



CORRIOL

març 2010

Núm. 156





index

- 1.- Portada.
- 2.- Índex.
- 3.- Editorial.
- 4.- Assemblea Ordinària de Socis.
- 7.- Activitats Previstes.
- 8.- Notes.
- 10.- Espeleologia.
- 12.- Animal.
- 14.- Escalada.
- 15.- Córrer Món.
- 18.- Cuina.
- 19.- Ganyip de Llengua.
- 20.- Opinió.
- 21.- Activitats Realitzades.
- 22.- Sabieu que / Solució Encreuat-155.
- 23.- Encreuat.

Edita: CENTRE EXCURSIONISTA DEL SOLSONÈS

Adherit a la FEEC.

Casal de Cultura, Despatx 3

25280 - SOLSONA

www.centreexcursionistasolsones.org

e-mail: cexsolsones@gmail.com

2

Dipòsit Legal: L-361-1993



**Federació d'Entitats
Excursionistes de Catalunya**



Benvolgut soci/a:

La nova pàgina web del Centre, presentada a l'Assemblea Ordinària celebrada a finals de gener, ja és operativa. De fet, està en funcionament des de fa un mes, però degut a motius de caràcter tècnic, fins avui no t'hem pogut facilitar els codis d'accés com a usuari.

El canvi s'ha realitzat amb la intenció d'oferir un espai que no serveixi tan sols de canal de comunicació entre el Centre i el soci, sinó que a més, aquest últim també hi pugui interactuar. Això vol dir que, si vols, no et limites exclusivament a observar la pàgina, sinó que, a més a més, hi pots accedir i modificar-la, ja sigui penjant fotografies, articles, notícies, enllaços,... Tot això, amb l'ànim d'oferir-te un lloc més dinàmic, flexible i participatiu.

Juntament amb els codis, t'adjuntem una guia on s'explica el funcionament de la web (veuràs que és molt senzill). Aquesta guia també la trobaràs dins la mateixa web.

3

T'animem a participar-hi activament, ja sigui penjant notícies, fotografies de les teves activitats o enllaços que creguis interessants. I per qualsevol dubte, proposta, crítica,... fes-nos-ho arribar i mirarem de solucionar-ho.

Si saps d'algun soci que no rep informació del Centre via e-mail, i per tant no pot accedir al menú d'usuari de la web, digues-li que ens faci arribar el seu correu electrònic. L'inclourem a la nostra base de dades i així li podrem enviar els pertinents codis d'accés a la web com a usuari.

La Junta



assemblea ordinària de socis

Celebrada a la Sala d'actes del Casal de Cultura i Joventut, el dissabte dia 30 de gener de 2010, a 2/4 de 10 del vespre, amb l'assistència de 21 socis. S'obre la sessió amb el següent ordre del dia:

1. Lectura i aprovació o esmenes de l'acta de l'assemblea anterior. Es llegeix l'acta de l'última assemblea, que és aprovada per unanimitat.
2. Estat de comptes. Quota de socis. La tesorera dóna l'estat de comptes de 2009, per les diferents partides i seccions. Hi ha hagut un superàvit de 504•.

La gestió econòmica és aprovada. Pel que fa a la quota de socis, s'augmentarà un 1,4% d'IPC i queda: 9,90 euros la quota normal, 7,80 euros (-20%) a partir del tercer membre de la família i 6,90 euros (-30%) a partir del quart membre.

3. Resum d'activitats realitzades i previstes. Camí de Sant Jaume: el mes d'abril es va anar d'Algerri-Tamarit (21 Km.) i Tamarit-Selgua (27Km.); ens va ploure. El mes de maig, Selgua-Pertusa (24 Km.) i Pertusa-Tierz (26,5 Km.). Als trams de la tardor el Gabi ens va fer de guia; el setembre, Tierz-Bolea (23 Km.) i Bolea-Loarre (14Km.) i a l'octubre, Loarre-Estación de la Peña (18 Km.), Estación de la Peña-Botaya (17 Km.) i Botaya-Santa Cilia de Jaca (16 Km.), on s'enllaça amb el camí general. Es va donar un CD amb les fotos a tots els participants, així com un record (tovallola) als vuit que van fer totes les etapes. De cara a la primavera es farà el tram de Solsona a Montserrat en dues etapes.

Cap de setmana: Es va anar a Canillo, fent una petita sortida cap a la Vall d'Incles, degut a l'elevat risc d'allaus. Érem 15 socis. Enguany s'anirà al Capcir, Matamala, el 2728 de març.

Matinals: El Josep M. Viladrich ens va organitzar una ruta circular a Valldarques, molt interessant; érem 15 participants. Al novembre es va anar a Clariana, pont de Buidassacs, Santa Àgata; érem també 15 i es va acabar amb un aperitiu.

Esquí de muntanya: Hem seguit el programa de les Dues Traces. Les primeres sortides van encaminades a gent nova i es va augmentant de

nivell. El programa està al web. També es va fer l'exposició 100 anys de l'esquí, juntament amb el club d'esquí.

Caminades: la Popular, que anava de Solsona-Olius (14 Km.), arribant fins a Besora (24 Km.) la llarga, amb més de 500 participants Hi va haver molta feina a desbrossar la rasa de Sociats. A la d'Orientació a finals d'octubre hi va haver la part nocturna que va ser una mica complicada ja que no era urbana; el diumenge va transcórrer per la zona de St. Bartomeu. En total es van inscriure 24 equips. La del Vinyet que segueix les quatre partides amb petites variacions. Aquest any es tornava (la curta) des de St. Honorat (10 Km.). El 2010 es repetirà la de fa dos anys, St. Andreu de Clarà, ja que només hi va haver 100 participants.

Muntanya: A Peguera va fer molt mal temps i vam arribar al refugi Colomina; el Taillon i el Bachimala. S'han de buscar alternatives a muntanya ja que hi anem molta gent.

Projeccions: Hem celebrat el 20è Cicle de Projeccions i l'última sessió es va obrir als socis, passant un total de 7 projeccions de temes molt variats. Continuem amb el cicle de Cinema de Muntanya i Aventura Caixa Sabadell, passant dues projeccions; el 2010 també hi serem.

Vies ferrades: Roc d'Esquer a Andorra i al rocòdrom de Roc de Canillo; aquest any s'anirà al Bony d'Envalira i se'n farà una altra, per decidir.

Corriol: Segueix sent molt deficitari. Hi ha algun col·laborador que no seguirà, el replantejarem de nou per activar-lo. Parlarem per veure les possibilitat de passar-lo per correu electrònic i no enviar-lo amb paper.

Senders: S'ha repassat la variant del GR7 de Solsona-Olius-Castell de Lladurs. El mes de juliol l'escola taller desbrossarà els trams del GR7 de Solsona-El Miracle que estiguin malament. S'ha de repintar el tram de Fonts Fenerals que han obert.

Altres activitats:

- la Travessa del setembre va ser als estanys Amagats: Cerdanya i Andorra.

- Portada del pessebre al Padró: tenim molt bona col·laboració a l'hora de realitzar-los. Enguany ha tornat a resultar premiat i l'ha fet el Josep M Gaspar.

- Activitats amb el Grup de Natura:

banyada al riu Cardener el dia mundial dels rius. Es va anar des de St. Llorenç fins a Pratformiu. La banyada va ser fer la foto ja que gairebé no hi havia aigua.

Petjades a la neu en lluna plena - sortida nocturna a Coll de Port. curs de fotografia, un cap de setmana, dissabte teòrica i diumenge la pràctica a la vall d'Ora.

- Es va col·laborar en la setmana de la Gent Gran, amb una petita orientació urbana.
- Fira d'entitats. Hem col·laborat amb l'Ajuntament en el marc del Pla d'Entorn. Es tractava de muntar una activitat pel 3r curs de primària. Vàrem ensenyar a muntar tendes.
- Observatori i Paisatge. Va començar l'any passat. Falta una reunió a Manresa i aviat la part de la VII vegueria estarà acabada.
- Agenda 21. Projecte de municipis. Hi col·laboren les entitats. Es parla de la qualitat de les infraestructures de la ciutat. El Centre estem en l'apartat de Medi Ambient. S'està començant.
- Competició: La Sara Vila i la Sílvia Leal continuen a la selecció catalana. Al web hi hem fet un apartat on hi posarem els resultats. El Centre els ha pagat la tarja de federat com a col·laboració.
- Registre d'entitats: ja el tenim al dia. El canvi de NIF: l'hem modificat una altra vegada i ens quedem amb la lletra G.
- Rocòdrom. L'Ajuntament està mirant de construir un rocòdrom a les escales antigues del pavelló. Ja s'ha demanat pressupost i està aprovat pel ple i també amb el vist-i-plau dels escaladors, només falten els diners del FEIL. A través del Centre, el Consell Català de l'Esport dóna una subvenció de 8000•.

6

4. Renovació de Junta. No hi ha cap canvi. Uns quants socis, ens han ajudat a organitzar el Camí de Sant Jaume.

5. Renovació web: Tal com es va quedar a l'última assemblea. Hem d'agrair al Jordi Soldevila, al Joan Montaner i a l'Enric Balletbò la seva col·laboració desinteressada i la feina feta. Hem intentat que fos més interactiva, que s'hi puguin penjar articles, notícies, fotos amb més facilitat; s'ha intentat simplificar. A partir d'ara s'enviarà una nova contrasenya.

6. Torn obert de paraula. Els socis Marcel i Mariona demanen si es fa barranquisme, també si el rocòdrom s'ha plantejat per a l'aprenentatge.

I sense cap més punt a tractar, i tot fent un pica-pica es dóna per acabada l'assemblea, a 1/4 d'12 de la nit.



MUNTANYA:

març: 27-28 -**SORTIDA A LA NEU**. Cap de setmana A MATEMALA I FORMIGUERA (Cerdanya i Capcir).

-DISSABTE: Al matí visita a Puigcerdà, el museu de la Cerdanya, Mont Lluís i la torre i l'església de la Llagona.

A la tarda caminada al voltant del llac de Matemala

-DIUMENGE: Excursió amb raquetes de neu sortint de l'estació d'esquí de Formiguera cap als llacs de Camporells. Banys termals de Llo a la tornada.

CAMÍ DE SANT JAUME: SOLSONA - MONTSERRAT

abril: 11 - **Solsona- Pinós (24 km.)**

25 - **Pinós - Castellar (25,5 km.)**

maig: 30 - **Castellar - Maians (24 km.)**

juny: 27 - **Maians - Montserrat (17,5 km.)**

ESQUÍ DE MUNTANYA:

abril: 10-11 **Mont-Roig ****

24-25 **Pic Lurien *****

maig: 9 **Font Blanca *****

15-16 **Balaitús per la Gelera de les Neus *****

29-30 **Maladeta Occidental *****

juny: 5-6 **Pic d'Abadías *****

19 dinar fi de temporada

ALTRES:

maig: 23 - **17a Caminada Popular de de Solsona.**

maig: 24 - **Projeccions. A les 7 de la tarda**

EXPEDITION MANASLU de Carsten Maaz

Moving Adventures Medien GmbH Alemanya 2008 30'

El documental explica l'expedició de Benedikt Böhm i Sebastian Haag, dos alpinistes extrems bavaresos, que intenten l'ascensió i descens en velocitat del Manaslu, un cim de 8.163 metres situat a l'Himàlaia.

THE SHARP END de Peter Mortimer i Nicholas Rosen

Sender Films USA 2008 60'

El documental explica la història d'alguns escaladors que han volgut travessar els seus límits, arriscant gairebé la vida.



- Adjuntem el calendari de caminades populars 2010 (Bages, Berguedà, Lluçanès, Solsonès i Cerdanya).
- **IV Caminada Popular de la Vall.** Dissabte dia 8 de maig a les 16:30 tindrà lloc la V Caminada Popular de la Vall. A l'acabar hi haurà un berenar/sopar amb música i ball. El preu serà de 5 €. La sortida i arribada serà a l'església de Sta. Eulàlia de la Vall (Navès) a la Vall d'Ora. Amb l'actuació del grup Folkserola. Per confirmar assistència trucar al 661770233 o 639014812.
- La data de la **17a Caminada Popular de Solsona** serà el diumenge dia 23 de maig.

COMPETICIÓ:

- **37a edició de la Ciaspolada (Itàlia).** La Sílvia Leal va quedar en 18è lloc a la cursa que el passat **6 de gener** va inaugurar la Copa d'Europa de Raquetes de Neu d'enguany.
- **Copa Catalana de Raquetes de Neu.** 2a posició de Sílvia Leal a la primera cita de la temporada de competicions de raquetes de neu de la FEEC, celebrada el passat **10 de gener**, amb la celebració de la travessa de la serra de Port del Comte, organitzada pel Centre Excursionista de Lleida. La prova puntuava tant pel Circuit Català (no competitiu) com per la Copa Catalana (de caire competitiu). La Sílvia, després d'un ajustat spring final, va cedir la primera plaça a la també catalana Laia Andreu després d'una lluita aferrissada durant tota la cursa.
- **Cursa dels "2 turons de Moià".** Sílvia Leal i Sara Vila ocupen la 2a i la 5a posició respectivament en la cursa des 2 Turons, celebrada el passat dia **17 de gener**, un circuit curt de poc més de 10 km.
- **2a prova de la Copa d'Europa de Raquetes de Neu.** 3a posició de la Sílvia Leal celebrada el **24 de gener** a l'Estació d'Alta Muntanya Tavascan Pleta del Prat el Campionat d'Europa de Raquetes de Neu.
- **29a edició del Master des Neiges.** Celebrada a Thônes (Alta Savoia, França) el passat **14 de març** la darrera de les quatre curses del calendari d'enguany de la Copa d'Europa de Raquetes de Neu. La Sílvia Leal va quedar 5a.

Ajuts per als socis del Centre que participin en competicions (Temporada 2010)

Descripció

Col·laboració econòmica del Centre per a pagar la llicència Federativa als socis que participen en competicions organitzades per Federacions de Muntanya, quedant excloses totes les competicions de modalitat Open, per a impulsar la participació en curses amb una certa assiduitat.

Se subvencionarà la modalitat de llicència corresponent a l'activitat de la competició que es justifiqui.

El pagament de la subvenció comporta que abans el soci hagi tramitat i pagat la llicència Federativa.

S'agrairà als sol·licitants donar publicitat dels resultats fets al web del Centre.

Qui ho pot sol·licitar

Tots els socis amb una antiguitat superior a dos anys a l'entitat i que hagin participat en un 75% de les curses o que formin part de les Seleccions Catalanes de la FEEC.

Termini de presentació

Les sol·licituds de subvenció es poden presentar fins l'1 de desembre de 2010, i seran resoltes abans de final d'any.

Documentació

- a) Sol·licitud de l'ajut, que podeu trobar al web del Centre.
- b) Fotocòpia de la llicència Federativa (any 2010).
- c) Fotocòpia acreditativa de la participació en les curses relacionades.

Com fer el tràmit

Les sol·licituds dels ajuts es faran per mitjà d'un escrit, adreçat al Centre Excursionista del Solsonès, que podeu trobar al web del Centre a la secció de descàrregues o recollir-lo a local del CES (Casal de Cultura, Local núm. 3, els divendres de 8 a 9 del vespre).

Termini de validesa

Les actuacions per a les quals s'hagi obtingut subvenció s'executaran durant l'any natural de l'aprovació de la convocatòria.

La justificació de la realització de l'actuació s'haurà de formalitzar conjuntament amb la presentació de la sol·licitud.



ESPELEOLOGICA PEL FORAT COLOMER

El Forat Colomer és el resultat de l'erosió del riu Lacó al travessar el cavalament calcari, tallant-lo com un ganivet.

Per arribar-hi només caldrà sortir de Solsona, pujar per la carretera L-4241 fins a coll de Jou i després per la carretera L-401 fins a situar-se a l'escola d'Odèn, molt a prop del **Call d'Odèn** (segle XIII), casa rural. Deixarem la carretera i ens dirigirem cap a Odèn per l'esquerra, per un camí forestal molt estret però asfaltat. Passarem pel costat de restaurada **església parroquial d'Odèn**, dedicada a Santa Cecília i, a sobre, en la serra del Boix, les restes del **castell d'Odèn**, (segle XVI). Les restes actuals corresponen, més aviat, a l'època moderna.

Deixarem l'asfalt per continuar pel camí forestal, baixant amb precaució pel pendís. Poc a poc es suavitza fins arribar a una collada amb una creu de ferro. Som al **coll del Rosselló**, on deixarem el cotxe. Estem en una cruïlla de senders de gran recorregut.

Aquí trobarem el GR 7-6 (camí dels Bons Homes) que puja de Timoneda, arriba a Odèn i torna cap a Sant Llorenç. I per l'altra banda trobarem el GR-1 que ve de Sant Llorenç i passa cap a Odèn, Cambrils i Oliana.

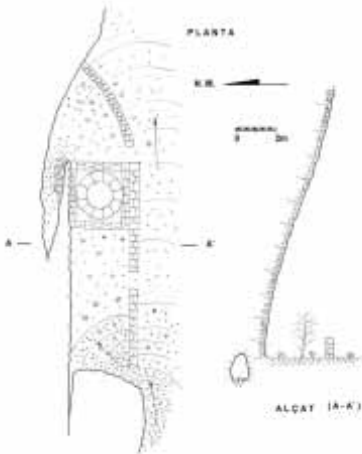
Baixarem a peu en direcció nord-est pel camí que senyala a Sant Llorenç de Morunys, marques de pintura vermella i blanca a sota. A poc a poc la baixada serà més pronunciada. En el primer revolt tancat, deixarem el camí i per l'esquerra baixarem per un corriol abandonat fins a la paret del cingle mateix.

Veurem les restes de la casa de **cal Perejan**. És una petita balma amb una alta visera petita i ennegrida per la sutja

del foc. Al terra restes de la paret de la casa, d'un metre d'alçada com a màxim, un forn i un corral pels animals. Hi ha una esclavissada de terra que poc a poc va colgant i enterrant la paret envaint l'interior.

CAL PEREJAN

TOPOGRAFIA: E. Berra i S. Codina
SITUACIÓ: Paret del Pu Lacó, vessant dreta, cara sud
MUNICIPI: Odèn (al Solsonès)
SIBLEX: S. Codina (180008)



El millor de la casa seria que no hi toca el vent, ni el fred, ni la boira, ja que està situada a mitja alçada del riu, protegida per l'alta paret calcària, però per l'altra banda també hi ha el perill de caure, en un moment donat, una pedra despresada de la paret que, per petita que sigui, pot arribar a fer molt mal, ja que la paret té una alçada màxima d'uns cent metres.

Al mig de la casa s'aixeca una alzina, enmig de la runa, i el forn s'està ensorrant per la banda nord, sota la paret del cingle, on hi devia haver el forat de fer-hi el foc, per escalfar el forn, aprofitant el forat de la paret perquè el vent no hi entrés ni perdés calor.

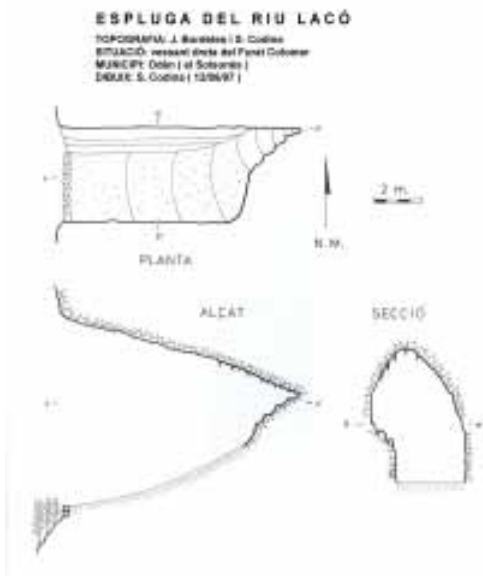
En aquesta impressionant paret que baixa com una cresta fins al riu mateix amb un desnivell total d'uns 200m, de color gris blavós amb taques roges, hi trobareu dotze vies d'escalada publicades al llibre: «Guia d'escalades del Solsonès», escrit pel Josep M^a Cases.

Pels ornitòlegs, també és una paret amb molts llocs per nidificar, cara sud, amb un paratge ideal per sobrevolar les vessants del riu, ple d'una fauna amagada al bosc. Algun cop s'ha arribat a veure parelles de voltors.

A l'entrada del «Forat Colomer», per la part superior, hi ha «**l'Espluga del Lacó**», de gran obertura, a la vessant dreta, d'uns 10 m de profunditat màxima, formada per una petita rampa de terra amb petites estalactites al sostre. Aquesta espluga és, al contrari de l'altra, freda, humida i de difícil accés, ja que està penjada a la paret.

Pels més caminadors us aconsellaria fer la ruta circular que hi ha en el plafó indicador, situat al costat de l'escola d'Odèn, que dona la volta al forat Colomer, d'una gran varietat de vegetació, diferent a cada banda.

Gràcies per la col·laboració desinteressada del Josep Solà i Muntada de cal Solé d'Odèn.





LA CARPA

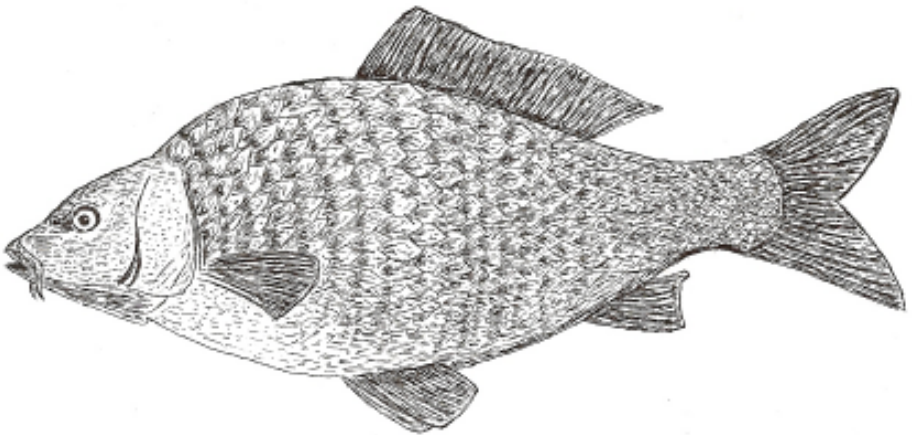
En aquest número del Corriol i coincidint amb el període hàbil de pesca que comença a mitjans de març, ens agradaria parlar d' un peix, d' un dels peixos més populars i més abundants de la nostra fauna aquàtica. Com el seu nom científic indica, pertany a una gran família de peixos, els ciprínids, estesa per tot el món. Es caracteritza per ser una de les famílies més nombroses i més adaptades a tot tipus d'hàbitats. Pertanyents a aquesta família, i que també viuen amb nosaltres, són la Bagra, el Barb, les Madrilles, Madrilletes, etc...

Però tornem a la nostra protagonista del mes i us direm que la Carpa és considerada un peix de grans dimensions que pot assolir un metre de llarg i fins a 20 kg de pes. Té el cos alt i el cap relativament gros, amb dos parells de barbes petites a la vora de la boca. El temps de reproduir-se va de maig a juliol. Les femelles, per ser fèrtils, han d' arribar a un cert pes que és com a mínim de 1 kg. Per fer la fresa se' n van en petits grups d' una o dues femelles amb uns quants mascles a llocs d'aigües tranquil·les. Allà, les femelles deixaran dipositats al fons una quantitat d' ous enorme (fins a varis milers) i els mascles els aniran fertilitzant. Al cap de pocs dies, sortiran els petits alevins i des del primer moment s' hauran d'espavilar ells mateixos vigilant de no ser devorats pels seus nombrosos enemics. La carpa és una espècie que menja al fons de les aigües i podríem dir que és omnívora, és a dir, que menja tot el que troba.

Una de les característiques més importants del nostre protagonista és la seva longevitat. Efectivament s' ha pogut comprovar que la carpa pot viure fins a cent anys, sobretot si viu en aigües fredes. En aigües càlides viu molt menys i això està relacionat amb el metabolisme que es veu molt influït per la temperatura de l'aigua. Precisament la carpa, quan arriba a aquestes edats tan avançades, sembla caure víctima d' una particular «malaltia de la son» i es passa quasi tot el dia flotant immòbil, panxa enlaire. Aquesta immobilitat és tal que sembla que sigui morta i només es desperta si se li dona un bon cop. La carpa és també molt

sensible al clor de l'aigua. Només fa falta una proporció molt més baixa que la que bevem els humans per provocar-los una reacció de paràlisi de la que ja no es desperten més.

La carpa té molts enemics naturals. Ja des del néixer ha d'estar molt alerta, però el problema greu ha estat els últims temps quan l'home ha introduït moltes espècies depredadores al seu hàbitat, com per exemple el Black-bass, la Lucioperca, el Lluci i últimament el Silur, totes elles grans devoradores de carpes. A més a més l'arribada de persones procedents de l'Europa del Est on la carpa és dels peixos més apreciats fa que tinguin un futur incert les poblacions de carpes. Cal recordar que la Llei la protegeix i si es captura un exemplar de carpa, sigui de la mida que sigui, s'ha de tornar «immediatament» a l'aigua i, en canvi, si es captura una espècie introduïda s'ha de sacrificar immediatament i no es pot tornar a l'aigua. Recordeu, si us plau, amics pescadors: S' HA DE PROTEGIR LA CARPA.

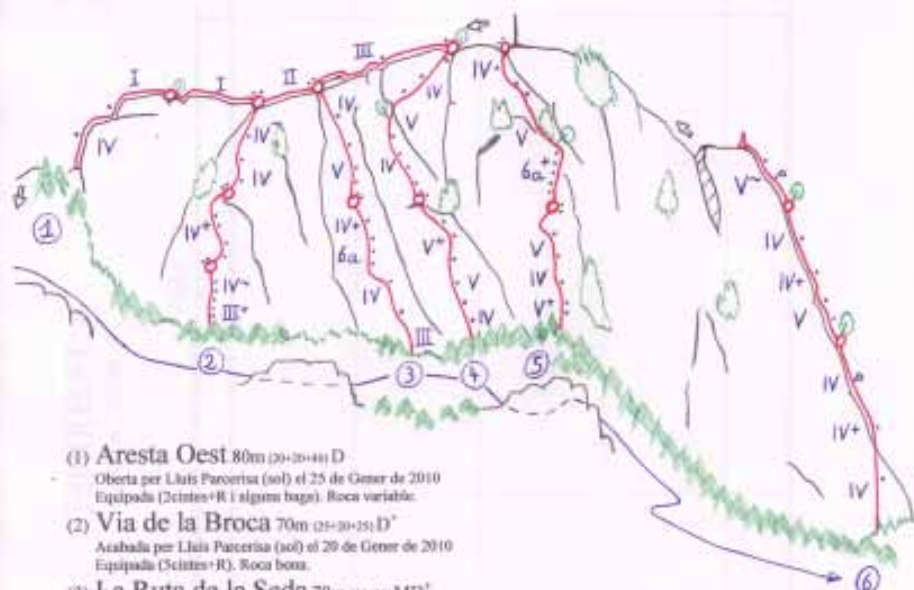


RASPINELL

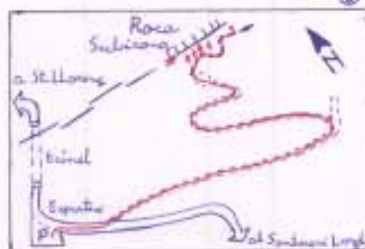


Roca Subirana

Vall de Lord



- (1) **Aresta Oest** 80m (20+20+40) D
Oberta per Lluís Parcerisa (sol) el 25 de Gener de 2010
Equipada (2 cintes+R i alguns bagus). Roca variable.
- (2) **Via de la Broca** 70m (25+20+25) D+
Acabada per Lluís Parcerisa (sol) el 29 de Gener de 2010
Equipada (5 cintes+R). Roca bona.
- (3) **La Ruta de la Seda** 70m (40+20) MD+
Oberta per Lluís Parcerisa (sol) el 3 de Febrer de 2010
Equipada (5 cintes+R). Roca acceptable.
- (4) **Visites Inesperades** 85m (40+40) MD
Oberta per Lluís Parcerisa (sol) el 29 de Gener de 2010
Equipada (8 cintes+R i alguns bagus). Roca bona.
- (5) **Esperó del Mig** 70m (30+40) MD+
Oberta per Lluís Parcerisa (sol) el 3 de Febrer de 2010
Equipada (10 cintes+R i alguns bagus). Roca discreta.
- (6) **Aresta dels Pitius** 110m (40+40+10) MD
Oberta per Josep M^e Cases i Marià Garriga el 12 de Març de 2009
Tascos i bagus. Roca discreta.



Aproximació: Després al cotxe al sector d'expertiva del túnel (canal del Santuari de Lord). Prendre una mica més endavant una pista ascendent a l'esquerra. Seguir la pista principal que després d'un parell de revolts molt marcats ens deixarà en un coll lliure de vegetació. Roca Subirana és la que queda davant nostre, no confondre amb una altra roca més a l'est amb una gran senyera en el seu cim. De 15 a 20min segons la via.

Descrta: Pel vessant nord i direcció al peu del l'Aresta Oest. Intuitivament ens anirem obrint camí entre la vegetació. 10min.



Capítol LXIV: Solsonès (1)

S'acosta Setmana Santa, són dies de festa, el dia s'allarga i el clima es torna benèvol. Són dates que ens atansen a la cloenda de les activitats de neu i que ens obren tota una altra mena de possibilitats: rutes a peu, en bicicleta, àpats a l'aire lliure, itineraris fotogràfics, recorreguts arqueològics, romànic, paisatge... i tot plegat, amb la il·lusió de les primeres sensacions primaverals que conviden a sortir.

Vist des de qualsevol de les moltes talaies que ens permeten contemplar la comarca, des de les Morreres al Santuari de Pinós, passant pel Castellvell o per la Presó de Busa, el Solsonès convida a gaudir-lo, racó a racó.



Aquesta terra, frontissa entre els altiplans de la Depressió Central i els primers estreps pirinencs, ens ofereix una diversitat molt gran, i que sovint, no valorem prou. Per tant, sense ànim de ser exhaustiu ni de fer una guia de viatges, ni molt menys de descobrir res a ningú, us voldria proposar unes quantes rutes pels nostres paratges.

La meva condició de solsoní em farà ser una mica centralista, si més no en el fet que plantejaré les sortides des de la capital; disculpeu-me'n! Començarem el nostre *tour* pel sud, direcció Biosca; a l'Hostal del Boix ens desviarem cap al Santuari del Miracle. Ens arribarem a la Capella de la Desaparició, on la Mare de Déu desaparegué, després d'haver donat el seu missatge als pastors de la Cirosa; admirarem l'església inacabada, on trobem dos retaules singulars, el de la capella del santíssim, renaixentista, del s. XVI i el gran retaule barroc, de Carles Morató.



Abans de continuar la ruta cap a Su, podem aprofitar per pujar al *dolmen del Roc de la Mare*, prop de l'ermita de Sant Gabriel.

La segona etapa de la ruta ens portarà al Santuari de Pinós, feu carlista per excel·lència i magnífica talaia del Solsonès i la Segarra. De l'església en destaca el cambril i la imatge de Santa Maria de Pinós i la decoració de les claus de volta.

A pocs minuts del santuari, hi ha el Centre Geogràfic de Catalunya, indicat amb una gran rosa dels vents, esculpida en pedra; un altre fantàstic mirador!

Reprenem el camí i baixem fins a Ardèvol, poble conegut pel seu pessebre vivent i per la monumental torre de gaita rectangular de l'antic castell, anterior al s. XI, revestida posteriorment per una torre cilíndrica que s'ensorrà el 1932. Però Ardèvol, a banda de la Festa de les Noies del 3r cap de setmana d'octubre, ens reserva una altra singularitat: a cal Tristany, una bonica masia fortificada, hi va néixer un dels personatges destacats del s. XIX, el general carlí Rafael Tristany, comandant general de Catalunya durant la Tercera Guerra Carlina. Tot i que morí a l'exili, les seves despulles foren traslladades al cementiri d'Ardèvol; en una làpida de marbre negre s'hi pot llegir la següent inscripció:

«Ací reposen les despulles del qui fou insigne capità general i defensor de la causa carlina en Rafael Tristany i Parera, baró i senyor d'Altet, comte d'Avinyó i Marquès de Casa Tristany, fill predilecte d'Ardèvol. Morí a l'exili a Lourdes (França) el 17 de juny de 1899 i traslladat a aquest cementiri el 30 d'abril de 1913.»

Abans de finalitzar, podem arribar-nos fins a Sant Just d'Ardèvol, un dels nuclis de població que, juntament amb Vallmanya, Matamargó, Pinós i Ardèvol, conformen el municipi.

En cap moment he fet referència a l'aspecte gastronòmic, ja que l'oferta és prou coneguda, abundosa i de qualitat; de tota manera, la sortida és una bona ocasió per entaular-se en qualsevol dels molts restaurants que trobarem pel camí i que ofereixen bona cuina i solvència contrastada. En el proper capítol, tornarem a la part sud de la comarca, ens encaminarem cap a Llobera i arribarem fins al municipi de Torà (Segarra).

Mentrestant, si les inclemències meteorològiques ho permeten, gaudiu del Solsonès!

Bona Pasqua!

CRO MANYÓ





TAGLIATELLE AL PESTO

Ingredients:

- 200g de tagliatelle frescos
- 1 manat de fulles d'alfabrega fresca
- 50 g de pinyons de pi
- 50 g de formatge parmesà ratllat
- 1 gra d'all
- 100 cc d'oli d'oliva verge extra

Preparació:

Poseu una cassola al foc amb aigua abundant, una mica de sal, una fulla de llorer i un raig d'oli. Mentre arrenca a bullir, feu el pesto.

En el got de la tritadora, poseu l'alfabrega, el parmesà, els pinyons, el gra d'all, una punta de sal, oli d'oliva i tritureu-ho.

Quant bulli l'aigua de la cassola, introduiu-hi la pasta. Un cop cuita, la passeu a una esbandidora.

Després, salteu la pasta en una paella amb una mica de mantega i tot seguit emplateu-la. Salseu la pasta amb el pesto i llesta per menjar.



Mercè



Presentació del nou Nomenclàtor

El 24 de febrer passat, a la seu de l'Institut d'Estudis Catalans (IEC), es va presentar el nou *Nomenclàtor oficial de toponímia* major de Catalunya. Els treballs d'ampliació d'aquesta obra (2005-2009) han permès arribar a un recull de 52.700 topònims i, com a novetat, els nuclis de població tenen ara la transcripció fonètica i l'enregistrament fònic.

L'Oficina d'Onomàstica de l'IEC és qui ha analitzat la bibliografia i la documentació topogràfica que s'ha pres de base per al *Nomenclàtor*, mentre que des del Consorci per a la Normalització Lingüística s'ha fet el treball de camp, amb la col·laboració d'informadors i estudiosos locals. Tot això seguint les directrius de la Comissió de Toponímia de Catalunya integrada per representants de diverses institucions catalanes.

La cartografia, que inclou un mapa per a cada municipi amb la localització dels topònims, ha estat elaborada per l'Institut Cartogràfic de Catalunya, que s'ha encarregat d'editar l'obra.

El caràcter oficial del *Nomenclàtor* fa que sigui obligat tenir-lo en compte en la cartografia, la retolació, els llibres de text, les guies turístiques o els mitjans de comunicació, per tal d'usar les formes catalanes correctes dels noms del lloc (o les araneses en el cas de la toponímia de la Vall d'Aran).



Al Servei Comarcal de Català del Solsonès tenim aquesta publicació per a qui vulgui consultar-la, mentre no estigui totalment disponible per Internet.



Ell, ja ha fet el cim «Recordant el Xavier Jounou i Bajo»

L'alcalde, el solsoní, l'amic... el Xavier ens va deixar el mes de gener. Tots vam quedar amarats de tristor.

Vosaltres, gent del centre Excursionista, sou de la muntanya i estimeu la natura. Doncs podem dir que el Xavier ja ha fet el cim i, des d'allà dalt, el seu esperit també estima aquest natura que ha deixat i aquest paisatge. Quan cantem «La vall del riu vermell», diem: «Quan arribis a dalt la carena, mira el riu i la vall que has deixat». Ell ja és dalt la carena, i va mirant el riu i la vall, la ciutat que ha deixat, places, carrers, els voltants, el riu i els torrents, les fonts, el verd dels arbres, l'esclat de les flors. També mira els camps de conreu que ha deixat, i mira il·lusionat aquella verdor menuda, aquells brins petitons que treuen el cap en un camp llaurat i són promesa de la collita. I el seu esperit de bon pagès ho anirà vigilant amb amor fins que vegi que allò es converteix en espigues d'or.

Hi ha una sardana, en la lletra de la qual hi trobem això: «pagesetes i fadrins, van fressant tots els camins de molsa fresca i de romanins». Vosaltres, gent del Centre Excursionista, aneu fressant tots els camins. Aviat vindrà aquella temporada en què, fressant els camins, us podeu topar amb el vermell resplendent d'un camp de roselles. Si us plau: Colliu-ne unes quantes, feu-ne pomells. I en arribar dalt d'un turó, aixequen les mans ben amunt, amb els rams de flors de cara al cel, com una ofrena a l'amic.

Si l'aire fa bellugar la vermellor de les roselles, semblarà una flama encesa. Voldrà dir que el record del Xavier no s'apaga pas. Voldrà dir que aquest record és viu, és flamejant.

Ramon Gualdo



MUNTANYA:

26 de desembre - **PESSEBRE AL PEDRÓ DELS QUATRE BATLLES**

27-28 de febrer - **SORTIDA PER VEURE PETJADES A LA NEU**

27-28 demarç -**SORTIDA A LA NEU.**



ESQUÍ DE MUNTANYA:

desembre: 20- **Tossa Rodona**

gener: 10- **Vallcebollera – Puigmal** (Mexicanada)

febrer: 20/21 - **Pic del Pinetó**

març: 6 i 7 - **Tuc del Port de Vielha i Tuc Ermer**



ASSEMBLEA:

30 de gener - **Assemblea Ordinària de socis.**

19 de març - Xerrada-Audiovisual "**Pedalant pel món**"

Projecte gambada.com a càrrec d'en **Nando Padrós.**



sabieu que ...

Sabíeu que: Tenim una nova versió del nostre lloc web a www.centreexcursionsitasolsones.org

Sabíeu que: Tothom qui ho vulgui pot entrar-hi i consultar-lo.

Sabíeu que: Tots el socis podeu publicar-hi escrits, notícies, etc...

Sabíeu que: Tots els socis podeu publicar-hi fotografies.

Sabíeu que: Per a poder fer tot això necessiteu uns codis, que podeu demanar enviant un mail a cexsolsones@gmail.com

Sabíeu que: Periòdicament s'envia informació del Centre via mail.

Sabíeu que: Si no reps aquesta informació només ens has de donar el teu e-mail a cexsolsones@gmail.com



solució encreuat 155

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	B	U	S	A		L	L	E	D	O
2	A	B	I	S	M	A	L		I	D
3	D		L	A	I		I	A	S	I
4	A	P	I		O	T	U	Z	C	O
5	R	E	C	U	P	E	R	A	R	
6		S	A	L	I	C	A	R	I	A
7	A	C	T	U	A	L		E	M	U
8	B	A	S	L		E	O	N		D
9	A	D		A	S	S	A	S	S	I
10	C	A	R	R	O		L	E	R	O



ENCREUAT NÚM. 156

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1										
2		■							■	
3						■				
4				■						
5					■			■		
6			■			■				
7							■			
8					■					
9		■							■	
10										

Per Drecera

Horitzontal

- 1.- Territoris agregats a uns castells, o si voleu ruta entre dos pobles homònims, un del Solsonès.
- 2.- La primera de totes. Els vaixells es passen per les que són internacionals. Est.
- 3.- La patrona de Canalda i també de Barcelona. «Virginians for Advancement of Medical Research».
- 4.- Altar. Situar en un determinat indret.
- 5.- L'Eulàlia de casa. El «tu» feble. Gos.
- 6.- Al revés, xai. La meva nota musical. Reproductor de música amb disc dur o memòria flash que encara no surt a l'enciclopèdia catalana.
- 7.- Municipi entre dos pantans un dels quals porta el seu nom. Prefix que significa orina.
- 8.- Ximple. Opinió.
- 9.- Iode. Semblant. Electrò.
- 10.- Aptituds, disposicions o suficiències per a fer alguna cosa.

Vertical

- 1.- Mutable, canviant segons les ocasions.
- 2.- Àrea. Arbre de la família de les aceràcies, de capçada robusta, fulles palmades, la fusta del qual és emprada en ebenisteria. Àustria.
- 3.- Sara en hebreu. Instituto Centroamericano de Administración Pública.
- 4.- Acte coordinat, discontinu, repetit, sobtat, ràpid, estereotipat,... Calma.
- 5.- Mar grec. Indi. Abans de Crist.
- 6.- Luteci. Beril·li. Fabricant d'etiquetes.
- 7.- Elevi. Al revés, teia.
- 8.- Al revés, llar. Laxa.
- 9.- Romania. Arbre de l'Àfrica occidental la fusta del qual és emprada en ebenisteria. Tona mètrica.
- 10.- Tallers on serren fusta.



Tàndem Solsona

esquí i muntanya

PEDRAFORCA,3
25280 SOLSONA
973484287

www.tandemsolsona.com

**A partir de l'u d'abril tota la roba d'hivern 09/10 amb el
50% de descompte!**

ESQUÍ DE MUNTANYA:

Fixació diamir eagle 330,00€

esquí hagan dragon 405,00€

ara tot per 515,00€

**vine a tandemsolsona a informar-te de totes les ofertes d'esquí de
muntanya,alpí, fons i telemark,
marxaràs ben equipa't amb un preu increíble!**

