

LES MESURES

REVISTA INFORMATIVA DEL PIRINEU



www.lesmesuresonline.es

Núm. 723. Del 28 de gener al 3 de febrer de 2022

Ref. 1843 - La Seu - Pis cantoner en perfecte estat. Compta amb tres habitacions, una és 'suite', cuina-office amb zona de safareig independent, un bany més amb plat de dutxa i ampli menjador amb sortida a balcó. Es ven totalment moblat.

Preu: 140.000 €.



Ref. 1861 - La Seu - En zona tranquil·la, proper al centre de la ciutat, és on se situa aquest ampli (120 m²) i assolellat pis que es distribueix en rebedor, habitació individual (ideal per a despatx), cuina-office amb accés des del passadís i el menjador amb sortida a balcó amb orientació sud. 4 habitacions dobles i dos banys. Tot exterior amb sortida a dos carrers, pel que compta amb molta llum i sol tot el dia.

Preu: 155.000 €.

Ref. 1858 - El Pla de Sant Tirs - Xalet encantador, d'estil rústic amb parets de pedra i amb la calidesa de la fusta. Consta de planta baixa amb 2 dormitoris dobles amb armari encastats, 2 banys i sala de caldera. La primera planta té cuina-menjador amb un espai ampli i una habitació de servei (safareig), 2 habitacions dobles, un bany, sala d'estar amb xemeneia i sortida a balcó amb unes vistes al jardí, que està dividit en diversos ambients i compta amb una espectacular piscina. A més, l'habitatge compta amb una planta superior ideal per a estudi, sala de jocs, habitació complementària, llibreria, etc.

Preu: 400.000 €.

Ref. 1689 - La Seu - Pis a la plaça del Codina amb 2 habitacions, 1 bany, cuina-menjador amb sortida a ampli balcó. Inclou PK i traster. Nou Preu: 160.000 €.

Ref. 413 - La Seu - Pis molt ampli i lluminós al Passeig Pasqual Inglà. Consta de 4 habitacions amb armari encastats, 2 banys, balcó tancat amb alumini amb orientació sud. Tot exterior. Inclou box doble. Preu: 250.000 €.

Ref. 1723 - La Seu - Dúplex al Camp del Codina. Consta de 3 habitacions -una d'elles amb sortida a terrassa amb vistes al Cadí-, 2 banys, cuina independent, menjador amb sortida a balcó, altell i box doble. Preu: 220.000 €.

MONTERREY
La Seu d'Urgell



**Tria el pis i
personalitza'l**

www.fiquesplanes.com



**finques
planes**

973 35 45 77

laseu@finquesplanes.com
C. Sant Ot, 2 - La Seu d'Urgell



Manifest de l'amic sobre l'increment del preu del paper

L'AMIC, l'entitat referent que aplega 475 mitjans de premsa en paper i digital de tots els territoris de parla catalana, vol manifestar la preocupació de tot el sector per l'increment desorbitat dels preus de les matèries primeres, especialment del paper que en només un any ha patit un increment que supera el 70%.

Aquest increment arriba després de gairebé dos anys de greu crisi sanitària, social i econòmica en què les empreses periodístiques, sobretot de proximitat, han hagut de treballar en condicions difícils,

doblant els esforços per fer arribar informació constant a la ciutadania. I, per altra banda, han vist disminuir els seus ingressos publicitaris pel fet que els seus anunciants naturals; comerç, restauració i empreses de serveis, també pateixen una situació econòmica molt difícil.

Una pujada que afegida a la resta de costos com els de l'energia, perjudica greument el sector de periòdics, la majoria de distribució gratuïta; increments impossibles d'aplicar als nostres anunciants. L'Associació de Mitjans d'In-

formació i Comunicació, a banda de manifestar aquest malestar i fer una crida a la indústria paperera perquè moderi aquests augments difícils d'assumir, demana per part de la ciutadania i de les empreses anunciants, que es valori un producte que des de les diverses empreses editorials, distribuïm com a element de servei informatiu, de cohesió i d'arrelament ciutadà.



amic associació
de mitjans
d'informació
i comunicació

Land Art, camina i gaudeix de la natura i de l'art

Al municipi de Foradada (Lleida) trobem **Montsonís**, una entitat que compta amb la distinció de poble amb encant. Montsonís ofereix la possibilitat al viatger de fer moltes excursions, però entre elles destaca la ruta "**Land Art**", en la qual descobriràs diverses escultures al llarg del camí, entre elles la flor de la vida, la Serp, l'Ou de Pasqua, i les papallones; que ho ompliran tot de màgia. Tanmateix, l'obra més destacada es troba a la part més alta del poble, **el Padri de Montsonís**, una escultura de fusta de 3 metres d'alçada situada en un mirador.

Més info: 973 400 265 | www.montsonis.org

Peu de foto: Ajuntament de Foradada



Ajuntament de Foradada

Tast i maridatge a les caves Freixenet

Les **centenàries Caves Freixenet** es troben a Sant Sadurní d'Anoia, el cor del Penedès, i tenen les seves portes obertes durant tot l'any perquè els visitants puguin endinsar-se en el màgic món de les bombolles i viure una **experiència única**. La visita **Freixenet Tour** convida a descobrir l'art de l'elaboració del cava i a gaudir dels deliciosos escumosos de Freixenet. També s'ofereixen **visites privades i a la carta** on els protagonistes són els sabors i les aromes a través del **tast i el maridatge**.

Més info: 938 970 000 | www.freixenet.es

Solsona Experience

Sabies que la comarca del Solsonès ofereix diverses experiències turístiques per a tots els públics? Des de **visites culturals**, com la Catedral de Solsona o visites teatralitzades, on descobriràs la zona d'una forma diferent i divertida; fins a **rutes de senderisme** o visites per conèixer la gastronomia, el comerç, l'artesania i la història de Solsona. Descobreix tot el que aquesta comarca pot oferir amb Solsona Experience!

Més info: 663 668 184 | <https://solsonaexperience.com/>



VIU EMOCIONS DIFERENTS A CATALUNYA

experience.catalunya.com





Una gran part de la població ja pot rebre la dosi de record de la Covid-19

- Salut ha estès la vacunació de record a totes les persones de més de 30 anys que faci 5 mesos que tinguin la pauta completa i als joves d'entre 18 i 29 anys que faci 8 mesos que estiguin vacunats
- Els grups prioritaris per a aquesta dosi de record són les persones a partir de 40 anys i els vacunats de qualsevol edat amb Astrazeneca i Janssen
- La dosi de record augmenta la immunitat, l'allarga i ajuda a reduir el risc d'ingressar a l'hospital a causa de la COVID-19.

El Departament de Salut ha ampliat a una bona part de la població la vacunació de la dosi de record de la Covid-19. En concret, ja la poden demanar totes les persones de 30 anys o més que van ser vacunades amb Pfizer o Moderna en la pauta completa, sempre que hagin passat 5 mesos des que la van rebre. I també se la poden posar tots els joves d'entre 18 i 29 anys que van rebre la pauta completa d'aquestes mateixes vacunes 8 mesos enrere.

S'afegeixen d'aquesta manera als grups d'edat de 40 anys o més i als vacunats de totes les edats amb Astrazeneca i Janssen. De fet, aquests continuen sent els grups prioritaris per a la recepció de la dosi de record, a més a més de les persones immunodeprimides, el personal sanitari i sociosanitari i les persones residents, que fins ara ja han pogut rebre també aquesta dosi.

La dosi de record és altament recomanable perquè, tot i que les vacunes contra la Covid-19 proporcionen una resposta immunitària molt efectiva, **algunes persones, malgrat tenir la pauta de vacunació completa, disminueixen aquesta protecció, sobretot davant de noves variants com l'òmicron**, que és la majoritària actualment a Catalunya. La dosi de record augmenta la immunitat, l'allarga i ajuda a reduir el risc d'ingressar a l'hospital a causa de la COVID-19.

La dosi de record, doncs, ajuda a maximitzar la protecció, a perllongar la seva durada i, en definitiva, a continuar protegint la salut pública de les nostres comunitats i, en particular, la de les persones amb més risc d'infecció i malaltia greu.



Cinc mesos des de la pauta completa amb Pfizer o Moderna

Per rebre la dosi de record, cal que hagin passat cinc mesos des que es va rebre la segona dosi, en el cas d'haver rebut els vacins de Pfizer o Moderna.

Si s'ha rebut les dues dosis d'Astrazeneca o la dosi única de Moderna, han de passar tres mesos per poder rebre ara la dosi de record.

En tots dos casos, si superat els períodes de 3-6 mesos es contrau la infecció per Covid-19, s'haurà d'esperar quatre setmanes de la recuperació de la malaltia per sol·licitar la dosi de record.

Per accedir a la vacunació, cal demanar cita prèvia a través del portal

<http://vacunacovidssalut.cat>, des d'on es pot triar punt de vacunació i dia i hora. Els destinataris de la dosi de record aniran rebent un SMS convidant-los a la vacunació i dirigint-los a aquest enllaç.

La dosi addicional que s'està administrant és de Moderna o de Pfizer, indiferentment de la vacuna que s'hagi rebut a la primera i a la segona dosi. De fet, s'ha comprovat que totes dues vacunes,

tant la Moderna com la Pfizer, tenen una eficàcia molt elevada, independentment de la vacuna que s'hagi rebut en l'aplicació de la pauta completa (Pfizer, Moderna, AstraZeneca o Janssen).

El Departament de Salut manté la crida a tota la població perquè es vacuni, tant les persones que poden rebre ara la dosi addicional com totes aquelles que encara no estan vacunades.

La vacunació redueix la probabilitat d'ingrés hospitalari

Cal recordar que les persones no vacunades majors de 12 anys tenen una probabilitat 2,5 vegades més gran de ser hospitalitzades per Covid i 4,9 vegades més d'entrar a l'UCI. En el cas dels majors de 50 anys, tenen una probabilitat 3,7 vegades més gran de ser hospitalitzades per Covid i 8,1 vegades més d'entrar a l'UCI. I, en la franja de més de 70 anys, tenen una probabilitat 6,1 vegades més gran de ser hospitalitzades i 15,2 vegades més d'entrar a l'UCI que les persones d'aquesta edat que tenen dosi de record.

La vacunació contra la Covid-19 té com a objectiu protegir tota la població del virus per evitar casos de malaltia greu, Covid persistent, ingressos hospitalaris i a les UCI, i morts.

És previst que s'ampliïn progressivament els grups per rebre la dosi de record, quan hagi passat el temps necessari des de la darrera dosi de vacuna. Aquests grups se seleccionen coordinadament en l'àmbit de l'estratègia estatal de vacunació.



La Síndica Municipal de Greuges de la Seu d'Urgell fa arribar a l'alcalde les diferents queixes rebudes per part de la ciutadania

En la reunió de treball d'aquest mes entre la Síndica Municipal de Greuges de la Seu d'Urgell, Anna Martí, i l'alcalde urgellenc, Francesc Viaplana, a més a més del seguiment de temes ordinaris, s'han abordat diferents qüestions relacionades amb les queixes que rep aquesta sindicatura per part de veïns i veïnes de la ciutat.

La síndica ha informat a l'alcalde de la Seu que han augmentat les queixes d'usuaris, sobretot de gent gran i persones amb discapacitat, sobre la bretxa digital existent en l'atenció sanitària que hi ha actualment. Cal



Foto: Ajuntament de la Seu d'Urgell

recordar que respecte aquest tema es van reunir membres del Consell Municipal de la Gent Gran amb les entitats bancàries per fer-los arribar aquest problema que afecta a les persones grans. Per la seva part, Francesc Viaplana ha avançat

que properament es reunirà amb les diferents entitats bancàries que hi ha a la Seu d'Urgell per saber si s'han implementat mesures acordades en aquella reunió.

Un altre tema que ha fet arribar Anna Martí a l'alcalde de la Seu són les queixes presentades per part del col·lectiu de la gent gran sobre l'increment de la tarifa elèctrica i la interpretació de la carta enviada per l'empresa subministradora d'electricitat. Sobre aquest assumpte, l'Ajuntament de la Seu d'Urgell es reunirà amb la companyia per intentar resoldre-ho.

La Seu d'Urgell celebrarà la sisena edició del Festival del Joc del Pirineu de l'1 al 3 d'abril

La Seu d'Urgell celebrarà els dies 1, 2 i 3 d'abril la sisena edició del Festival del Joc del Pirineu. D'aquesta manera, la capital alturgellenca recupera aquest esdeveniment dedicat al joc i adreçat a totes les edats, després que l'any passat no es va poder celebrar a causa de la pandèmia.

De cara a aquesta edició 2022, l'organització del Festival del Joc del Pirineu ha decidit endarrerir un mes les dates habituals amb l'esperança de tenir un millor escenari epidemiològic. També s'ampliaran el nombre d'equipaments que acolliran els jocs per tal d'evitar aglomeracions i ser espais segurs.

La primera tinent d'alcalde de l'Ajuntament de la Seu d'Urgell, Mireia Font, manifesta al respecte que "des de l'equip de govern, i sempre que sigui possible, amb prudència i seguint els protocols sanitaris, pensem que hem d'intentar seguir organitzant esdeveniments tant per la nostra ciutadania com per la dinamització econòmica de la ciutat". Font remarca que "el Festival del Joc del Pirineu, creat ara farà 6 anys, ha esdevingut un referent en el món del joc a Catalunya i la nostra intenció és refermar i millorar aquest posicionament". Pel que fa a celebrar un mes més tard aquest certamen, Mireia Font explica



que "caldrà veure l'evolució de la pandèmia, que per això l'hem ajornat gairebé un mes, però esperem que la partida pugui començar ben aviat".



MacMobles
mobles ben pensats ben fets i a bon preu

MOBLES FARRÀS

C. Major 50 · La Seu d'Urgell · T. 973 350 127 · www.macmobles.cat



ESTACIONS VALENTÍ

Av. del Valira, 27 - Tel: 973 35 05 40 - Fax: 973 35 19 97



NOU CAIXER NOCTURN

Opera amb:
Bitllets
Targeta de crèdit

de 9 de la nit a 7 del matí



OFICINA:

Pg. del Parc, 100
25700 La Seu d'Urgell
valenti@correuweb.com

**ESTACIÓ DE SERVEI
MONTFERRER
TEL: 973 36 06 16**

IVECO

**IVECO
BUS**

Kubota



CayVol
MULTICONTAINER - MULTIVOL - RESORTIN - GRAS - BASCULANTES

RIGUAL



LeciTrailer

**PLANXA I PINTURA * SORREJATS I RESTAURACIONS D'ÒXIDS
SUBSTITUCIÓ VIDRES: BUSOS, INDUSTRIALS ITURISMES.
REPARACIÓ DE PARABRISSES**

TALLERS *Ribalaiga, S.A.*

Ctra. N-260 Km. 225,7 (Barri Sant Pere) - 25700 - LA SEU D'URGELL (Lleida)
Telf.: 973 35 03 79 - Fax.: 973 35 01 10 - ribalaiga@ribalaiga.cat



El sindicat Comissions Obreres guanya les eleccions sindicals a l'Ajuntament de la Seu d'Urgell

El sindicat Comissions Obreres guanya les eleccions sindicals a l'Ajuntament de la Seu d'Urgell que es van celebrar el passat dimarts per renovar els i les representants sindicals dels treballadors i treballadores municipals.

Així, la representació a la Junta de Personal, formada per 5 membres, 3 seran representants del sindicat Comissions Obres i 2 seran del sindicat SIP-FEPOL. Respecte al Comitè d'Empresa, format per 9 mem-



Foto: Ajuntament de la Seu d'Urgell

bres, tots ells seran de Comissions Obreres (4 tècnics/administratius i 5 especialistes). Respecte a la participació en

aquestes eleccions sindicals, els treballadors laborals han votat el 47%, mentre que els funcionaris ho han fet el 84%.

Recordem que en aquestes eleccions es presentaven dues candidatures per a la junta de personal (funcionaris), SIP-FEPOL i Comissions Obreres (CCOO), mentre que pel col·legi tècnics/administratius i pel col·legi especialistes (ambdós personal laboral), s'hi presentava una única candidatura, concretament la de Comissions Obreres.

Unnic, el nou centre d'oci que integrarà el casino d'Andorra

La societat Jocs SA, guanyadora del concurs públic per a la gestió del futur casino d'Andorra, ha presentat aquest dimarts el projecte Unnic, un espai d'oci integral concebut per donar resposta al temps de lleure de residents i visitants a través d'una completa oferta gastronòmica, d'espectacles, entreteniment i joc. Marc Martos, conseller delegat de la companyia, ha explicat que "es tracta d'un projecte estratègic perquè esdevindrà un important pol d'atracció turística. A part de contribuir a la desestacionalització de l'oferta turística, serà un nou reclam per als mercats dels països veïns com França i Espanya, altres com per exemple Portugal, Regne Unit o Rússia, que fa anys que ens visiten, i també d'altres que actualment no tenen Andorra en el seu radar turístic, com podrien ser, per exemple, alguns països d'Àsia". En aquest sentit, Unnic té previst rebre més de 250.000 visitants anualment. El nou centre

integral d'oci, amb una inversió inicial de 25 milions d'euros, preveu generar al voltant de 200 nous llocs de treball directes i un centenar d'indirectes. Quatre mesos abans de l'obertura es posarà en marxa l'escola de crupiers, i abans de l'obertura tot el personal de les diferents àrees gaudirà de la formació necessària en cada cas: seguretat, restauració o atenció al client, entre altres. Jocs SA, a través d'Unnic, ha cercat des del primer moment la millor proposta per a la nova oferta de joc del Principat. La col·laboració de Novomatic, empresa tecnològica líder del sector a nivell europeu i internacional, n'és un clar exemple.

Unnic no és només un casino. Neix amb la vocació d'esdevenir un lloc on anar-hi a passar una bona estona, on compartir bons moments. Amb una oferta gastronòmica amb diferents espais de restauració. On prendre alguna cosa, gaudir d'un bon àpat o d'una bona beguda, sempre en



un bon ambient. On hi haurà espectacles, esdeveniments, entreteniment i tota mena de productes d'oci. Tornejos de póquer, trobades temàtiques, actuacions musicals. Amb zones vip i una 'business center'. Els impulsors del projecte volen que cada dia sigui diferent, que cada dia passi alguna cosa nova, i que els visitants i clients disposin a Andorra d'un nou lloc on trobar-se i gaudir. En paraules del conseller delegat de Jocs SA, "el centre que inaugurarem a la tardor serà un espai icònic, un concepte d'oci innovador i únic, la millor opció per deixar-se portar i passar-ho bé els 365 dies de l'any. Un lloc on viure noves experiències".

Clean & Iron



Neteja de confiança a la Seu d'Urgell i la Cerdanya

- Neteja a domicili o empresa.
- Neteges de posta a punt.
- Neteja de catifes i sofàs.
- Neteja de vidres i retòls.



Tel. 973 36 13 36

C/ Joaquim Viola, 24



cleaniron.net
cleanseu@cleaniron.com

Alpematic



Gaudir d'una olor agradable és bàsic per oferir una bona imatge del vostre negoci o local comercial.



Som especialistes en màrqueting olfactiv. Treballem amb olors temàtiques, fragàncies de primeres marques i som creadors d'odotips. Disposem de les màquines més actuals i ens adaptem a les vostres necessitats.

També tractem els problemes de males olors.



Sol·liciteu una demostració gratuïta
Sense cap compromís al telèfon

695 24 65 00

Alturgell@alpematic.com



Segueix-nos a Instagram

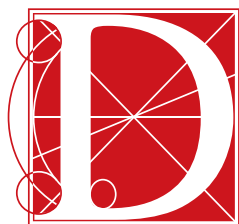


Recordant el passat

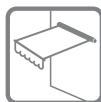


Gent de la Seu. Dreta: Julia, Solde, Moles

I 
REBAIXES
US ESPEREM!



disseny
La Seu



C/ Regència d'Urgell, 14 - La Seu d'Urgell
Tel.: 973 360 657 - disseny_laseu@hotmail.com

segueix-nos:



[disseny_laseu](https://www.instagram.com/disseny_laseu)



La Seu FC i el FC Pirineus guanyen i es mantenen en 3a posició

La Seu FC va guanyar amb claredat al camp del Bellpuig (0-3) gràcies als gols d'Aleix (2) i Vigo. D'aquesta manera, l'equip entrenat per Jordi Santacruz es referma en la 3a posició del grup 7B de Segona Catalana, amb 27 punts. A la mateixa categoria, el CF Organyà va caure golejat a casa (1-4) contra l'Artesa de Segre tot i el gol d'Arturo pels locals.

Ara, els ganxos són cuers amb 7 punts. A Tercera Catalana, el CE

Oliana va vèncer a casa davant el Vilanova de l'Aguda (4-2) amb gols de Bernaus, Chennoufi, Ali Ben i Pallarés. El conjunt arlequinat ocupa la setena posició, amb 20 punts.

Per altra banda, El FC Pirineus es va imposar per la mínima (2-1) al CE Navàs gràcies a dos gols de la capitana del conjunt urgellenc, Clàudia Buchaca. Es tracta de la setena victòria consecutiva de les urgellenques, que ara tenen 27 punts i es con-

soliden a la 3a posició del grup 2 de Segona Catalana femenina.



Jaume Pueyo disputarà els Jocs Olímpics d'Hivern a Pequín

Jaume Pueyo debutarà aquest mes de febrer en uns Jocs Olímpics d'Hivern. El fondista urgellenc és la principal novetat a la llista definitiva d'esportistes que conformaran la delegació estatal a Pequín 2022, segons ha anunciat aquest divendres la Federació Espanyola d'Esports d'Hivern (RFEDI).

En aquest debut, el fondista urgellenc disputarà una única prova: l'esprint individual. Serà dimarts 8 de febrer. L'esprint és actualment la principal especialitat de Pueyo i tant aquesta temporada com l'anterior hi ha aconseguit resultats destacats en competicions de la FIS. Per la seva banda, Imanol Rojo dispu-



tarà la prova d'skiathlon de 15x15 km (6 de febrer), els 15 km estil clàssic (11 de febrer) i els 50 km estil lliure (19 de febrer).

A la presentació de l'equip olímpic, des de la Federació han destacat que amb tan sols 20 anys, i a la seva quarta temporada amb la RFEDI, Jaume Pueyo ja suma tres participacions a la Copa del Món d'esquí de fons i l'any passat va competir per pri-

mer cop als Mundials absoluts, a Oberstdorf (Alemanya), La temporada 2020-2021, l'urgellenc va aconseguir acabar al número 1 del rànking FIS en modalitat sprint per a la seva franja d'edat (U20) i el seu millor resultat va ser un tercer lloc a l'Alpen Cup (Copa d'Europa) a Pokyluca (Eslovènia). Aquest any, de moment, ja ha aconseguit un 'top-15' a l'Alpen Cup, a l'esprint de St. Ulrich (Àustria). Aquesta serà la primera vegada que el CEFUC té un esportista als Jocs d'Hivern des del 2014, quan Laura Orgué va aconseguir a Sotxi un 10è lloc, el millor resultat olímpic de la història per a l'esquí nòrdic català.



Polígon industrial La Seu c/d n.11
25700 La Seu d'Urgell
T. 973 350 182 - F. 973 353 402
E-mail: fustes@grauigrau.com

L'Urban Sport La Seu acull el 1r torneig Head Players de la Federació Catalana de Pàdel

Al llarg de la setmana pasada -17 a 23 de gener-, l'Urban Sport La Seu va acollir el primer torneig Head Players de tot Catalunya, esdeveniment del pàdel Català organitzat per la Federació Catalana de Pàdel al club urgellenc. El campionat va començar el dimarts 18 i va finalitzar el diumenge 23 amb la disputa de les finals, que van comptar amb l'assistència de Felip Ródenas, president de la Federació Catalana de Pàdel (FCP). Pel que fa a la competició, en categoria 1a masculina Òscar Cerezo (Andorra) i Ramón Vilanova (Organyà) van

vèncer en la final (5-7, 6-3 i 6-4) a la parella berguedana formada per Jordi Rullo i Pep Tarrés. En 2a femenina, les jugadores locals Laia Espuñes i Marian Marañes es van imposar en la final per 6-2 i 6-0 a les ceretanes Neus García i Bárbara Fontecha. En 3a masculina, hi va haver final entre jugadors locals, Esteve Segon i Aleix Burgueño van guanyar per 6-4 i 6-3 a Jordi Pino i Jordi Sánchez. Per últim, a 3a femenina, hi va haver també final entre jugadores pertanyents al club urgellenc, les andorranes Pili Martínez i Roser Serrano van



vèncer al 'tie break' del tercer set a les urgellenques Carla Rubio i Alejandra Mercado. D'altra banda, aquest proper cap de setmana del 29 i 30 de gener els sis equips federats del club urgellenc iniciaran una nova temporada a la Lliga Catalana de Pàdel.



El Cadí La Seu guanya davant el Baxi Ferrol (60-54)

El Cadí La Seu va aconseguir la primera victòria de l'any al Palau d'Esports davant el Baxi Ferrol

(60-54). Les jugadores entrenades per Bernat Canut van obtenir el desè triomf de la tempora-

da a la Lliga Femenina, la qual cosa les permet seguir en la cinquena posició de la categoria.



EXPLOTACIONS FORESTALS ALT URGELL S.A.

- Bigueria raspallada.
- Fusta per a la construcció.
- Embalatge industrial.
- Tractaments de la fusta.
- Paletització.
- Serradura, escorça i estella.

Ap. Correus núm 71
25700 La Seu d'Urgell
Crta. de Castellbò, 20
25711 Montferrer - Lleida
Tel.: 973 351 348 - Fax: 973 351 500
efausa@efausa.es



www.efausa.es



Cistitis bacteriana

Les infeccions de les vies urinàries solen ocórrer quan els bacteris que es troben fora del cos ingressen a les vies urinàries a través de la uretra i comencen a multiplicar-se. La majoria dels casos de cistitis es produeixen per una mena de bacteri *Escherichia coli* (E. coli). Quan consultar el metge Busca atenció mèdica si tens signes i símptomes freqüents d'una infecció renal, per exemple:

1. Dolor d'esquena o lateral
2. Febre i calfreds
3. Nàusees i vòmits

Si tens la necessitat constant d'orinar o dolor quan orines durant diverses hores o més, o si hi ha sang a l'orina.



Recomanacions per a les infeccions reiterades a la bufeta:

- 1 Beu molt de líquid, especialment aigua. Beure molt de líquid és molt important si et sotmets a quimioteràpia o radioteràpia, en especial durant els dies de tractament.
- 2 Micció freqüent. Evita demorar anar al bany quan sents la necessitat d'orinar.
- 3 Eixugat de davant cap enere després d'evacuar els intestins. Això evita que els bacteris de la regió anal s'estenguin a la vagina i la uretra.

4 Dutxa en lloc de prendre banys. Si ets propensa a tenir infeccions, dutxar-te en lloc de prendre banys pot ajudar a prevenir infeccions.

5 Renta suaument la pell que envolta la vagina i l'anus. Fes-ho cada dia, però no utilitzis sabons rústecs ni ho facis vigorosament. La pell delicada al voltant d'aquestes zones es pot irritar.

6 Buida la bufeta tan aviat com sigui possible després de la relació sexual. Beu un vas ple d'aigua per ajudar a eliminar els bacteris.

7 Evita usar desodorants en esprai o productes femenins a la zona genital. Aquests productes poden irritar la uretra i la bufeta.



Anna Gómez
Infermera del CAP
de la Seu d'Urgell

OPTICA
ISERN

Carrer Major, 72 - 25700 La Seu d'Urgell - Tel. 973 350 523



Oblida't de buscar el certificat de
vacunació COVID-19 al mòbil i
d'haver-lo de portar imprès.

Demana el teu carnet de vacunació.

Pots realitzar les teves comandes a tucarlineseu@gmail.com, trucant al
973 361 501 o visitant la nostra botiga a Av/ Solòria 30, baixos.

CARLIN[®]

LA SEU D'URGELL



Xerrada a la Seu d'Urgell a càrrec de Carlos Taibo

Escriptor, editor i professor de Ciència Política a la Universitat Autònoma de Madrid.

Divendres 28 de gener.

Hora: 18.30 hores.

Lloc: Llibreria crítica 'El Refugi' (C. Capdevila, 9).

Més informació a <https://bit.ly/3tUFaYE>

Curs de ioga, a càrrec de Sílvia Monné

Divendres 28 de gener, 4, 11, 18 i 25 de febrer i 4, 11 i 18 de març.

A l'Escola de Dansa de la Seu d'Urgell.

Horari: de 19.30 a 21 hores.

Preu: 90 euros.

Inscripcions i reserva de plaça al correu electrònic escoladedansa@aj-laseu.cat o bé als telèfons 973 354 838 i 973 353 671.

Més informació a <https://www.silviamonne.com/>

Espectacle de teatre: 'Sopa de pedres'

Dissabte 29 de gener.

Hora: 18 hores.

Lloc: Sala Sant Domènec.

Organitza: Ajuntament de la Seu d'Urgell.

Més informació a www.laseu.cat

Taller de ceràmica a l'Escola Municipal d'Art

Dilluns de 15.15 a 17.15 h o bé de 19.30 a 21.30 h.

Professora: Gemma Coma.

Preu: mensualitat (51 euros). Material inclòs.

Més informació al Centre Cultural Les Monges, plaça de Les Monges de la Seu d'Urgell o bé als telèfons 973 354 838 i 687 725 818.

Curs gratuït: 'Promoció i negoci a través de les xarxes socials'

Curs presencial, a càrrec de Sandra Castiñeira, a la Seu d'Urgell.

Del 21 de febrer al 28 de març.

Dilluns, dimarts i dimecres de 15 a 17 hores.

Al CETAP (Centre Cultural Les Monges) de la Seu d'Urgell.

Organitza: Associació d'Empresaris de l'Alt Urgell. Més informació a www.aeau.org o bé al telèfon 621 224 515.

Xerrades (en línia) per a docents: 'L'anxietat en l'adolescència. Eines per entendre-la i gestionar-la'.

Amb la participació d'Helena Navarro, Marçal Viñardell i Marta Alet.

Dimarts 1 de febrer.

Hora: 17.30 hores.

Inscripcions: Al Centre de Recursos Pedagògics.

Més informació: <https://bit.ly/3450JZz>

Organitza: Proposta en línia organitzada pel Centre de Recursos Pedagògics (CRP).

Exposició col·lectiva: 'Els coberts d'en Mallo'

Fins al 15 de febrer a l'Espai d'art al carrer L'Aparador. Plaça del Carme, de la Seu d'Urgell.

Sortida de raquetes de neu amb lluna plena a Sant Joan de l'Erm

Dissabte 12 de febrer

Inscripcions a:

meteopirineus@meteopirineuscatalans.com

Més informació a <https://bit.ly/3pkqC1A>

Organitza: Meteo Pirineus Catalans i l'estació d'esquí nòrdic de Sant Joan de l'Erm.

CINEMES GUIU

Dilluns
4,50 €

DEL 29 AL 31 DE GENER



Ds 29
18 h i 20 h
Dg 30
17 h i 19 h
Di 31
20 h



Ds 29
20.15 h
Dg 30
19.15 h
Di 31
20.15 h



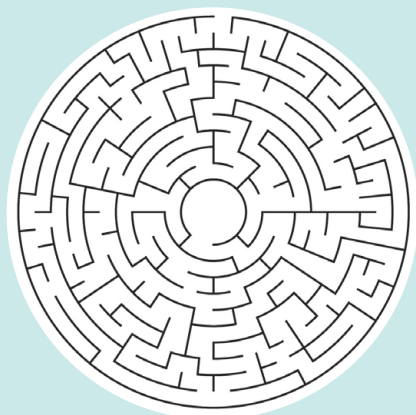
Ds 29
18.15 h
Dg 30
17.15 h

Jugues?

Sudoku

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

Laberint



Rosa Rodriguez

- Tècnica en Nutrició i dietètica
- Naturòpata
- Reflexòloga
- Kinesiòloga
- Coach personal

Hores convingudes

619 84 33 61

Plaça Codina, 4, 8^a

FARMÀCIA DE GUÀRDIA - LA SEU D'URGELL

Del 28 de gener al 3 de febrer

Farmàcia Peruchet
C. Joaquim Viola Lafuerza, 14
973 355 550

OFERTA I DEMANDA

Treball

Persona amb ganes d'escollar i voler aprendre l'ofici de mecànic amb l'extensa varietat de branques que comporta la mecànica del món industrial. Contactar amb: ribalaiga@ribalaiga.cat

Es precisa oficial de mecànic i planxista/pintor. Contactar amb: ribalaiga@ribalaiga.cat

Sed Distribució empresa ubicada a Puigcerdà, dedicada al servei i distribució per l'Hostaleria busca **Repartidors amb carnet de cotxe i repartidors amb carnet de Primera**. Interessats enviar cv a borsadetreball@sed-distribucio.cat o trucar al 627 084 168

Habitatge

Es ven parcel·la de 860 m² al Balcó del Pirineu.
Tel. 654 494 615

Es lloga plaça de pàrquing darrere gasolinera Repsol.
Tel. 669 849 752

Es lloga nau agrícola a Adrall de 1000 m², amb possibilitat de finca.
Preu a convenir.
Interessats enviar mail a lesmesures@gmail.com

Varis

Compro Land Rover curt.
No importa l'estat.
Tel. 973 350 656
666 185 095

LES MESURES

REVISTA INFORMATIVA DEL PIRINEU

www.lesmesuresonline.es

PROPIETARI
JORDI SÁNCHEZ RODRÍGUEZ

DIRECCIÓ EDITORIAL
JORDI SÁNCHEZ RODRÍGUEZ

DISSENY I MAQUETACIÓ
LAURA PAL ORDEIG

IMPRESSIÓ
GOPRINTERS

ARXIU FOTOGRÀFIC
BEGO SOLDEVILA
M^a ROSA GRIMALDOS

DIPÒSIT LEGAL
L-325-2008

CONTACTE
Av. Guillem Graell 46-54
669 137 136
lesmesures@gmail.com

AMB LA COL·LABORACIÓ DESEINTERESSADA D'ENTITATS ESPORTIVES I CULTURALS DE L'ALT URGELL

LES MESURES NO ES FA RESPONSABLE DE LES OPINIONS I CONTINGUTS DELS COL·LABORADORS DE LA REVISTA

amic associació de mitjans d'informació i comunicació



El Súper SANT ELOI  ara és



Fresquíssim
i amb el
millor preu



Ctra. General d'Espanya, s/n · AD600 Sant Julià de Lòria · Principat d'Andorra · santeloi.com

condis.es · condislife.com

