

La Femosa

Revista d'opinió i informació local

ARTESA DE LLEIDA, maig - juny de 2004

núm. 210



Consell de redacció

Felip Domènech i Costafreda
Josep Gallart i Fernández
Francesc Gallart i Fernández
Lluís Gil i Fontanet
Ricard Pons i Pico
Maria Serra i Domènech
Ramon Serra i Batlle
Eulàlia Solà i Miró

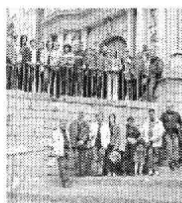
Col·laboradors

Alternativa Ecologista d'Artesa
Cèlia Argilès i Andrés
Alba Bosch i Pijuan
Adolf Costafreda i Castillo
Mateu Esquerda i Ribes
Neus Falcó i Manonelles
Laura Ferran i Botargues
Lluís Gil i Fontanet
Felip Gallart i Fernández
Josep Gallart i Fernández
Iolanda Liarte i Teixidó
M. A. Navarro i Solé
Jordi Niubó i Nosas
Francesc Riart i Jou
Ramon Serra i Batlle
Eulàlia Solà i Miró

Fotògraf

Ramon Serra i Batlle

Els participants
a l'excursió a
Montblanc
davant
l'església



Els articles que apareixen a les
planes de La Femosa reflecteixen
únicament l'opinió de llurs signants.

2a. època.
Dipòsit Legal:
L-264-1981.

Índex

El Reportatge	4
<i>Ramon Serra</i>	
Pòrtic	5
Actualitat Artesenca	6
<i>Cèlia Argilès</i>	
Imatges de l'Actualitat Artesenca	9
<i>Ramon Serra</i>	
La cuina d'abans	12
<i>Adolf Costafreda</i>	
Ella vol fugir	13
<i>Alba Bosch</i>	
El G.R.A. visita l'Eudald Carbonell	14
Mots encreuats	15
<i>M. A. Navarro</i>	
Històries del mòbil	16
<i>Francesc Riart</i>	
Fibromiàlgia	17
<i>Mateu Esquerda</i>	
La memòria dels agraviats	21
<i>Laura Ferran</i>	
La coral canta Caramelles	22
Et conto un conte?	23
<i>Iolanda Liarte</i>	
Aprofitem l'oli de cuinar	24
<i>Alternativa Ecologista</i>	
Història d'una petita història	26
<i>Adolf Costafreda</i>	

EL REPORTATGE

La Femosa viatja a Montblanc Ramon Serra



Els participants a l'excursió a Montblanc en diversos indrets de la vila



Barcelona ha obert el Fòrum de les Cultures amb una magnífica cerimònia on no hi ha mancat espectacularitat, difusió mundial i la presència de primeres figures de la política nacional i mundial. Les xifres que comporten els 141 dies que durarà aquest esdeveniment parlen de les enormes dimensions del Fòrum: 327 milions d'inversió, rehabilitació de 30 hectàrees que milloren una part deprimida de Sant Adrià de Besòs i donen una nova sortida al mar, 3.500 empleats, més de 800.000 entrades ja venudes i una previsió de set milions de visitants i 400 àpats diaris. Com ja va passar als Jocs Olímpics del 1992, Barcelona esdevindrà capital mundial i suposarà, per tant, una promoció de la ciutat de Barcelona i de tot Catalunya.

El Fòrum vol ser un lloc de trobada, un lloc de debat al voltant de tres temes tan importants com la sostenibilitat, la pau i la diversitat cultural. Un espai que serveixi per trobar solucions als greus problemes que amenacen la humanitat.

Tot i amb això ja han aparegut veus que han alertat sobre el fet que el Fòrum no es quedi en una mena de parc temàtic carregat de bones intencions que possibilitin l'especulació i l'enriquiment d'uns pocs. Han alertat que moltes empreses que col·laboren amb el Fòrum no s'estan d'atemptar contra la pau, la sostenibilitat i l'explotació laboral per obtenir uns guanys econòmics desorbitats, sens dubte una gran contradicció.

Sigui com sigui, el temps, 141 dies, ens dirà realment què s'ha aconseguit.

ACTUALITAT

Cèlia Argilés

ARTESENCA

CONCERT DE L'AULA DE MÚSICA (18-04-04)

El 18 d'abril l'**Aula de Música La Clau**, va celebrar el concert de cambra que cada any ofereix al voltant d'aquestes dates, en aquesta ocasió es va realitzar al segon pis de la Llar dels Jubilats, els membres de la qual van estar molt contents que es fes en el seu local i fins i tot van ajudar en l'organització. El i les alumnes de l'Aula, dirigits per l'Eva Drudis i la Roser Pons, van interpretar diverses peces de música de cambra (duos, trios, quartets ...) d'estils variats, els més petits varen participar cantant quatre cançons. Per acabar el grup de percussió d'alumnes més joves, dirigit per Joan Cassola, van interpretar una peça amb els diversos instruments (djembés, tam-tams ...).

L'afluència de públic va ser força nombrosa i el concert va ser força reeixit. Els professors de l'Aula van quedar molt contents de com va anar el concert i valoraren positivament l'execució de les peces, així com la bona acústica de la sala i i gran afluència de públic.

CONFIRMACIONS (02-05-04)

El diumenge dos de maig el senyor bisbe de Lleida, Francesc Xavier Ciuraneta i Aymí, va visitar la parròquia d'Artesa de Lleida i va administrar el sagrament de la **Confirmació** als joves següents:

Eladi Bonastre Marsal
Anna Bosque Roure
Elisabeth Fernández Gallart
Anna Gallart València
Pau Olomí Solà
Anna Serra Marqués
Emma Solé Mòdol

OBRIM LA NOVALLAR D'INFANTS

L'Ajuntament ha construït recentment les obres d'una nova **Llar Municipal d'Infants**, que es van obrir a la quitxalla després de Setmana Santa.

Aquesta obra, està ubicada dins de la zona destinada a equipament escolar, en la finca que l'Ajuntament va adquirir per ampliar tot el complex i que es preveu que en breu executi el Departament d'Ensenyament de la Generalitat de Catalunya.

Aquesta obra suposa, la creació de 3 aules, amb una cabuda de 41 infants de 0 a 3 anys, i que comportarà poder donar un millor servei a la quitxalla en disposar d'espais molt més adequats que els que fins ara es venien utilitzant.

PARADA DE LLIBRES PER SANT JORDI (25-05-04)

Com cada any, la Diada de Sant Jordi, és celebrada per l'**Agrupació Cultural La Femosa** amb el muntatge d'una parada de llibres en català. El fet que aquesta diada no sigui festiva, obliga a instal·lar la parada el diumenge més pròxim a aquesta festivitat, que enguany va esdevenir el dia 25 d'abril.

LA FEMOSA VIATJA A MONTBLANC (09-05-04)

El diumenge dia 9 de maig l'**Agrupació Cultural La Femosa** va organitzar una visita cultural a la ciutat de Montblanc, vila declarada conjunt històric-artístic, en la qual hi vam participar 35 persones.

Durant tot el matí, acompanyats d'una guia, vam recórrer diferents museus i indrets d'interès cultural del municipi. En primer lloc

visitarem la seu central del Museu Comarcal de la Conca de Barberà, en què es dóna una visió de la comarca a través de la història, des de la prehistòria fins a l'època actual i en què destaca l'exposició dels oficis de la comarca situada a la planta baixa, alguns perduts a l'actualitat, els quals van despertar molts records en els més grans del grup. A continuació varem realitzar una acurada visita a l'església de Santa Maria, majestuós edifici gòtic amb una excel·lent portada renaixentista i notables peces a l'interior, continuarem per les restes arqueològiques de l'antic castell, el recinte emmurallat, el pont medieval, l'antic hospital de Santa Magdalena, la plaça Major, l'església de Sant Miquel,

La visita va finalitzar al Museu dels Molins de la Vila, dos molins fariners hidràulics medievals situats prop de Montblanc, un dels quals, el Molí de la Volta (segle XIV) s'ha restaurat i s'ha equipat per mostrar als visitants, d'una forma molt didàctica com es molia el gra.

L'acte va acabar amb un dinar de germanor en un restaurant de l'entorn i el retorn amb autocar fins al nostre poble a mitja tarda.

VACUNACIÓ DE GOSSOS (15-05-04)

El passat dissabte, dia 15 de maig, es va endegar una campanya de vacunacions de gossos que es va fer a Casa la Vila. Aquesta campanya de vacunacions ja fa molts anys que es feia al nostre municipi, però enguany va comptar amb la col·laboració de l'**Alternativa Ecologista**, amb la finalitat d'aconseguir que aquesta fos més exitosa i de que tots els propietaris d'animals els tinguin degudament cuidats i censats.

ASSEMBLEA DE POBLE (16-05-04)

El diumenge dia 16 de maig, va tenir lloc a la sala de la Llar del Poble, una

assemblea convocada per l'Ajuntament amb la finalitat d'oferir tot un seguit d'informacions sobre qüestions d'interès i gestió municipal.

A l'acte hi va assistir poca gent, unes 70 persones hi foren presents, i és de destacar l'absència de gent jove.

TAULES A LES ELECCIONS EUROPEES

El dia 17 de maig, l'Ajuntament va procedir a efectuar el sorteig dels membres que formaran part de les dues meses electorals de les properes eleccions al Parlament Europeu que se celebraran el dia 13 de juny. Els membres escollits varen estar els següents:

MESA A

President:

Sr. Josep Gallart Fernández

1r. Vocal:

Sr. Lluís Bosch Segura

2n. Vocal:

Sr. Sergi Capell Bravo

SUPLENTS

President/a/1r Suplent:

Sra. Maria Domènech Nadal

President/a/2n Suplent:

Sr. Josep M^a Gallart Bonastre

1r. Vocal/1r Suplent:

Sra. Almudena Batlle Graus

1r. Vocal/2n Suplent:

Sr. Josep M^a Gallart Vilalta

2n. Vocal/1r Suplent:

Sr. Juan José Jové Peres

2n. Vocal/2n Suplent:

Sr. Ramon Besora Capell

MESA B

President:

Sra. Neus Serra Domènech

1r. Vocal:

Sr. Pere Mas París

2n. Vocal:

Sr. Jaume Mateu Bernaus

SUPLENTS*President/a/1r Suplent:*

Sra. Gemma Olomí Roca

President/a/2n Suplent:

Sr. Antoni Pijuan Garròs

1r. Vocal/1r Suplent:

Sra. Meritxell Mateu Jové

1r. Vocal/2n. Suplent:

Sra. Teresa Mesalles Oró

*2n. Vocal/1r Suplent:*Sra. M^a Magdalena Molló Gené*2n. Vocal/2n Suplent:*

Sr. Eduard Mateu Jové.

PROGRAMACIÓ DE LES ACTIVITATS DEL MES DE MAIG A DESENVOLUPAR-SE A LA SALA DE LA LLAR DEL POBLE		
DIA	HORA	ACTIVITAT
1 de maig	2/4 de 8 tarda	Pel·lícula de cinema: CUANDO MENOS LO ESPERAS
2 de maig	2/4 de 8 tarda	Pel·lícula de cinema: LA CASA
9 de maig	2/4 de 8 tarda	Pel·lícula de cinema: DOCE EN CASA
16 de maig	2/4 de 8 tarda	Pel·lícula de cinema: SERVICIO DE COMPAÑIA
23 de maig	2/4 de 8 tarda	Pel·lícula de cinema: OCEANOS DE FUEGO
30 de maig	2/4 de 8 tarda	Pel·lícula de cinema: COLD MOUNTAIN

PROGRAMACIÓ DE LES ACTIVITATS DEL MES DE JUNY A DESENVOLUPAR-SE A LA SALA DE LA LLAR DEL POBLE		
DIA	HORA	ACTIVITAT
6 de juny	2/4 de 8 tarda	Pel·lícula de cinema: LA MANSION ENCANTADA
13 de juny	MATÍ	CONCERT FI DE CURS ESCOLA LA CLAU
13 de juny	2/4 de 8 tarda	Pel·lícula de cinema: VIDAS AJENAS
19 de juny	TARDA	Exhibició de Patinatge organitzat per "AMPA CEIP ELS TIL.LERS
20 de juny	2/4 de 8 tarda	Pel·lícula de cinema: SCARY MOVIE 3
DIMECRES 23 DE JUNY A LES 11 DEL VESPRE REVETLLA DE SANT JOAN A LA PLAÇA MAJOR AMB EL GRUP SLOGAN		
CINEMA A LA FRESCA AL RECINTE DE LES PISCINES		
24 de juny	10 vespre	Pel·lícula de cinema : DINERO SUCIO
27 de juny	10 vespre	Pel·lícula de cinema: MONSTER

IMATGES de

Ramon Serra

l'Actualitat Artesenca



Concert de l'Aula de Música La Clau



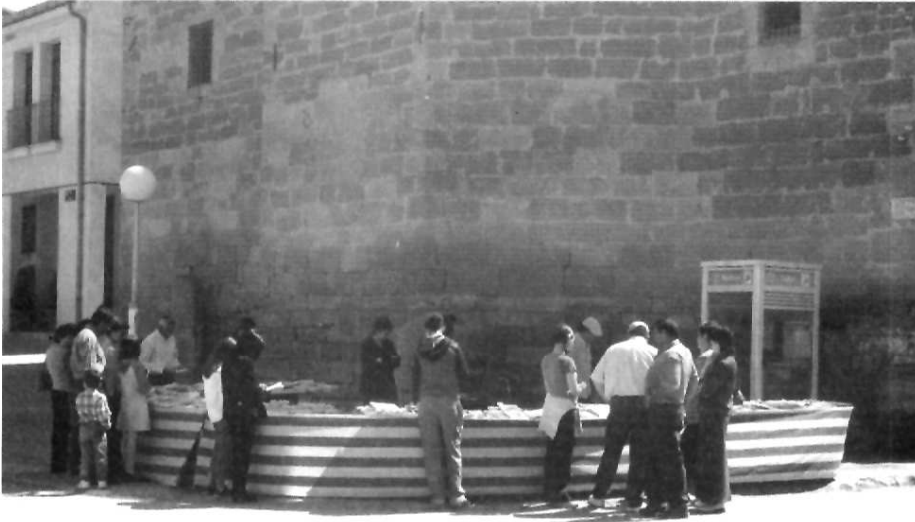


El bisbe Francesc Xavier Siuraneta i mossèn Joan Torrelles juntament amb els confirmats



Nova Llar Municipal d'Infants



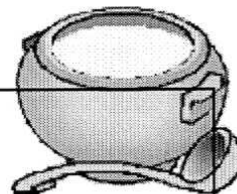


Parada de Sant Jordi com cada any



Assemblea de poble

LA CUINA D'ABANS



Adolf Costafreda

PLATS INCONNEXOS

Després de tants dies de parlar de la Cuina d'Abans, pràcticament ja hem exhaurit tot el repertori del qual disposaven les nostres àvies per a preparar els àpats de cada dia. Avui, i abans de començar a parlar d'altres coses relacionades amb la cuina, com per exemple les postres o altres menges complementàries, parlarem de plats diferents, els quals no tenen res a veure els uns amb els altres, però, en ser també cuina artesenca, no podem ignorar-los.

FARINETES

Ingredients: carabassa dolça, farina, sal i oli.

Un cop la carabassa neta i pelada es talla a trossets i es posa a coure en un olla amb aigua, la sal corresponent i un bon raig d'oli. Quan la carabassa ja és cuita, es trinxa amb un batedor i, tot seguit, sense deixar de fer anar el batedor, s'hi va tirant la farina fins a obtenir una massa espessa.

Les farinetes es menjaven a l'hivern, normalment per esmorzar. Era, segurament, el plat més conegut i popular (pràcticament en menjava tothom) de la cuina artesenca d'abans. De les carabasses que hom cultivava a l'hort per alimentar els pocs, n'hi havia unes de mida mitjana, molt bonyegudes i sovint més dolces que les altres que la gent en deia carabasses de fer farinetes.

FIDEUS

Ingredients: fideus, talls del confitat (llonganissa, costella, llom), ceba, tomata, oli i sal.

Per començar posarem els talls del confitat en una cassola per què perdin l'oli i, tot seguit, els retirarem. En la mateixa cassola farem un sofregit amb la ceba i la tomata. un cop fet hi tirarem els fideus; els remenarem i els cobrirem d'aigua. Un cop els fideus ja siguin cuits, hi afegirem els talls del confitat. Ho deixarem bullir una estona més tot junt i ja els podem treure del foc.

FIDEUS AMB COSTELLA DE PORC

Ingredients: Fideus, costella de porc, ceba, alls, julivert, oli i sal.

En una cassola es posen els talls de costella a fregir i, abans que siguin del tot cuits hi afegirem la ceba, els alls i el julivert, tot ben trinxat. Quan el sofregit ja és fet es cobreix d'aigua i quan aquesta bull, s'hi posen els fideus, es rectifica de sal i es deixa que couguin.

PANXA DE CORDER

Ingredients: Panxa de corder, neta i tallada a talls, ceba, alls, julivert, oli i sal

Es fa un sofregit amb la ceba, els alls i el julivert. Un cop fet s'hi posen els talls de panxa, es rectifica de sal i es deixa coure tot junt.

ELLA VOL FUGIR

Alba Bosch Pijuan

Portava dins seu tanta tristesa que fins i tot en somnis plorava. I cada matí es llevava amb la cara plena de llàgrimes. Unes llàgrimes que ningú no li eixugava, unes llàgrimes amargues que cada dia havia d'empassar-se en silenci. Cada dia. Feia temps que vivia en un infern. Un infern on cada vegada feia més calor, però on mai no s'acabava de cremar. Sabia perfectament, però, en quina situació es trobava i mai no havia perdut el control de cap de les dificultats. Però, i si el perdia? Ja feia temps, pocs dies després de dir el *Sí, vull*, li van començar a aparèixer els dubtes i els remordiments. Però aleshores havia de viure amb l'esperança que les coses podien canviar. No ho podia tirar tot per la borda: s'acabava de casar, havia comprat un pis amb el seu marit i, el petit, ja estava a punt d'arribar...

Ara ja tenia prou seny per prendre les seves pròpies decisions. Sempre s'havia engolit tot el dolor, *els nens...* pensava. Però un dia va veure que tant els nens tenien la seva vida com ella tenia la seva pròpia. Havia de lluitar pels seus fills, però no es podia descuidar d'ella mateixa. Per això un dia va decidir que era absurd continuar d'aquella manera, veient com la història es repetia dia a dia.

Es va llevar aviat, sola en el seu llit com cada dissabte al matí. Va posar els peus a terra i es va tallar amb els vidres de les ampolles trencades de cervesa que el seu marit s'havia begut la nit anterior. Una nit que ella recordava perfectament i que intentava oblidar. Dues llàgrimes més es van barrejar entre les que ja havia plorat. Després de desinfectar-se els peus va anar a guaitar els nens, que encara reposaven encongits als seus llits com dos fràgils angelets de vidre que d'un sol cop de vent

es trencarien en mil bocins. Va decidir no esmorzar, no podia perdre temps perquè ell en qualsevol moment podia aparèixer. Així que va omplir unes quantes bosses amb roba i tot el necessari per a ella i els nens. La faldilla de la nena, la samarreta preferida del nen, l'anorac taronja... El procés no li va ser gens difícil ja que no va fer res espontàniament. Tot ho tenia premeditat des de feia molt temps, fins i tot alguna vegada ho havia dut a terme. Però a última hora sempre s'ho havia repensat. Però avui tenia molt clar que ho faria, no podia esperar que passés res que després hagués de lamentar. I no pensava fer-ho sola, els nens era l'únic que li quedava i no volia perdre-ho de cap de les maneres. Amb ells, lluny d'allí, podria esborrar el passat.

Quan ho va tenir tot a punt va anar a despertar-los. Va aixecar la persiana de la seva habitació i ells, amb el primer raig de llum ja van obrir els ulls. La seva mare només els va dir que es vestissin ràpidament i els nens, obeïren en silenci, sense preguntar res. Els tres van sortir de casa: la canalla corrent i saltant entre rialles les escales de dos en dos; ella cautelosament, carregada amb les bosses i fent-los callar. Quan va ser al carrer va mirar a mà esquerra i a mà dreta. Havia d'anar amb compte, cap veí no havia de veure el que estava fent. Tots apreciaven el seu marit i els seus fills, en canvi d'ella no se'n fiaven gaire. Per això era molt fàcil que els veïns pensessin que estava fent el que realment estava fent. Així que quan va haver-se assegurat que ningú no els havia vist va córrer a deixar les bosses a dins del maletger i va pujar al cotxe, seguidament els nens també hi van pujar. Asseguda al seient, va mirar per la finestra la seva casa. Era gran, de totxo. Tenia un

jardí immens ple de roses, a ella li encantaven les roses, i una piscina d'aigua transparent. Però ara l'aigua era tèrbola. I totes les roses eren mortes, mortes com la seva il·lusió de viure quan es va comprar aquella casa. Aquella casa plena de records amargs, records que valia més la pena oblidar.

-*Que no ve el papa?*- preguntà el menut tot interrompent allò que la seva mare estava pensant en aquells precisos instants.

Però el nen no va obtenir resposta. Ella va posar les claus i sense pensar-s'ho dues vegades va engegar el cotxe. Va intentar arrancar una vegada, dues. Però no hi havia manera. Va intentar relaxar-se, s'estava començant a posar nerviosa. Quan estava disposada a tornar-ho a intentar, va sentir uns cops a la finestra que van fer que el seu cap

es girés de manera automàtica cap al vidre.

- *On aneu?* - va preguntar ell.

- *A comprar,* - va contestar ella - *però el cotxe no s'engega.*

Sant Jordi 2003

Nota:

Aquests conte va obtenir el segon accèssit al concurs de narracions de Sant Jordi de l'IES Samuel Gili i Gaya de Lleida.

Des d'aquestes pàgines el consell de redacció de la revista vol felicitar l'Alba Bosch per aquest premi, alhora que l'encoratja a seguir escrivint.

EL GUP RECERQUES ARQUEOLÒGIQUES DE LA FEMOSA VISITA L'EUDALD CARBONELL

El passat 12 de maig els membres del *Grup de Recerques Arqueològiques de La Femosa* vàrem fer una visita a l'eminent arqueòleg Eudald Carbonell, catedràtic de Prehistòria de la Universitat Rovira i Virgili de Tarragona i codirector de les excavacions arqueològiques d'Atapuerca (Burgos), per tal de plantejar-li la confecció de la proposta meseogràfica de l'apartat del paleolític del Museu Local Arqueològic d'Artesa de Lleida, en fase de remodelació, ja que es tracta d'un dels màxims especialistes del món en aquesta fase prehistòrica i que coneix

abastament les troballes de la nostra zona per haver-les estudiat. Tant l'Eudald com els membres del seu equip van acceptar redactar una proposta novedosa i didàctica pel nostre museu, la qual inclourà els darrers coneixements sobre aquest període. Així mateix vàrem aprofitar la visita per mostrar-li les darreres troballes de materials paleolítics de les comarques del Segrià i les Garrigues.



L'Eudald Carbonell revisant les darreres troballes de materials paleolítics



L'Eudald amb la seva obra *Els somnis de l'evolució*

M
O

M. A. Navarro

ENCREUATS

Solucions a la pàgina 30

S

HORIZONTALS: 1. Sistema d'impressió basat amb les pedres. Vocal. 2. Al revés, no irreal. Ocells com oques, ànecs. 3. La seva menja son els insectes. Cent. 4. Mil. Al revés, que manen en una notaria. Cinc-cents una. 5. Al revés, que adora falsos deus, femení. Rafael. 6. Contracció. Posa tibant. Òrgan visual. 7. Que es pot amotinar. Vocal. 8. Acció Nacional. Comunitat Yantra. De color lila. 9. Fa plural. Saures una mica rars. Grau d'elevació d'un so. 10. Bullis, cremis. Prefix grec "foc". 11. Al revés, alcaldada (segons la ciutat). Pinell de (...) Terra Alta. 12. Adjectiu possessiu femení. El primer. Obra menor.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1											■	
2					■							
3											■	
4		■								■		
5							■					
6				■					■			
7											■	
8	■			■			■					
9		■								■		
10									■			
11								■				
12			■			■						

VERTICALS:

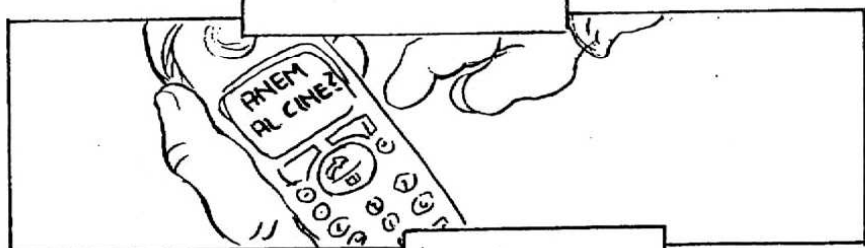
1. Que ha estat passada per la llima. Marca de cotxe. 2. (...) Fleming, creador del 007. Al revés, paraula que afirma, que assenteix. Social Democràcia Alemanya. 3. Salònica, ciutat de Grècia. 4. Oratge, vent suau. Consonant. Repetit, afalagar, fer comèdia. 5. Consonant. Reixetes, quadrets. 6. Mamífer que dorm cap per avall. 7. A la nit. Bari. Japonès. 8. A favor de, plural. Consonant. 9. Al revés, prengui nota. Flor reial. Base Reguladora. 10. Al revés, entrant marítim. El Prestige en portava molt. Prefix de prioritat. 11. Xifra romana. Contracció. Animat, avivat. 12. Cosa que va oscil.lant.

HISTÒRIES DEL MÒBIL

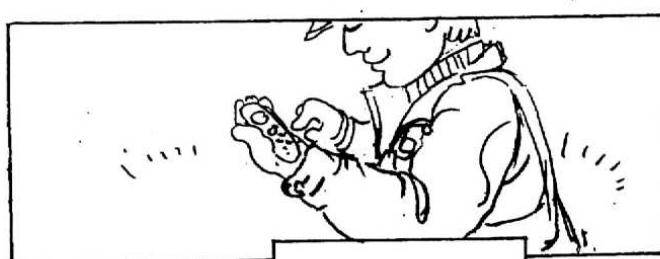
Francesc Riart



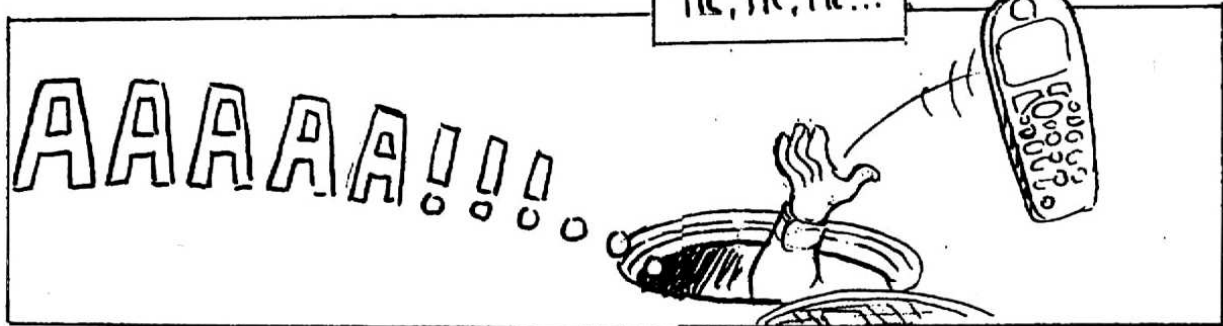
TIC, TIC, TIC ...



TIC, TIC, TIC...



TIC, TIC, TIC...



FIBROMIÀLGIA

Mateu Esquerda Ribes

El passat 12 de maig fou el **Dia Internacional de la Fibromiàlgia i Síndrome de Fatiga Crònica**. Entre els actes programats en aquest dia per l'Associació de Malalts a Lleida hi hagué la lectura del primer *Manifest sobre la malaltia*, realitzat conjuntament a la mateixa hora per totes les associacions de Catalunya. En aquest document s'establien un conjunt de peticions, entre les quals destaca l'elaboració d'una base de dades per saber el nombre real d'afectats, una major inversió per la investigació científica i una millor formació vers aquesta malaltia per part de metges especialistes i de capçalera.

Tot i que el nombre d'afectats augmenta en un degoteig constant any rera any (unes cinc-centes persones a la província de Lleida), encara es desconeixen les causes i el tractament d'aquests trastorns; i el conjunt de la societat tampoc no està gaire assabentat de les seves característiques y de la difícil problemàtica de les persones malaltes, tant en l'àmbit sanitari, com laboral, familiar, social, i de reconeixement d'invalidesa.

Es per tot això que he volgut plasmar la meva singladura com afectat (comuna a la majoria de malalts), per intentar mostrar els trets més significatius i el dur procés que transcorre des dels primers símptomes fins a la diagnosi, i com es cursa després el dur camí crònic de la malaltia.

UNA EXPERIÈNCIA PERSONAL AMB LA MALALTIA

Em dic Mateu, tinc 47 anys i en fa tres que vaig estar diagnosticat de fibromiàlgia. Però els problemes de salut que van desembocar a l'esmentat diagnòstic, començaren molt abans d'aquest moment, de tal manera que quan se'm pregunta pel seu inici, realment no puc constatar una data concreta, sinó que va ser una progressió lenta i contínua de

diferents trastorns, majoritàriament dolorosos, fins a arribar a un extrem insuportable, fet que donà peu a tot un seguit de consultes mèdiques. Si faig un repàs senzill de la meva trajectòria vital, com he fet múltiples vegades a instàncies dels metges –buscant qui sap quin origen o causa-, o per pròpia curiositat, diré que em considero immers en la més absoluta i comuna normalitat: fill de pagesos, vivint en un poble tranquil, estudis ben portats, pràctica habitual de l'esport a la joventut, amics i amigues des de sempre, pocs vicis –per no dir cap, que sona fins i tot ridícul- (no he fumats, i de beure màxim algun *cubata* de tan en tant), feina –massa i tot- dins la pagesia, vaig fer la *mili* com *tot Cristó* feia en aquells anys, al seu moment vingueren les ganes de festejar - tal cop més d'una vegada -, em vaig casar relativament jove (25 anys), arribaren aviat dues filles, amb el temps –com tants d'altres de la meua comarca i generació- canviarem la residència del poble per acostar-nos a la ciutat, no anàrem mai sobrats de diners –tampoc tinguérem necessitats extremes-, des de jove em vaig sentir procliu a endinsar-me en diverses activitats culturals, ... i poc a poc, amb els anys, tota la família ens vam anar fent *grans* -no tan sols en edat, que també-, cosa que com diuen és llei de vida.

Però dins d'aquesta roda quotidiana, de tant en tant, i de sobte, sorgien diversos dolors musculars que perduraven alguns dies, i que un atribuïa sens dubte a les tasques de pagès (algun mal gest, una estrebada inoportuna, un excés d'esforç...). Res, dues pastilles, un *pegat foradat*, i endavant amb la feina, que mai no s'acaba...

Mai no m'he aturat a pensar en una causa, però crec que és un fet constatat que a partir dels trenta anys se sol mesurar l'edat per decennis; i fou ja en aquest decenni dels trenta quan em començaren a freqüentar cada vegada més ja no sols els dolors musculars, sinó també altres trastorns, com cansament inusual, problemes respiratoris, abdominals -*mal de panxa*-, cutanis -*èczema*, psoriasis- ...i d'altres. Davant

de tant mal camí, un comença a visitar els metges, primer el de capçalera, que et sol despatxar amb una simple recepta. Com que el problema no es cura, llavors et deriva a l'especialista -que al cap d'un temps pot visitar-te-, et fa proves diverses, i conclou que no es veu res important. Tot i així surts amb un altra recepta a la mà i la desconfiança que no t'ho ha encertat.

I alhora comença un llarg pelegrinatge, sempre repetint el mateix circuit: metge de capçalera, especialista, analista, especialista, metge de capçalera. I tots et diuen el mateix, o molt semblant: *No te rés, es queixa massa, ha de distreure's, és absurd el que diu, si tan sols li fes mal una cosa, però es queixa de tot, si fos dolent, amb el temps ja hauria sortit, ànim, a treballar, que està més sa del que es pensa, això seu es dels nervis, no té importància, ...* i un, atabalat ... se'n torna cap a casa pitjor que abans, això sí, cada vegada amb una altra recepta que mai no entens per què serveix.

Els problemes continuen i agafen una corba ascendent: contractures contínues (sobretot a les cervicals), dolors articulars en diferents llocs, migranyes, trastorn del son, rigidesa de les extremitats, problemes digestius, problemes d'orina, pèrdua de memòria... Arriba un moment que t'espantes -no pots fer la feina habitual, no descansas, sembla que no siguis tu mateix- i alhora la vida continua, el treball et reclama, la hipoteca cau cada més, les filles es van fent grans, i tot plegat crea dins teu una angoixa que va inflant-se com una esponja. També has perdut la confiança en els metges que mai no et troben res, i acuts a herbolaris, *curanderos*, bruixots, aprofitats, qualsevol consell és com una corda on claves les ungles per no ofegar-te. I vas perdent la salut, se'n ressenteix la butxaca, i es va minant la moral. A l'entorn quotidià tampoc no millora la situació: la família no t'entén: *si el metge no et troba res, és que pateixes de manies...* I tu, què hi pots dir?, calles una i altra vegada. I no parlem dels amics: *ja arriba el que sempre està malalt, ja canviarà aviat el temps, no cal que preguntem com et trobes...* i tu calles una i altre cop, mentre observes, desencisat, la rialla burlesca que acompanya els comentaris.

Quant et trobes sol, i notes els dolors, vas pensant: -no deu ser res... potser tenen raó els altres... si ni tan sols els metges li donen importància... potser sí que són manies, estaré malament del *coco*?... i aguantant... i calles... i continues... i continuen els trastorns... i tu calles...

D'aquesta manera vaig tornar a canviar de decenni, ¡els quaranta!; i amb ells alguna arruga més al front, els cabells que van esclarint-se, i dels que queden, alguns ja van emblanquinant-se. (Ara ja ni goses a dir que no et trobes bé): *-Es la depressió dels quaranta, jo també la vaig passar, fill, que ja no ets tan jove, ai, que amb tantes manies ja ni tens ganes..., je, massa aviat t'arribarà la "pitopausa"....* Jo vaig passar per tots aquests mals tràngols, i no em refereixo tan sols a la incomprensió de l'entorn immediat, ni el desencís de la pròpia família, què podien dir o pensar si els metges no em trobaven res?

Vaig passar dies i dies pel mal tràngol d'estar patint, patint en solitari, patint de dolor físic, asfixiant,... i també de l'altre, del que fa més mal, del que et rosega el cor, del que et fa dubtar de tu mateix, del que t'apropa irremissiblement cap a l'espadat fins que veus l'abisme tan proper que et balandreges atordit damunt seu, dubtant, sempre dubtant, de donar la darrera passa.

En aquell extrem el destí no volgué que la donés. Tingué un xic, potser l'últim xic, de seny per demanar auxili. Fou el destí ...i fou la família ¿qui, si no?, i llavors els metges, els que feren mans i mànegues per traure'm del pou profund d'ansietat i depressió on havia caigut.

Per primer cop en molt temps, vaig poder sentir que no em trobava sol davant els dolors, i segurament, per primer cop en molt de temps, les receptes foren les adequades pel trastorn del moment.

Poc a poc, i alhora més de pressa del que em pensava, la situació va anar canviant. Em vaig recuperar mitjanament de la crisi emocional en un temps relativament curt, encara que els dolors ¡maleïts dolors!, continuaven.

Però, la conjuntura era llavors diferent. La metgessa de capçalera, pot ser influenciada per la situació passada, potser perquè ja em coneixia millor, potser per què en aquelles da-

tes els mitjans de comunicació escampaven a tort i dret la notícia d'una afectada tan mediàtica com fou la Manuela de Madre, per alguna raó devia ser, la metgessa em digué que el meu quadre clínic corresponia totalment a una *fibromiàlgia*, i que m'enviava de nou al reumatòleg perquè fos ell qui diagnosticués fermament la malaltia.

Dit i fet, després de repetir moltes de les proves analítiques ja anteriorment efectuades, després d'escàners, d'electromiogrames (tots ells per descartar altres alteracions possibles, segons em digueren), per fi després de molts anys, jo vaig escoltar, encara incrèdul, com un professional de la medicina donava un nom -i el certificava- al trastorn, que des de tant de temps em tenia, i mai millor dit, encara que em repeteixi, totalment transtornat.

-*Vostè està afectat de fibromiàlgia*, em ressonà com el badall d'una campana dins el cap.

-*I això què és?* vaig preguntar-li.

Poc a poc, (em semblà que mesurant les paraules), intentà explicar-me les característiques de la malaltia, els dolors i altres problemes crònics que comportava, la desconexió de les causes que la produïen, que actualment no hi ha indicadors analítics ni d'imatge que la confirmin, que l'exploració de la sensibilitat en diversos punts del cos (punts *gatillo*) marcava un grau concret de dolor, i que s'arribava al diagnòstic per la suma de tot un seguit d'alteracions que concorden amb els criteris establerts per un protocol de diagnòstic de l'any 1990 per l'*American College of Rheumatology*. Un queda astorat davant de totes les explicacions, i sols se'm va ocórrer preguntar si la malaltia era greu.

-Tranquil, ningú no es mor d'aquesta infermetat, (em digué), però sí sabem que causa dolors de més o menys intensitat, que varien segons el pacient, segons la resposta de la medicació, i que poden aparèixer en forma de brots més o menys continus, que poden remetre amb el temps(?), i que malauradament en un percentatge alt de malalts també es tornen crònics, i llavors afecten considerablement la rutina diària.

Sí, amb tot allò n'hi havia per estar un ben tranquil. L'efecte de la medicació no fou positiu, al cap

de tres mesos els dolors continuaren igualment, els trastorns no desaparegueren, i la qualitat de vida no millorà gens.

Mentre, vaig intentar arregar tota la informació sobre aquella malaltia, difícil de trobar a no ser per Internet, i alhora em vaig assabentar que hi havia a Lleida un conjunt de dones afectades que formaven un *Grup de Fibromiàlgia*, inclòs dins de ASPID (*Associació de Paraplègics i Discapacitats Físic de Lleida*).

Aquest grup tenia (i continua tenint) uns objectius concrets com són: oferir un lloc de trobada per a les persones afectades, acompanyament personal i del grup fins que es consideri necessari, organitzar activitats orientades a una millora personal (psicoteràpia de grup cognitiva conductual, tallers psicoeducatius, tallers de memòria, activitat aquàtica terapèutica, pràctica de taichi / qi gong, etc.), i alhora desenvolupar una tasca d'informació i sensibilització de la societat vers aquesta malaltia.

No hi ha cap dubte que em vaig inscriure immediatament. Formar part del grup va significar trobar una petita llum a la foscor de molts anys de patiments, allí em vaig sentit plenament identificat: poder parlar amb altres afectats (millor dir afectades, perquè la immensa majoria són dones) compartin vivències (quasi totes de patiments), escoltar com elles tiraven endavant, com els pocs ànims es repartien per tot el grup, l'eficàcia psicològica de la teràpia de grup, les hores practicant taichi, l'assistència a diferents xerrades sobre temes derivats de la malaltia, tot això, i molt més, m'ajudaren de forma decisiva a superar el mal moment inicial, i totes les recaigudes que es van produint. Referent a l'apartat mèdic, cal dir que he acudit durant aquests anys a la consulta de diferents especialistes, tant de la medicina tradicional com altres alternatives, però la resposta sempre ha estat pareguda: es desconexen les causes, i els tractaments pel dolor són de dubtosa eficiència a mig i llarg termini, es corre el risc que els efectes secundaris empitjorin la feble salut. Jo, ara per ara, sols puc asseberar que la millora física ha estat molt minsa i intermitent (per no dir nul·la); encara que sí he trobat un xic més de resposta al tractament psiquiàtric, i

psicològic, recolzat sens dubte pel grup.

Vaig estar prop de dos anys de baixa en la meua activitat professional, i fa uns mesos se'm va reconèixer una minusvalia del 66%, i més tard una incapacitat total absoluta per qualsevol tasca, (tenia raó el metge quan em va dir que podia afectar a la rutina diària).

En l'apartat familiar, els efectes també s'han notat. Durant aquest període, s'ha desfet el nostre matrimoni, i actualment visc junt amb les filles i els pares.

En l'aspecte social, he deixat aparcades (qui sap si per sempre) moltes de les meves activitats, i la pràctica continuada de les anteriors afeccions, sobretot les que requerien un esforç físic o una implicació més constant.

Alhora, després de tantes mancances, també sorgeixen algunes experiències positives noves, com pot ser una millor coneixença del propi cos, un autocontrol psicològic més desenvolupat, una predisposició desconeguda anteriorment cap a activitats on evolucionen millor els sentiments, com ara diferents tipus d'arts (en el meu cas l'escriptura), i una sensibilitat i una tendència intuïtives cap a la prestació d'ajuda social.

En fi, aquesta ha estat la meua vivència personal, fins ara, de la fibromiàlgia, una malaltia que

tendeix a augmentar en la societat actual, una malaltia (que com em digué el reumatòleg) no mata... no mata el cos... però pot ser sí que mor una part nostra. Com va escriure una afectada *és una mort lenta, del dia a dia, és una mort subtil, no la notes, però et va corroint poc a poc, vas perdent força física, després força moral, cada dia perds alguna cosa, et sents malament, inútil, perds agilitat, perds memòria, i un sens fi de facultats, inclòs (ja ho havia dit) arribes a desitjar la mort mil vegades...*

Tan sols l'acceptació de la malaltia, adequar el comportament al patiment, una actitud positiva davant del dia a dia i un recolzament continuat de l'entorn familiar poden ajudar a alleugerir tan pesada càrrega. I cal saber i recordar una i altra vegada que l'excessiva preocupació pels problemes quotidians està en l'arrel de la infermetat (és el peix que es mossega la cua). Si un ho aconsegueix, sens dubte que tindrà molt de guanyat, però com se sol dir: dir i fer no és el mateix.

A tot això li han posat un nom: **FIBROMIÀLGIA**. Apunteu-vos-el, segur que coneixereu en el vostre entorn algú que també se'n queixa.



Lectura del primer manifest sobre la Fibromiàlgia el 12 de maig a Lleida

LA MEMÒRIA DELS AGRAVIATS

L. F.

Hi ha assumptes com el dels papers de Salamanca que no s'acaben de resoldre, bé per motivacions polítiques, bé per obscurs interessos, malgrat les constants reclamacions dels sectors afectats. Darrerament apareixen als mitjans d'informació articles i declaracions que mostren postures antagòniques respecte al que s'ha de fer amb els papers incautats als catalans: els que reclamen el retorn dels papers a Catalunya i els que defensen que s'han de quedar a Salamanca.

Tot comença el 26 de gener de 1939, quan les tropes franquistes arriben a Barcelona i disposen d'una relació detallada de les seus dels partits polítics, sindicats, institucions públiques, editorials, lògies maçòniques, habitatges particulars..., qualsevol lloc sospitós de tenir vinculacions amb la República. Les ordres eren retirar tots els arxius que trobessin al seu pas amb un únic objectiu: Localitzar l'enemic per a liquidar-lo.

Aquest material confiscat tenia aquesta finalitat de provar que aquest o aquell havien estat republicans, socialistes, comunistes, nacionalistes o en general antifranquistes.

Els arxius serien traslladats a Salamanca on el règim havia decidit centralitzar tota la documentació que provenia de la zona republicana. El material seria guardat sense cap rigorosa ordenació, amb l'únic criteri de la procedència geogràfica o el lloc de la captura.

Acabada la Guerra Civil, en l'etapa més crua de la repressió franquista, els encarregats de l'arxiu no malgastaven esforços en analitzar aquells lligalls amb el propòsit de descobrir els elements desafectes al règim, susceptibles de ser perseguits. Així ho afirmen els historiadors J. Cruanyes (*Els papers de Salamanca. L'espoliació del patrimoni documental català (1938-39)*) i Joan B. Culla, quan afirmen que es rastrejaven els noms i es feien fitxes fins a confeccionar al voltant de tres milions de

fitxes individuals de possibles enemics del franquisme.

Després de la Segona Guerra Mundial amb la derrota del feixisme, el règim intentarà fantasmagòriques operacions de maquillatge de cara a superar el seu aïllament internacional i els papers quedaran relegats a un relatiu oblit. De fet, des del 1944 l'Arxiu de Salamanca va canviar de nom i va denominar-se *Delegación Nacional de Servicios Documentales*. Serà a partir de la transició, quan el 1977, el govern d'Adolfo Suárez el transforma en "L'Arxiu General de la Guerra Civil Espanyola" i passa a convertir-se en la memòria més completa del conflicte bèl·lic a partir de tota una documentació rapinyada als perdedors.

És aleshores quan comencen a arribar al govern espanyol les demandes de restitució dels documents procedents de Catalunya i s'inicia el calvari davant les respostes de preservació de la unitat de l'arxiu per part dels diferents governs de l'Estat Espanyol.

El cert és que aquesta justificació donada pels governants de l'Estat no és certa, ja que hi ha una gran dispersió de documentació referent a la Guerra Civil i molts documents es troben en diferents arxius (Madrid, Àvila, Alcalà... fins i tot a Amsterdam).

Els papers de Salamanca han esdevingut un tema polèmic, on se sostenen posicions antagòniques i enfrontades:

- Dins dels partits polítics: El PP espanyol a favor de la unitat d'arxiu (Mayor Oreja). El PP de Catalunya a favor del retorn dels papers (A. Sánchez Camacho)

El PSOE de Castella-Lleó a favor de l'arxiu. El PSC reclama el retorn dels papers (Raimon Obiols demanda la documentació relativa al seu pare -artista gràfic que treballà per a la Generalitat-).

- Des dels historiadors i intel·lectuals: Els historiadors i escriptors catalans defensen

que no es pot constituir un arxiu amb material robat i reclamat pels seus legítims amos. Tesi avalada per hispanistes com Ian Gibson. Mentre altres com Cortázar o Torrente Ballester justifiquen el que anomenen *dret de conquesta*. Curiosament columnistes com Rosa Montero consideren la demanda del retorn dels papers a Catalunya com un caprici del nacionalisme i la destrucció d'un tresor i un bé comú.

El 15 de juny del 2004 s'ha de nomenar el substitut del vice-president del Patronat de l'Arxiu i iniciar converses i propostes per arribar a resoldre aquest problema.

En un món de la comunicació, on la digitalització dels arxius es fa imprescindible, pot justificar-se el no retornar els documents originals als seus propietaris?. Es necessària la conservació d'un monument a la rapinya?. Segur que hi ha esperança!

LA CORAL CANTA CARAMELLES

El dia 11 d'abril, diumenge de Pasqua, la coral *la Primavera Artesenca* com en anys anteriors pel matí van cantar caramelles pels carrers del poble, recuperant un antic costum del nostre país que ha evolucionat des d'una pràctica de galanteig, pròpia dels fadrins, a una expressió de cant coral, interpretada per gent de totes les edats. Els cantaires de la coral van interpretar diverses cançons festives que donaren un toc d'alegria a la nostra població.



ET CONTO UN CONTE?

Iolanda Liarte

Les coses, segons s'expliquen, poden arribar al qui ho llegeix amb més o menys força.

Jo, aquest cop he decidit explicar-vos una història d'una nena; la Liliàna, més coneguda per la *Lili*, a través d'un petit relat o com prefereixo dir *un conte*. Ja sé que potser no és la millor manera d'arribar a la gent gran, amb un conte, però crec que és la millor forma d'entendre un problema; ficant-te a la pell del protagonista mentre va transcórrer la història. He de dir que aquest conte és fictici; però podria ésser ben bé realitat.

El que vull denunciar amb això és l'exploació que reben molts nens i nenes del que nosaltres anomenem *tercer món*; reflectir les il·lusions que deuen tenir i la força i lluita que desenvolupen per fer que el demà sigui millor.

I plantejar-me un seguit de preguntes:

- Quants móns hi ha; per què ens permetem el luxe de dir que hi ha un *tercer món*?

- Potser el que els passa a aquests nens i nenes és culpa d'un *primer món*?

I per acabar:

- Com puc, si és que puc, ajudar totes les *Liles* d'aquest món a tenir un futur millor?

Tots els dies eren calcats; els uns iguals que els altres, no passava res de nou...

La Lila s'aixecava del llit amb la vitalitat amb què es lleva una nena d'11 anys. Com cada matinada, encara no hi havia el primer raig de sol, i ella per no despertar els seus quatre germans petits, no encenia ni l'espelma que hi havia damunt de la caixa de fusta que feia de tauleta de nit.

A palpentos, anava sortejant els cossos dels germans que dormien gairebé un damunt de l'altre al petit habitacle que els feia d'habitació i menjador.

Sempre abans d'arribar a la porta del dormitori-menjador, anava fins al germà petit, li donava un petó al front i el tapava amb el que ells anomenaven *flassadetes* que no eren res més que uns quants sacs de cafè que la Lila va poder *afanar* un dia que el senyor patró es va despistar.

Tot seguit anava a buscar la seva mare que dormia amb una de les *flassadetes*, damunt de l'atrotinada taula. La despertava cada dia acaronent-li els llargs cabells negres sempre molt pentinats. Tot seguit la mare li preparava l'únic àpat del dia consistent en un grat got de llet de cabra i un gran tros de pa de blat de moro.

Aquest pa i aquesta llet era el sou de la mare, que treballava totes les nits a la barraca al costat del riu, on hi ha les cabres i on la Lila i els seus germans tenien prohibit atansar-se.

El pare va marxar un dia a treballar; va agafar una camioneta i mai més no va tornar. Uns homes armats amb fusells els van fer baixar de la camioneta per robar-los. Al veure que eren tristos treballadors i no tenien res de valor els van assassinar.

L'únic sou que entrava en aquella destarada barraca era el de la Lila. Treballava tot el dia dins d'una mena de nau on hi ficava grans de cafè sense parar ni un segon.

Però tot i tenir una vida tan trista i complicada, essent tan petita i tan responsable al mateix temps ... sempre a l'entrar per la porta de la *barraca del cafè* mirava les seves companyes, nenes de la mateixa edat que ella i els deia amb una rialla - *Bon dia a totes ... i estiguen segures que avui ho serà.*

Tot i el llarg camí que havia de fer des del poblat de barraques, que s'aixecaven de la banda dreta del riu, fins a l'altra banda on hi havia la *barraca del cafè*, ella no perdia l'esperança d'un futur millor: amb més diners, una barraca millor, millors *flassadetes* i sobretot, algun àpat més al dia. Mentre sortejava el pedregós camí ple d'obstacles, pedres, arbres, un pont del tot atrotinat fet com no, de canyes es creuava amb milers de bestioles, unes salvatges i d'altres, encara més perilloses, els assassins del seu pare... mentre ella cantava i somreia esperant un futur millor, però contenta del seu present. Perquè ella no en coneix cap més de present, ni més bo ni més dolent..., només el seu... que potser nosaltres podríem canviar.

APROFITEM L'OLI DE CUINAR



L'oli de cuinar, encara que no és tan contaminant com l'industrial, i sigui un oli vegetal, tampoc no és gens bo tirar-lo per l'aigüera. Contamina l'aigua del subsòl, l'aquàtica, ... és un problema important per a les depuradores. Per exemple, en arribar a les depuradores, les restes d'olis dificulten els seu funcionament i disminueixen la vida mitjana d'aquests tipus d'instal·lacions. Si acaben als rius, formen una pel·lícula superficial que impedeix el normal intercanvi d'oxigen, i tot l'ecosistema aquàtic en surt perjudicat. Un sol litre d'oli domèstic contamina i deixa inservibles 1000 litres d'aigua. Aquesta informació, tot i que és incompleta, ens ve a indicar la importància de guardar aquest oli per a fer-ne un ús adequat, d'acord a les seves possibilitats.

De moment seria bo de guardar-lo en dipòsits de plàstic o de vidre; ja sabeu que es faran dues recollides a l'any, per **Nadal i començaments d'estiu**, i també però aquesta data l'Alternativa organitzarà **un taller per a fer sabó de casa** amb els olis recollits. Encara avui hi ha gent que en fa i els nostres avis tenien aquesta pràctica com una activitat habitual per a treure bon profit d'un rebuig que no sabien que fer-ne. De moment -i per si voleu fer practiques- podeu utilitzar alguna de les fórmules que us detallem més avall.

Sabó dur (amb el foc)

Ingredients:

- 8 litres d' aigua.
- 5 litres d' oli.
- 1 quilo de sosa.
- 100 gr. de pega grega.

Es posa tot en un recipient que pugui anar al foc (abans hi havia les calderes de diferents mides). Es va remenant fins que es lliga. S'escudella en un motlle triant només la pasta amb una paella foradada. Es deixa refredar i

quan encara es una mica tou es talla i es deixa en un lloc airejat perquè s'acabi d'assecar.

Es pot utilitzar gairebé per tot sobretot per rentar roba a ma.

Sabó dur de l'hora (en fred)

Ingredients:

- 8 litres d'aigua.
- 5 litres d'oli.
- 400 gr. de sosa.

Es posa en un recipient, es remena contínuament fins que s'endureix la pasta. Es posa en un motlle i quan esta al punt (uns dos dies) es talla.

Si l'aigua es fa bullir prèviament amb alguna herba aromàtica (farigola, espígol, menta...) pot servir com a sabó de mans.

Sabó dur de l'hora (en fred)

Ingredients:

- 6 litres d'aigua.
- 5 litres d' oli.
- 125 gr. de farina.
- 125 gr. de detergent (pot ser gel de bany o de rentar la roba, depèn de l'ús posterior).
- 1 kg. de sosa.

La nit abans, es barreja la sosa amb l'aigua en un recipient de plàstic de diàmetre gros.

Al dia següent, s'hi afegeix la resta d'ingredients. Es remena tot, constantment, amb un pal de fusta, (aproximadament una hora) fins que vagi agafant Cos (se sap que esta al punt quan es ratlla amb un objecte dur i la marca no s'esborra). Es deixa reposar un dia o dos, es dóna la volta al recipient per desenganxar el sabó i es talla a trossos de la mida que es vulgui.

Sabó moll

Ingredients:

- 7 litres d'aigua (millor que sigui calenta)
- 1 litre d'oli
- 200 gr. de sosa
- 1 quart de pega grega

En un recipient adequat es barreja l'aigua calenta amb l'oli, la sosa i la pega grega (millor reduïda a pols, aixafada amb una mà de morter). Es remena perquè quedi ben barrejat i es deixa a sol i serena fins que es faci com una mel tova (uns quinze dies).



Aquest sabó pot servir tant per a rentar la roba amb màquina de rentar com per a la higiene del cos com a gel de bany o- si es posa en un recipient adequat com a sabó de mans, sobretot si l'aigua s'ha bullit amb alguna herba aromàtica. Ja ens explicareu com us ha anat i si us han funcionat o no les fórmules. Si algú en té experiència ens ho pot fer saber i afegirem en propers articles més detalls i altres fórmules d'interès.

Ja ho veieu, estar al costar de la natura fins i tot pot, ser econòmic i divertit.



HISTÒRIA D'UNA PETITA HISTÒRIA

Adolf Costafreda

(ara fatrenta anys)

M'ha costat molt trobar aquest títol, el qual, encara que no sigui gaire aclaridor del que vol explicar, d'entrada ja m'ha semblat bé. Al cap i la fi, el títol d'un article només serveix per encapçalar el contingut que segueix sota seu. En aquest cas, aquest escrit té la pretensió de ser alguna cosa més que un simple article ja que, per la seua extensió, haurà de ser publicat en més d'una revista.

Dins d'aquesta *història d'una petita història*, volia parlar només de tres o quatre anys de la història de l'Agrupació Cultural *La Femosa*, una història que va des de mitjans de l'any 1974 fins a finals del 1977 i que, per moltes raons, va estar el període més ple, enriquidor i fecund de tota la història d'aquesta entitat artesenca. Per començar a parlar-ne, haurem de començar pel començament. Com ja és ben sabut, l'Agrupació Cultural *La Femosa* va ser legalitzada pel *Gobierno Civil* de llavors en data de vint-i-quatre de maig de 1967, amb el número de registre 82, dins les entitats de la província.

Des d'un començament, la seu oficial era a la Biblioteca del *Hogar del Productor*, des d'on es van portar a terme les activitats culturals i d'esbarjo. L'estretor d'aquella sala, que en un començament va ser vàlida, poc a poc es va anar fent petita per les pretensions de les noves activitats que es volien portar a terme. Per cercar un nou local prou ampli per fer-les possibles, es va pensar en la sala del *Cafè de cal Tomàs*, que era on avui hi ha les oficines del BBVA, que en aquelles dates estava tancat. D'un començament es volia seguir amb la Biblioteca com a local social, però disposant del *Cafè de cal Tomàs* com a local d'esbarjo.

El *Bep del Tomàs* (Josep Oró i Garrós), es va avenir a llogar-nos el cafè per l'import de dues mil pessetes mensuals (que es va apujar a tres mil a mitjans de l'any 1977) preu que es van creure raonable i es va acceptar.

Ara que redacto aquesta mini història de *La Femosa*, no m'ha estat possible trobar cap

justificant de l'acord de la Junta per aquesta decisió, ja que no consta en cap acta. Sé per experiència que llavors se'n feien molt poques d'actes degut, més que res, a la paperassa que això comportava. Eren altres temps i la burocràcia del règim franquista no deixava fer les reunions així com així: primer que tot s'havia de demanar permís per escrit al *Gobernador Civil* (que les podia denegar) amb l'hora de la reunió i l'ordre del dia dels temes a tractar i, trametre, altre cop al *Gobierno Civil*, dins el terme de vuit dies, també per escrit, tots els acords als quals s'havia arribat. És per això que de reunions oficials només es feien les obligades per la llei que, en el cas de *La Femosa*, eren dues a l'any, el canvi de Junta i l'aprovació dels pressupostos de l'any següent, així que no cal trobar estrany si, en aquest cas, s'hagués fet una reunió, diguem-ne clandestina i que, per aquest motiu, no s'hagués aixecat acta. Sigui com sigui la cosa va anar endavant i l'aventura apassionant de tot el que va comportar l'obertura del *Cafè de cal Tomàs* com a centre recreatiu per al jovent (i gent gran) del poble, va ser un fet, un fet que, al cap de trenta anys, em sembla bé de recordar per la singularitat i l'experiència tan positiva que allò va comportar.

Encara que, com he dit més amunt, volíem continuat tenint la Biblioteca de la *Llar del Poble* com a seu social, la *Junta de la Hermandad Sindical* (propietària del local) ens ho van impedir al.ludint no recordo què. Ens van demanar que traguéssim totes les nostres pertinences d'aquella sala i que els tornéssim les claus. Ho vam fer així. El *Cafè de cal Tomàs* (Plaça Major Núm.10) va passar a ser també la seu oficial de *La Femosa* durant el que restava del l'any 1974, el 75, 76 i el 77, data en que *La Femosa* es traslladaria oficialment al núm. 23 del carrer del Castell, però d'això, si s'escau, ja en parlarem més endavant.

Després de tants anys és difícil precisar, si no hi ha documents que ho corroborin, en quin

moment va començar tot. La memòria, al menys la meua, no és gaire exacta en moltes coses i per això ara m'hauria agradat comptar amb l'ajuda de documentació escrita. Sí que hi ha papers, factures i altres coses a partir del setembre del 74, com el document que el *Bep del Tomàs* va voler fer, davant notari, però el tracte, almenys de paraula, s'havia d'haver tancat uns mesos abans, perquè no hauria estat possible obrir al setembre i posar el local en funcionament com es va fer i de la manera que es va fer.

Durant l'agost d'aquell any, a estones perdudes (a les nits i els diumenges al matí) vam netejar i pintar el local i deixant-ho tot a punt per la seua obertura a primers de setembre. Paral·lelament a aquest feina en va haver una altra que podríem catalogar de més important o feixuga; la de cercar els elements necessaris per fer funcionar aquella sala com a centre d'esbarjo, això volia dir poder disposar de taules de pim-pom, un billar, cafetera (cafè, cafè amb llet, llet sola o amb xocolata) funcionant amb monedes (un cafè valia 5 pessetes), així com una nevera amb el mateix sistema (el preu de les cerveses i refrescos era de 10 pessetes), amb tot el que això comportava i altres coses que ara se m'escapen. Vaja, una feinada preliminar abans d'obrir. Si no recordo malament, de taula de ping-pong n'hi havia una que era de l'Ajuntament o que havia estat subvencionada per l'Ajuntament a uns joves que havien organitzat un campionat d'aquest esport. Era una taula reglamentària com Déu mana, la qual ens va venir molt bé pels nostres propòsits, Tot i així, però, se'n va comprar una altra molt més senzilla pel preu de 4000 pessetes.

En un altre sentit, i encara més importat que tot això, hi va haver les reunions necessàries fins a trobar la fórmula i el material humà per fer funcionar tot allò. Hi havia il·lusió i entusiasme pel projecte i per això, de voluntaris, n'hi va haver prou per tirar-lo endavant. Es va decidir que els socis voluntaris treballessin al local formant parelles i aquestes, sempre les mateixes, però una de diferent cada setmana, fossin les encarregades d'obrir i tancar, cobrar, pagar i tenir cura del funcionament d'aquella sala així com de la neteja (escombrar cada dia i endreçar

taules i cadires. Els caps de setmana, però, venien dues dones a fer una neteja més acurada). Al hivern, calia tenir cura que l'estufa funcionés a tot ritme. Penjada prop del mostrador, hi havia una pissarra on hi posava els noms dels responsables de cada setmana. Al cap de tants anys, no he pogut trobar una llista completa dels joves que feien setmanes i, per això mateix alguns noms se m'han esborrat de la memòria i, quan ho he preguntat a gent que sé del cert que hi eren, m'han contestat el mateix: no me'n recordo. Per tot això, encara m'ha semblat més urgent passar a paper tot el que, esprement-nos el magí, encara puguem treure. Penso que val la pena intentar-ho. Com que de tot això n'hem de seguir parlar, de moment fem una pausa per parlar del mateix, però des d'un altre angle.

Quan cercava papers per demostrar que, l'Agrupació Cultural *La Femosa*, realment havia gestionat durant prop de quatre anys l'antic *Cafè de cal Tomàs*, m'he quedat agradablement sorprès. Hi ha un munt de documentació d'albarans, factures i altres coses que, ara, són d'allò més entretingut de repassar i, per això, abans de seguir més endavant, m'ha semblat bé d'incorporar-ho aquí perquè, també vosaltres, pugueu gaudir d'aquestes curiositats. Em penso que és prou interessant, al cap de trenta anys, saber el que cobrava un paleta o el que costava un quilo de sucre l'any 1974. Per això he triat una colla de factures, totes del mateix any, encara que no correlatives, les quals poden encetar més d'un somriure. He triat, com és comprensible, les que es poden llegir millor i que hi surti el nom de *La Femosa*, ja que molts papers són només petites notes escrites a mà per justificar pagaments de pocs diners que s'anaven fent sobre la marxa.

Una de les coses que aquests papers constaten i que ara poden sorprendre a les persones joves, és l'ús gairebé exclusiu de la llengua castellana. Eren altres temps i la nostre llengua encara estava bandejada, raó per la qual, la catalanitat de *La Femosa*, subratllada des de la seua creació, posava nerviosos molts artesencs ben pensants. Al cap dels anys s'ha demostrat que *La Femosa* tenia raó. Fins una altra.



En la ciudad de Lérida a una de Septiembre de mil novecien-
tes setenta y cuatro, reunidos de una parte D. JOSE ORO GARROS,
mayor de edad, vecino y domiciliado en Artesa de Lérida, Plaza
Mayer nº. 10, y de otra parte D. RAMON ARGILES IGLESIAS, obran-
do en su calidad de presidente de la agrupación cultural La Femesa,
conviene el presente contrato de arrendamiento de local de
negocio a tener de los siguientes pactos:

PRIMERO.- D. JOSE ORO GARROS es propietario de los bajos -
de la casa nº. 10 de la población de Artesa de Lérida donde se
halla ubicado un establecimiento dedicado a café, y en dicha ca-
lidad cede en arrendamiento a la agrupación cultural "La Femesa"
el local desde hasta la fecha ha venido dedicándose a café, con
el fin de que dicha agrupación lo destine a auto servicio de be-
bidas, juegos recreativos y local social de dicha entidad.

SEGUNDO.- El precio del arrendamiento se fija en la canti-
dad de DOS MIL PESETAS mensuales pagaderas por mensualidades an-
ticipadas durante los cinco primeros días mediante la presenta-
ción del oportuno recibo por el propietario.

TERCERO.- El plazo de duración del presente contrato será
el de un año que se entenderá automáticamente prorrogado por o-
tro año si tres meses antes de su terminación ninguna de las par-
tes manifiesta de forma fehaciente su voluntad para terminarlo.

CUARTO.- Serán de cuenta de la entidad arrendataria todos
los gastos inherentes al consumo de luz y fuerza motriz, agua,
y de toda clase de impuestos contribuciones e arbitrios que pue-
dan pesar sobre las actividades a desarrollar.

QUINTO.- Se comprenden dentro del presente arrendamiento --
los siguientes bienes muebles: treinta sillas de madera plega-
bles. Cuatro mesas grandes de mármol con pie de hierro. Una mesa
redonda de mármol con pie de hierro. Una mesa redonda grande to-
da de madera. Siete veladores. Un juego de ajedrez de madera. Dos
juegos de dominó marca chamele. La entidad arrendataria viene obli-
gada a la devolución de los relacionados bienes en el mismo es-
tado que se encuentran actualmente, salvo el desgaste natural -

producido por el uso normal.

SEXTA.- La entidad arrendataria no podrá realizar obras de
clase alguna sin el consentimiento escrito del propietario.

SEPTIMA.- Este contrato carecerá de validez hasta que la
Junta directiva de la sociedad cultural "La Femesa" le haya apro-
bado, para lo cual así se hará constar al pie de los dos ejempla-
res firmando los miembros de la Junta.

Y en prueba de conformidad firmase el presente contrato en
el lugar y fecha del encabezamiento.

Los que suscriben que componen la totalidad de la Junta
directiva de la sociedad cultural "La Femesa" ratifican el pre-
cedente contrato suscrito por su presidente.

Artesa de Lérida a dos de Septiembre de mil novecientos se-
tenta y cuatro.

José Oro

mutualidad general de previsión de la abogacía

Contracte d'arrendament del Bar de Cal Tomàs (setembre 1974)

Núm. _____

7 de Diciembre de 1974

Sr. *La Femesa*

	Recibo	Pago	Saldo
<i>Por 5 m. albañil</i>	<i>110</i>	<i>550</i>	
<i>por 5 m. peat</i>	<i>85</i>	<i>425</i>	
<i>3 tubos del 12</i>	<i>250</i>	<i>750</i>	
<i>3 cajas tubo</i>	<i>70</i>	<i>210</i>	
<i>A cada del 12</i>	<i>40</i>	<i>80</i>	
<i>Total 2.015 p's</i>		<i>2015</i>	

R. Raucha

Factura dels treballs de paleta (any 1974)

Recibido de la Corporacion Cultural La Femosa de Artes de Lerida la cantidad de 8000 ptes por la venta de un billar y sus accesorios.

Bellvis 91 del 8 de 1974

Recibo
H. Mayals

Factura de la compra del billar (any 1974)

VINOS
GRANEL, ENGANAFADOS
EMBOTELLADOS BOCASTEL

GENEROSOS
MOSCATEL, VERMUT
QUINADOS, RANCIO, ETC

LICORES
GRANEL Y EMBOTELLADOS

CARBONICAS

Nº 001101

Bodegas Castelló, S. A.

Batiste

C. San Ramón, 1
ARTESA DE LERIDA

12 de Septiembre de 1974

D. La Femosa

LERIDA 31-12-74
Paseo de Viana, 26
TELEFONOS 23 74 51 Y 23 72 03

SR. LA FEMOSA (agrupación cultural)

COMERCIO Pl. Mayor, 4

ARTESA DE LERIDA

MOLLERUSA
FERREYRA Y BUSTARTE, 9 - TEL. 60 01 09

REMITIDO POR Avia alb. 4844

VENCIMIENTO Banco Pilbaso

N.º ENVASE	DESCRIPCIÓN	TARIFA	PORTE NETO	CANTIDAD	PRECIO	IMPORTE	IMPORTE NETO
1	caja			12	93.-	1,116.-	
1	"			12	95.-	1,140.-	
	Fundador						2,256.-
	Soberano						

PRECIOS APLICADOS DE ACUERDO
CON LA LEGISLACION VIGENTE.

L-00530

	Cantidad	Precio	TOTAL
Gaseosas			
Sifones			
Oranges			
Limón			
Cerveza { San Miguel 1/3	10		1370
" " 1/5			
Damm			
Pepsi-cola			
Hielo			
Caja de envases			

El Cliente,

Pagado

Factures de licors i begudes (any 1974)

TELÈFONS I HORARIS D'INTERÈS

Ajuntament: 973 167162

Assistent social: dimecres alterns, 973 167315

Correus: dilluns a divendres, 8-10 h, dissabte 8-9 h

Farmàcia: 973 167204

Biblioteca: dimarts i dijous de 6 a 8 de la tarda

La Femosa 973 167874

Adreça electrònica: lafemosa@artesa-de-lleida.xctl.net

Metge: 973 167291

Metge urgències: Dies feiners: 15 h – 8 h i els festius tot el dia, 973 142029 / 973 142033

Museu: Hores convingudes (Ajuntament)

Taxi: 973 167325

Horari dels autobusos que paren a Artesa				
LLEIDA a ARTESA			ARTESA a LLEIDA	
De dilluns a divendres				
11 h		Matí	7 h 10 min	
12 h			8 h	Cogul
13 h 15 min	Albagés - Cogul			8 h 20 min ESO
			9 h 40 min	
			12 h 10 min	
3 h	Durant el curs	Tarda	3 h 30 min	
4 h	Durant el curs		4 h 15 min	Cogul
6 h 30 min			4 h 30 min	
7 h 30 min	Albagés - Cogul			
8 h 30 min				
dissabte				
11 h		Matí	8 h 10 min	
12 h			9 h 45 min	
13 h 15 min			12 h 10 min	
7 h 30 min		Tarda	4 h 30 min	

SOLUCIONS ALS MOTS ENCREUATS

HORITZONTALS

1. Litografia. O. 2. Real. Anàtids. 3. Insectívor. C. 4. M. Notaris. DI. 5. Pagana. Rafel. 6. Del. Tiba. Ull. 7. Amotinable. A. 8. An. CY. Lilat. 9. S. Iguanés. To. 10. Escaldis. Pir. 11. Paerada. Brai. 12. Ta. As. Obreta.

VERTICALS

1. Llimada. Seat. 2. Ian. Amen. SDA. 3. Tessalònica. 4. Oreig. T. Gara. 5. G. Craticules. 6. Ratapinyada. 7. Anit. Ba. Nipó. 8. Favorables. B. 9. Anoti. Lis. BR. 10. Ria. Fuel. Pre. 11. D. Del. Atiat. 12. Oscil.latòria.

Edita l'Agrupació Cultural
La Femosa,
carrer dels Gallart, 7.-
25150. Artesa de Lleida.



Aquesta publicació local
rep el suport de:



Generalitat de Catalunya
Departament de Cultura



INSTITUT
D'ESTUDIS
ILERDENCS

Fundació Pública de la Diputació de Lleida



Ajuntament
d'Artesa de Lleida.

