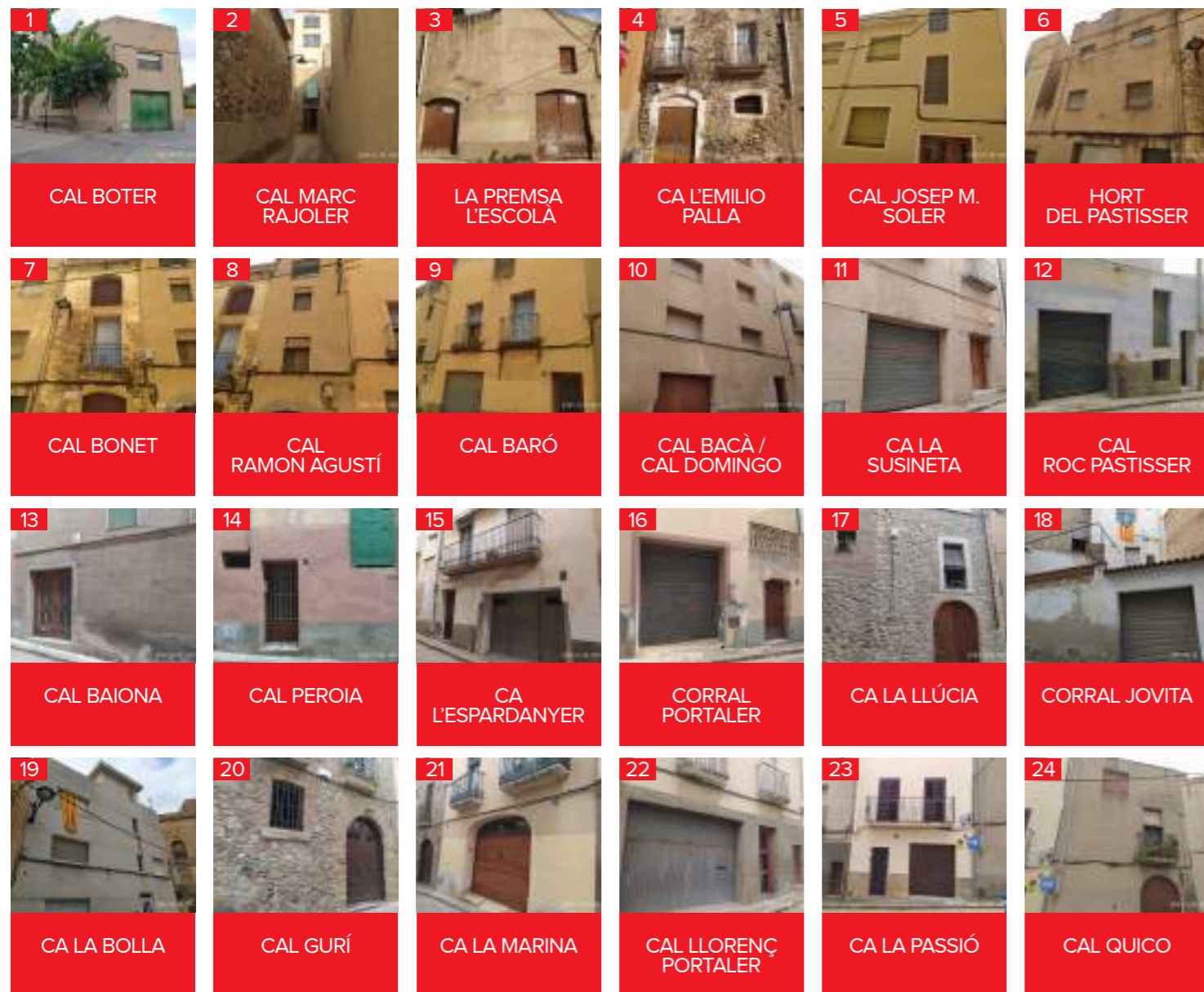
La gent de Maspujols de tota la vida encara ara identifica les cases del poble per un nom característic, que s'ha mantingut durant generacions independentment de les persones que ara hi habiten. Aquest nom no necessàriament ha estat fixe al llarg de la història, sinó que ha anat canviant, evolucionant, modificant-se. Com diu el llibre Onomàstica de Maspujols d'Albert Manent i Josep Maria Llauredó: «La toponímia, com la llengua, és viva i depèn tant de la memòria col·lectiva com de la individual».

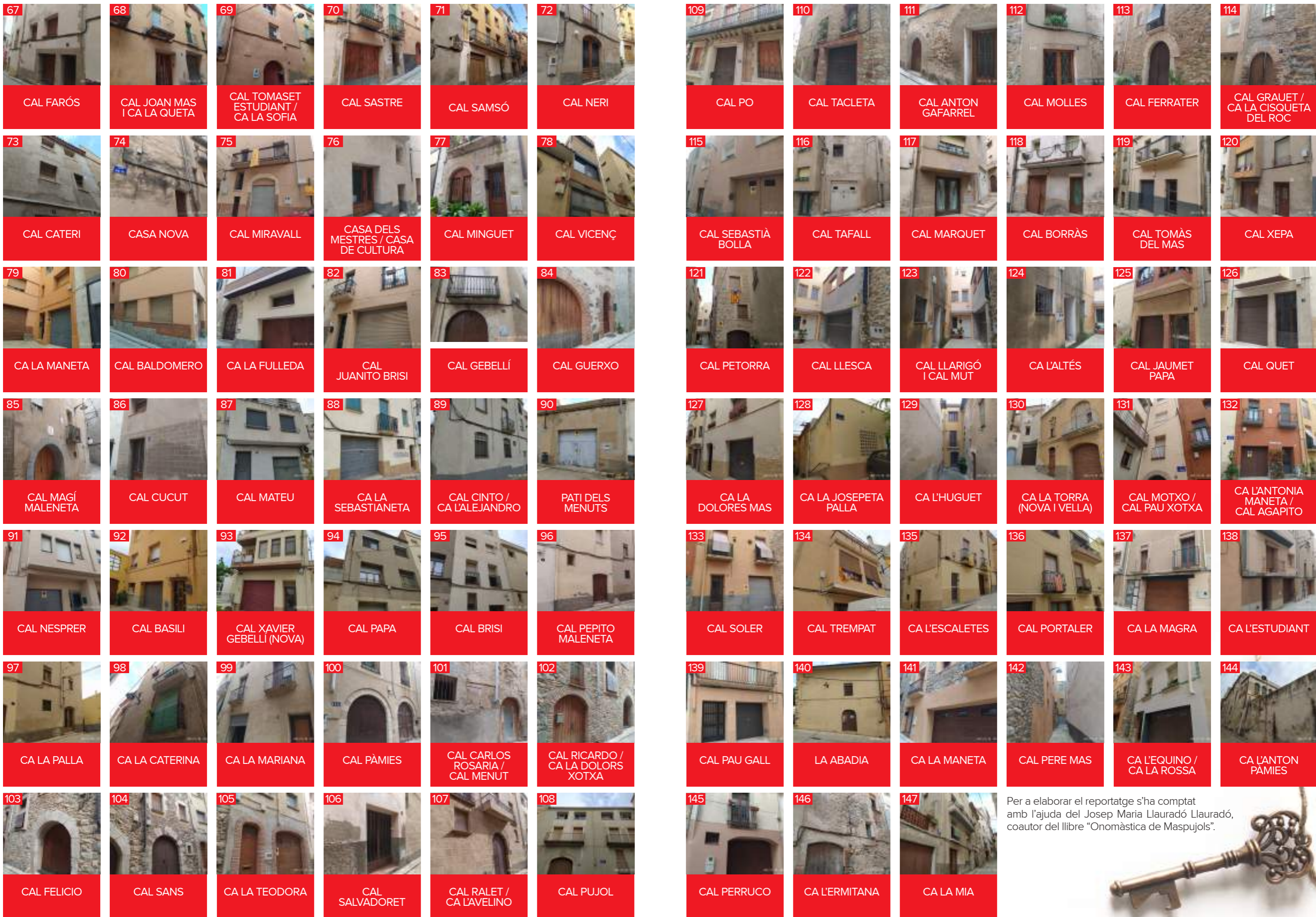
Alguns dels noms de les cases feien referència a l'ofici familiar (cal Pastisser), altres feien referència al nom o cognom del propietari/a (cal Samsó o cal Pàmies) o al sobrenom del mateix (cal Perruco o cal Po), o fins i tot feien referència al caràcter del propietari/a (cal Ferós).

L'estudi dels noms de les cases porta, inexorablement, a conèixer la història que hi ha darrera cadascuna d'elles i, per tant, a conèixer la història del poble. La Casa de la Cultura, al Carrer Sant Roc, durant molts anys havia esdevingut la residència del mestre o, en algunes ocasions, del metge, als quals es cedia l'habitatge a canvi dels seus serveis. La mestra, en canvi, havia de viure en una pensió. Cal Pàmies, al Carrer de Dalt, havia estat un convent i durant molts anys la canalla del poble hi anava a col·legi. Cal Ralet, també al Carrer de Dalt, encara conserva a la portalada un gravat de pedra amb una inscripció amb lletres de grafia llatina, possiblement del segle XV.

Ca La Sofia, que avui s'utilitza com a centre per a les entitats i el jovent del poble, va ser una donació de la seva propietària per a ús dels habitants de Maspujols. Algunes cases han estat molt actives i polivalents: Cal Samsó ha estat un cinema, un forn de pa, un local social... A l'Olla de Cal Pujol i a l'Olla de Cal Rabascall s'hi elaborava aguardent.

Segur que ens deixem alguna casa, potser alguna, fins i tot, alguns la coneixeu amb un altre nom, potser la trobareu escrita lleugerament diferent. Això no és estudi exhaustiu. Potser algunes es van dividir entre els descendents, d'altres es van unir... El poble és viu, canvia, la gent anem i venim, marxem i tornem... El pas de diferents generacions pel poble, així com el creixement poblacional dels últims anys amb gent de les contrades de la comarca, pot fer que aquests noms vagin caient en l'oblit. Creiem que és un tresor històric i cultural que és bonic de conèixer i de preservar.





Per a elaborar el reportatge s'ha comptat amb l'ajuda del Josep Maria Llauredó Llauredó, coautor del llibre "Onomàstica de Maspujols".



# CONTRA LA PANDÈMIA, SOLIDARITAT!

Hem experimentat de prop els efectes de la pandèmia. La majoria hem sofert només algunes molèsties del confinament. Potser alguns propers han estat lleugerament afectats i algú ha patit llarga i dura estada a l'hospital o a la UCI. Viure a tocar del camp i tenir a dues passes camins i conreus ens ha permès respirar i prendre el sol cada dia, malgrat tot. Ha estat un privilegi.

Va ser emocionant escoltar i veure els testimoniatges directes de persones del nostre poble en el documental d'Ivan Cánovas i Pilar Llauredó "El confinament a Maspujols". Ens recordava els sentiments, pors i desconcerts de la primera etapa de la COVID-19 que ho envaïa tot i res la podia aturar. Ja fa més d'un any i mig que hi estem ficats! No volem tornar a la "normalitat" d'abans, sinó entrar a la nova etapa de la història havent après algunes lliçons importants. És més feliç i segura una vida austera i solidària.

Durant tots aquests llargs mesos, les notícies de tot plegat han estat abassegadores. Els efectes econòmics han estat i són molt greus. Les dades que ens ofereix Càritas Catalunya són demolidores. Moltes famílies han caigut sota el llindar de la pobresa: tenen necessitat d'alimentació bàsica, pateixen la pèrdua de l'habitatge i del treball, els falten uns ingressos mínims. El 20,2 % de les persones ateses viuen en llars sense cap ingrés econòmic. Això ofega el 8,6 % de la població de Catalunya.

El 93,5 % de famílies acompanyades per Càritas no cobra la Renda Garanti-

da de Ciutadania. Només el 9,7 % rep aquesta prestació. Molt poques famílies (el 19,4 %) tenen prou informació per a tramitar l'Ingrés Mínim Vital. El 44 % de les persones ateses viuen en un habitatge que consideren indigne i el 64 % es troba a l'atur. Són dades contrastades i reals.

Aquesta informació ens ha de fer pensar i ha d'activar la nostra sensibilitat solidària. Els centres d'acollida de les Càritas de totes les parròquies no han tancat en cap moment i continuen oberts, encara que amb recursos humans i materials limitats. Les atencions socials han augmentat un 26 % i han arribat a 272.702 persones, moltes de les quals han acudit a Càritas per primera vegada. Per contra, també cal notar uns signes d'esperança. Més de

mil persones, sobretot joves, s'han incorporat a Càritas com a voluntàries i les donacions s'han incrementat en un 59 %.

La comunicació de Càritas acaba amb aquestes paraules: "aprovem en solidaritat individual, suspenem en articulació de respostes col·lectives. Veiem que la nostra societat creu en les respostes solidàries individuals davant les situacions d'emergència; veiem que, en canvi, no es produeix la connexió amb les respostes col·lectives que hauríem d'articular a partir de polítiques públiques decidides que posin el focus en transformar les condicions de vida de les persones en situació de major vulnerabilitat".



**Casa pairal reformada, amb una superfície de 220 m<sup>2</sup>. Preparada per oferir una estada tranquil·la i acollidora. L'allotjament és lluminós i es divideix en dues plantes que disposen de 5 habitacions dobles (una d'elles tipus suite), 2 banys complets, 2 cuines, 2 sales d'estar, llar de foc, barbacoa i una gran terrassa.**

- **Planta principal:** 1 habitació doble, 1 habitació tipus suite, 1 cuina, 1 bany complet, 1 sala d'estar, barbacoa i una gran terrassa/jardí.
- **Primera planta:** 3 habitacions dobles, 1 cuina, 1 bany complet, 1 sala d'estar i jardí.

• **SERVEIS.** La casa disposa d'un gran ventall d'estrís per crear una estada còmode.

• **MODALITATS DE LLOGUER.**

La casa es pot llogar en tres modalitats:  
*Planta principal, primera planta o casa sencera, en funció de les necessitats de cada hoste.*



**LOCALITZACIÓ | CONTACTE**

C. Joan Rabascall, 7  
43382 Maspujols (Tarragona)  
venturacasaural@gmail.com  
T. 661 267 579 / 652 627 612  
www.casauralventura.com



## LA LLEI TRANS

El dia 28 de juny és el Dia Internacional de l'Orgull. Aquest dia es celebra la diversitat sexual i el col·lectiu LGTBIQ+ (persones lesbianes, gais, transgènere, transsexuals, bisexuals, intersexuals i queer) reclama els seus drets i llibertats.

A Catalunya, a l'Estat Espanyol i a Europa trobem diverses normatives respectives al tema. Aquestes normatives fan referència a la no discriminació per motius d'orientació sexual, identitat de gènere o expressió de gènere, i altres àmbits com l'educació, la salut, l'esport, els mitjans de comunicació, la cultura o el lleure.

A Espanya, fa relativament poc que s'ha aprovat l'avantprojecte de llei per a la igualtat real i efectiva de les persones transsexuals i per la garantia dels drets LGTBIQ+, popularment coneguda com a "lleï trans". Aquesta lleï permetria a les persones una transició permanent al sexe amb el qual s'identifiquen amb els requisits següents: a partir de 12 anys es permet el canvi legal, entre els 12 i els 14 anys mitjançant una autorització judicial, entre els 14 i els 16 anys amb el consentiment dels responsables legals i a partir dels 16 anys no hi ha requisits.

Entre les garanties que vol seguir la normativa, trobem el manteniment dels drets igualitaris, la prohibició de les teràpies de conversió, tècniques de reproducció assistida (persones transsexuals amb capacitat de gestar), pròrrogues per persones intersexuals, diversitat LGTBIQ+ (en l'àmbit educatiu), la promoció del treball per dones transsexuals i també les respectives infraccions en cas d'incompliment.

Contràriament, Hongria ha aprovat una lleï que prohibeix parlar als menors sobre l'homosexualitat i la identitat sexual, una lleï que causa tensions amb la Unió Europea. Aquesta és una lleï que discrimina a les persones en base a la seva orientació sexual i que, òbviament, no entra dins dels valors fonamentals de la Unió Europea. És una lleï que viola el dret de la llibertat d'expressió amb l'excusa de protecció al menor, una lleï on es prohibeixen aquells continguts que promoguin o impliquin el canvi de la identitat sexual de la persona nascuda, de la resignació del sexe i l'homosexualitat. Una lleï anti LGTBIQ+ en tota regla.



*Contacta'ns*

Taller Rafel Sans  
C/ Muralla, 23  
43381 L'aleixar (Tarragona)

☎ 977 815 384

☎ 650 289 708

✉ taller@rafelsans.com

**RS Rafel Sans**

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

Projectes d'instal·lacions,  
reparació i manteniment

Instal·lador  
AUTORIZAT



*Serveis per al nostre client*

- ✓ Fontaneria
- ✓ Calefacció
- ✓ Terra radiant
- ✓ Aire condicionat
- ✓ Energia solar tèrmica
- ✓ Energia solar fotovoltaica
- ✓ Aerotèrmia
- ✓ Gas

Instal·lació, reparació i manteniment

*Troban's*



# JA LA TENIM BEN A PROP

De la mateixa manera que hem parlat d'espècies foranes que han arribat al nostre país, avui parlarem de la vespa asiàtica (*Vespa velutina nigrithorax*). Té uns 20 mm de longitud i es caracteritza perquè és l'única d'Europa que els adults són de color castany fosc, i a més presenta un tòrax totalment castany negre envellutat i segments abdominals de color castany ribetejat amb una fina franja groga, com es pot apreciar a la fotografia. Únicament el quart segment de l'abdomen és quasi en la seva totalitat de color groc-taronja. El cap és negre i la cara groc ataronjada.



## No ens confonguem... amb les vespes



per construir un vesper de grans dimensions, fàcilment visible. Cap al final d'estiu es construeixen les cel·les destinades a criar mascles i femelles, que s'aparellen fora dels vespers. Els mascles moren i les femelles queden fecundades en hibernació. Les noves reines fecundades hibernen arrecerades al terra, sota escorces o petites cavitats.

Un dels impactes que produeixen en el nostre ecosistema és com a predador d'abelles i altres insectes pol·linitzadors importants; per tant, en alguns fruiters pot provocar una reducció de la producció per manca de pol·linitzadors. Provoca també danys importants en l'apicultura, ja que una part important de la seva dieta són larves d'abella. Cal tenir cura amb les persones amb al·lèrgies; les seves picades poden fer reacció al·lèrgica.

Per tal de frenar la seva propagació és important la informació de la gent del sector agrari, Agents Rurals i altres sectors implicats. Així, un estudi liderat pel Dr. Gerardo Caja de la UAB conclou que "a Espanya i a Europa s'està frenant el declivi de les abelles domèstiques", i el seu treball demostra que, "amb bon maneig i control de la nova plaga de vespa asiàtica, es podria mantenir la població i la producció dels ruscós".

Els nius detectats cal destruir-los al setembre i octubre, ja que és el moment de màxima ocupació. Cal fer-ho al vespre o a trenc d'alba, moment de menys activitat, ja que és una espècie d'activitat diürna.

Cal vigilar també l'apicultura de transhumància per evitar moure arnes o material extra on ja hi ha un niu de vespa asiàtica.

És una espècie originària de la Xina, el nord de l'Índia i Indonèsia. Moltes altres vespes també provenen de l'Àsia. Va arribar el 2004 a França dins d'un contenidor que venia de la Xina. Amb les dades obtingudes, s'estima que s'ha propagat a una velocitat de 100 km/any. L'any 2012 es va detectar per primera vegada a Catalunya entrant pel nord-est, on es va establir inicialment, sobretot a l'Alt Empordà i la Garrotxa. Després s'ha anat estenent cap al sud i avui en dia ja es troba a les nostres comarques.

El seu cicle reproductiu comprèn 4 fases. Comença quan part de les reines fecundades, de manera individual, inicien la construcció del niu embrionari amb fibres de fusta mastegada. D'aquest niu embrionari neixen obreres que assumeixen les tasques de recol·lecció, neteja, construcció de cel·les i alimentació de les cries. El creixement de la colònia pot limitar l'espai disponible i és aleshores quan les obreres cerquen un segon emplaçament, que sovint es situa a la part alta d'arbres

### EVOLUCIÓ DE LA COLÒNIA I TERMINOLOGIA

#### NIU EMBRIONARI



► Construit per la reina

#### VESPER PRIMARI



► Evolució del niu embrionari  
► Mateix emplaçament  
► Vist sovint en construccions humanes  
► Sovint irregular

#### VESPER SECUNDARI



► Construcció d'un nou vesper per obreres  
► Nou emplaçament  
► Forma regular  
► Vist normalment en arbres  
► A partir de l'estiu

Aquí podeu veure el vídeo del TeleNotícies de TV3



C. Sant Antoni, 1  
43382 - Maspujols (Tarragona)  
T. 977 815 668

Variat assortiment de productes d'elaboració pròpia preparats diàriament amb productes de primera qualitat.



Llangonisses variades · Botifarres i Bisbes · Mandongo  
Botifarres d'ou amb sabors variats · Fruits · Patès artesans  
Sobrassada · Salates d'embotits i formatges al gust  
Elaborats de temporada · Fruita i verdura de proximitat Km0



- Disseny de jardins
- Manteniment
- Poda
- Tractaments fitosanitaris
- Sistemes de regs

C. de l'Església 4, 43382 Maspujols • 650 537 220 • enricmarch@hotmail.com



desinsectació • desratització • desinfeccions  
tractaments contra tèrmits, corcs, etc.

Xavi Llauredó - 636 467 934 - bitxostop@gmail.com  
Plaça de la Vila, 3 - 43382 Maspujols



# TALLERS JORDI MARTÍ

- Diagnòs multimarca
- Injecció Benzina
- Dièsel
- Frens i ABS
- Climatització
- Pneumàtics
- Servei oficial d'enganxalls Aragon



Pol. Agro-Reus · C. Recasens i Mercader 25 · 43206 REUS · ☎ 977 318 918 · ✉ tallersjordimarti@yahoo.es · 🌐 www.tallersjordimarti.com



construccions  
**mestre**

Construïm el teu espai

**626 991 955**

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

VENDA I REPARACIÓ

MAQUINÀRIA

AGRÍCOLA I DE JARDINERÍA //

**LLAURADÓ** 

**ECHO**

**HONDA**

**YANMAR**

**Jonsered**

C. Canal, 10 (local 2) · 43205 · REUS · Tel. 977 754 718 · maqlaurado@gmail.com

**CCQ** **Tallers JSP**  
CAR SERVICE Reparació Multimarca de l'Automòbil

*disposem de vehicle  
de cortesia sense  
cost addicional*



**CANVI d'OLI**  
+ FILTRE OLI  
**65€**



**KIT d'EMBRAGATGE**  
DES DE:  
**295€**  
DIÀGNOI PRESSUPOST  
PER AL TUU VEHICLE



**KIT DISTRIBUCIÓ**  
DES DE:  
**295€**  
DIÀGNOI PRESSUPOST  
PER AL TUU VEHICLE



**CANVI PASTILLES FRE**  
OFERTA VÀLIDA PER A TOTS ELS TURISMES  
**80€**

Avda. Països Catalans 44-46 i Avda. Pere Cerimoniós 42 · REUS · ☎ 977 318 707 · ☎ 622 949 646 · 🌐 www.tallersjsp.com

COL-LABORACIÓ Josep M. Llauradó Llauradó

## 85 ANYS DE LA DESAPARICIÓ I MORT DEL NOSTRE CONVILATÀ ESTEVE MESTRES LLAURADÓ

Esteve Mestres Llauradó va néixer a Maspujols, a cal Quet, el dia 20 de març de l'any 1902. Els seus pares, Francesc Mestres Domènech i Maria Llauradó Gibert, tingueren 6 fills: Maria, Francisco, Josep, Teresa, Joaquim i Esteve. Ell era, per tant, el petit.

Quant tan sols tenia 11 anys, demanà poder ingressar a la Comunitat Claretiana de Vic, fundada per Sant Antoni Maria Claret, i hi fou acceptat. Val la pena recordar que Sant Antoni Maria Claret va estar a Maspujols el dia 14 de març de l'any 1846. Venia de fer la Missió a la Selva del Camp i, a punta de dia, va sortir cap a Falset. Arribant a Maspujols hi predicà, hi menjà una poca cosa i repregué el seu viatge, que durà ben bé deu hores, sempre a peu. Aquell any regia la Parròquia del nostre poble Mn. Pau Bofarull.

Esteve Mestres Llauradó, com a estudiant, fou aplicat i fervorós, encara que aviat es deixà notar la seva dificultat pels estudis. Va professar a Cervera el dia 29 de maig de 1919.

Humil per convicció, sempre fou molt apreciat pels seus superiors i la major part de la seva vida religiosa la passà a Cervera o a Mas Claret, una finca situada a uns 7 km de Cervera, propietat de la Comunitat, realitzant els oficis més humils. Durant varis anys fou l'encarregat dels corrals de bestiar, estalviant moltes despeses a la Comunitat.

El dia 1 d'agost de 1936, que era disabte, entre les quatre i les cinc de la tarda, es presentaren a Mas Claret un grup de milicians armats, en cotxes oficials, i portant una autorització de la Conselleria de Governació de la Generalitat de Catalunya. Després de saquejar la masia, varen matar a un germà de la Comunitat, Josep Ferré, perquè pensaven que havia amagat tots els objectes més valuosos. En veure això, Esteve Mestres, aprofitant un descuit dels milicians, es posà a córrer tot cridant: "que ens maten! que ens maten!", desapareixent per darrere dels corrals i perseguit a trets pels pistolers, muntanya amunt. Al cap de poc temps, tornaren aquests dient: "Aquest ja dorm. N'hi ha algun altre que vulgui fer el mateix?" Un silenci de dolor va seguir aquestes pa-



raules. Tothom cregué que el germà Mestres havia estat assassinat, però temps després s'assabentaren que havia sortit il·lès d'aquella aventura i que, després de passar alguns dies per aquelles muntanyes, havia arribat al seu poble natal, Maspujols.

La seva família el va tenir a casa mentre va poder, però al mes d'octubre va marxar a Barcelona. Va passar uns dies amb la seva germana Teresa, al carrer Noguera-Pallaresa, 25, al barri de Sants. Després va anar de dispesa en dispesa, amb gran pena, manifestada per ell en diverses ocasions, per haver-li fallat l'ajut de qui menys podia dubtar.

Va experimentar un gran consol quan a Barcelona va trobar-se amb altres germans de la Congregació. Amb un

d'ells, Isidre Martínez, un dia varen intentar anar a demanar feina a la cuina de l'Hotel Colón. Això fou l'últim que, de cert, es va saber d'ell. El final del drama es fàcil d'endevinar: allí se'ls va demanar la documentació, foren denunciats i, poc després, tal vegada aquella mateixa nit del 24 al 25 d'octubre, foren assassinats, per l'únic "delicte" de ser religiosos.

Respecte a la causa de la seva beatificació, el nostre convilatà Esteve Mestres Llauradó possiblement serà d'aquells que són doblement màrtirs, per la mort i per no poder provar-la, ja que no hi ha documents i, mentre no es trobin testimonis de la seva mort martirial, no es podrà introduir la causa, ja que ni tan sols es va trobar el seu cadàver.

# DONES, CONEIXEU REALMENT EL VOSTRE CICLE MENSTRUAL?



El cicle menstrual és el mecanisme fisiològic mitjançant el qual el nostre cos es prepara per la reproducció, però no només serveix per això. Mitjançant el cicle menstrual fabriquem una sèrie d'hormones necessàries per mantenir la nostra salut. Una alteració del cicle menstrual ens dona informació d'alteracions patològiques. Sabeu que una menstruació normal no ha de generar dolor? Que una menstruació saludable és de color vermell viu? Que no ha de tenir coàguls?

Som cíclics i, això, afecta a molts aspectes de la nostra vida. Heu notat en quines fases sou més energètiques, més productives, més socials o més introspectives? Tota aquesta variabilitat d'emocions i sensacions és degut a les hormones. Les grans protagonistes són els estrògens i la progesterona, però n'hi ha moltes.

Sabíeu que dins del cicle menstrual existeixen diversos cicles? El cicle menstrual es compon de dos cicles, l'ovàric i l'endometrial, que es complementen entre sí. Al llarg del nostre cicle (25-36 dies) les hormones viatgen per la sang per permetre que els ovaris alliberin un òvul i l'úter tingui la possibilitat d'acollir una nova vida.

Us parlem breument de les principals hormones que regulen el cicle. Hi ha les hormones sexuals femenines que es fabriquen majoritàriament als ovaris (estrògens i progesterona) i hi ha les gonadotropines, hormones que es produeixen a la hipòfisi (glàndula situada a la base del crani, que regula la major part de les funcions de l'organisme) i que fan possible l'ovulació i ajuden l'ovari a produir estrògens i progesterona. Aquestes hormones són la FSH (hormona fol·liculoestimulant) i la LH (hormona luteïnizant).

Dividim el cicle en quatre fases. Comptem un cicle de 28 dies, però cal recordar que cada dona és diferent i cada cicle és diferent. Això sí, un cicle de menys de 25 dies es considera curt (la causa pot ser un dèficit de progesterona) i un cicle de més de 35 dies es considera llarg (podria ser per anovulació).

## FASE 1

Sagnat (dies 1-5). La dona, amb la menstruació, acostuma a perdre entre 5 i 80 ml de sang. En aquesta fase hi ha una baixada important de les hormones. Generalment, la nostra energia també està baixa, sobretot el dia abans del primer sagnat. Estem més irritables, amb dificultat de concentració. És moment de descansar i hidratar molt bé el cos (el principal ingredient de la sang menstrual és aigua). És una fase inflamatòria fisiològica que el cos té la capacitat per resoldre. Si tenim molèsties a la zona de la pelvis, aplicar-hi calor pot ajudar-nos.

### ALIMENTACIÓ RECOMANADA PER LA FASE 1

► Degut a la pèrdua de sang, durant aquest període és interessant incloure aliments rics en ferro, sobretot si els sagnats són abundants (carn, peix, ous, fulles verdes, llegums, llavors de carbassa, fruits secs). A més a més, es recomana acompanyar aquests aliments rics en ferro amb aliments rics en Vitamina C, com poden ser els cítrics, els tomàquets, el pebrot vermell i el bròquil, tots ells sense cuinar. Els aliments rics en ferro els hauríem de prendre en menjades diferents dels aliments de fulla verda, el cafè, els làctics, la xocolata negra o els cereals integrals, ja que en dificulten la seva absorció.

► Al ser una fase inflamatòria, és interessant incloure aliments rics en omega 3 com el peix blau, les nous, el lli, les llavors de sàlvia (chia) i el canem. També podem utilitzar espècies antiinflamatòries com la cúrcuma, el gingebre, la canyella, la sàlvia, l'orenga, el te verd o el pebre.

► Cal assegurar la hidratació: beure aigua i incloure aliments amb alt contingut d'aigua, com brous, fruites i verdures.

► Tot i que en general no es recomana el consum d'alcohol, durant la menstruació és important no beure'n, ja que aquest es metabolitza al fetge i, durant la menstruació, és interessant que metabolitzi els estrògens. Beure alcohol durant la menstruació podria donar peu a dolors menstruals i sagnats més abundants.

## FASE 2

Fol·licular (dies 6-12). Hi ha un augment dels estrògens ajudats per la FSH. Els fol·licles (on creixen els òvuls) comencen a madurar. Ens farà sentir més energètiques. És un bon moment per fer exercici físic, és el millor moment per fer un treball de potència i força, amb temps curts de treball (HIIT), tot i que també podem optar per un treball de resistència. Es relacionen els estrògens amb un son més eficient. En aquesta fase tenim un son més reparador, més profund. A més a més, en aquesta fase podem notar la pell més seca.

### ALIMENTACIÓ RECOMANADA PER LES FASES 2 I 3

► És la fase on es necessita que la nostra alimentació sigui més rica amb carbohidrats (pasta, arròs, pa, cereals, tubercles, llegums), grup d'aliments que ens donarà l'energia necessària per poder fer l'exercici aeròbic i d'alta intensitat. Tot i així, aquests carbohidrats és millor que siguin integrals, ja que l'augment dels estrògens que es produeix en aquesta fase provoca un augment de la sensibilitat a la insulina

(baixa capacitat de la insulina per reduir els nivells de sucre en sang).

► És important incloure aliments antioxidants: fruites i verdures (mínim arribar a les 5 racions al dia) i oli d'oliva verge extra o espècies antioxidants com la cúrcuma. Cal assegurar el zinc (marisc, avellanes, ametlles, anacards, xocolata negra, arròs integral, ous, llavors de carbassa, cacauets, civada...).

► És important menjar proteïna: llegums, carn magre, ous. Sobretot aquelles persones que tenen sagnats abundants (encara que ja s'hagin acabat), cal estar segurs que s'ha recuperat el ferro perdut.

► Es recomana incorporar les crucíferes com el bròquil, la col o les cols de Brussel·les, ja que ens ajudaran a regular els estrògens, molt importants en aquesta fase.

► En canvi, en aquesta etapa es recomana disminuir el consum de greixos. Tot i així, és important que per la maduració del fol·licle consumim omega 3 i omega 6 del peix blau, de les llavors, etc.

► La hidratació continua sent molt important per ajudar a la pròpia maduració del fol·licle. L'ovulació és moment de molta humitat, el cervix està humit, es necessita aigua.

## FASE 3

Ovulació (dies 13-16). Els estrògens arriben al pic més elevat. En aquest moment, la LH ajuda els estrògens perquè l'òvul surti del fol·licle i es crea el cos luti. L'ovulació es dona una vegada a cada cicle i dura 24-48 hores. El moment fèrtil és molt curt. Notarem més quantitat de flux vaginal. El moc cervical serà molt elàstic, tindrà un aspecte de clara d'ou. Aquest és essencial per la fertilitat, ja que d'ell depèn la supervivència dels espermatozous al tracte reproductor. També hi ha un augment de la temperatura corporal (+ 0.3 - 0.5 °C de la temperatura basal). La nostra pell està brillant. Baixa una mica el rendiment físic, per tant, es recomana disminuir la intensitat de l'entrenament. Tot i així, és una fase esplèndida per fer treball de força i treball aeròbic (de moderada intensitat), ja que experimentem molta motivació. És a partir de l'ovulació que la nostra alimentació ha de ser més alta en proteïnes (llegums, carn, peix, ous) i, en canvi, cal reduir la ingesta de carbohidrats (cereals i tubercles).

## FASE 4

Lúcia (dies 17- 28). En aquesta fase els estrògens, la LH i la FSH estan baixos i augmenta la progesterona, hormona encarregada de preparar l'endometri (la mucosa que recobreix la part interior de l'úter) per una possible gestació. Si no hi ha fecundació, el cos luti es va degradant, hi ha un descens de la progesterona i apareix una nova menstruació, la descauciació de l'endometri.

Si dividim aquesta fase en dues subfases,

durant la primera subfase tenim molta energia, per tant és un bon moment per fer un treball aeròbic o un entrenament de força de baix volum i exercicis més llargs. Quan va acabant aquesta fase, es va acabant també l'energia. Estem fluixes i més dèbils, tenim més dificultat per recuperar el ritme cardíac i menys capacitat de recuperació muscular post-exercici. A la fase final del cicle, podem optar per un treball de flexibilitat, estiraments, treball de nivell d'estrès (ioga, mindfulness...).

Pot ser habitual que, a la fase final de la fase lúcia, aparegui el síndrome premenstrual i, aquest, produeix un descans menys profund i més interrupcions del son. Però també pot ser que els culpables de l'insomni siguin l'ansietat o els dolors menstruals severes (que no són normals i cal revisar què està passant). En aquest moment també podem notar la pell més greixosa. Ens notarem més inflades, amb acumulació de líquid i greix, tindrem més gana, estarem més cansades i pot aparèixer dolor al pit i a la zona lumbar. La progesterona vascularitza l'endometri. Aquest efecte es veu transformat a la resta del cos amb retenció de líquid, inflamació, etc.

### ALIMENTACIÓ RECOMANADA PER LA FASE 4

► En aquesta etapa apareix una lleu resistència a la insulina i també una disminució de la serotonina (l'hormona de la felicitat). Això provoca que ens pugui augmentar la gana i tinguem antull d'aliments més dolços i calòrics. Si ens passa això, intentem prendre aliments dolços saludables, com la fruita, la xocolata negra o els fruits secs. En moltes dones apareix el que s'anomena el cicle premenstrual i, alguns tipus d'aliments, s'ha vist que en podrien reduir les molèsties.

► Tal i com hem comentat a partir de l'ovulació, el nostre organisme necessita menys carbohidrats i, els que mengem, es recomana que siguin cereals integrals

(pa integral, pasta integral, arròs integrals, etc.) ja que aporten més nutrients (vitamines i minerals) i més fibra.

► En canvi, en aquesta fase es recomana augmentar els greixos, sobretot l'omega 3, greix present a la dieta a partir del peix blau però també les nous i les llavors de lli o de sàlvia.

► Durant aquesta fase, cal intentar incloure aliments rics en calci i vitamina D com llegums, fruits secs, sèsam, sardines, verdures de fulla verda com la col, els espínacs o les bledes i làctics fermentats. A més a més, 10 minuts de sol al dia ens ajudaran a absorbir correctament la vitamina D.

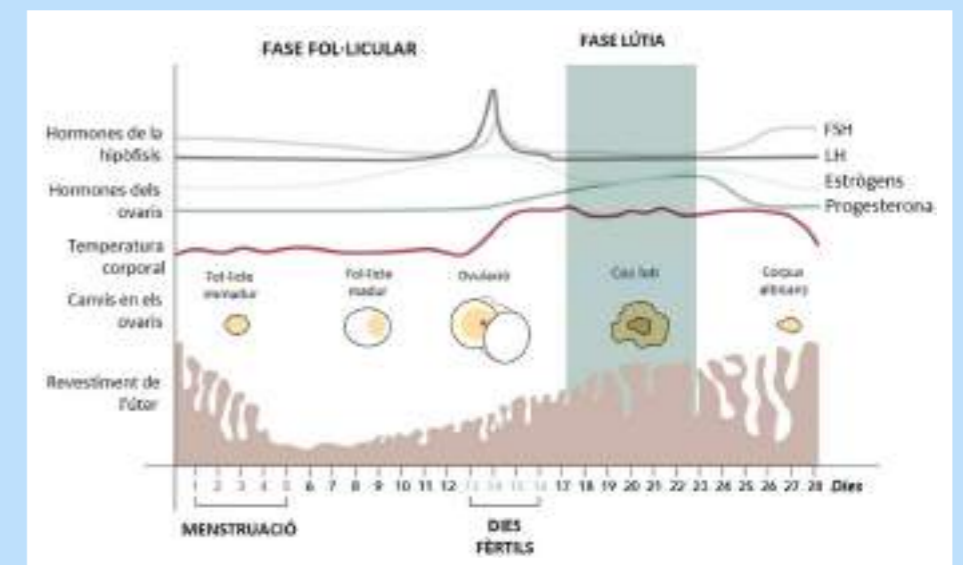
► Cal molta hidratació, sobretot si el cos està retenint líquids. Si experimentem retenció de líquids, haurem d'evitar els aliments alts en sal.

► Degut a les dificultats que hem comentat per dormir, és interessant incorporar a la dieta aliments rics en magnesi com els vegetals de color intens, plàtans, cacau pur, fruits secs i llavors.

Un cop repassat tot el cicle menstrual, volem acabar especificant que el més important del cicle és l'ovulació. Sense ovulació, no hi ha menstruació (hi pot haver sagnat anovulatori). Si es produeix l'ovulació, la resta d'hormones està en harmonia.

El sagnat que es produeix quan es pren la pastilla anticonceptiva no és una menstruació, és un sagnat per privació. Heu de saber que si feu servir mètodes anticonceptius com la pastilla o el DIU no tindreu cicles menstruals, ja que no es produeix ovulació.

Us animem a fer un registre de símptomes al llarg del cicle per tenir un autoconeixement del funcionament del vostre cos. Una bona salut hormonal és una bona salut general. Cuidem-la! I la podrem cuidar si la coneixem i la sabem interpretar. Les dones som fascinants. Presteu-vos atenció, escolteu-vos i deixeu-vos fluir.



L'endemà del seu bateig, l'abril del 1987, el gegant Marc ja tenia un bon amic, el Sisquet.

Fe d'errates

A la descripció de la fotografia perduda de l'edició anterior vam cometre un error amb un nom. En lloc de Glòria Barenys, hauria de ser Maria del Pilar Barenys. Disculpeu l'errada.



Raval Sant Pere 42, 2n-4 (43470) LA SELVA DEL CAMP  
615 619 000 | excavacionsroig@excavacionsroig.com

www.excavacionsroig.com

MOVIMENT DE TERRES  
OBRA PÚBLICA  
SERVEIS AGRARIS



Excavacions  
Roig SL  
LA SELVA DEL CAMP

# ESTRIS DE NETEJA: CARABASSA DE FREGALL I ESPART

Per netejar la vaixela, els estris de cuina o llocs de la casa en general es fan servir, generalment, **esponges convencionals sintètiques**. D'esponges sintètiques també se'n fan servir per higiene personal, com les esponges de bany. Ambdós tipus d'esponges estan fets de plàstic no reciclable ni compostable, per la qual cosa es llancen al contenidor del rebuig un cop s'ha esgotat el seu ús. A més, cada cop que es fan servir, es van deteriorant i desprenen microfibrilles de plàstic que acaben als mars i rius, sumant a la contaminació que aquests ja pateixen.

Una alternativa als fregalls o esponges convencionals són els **fregalls naturals**, procedents de fibres vegetals o plantes, com els que es feien servir antigament i van anar quedant en desús. Al ser vegetals, són compostables i, per tant, quan s'ha esgotat el seu ús, es llancen al contenidor de l'orgànic. N'és un exemple la **carabassa de fregall**, també anomenada **esponja vegetal** o **esponja de luffa**. Les carabasses de fregall s'obtenen dels fruits de la luffa, de la varietat cilíndrica (*Luffa cylindrica*), una planta de la família de les cucurbitàcies, com la carabassa i el carabassó. Aquestes esponges es poden fer servir tant per neteja d'estrís de la cuina com al bany, ja que tenen bones propietats exfoliants pel cos i per la cara. És per aquest motiu que es venen a les farmàcies, sovint blanquejades, però també es poden cultivar a casa, tant en una torreta com al tros.

La carabassa de fregall és una planta perenne anual, trepadora, i pot arribar a superar els 2 metres d'alçada, per tant, també es pot utilitzar per cobrir baranes, emparats o pèrgoles. És una planta de



clima tropical, però també es cultiva molt bé a la nostra zona. És per aquest motiu que a continuació us en detallo més característiques, per si algú en vol cultivar. Se sembla de març a abril i al maig es trasplanta al seu lloc definitiu. D'una planta, en poden arribar a sortir entre 15-20 fruits de fins a 30 cm, els quals es recol·lecten quan han adquirit un color verd grogós, es deixen assecat i se'ls treu la pell, quedant només les fibres. Aquesta estructura fibrosa és la que ja es fa servir com a esponja, i es pot tallar en diferents trossos. Per fer-la servir, s'humiteja amb aigua, que la fa estovar, assemblant-se a les esponges sintètiques. No ratllen la vaixela ni la vitroceràmica, absorbeixen bé el sabó i generen bastanta espuma.

Un altre material vegetal i que s'utilitza de manera molt semblant a la carabassa de fregall pel seu ús com a fregall d'estrís de cuina és l'**espart**. L'espart és una planta herbàcia perenne, de la família de les graminies i que procedeix de l'àrea del Mediterrani. Les fulles són linears, molt tenaces, i l'espiga és groguenca. Creix de manera natural o es cultiva per aprofitar-ne la fibra. És típica de llocs amb clima estepari àrid i condicions extremes (avui en dia, l'espart es cultiva principalment a la Regió de Múrcia). Un fregall d'espart és més tou que els de carabassa, així que es poden anar combinant. Cal modelar-lo fins que adquireixi la forma de la mà, tot i que és possible que algunes fibres se'n despreguin. Tant la carabassa de fregall com el fregall d'espart, cal deixar-los assecat lliure de sabons un cop s'han fet servir. D'aquesta manera, es conservaran millor i poden arribar a durar de 4 a 6 mesos. Cal canviar-los quan comencen a fer olor o canvien de color.

**Civit manteniment** S.C.P.  
piscines · jardins · reparacions

☎ 609 585 584 ✉ civitmanteniment@gmail.com

fisio\sa

(+34) 646 596 465  
C/ LA BOTIGA, 3 - MASPUJOLS  
GEMMA@FISIOSA.CAT

Gemma Samsó  
N. COL·LEGIADA 9003

www.fisiosa.cat



• **REVISIÓ OFICIAL** . Vine a fer la Revisió Oficial. Sense perdre la garantia del fabricant.

- MANTENIMENT DEL VEHICLE – SERVEI DE MANTENIMENT –**
- Canvi Oli – Filtres
  - Distributions
  - Electricitat
  - Embragatges
  - Mecànica
  - Bateries
  - Planxa i pintura
  - Llunes - polt de fars

- MANTENIMENT DEL VEHICLE – SEURETAT –**
- Amortidors
  - Climatització (carrega ac: **A134 / I234YF**)
  - Frens
  - Canvi de Pneumàtics – equilibrat – Alineació
  - Pre Itv
  - Experts en diagnòstic i avaries electròniques del vehicle.
  - Els nostres equips de diagnòstic:
- AUTEL** **berton** **LAUNCH**

- MANTENIMENT - ALTRES -**
- Cakes canvi automàtiques
  - Gasolina
  - Diesel
  - Híbrids
  - Elèctrics
  - Bateries
  - Vehicle de cortesia gratuït
  - Passem ITV
  - Financament reparació sense interès.

**CONTACTA'NS**

Cita Prèvia:

TEL. 977 815384

WhatsApp TALLER 650 28 97 08

taller@rafelsans.com

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

**VINE A VEURE'NS**

**TALLER RAFEL SANS**

C/MURALLA, 23 - 43181 L'ALEGRIÀ



Adherits:



Gestió de residus:



**TRACTONIN, S.L.**  
**Maquinària Agrícola i Jardineria**  
**Venda i reparació**

Pere Calders, 2-4 • 43206 Reus  
 Telf. 977 313 862 – Fax: 977 320 518  
[info@tractonin.cat](mailto:info@tractonin.cat)  
[www.tractonin.cat](http://www.tractonin.cat)



MOTOAIXADES – MOTOSERRES – TALLAGESPES – DESBROSSADORES – BUFADORS  
 TRACTORS – SULFATADORES – PICADORES – BIOTRITURADORES  
 PINTES OLIVES - TISSORES – SERRES – XERRACS - LLIADORES (TOT A BATERIA)

# CAÇANT RESIDUS

El *Let's Clean Up* és una acció comuna a tota Europa per conscienciar sobre la quantitat de residus que llencem de forma incontrolada a la natura i promoure accions de sensibilització a través de la recollida d'aquests residus abocats il·legalment als boscos, platges, marges de rius, etc. Fa tres anys que s'hi participa activament des de diverses entitats del municipi.

A Maspujols es va realitzar del 19 al 21 de maig de 2021, amb la implicació de l'Escola i l'AFA de l'Escola i el grup Tractor de la Bona Brossa a Maspujols. Es va comptar amb material de suport per a les actuacions de recollida de residus cedit per l'Agència de Residus de Catalunya: guants, bosses de plàstic reciclat o ràfia, bosses de tela, bàscules, cartells informatius, etcètera. El material es va lliurar als participants i reutilitzar seguint les mesures COVID. Es van recollir més de 200 kg de residus entre plàstics, llaunes, ferralla, vidre, roba i altres voluminosos. Posteriorment, els residus van ser classificats, quantificats i separats en fraccions reciclables. Tots aquells residus que no es podien separar als diversos punts verds del municipi es van transportar a la deixalleria de Botarell. Hi van participar prop de 165 vilatans des de 3 anys fins a més de 70.

De l'experiència tots els participants van destacar que es van sorprendre de com es podia embrutar l'entorn. Molts d'ells van destacar que calia fer accions com aquesta més sovint, però sobretot conscienciar de que no hi hauria d'haver tants abocaments incontrolats. Es va crear un vídeo que es va preparar des de la Bona Brossa i l'AFA de l'Escola de Maspujols, per a poder treballar el concepte de "Brossalesa" a les aules de l'Escola, i fer-ne difusió entre els habitants del Municipi. Són imatges reals de la Riera de Maspujols i voltants. El teniu disponible a través del següent codi QR:



Entitats participants: Escola de Maspujols, La Bona Brossa a Maspujols, Associació de Dones "La Dàlia", Escola Bressol Els Caragolins, AFA Escola de Maspujols i Ajuntament de Maspujols.





18

El Jordi Salvat ha fet 18 anys. Per molts anys!



18



50

La Mònica ha fet 50 anys el dia 22 de juliol. Per molts anys!!!



50

El Paco Sierra ja n'ha fet 50. Per molts anys, jovenet!!!

La Montse Llaurador es prepara per canviar de dècada i celebra els 59.



59

**NEIXAMENTS**

Violeta Pujol Arévalo  
22.05.2021

**DEFUNCIONS**

Tomàs Español Llauradó  
20.04.2021 93 anys  
Nati Ferraté Llauradó  
01.05.2021 89 anys  
Clarita de Grau Martí  
18.05.2021 93 anys  
Eduardo Fernández Alonso  
28.06.2021 56 anys



La Violeta Pujol Arévalo, filla del Màrius i l'Elisa, va néixer el dia 22 de maig. Enhorabona, família!

L'Antònia Llauradó ha celebrat els 60 anys per les altures gaudint del regal que li han fet el Màrius, l'Elisa i la Magda per aquest número tan rodó: un viatge en globus. Per molts anys, Antònia! Gaudeix-los molt!!!



60



60

L'Assumpció López va fer 60 anys el dia 8 d'agost. Per molts anys!!!



65



La Paula Llauradó Manresa ha guanyat la 14a edició dels premis "Enfila el Teu Futur", organitzada per l'Ajuntament de Vandellòs i l'Hospitalet de l'Infant, en què proposa un servei d'activitats extracurriculars d'educació nutricional als infants. Enhorabona, Paula!

La Montserrat Barenys va fer 90 anys el passat mes de maig. Moltes felicitats de part de tota la família!



90



90

La Maria Anglès va fer 90 anys el dia 13 de juliol. Per molts anys, Maria!



EQUIPS MULTIFUNCIONALS I DE GRAN FORMAT  
PREMSES DIGITALS - PLOTTERS  
SOLUCIONS D'IMPRESSIÓ EN BOBINA  
VENDA, LLOGUER I RENTING  
MAQUINARIA AUXILIAR  
EINES PER FORMACIÓ I EDUCACIÓ  
SOLUCIONS DE PROCESSOS DOCUMENTALS



C/Bertran de Castellet, 12 / 43203 Reus / Tel. 977 326 147 / Fax. 977 311 425 / copimac@copimac.com / www.copimac.com



COMANDES: 609 220 878 / 680 174 924

TALLER D'ELECTRICITAT  
DE L'AUTOMÒBIL

# Àngel Llauradó

De Baix, 42 - 977 81 50 36 - Maspujols

### LA TIRA CÒMICA Rataman



### LA RECEPТА Gerard Cros

## STEAK TÀRTAR



INGREDIENTS (per a dos persones):

- 0,2 kg de filet de vedella (crostó/peixet/culatí)
- 1 rovell d'ou (si es pasteuritzat, 20 g)
- 10 g de Brandy
- 15 gotes de salsa tabasco
- 15 gotes de salsa Perrin's (salsa Worcestershire)
- 10 g de mostassa tipus Dijon
- 15 g de ketchup
- 5 g de suc de llimona
- 10 g d'oli d'oliva verge extra
- 15 g de cogombret en vinagre
- 15 g de ceba tendra
- 3 g de sal
- Pebre negre
- 10 llesquetes de pa primes torrades (mida baguette)

### ELABORACIÓ

Tallem/piquem la carn a ganivet fins a obtenir daus molt petits. Reservem.

Tallem els cogombrets i la ceba tendra a brunoise (daus molt petits). Reservem.

Barregem tots els líquids per un costat (el rovell no). Reservem.

Un cop ho tenim tot a punt, barregem bé la carn picada, la barreja de líquids, el cogombret i la ceba picats, la sal, el pebre i el rovell d'ou.

Un cop ben barrejat, ho emplatem formant un timbal amb l'ajuda d'una anella d'acer inoxidable.

Ho acompanyem amb les torradetes.

NOTA: És important no barrejar tots els ingredients fins just abans de consumir, ja que els àcids "cuinen" la carn picada si hi estan molt de temps en contacte.

### POSTRES DE CASA Pilar Llauradó Mas

## PASTÍS DE POMA



Aquesta és una recepta d'aprofitament i de quilòmetre 0 perquè a Maspujols sempre hi ha hagut pomes i pomeres. La recepta és de la Pepita Mas, però l'hem fet amb la Maria del Carme Mas, que ja fa anys que se l'ha fet seva. Explica que era un pastís de postres ideal per aprofitar les pomes que hi havia a casa i que no eren gaire boniques o tenien alguna tara, "perquè són pocs els bocins de poma que es veuen i que han de ser presentables a la vista". La Maria del Carme anima a grans i petits a provar de fer-lo, perquè "encara que és treballós de fer, el resultat és molt bo".

### INGREDIENTS

- 1 quilo de pomes
- 3 ous
- 6 cullerades de sucre o 130 grams
- Mitja terrina de mantega o margarina
- 1 sobre de Llevadura
- 6 cullerades de farina o 130 grams
- Anís

### ELABORACIÓ

En primer lloc, pelem les pomes i les fem totes a bocins petits. N'hem de deixar una per fer el guarniment del damunt. Agafem un bol i, en primer lloc, hi posem la mitja terrina de margarina, la sucre, la farina, la Llevadura i els ous. Les pomes també s'hi poden afegir ja en aquest moment, menys la del guarniment. Amb un multiwat ho passem ben fet, que no quedin bocinets.

D'altra banda, preparem un motllo amb una mica d'oli i farina al cul perquè no s'enganxi el pastís. Si és rodó, millor.

Hi aboquem tot el preparat que hem molgut i hi afegim la poma tallada a làmines pel damunt perquè quedi més bonica la presentació. Abans de posar-lo al forn, hi tirem quatre gotes d'anís pel damunt.

El forn s'ha d'encendre una estona abans perquè ja estigui calent. Hi posem el pastís, a temperatura mitjana, durant un temps que oscil·larà (segons el forn) de 80 a 90 minuts.

Un cop passat aquest temps, el traiem del forn i hi afegim sucre pel damunt, mentre encara està calent el pastís. El deixem refredar i ja es pot menjar.



Ajuntament  
de Maspujols

*amb la Cultura*



**Ajuntament de Maspujols**

C. La Botiga, 1 - 43382 Maspujols

**Horari oficines municipals**

Dilluns a divendres de 8.30 a 14.00h.

Dimecres tarda de 17.00 a 20.00h.

**Contacte**

☎ 977 81 50 86

☎ 977 81 58 56

✉ [aj.maspujols@altanet.org](mailto:aj.maspujols@altanet.org)

🌐 [www.maspujols.altanet.org](http://www.maspujols.altanet.org)

☎ 678 874 354



Ajuntament  
de Maspujols

