

LES MESURES

REVISTA INFORMATIVA DEL PIRINEU

App



www.lesmesuresonline.es

Núm. 959. Del 9 al 15 d'octubre de 2026



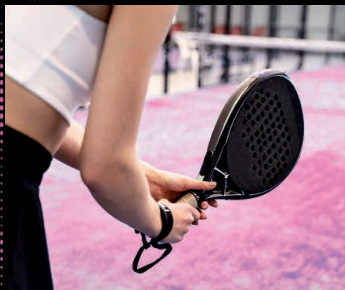
firasantermengol.cat

#FiraStErmengol

@FiraStErmengol

/FiraStErmengol





ZONA FITNESS



ACTIVITATS KIDS



PÀDEL



CLASSES DIRIGIDES

URBAN
SPORT
La Seu

URBAN PROMO OCTUBRE



1 Px: Paga 3 mesos i estalvia't la matrícula

2 Px: Pagueu dos mesos cadascun/a
i us estalvieu la matrícula

3 Px: Pagueu una mensualitat cadascun/a
i us estalvieu la matrícula





L'Espai Ermengol acollirà la taula rodona 'Dones formatgeres: entre la passió i el repte' en el marc de la Fira de Sant Ermengol

En el marc de la Fira de Sant Ermengol, l'Espai Ermengol-Museu de la Ciutat acollirà el dimecres **14 d'octubre**, a les 19.00 hores, la taula rodona titulada **«Dones formatgeres: entre la passió i el repte»**. L'activitat està dedicada a les dones que treballen en el món del formatge, la ramaderia i l'emprenedoria rural.

Aquest acte s'emmarca també dins les activitats de la **Fira de**

Sant Ermengol 2026 que se celebrarà **del 16 al 18 d'octubre** a la Seu d'Urgell. La lletera d'enguany té com a protagonista, precisament, una dona formatgera, i és per això que es proposa un espai de conversa i reflexió amb quatre dones vinculades al sector de la ramaderia i l'elaboració formatgera: **Judit Carreira**, de la Formatgeria de l'Abadessa; **Sara Gutiérrez**, de la Formatgeria 30 Cabres; **Mercè**

Lagrava, de la Formatgeria Ser-rat Gros; i **Alba Ramos**, pastora i emprenedora rural.

La taula rodona serà moderada per **Eva Delgado**, tècnica del Consell Comarcal de l'Alt Urgell de suport al sector agroalimentari. En acabar el debat i la conversa, les persones assistents podran gaudir d'una degustació de formatges.

Un home intenta assassinar la seva exparella a la Seu d'Urgell i acaba fugint a Andorra

Els Mossos d'Esquadra mantenen el dispositiu de cerca per localitzar un home que el passat dissabte va **retenir i amenaçar de mort la seva exparella** en un habitatge del carrer Major de la Seu d'Urgell. Segons fonts municipals, el presumpte agressor

hauria fugit al Principat d'Andorra després d'escapar pels llots del mateix edifici.

Els fets van tenir lloc cap a les dotze del migdia, en el que és un dels vials més cèntrics de la capital urgellenca. A més a més,

l'incident es va produir en un moment de màxima afluència al mercat setmanal dels dissabtes. Tot plegat va fer que la intervenció policial generés molta expectació entre els veïns i visitants que hi havia en aquell moment a la zona.

La Seu d'Urgell celebra l'equador de la Festa de les Persones Grans coincidint amb el seu Dia Internacional

La Seu d'Urgell es troba plenament immersa en la celebració de la **Festa de les Persones Grans**. Coincidint, el passat 1 d'octubre, amb la commemoració del Dia Internacional de les Persones Grans, la ciutat arriba a l'equador d'una setmana festiva i reivindicativa que ofereix vora una vintena de propostes culturals, de salut, d'oci i divulgatives.

Sota el lema **'Sumant Anys, Multiplicant Vida'**, la iniciativa orga-



nitzada per l'Ajuntament de la Seu i el Consell Municipal de les Persones Grans pretén retre homenatge a la població més gran

de la ciutat i posar en valor el seu paper actiu, la seva experiència i la seva contribució a la vida comunitària.



El cicle Desenterrant el passat proposa un programa dedicat al patrimoni, la història i la memòria de la comarca

Amb una visita guiada a **Sant Esteve del Pont** a càrrec de l'historiador **Lluís Obiols**, el passat diumenge dia 4 va arrencar la quinzena edició del cicle **Desenterrant el passat** que, com cada mes d'octubre, apropa a tothom la història i l'arqueologia dels pobles i entorns de l'Alt Urgell.

La visita va començar amb una caminada a les 10 del matí, des de la rotonda de l'hotel El Castell de Castellciutat. El cicle d'aquest any està dedicat especialment

a la candidatura UNESCO dels testimonis materials de la creació del Principat d'Andorra, i un dels actes centrals serà la sortida de descoberta a **Foix** el dissabte **10 d'octubre**. Al voltant de la candidatura també s'ha previst una xerrada el **dia 14** sobre els monuments andorrans que en formen part, a càrrec d'**Alba Pampalona**, i la presentació del llibre *"Les cosenyoires d'Andorra"*, amb **Carles Gascón** i **Claudine Pailhès**, amb la qual es clourà el cicle el 30 d'octubre. La resta

d'actes previstos són les conferències *"Memòria d'una família terrissaire a Castellciutat"*, el **dia 8** a la tarda al local social del poble, i *"Castellbò, 800 anys després del vescomte Arnau"*, el **24 d'octubre** al matí al local social de la vila, i la inauguració de l'exposició *"Lux Domini. Mil anys de llum a la Seu d'Urgell"*, de **Gemma Claverol**, que es podrà visitar a la Biblioteca Sant Agustí de la Seu d'Urgell des del **26 d'octubre fins al 30 de novembre**.

L'Espai Ermengol presenta els resultats de la recerca sobre la família terrissaire Ticó de Castellciutat dins les jornades europees de patrimoni 2026

En el marc de les Jornades Europees de Patrimoni (JEP) 2026, i amb la col·laboració de CastellciutatART, s'ha impulsat una xerrada per donar a conèixer la recerca sobre el **passat terrissaire de Castellciutat** i, especialment, la història de la **família Ticó**.

L'activitat, titulada *«Memòria d'una família terrissaire de Castellciutat»*, té lloc el **dijous 8 d'octubre**, a les 18 hores, al Local Social de Castellciutat. La presentació anirà a càrrec de **Gaitán Estupinyà** i **Natàlia Martí**, de l'Associació Obagues, que exposaran els resultats d'aquest estudi i ajudaran a recuperar la

memòria del centre terrissaire de la família Ticó. La jornada serà una oportunitat per conèixer millor un ofici tradicional, descobrir una part del patrimoni material de Castellciutat i recuperar i compartir una memòria que forma part de la història i de la identitat del poble.

Neix l'Espai de la Persona Cuidadora a la Seu d'Urgell i Oliana

La bona acollida que les trobades grupals que des del Consorci d'Atenció a les Persones (CAPAU) es van promoure l'any passat a les zones de la **Seu d'Urgell i d'Oliana** adreçades a persones cuidadores, i la voluntat que els participants van mostrar per continuar disposant

d'un espai de suport i d'intercanvi, han propiciat la creació de l'**Espai de la Persona Cuidadora**. Per donar-hi forma, el CAPAU, els equips d'atenció primària de la Seu d'Urgell i l'Alt Urgell Sud, la Fundació Sant Hospital i l'àrea d'Igualtat del Consell Comarcal de l'Alt Urgell, s'han unit

per crear un espai que vol ser de trobada, **obert i participatiu**, per promoure el **benestar**, el suport mutu i l'accés a informació, formació i recursos comunitaris per a persones que dediquen bona part del seu temps a **tindre cura d'altres**.



La Vuitanta-u • C/Major 81 • La Seu d'Urgell • 650 87 31 36  @lavuitantau



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



Av. Pau Claris, 24
La Seu d'Urgell (Lleida)
reserves@avenhotel.com
www.avenhotel.com



MENÚ ESPECIAL

FIRA DE SANT ERMENGOL 2026

Us Desitgem Bona Fira!

Informació i reserves al telèfon **973 354 620**
www.restaurantmiscela.com



L'Alt Urgell reuneix el sector de l'allotjament per afrontar els nous reptes i oportunitats

El Consell Comarcal de l'Alt Urgell, a través de l'Àrea de Promoció Econòmica, ha organitzat aquest 7 d'octubre al CETAP de la Seu d'Urgell una trobada sectorial adreçada a **hotels, allotjaments turístics** i professionals del sector de la comarca. Sota el títol **"Alt Urgell 2027: està preparat el sector de l'allotjament?"**, es vol generar un espai de reflexió i treball al voltant dels reptes i les oportunitats que té al davant el sector, tant per l'arribada de grans esdeveniments com en la millora

de la seva competitivitat al llarg de tot l'any.

Un dels punts de partida serà la celebració dels **Campionats del Món de Piragüisme d'Aigües Braves 2027**, que representarà una important presència d'esportistes, equips, acompanyants i visitants a la comarca. La jornada, que va comptar amb la intervenció de **Martí Batalla**, director tècnic dels campionats, abordarà què suposarà l'esdeveniment per als allotjaments i com es pot començar a prepa-

rar el sector. La mirada, però, anirà més enllà del Mundial. L'Alt Urgell compta amb esdeveniments plenament consolidats, com la **Fira de Sant Ermengol** de la Seu, i amb recursos turístics com el **Camina Pirineus**, a més d'una àmplia oferta vinculada a la natura, l'esport, la cultura i la gastronomia. La trobada va plantejar com aprofitar millor aquests actius per generar activitat econòmica i fluxos de visitants durant tot l'any.

La Seu d'Urgell acollirà a l'octubre el taller gratuït 'Reinventar la teva aventura laboral' per orientar persones i comerços en transició

L'Ajuntament de la Seu d'Urgell ha programat per als propers dilluns 19 i 26 d'octubre el taller **'Reinventar la teva aventura laboral'**, una iniciativa gratuïta dissenyada per acompanyar i orientar aquelles persones que es troben en un procés de reflexió, canvi o transició professional, així com els comerços que busquen explorar noves idees de negoci.

La formació tindrà lloc a la sala polivalent del centre cívic El Passeig en horari de 9.30 h a 13.30 h. Al llarg de les **dues sessions**, s'impartirà la metodologia d'orientació laboral **ZòN** (Visual Map), un sistema basat en el pensament visual. A través de la confecció de dos mapes visuals, els i les participants podran analitzar la seva situació actual i definir cap a on volen orientar el seu futur professional.

Aquestes jornades estan especialment pensades per donar resposta a qui sent que té un embolic d'idees, a qui vol fer un gir laboral, però no sap per on començar, o a perfils emprenedors que necessiten posar ordre al seu projecte. L'objectiu final de la metodologia ZòN és permetre a l'alumnat **entendre** la seva trajectòria, **definir el seu objectiu** laboral, **estructurar** les seves idees i confeccionar un primer **pla d'acció** concret.

MAC

Ambients
singulars

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

macambients.com

La teva assegurança de moto en 2 minuts!

Descobreix la manera més àgil i senzilla de calcular la teva pòlissa



Escaneja el QR i calcula el preu!

CMP Asesoramiento y Mediación, Correduría de Seguros, CIF B-2535156, con domicilio social en la calle Serra de Prades, 4 - 6, 1ª Planta, 25006 - Lleida, inscrita en el registro especial de corredurías con la clave J-1881

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 €**



Bar la Peña

 **632 976 336**

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

Horari: de dilluns a divendres
de 7 a 23 h
Dissabte de 8 a 23 h

 **barlapenya.26**

Recordant el passat



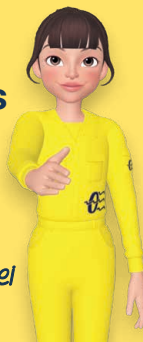
Dia de mercat a la plaça Patalín a mitjan anys trenta

FRANCESC PORTELLA / ACAU - Fons MARAVILLA

**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

Omple de calidesa
la teva llar
amb els teixits
de la col·lecció
tardor-hivern



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)



La Seu d'Urgell revalida les quatre Flors d'Honor de Viles Florides i serà la seu de la gala l'any 2027

La Seu d'Urgell ha revalidat un any més les quatre Flors d'Honor que atorga el moviment Viles Florides, el màxim reconeixement que concedeix aquesta iniciativa en reconeixement a la qualitat de la jardineria, la cura dels espais verds i la gestió sostenible del paisatge urbà.

El guardó el va recollir la regidora de Promoció Econòmica de l'Ajuntament de la Seu, **Gemma Tó**, divendres passat en el marc

de la 15a Gala Flors d'Honor Viles Florides 2026, que va tenir lloc a Reus. Tó va rebre a mans del conseller d'Agricultura, Ramaderia, Pesca i Alimentació de la Generalitat de Catalunya, **Òscar Ordeig**, acompanyat de l'alcaldesa de Reus, **Sandra Guaita**, i la presidenta de la Confederació d'Horticultura Ornamental de Catalunya (CHOC), **Mercè Martínez**, el màxim guardó concedit, quatre flors d'honor. Val a dir, que fins ara,



cap municipi ha aconseguit el màxim premi de cinc flors d'honor.

L'Escola de Famílies de la Seu d'Urgell posa en marxa la programació del primer trimestre del curs 2026-2027 amb tallers de conciliació, gestió emocional i teatre

L'Escola de Famílies de la Seu d'Urgell ha presentat oficialment la seva **oferta formativa i divulgativa per al primer trimestre del curs 2026-2027**. La iniciativa proposa un cicle de trobades dissenyat per oferir eines, reflexió i suport a les famílies de la ciutat en àmbits clau com la conciliació, l'acompanyament emocional i la prevenció de la violència.

La primera de les xerrades es va celebrar el passat dimarts, 6 d'octubre, a les 17:30 h a la Bi-

blioteca Sant Agustí. Sota el títol «*La gestió de la pressa. Criança, cures i conciliació corresponsable*», la sessió va anar a càrrec d'**EntreHomes** i va abordar els reptes quotidians d'equilibrar la vida personal i familiar.

La programació continuarà el **28 d'octubre**, a les 18:00 h, al mateix espai de la Biblioteca Sant Agustí, amb la jornada «*Com acompanyar la por dels infants. Eines per acompanyar en aquesta defensa natural*», im-

partida pel Servei d'Orientació i Acompanyament a les Famílies (SOAF). Així mateix, el **23 de novembre**, a les 18:30 h, s'ha programat una sessió de caràcter preventiu i conscienciador titulat «*Quan la violència afecta les criatures. Parlem de violència vicària*». Organitzada per l'associació **La Llamborda** i acollida també per la Biblioteca Sant Agustí, aquesta trobada pretén oferir un espai per entendre el funcionament d'aquesta xacra i aprendre a identificar-la.



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
Ctra. de Castellbò, 20
25711 Montferrer - Lleida
Tel.: 973 351 348 - Fax: 973 351 500
efausa@efausa.es



www.efausa.es

Pensa ja en el teu

CALENDARI 2026

Et dissenyem i produïm el teu calendari de paret i de sobretaula perquè el 2026 estigui organitzat i ple d'estil.



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



La importància d'un bon escalfament abans de la competició

Les competicions són un bon lloc i una gran oportunitat perquè els esportistes puguin analitzar el seu rendiment, comparar millor les marques personals i veure la seva progressió. Altres els utilitzen com a excusa per a fer un bon entrenament o simplement per a passar un gran matí entre amics i coneguts. Tanmateix, també són el lloc on més risc tenim de lesionar-nos, ja que l'efecte dorsal fa que anem moltes vegades per sobre dels ritmes que estem acostumats o anem un pèl més al límit del que possiblement aniríem un dia normal.

Molts ja saben realitzar un bon **protocol pre competició** referent a la setmana prèvia, baixant les càrregues d'entrenament i fent una càrrega d'hidrats de carboni, però cometen una gran errada en el punt de la línia de sortida: no realitzen una bona activació.

Per molt ben preparats que arribem al dia de la competició, si aquella estona abans no sabem què fer per a escalfar, les nostres sensacions, almenys els primers minuts de cursa, seran negatives. I aquest fet ens pot condicionar la resta de la competició (i això si no ens fem mal per no haver escalfat adequadament).

En plena era digital tenim moltíssims recursos al nostre abast on llegir com realitzar un bon **protocol d'activació**, però tot i això encara en algunes curses escolto alguns esportistes dient "de debò esteu escalfant?, qualsevol diria que sou professionals!". I és que no es tracta d'un tema de professionalitat, es tracta d'un tema de **seguretat i de salut**.

No escalfar abans de la competició és un error. Cal arribar amb **suficient temps** a la recollida de dorsals per a poder realitzar l'ac-

tivació necessària. El cos s'ha de preparar per al que li vindrà. Els músculs, els tendons, els lligaments i les articulacions s'han d'activar per a poder rendir de forma òptima. El fet de començar la competició sense haver escalfat abans sotmet les estructures del nostre cos a una tensió i a un esforç exigent des d'una situació de repòs o semi repòs, fet que **incrementa el risc de lesions**, com les contractures i les ruptures de fibres musculars.

Lògicament, l'escalfament cal adaptar-lo al tipus de competició que tenim davant. Normalment, per regla general, **com més intensa i més curta sigui la prova, més llarg i més intens ha de ser aquest escalfament**. I al revés, com més llarga i menys intensa sigui la prova, menys necessitat de fer un escalfament excessivament enèrgic. Tot dependrà del nivell d'exigència que els demanem als nostres músculs i articulacions.

En general, un bon escalfament té els següents **beneficis**: evita lesions gràcies a una major elasticitat dels músculs i tendons, evita l'aparició de rampes, contractures, ruptures fibril·lars, lesions articulars com torçades i esquinços, fascitis plantars, lesions musculars... També ajuda a augmentar la freqüència cardíaca i respiratòria de manera que millorarà el flux de sang cap als músculs i eleva la quantitat d'oxigen disponible per a realitzar el treball que ens ve. També millora la flexibilitat de l'esportista i per últim, però molt interessant també, millora la concentració per a la realització de l'activitat prevista, de manera que l'esportista comença la competició molt més focalitzat i havent fet una visualització prèvia que augmentarà la seva confiança.

L'escalfament ha de contenir exercicis de **mobilitat dinàmica, i evitar per complet els estiraments**. Estirar els músculs quan estan freds només pot incrementar el risc de lesió. Els estiraments els deixarem per acabar la competició i quan hagin passat unes quantes hores ja. Es poden realitzar alguns canvis de ritmes per poder augmentar la freqüència cardíaca, en pla o en pujada en funció de com sigui la cursa, però mai al màxim llevat que hàgim fet un bon escalfament abans, per evitar trencar-nos fent un sprint en fred.

A banda dels exercicis de mobilitat dinàmica, també podem **aplicar-nos cremes d'efecte calor** que ens ajudaran a preparar els músculs per a l'exercici i alleugerir les possibles molèsties que podem tenir. En aquest sentit, caldria prioritzar aquelles marques que utilitzin fórmules elaborades amb extractes naturals i que assegurin que l'efecte calor sigui intens i de llarga durada, i si a més contenen components com l'àrnica, l'hypericum, la calèndula o l'arbre de te, encara millor, ja que tenen propietats analgèsiques, redueixen el risc d'espasmes i rampes, tenen propietats antiinflamatòries i calmants i redueixen la percepció de fatiga muscular.

Sabent tot això, ja no hi ha excusa per a no arribar amb temps suficient a la línia de sortida i preparar el cos pel que li espera.

Dra. Lidia Puyals Boix

Metge general. Màster en medicina de l'esport. Fundadora de Endurancelab La Seu. Centre de medicina esportiva. Col. Num. 2505315.



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



GRANS PREMIS T'ESPEREN CADA SETMANA

S★★★★
TARS
—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 al 112 o contacta la teua família. 176 107030 / www.bingostars.ad

10



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

Rosa Rodríguez

Plaça Codina, 1
4^a 8^a

Hores convingudes 619 84 33 61

PROMO OCTUBRE

PORTA UN AMIC/GA I NO PAGUEU MATRÍCULA



URBAN SPORT
La Seu

Av. Guillem Graell 54 - La Seu d'Urgell



FARMÀCIA DE GUÀRDIA - LA SEU D'URGELL

Del 9 al 15 d'octubre

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

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 diagnòstic. 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

