



Guia especial
P.14 a 23

S'estrena 'Olor de colònia'

EL TÈXTIL AL CINE

Arriba la primera ficció televisiva de la història ambientada i rodada al Berguedà P.4 a 7

MUDANCES I TRANSPORTS

PRESSUPOSTOS SENSE COMPROMÍS

casas

- Transports i serveis urgents
- Mudances
- Lloguer de furgoneta amb conductor
- Servei Nacional i Internacional
- Servei de Guardamobles
- Servei de Plataforma



mudancescasas@gmail.com

BARCELONA · BAGES · BERGUEDÀ · Cerdanya · ALT URGELL

 **637 433 471**

Autoescola CANIGÓ

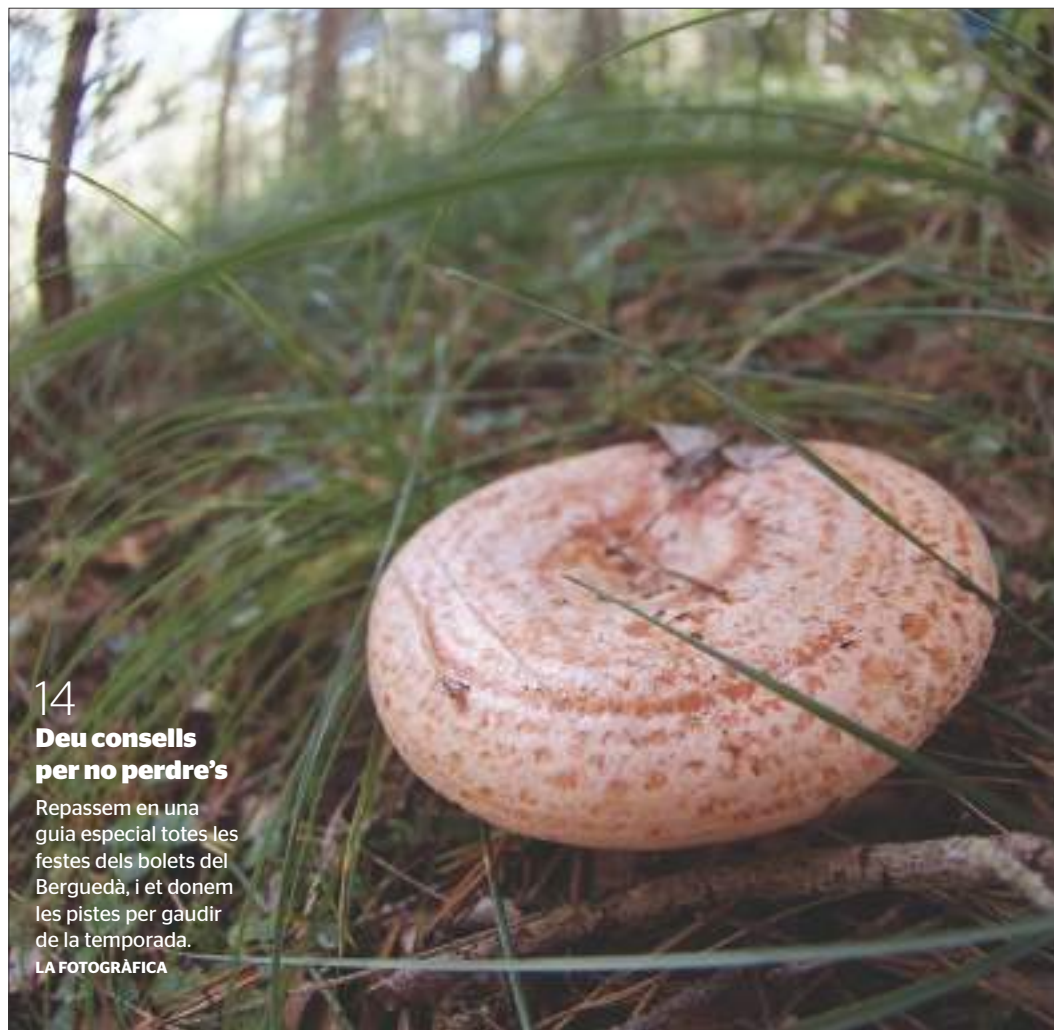
sempre
amb tu



Nº **1** en **aprovats**

*ningú millor per
ensenyar-te a conduir*

St. Fruitós 13 -berga- fix: 938211071 mòbil: 620842666



14 Deu consells per no perdre's

Repassem en una guia especial totes les festes dels bolets del Berguedà, i et donem les pistes per gaudir de la temporada.

LA FOTOGRAFICA

Editorial

Atenció social

La revista **Aquí** explica en aquest número que la Generalitat ha retallat d'un 20% les ajudes d'atenció a la pròpia llar a persones amb discapacitats psíquiques lleus. Aquests programes permeten que homes i dones amb graus d'autonomia alts poguessin fer la seva vida, amb l'ajuda puntual, en aquest cas, de l'Associació Pro Disminuïts del Berguedà.

Val la pena ser conscients de la feina que fan les nostres associacions socials per pal·liar la gestió d'un Govern insensible, profundament injust i disposat sempre a atacar els més febles.



9 Retallades a l'autonomia

22 discapacitats psíquics lleus del Berguedà, perjudicats per la Generalitat



10 Oriol Rovira, a La Quar

El cuiner d'Els Casals es fa càrrec del restaurant de l'hostal de Sant Maurici



24 S'estrena 'Ecos de Patum'

Una col·laboració de la Banda de l'Escola Municipal de Música amb Comediants



27 Combatre l'astènia

Consells pràctics per lluitar contra el trastorn afectiu estacional



30 Nova secció de classificats

L'**Aquí** estrena un apartat d'anuncis gratuïts per a particulars



Güell, una garantia El director de sèries com ‘Ventdelplà’ i ‘Amar en tiempos revueltos’ es posa al capdavant d’una macroproducció de TV3 que s’ha convertit en la primera ficció televisiva professional rodada i ambientada íntegrament a la comarca del Berguedà



Lluís Maria Güell. Director d'“Olor de Colònia”

“Les colònies eren món feudal i utopia obrera”

Text **Anna Costa** Fotografies **Diagonal TV / TV3 / Quim Vives**

Catalunya sencera sentirà el soroll dels telers del Berguedà. TV3 emetrà el dilluns 14 i el dimarts 15 d'octubre l'esperada minisèrie *Olor de colònia*, basada en l'aclamada novel·la de Sílvia Alcàntara. Abans, se n'hauran fet dues projeccions prèvies a Cal Vidal i a Manresa.

El director és Lluís Maria Güell, un home de trajectòria dilatadíssima, que té al seu currículum títols que han deixat empremta, com els de les sèries *La granja*, *Ventdelplà* i *Amar en tiempos revueltos* i les minisèries *Arnau* i *Les veus del Pamano*. Abans

de l'estrena, ha parlat amb la revista **Aquí**.

- Han passat 118 anys des de la primera pel·lícula dels germans Lumière, i ara vostè té l'honor de ser el primer director de la història que fa una pel·lícula rodada i ambientada íntegrament al Berguedà.

- Només les escenes de les oficines, i per motius de producció, es van rodar a Barcelona. Tota la resta es va fer al Berguedà, sí.

- A Cal Vidal, a Cal Prat, a Cal Marçal, a Cal Casas, a Cal Pons, a Viladomiu Nou, a l'Ametlla de Merola...

- I sempre amb la col·laboració magnífica de figurants del

Berguedà. Apareixen al telefilm entre 700 i 800 figurants, i he de dir que segurament mai no havia treballat tant de gust amb la figuració. A vegades, vénen pels diners que es paguen, com una forma de guanyar-se la vida, però els que van treballar a *Olor de colònia* van demostrar de debò un entusiasme enorme. I estic segur que això s'acaba notant en pantalla.

A banda dels figurants, *Olor de colònia* compta amb un elenc protagonista que reuneix alguns dels noms més destacats de la interpretació catalana: Pep

Planas i Maria Molins, en la parella protagonista, i Míriam Iscla, Toni Sevilla, Fermí Reixach, Marga Angelat, Miquel Gelabert i Greta Fernández.

- Què va demanar als actors?

- Que transmetessin veritat. Els protagonistes de la història no són personatges lineals, estan molt marcats i engolits per aquest món tan intens que és la colònia industrial, que condiciona d'una manera implacable el seu futur. Això he volgut que es notés en el treball dels actors.

- Una colònia és un bon escenari?

- Des del punt de vista de la dramàtúrgia, és un esce-

nari perfecte. Tens tots junts l'amo, el director, el capellà, la fàbrica, els pisos, els economats... En pocs llocs més, es dona aquesta concentració tan intensa de personatges i d'espais, és un ambient molt concret.

- D'això, se'n va adonar ja llegint la novel·la de Sílvia Alcàntara?

- Quan vaig saber que s'havia publicat, em va interessar de seguida i me la vaig comprar i llegir ràpidament. Vaig anar a la productora, Diagonal TV, i els vaig dir que, a partir del llibre, podíem construir una història magnífica. I resulta que ells havien



Escenaris berguedans ‘Olor de colònia’ es va rodar gairebé íntegrament a les colònies del Llobregat, amb més de 700 figurants, la majoria veïns de la comarca. Només les escenes de les oficines es van haver de rodar en uns platós de Barcelona





Més de 700 extres van treballar en el rodatge d'«Olor de colònia».

pensat el mateix i ja n'havien comprat els drets. O sigui que era evident, tant per a mi com per a la productora, l'interès de la història.

- És la història el que té interès, o més aviat el context? Ens atrapa la trama sentimental o la colònia?

- Hi ha un argument clàssic, la història d'un amor impossible que fa d'eix vertebrador. Però és veritat que, al marge d'aquesta història central, el que resulta singular i interessant és el retrat de la colònia, aquest costumisme d'ambient tancat tan nostre.

- És nostre, perquè les colònies formen part de la història

industrial d'aquest país, però són prou conegudes?

- Són conegudes superficialment: m'ha sorprès la quantitat de gent que m'ha dit que té una àvia, una tieta o una amiga que va treballar en una colònia. Però, després, poca gent coneix els detalls, per exemple, la duresa de la feina.

A Olor de colònia, es podrà veure tota una nau sencera amb 300 telers funcionant alhora. Això ha estat possible gràcies als efectes especials i a una postproducció complicadíssima, que farà que els espectadors tinguin l'ocasió

de viatjar en el temps.

- Com s'ha aconseguit aquest efecte?

- Al Museu de Cal Vidal, s'hi poden veure alguns telers, però només n'hi ha un que funcioni. Nosaltres vam aconseguir reparar-ne un altre. I, per ordinador, hem multiplicat aquests telers. Es veu una fàbrica sencera amb un soroll eixordador que dona una idea de la duresa de la feina.

- S'ha quedat amb la idea que les colònies eren pura explotació, esclavisme?

- És curiós: crec que eren una barreja. Eren alhora un món feudal i una utopia obrera, i també una solució per a molta gent en una època de misèria.

La Cotilleria

Roba interior a mida

Especialistes en cotilleria, recuperem l'ofici.

Calces, sostenidors i faixes per a totes les mides i talles.

I si necessita algun arranjament, nosaltres li adaptem. Disposem de taller propi.

Horari:

De dimarts a dissabte.

De 9:30h a 13:30h i de 17h a 20h.

C/Lluís Millet 23, baixos. BERGA

Tel. 93 821 38 31

BAR - CAFETERIA

Tutxi

TAPES VARIADES

Pl. Tarascón, 7-8 · BERGA · Tel. 93 822 33 27

TALLERS CURS 2013-2014

PINTURA, DIBUIX I
MANUALITATS

PATCHWORK I FIL I AGULLA

BIJUTERIA

ARTS APLICADES

DIBUIX MANGA

RESTAURACIÓ, PINTURA I
TRANSFORMACIÓ
DE MOBLES



Rasa del Canyet, 24 · 08600 Berga
93 821 23 09 · 697 421 282 · 649 471 176
munttdarts@gmail.com · Facebook: munttdarts

INSCRIPCIONS OBERTES

TEATRE MUSICAL

TEATRE

BALL

CINEMA I VÍDEO

DANSA LLIURE I
CONSCIÈNCIA CORPORAL

ESTRUCTURA,
GUIÓ I REALITZACIÓ
CINEMATOGRAFICA

novetat
TEATRE EN ANGLÈS

Celebra el
teu aniversari
amb nosaltres!

Organitzem
festes d'aniversari



Porta aquest cupó i gaudeix d'un

10%

de descompte si celebres
la teva festa a Munt d'Arts



Viure amb autonomia a casa mateix

El Govern retalla un pla d'ajudes a les persones amb discapacitats

es persones amb discapacitats psíquiques sempre tenen algú que els organitza la vida: els ordena on han de viure, on han de treballar i què han de fer quan surtin de la feina.

Això ha de ser així en molts casos, quan les discapacitats són severes i les persones tenen un grau de dependència alt. Però, en d'altres casos, amb autonomies més altes, són homes i dones que poden decidir sobre les seves vides, que es poden organitzar, i que potser només necessiten un cop de mà de tant en tant.



Usuaris del servei, fent la compra i cuinant. APDB

En això consisteix el Programa de Suport a l'Autonomia en la Pròpia Llar, que ofereix l'Associació Pro Disminuïts del

Berguedà (APDB), responsable de la Llar Santa Maria de Queralt i del Taller Coloma. Un equip de l'APDB

fa visites periòdiques als domicilis on viuen els usuaris, els assessora en la neteja, la cuina, l'administració dels diners i les compres, i els ajuda a programar una visita al metge o les vacances de l'estiu. "Ara, per exemple, teníem una parella de vacances al País Basc. Ells van triar la destinació i ells sols se'n hi van anar. Nosaltres només els vam ajudar una mica a organitzar el viatge", explica Anna Armengou, una de les responsables del servei.

Al Berguedà, hi ha 22 persones que es beneficien del programa d'atenció a la llar, i 6 més estan en llista d'espera per adherir-

s'hi. Però el Govern els ho està posant difícil.

L'any passat, la Generalitat no va convocar el pla d'ajudes, i aquest any, sí que ho ha fet, però les ha retallades un 20%. Això barra el pas a les persones que es volen incorporar al servei i fa més difícil que es pugui mantenir per a les que ja el tenen.

Armengou creu que, al Govern, "no li interessa" aquest tipus d'atenció, que ella considera que és pionera, "perquè per primera vegada s'escolta la veu de les persones amb discapacitats i ells mateixos trien la seva pròpia vida".

A. COSTA / X. ROSIÑOL

Nou telèfon TAXIS BERGA

93 821 11 11

Fins a 9 places Vehicles adaptats

ELS DE SEMPRE, ELS DE CONFIANÇA



Un cuiner amb estrella, a La Quar

Oriol Rovira, d'Els Casals, agafa la gestió de l'antic hostel de Sant Maurici

Ben discretament i sense massa pretensions, el cuiner d'Els Casals, Oriol Rovira, s'ha fet càrrec de la cuina de Sant Maurici de la Quar, un hostel amb més de 120 anys d'història, ara completament rehabilitat.

Una parella local, el Carles i la Natàlia, hi van treballar durant un any tots els caps

de setmana per fer les obres i deixar-lo impecable. I, un cop acabada la restauració, van demanar a Rovira que es fes càrrec de la cuina.

"L'encàrrec em va fer moltíssima il·lusió, gairebé per una qüestió de proximitat, perquè són els nostres veïns", explica el cuiner d'Els Casals. Al fogons, hi ha posat un equip de tres persones, la Nicole, el Joan i el Marçal,



Hostal de Sant Maurici, a La Quar, gestionat per Oriol Rovira. HOSTALSANTMAURICI.COM

amb un encàrrec, "fer reviure l'esperit de la fonda de poble", diu Rovira. I això vol dir tenir obert

tot l'any, i oferir un tracte familiar. De moment, ofereixen un menú de 12 euros de dilluns a dijous,

i de 15, de divendres a diumenge, sempre amb productes de la terra i amb la garantia d'Els Casals.

INSTAL·LACIONS

ISAAC GONFAUS

Aquest hivern ESTALVIA

- Gasoil calefacció: 0,90€/l*
- Pèl·let: 0,23 €/Kg*

I ara de regal un aspirador de cendres

- Som especialistes en Biomassa
- Tenim servei tècnic propi al Berguedà
- Marca líder sector

Tens una caldera de gasoil o gas amb radiadors? Si la substitueixes per una caldera de pèl·let, estalviaràs més d'un 50% en consum

1.287*€

Informa-te'n sense compromís

*Estimació de biomassa apta per a calderes amb capçal de fins a 177m². Preu sense IVA. Oferta vàlida novembre i desembre.

AIGUA - GAS - CALEFACCIÓ - AIRE CONDICIONAT - PLAQUES SOLARS - REPARACIÓ D'APARELLS DE GAS

Salvador Espriu, 16 Bx - 08600 Berga - Tel : 93 821 10 93 - info@gonfaus.com

SALA POLIVALENT · TURISME · LLIBRERIA



RESTAURANT

SLOW FOOD, KM. 0

CUINA DE PLATS DE LA MEDITERRÀNIA

Plaça de l'Església, 5-6 08672 · L'Ametlla de Merola
93 820 41 93 | logos@logosbergueda.cat | logosbergueda.cat



LA FOTO



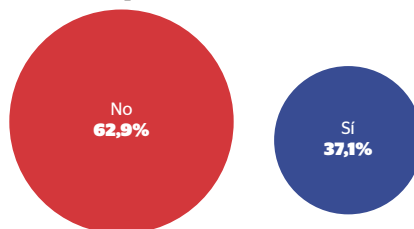
ELS EX DEL PSC ES REORGANITZEN

» Els dissidents socialistes del Berguedà s'han organitzat en una entitat política que vol anar més enllà del PSC i agrupar votants d'esquerres. Es diu Impuls pel Berguedà i la presideix la regidora de Berga Ermínia Altarriba.



L'ENQUESTA

Creus que hauria de ser obligatori tenir un carnet per anar a buscar bolets?



Vots: 124

EN EL PRÒXIM NÚMERO...

» Com està sent aquesta temporada boletaire? dbergueda.cat



Truita de cep

Truita que no ha complert les expectatives

Bolet sec

Bolet que no hi veu

Micologia

Part de la biologia que estudia els micos

Recepta amb bolets

Prescripció d'un metge, tocat del bolet, que diu que els rovellons són millors que les aspirines

A collir bolets

Allotjar rovellons a casa, deixant-los que dormin al sofà

GEONOTÍCIES

Avià

DETINGUT PER ROBAR DINS DE COTXES

» El lladre, de 30 anys, va robar en sis cotxes la matinada del 6 de setembre, trencant-ne els vidres amb una pedra. El van detenir a Ponts (La Noguera).

Saldes

SOLDATS ACAMPEN AL PEDRAFORCA

» Una cinquantena de soldats van acampar al campament base de Saldes, en una activitat rutinària d'entrenament. L'ANC troba que és "desagradable i provocatiu".

Berga

ELÈCTRICA DEL CADÍ VOL EXCABER

» L'empresa ha presentat una oferta per fer-se càrrec dels 8 treballadors d'Excaber, en concurs de creditors des del 2010. Planeja així augmentar la facturació fins a un 40%.

Bagà

UN JOVE APUNYALA LA SEVA PARELLA

» El detingut, de 20 anys, va agredir la seva xicota, menor d'edat, clavant-li una ganivetada al pit, que li va provocar ferides importants. La noia està fora de perill.



menú diari i cap de setmana
pizzes
brases
tapes
especialitats en arrossos

zona esportiva les picines s/n
Sant Jordi - Cercs
T. 93 824 86 84



Divendres, 4 d'octubre

A les 10 de la nit, **REPIC GENERAL DE CAMPANES** donant inici a la Festa Major

De 5 a 7 de la tarda, **ATRACCIONS INFANTILS**,
seran **GRATUÏTES**

A les 12 de la nit, a l'envelat **FESTA JOVE** amb
l'actuació del famós **MON DJ.** Org. CFS Poble

Dissabte, 5 d'octubre

A les 11.30 del matí, **XVIII ESCALADA CICLISTA**
al Santuari de Falgars (programes a part)

A les 3 de la tarda, al bar ca l'Àngel, **CONCURS DE BOTIFARRA**

A les 4 de la tarda, al pavelló poliesportiu de Bagà,

FUTBOL SALA, amb els equips
CFS POBLA i **Pcimagine CASSERRES "A"**

A les 5 de la tarda, al centre cívic, **TENNIS TAULA**,
partit de lliga **CTT POBLA DE LILLET** i **CTT St. FELIU DE CODINES**

A les 6.30 de la tarda, a l'envelat,

CONCERT DE FESTA MAJOR
125 anys de la Cobla Orquestra
LA PRINCIPAL DE LA BISBAL

A les 11.30 de la nit, a l'envelat, **BALL DE FESTA MAJOR**
amb **LA PRINCIPAL DE LA BISBAL**

A continuació, **SESSIÓ DE DISCOTECA**
a càrrec de **DISC SERRA**

Durant aquest acte es farà la votació popular per a l'elecció de la **PUBILLA, DAMA, HEREU I FADRÍ DE LA POBLA DE LILLET 2013**.
Podran fer-ho tots els assistents a l'acte.

Diumenge, 6 d'octubre

A les 12.30 del migdia, a la pl. de l'Ajuntament, **SARDANES**
amb la **COBLA PIRINEU**

A les 6.30 de la tarda, a l'envelat

GRAN CONCERT I BALL de GALA
a càrrec del

Conjunt Orquestral BOOGUIE WOOGUIE,
amb **BERENAR** a la mitja part

Organitza: 

Amb el suport:



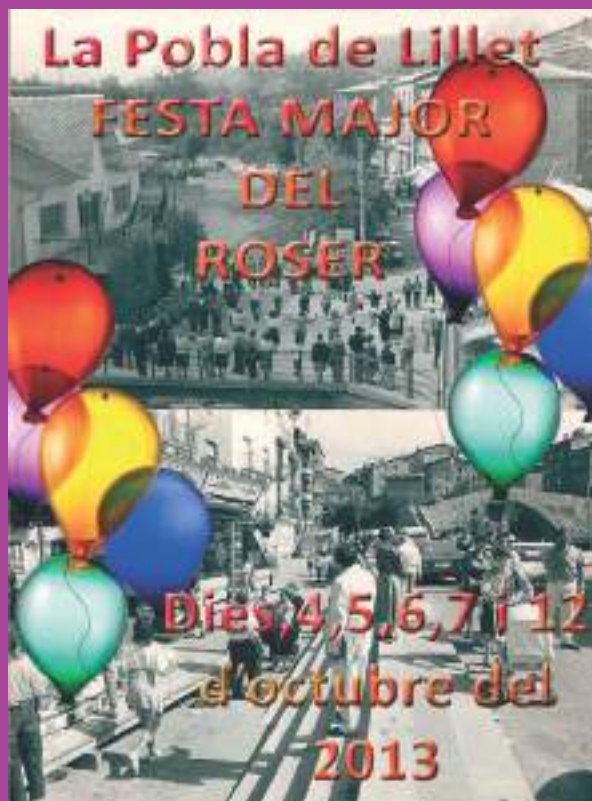
AJUNTAMENT DE
LA POBLA DE LILLET



Generalitat
de Catalunya



Diputació
de Barcelona



Dilluns, 7 d'octubre

A les 12 del migdia, a la pl. de les Coromines,

audició de **SARDANES**

amb la **Cobla LA PRINCIPAL DE BERGA**

A les 5 de la tarda, al teatre Casal,

ESPECTACLE DE MÀGIA apte per a petits i grans amb el
MAG ENRIC MAGOO. Acte gratuït.

A les 8.30 del vespre, a l'envelat,

GRAN SOPAR I BALL DE TORNABODA

Amenitzat per **ANDREUS I CRISTINA**
Menú cuinat per "Arrossades de la Tieta Rosa", i servit per ICP.

Preu únic: 18 Euros (tot inclòs)

Cal fer les reserves abans de les 8 del vespre del diumenge dia 6
a la guixeta de l'envelat. Places limitades.

Dissabte, 12 d'octubre

A les 6 de la tarda, a l'envelat,

acte de **PROCLAMACIÓ** de la **PUBILLA, HEREU,**
DAMA D'HONOR I FADRÍ

de la Pobla de Lillet 2013, amb l'assistència de pubilles, dames, hereus i fadrins de Catalunya

A les 11.30 de la nit, a l'envelat, **FESTA.CAT, CONCERT**
SARAU i **BALL de PASTORETS ROCK**

Tot seguit, fi de festa **SESSIÓ DISCO** amb

XANDRI'S BROTHERS

GUIA ESPECIAL

Text **Anna Costa** Fotos **La Fotogràfica**

Els camagrocs són un dels
bolets més habituals dels boscos
berguedans.

LA FOTOGRAFICA



Adéu a Puigventós

Hem tingut un final d'estiu plujós, i la temporada ha començat d'hora i

bé. Ara falta veure si les temperatures i les precipitacions aconseguen arrodonir la gran tardor de bolets que està tenint el Berguedà.

Aquí, els bolets ja són una excusa per fer turisme, per escapar-se al bosc i per muntar festes, una a cada poble. En les properes

pàgines, et detallem els programes d'actes de les principals celebracions boletaires de la comarca. I et remarcuem algunes novetats: la més

destacada és que, molt probablement, aquest serà l'últim any en què la mítica Festa dels Bolets de Berga es farà al pla de Puigventós.



Paisatge a la carretera que va de Bagà a Coll de Pal, zona propícia per a la gran florida de bolets.

LA FOTOGRAFICA

ELS DEU CONSELLS QUE HAS DE SEGUIR AQUESTA TEMPORADA DE BOLETS

1

Primer de tot, vés a buscar bolets, que aquest any sí que se'n fan

» Essencial. Si no hi ha bolets, no hi ha festa. I, aquest any, n'hi ha. El Centre Tecnològic Forestal de Catalunya, convertit des de fa un temps en l'Aramís Fuster dels bolets (amb una mica més de fonament), pronostica que aquesta campanya serà històrica.

» De mitjana, cada temporada, es fan al Prepirineu català 57 kg de bolets per hectàrea. I les previsions d'aquest any són d'entre 100 i 130 kg. O sigui, el doble! Això serà tant com el 2003 o el 2010, anys que els boletaires encara recorden.

2

Acomiada't de Puigventós

» L'any que ve farà 40 anys que la Festa dels Bolets de Berga es fa al Pla de Puigventós. I podria ja celebrar-se en un altre lloc. La Penya Boletaire està negociant amb l'Ajuntament de Castellar del Riu un altre emplaçament, dins del mateix municipi, que sigui més adient per rebre les més de 4.000 persones que s'hi reuneixen des del 1974.

» El principal problema, segons els organitzadors, és el trànsit: no hi ha prou espai per aparcar i molts cotxes es deixen al voral de la carretera. Un cop, els Mossos els van multar tots.



La Tor de Montclar*



Dormitoris



Cuina



Sala de jocs



Sala d'estar

Piscina Interior

La Tor de Montclar · 08614 Montclar

93 744 11 50 · 609 064 825 · 616 968 828

lator@latordemontclar.com · www.latordemontclar.com

XIX FIRA DEL BOLET VILADA 12.10.2013

10.00h Obertura de la
"Fira gastronòmica i artesanal"

10.30h VII Mostra Micològica de Vilada

11.00h Activitats "Els bolets de prop"
Organitza Agrupació Micològica de Catalunya
"Sembra de Girgols : Bolets domesticats"
Organitza Polar Trek

12.30h Concert amb el grup PAYNOMI

16.00h Convocatòria per a tots els
concursants del concurs gastronòmic

16.30h Inici del
XIX Concurs Gastronòmic

17.15h Tast dels plats i
entrega de premis

18.00h Degustació de coca
de bolets per tothom

18.30 h Sorteig de la cistella
gastronòmica i cloenda de la Fira

*Durant tot el matí, visita turística del
poble en carruatge de cavalls*

*En cas de pluja, els actes es traslladaran
al Local Cultural. Com sempre, les
activitats de la fira són gratuïtes*

En el marc
de la fira es farà la
2a trobada de
plaques de
cava

ORGANITZA



Ajuntament de
Vilada

HI COL-LABORA



Diputació
Barcelona
xarxa de municipis



3

Aprèn a buscar bolets amb un mestre

- » El micòleg i divulgador Marc Estévez Casabosch torna a dirigir sortides guiades al bosc, cada diumenge, entre el 6 d'octubre i el 10 de novembre al Mercat del Bolet de Cal Rosal.
- » Les sortides estan pensades per a tots els nivells. Per molt que en sàpigues, sempre aprendràs alguna cosa nova.
- » Les inscripcions es fan a www.olvan.cat, al 93.825.013 i a olvan@diba.cat.

4

Guanya regals a les botigues

- » Les botigues adherides a la Unió de Comerciants i Botiguers de Cal Rosal-Olvan s'afegeixen aquest any a la campanya del bolet.
- » A finals de cada mes, sortegen cistelles carregades de productes del Mercat del Bolet de Cal Rosal i a final de temporada rifaran un cap de setmana per a dues persones a Olvan.
- » El comerç local celebra així la temporada alta de la tardor, en què bona part dels turistes de cap de setmana i els boletaires habituals s'han reacostumat a fer parada davant dels comerços de Cal Rosal.

5

Coneix els productes del Berguedà

- » No només de bolet viu l'home, i no només es fan bolets al Berguedà. El Mercat del Bolet de Cal Rosal repeteix aquest any una iniciativa que va estrenar el 2012, i que serveix per presentar als clients els productes agroalimentaris que es fan a la comarca.
- » Al costat de les parades habituals del Mercat del Bolet de Cal Rosal, es presenten productors com Cal Pauet, Salt del Colom, L'Aranyonet, Delícies del Berguedà, La Lletieria de Cal Gris, Cansaladeria Cal Rafilat, Xai de Farreres, Cervesera del Pedraforca i Ous Ecològics El Pujol.



6

Viu un diumenge de gastronomia i festa

- » Al Mercat del Bolet de Cal Rosal, no faltarà aquest any la Festa del Bolet, que se celebrarà el diumenge 27 d'octubre.
- » Els organitzadors destaquen que és "una bona ocasió per reunir tots els afecioants als bolets i celebrar-ho amb bona companyia, música, tallers i tastos".
- » La festa d'aquest any se celebrarà, com és habitual, el quart diumenge d'octubre, i prometen que tindrà "un caire gastronòmic i festiu".

Mercat del BOLET

Cal Rosal

obert cada dia

setembre//octubre//novembre 2013

Escola de boletaires

Sortides al bosc amb un micòleg

Diumenges 6-13-20-27 d'octubre i 3-10 de novembre

////////////////////////////////////

Guanya premis cada mes

Sortejos mensuals de cistelles i premi especial d'un cap de setmana a Olvan

////////////////////////////////////

El rebost del mercat

Els caps de setmana, mostra dels productes km0

////////////////////////////////////

Festa del bolet

Diumenge 27 d'octubre: activitats infantils, exposició de bolets i tastos per compartir la passió pels bolets

////////////////////////////////////



**Diputació
Barcelona**

SOC

**Servici d'Interpretació
de Castells**



RIAL



Més informació: Ajuntament d'Olvan
938250013 / www.olvan.cat / Facebook i Twitter

7



Busca rovellons i, sense pensar-t'ho, troba't la Shakira, el Piqué i el Xavi

» El Berguedà i, en concret, el Mercat del Bolet de Cal Rosal han guanyat aquest any uns ambaixadors inesperats. Els jugadors del Barça Xavi Hernández i Gerard Piqué i la parella d'aquest, la cantant Shakira, es van deixar veure el dimecres 25 de setembre entre les parades.

» Consta que van esmorzar a un restaurant de Cal Rosal. I consta també que no és la primera vegada que van a buscar bolets i que se'ls veu passejant pels boscos del Berguedà. Qui sap, potser busques bolets i, un bon dia, et surt la Shakira d'entre un boix!

MENÚ DEL BOLET:

-RAVIOLIS DE BOLETS AMB CREMA DE ROSSINYOLS
-PASTÍS D'ESCALIVADA REGAT
AMB SALSA DE ROVELLONS

-VEDELLA ESTOFADA AMB VARIAT DE BOLETS
-TASTET DE ROVELLONS AMB GUARNICIÓ DE
PATATES EMMASCARADES

-IOGURT AMB MELMELADA DE CEPS

20 EUROS IVA INCLÒS

(CADA CAP DE SETMANA, ES CANVIARÀ EL MENÚ)

FEM CUINA DE MERCAT I TRADICIONAL.

TAMBÉ TENIM MENÚS FETS A MIDA PER TOT TIPUS DE
CELEBRACIONS, DES DE 18 EUROS (IVA INCLÒS).

DISPOSEM TAMBÉ DE SALES PRIVADES



RESTAURANT
BRASERIA
PIZZERIA

Al complex del càmping Berga Resort

C-16 Sortida Berga-Sud

Telèfon reserves: 93 821 30 80

2

0

1

3

BAGÀ

Restaurant hotel Ca l'Amagat

Carrer Clota, 4 Tel. 93 824 40 32

Menú a escollir

- *Farcellets cruixents de bolets, tastet i formatge de cabra o Saltat de ceps sobre lit de poma amb encenalls de foie
- *Hamburguesa de peu de porc i bolets amb salsa de tòfona o Espatlla de xai al forn amb un toc de mel i bolets saltats
- *Gelat de formatge de cabra amb melmelada de rossinyols o Formatge de cabra artesà "Cuiriol" amb codonyat

Dies que s'ofereix el menú: tota la setmana
Horaris: de 13.30 a 15.30h i de 21 a 22.30h
Festa setmanal: diumenges nit i dilluns
(excepte del 15 de juny al 15 de setembre)

33,60 € IVA inclòs

BERGA

Restaurant La Cabana

Carretera de Ribes, Km 44, Tel. 93 821 04 70

Menú degustació

- Crema de bolets amb crestes de gall i emulsió d'avellanès // Raviolis cruixents de poma, botifarra i bolets, amb brots tendres // Llagostins i encenalls de lluç, escaldats amb brou infusionat // Conill cuit a baixa temperatura, amb bolets i reducció de vi // Textures de fruits del bosc, amb cruixent de ceps i garpinysats

Dies que s'ofereix el menú: tota la setmana
Horaris: de 13 a 16h, Sopars divendres i dissabtes de 21 a 23h.
Festa setmanal: dilluns

32,50 € IVA inclòs

BERGA

Restaurant Sala

Passeig de la Pau, 27, Tel. 93 821 11 85

Menú degustació

- Aperitiu boletaire //
- Els rovellons amb daus d'ibèric //
- Els ceps amb crema i foie //
- Els llenegues amb turbot //
- Els fredolits amb laminadura de conill //
- Els trompetes amb formatges //
- Els camagros amb gemmes

Dies que s'ofereix el menú: tota la setmana
Horaris: de 13 a 15.30h i de 20.15 a 22.30h
Festa setmanal: diumenges nit i dilluns

66 € IVA inclòs

BERGA

Restaurant Hotel Estel

Carretera Sant Fruitós, 39 (entrada Berga Sud), Tel. 93 821 34 63

Menú degustació

- Amanida de bolets amb pernil d'ànec //
- Pasta fresca amb bolets i daus de carbassa //
- Bacallà amb tomàquet confitat i coulis de ceps //
- Filet de porc farcit de bolets i salsa de mel //
- Postres de la casa

Dies que s'ofereix el menú: tota la setmana
Horaris: de 13 a 15.30h i de 20.30 a 22.30h
Festa setmanal: diumenge

29 € IVA inclòs

BERGA

Restaurant Fonda Negra

Carretera Rasos de Peguera s/n, Tel. 93821 54 33

Menú

- Aperitiu del xef
- Arròs amb bolets i secret de porc ibèric
- Bacallà amb ceps i poma
- Llaminera de porc amb bolets, foie i el seu caramel
- Pre-postres
- Panacota de castanyes i caramel de taronja
- Inclou pa, aigua i vi de la casa

Dies que s'ofereix el menú: tota la setmana
Horaris: de 10.30h a 17h, Sopars divendres i dissabtes de 20h a 24h.
Festa setmanal: dimecres

25 € IVA inclòs

CASERRES

Restaurant Fonda Alsina

Carrer Bisbe Comellas, 93, Tel. 93 823 40 01

Menú a escollir

- *Amanida de tardor amb bolets
- o Farcellet de col amb botifarra i bolets
- *Calamars farts de bolets
- o Xai farcit de bolets
- Postres de la casa
- Café i copa de cava Rovellats

Dies que s'ofereix el menú: dissabtes i diumenges
Horaris: de 13 a 15.30h i de 20h a 22.30h
Festa setmanal: dilluns

30 € IVA inclòs

CASTELL DE L'ARENY

Restaurant Castell de l'Areny

Casa Torra s/n, Tel. 93 823 82 29

Menú a escollir

- *Raviolis d'enciams amb parmesà
- o Arròs de muntanya i bolets
- *Lluç amb alls tendres i llenegues
- o Jarret de vedella i bolets
- *Postres a escollir
- *Copa de cava
- Inclou pa, aigua vi i cafè

Dies que s'ofereix el menú: dissabtes i diumenges
Horaris: de 13 a 16h
Festa setmanal: obrim tota la setmana

28 € IVA inclòs

ESPINALBET (Castellar del Riu)

Restaurant Els Roures

Carretera de Rasos de Peguera, Km 4, Tel. 93 821 35 61

Menú degustació

- Amanida d'enciams amb mongetes seques, pernil i bolets // Coca amb formatge i bolets amb tastet esparrecat //
- Terrina de vedella amb bolets i salsa de vi negre semi dolç //
- Pasta de full amb mató de la Quar, fruites del bosc i gelat de ceps //
- Xarrup de licor de rossinyols
- Copa de vi Abadal, copa de Cava Rovellats i aigua.

Dies que s'ofereix el menú: tota la setmana
Horaris: de 13 a 16h, Sopars divendres i dissabtes de 20.30 a 23h.
Festa setmanal: dijous

29,90 € IVA inclòs

GIRONELLA

Restaurant Cal Pajares

Carrer Nostra Senyora de la Llum, 16, Barri Forn dels Torraes, Tel. 93 822 83 90

Menú

- Galets farts de foie a la crema de moixerons
- Filet de porc Wellington amb barreja de bolets i foie gras
- Gelat de camagros amb galeta cruixent
- Inclou vi i aigua

Dies que s'ofereix el menú: tota la setmana
Horaris: de 8h a 20h, Sopars divendres i dissabtes de 21 a 22.30h
Festa setmanal: dilluns

28,55 € IVA inclòs

GÓSOL

Restaurant El Forn "Cal Moixó"

Carrer Canal, 2, Tel. 97 337 02 74

Menú degustació

- Crema de ceps amb terrina de col, gambes i bolets amb oli de pinyons // Amanida tèbia amb canonges, bolets, guatlles confitats i vinagreta de cítrics // Trumfos de Gósol emmacats amb bolets i foie gras // Gratinat de llong de bacallà amb bolets i gelat de pebrot del piquillo // Medalló de filet de vedella del Berguedà amb pasta de full, bolets i crema de mostassa a l'antiga // Gelat de ceps amb xocolata negra i tòfona ratllada // Gelée de maduixes amb bolets confitats i escuma de moscatell // Inclou pa, aigua i vi

Dies que s'ofereix el menú: tota la setmana
Horaris: de 13 a 15.30h
Sopars divendres i dissabtes de 20h a acabar
Festa setmanal: dilluns

40 € IVA inclòs

GUARDIOLA DE BERGUEDÀ

Restaurant El Recó de l'Avi

Plaça de la Farga, 10, Tel. 93 822 76 72

Menú a escollir

- *Canelons de bolets o Carpaccio de bacallà amb rovellons o Pebrots del piquillo amb botifarra negra, bolets i mousse d'escalivada
- *Cargol amb surenyes o Calamars farts de lluç i bolets o Galta de porc al forn amb llenegues
- *Postres a escollir

Dies que s'ofereix el menú: tota la setmana
Horaris: de 13 a 16h, Sopars divendres i dissabtes de 20 a 23h
Festa setmanal: dilluns

25 € IVA inclòs

LA POBLA DE LILLET

Restaurant Hostal Cal Pericas

C/ Furielles altes, 2, Tel. 93 823 61 62

Menú degustació

- Amanida de tomàquet i bolets confitats
- *"Montadito" de bolets i gamba //
- Morro de bacallà amb salsa de bolets
- Galta de porc farcida de ceps //
- Mil fulls de poma caramel·litzada amb ceps
- Inclou pa, aigua, vi i cafè

Dies que s'ofereix el menú: dissabtes i diumenges (per encàrrec)
Horaris: de 13.30h a 15.30h i de 21 a 22h
Festa setmanal: Diumenges nit i dilluns

35 € IVA inclòs

PUIG-REIG

Restaurant Apart-Hotel Cal Marçal

Carretera de Berga, 10, Cal Marçal, Tel. 93 838 03 86

Menú a escollir

- *Tulipa d'escarola i camagros amb vinagreta de bolet
- *Canelons de bolets amb beixamel de cep
- o Patates xafades amb fredolits i cansalada
- o Truita de barreja de bolets
- *Vedella amb os i bolets
- o Bacallà enfarinat i llenegues negres
- o Botifarra de camases amb guarnició de tardor
- *Postres a escollir
- Inclou vi DO Pla de Bages (criança), aigua i pa

Dies que s'ofereix el menú: tota la setmana
Horaris: de 13h a 15.30h i de 20h a 22.30h
Festa setmanal: diumenges nit

25 € IVA inclòs

SANTA MARIA DE MERLÉS

Restaurant Sant Cristòfol

Carretera de Gironella a Vic, Km 37, Tel. 93 825 05 25

Menú a escollir

- *Aperitiu de bevingünda
- *Sopa de bolets o Paella de bolets amb bacallà o Saltat de mongetes amb bolets i cansalada
- o Torrada amb remenat de bolets i encenalls de pernil
- *Botifarra esparracada amb bolets de temporada o Assortiment de carns a la brasa amb bolets o Ànec a la cassola amb bolets.
- *Postres a escollir
- *Copa de cava Rovellats
- Inclou vi, gasosa, aigua i cafè

Dies que s'ofereix el menú: tota la setmana
Horaris: de 13 a 16h
Festa setmanal: obrim tota la setmana

25€ IVA inclòs

SERRATEIX

Restaurant Hostal Cal Fuster

Casa Cal Fuster s/n, Tel. 93 820 49 11

Menú degustació

- El nostre aperitiu // Ou del nostre galliner amb amanida líquida de bolets, cansalada i remolacha // Coca tèbia d'espelta de Cal Pauet amb melmelada de ceba, ceps i germinats
- // Veïra rostida amb mantega d'avellana, fruites seques i samfaina de camagros al moment // Arròs cremós de pinetells amb caneló cruixent de bolets // Llengua de vedella cuinada a baixa temperatura amb salsa de ratfia i rovellons
- // "Borraxo" amb sopa de castanyes, bolets dolços i xocolata

Dies que s'ofereix el menú: divendres, dissabtes i diumenges
Horaris: de divendres a diumenge de 13 a 16h, Sopars divendres i diumenges de 21 a 22.15h
Festa setmanal: dilluns i dimarts

36,50 € IVA inclòs

VILADA

Restaurant Cal Candi

Carrer Clotassos, 18, Tel. 93 823 83 13

Menú a escollir

- *Crema de ceps o Amanida de l'hort amb gust de rovellons o Carpaccio de ceps a la vinagreta
- *Els canelons de bolets de sempre o Xafat de patates amb barreja de bolets o Mil fulls d'albergínia farcit de bolets
- *Conill amb llenegues del Catllars o Estofat de vedella del Berguedà amb barreja de bolets
- o Pens a la brasa amb saltat de bolets
- *Postres a escollir entre 15 variats
- Inclou vi de la casa

Dies que s'ofereix el menú: tota la setmana (per encàrrec com a mínim amb un dia d'antel·lació).

Horaris: de 9 a 22h
Festa setmanal: obrim tota la setmana

25 € IVA inclòs



Unes llenegues ensenyen la mucosa sota un llit de fulles de pi.

LA FOTOGRÀFICA

8 *Fes una ruta de festa en festa i de bolet en bolet*

» Al Berguedà, van néixer les festes dels bolets. La primera va ser la de Berga, fa més de mig segle. Però, per fortuna, s'han anat estenent.

» Tenim la BergaBolet el 5 i el 6 d'octubre; la de Vilada, el 12, i la de Guardiola, el 20. Si voleu sortir fora, teniu festes al Ripollès, a Osona i a Sant Iscle de Vallalta, al Maresme, el 27 d'octubre.

9 *Busca la nova guia*

» Bífidus Produccions, l'empresa que edita la revista **Aquí**, està enllentint la segona edició de la "Guia per trobar bolets", que es va publicar per primera vegada l'any 2011.

» La guia contindrà rutes amb informació detallada de com arribar-hi i dades pràctiques de restaurants i allotjaments. Les rutes, les ha seleccionat el micòleg Marc Estévez.

10 *Vés al bosc amb mòbil*

» I no només per si et perds! També per trobar les rovelloneres més productives, amb l'aplicació per a iPhones i Androids de Bífidus Produccions.

» La "Guia per trobar bolets" és una aplicació innovadora que ha tingut milers de descàrregues en els últims dos anys.

16^a festa del bolet



SANT ISCLE DE VALLALTA
27 D'OCTUBRE de 2013

FIRA EXPOSICIÓ RAL·LI FOTOGRÀFIC
ACTUACIONS MUSICALS CERCAVILA
TALLERS MOSTRA GASTRONÒMICA i MOLT MÉS!

GUARDIOLA DE BERGUEDA MERCAT DEL BOLET 2013



Ajuntament de
Guardiola de Berguedà

Diputació
Barcelona
xarxa de municipis

DES DE SETEMBRE FINS ACABAR LA TEMPORADA (NOVEMBRE-DESEMBRE)

Cada dia, **PARADES DE BOLETS**, al recinte del Mercat del Bolet.

DIUMENGE 20 D'OCTUBRE, FESTA DEL BOLET

(Tots els actes es faran al Recinte del Mercat del Bolet)

De 10h a 12h, **ESMORZAR DEL BOLETAIRE**

De 10h a 14h **TALLER DE BOLETS INFANTIL I JUVENIL**, per a nens i nenes, a càrrec de L'EROL de la Societat Catalana de Micologia.

D'11h a 14h, **EXPOSICIÓ DEL III CONCURS DE DIBUIX INFANTIL DE BOLETS, DELS ALUMNES DEL CEIP SANT LLORENÇ**

De 12h a 14h, **XVIII CONCURS DE CUINA PER AFICIONATS, PRESENTACIÓ DELS PLATS I DEGUSTACIÓ PER PART DE JURAT.**

(programes a part)

De 12h a 14h, **TAST DE VINS** i de **PLATS CUINATS AMB BOLETS**, dels restaurants del municipi.

Venda de tiquets al Mercat del Bolet i a l'Oficina de Turisme el mateix dia.

A les 12.30 h, actuació dels **CASTELLERS DE BERGA**.

A les 14h, **LLIURAMENT DE PREMIS ALS GUANYADORS DEL CONCURS DE CUINA I DEL CONCURS DE DIBUIX INFANTIL DELS ALUMNES DEL CEIP SANT LLORENÇ.**

III CONCURS FOTOGRÀFIC "MERCAT DEL BOLET"

Els temes del concurs seran "Festa del Bolet de Guardiola (20 d'octubre) i paisatges de tardor del Berguedà".

Les fotografies es poden presentar a les oficines de l'Ajuntament fins el dimarts 29 d'octubre de 2013 a les 14h.

Per més informació www.guardioladebergueda.cat o bé trucar al 938227059

FIRA BERGABOLET

Passeig de la Indústria

Dissabte, 5 d'octubre

● Durant tot el dia, **demonstracions d'artesans i tallers d'oficis**

● 11-13h i de 16-18h "**Conèixer els bolets**", activitat de dinamització infantil a càrrec de l'EROL, secció infantil de la Societat Catalana de Micologia.

● 12-14h **Mostra de productes agroalimentaris del Berguedà "Posa el Berguedà al teu plat" i tast de productes**

● 17.30h **Diada Castellera** amb els Castellers de Berga, Moixiganguers d'Igualada i Margeners de Guissona

● 19h **Espectacle infantil** a càrrec de Dani Magyk

● 18-21h **Exposició micològica, concurs de fotografies i dibuix infantil**

● 19-20h **Tast de plats de la Cuina del bolet** a càrrec dels restaurants del Club dels Sabors del Berguedà

Concurs de pintura ràpida de tardor Ciutat de Berga

Sala Casino del Teatre Municipal.

Rda. Moreta, 15 Berga

8-10h **Inscripcions**

13-14h **Presentació de les obres**

16.30h **Entrega de premis**

Diumenge, 6 d'octubre

● Durant tot el dia, **demonstracions d'artesans i tallers d'oficis**

● 10-20h **Exposició micològica, concurs de fotografia i dibuix infantil**

● 13h **Entrega de premis** del concurs de bolets, de fotografia, de dibuix i micologia

● 13-14h **Mostra de productes agroalimentaris del Berguedà "Posa el Berguedà al teu plat" i tast de productes**

● 18.30-19.30h **Tast de plats de la Cuina del bolet** a càrrec dels restaurants del Club dels Sabors del Berguedà

● 18.30h **Batukada** a càrrec del grup Trastukats

● 20.15h al passeig de la Pau **Castell de focs artificials**
Tot seguit **Crema de la Falla**

Diumenge matí

57è CONCURS DE BOLETAIRES
FESTA DECLARADA D'INTERÉS TURÍSTIC

Castellar del Riu, Ctra. de Berga als Rasos de Peguera, km.7
(Pla de Puigventós)

Més info: consulteu la web de la Penya Boletaire de Berga



5 i 6 D'OCTUBRE DE 2013



FIRA BERGABOLET

Festa del Roser

CAL PONS

Dissabte, 5 d'octubre

- » 9 h Concentració de motos davant de l'església
- » 9:30 h Esmorzar
- » 11 h Inici de la ruta
- » 13 h Exposició de motos i pica-pica per a tothom amb música country

Diumenge, 6 d'octubre

- » 8:30 h Concentració de cotxes clàssics davant de l'església
- » 9:30 h Inici de la ruta de cotxes clàssics (Puig-reig, Casserres, Viver, Serrateix, Castelladral, Sant Cugat, Navàs, Puig-reig)
- » 10:15 h Cercavila de gegants i percussió



dels diables del Clot de l'Infern, davant de l'església

» 11 h Missa cantada pel Cor Parroquial

» A la sortida Ballada de gegants

» Tot seguit Plantada de l'arbre a càrrec de

l'arquitecte tècnic i cap d'obra del Temple de

la Sagrada Família de Barcelona, Ramon Espel

» 13:15 h Vermut musical per a tothom davant de la Torre Vella

» 14 h Dinar de germanor, davant de la Torre Nova,

amb servei gratuït de monitors per a nens i nenes durant el dinar, manualitats després de dinar, i castell inflable.

» 16 h Concert fi de festa amb el conjunt Abbey's Beat

» Tot el dia Fira d'artesanía i exposició gràfica de fotografies antigues de Cal Pons i Puig-reig, de Joan Ratera

Culturitza't

GIRONELLA

Dissabte, 19 d'octubre

» 20:30 h Concert del cantautor solsoní Roger Mas, a l'Església Vella. Entrades anticipades a la venda a l'Ajuntament: 3 euros

Dissabte, 26 d'octubre

» 20:30 h Concert-homenatge al mestre Font Parera. Homenatge-espectacle. Entrades: 3 euros

"Ecos de Patum"

BERGA

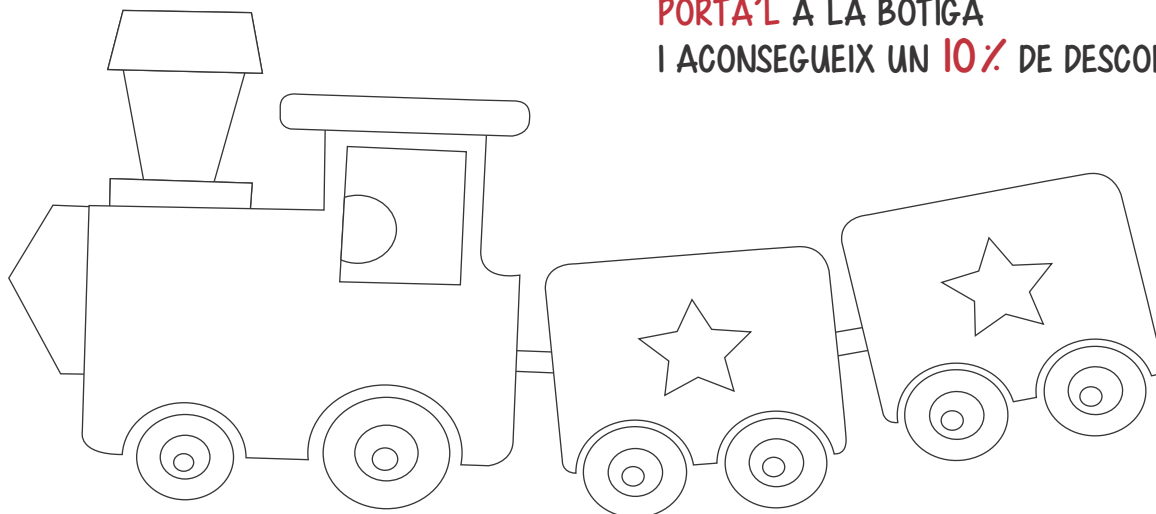
Diumenge, 27 d'octubre

» 18:30 h Estrena de l'espectacle, al Teatre Municipal de Berga. El grup teatral Comediants ha creat i dirigit l'espectacle, interpretat per la Banda de l'Escola Municipal de Música de Berga. Venda de localitats anticipades a l'Oficina de Turisme i a l'Escola de Música: 12 euros.

PINTA EL TREN DE Xiks

PORTA'L A LA BOTIGA

I ACONSEGUEIX UN 10% DE DESCOMPT



IKKS absorba 3 potini babyface CKS olimpias

Av. Catalunya 55 bx. Gironella
T. 93 822 84 71 [f xicsgironella](https://www.facebook.com/xicsgironella)

Xiks
Moda Infantil

Dinar a bon preu i fer el vermut

El Tabal renova la seva aposta gastronòmica amb plats ben casolans

El restaurant El Tabal, de la plaça dels Països Catalans de Berga, té una oferta gastronòmica casolana amb cuina de la terra i preus ajustats.

El menú de dilluns a diumenge val 10 euros, i inclou plats tradicionals de la comarca, com l'escudella, els pèsols

negres del Berguedà i les patates emmassarades. També hi ha sempre plats de temporada, sobretot verdures de l'hort. I els dijous no hi falta mai la paella, que se serveix amb una copa de cava gentilesa de la casa.

El Tabal té una targeta per a clients habituals: per cada deu menús, se n'obté

un de gratuït.

El restaurant disposa d'una gran varietat de tapes, com tripes, mandonguilles, pop a la gallega, tires de sípia, croquetes i moltes altres.

Vermut casolà

Totes les postres i les pastes de l'esmorzar i del berenar són d'elaboració pròpia: croissants, mag-

dalenes, pastissos, muffins, plumcakes i rebosteria per menjar al local o per endur.

Se serveix vi i cava a copes i tenen vermut fet a casa, com es feia antigament.



EL TABAL

Obert de dilluns a diumenge
Vermut cap de setmana

Plaça Països Catalans, 4 · 08600 BERGA
T. 93 821 11 24

Hotel Estel



Ctra. Sant Fruitós, 39 Berga
T. 93 821 34 63
reserva@hotelestel.com

FILET DE PORC FARCIT DE BOLETS AMB SALSA DE MEL

Ingredients

- » 1 filet de porc
- » 200 g de bolets
- » 1/2 ceba
- » 2 cullerades de mel
- » 1 got de brou de carn
- » 1 cullerada de farina de blat de moro (Maizena)
- » oli d'oliva
- » vi blanc

» sal
» pebre
Elaboració

» El primer que hem de fer és saltejar els bolets en una paella on prèviament haguem cuït la ceba.

» Un cop cuits, els

retirem de la paella i els deixem refredar.

» Obrim el filet de porc per poder-lo farcir amb el saltejat de bolets, i el lliguem.

» Rostim el filet a la mateixa paella on hem fet el saltejat de bolets, afegint-hi un mica de vi blanc, mel i fumet de brou de carn. Deixem reduir la salsa i rectifiquem de sal.

» Tallem el filet de porc a rodanxes. Hi afegim uns quants bolets més de guarnició i emplatem.

LA RECEPTE

CRUMBLE DE POMA, FRUITS DEL BOSC, AMETLLES I XOCOLATA

Ingredients

- » 1 kg de pomes
- » 1 cullerada de suc de llimona
- » 200 g de fruits del bosc variats
- » 100 g de sucre moreno
- » Mitja culleradeta de ginebre en pols
- » 200 grams de massapà
- » Crema anglesa o sorbet de vainilla
- Per a la cobertura del crumble**
- » 200 g de mantega sense sal
- » 250 g de farina
- » 50 g de sucre en pols
- » Un terç de tasseta d'ametlles picades
- » 1 culleradeta de canyella en pols
- » 75 g de xocolata amarga
- Elaboració**
- » Preescalfeu el forn a uns 200°C.



» Per fer la cobertura, col·loqueu la mantega i la farina en un bol i barregeu-ho tot fins que us quedi una pasta espessa.

» Afegiu-hi el sucre, la sal, les ametlles, la canyella i la xocolata, mescleu-ho tot amb una forquilla, i reserveu-ho.

» Peleu les pomes i tal·leu-les en trossos petits. Col·loqueu-les en un recipient apte per a forn. Regueu-les amb el suc de llimona, barregeu-

les, i poseu-hi els fruits del bosc, el sucre i el ginebre.

» Escampeu els trossos de massapà sobre les pomes i cobriu-ho amb el crumble que teniu reservat.

» Poseu el recipient en una safata del forn i deixeu-ho 45 minuts fins que la cobertura estigui daurada.

» Deixeu-ho refredar 5 minuts i serviu-ho amb la crema anglesa o el sorbet.

Clínica  **Dental**
Odontología Berguedana

20% DE DESCOMpte EN TOTS ELS NOSTRES TRACTAMENTS

Passeig de la Indústria 16 1º3ª Berga - Tel.: 938 222 337

DERMATOLOGIA
Dr. Jordi Gil

Pg. de la Rasa dels Molins, 22 · 4t 2a.
 T. 93 821 39 51 · M. 619 54 61 54
 08600 BERGA

Soluciones Dentals BERGA
 De dilluns a divendres de 9 a 12 h i dissabtes hores convingudes

CONSULTES
670 005 005

Concertat amb les companyies dentals més importants

Pere II, 7 baixos A · BERGA · T. 93 822 10 11

BERGA SALUT
 Constança Gil

PODOLOGIA · OSTEOPATIA
 FISIOTERAPIA · ACUPUNTURA
 DIETÈTICA · INFERMERIA

GRAN VIA, 40 BX · BERGA
 Tel. 93 822 03 05
 www.bergasalut.com

Psicologia i coaching
— Cecília Llobell —
 Col·legiada 20.157

— NENS AMB TDA/HIPERACTIVITAT: Teràpia per a millorar el comportament i les relacions amb els altres, l'enfocament de la ment i l'autocontrol.

— ADULTS: Depressió, Ansietat. Teràpia de parella i familiar. Dol. Prendre decisions i assolir objectius.

C/Altarriba i Godolà, 7, 1r-2a BERGA T. 679 729 592 (tardes)

DBerguedà.cat
El diari digital líder a la comarca



La bellesa, quina gran experiència!

El moment en què ens ha tocat viure és realment fascinant.

Després de molts anys de banalització i simplificació de la bellesa, reduïda als guapos o guapes del moment, avui som més a prop que mai de l'essència d'aquesta gran experiència: la de viure la bellesa des del punt de vista interior, reflexiu, emocional, holístic. Bona paraula, aquesta darrera, perquè resumeix en un sol mot el que pretenem amb el nou projecte Doblebé. Molt pocs volem ser guapos o guapes. Senzillament, ens en volem sentir. I la fórmula per sentir-nos guapos o guapes no té res a veure amb un pes, amb una talla o amb la definició dels nostres músculs. La bellesa és el reflex de tot el que fem per sentir-nos bé amb nosaltres mateixos: com tractem la nostra pell, quanta aigua bevem, com de saludable mengem, quina és la nostra activitat física, quin ritme de vida portem, quines són les nostres preocupacions i quina relació tenim amb el nostre cercle íntim. En definitiva, la bellesa és fruit del nostre benestar, i és el que acaba completant la nostra felicitat.

A la vida, hi ha molts factors que no podem controlar, però som responsables de cuidar tot el que depèn de nosaltres. La missió de Doblebé, per mitjà dels nostres tractaments de bellesa i benestar integrals, és ajudar-vos en allò que efectivament no depèn de ningú més que dels amics i amigues que dipositeu la vostra confiança en nosaltres. Aquí entra en escena l'holística: la concepció de la nostra feina com una globalitat, la idea que, per sentir-vos guapos o guapes, haureu de cuidar-vos en tots els aspectes del vostre dia a dia.

L'aspecte físic és inseparable de la bellesa interior. La pell ens revela si estem ben hidratats, si cuidem la nostra higiene, si ens protegim davant del sol, si el nostre ritme de vida és massa accelerat. L'esquena pateix per culpa de males postures, de les presses, del dèficit de descans. Els nostres ulls revelen horaris desfassats, preocupacions irracionals, estrès emocional. Les ungles o els cabells ens poden confessar una dieta pobre en molts elements essencials o bé estats de nervis desmesurats. El nostre cos ens explica com som per dins, i ens

hem de proposar cuidar per dins i per fora pel nostre propi bé. A Doblebé us oferirem tot el que necessiteu per sentir-vos bé, des d'un punt de vista físic i emocional, estètic però sobretot saludable. La nostra feina comença al centre, però continua a casa vostra, de manera que volem formar part, més que mai, de la vostra vida. Per això hem evolucionat molts dels serveis que hem ofert sempre i hem incorporat especialitats relacionades amb el benestar i la salut. També hem dissenyat una sèrie de tractaments integrals (que busquen les vessants física i emocional de forma global) i volem dissenyar-ne de nous a la vostra mida i en la vostra justa mesura. Volem ensenyar i aprendre, aconsellar i rebre consells amb l'objectiu de millorar cada dia, nosaltres amb vosaltres, en la persecució d'aquesta bellesa que defensem: la gran experiència de ser feliços.

Doblebé

Tractaments de bellesa i benestar integrals
 c. Pere II, 13, 08600 Berga
 T. 938221067
 www.doblebe.cat
 info@doblebe.cat

Combat l'astènia de la tardor

Ja ha arribat la tardor i d'aquí a uns dies arribarà el canvi d'hora. Moltes vegades, els canvis del temps i la represa de la rutina ens afecten l'ànim, estem més tristos, més cansats, més irritables i, fins i tot, tenim més ansietat.

Tot això, si s'acompanya d'alteracions del son, de la gana i del desig sexual poden ser símptomes d'una astènia, també cone-



L'astènia es produeix per la falta d'hores de llum. **ARXIU**

guda com a trastorn afectiu estacional.

Hormones

Que ens passi és natural. La llum del sol és clau en la producció de certes hormones del cervell, com la

melatonina i la serotonina. I, com que fa menys sol, baixen el nivell d'aquestes hormones i comencen a aparèixer els símptomes.

Un 6% de la població pateix astènies, sobre-

tot les dones i més en la franja d'entre 40 i 55 anys.

Per recuperar els ànims convé menjar aliments rics en triptòfan, com les nous, els ous, el formatge, la llet, el peix i les carns blanques, que ens ajuden a pujar la serotonina.

També és bo prendre algun suplement revitalitzant, ser regulars en les hores de son i sortir al carrer per aprofitar ben bé les hores de llum natural.

FISIOTERÀPIA



MOTXILLES MASSA PESADES

» Els Col·legis Oficials de Fisioterapeutes adverteixen que els nens porten, de mitjana, el 17% del seu pes a la motxilla, i no hauria de passar del 10% per evitar lesions.

» Recomanen pesos inferiors a 5 kg, i que la motxilla s'ajusti a la talla del nen, amb dues cintes amples i la zona de l'esquena encoixinada.



CENTRE DE SALUT INTEGRAL

Jordi Fernández



Jordi Fernández Timoneda
Nº Col·l: 12112

Miriam Cano Martínez
Nº Col·l: 9437

Àlbia Estévez Martínez
Nº Soc AEDN: 690

PODOLOGIA: Especialitat en podologia esportiva, pediàtrica i cirurgia ungüal

FISIOTERÀPIA: Especialitat en reeducació del sòl pèlvic (prepart i postpart)

DIETÈTICA I NUTRICIÓ: Especialitat en sobrepes i obesitat

MEDICINA: Revisions mèdiques per empreses

Plaça d'Europa, 7 · 08600 · BERGA · T. 646 29 28 88

PROMOCIÓ PUIG-REIG

BLOC DE PISOS AMB UNA IMMILLORABLE SITUACIÓ
AL CENTRE DE LA POBLACIÓ.
MOLT ASSOLELLATS I AMB MOLT BONES VISTES



Tots els serveis a un pas de casa (escoles, parc infantil, serveis sanitaris, farmàcia, comerços, zona esportiva)
Acabats d'alta qualitat. Cuina totalment equipada amb electrodomèstics de primeres marques. Instal·lació
d'aire condicionat i calefacció per conductes d'aire a totes les estances. Habitació amb armari empotrat,
tancaments d'alumini amb doble vidre, lames correderes per protegir del sol.

FINQUES LLUÇANÈS
C/ Major, 26 · PRATS DE LLUÇANÈS
T. 93 856 07 06 / 686 91 95 22 / 619 37 81 80



ID.7 - ZONA CENTRE
Pis de 100m2, reformat, moblat, amb menjador estar, cuina, 4 hab. 2 banys i calefacció. C. inclosa. **PREU: 350€**



ID.36 - ZONA CARRER ROSER - Pis de 60m2, moblat, amb menjador, cuina, 2 hab. 1 bany i calefacció. **PREU: 300€**

ID.46 - ZONA CENTRE
Pis de 55m2, semimoblat, amb menjador estar, cuina, 2 hab. bany i calefacció. C. inclosa. **PREU: 225€**

ID.59 - SANTA EULALIA - Pis de 70m2, moblat, menjador estar, cuina, 3 hab. bany i 2 galeries. **PREU: 250€**



ID.206 - ZONA CAMP DE FUTBOL
Apartament de 50m2 amb menjador estar, cuina, 2 hab. amb armari encastats, bany i calefacció. C. inclosa. **PREU: 350€**



ID.542 - ZONA CASERNA - Pis de 100m2, moblat, amb menjador estar, cuina, 4 habitacions, 2 banys, balcó i calefacció. C. inclosa. **PREU: 380€**

ID.511 - ZONA PASSEIG DE LA INDÚSTRIA - Pis de 90m2, moblat i equipat, menjador estar amb llar de foc, gran cuina office, 3 habitacions (2 dobles i 1 individual), bany, lavabo, cambra de rentar, traster i balcó. Comunitat i pàrquing inclòs. Molt assolellat i situació excel·lent. **PREU: 450€**



ID.519 - CASC ANTIC
Pis de 70m2, moblat, amb menjador estar, cuina, 3 habitacions, 1 bany i calefacció. C. inclosa. **PREU: 180€**

ID.477 - PLA DE L'ALEMANY - Pis de 75m2, moblat, menjador estar, cuina amb cambra de rentar, 3 hab. bany, lavabo, balcó, calefacció i pàrquing. C. inclosa. **PREU: 350€**



ID.545 - FONT DEL ROS - Pis de 100m2, moblat, amb menjador estar amb llar de foc, cuina, 4 hab. (2 dobles i 1 suite), 1 bany de cortesia i terrassa de 50m2. Comunitat inclosa. **PREU: 390€**



ID.532 - RASA DEL CANYET - Pis seminou de 60m2, moblat, amb menjador estar, cuina americana, 2 habitacions (1 doble), bany complet, cambra de rentar i calefacció. **PREU: 380€**

ID.235 - ZONA RASA DELS MOLINS - Pis de 80m2, amb menjador estar, cuina, 3 hab. 2 banys i calefacció. **PREU: 300€**

ID.363 - ZONA CASERNA - Casa sola de 85m2 amb menjador estar, cuina, 4 habitacions, bany, calefacció, terrassa de 30m2 i jardí amb porxo. Zona molt tranquil·la! **PREU: 450€**



ID.514 - GRAN VIA
Pis de 100m2, amb menjador estar, cuina reformada, 4 hab. (2 dobles), bany, lavabo i calefacció. **PREU: 400€**



ID.534 - ZONA FONT DEL ROS - Pis de 90m2 amb menjador estar, cuina, 4 habitacions, 2 banys, ascensor i pàrquing. **PREU: 400€**

ID.537 - CARRER MAJOR - Pis de 50m2, amb menjador estar, cuina, 2 hab. i bany. Comunitat inclosa. **PREU: 190€**

ID.271 - CAL ROSAL
Pis de 75m2, moblat i equipat, reformat, terra de parquet, menjador estar amb cuina americana, 3 habitacions (2 dobles), bany i ampli balcó. Zona molt tranquil·la. Comunitat inclosa. **PREU: 270€**

ID.242 - CASSERRES
Apartament de 60m2, moblat, seminou, amb menjador estar, cuina, 2 habitacions, bany, balcó i calefacció. Comunitat inclosa. **PREU: 250€**

ID.526 - SANTA EULALIA - Pis de 65m2, reformat, amb menjador estar, cuina americana, 3 habitacions, 1 bany, balcó, galeria i calefacció. C. inclosa. **PREU: 290€**



SANT JORDI DE CERCS - Pis de 75m2, moblat, reformat, amb menjador estar, cuina, 3 habitacions, bany, balcó, galeria i calefacció. **PREU: 275€**



ID.83 - GIRONELLA
Pis de 100m2, semimoblat, amb menjador estar, cuina gran, 4 habitacions, 2 banys i calefacció. Opció a pàrquing. **PREU: 350€**

ID.255 - GIRONELLA
Pis de 115m2, en molt bon estat, moblat, amb menjador estar, cuina, 3 habitacions dobles, 1 despatx, 2 banys, cambra de rentar, terrat de 30m2, traster i calefacció. **PREU: 350€**



ID.94 - GIRONELLA
Apartament de 40m2, seminou, moblat, amb menjador estar, cuina americana, 1 habitació, bany, calefacció i ampli balcó. Comunitat inclosa. **PREU: 250€**

ID.250 - GIRONELLA - CAL BASSACS - Casa unifamiliar seminou de 160m2. Planta baixa: garatge per 2 cotxes amb sortida al pati. Planta primera: menjador estar, cuina amb sortida a una terrassa i bany. Segona planta: 3 hab. (1 doble) i 2 banys. **PREU: 500€**

ID.486 - GIRONELLA
Pis nou de 135m2, menjador estar amb sortida al terrat de 35m2, àmplia cuina de 15m2, 4 hab. dobles (1 suite), 1 bany de cortesia, 1 lavabo, cambra de rentar i rebost. **PREU: 450€**

GIRONELLA - Pis de 73m2, seminou, amb menjador estar, cuina, 2 habitacions dobles, bany, cambra de rentar, ampli balcó i calefacció. C. inclosa i pàrquing opcional. **PREU: 280€**

**Ara a PIRINEU 2000
NO TANQUEM AL MIGDIA
Obert de 09:30h a 19:00h
De dilluns a divendres i
dissabtes matí!**

Aquí de tot

DEMANDA DE TREBALL

S'ofereix auxiliar administrativa, recepcionista o secretària amb 10 anys d'experiència. Vehicle propi, nivell C de català, responsable, capacitat de treballar en equip i bon caràcter!
divinalopezg@gmail.com

COACHING

Llicenciada en Psicologia especialitzada en Neuropsicologia i Psicopatologia clínica s'ofereix per a sessions de coaching i programació neurolingüística, així com psicoteràpia individual i/o grup.
T. 93 877 23 97

PIS EN VENDA

En venda pis totalment reformat amb electrodomèstics per estrenar. 3 habitacions, 1 apartat per la rentadora, 1 bany, cuina americana, terrassa de 90 m2 amb foc a terra, traster, ascensor i pàrquing opcional. Molt cèntric.
T. 645 696 460 (Vicky)

OFICINA DE LLOGUER

Es lloga oficina de 80 m2

a Berga, a la plaça de la Creu. Preu: 375 euros.
T. 93 821 08 63

FOCUS

Venc 8 focus Showtec Club Color Wash 575 amb làmpades PHILIPS MSR 575/2 - 575W, 95V, GX9.5, 7200K, 1.000h. Multi colors. Funcionen perfectament. Estat de conservació impecable. Embalatge original. Preparats per penjar. IVA deduïble. Preu: 50% sobre la factura de compra. Els pots veure a ves.cat/hnPB Ideals per a grups, orquestres, teatre o sales.
T. 600 479 299

FOCUS

Es venen 3 focus marca iGuzzini, ideals per aparadors comercials. Molt bona qualitat. Preu: 300 €.
T. 670 098 551

MÀQUINA D'ESCRIURE

Es ven màquina d'escriure elèctrica marca Gabriele. Preu: 30€.
T. 93 822 20 82

PINTURA

Es venen 2 quadres de

Classificats gratuïts

Si has deixat de fumar i et vols vendre el cendrer, si regales una conilla amb la seva cria, si vols canviar cromos del Messi per estampes de Sants, si vols compartir pis amb algú que tingui un "hula-hoop", si busques amistat amb nois amb bigoti...
Envia el teu anunci amb les dades de contacte a **classificats@bifidusproduccions.com**

la Patum de l'any 1984 i pintats a mà per el pintor Joan Casas.
T. 655 81 73 16

SERVEIS DOMÈSTICS

Senyora de Berga s'ofereix per netejar domicilis o cuidar gent gran.
T. 642 811 621

SOFÀ

Es ven sofà gran i còmode de 5 places de color beix (2,90 m de longitud). Gairebé no s'ha utilitzat, està com nou. Fundes rentables i bona estructura. Preu: 150 €.
T. 650 73 94 19

ESTUFA

Es ven una estufa de gasoil només utilitzada un hivern. Molt bon estat.

Preu: 180 euros.
T. 663 822 585

CUINA

Es ven una cuina de quatre focs de butà amb garantia. Utilitzada només tres mesos. Preu: 100 euros.
T. 698 627 180

MOBLES

Es ven armari i bressol amb matalàs i roba de llit. Tot inclòs: 120 euros.
T. 93 822 12 13

CLASSES

» Es donen classes de repàs i reforç de Primària, ESO i Batxillerat.
T. 689 391 374. Xavi

COMPARTIR PIS

» Es comparteix pis molt cèntric a Berga.
T. 689 391 374. Xavi

Immo

Lloguer



SANTA EULÀLIA - ID. 25

» Pis reformat de 70m2, moblat, menjador estar, cuina, 3 habitacions, bany, calefacció i 2 galeries. Comunitat inclosa. **315 € PIRINEU 2000**



ZONA CENTRE - ID. 26

» Pis de 60m2 completament reformat, d'estil rústic, amb cuina menjador, 3 habitacions, 1 bany complet i calefacció. **325 € PIRINEU 2000**

Venda



OLVAN - ID. 151

» Xalet de 100m2 parcel·la de 525m2 garatge, menjador estar, llar de foc, cuina, jardí, 2 habitacions, bany i rebost. 1a pl: estudi, terrassa, habitació, despatx, bany i traster. **190.000 € PIRINEU 2000**

PIRINEU 2000

c. Bruc, 3. Berga
T. 93 822 20 82
pirineu2000.com
Correu: immobiliaria@pirineu2000.com

Guia de professionals

Disseny gràfic

Imagistan

c. Francesc Macià, 12
Berga
Web, il·lustracions, disseny gràfic.
www.imagistan.com
imagistan@imagistan.com
T. 658 64 17 98

Neteja

Més Polit

c. Barcelona, 23
Berga
Neteges i serveis per a particulars i empreses
www.mespolit.com
T. 93 822 31 72
M. 695 177 453

Pintura

Berpintur

Pl. Cim d'Estela, 9
Berga
Aplicacions de pintura industrial i decorativa.
www.berpintur.com
T. 93 821 07 15
M. 639 488 227

Futurologia

Tarot Elena

Els seus sentiments? Trucarà? Quan? Comprova-ho! Atiendo personalmente.
T. 806 659 592
Visa 972215590
tf. 118 - tm. 153 Apst 596
Codi 17.600+ 18 a.

Estufes de pellet des de 990 euros més IVA

Consulti condicions de finançament molt interessants

Nous dissenys més moderns. Noves estufes de passadís de només 25 cm de fondària. I ara també calderes de pellet i de llenya. Gran exposició a la nostra botiga. Visiti'ns i l'informarem.



CIFEC
Ferreteries i centres de Ferreteria

Ferreteria Sistach

Av. Canal Industrial
08600 BERGA
Tel. 93 821 31 11
www.ferreteriasistach.com



TENIM OFERTES EN **PNEUMÀTICS**

PASTILLES DE FRE AMB UN **25%** DE DESCOMPTE
CANVI OLI I FILTRE OLI 15W/40 PER NOMÈS **50€**

Camí de Pedret, 1 - 08600 Berga - Tel. 93 114 77 49



P.M.G.

PREU MÍNIM GARANTIT

**5% de descompte
sobre qualsevol preu
que trobi**

**SI CANVIES ELS PNEUMÀTICS AMB NOSALTRES,
ET REGALEM UN VAL DE 30 EUROS
PER FER EL MANTENIMENT DEL TEU VEHICLE**

Carrer Pere II, 36 · Berga · Tel. 93 822 28 32 · autoequip.com