

LES MESURES

REVISTA INFORMATIVA DEL PIRINEU

App   www.lesmesuresonline.es

Núm. 951. Del 7 al 13 d'agost de 2026

URBAN Ballet

[CURS 2026/2027]

Dansa, aprèn, emociona't
i viu la **màgia del ballet** en
un entorn únic.



OBRIM INSCRIPCIONS
CURS 2026/2027



A PARTIR
D'OCTUBRE 2026



CLASSES PER A
TOTES LES EDATS



DISCIPLINA, EXPRESSIÓ,
CONFIANÇA I DIVERSIÓ



INSCRIPCIONS
A RECEPCIÓ

BALLET
CLASSIC

HIP-HOP

BREAK DANCE

DANSA JAZZ

CLAQUE

PUNTA

PLACES
LIMITADES!

T'HI ESPEREM PER
BALLAR SOMNIS!



Av. Guillem Graell, 54
La Seu d'Urgell



973 35 16 82



urbansportlaseu@gmail.com

ESCOLA DE PÀDEL

URBAN SPORT

LA SEU

[CURS 2026/2027]



Escola de pàdel
URBAN SPORT
La Seu

TARIFES



JÚNIOR:

150 € (1 h/setmana)
202,5 € (2 h/setmana)



ADULT:

167,5 € (1 h/setmana)
220 € (2 h/setmana)



MATINS:

10% DESCOMPTE



JUBILATS:

10% DESCOMPTE



PREUS TRIMESTRALS
SOCI/A URBAN? TOTA L'ESCOLA
AL PREU JÚNIOR!



MÉS INFORMACIÓ / INSCRIPCIONS:

629 94 02 06 + INFO

(TRUCADES O WHATSAPP)



Av. Guillem Graell, 54
La Seu d'Urgell



973 35 16 82



urbansportlaseu@gmail.com





ESCOLA DE CICLISME

CURS 2026/2027

OBRIM



INSCRIPCIONS
CURS 2026/2027



**DILLUNS I
DIMECRES**
A PARTIR DE
LES 17,30 H



1 DIA/SETMANA
40 € / MENSUALS



2 DIES/SETMANA
70 € / MENSUALS



**PLACES
LIMITADES!**

**INSCRIPCIONS
A RECEPCIÓ**

**PEDALA,
APRÈN I GAUDEIX
A L'URBAN!**



Av. Guillem Graell, 54
La Seu d'Urgell



973 35 16 82



urbansportlaseu@gmail.com



El Consell Comarcal de l'Alt Urgell celebra la delimitació de l'entorn de protecció del conjunt catedralici de Santa Maria d'Urgell

La publicació de l'Acord de Govern de la Generalitat, el passat dia 30 de juliol, de delimitació del Bé Cultural d'Interès Nacional de la **catedral de Santa Maria d'Urgell** i del seu entorn de protecció, culmina un procés iniciat a instàncies del Consell Comarcal de l'Alt Urgell i comporta un aval imprescindible en el camí de la declaració del conjunt com a **Patrimoni Mundial de la UNESCO**, en el context de la candidatura transnacional compartida amb Andorra i França.

Els entorns de protecció dels Béns Culturals d'Interès Nacional són els espais que delimiten aquest tipus de monuments, que es beneficien així d'una empara jurídica per evitar qualsevol intervenció que pugui afectar els seus valors intrínsecs. En aquest sentit, els entorns de protecció de la catedral de Santa Maria pretenen evitar una alteració del seu àmbit immediat que pugui afectar els seus valors, la seva contemplació o l'estudi del monument històric. Per aquest motiu, caldrà vetllar per una visualització



correcta del conjunt i per la integració harmònica de les possibles edificacions, instal·lacions o usos que s'hi puguin establir en el futur.

El bar restaurant del Parc Olímpic del Segre de la Seu d'Urgell obrirà aquesta setmana

El Consell d'Administració del Parc del Segre, SA ha acordat adjudicar a l'empresa **Distribucions Alimentàries SEU, SL** el contracte d'explotació del **bar restaurant del Parc Olímpic del Segre**, que obrirà de nou al públic aquesta mateixa setmana. La concessió té una durada inicial fins al 31/12/2031. El contracte es podrà prorrogar per mutu acord de les parts, fins a un màxim de cinc anys addicionals mitjançant dos períodes successius de pròrroga: el primer de dos anys i el segon de tres anys, fins a un total de 10 anys.



L'alcalde de la Seu d'Urgell, **Joan Barrera**, ha destacat la importància d'aquest servei per al conjunt de la ciutat. "El bar restaurant del Parc Olímpic del Segre no és només un servei de restauració: és un actiu estratègic per a un dels

equipaments esportius i turístics més importants de la Seu d'Urgell i de tot el Pirineu", ha afirmat Barrera. "Garantir un servei de qualitat en aquest espai és garantir que el Parc del Segre pugui continuar sent un referent internacional del piragüisme i un motor econòmic i turístic per a la nostra ciutat, especialment de cara a esdeveniments de primer nivell com el Campionat del Món de Piragüisme de 2027", ha afegit l'alcalde.



és



Evitar una catàstrofe està a les teves mans.



Si veus fum o foc, truca al 112.
Informa-te'n a incendis.gencat.cat



Diputació
Barcelona



Generalitat
de Catalunya

tothom El Govern de



L'Ajuntament de la Seu aprova la convocatòria de subvencions per als clubs esportius de la ciutat

El passat dilluns 3 d'agost, la Junta de Govern de l'Ajuntament de la Seu d'Urgell va aprovar la convocatòria de subvencions adreçada als clubs esportius del municipi corresponent a l'exercici 2026. La línia d'ajuts, dotada amb un **pressupost de 10.000 euros**, té com a objectiu contribuir al finançament de les despeses corrents i ordinàries de funcionament de les entitats esportives de la ciutat.

Aquesta convocatòria es regeix per les bases reguladores aprovades pel Ple municipal i definitivament aprovades l'1 de juny de 2026.

Podran optar a aquests ajuts els **clubs esportius que tinguin com a finalitat la promoció de l'activitat esportiva**, estiguin legalment constituïts i inscrits al Registre d'Entitats Esportives de la Generalitat de Catalunya, tinguin la seu social i



l'àmbit d'actuació a la Seu d'Urgell i compleixin la resta de requisits establerts a les bases reguladores.

Enquesta als actors econòmics de l'Alt Pirineu i Aran per plantejar noves accions de suport al sector

El projecte **Arrela't Alt Pirineu i Aran** posa en marxa una fase de participació amb el llançament d'una enquesta adreçada a tothom que tingui un **projecte econòmic establert a les comarques pirinenques**, tant si es troba en una fase inicial com si ja està consolidat.

L'objectiu és escoltar directament les persones destinàries de les accions de l'Arrela't, projecte coordinat per Joventut amb els consorcis

LEADER i les àrees de promoció econòmica dels consells comarcals i del Conselh General d'Aran, amb la col·laboració de l'Ateneu Cooperatiu de l'Alt Pirineu i l'Aran, per conèixer necessitats, dificultats i interessos, així com poder identificar quins recursos, serveis o formats els serien més útils per donar-hi resposta. Aquesta informació permetrà orientar les properes actuacions i definir-les a partir de les aportacions i l'experiència de

les persones que emprenen i desenvolupen la seva activitat al territori pirinenc.

L'enquesta **estarà oberta durant els mesos d'agost i setembre**, serà anònima, es podrà respondre en pocs minuts i s'enfoca a emprenedors, autònoms, empreses, cooperatives, entitats i a persones que es troben en procés d'impulsar un projecte.

MAC

Ambients
singulars

Mobles Farràs • Carrer Major, 50 • La Seu d'Urgell • Tel. 973 350 127

macambients.com



ALUMINI • VIDRE • PERSIANES

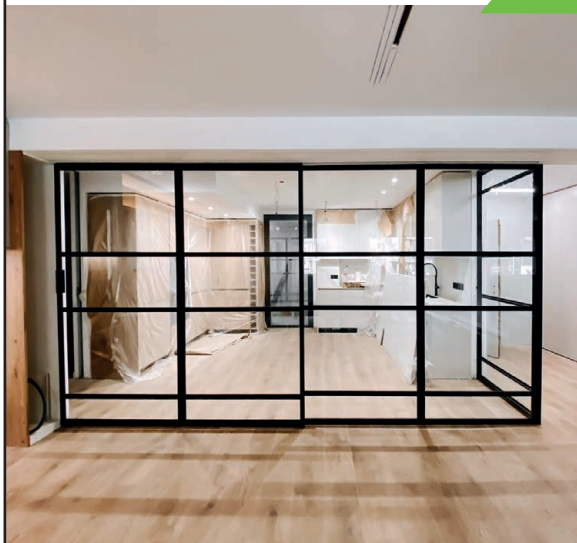
Finestres: Alumini - PVC -Fusta
Persianes: Enrotllables - Orientables
Vidres
Mampares de bany
Mosquiteres
Façanes d'alumini

La Seu d'Urgell
Lleida

M. 610 929 435

651 937 945

tecniatancaments@gmail.com



f @ Tecnia tancaments



Tel. 973 350 618

C/ Josep de Calassanç 5
La Seu d'Urgell

Horari:

De dilluns a divendres
de 8 a 15 h
Dissabtes de 8 a 14 h



Bar la Penya

☎ 632 976 336

Carrer comtat d'Urgell 1, La Seu d'Urgell

Horari: de dilluns a divendres

de 7 a 21 h

Dissabte de 8 a 21 h

📷 barlapenya.26

Recordant el passat



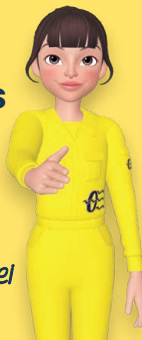
**Balladors i balladores de l'Esquerrana,
ball per parelles a Castellciutat, principis dels anys trenta.**

JOAN SALA / Fons FAMÍLIA COLELL-TORÀ

**Tot tipus de servei de
mecànica i pneumàtics**

**El teu TALLER
de CONFIANÇA**

Més de 50 anys al vostre servei



**PNEUMÀTICS
SEGRE**

☎ 973 36 00 76

Polígon Industrial La Seu - Carrer E, 18, 25710
La Seu d'Urgell, Lleida - pnesegre@gmail.com



NOVETATS EN TÈXTILS

Infinites combinacions per crear
ambients frescos i acollidors



C. Regència d'Urgell 14 - La Seu d'Urgell
Tel. 973 360 657 - dissey_laseu@hotmail.com

Segueix-nos:  [dissey_laseu](https://www.instagram.com/dissey_laseu)



Els càtars tornen a Castellbò amb tallers, visites, sopar i l'encesa de la vila

Aquest dissabte 8 d'agost Castellbò acollirà una nova **Jornada Càtara** amb diverses activitats centrades en rememorar la riquesa històrica de l'indret. A partir de dos quarts de sis de la tarda es farà una passejada etnobotànica i un taller de remeis, i mitja hora més tard la visita guiada al castell i a la vila a

càrrec de **Carles Gascón i Pilar Alaez**. En el transcurs de la mateixa, **José Luis Soler i Conxita Jiménez** s'encarregaran de la Plantada del llorer dels càtars al castell, com a símbol de renaixença, memòria i pervivència de la seva petjada cultural i espiritual. A partir de dos quarts de vuit del vespre la música pren-

drà el protagonisme de la jornada amb el grup **Lurretik**, que oferiran un breu concert abans de sopar i després tancaran la jornada amb danses. El sopar medieval se servirà a partir de dos quarts de nou a la Plaça Major i **cal reservar** amb antelació a cultura@ccau.cat o al telèfon **973353112**.

L'Ajuntament de la Seu d'Urgell adjudica un servei de detecció automàtica de desperfectes a les calçades asfaltades del municipi

L'Ajuntament de la Seu d'Urgell ha adjudicat el servei de detecció automàtica de desperfectes a les calçades asfaltades del municipi a l'empresa **SOTAVIA TECHNOLOGIES, SL** per un import total d'**11.999,57 €** (IVA inclòs).

L'objectiu principal d'aquesta iniciativa és proporcionar al servei de manteniment de la via

pública de l'Ajuntament unes eines avançades de detecció, localització i visualització dels desperfectes existents a les calçades asfaltades de la ciutat, facilitant i optimitzant la planificació i execució de les accions de manteniment de l'asfalt.

El sistema utilitzat consisteix en un dispositiu instal·lat en un vehicle que recorre els carrers de

la ciutat capturant imatges tridimensionals de la superfície del paviment mitjançant una càmera de llum infraroja.

Aquest dispositiu processa la imatge per detectar automàticament els desperfectes, geo-posicionar-los i caracteritzar-los mitjançant una fotografia del desperfecte, un mapa de profunditat i les seves dimensions.

L'Ajuntament de la Seu d'Urgell reclama la reobertura de les oficines de la Seguretat Social a la ciutat

L'Ajuntament de la Seu d'Urgell ha reclamat formalment al subdelegat del Govern d'Espanya a Lleida, **José Crespín**, i a altres autoritats del Govern espanyol, la **reobertura de les oficines de la Seguretat Social a la ciutat**, després que el servei pateixi un tancament temporal que obliga la ciutadania de la Seu i de tot

l'Alt Urgell a desplaçar-se fins a Lleida, Balaguer o altres oficines allunyades per fer qualsevol tràmit. A aquesta situació s'hi sumen també els problemes de servei detectats al SEPE (Servei Públic d'Ocupació Estatal), que agreugen encara més les dificultats de la ciutadania per accedir amb normalitat als serveis

públics estatals des de la Seu d'Urgell. El consistori considera que aquesta situació és inassumible per a un territori que ja pateix mancances estructurals de mobilitat i que no es pot permetre perdre serveis essencials.

goprinters
GRUP IMPRESSOR

Personalitza la teva

Festa Major

LA TEVA
FESTA
EL TEU ESTIL



Samarretes
Dessuadores
Gots reutilitzables
Mocadors

973 35 01 46

pedidos@goprinters.es

www.goprinters.es

Estem adherits al

VAL ESCOLAR

CARLIN®
HIPERPAPERERIA - OFIMARKET - OFIMÀTICA

Av. Salòria, 30
25700 - La Seu d'Urgell
T.: 973 361 50



L'excés de competicions. Cada cap de setmana una cursa diferent... què faig?

Si sou amants del futbol segurament heu estat al cas de la polèmica originada per l'excés de partits. Això ha comportat calendaris més ajustats amb menys dies de descans entre competicions, la qual cosa perjudica en la salut física i mental dels jugadors. Si bé ells són professionals i estan rodejats d'un gran equip com fisioterapeutes, metges, entrenadors, preparadors físics, psicòlegs, nutricionistes... que intenten gestionar aquesta càrrega i exigència, l'augment de lesions i *Burnout* entre els jugadors estan en augment.

Aquest fet podria fer pensar fàcilment que si ells, que estan en bones mans, ja pateixen de les conseqüències de no tenir marge de descans entre competicions, nosaltres, esportistes amateurs, encara ens podem veure més llastimats per aquest excés de planificació. I no cal anar gaire lluny. Cada setmana es publi-

ca el calendari de competicions a Catalunya i no hi ha ni un cap de setmana lliure. Hi ha curses per a totes les modalitats i per a tots els nivells, inclòs circuits ja pensats expressament on es premia la constància i "t'obliga" a estar cada cap de setmana ocupat.

Gestionar aquest overbooking de competicions no és gens fàcil, però és molt necessari. Les lesions per sobrecàrrega i la pèrdua de motivació a causa de mantenir un estat d'alerta i estrès excessiu per al nostre cos, juntament amb el fet que si tenim competició cada cap de setmana no es poden realitzar pràcticament entrenaments de qualitat, fa que l'esportista acabi la temporada o bé lesionat o bé amb poca motivació de cara a la següent.

Per a poder evitar-ho, per una banda, caldria tenir molt clars quins són els nostres objec-

tius i classificar les curses en prioritat A, B, o C, on les A serien aquelles més importants i les C les que menys. D'aquesta manera aconseguirem que no sempre busquem el nostre màxim rendiment en totes i que puguem tenir descansos mentals (curses on en lloc de buscar una posició en la classificació final, busquem un bon entrenament de qualitat). Per altra banda, intentar que el nostre cos es recuperi al màxim entre competicions. Per a fer-ho és molt important dur una correcta nutrició post-cursa, amb una ingesta adequada d'hidrats de carboni per a recuperar l'energia muscular i també de proteïnes per a poder recuperar les fibres musculars lesionades durant l'activitat. Les sessions de fisioteràpia post-competició també poden ser una bona estratègia per a descarregar la musculatura i preparar-la per als pròxims reptes. A tot això, comptar amb un entrenador personal també pot ser una gran opció si et costa gestionar aquestes càrregues per tu sol. Aquests, a banda de planificar els entrenaments, tenen una funció molt important que és la gestió de càrregues i l'assessorament, de manera que et poden guiar en aquest camí d'incertesa sobre quines curses fer i quines no.

Amb aquestes eines és possible poder seguir gaudint de l'esport i la competició minimitzant el risc de caure en el *Burnout*, el sobreentrenament i les lesions.

Dra. Lidia Puyals Boix

Metge general.

Màster en medicina de l'esport.

Fundadora de Endurancelab La Seu.

Centre de medicina esportiva.

Col. Núm. 2505315.



S.U.R.E.M

**Servicio de Urgencias, Rescate
y Emergencias**

**AMBULANCIAS , SERVICIO MÉDICO Y ASISTENCIA SANITARIA PRIVADA
PARA PARTICULARES, COMPAÑÍAS Y EVENTOS**

Tel. 973 042 044 - operaciones@surememergencias.com

De Bona Gana
Restaurant & Esmorzars

- Tenim sempre menú del dia, amb molta varietat de plats.
- Fem esmorzars de forquilla
- Menús tancats per reserves per a colles.

Tel. 621298825  
Av. Guillem Graell, 36 - La Seu d'Urgell

Horari:

Oberts tots els dies de 8 a 16 h.
Divendres i dissabte de 20 a 23 h.
Dissabte i diumenge de 8 a 16,30 h.
Dies festius obrim també per la nit.

MENÚ MIGDIA ENTRE SETMANA

Menú **16,90 €**
Mig menú **11,50 €**

MENÚ NIT, CAPS DE SETMANA I FESTIUS

Menú **21,90 €**
Mig menú **15 €**

Poïgon Industrial de la Seu,
carrer E parcel·la núm 13, nau 4
25700 - La Seu d'Urgell - Lleida
T. 639 354 636 - 636 095 680
gramacolaseu@gmail.com

Tot tipus de treballs amb marbres, granits,
silestone, porcellànics i pedres naturals
taulells de cuina • escales • paviments • làpides • panteons



GRAMACO

MARBRE · GRANIT · SILESTONE



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



GRANS PREMIS T'ESPEREN CADA SETMANA

STARS
—BINGO—



WWW.BINGOSTARS.AD

C. PRAT DE LA CREU N° 15-25. AD500 ANDORRA LA VELLA (PRINCIPAT D'ANDORRA)

Jugar sense control pot ésser perjudicial. Quan deixes de divertir-te, el joc es converteix en addicció. Si necessites ajuda truca'n o consulta la pàgina web: +376 707030 / www.bingostars.ad

18



Tècnica en Nutrició i dietètica
 Naturopata
 Reflexòloga
 Kinesiòloga
 Coach personal

Hores convingudes
 619 84 33 61

Plaça Codina, 4-3º

MATRÍCULA GRATUÏTA DURANT ELS MESOS DE JULIOL I AGOST



Av. Guillem Graell 54 - La Seu d'Urgell



FARMÀCIA DE GUÀRDIA - LA SEU D'URGELL

Del 7 al 13 d'agost

Farmàcia Marsinyach
 C. Major, 34
 973 350 120

OFERTA I DEMANDA



Treball

Taller industrial de la Seu d'Urgell precisa incorporar **Mecànic amb experiència en mecànica general i electricista** amb coneixements de sistemes elèctrics i diagnòs. Es requereix persona responsable i ganes de treballar. Interessat trucar al tel. **676 330 368**

Es traspasa botiga de mobles i decoració a la Seu d'Urgell. Espai acollidor, amb exposició, magatzem i proveïdors consolidats. Oportunitat ideal per continuar un projecte actiu i en creixement. Si esteu interessats truqueu al **622 296 498**

Busquem persona amb ganes d'emprendre i per atendre els nostres clients a la nostra botiga agrícola motor Tàrraga de la Seu d'Urgell, assessorament i serveis. Per tota la zona de la comarca i rodalies. Contacte: **669 724 661**

**Compres?
 Vens?**



Aquest és el teu espai...

Anuncia't

lesmesures@gmail.com

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

Del llibre: *L'Abans*.

Recull Gràfic de la Seu d'Urgell
 1879-1974.

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

