



CORRIOL

juny 2020

Núm. 197





index

- 1.- Portada.
- 2.- Índex.
- 3.- Editorial.
- 4.- 27a Caminada Popular de Solsona.
- 6.- Pep.
- 7.- Animal.
- 8.- Córrer Món.
- 11.- Ganyip de Llengua.
- 12.- Cuina.
- 13.- Opinió.
- 14.- Espeleologia.
Solució Sudokus-196.
- 15.- Sudokus.

Edita: CENTRE EXCURSIONISTA DEL SOLSONÈS
Adherit a la FEEC.
Casal de Cultura, Despatx 3
25280 - SOLSONA
www.centreexcursionistasolsones.org
e-mail: cexsolsones@gmail.com

Dipòsit Legal: L-361-1993



**Federació d'Entitats
Excursionistes de Catalunya**



Durant aquest confinament ens ha deixant el Pep Viladrich, per a nosaltres el "Pep de Peramola". Sap greu que hagi passat en aquest període, ja que tothom que ha traspasat durant aquest dies no ha pogut tenir l'acomiadament que segur que mereixien.

El Pep va ser un dels primers impulsors del nostre Centre i si avui en dia som on som, una bona part ho hem d'agrair a aquella gent que van decidir fundar-lo. Actualment era un habitual a la nostra Caminada, no faltava mai a la seva sortida i degut al seu caràcter extravertit sempre havia de passar a saludar a tothom.

També tenim un molt bon record de la seva predisposició per a fer-nos de guia en les sortides que organitzàvem pels vols d'Oliana, Serra del Corb,... que coneixia com el palmell de la seva mà.

Segur que ha deixat molts bons amics dins del nostre Centre i molts d'ells recordaran amb enyorança les seves aventures dels inicis.

"PEP", gràcies per tot!!!



27a Caminada Popular de Solsona

Fa 27 anys que el Centre Excursionista del Solsonès organitza la caminada popular de Solsona, milers de persones de totes les edats l'heu compartida amb familiars i amics, aquest any però es va haver d'aplaçar per la COVID-19.

Tot i els esdeveniments adversos, no volem que aquest any us quedeu sense caminada, és per això, que aquest any, la 27a Caminada Popular de Solsona tindrà un format una mica especial, una caminada gratuïta i solidària en què el Centre Excursionista del Solsonès farà una donació al Fons d'Emergència Social del Solsonès.

Inscripcions i funcionament

No cal inscriure's formalment, la caminada tindrà lloc entre els dies 20 i 28 de juny. Durant aquest període per tal de donar constància de la teva participació hauràs de:

Seguir-nos a instagram! (@cexsolsones)

Penjar una fotografia feta durant el recorregut, etiquetar a tothom qui t'acompanya i al @cexsolsones

Afegir el hastag #caminadasolsona2020

La participació serà el vostre ajut! A partir del 28 de juny, el Centre Excursionista del Solsonès farà el recompte de tots els participants i farà una donació al Fons d'Emergència Social per cada participant de la caminada.

4

Recorreguts

Com ja és habitual la caminada constarà de dos itineraris:

Itinerari curt – 9,69 Km

Itinerari llarg – 18,27 Km

Podeu fer el recorregut que us vingui de gust i quan vulgueu, sempre i quant sigui entre el 20 i el 28 de juny.

Els recorreguts es publicaran el dia 19 de juny.

Concurs d'instagram

I com no podia ser d'altra manera aquest any també hi ha concurs d'instagram. La fotografia seleccionada guanyarà uns fantàstics bastons de trekking.

Important

Demaneu que els participants siguin molt curiosos amb el compliment de la normativa de pràctica d'esport marcada a la fase que estiguem.

Segueix-nos!

Segueix @cexsolsones als nostres canals de Twitter, Instagram i Telegram, per estar al dia d'aquesta activitat i d'altres que programem durant l'any.



Itinerari llarg



Itinerari curt



Ens tornarem a veure

Segurament que ningú no podia imaginar l'any 1.974, quan va néixer el Centre Excursionista del Solsonès, que una persona per molts desconeguda, acabaria sent una persona entranyable i característica dins de l'entitat. Tots el vàrem conèixer com "el Pep de Peramola", persona propera i mancat d'ego que tenia dues grans passions: la muntanya i el seu país. Durant anys vàrem recórrer bona part dels cims de Catalunya i també de mes llunyans i vaig tenir també el privilegi de compartir viatges per Europa observant com aprendre a fer país, sempre amb la seva entranyable barretina i la seva senyera penjant de la motxilla, i explicant a qui el volgués escoltar les meravelles de la nostra terra i la repressió a què estava sotmesa. Quantes vegades havies corregut per evitar la Guardia Civil, quantes vegades havies denunciat la injustícia

Els que et vàrem conèixer sabem que eres un persona planera, amic del teus amics i gens egocèntrica; era impossible enfadar-se amb tu, només perdies els estreps si en la conversa sortia la Guardia Civil, no podies ni perdonar ni oblidar la repressió del teu país en els anys que et va tocar viure.

Vàrem perdre el contacte perquè vaig cometre el gran error d'abandonar la muntanya per dedicar-me sols a la feina. Per tant, vaig marxar del teu món. Llavors també vas trobar el tercer pilar de la teva vida, la teva família, construint a Oliana una nova e intensa vida sense renunciar als teus principis, i tot i que no ens vas abandonar del tot, el teu nou objectiu va ser consolidar el Centre Excursionista d'Oliana.

6

Fa poc temps ens vàrem tornar a trobar, em vas retreure el meu error, i em vas fer prometre que tornàriem al Pedraforca amb totes les "velles glòries", lo Lluís, lo Joan, lo Pep, la Teresa i aquí et vas parar, no hi podem ser tots, la Carme i el "Victu" ja no hi són (petit silenci)... Ho hem de fer per ells i per nosaltres, tenim encara molts anys per gaudir de la muntanya i la natura.

Recentment em telefonava el Pep M., ja ho saps !!!!, el Pep de Peramola és mort... No pot ser, és impossible..., vaig fer dues trucades de telèfon, i es confirmava la notícia. Amb els ulls molls clavats a l'horitzó, et vaig veure cavalcant un gran castell de núvols, amb la teva barretina i senyera al vent i una gran rialla vaig alçar la mà, tot dient "fins aviat".....

No sé on ets amic, però siguis on siguis, segueix vetllant per la nostra terra i que quan fem qualsevol cim notem la teva presència. Ens tornarem a veure!!!



La Madrilla (*Chondrostoma toxostoma miegii*)

La madrilla és un peix mitjà de la família dels ciprínids que no sol sobrepassar els 30 cm de longitud total. El cos és allargat amb el cap relativament petit, i la boca està situada a la seva part inferior. El llavi inferior és gros i presenta una làmina còrnia de forma arquejada, a diferència d'altres espècies de la seva família. Les aletes són llargues, la dorsal té 8 radis i l'anal, de 8 a 10. A la nostra comarca la trobarem bàsicament a la Ribera Salada i a la zona baixa del Cardener.

És una espècie a la que li agrada viure en llocs amb aigua corrent i ben oxigenada, però pot sobreviure en aigües quietes, com en pantans i embassaments, sempre que pugui sortir riu amunt quan sigui l'època reproductiva. La seva alimentació és bàsicament vegetariana, sobretot a base d'algues i complementada amb petits invertebrats.

Entre els mesos d'abril i juny, la madrilla remonta el riu fins a trams amb l'aigua molt neta i una làmina d'aigua prima i amb poca corrent. El fons ha de ser de grava o de pedres. La maduresa sexual l'assoleix als dos anys o tres. Les femelles ponen entre 600 i 15.000 ous. Els mascles poden viure fins a 5 anys i les femelles fins a 7 anys.

La madrilla és una espècie que es pot pescar i, de moment, no està protegida però sí que té moltes amenaces d'altres espècies exòtiques introduïdes.

Com a quasi tots els peixos, les amenaces venen per l'alteració del seu hàbitat: extracció d'àrids als llocs on fan les freses,

els murs de les preses, canalitzacions, contaminació de les aigües, etc





Capítol CV: Romania (II)

Sortim cap a *Biertan*, un petit poblet, perdut entre turons. Pel camí, carros i cavalls, gent asseguda davant les portes, cotxes aparcats al mig del pas, nius de cigonyes i camions. La carretera empitjora però el paisatge és bonic i el viatge agradable; abunda el blat de moro i els boscos, cada cop més frondosos. A *Biertan*, visitem l'església-fortalesa saxona; curioses la porta de la sagristia, amb 9 panys per preservar el tresor d'atacs, i la torre dels bisbes, una habitació amb un sol llit i una sola taula, on tancaven els matrimonis que es volien divorciar.



A *Sighisoara*, impressiona la catedral ortodoxa de la Santíssima Trinitat, gran i molt elegant. Ens enfilem a la ciutadella; entrem per la torre del rellotge, passem per la casa on es va refugiar *Vlad Dracul* i on va néixer *Vlad Tepes*, el fill més conegut de Transilvània, i passem pels carrerons empedrats: església, ajuntament, muralles, torres de defensa... donem un tomb per la que diuen que és l'església gòtica més bonica del país, pel cementiri, l'escola pública del turó... al final, baixem per les escales cobertes, una curiosa construcció de fusta, que sembla treta d'un parc temàtic.

Sortim de *Sighisoara* cap a *Bran*, el castell que va conquerir *Vlad Tepes*, en lluita amb els comerciants locals, però que no se sap quant de temps hi va ser, ni tan sols si mai hi va viure, però que gràcies a la novel·la de Bram Stoker, és l'indret més turístic de Romania.



El paisatge és preciós: verd i amb suaus ondulacions. A mig camí, descobrim la ciutadella de *Rupea*, una fortalesa molt bonica, gran i ben conservada, que ens esguarda des d'un turó i que no ens podem estar de visitar. A *Bran* quedem esglaiats de la gentada que hi ha; amb raó la guia recomana anar-hi ben d'hora, ben d'hora... A base de temps i paciència, aconseguim entrar. L'edifici, restaurat a principis del s. XX per la reina Maria, no és molt gran però és bonic, tot i que de Dràcula no hi ha gran cosa.

Finalment, arribem a *Brasov*, i, per rematar el dia, sortim a descobrir el nucli antic. És festa, la Mare de Déu d'agost, i està pleníssim; passem pel parc de *Nicolae Titulescu*, l'ajuntament i el govern de la província. El carrer *Muresenilor*, zona de vianants, és ple de terrasses,



edificis de colors, botigues i llocs de menjar ràpid. A la plaça *Sfatului* -de l'ajuntament-, un munt de gent balla danses romaneses. Fem un tomb pels edificis més emblemàtics: la casa *Sfatului* -antic ajuntament-, la catedral ortodoxa, la farmàcia més antiga del país... Ens atansem a *Biserica Neagra* -basílica negra- un imponent edifici gòtic, ennegrit pel gran incendi que el 1689 arrasà la ciutat, la sinagoga *Neologa* i l'església luterana, que no va poder ser construïda a la plaça perquè els catòlics no ho volgueren. Ens fotografiem amb el *Cervul de Aur*, l'escultura del Cèrvol d'Or que presideix la plaça i dona nom al festival de música de la ciutat.

Sopem a peu dret: pizza, pa cruixent farcit de salsitxa, *kurtos* de nous i crep de Nutella.

CRO MANYÓ



Activa el teu català!

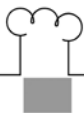
Aquest és l'eslògan que encapçala la pàgina inicial del web del CPNL per oferir de manera alternativa una part de les activitats que de moment no es poden dur a terme de manera presencial. El Parla.cat és una de les plataformes més sol·licitades per fer cursos de català; també la modalitat virtual del Voluntariat per la llengua ha crescut en nombre de parelles lingüístiques i telemàticament ha continuat la prestació del servei d'assessorament lingüístic.

Des de casa, a més a més, són nombrosos els recursos que la ciutadania té a disposició per fer créixer la llengua. Se'n pot trobar una selecció molt variada en els dos enllaços següents extrets del mateix web del CPNL:
<https://llengua.gencat.cat/ca/eines_i_serveis/llengua-des-de-casa/>
<<https://www.cpnl.cat/recursos-linguistics/>>

Per la novetat que suposa, destaquem en aquest ganyip el diccionari en línia de Terminologia del ioga que ha elaborat recentment el TERMCAT (inclòs dins la selecció anterior). Aquest diccionari recull un total de 110 termes que fan referència a conceptes generals de la disciplina, al tipus de ioga, als àssanes, als txakres, al pranaiama, les nadis, els bandhes, les kriàs i les mudràs. Cada terme català va acompanyat de les equivalències en castellà, anglès i sànscrit, i conté també la definició. És un exemple que el català es pot 'activar' en qualsevol àmbit ja sigui personal, professional o de lleure. Activem-nos en català!

<<https://www.termcat.cat/ca/diccionaris-en-linia/278/ca/A>>





BROWNIE DE XOCOLATA

INGREDIENTS:

- 100 g de mantega
- 200 g de xocolata negra de rajola de postres
- 4 ous
- 100 g de sucre
- 80 g de farina de blat
- 100 g de nous trinxades
- 1 cullerada postres de vainilla
- 1/2 cullerada postres de bicarbonat



12

PREPARACIÓ:

Posem a fondre al bany maria la mantega i xocolata.

Batem els ous amb el sucre, tot seguit afegim la resta d'ingredients: la farina amb el bicarbonat i la vainilla, les nous trinxades i finalment la mantega i xocolata fosa.

Ho posem al forn a 180 graus durant 35 minuts.

És molt bo, fàcil i ràpid de fer.

Mercè



«Només tens la pell i els ossos!» Si us plau, una mica de respecte

Sí que la meva figura és escardalenca, però no és prou motiu per adreçar-me els mots que encapçalen l'article amb to de menyspreu. Heu de saber que la meva ossamenta té un valor artístic important. Els experts han estudiat els meus ossos i queden al·lucinats en veure que presenten una bellesa especial. Ara mateix investiguen quina part hi pot haver d'estil barroc i els signes que conserven estils de diferents èpoques, heretats i conservats.

Una mica de respecte. Estic fent tràmits i omplint paperam per aconseguir que els meus ossos siguin declarats d'interès turístic. He de furgar en unes antigues arrels, a l'Alt Urgell, en terreny dels verals de Peramola i també tinc arrels al municipi de Navès i a la Parròquia de Besora.

Confio que aviat es podrà difondre la qualitat de l'estructura del meu cos. I d'aquest jovent que feu visites guiades -que consti que ho feu molt dignament-, per exemple, quan hagueu visitat llocs històrics, podreu dir: «Ara anem a visitar un solsoní que dins del seu cos hi té un tresor artístic».

La pell i el ossos? Doncs us faig saber que la meva pell rep un tractament magnífic. De bon matí, apareixen uns ésser humans vestits de blanc i amb delicadesa, molt suaument, escampen damunt la pell crema miraculosa que li dona un aspecte magnífic. De tot plegat n'estic orgullós. Ara estic atrafegat.

He de pensar que quan tingui els tràmits fets, he d'organitzar un acte públic per fer saber les qualitats artístiques que amaga el meu cos que ara veieu baldat. He de reunir-me amb l'alcalde, el bisbe, directius d'entitats culturals... Hi ha una feinada de Déu: He de pensar també a avisar als periodistes. Havent muntat tot aquest cristo, quasi bé és obligat comunicar-ho a la Conselleria de Cultura.

Quan jo era un Lluquet, amb faixa, samarra, barretina, no en sabia res de que a sota la indumentària hi hagués tantes herències d'art. Quan acabava la dècada dels anys 30 del segle passat, el bisbe Valentí Comellas, enmig de molta quitxalla, em va donar la primera comunió (Corpus Domini Nostri Iesu Christi), poc es pensava ell que dins del cos d'aquell nen del carrer Sant Miquel, ja hi naixia un miracle. I potser no soc pas jo sol que porto al cos art abundant. Dins la immensa ramada de persones humanes n'hi deu haver hagut i n'hi ha que són portadors d'elements valuosos. En aquest món la ciència sempre farà descobertes. Doncs, ens n'hem d'alegrar.



BALMA DE ROCAFORT

Està situada al nord-oest de cal Bondeu, municipi de Riner, vessant esquerra de la riera Negra, al mig d'un gran bosc. Té uns 21 m de recorregut per sota d'una gran roca de gres amb argiles al terra.

Es tracta d'un gran bloc, al mig d'un bosc de pi rajolet, molt erosionada.

A la roca encara s'hi poden observar les línies de l'erosió en la paret.

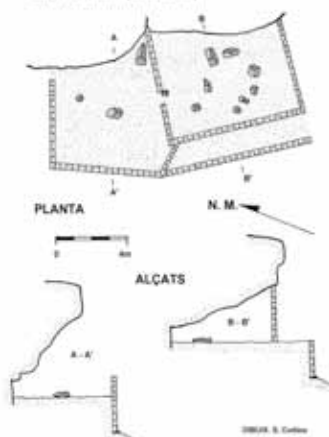
El ser humà l'ha aprofitat per fer-hi el seu habitatge amb parets fins al sostre de la roca. Està dividida en dues parts, l'habitatge pròpiament dit i un corral a l'entrada de la casa.

Molt segurament va ser aprofitada durant les guerres com amagatall, magatzem d'aliments o amagatall per al ramat, ja que està en el mig d'un gran bosc i passa molt desapercebuda.

Té una planta aproximadament de 16x5m amb una alçada entre el 1,5m i 3m.

Salvador Codina

BALMA DE ROCAFORT
TOPOGRAFIA: Toni Laplánez i S. Codina (87/62/20)
SITUACIÓ: al nord-oest de cal Bondeu
MUNICIPI: Riner (el Solsonès)



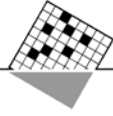
solució sudokus 196

NÚM.: 61 (DIFICULTAT MITJANA)

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

NÚM.: 62 (DIFICULTAT DIFÍCIL)

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



NÚM.: 63 (DIFICULTAT MITJANA)

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

NÚM.: 64 (DIFICULTAT DIFÍCIL)

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

Per Drecera



Garatge **Montaner** SA



RAFART
e s p o r t s

Ps. Pare Claret, 6 - 25280 SOLSONA
Tel. 973 48 11 39 - 630 480 699
e-mail rafartesports@hotmail.com



Celso
La Guia
Publicitativa i de serveis

Tel. 973 48 37 39
C/ra de Tàrrac, 25
25200 Solsona

info@celsona.com + www.celsona.com



Electricitat industrial
Instal·lacions elèctriques
Parafisaments
Automatitzacions

tcrcrus@ta.lorscreus.cat
www.tallerscreus.cat

Venda de material
Elèctric de l'automobilisme
Reparació de maquinària elèctrica
Instal·lacions i elevació d'aigua

Pol. Ind. Els Amallics, Parcel·la 2 - 25200 SOLSONA
Tel. 973 48 00 31 - Fax 973 48 00 35



espaigua
centre d'esport i salut

ESTACIÓ SERVEI



Obert 24 h.
BOTIGA DE CONVENIÈNCIA
RUI RONA - Tel. 973 480 327



Vilà Betriu
- AUTOCARS - VATGES -



SERVEI DIARI SOLSONA-BARCELONA



Electricitat - Calefacció - Aigua - Gas - Aire condicionat
Electrodomèstics - Energies Renovables, Venda i Reparació.

C/ra de Tàrrac, 25 - 25200 Solsona - Tel. 973482926 - Fax 973480118 - mail:elca@grup.carrera.com