

Els fallaires del Pirineu acorden constituir un comitè internacional per preservar l'essència de la festa

La Coordinadora de les Festes del Foc estarà formada per un total de 21 membres de Catalunya, Aragó, Andorra i França



FOTO: Anna Berga (ACN) / Representants de 20 poblacions fallaires ahir a la Pobla de Segur



FOTO: A.Berga (ACN)/ Un moment de la trobada

La Pobla de Segur va acollir ahir la X Trobada Internacional de Fallaires del Pirineu. Van assistir una cinquantena de participants en representació de 20 poblacions.

LA POBLA DE SEGUR
ANNA BERGA (ACN)

La comunitat de fallaires del Pirineu va acordar en una reunió celebrada ahir a la Pobla de Segur constituir una Coordinadora de les Festes del Foc amb l'objectiu de mantenir els orígens i l'essència de la festa. La formaran set membres de Catalunya i l'Aragó, és a dir, un membre per comarca fallaire més un representant de l'Associació de Municipis Fallaires. A aquests s'hi sumaran set membres d'Andorra i uns altres set de França. La directora de la Càtedra d'Educació i Patrimoni Immaterials dels Pirineus de la Universitat de Lleida i fallaire, Sofia Isus, va remarcar la importància d'aquesta Coordinadora per evitar que la festa "mori d'èxit". Aquest va ser el tema central que es va tractar a la desena Trobada Internacional de Fallaires del Pirineu que va tenir lloc a la Pobla de Segur (Pallars Jussà) en la que van participar una cinquantena de representants de vint pobles de Catalunya, l'Aragó,



FOTO: A.Berga (ACN)/ Diverses falles en representació dels diversos territoris que segueixen la tradició

Andorra i, per primer cop, també de França.

El reconeixement per part de la UNESCO de les Festes del Foc als Pirineus com a patrimoni de la humanitat l'any 2015 va suposar un impuls per a la valorització de la festa de les Falles, Haros, Halhas i Brandons. Aquest reconeixement ha fet que en els darrers anys nombrosos pobles recuperin o introdueixin aquesta tradició als seus calendaris. Concretament, pel reconeixement de la UNESCO, l'any 2015, hi havia 64 pobles

inscrits mentre que en l'actualitat n'hi ha 94. En aquest sentit, una de les feines de la Coordinadora de les Festes del Foc serà la de decidir qui pot formar part d'aquest reconeixement de la UNESCO. "No es pot dir falles a tot el que es fa, hi ha d'haver criteris" va explicar Sofia Isus, que va remarcar la necessitat d'organització de la comunitat fallaire perquè la festa de les falles "no es banalitzin" degut al turisme i, en definitiva, "no mori de l'èxit".

La creació d'aquest comitè in-

ternacional per salvaguardar la festa de les falles va ser el punt central de la X Trobada Internacional de Fallaires dels Pirineus que es va celebrar a la Pobla de Segur. Al debat hi van participar una cinquantena de representants de vint pobles i es va acordar que la trobada de l'any vinent se celebrarà a Occitània. És la primera vegada que la Pobla de Segur acull la trobada, que va ser organitzada per l'associació de Fallaires i Pubilles de la Pobla de Segur. El seu president, David Garín, va ex-

L'objectiu és mantenir els orígens i l'essència d'aquesta festa mil·lenària als Pirineus

plicar que l'objectiu de la trobada és compartir experiències i "un motiu més de festa per debatre i resoldre dubtes". L'alcalde del municipi, Marc Baró, es va mostrar "content" de poder acollir la trobada, ja que es tracta d'una festa "molt arrelada i que aglutina la major part del poble".

La X Trobada Internacional de Fallaires del Pirineu va concentrar les activitats tècniques al matí mentre que al migdia i a la tarda es van concentrar les activitats lúdiques. El dinar popular va reunir unes 200 persones i el programa es va completar amb la conferència 'Cap a la salvaguarda de les Festes del Foc' a càrrec de Joan Reguant, una cercavila i el ball de fi de festa.

Camina amb nosaltres, en marxa nòrdica!

EMILI RESA

COORDINADOR DEL SERVEI DE REHABILITACIÓ DE
L'HOSPITAL COMARCAL DEL PALLARS

Segons dades publicades el 2017 per la World Health Organization la inactivitat física és la quarta causa de mortalitat al món després de la hipertensió arterial, el tabaquisme i la hiperglucèmia. Aquesta dada ens atorga als professionals de la salut un motiu més per prioritzar la promoció de l'activitat física entre els nostres usuaris. Entre moltes de les disciplines ludicoesportives que podem recomanar als nostres pacients i, a la població en general, ha entrat amb molta força en els últims anys la pràctica de la marxa nòrdica (nòrdic walking).

Atès el benefici que suposa la pràctica d'aquest esport per a la salut, el darrer any, alguns centres d'atenció primària de l'Alt Pirineu han començat a impartir tallers d'iniciació i seguiment d'aquesta modalitat oberta a la ciutadania, dins de les directrius del pla d'activitat física, esport i salut que incorpora la prescripció i el consell d'activitat física com a eina terapèutica d'utilització en l'atenció primària de salut.

Cada cop és més habitual presenciar en els paisatges dels nostres pobles (senders, camins, corriols de muntanya...) persones que caminen ajudades per bastons. La marxa nòrdica és una pràctica esportiva que es va iniciar en els països nòrdics com a mètode d'entrenament dels esquiadors de fons fora de la temporada d'hivern i que, per tant, adapta la tècnica de l'esquí de fons al procés de caminar. S'ha fet més popular i ha anat guanyant més adeptes i practicants, ja que pot ser realitzada per persones de totes les edats i condicions físiques i, practicada de forma correcta, provoca nombrosos beneficis per al nostre organisme i la nostra salut. Tanmateix és recomanable assistir a algun curs d'aprenentatge de la tècnica per treure'n el màxim profit, ja que, altrament, una mala execució ens pot



ser del tot contraproduent pel risc a realitzar gestos lesius i postures inapropiades. Aquests cursos s'organitzen des de moltes de les escoles, clubs i associacions existents arreu del país que compten amb instructors titulats. Existeixen tècniques, com l'alfa 247, i la difosa per la xarxa d'instructors/ores de la INWA (International Nordic Walking Federation) que segueix la Metodologia dels 10 Passos. La llista de beneficis per la nostra salut amb la pràctica de la marxa nòrdica és llarga. Estimula

la circulació sanguínia augmentant la capacitat d'oxigenar els nostres músculs, millorant el retorn venós i afavorint el drenatge limfàtic. Augmenta el consum energètic perquè activa un major nombre de músculs enfront de la marxa tradicional sense bastons. Disminueix la tensió de la musculatura cervical i de les espatlles eliminant l'estrès, estabilitzant i millorant la postura. Ajuda en la millora de la coordinació i l'equilibri i, al contrari d'altres activitats com pot ser el running (córrer) o

les passejades, la utilització dels bastons disminueix l'impacte sobre les articulacions de l'esquena i les extremitats (malucs, genolls i turmells). Diversos estudis han demostrat també que la marxa nòrdica aporta més beneficis per a la salut que caminar i resulta especialment beneficiosa per a persones amb patologies com ara la diabetis tipus 2, la hipertensió, l'obesitat, la fibromiàlgia, el càncer de mama, la malaltia de Parkinson, malalties respiratòries cròniques i del cor. En resum, es tracta

d'una activitat que permet millorar la capacitat funcional i la qualitat de vida del qui la practica, genera sensació de benestar i, practicada en grup, ajuda a trencar l'aïllament afavorint la socialització de les persones per exemple amb depressió i ansietat.

Per realitzar la marxa nòrdica no cal un entorn específic, ja que es pot fer pràcticament a tot arreu. Es recomana fer-ho a l'aire lliure, en parcs o jardins, a la muntanya, però també es pot practicar a la platja, en entorns urbans (protegint la punta dels bastons per l'asfalt) o fins i tot a la neu. L'únic que es necessita és anar equipat amb roba còmoda i disposar d'un calçat adequat per a la superfície per on es practica i, naturalment, disposar d'uns

bastons de marxa nòrdica més lleugers que els tradicionals bastons de senderisme, amb una punta d'acer o tungstè en un extrem i un sistema de dragoneres a l'altre. Per tot, i aprofitant, que del 16 al 22 de setembre, celebrem a Catalunya la Setmana Europea de la Mobilitat que enguany arriba a la 20a edició amb el lema *Camina amb nosaltres!*, us animo a iniciar-vos i practicar la marxa nòrdica.

L'accident de Vidreres no és un cas aïllat

HELENA ESCODA
ANTROZOÒLOGA POSTGRADUADA EN DRET
ANIMAL I COPORTAVEU DE LA COORDINADORA
PER L'ABOLICIÓ DELS CORREBOUS DE CATALUNYA



L'accident ocorregut al correbou de Vidreres el passat diumenge 1 de setembre no és un cas aïllat, sinó una conseqüència lògica derivada del comportament boví, ja que els bous no volen participar en els correbous. En qualsevol mena d'espectacle d'índole taurina, els toros sempre volen fugir i en alguns casos la seva desesperació és tan extrema que són capaços de saltar a les grades. El bou de Vidreres no pretenia fer mal al públic, estava desesperat i buscava una sortida perquè volia fugir, només volia escapar del turment.

Quan un toro irromp a l'arena de la plaça de braus, el bullici causat pel xivarri del públic l'espanta molt, per aquest motiu la primera reacció instintiva de l'animal és fer una volta circumval·lant l'arena, per buscar una sortida. Aquest és el comportament propi dels herbívors, fugir davant qualsevol situació adversa. Normalment, els toros fan fins a tres voltes a l'arena i a la tercera prenen plena consciència que no hi ha escapatòria, comprenen que es troben tancats. Llavors, comença l'espectacle. Durant els correbous, els bous no envesteixen perquè en tinguin ganes, sinó perquè no han pogut fugir.

Que els bòvids volen fugir, a Vidreres ja ho haurien de saber, ja que l'any 1.999 les 10 vaquetes del correbou van aconseguir escapar i amagar-se al bosc. Durant el periple de la fuga, una d'elles va provocar un accident de trànsit que afortunadament

no va causar la mort al conductor del vehicle sinistrat. Les vaquetes però, no van tenir la mateixa sort. L'Ajuntament va demanar als caçadors del poble que prenguessin l'escopeta i les anessin a cercar. Durant els dies següents totes van ser abatudes a trets, inclosa la que deambulava ferida a causa de la topada amb un cotxe. Aquesta mesura no va estar exempta de controvèrsia, la Protectora d'Animals de Tossa de Mar va manifestar la seva indignació. El consistori vidrerenc va respondre que davant una situació d'emergència com aquesta calia una solució final. La moralitat d'aquests fets haurien d'haver portat a la lliçó: si tal despropòsit com el correbou no se celebrés, tal vegada no hauria calgut tanta desraó, però no va ser així. Diumenge passat, la plaça de Vidreres va esdevenir l'escenari d'uns fets que podrien haver derivat en tragèdia, no obstant això accidents com aquest no són en absolut fets insòlits.. Encara no fa un any, el 20 de setembre de 2018, a

Els bous no busquen brega, volen defugir el turment de les tauromàquies. Embesteixen perquè no han pogut fugir

la plaça de toros de Villafranca de Navarra, durant el concurs de recortadores, un toro va saltar a les grades, va causar 20 ferits, va escapar i va aconseguir arribar al carrer major de la vila. L'animal va ser controlat sense haver de ser tiplejat. Tampoc no fa ni un any, gener de 2018, que un toro de nom Trueno va causar el pànic a les grades de la plaça de braus més gran del món, la Monumental de Ciutat de Mèxic. L'agost de l'any 2010, a la plaça de braus de Tafalla (Navarra) el toro va saltar a les grades i va causar 40 ferits. El setembre de l'any 2003, a Torralba de Calatrava (Ciudad Real), una vaqueta va causar 17 ferits en saltar a les grades. El Setembre de 2011, a Guadalajara de l'Estat de Jalisco (Mèxic), durant la corrida un toro va saltar al burladero i va causar diversos ferits i un mort... i casos com aquests, al llarg dels anys, en trobaríem centenars, arreu de la península ibèrica, Occitània i a Llatinoamèrica.

Quan el Parlament de Catalunya va prohibir l'ús d'animals salvatges en espectacles de circ, un argument irrefutable fou la premissa relativa a la seguretat, ja que els animals en aquestes situacions adverses poden reaccionar de maneres inesperades, cosa que compromet la seguretat pública i per descomptat la del mateix animal. Vidreres, per segona volta, ens hauria de llegar aquesta lliçó.