



DOSSIER, PREMSA 2022



Diputació de Lleida

Patronat de Turisme



ÍNDEX

3 • LLEIDA, EN TOTA LA SEVA DIMENSIÓ

Presentació
"Biosphere Destination"
ADN Lleida

5 • MÉS DE 30 ANYS DE PROMOCIÓ TURÍSTICA MB LA MARCA "ARA LLEIDA"

6 • NATURA I PAISATGE. PRESENT I FUTUR SOSTENIBLES

LA RIQUESA DE LA TERRA
NATURA I PAISATGE PASA A PAS:
EL PARC NACIONAL D'AIGÜESTORETS I ESTANY DE SANT MAURICI
EL PARC NATURAL DE L'ALT PIRINEU
EL PARC NATURAL DEL CADÍ-MOIXERO
EL GEOPARC MUNDIAL ORÍGENS MONTSEC I CONCA DE TREMP
TERRITORI DE CONGOSTOS
ÀREA NATURAL DEL PALLARS JUSSÀ
ESTANY D'IVARS I VILA-SANA

LLEIDA, DESTÍ ECOTURÍSTIC

PEDRA SECA: PATRIMONI IMMATERIAL PER LA UNESCO
ALTRES EXEMPLES D'INNOVACIÓ I SOSTENIBILITAT
EL PAISATGE DE LA FLOR

11 • AVENTURA. TURISME ACTIU. LLEIDA EN TRES DIMENSIONS

L'ATRACCIÓ PEL RÀFTING I ALTRES ESPORTS D'AVENTURA
ESQUÍ, RAQUETES I SNOWBOARD
SENDERISME
CICLOTURISME
ESCALADA, VIES FERRADES I ESPELEOLOGIA
MOTURISME
PESCA
LLEIDA A CAVALL
L'AVENTURA ÉS TAMBÉ AL CEL
BUNGEE JUMPING

17 • CULTURA I PATRIMONI

LLEIDA UNIVERSAL
LA JOIA ROMÀNICA DE LA VALL DE BOÍ
FALLES: LLUMS A LA NIT DE LES MUNTANYES I EMOCIONS AL COR
VESTIGIS RUPESTRES, PATRIMONI MUNDIAL
LLEIDA CIUTAT:
EL TURÓ DE LA SEU VELLA
VILARS D'ARBECA
CASTELLS DE PONENT
CASTELLS DE FRONTERA AL PALLARS JUSSÀ
CATEDRAL ROMÀNICA
ROMÀNIC AL SOBIRÀ
VALLBONA I ELS MONESTIRS DEL CISTER
EL BARROC DE RINER
EXPRESSIÓ TEATRAL EN CARRERS I PLACES
MURALS QUE EMBELLEIXEN POBLES
L'ENCANT DELS POBLES

26 • GASTRONOMIA I PRODUCTES DE LA TERRA

Rutes que fan venir gana
Oleoturisme
Reconeixements internacionals

28 • TURISME EN FAMÍLIA

Equipaments amb segell de Turisme Familiar

30 • LLEIDA, CONSCIÈNCIA ACCESIBLE

Pistes per a tota capacitat

31 • VIATJAR-HI, MOURE-S'HI I FER NIT

LLEIDA, EN TOTA LA SEVA DIMENSIÓ

PRESENTACIÓ

Lleida és una de les quatre demarcacions en què es divideix Catalunya. La trobem al seu extrem més nord-oest, limitant a l'oest i al sud amb Aragó, al sud amb Tarragona i a l'est amb Barcelona. Al nord ho fa amb França i Andorra, i al nord-est, amb Girona. Les seves 13 comarques s'expandeixen sobre tres àmbits geogràfics identificats amb tres marques turístiques: Terres de Lleida, que aplega les comarques de la plana lleidatana; Pirineus, la Lleida que abraça la serralada que fa frontera amb França i Andorra, i la Val d'Aran, que té l'accés més còmode de comunicació per terra des de Lleida amb el territori francès.

A la capital de la demarcació, la ciutat de Lleida, hi arriba el tren d'alta velocitat. Des de Barcelona, en 1 hora i 5 minuts, i des de Madrid, en 2 hores i 10 minuts. I des de la capital lleidatana, un tren connecta també amb el Pirineu, amb arribada a la Pobla de Segur. Des de l'Aeroport de Lleida-Alguaire operen vols els caps de setmana durant tot l'any a Palma de Mallorca i, durant la temporada d'estiu, a Menorca i Eivissa. A l'hivern, hi ha també vols xàrters a la Gran Bretanya i a algunes altres destinacions europees vinculats amb la temporada d'esquí. I Lleida encara disposa d'un altre aeroport, el d'Andorra-la Seu d'Urgell, encara eminentment d'aviació comercial.

"BIOSPHERE DESTINATION"

Lleida ha esdevingut en els darrers anys una destinació turística destacada per als qui volen fer activitats de natura i aventura i gaudir de vivències selectes en tota la demarcació.

Una destinació que mostra a més amb orgull el seu entorn natural al mateix temps que vetlla per la vida als seus pobles i pel gaudi de la visita i les activitats dels qui hi arriben de fora, una aposta per l'equilibri sostenible pel qual ha rebut l'any 2021 la certificació "Biosphere Destination", com a destí turístic responsable i sostenible. Aquesta certificació, que ha estat impulsada pel Patronat de Turisme de la Diputació de Lleida, fa visible l'aposta del territori per un model de turisme responsable, ambientalment sostenible, socialment inclúsiu i universalment accessible.

A Lleida hi trobem l'únic Parc Nacional de Catalunya, el d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici, i dos parcs naturals, el del Cadí-Moixeró i el de l'Alt Pirineu, on s'aixeca la muntanya més alta de Catalunya, la Pica d'Estats. El conjunt del territori destaca per la seva diversitat, amb 21 espais d'interès natural situats entre les comarques de la Plana i el Pirineu.

Llacs, estanys i rius enriqueixen el paisatge del Pirineu de Lleida. La neu vesteix d'activitat hivernal les seves muntanyes –hi ha 11 estacions d'esquí– i l'aigua alimenta els aqüífers, la seva vegetació i fauna, i obre moltes possibilitats d'interacció amb l'entorn natural. Es pot baixar en barca de ràfting pel riu Noguera Pallaresa, que és també escenari de competicions internacionals de canoa, com el Segre al seu pas per l'Alt Urgell i les instal·lacions del Ràfting Parc de La Seu d'Urgell. En altres rius, com la Noguera Ribagorçana i el Garona, a la Val d'Aran, també s'hi fan activitats de turisme actiu. Lleida és referent per a qui vol viure l'experiència dels esports en aigües braves, el muntanyisme, l'escalada, el parapent, el cicloturisme o la BTT amb una afavorida aposta pel turisme en família.

ADN LLEIDA

La pandèmia de la Covid SARS-19 va mostrar que el territori lleidatà abasta una gran oferta d'espais naturals per moure's a l'aire lliure amb tranquil·litat, en parella, en família o en grup. Per a molta gent va ser el moment de descobrir els espais naturals del territori i l'excepcionalitat lumínica del cel nocturn, una atracció d'abast internacional perquè la serra del Montsec i el Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici tenen la certificació com a Reserva Starlight per l'excel·lent visibilitat dels estels.

Tota la dimensió natural del territori de Lleida enriqueix encara més els nombrosos elements culturals dels seus pobles i ciutats i la seva gastronomia, que són els altres grans atractius de les terres lleidatanes. Vuit esglésies i una ermita romàniques de la Vall de Boí, a la comarca pirinenca de l'Alt Ribagorça, han projectat internacionalment el seu valor artístic amb el reconeixement de Patrimoni de la Humanitat. La catedral romànica de la Seu d'Urgell i la Seu Vella de Lleida, l'edifici romànic-gòtic de transició que domina la ciutat des del turó del mateix nom, són altres béns culturals que enalteixen les visites a la demarcació i que opten també al reconeixement mundial. Els temples, petits o més grans, així com una àmplia varietat de vestigis de castells, ens narren la història en primera persona, al mateix temps que acullen concerts de música en viu que fan intensament agradable la seva visita.

Pobles i ciutats de Lleida tenen en la seva cuina i els sabors autòctons un gran reclam de visita. Els seus 231 municipis, oberts i singulars totes les estacions de l'any, preparen plats que salvaguarden la seva història, perquè es vinculen a tradicions i a festes que es presten al gaudi i l'esbarjo dels visitants. Bolets de muntanya, oli i vins de plana i d'altura, formatges, embotits i licors elaborats en obradors autèntics de pobles petits obren les portes a la descoberta, també de restaurants amb estrella Michelin. Dolços típics i pans cèlebres són amfitrions d'honor de la terra de Lleida. I veure florir els seus arbres fruiters i madurar els seus camps de cereal ens explica una forma de vida i uns valors que Lleida no deixa perdre. Allotjaments de turisme rural, hotels, càmpings i refugis de muntanya són llocs d'acollida a les comarques de Lleida, per viure-hi la nostra experiència d'emoció esportiva, alimentària, naturalista, tranquil·la i suggerent.

Un ventall tan ampli de possibilitats d'interacció amb la demarcació de Lleida permet treballar amb una extensa oferta d'activitats durant les quatre estacions de l'any i situar el turisme com un motor econòmic del territori. Aire, espai, natura, una Lleida per expandir-nos i respirar llibertat ha esdevingut aliada de la nostra salut. Poseu els peus en terres lleidatanes i començareu a sentir més benestar.

Més informació:

Departament de Premsa del Patronat de Turisme de la Diputació de Lleida

Telèfon: 973 24 54 08

E-mail: jcabases@diputaciolleida.cat

Web: www.aralleida.cat

FOTO: Parc Natural del Cadí-Moixeró. Alt Urgell. Núria Costa

MÉS DE 30 ANYS DE PROMOCIÓ TURÍSTICA AMB LA MARCA “ARA LLEIDA”

El 18 de juliol de 1989, a 2.141 metres d'altitud, al peu de l'Estany Gento, que és el llac més emblemàtic del Pirineu de Lleida, se signava l'acord de creació del Patronat de Turisme de la Diputació de Lleida.

‘Ara Lleida’ ha estat la marca, el segell de promoció del turisme a la demarcació al llarg de tots aquests anys, i un compromís amb els valors d'un territori de plana i de cims, de boscos i prats, fruita de regadiu i de secà i una agricultura i ramaderia cada any més sostenibles.

La neu obre les portes del Pirineu de Lleida tots els hiverns als esquiadors, que la resta de l'any es transformen en ciclistes, senderistes, motoristes i turistes que cerquen la calma i la natura a les muntanyes i a les valls. I a la plana, a les Terres de Lleida, el paisatge que inspira les millors fotografies és també espai d'oci i esbarjo i descoberta d'una fauna i flora excepcionals. Els pobles de Lleida i la seva capital han anat situant-se al mapa dels turistes, de Catalunya i de ben lluny, gràcies a reconeixements mundials del seu art, arquitectura, gastronomia i patrimoni natural.

REPORTATGES D'ALTURA

En paral·lel a la fidel i molt il·lusionada presència de la marca ‘Ara Lleida’ a les fires de turisme nacionals i internacionals, una iniciativa que ha catapultat la riquesa dels pobles de Lleida ha estat el premi periodístic “Pica d'Estats”. La convocatòria, de caràcter anual, està oberta a treballs de premsa, ràdio, televisió o Internet i ha esdevingut un referent entre els premis a obres de periodistes en l'àmbit turístic. Més de 450 mitjans de comunicació d'arreu del món hi ha enviat reportatges i s'ha guardonat més de 250 periodistes i fotògrafs. El jurat del certamen l'integren reconeguts professionals del món de la comunicació, presidits pel degà del Col·legi de Periodistes de Catalunya.

En col·laboració amb els diferents agents del territori, el Patronat de Turisme de la Diputació de Lleida ha estat un dels artífexs de pes en l'impuls de progrés local i referent com un dels motors econòmics de les comarques lleidatanes. En dona fe la designació de 'Biosphere' Destí Turístic de tota la demarcació. Al llarg dels darrers anys el territori també ha rebut altres importants reconeixements internacionals amb el suport sempre del Patronat de Turisme

de la Diputació de Lleida, com la declaració de la UNESCO de Patrimoni de la Humanitat a les joies d'art romànic del Pirineu, les festes del foc i les Falles i la figura de Geoparc concedida a la Conca de Tremp-Montsec, a més de les declaracions de Reserva Starlight del Montsec i el Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici, entre d'altres.

El Patronat posa el focus de la gestió del potencial turístic de Lleida en la qualitat d'un turisme basat en la responsabilitat i la sostenibilitat, davant d'una demanda cada cop més exigent en qualsevol dels àmbits, sigui el de patrimoni natural i monumental, en el terreny gastronòmic, la cultura o l'allotjament. Les campanyes més recents del Patronat, amb el lema “Lleida: Autèntica, Diferent, Natural. ADN Lleida”, posen en relleu la singularitat, diversitat i personalitat pròpies de Lleida.

Més informació:
Patronat de Turisme
de la Diputació de Lleida
www.aralleida.cat



NATURA I PAISATGE. PRESENT I FUTUR SOSTENIBLES

LA RIQUESA DE LA TERRA

Sobrevolant Catalunya, el cim més alt que trobem és la Pica d'Estats. Els seus 3.143 metres d'alçada coronen el Pirineu català i es troba al seu espai natural protegit més gran: el Parc Natural de l'Alt Pirineu, gairebé 80.000 hectàrees de boscos, muntanyes, prats, llacs, estanyos i rius en territori de Lleida.

L'emblemàtic cim i la majestuosa extensió de natura són a tocar d'un altre gran tresor mediambiental a la nostra demarcació: el Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici, l'únic Parc Nacional a Catalunya i, per tant, l'únic espai natural que gaudeix de la màxima protecció governamental possible. El Cadí-Moixeró completa la superfície protegida amb la distinció de Parc Natural d'una Lleida privilegiadament natural. Només al Pirineu, més de 120.000 hectàrees del seu territori són espai natural protegit. És tan sols la punta de l'iceberg d'un ric i ampli patrimoni mediambiental que es diversifica en reserves de flora i fauna, hàbitats que, preservant les formes tradicionals de vida pagesa, dins i a l'entorn d'aquests espais vetllats en l'àmbit mediambiental, conviden a gaudir de la seva riquesa paisatgística. Cada any, Lleida rep la visita d'estudiosos d'espècies animals, com el trencaòs, el gall fer o la marmota, i aus migrants o residents que conviuen vora els aqüífers de la Plana i del Pirineu de Lleida.

La preservació de tots els seus ecosistemes naturals, una vintena amb identificació pròpia, és un objectiu prioritari. El model de gestió sostenible dels atractius propis i les activitats turístiques que permeten gaudir-ne forma part de l'horitzó de les diferents actuacions destinades a restablir, protegir i millorar el patrimoni natural i cultural. Planificació, desenvolupament i promoció del Pirineu i les Terres de Lleida han anat sempre alineats amb la sostenibilitat, i han esdevingut una destinació d'alt nivell per als visitants, amb qualitat de vida també per als habitants locals. I, en reconeixement a això, a l'abril del 2021 Lleida ha rebut la certificació "Biosphere Destination", com a destí turístic responsable i sostenible, adscrit al Global Sustainable Tourism Council (GSTC) de la UNESCO que atorga l'Institut de Turisme Responsable (ITR), un segell de sostenibilitat per a tot el seu territori. Aquesta certificació, que ha estat impulsada pel Patronat de Turisme de la Diputació de Lleida, fa visible l'aposta del territori per un model de turisme responsable, ambientalment sostenible, socialment inclusiu i universalment accessible i confirma el compromís amb el

model de turisme responsable que propugna el Pla Estratègic del Pirineu i les Terres de Lleida 2019-2022 impulsat pel mateix Patronat, el qual aposta per un model de gestió de turisme sostenible que vetlla pels valors de la sostenibilitat social, econòmica i mediambiental.

Des de l'any 2014, la Val d'Aran ja disposa d'aquest reconeixement. Va ser la primera destinació de muntanya del món a rebre'l.

Per assolir aquesta fita de compromís real amb el medi ambient, Lleida treballa per sensibilitzar els diferents actors implicats en una gestió sostenible del territori com a destinació turística, perquè tant la vida dels autòctons com la visita dels de fora que aprecien l'atractiu de pobles i paisatges siguin un motor sostenible d'enriquiment de la vida al territori lleidatà. Des del Patronat de Turisme es treballa per estendre la cultura de la sostenibilitat i fomentar les bones pràctiques en gestió sostenible a les empreses i serveis turístics, tant públics com privats, del conjunt de la demarcació. Aquest nou segell internacional ha de servir per donar una major visibilitat al territori i continuar treballant un full de ruta que aposti per la gestió sostenible del país, com també a moltes de les iniciatives que actualment ja estan impulsant empresaris, entitats, ajuntaments i consells comarcals que tenen la sostenibilitat com a eix central de la seva actuació.

Lleida està totalment compromesa amb aquest model de gestió sostenible. Projectar els majors valors de manera que els faci encara més rics i perdurables gràcies a procurar en paral·lel l'alta qualitat de serveis i opcions de gaudi del territori per als qui arriben i el benestar i la millora d'oportunitats per als veïns i futurs veïns de pobles i ciutats del seu territori. Afavorir, crear i mantenir els recursos per garantir la qualitat de vida de la població local és el factor clau de totes les actuacions.

Ara la demarcació lleidatana opta a sumar una nova distinció per als parcs de l'Alt Pirineu i el Cadí-Moixeró. És la Carta Europea de Turisme Sostenible, una iniciativa de la Federació Europarc, l'organització que aplega espais naturals protegits de 38 països europeus. A finals del 2022 Lleida podrà presentar la seva candidatura per obtenir aquest altre segell de qualitat.



FOTO: Parc Nacional d'Aigüestortes. **Oriol Clavera**

NATURA I PAISATGE PASA A PAS:

L'ATRACTIU DEL PARC NACIONAL I DELS PARCS NATURALS

El Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici és el gran destí dels Pirineus, l'enclavament per respirar la muntanya en el seu estat més pur i escoltar, només, el llenguatge de la natura. L'aigua –de rierols i salts que van a parar als seus 200 estanys–, el vent, el vol i el cant dels ocells o fins i tot el so de les petjades dels animals que hi habiten ens conviden a viure una experiència única. A més a més, la poca contaminació acústica li ha fet merèixer des de l'any 2019 la certificació de Zona d'especial protecció de qualitat acústica (ZEPQA). Això garanteix sentir en el parc els sons naturals i gràcies a ells promou valors culturals, científics, paisatgístics o naturals associats, preservant l'entorn on l'economia tradicional de la zona, conreus i pastures participen de la cura del territori. És la zona més gran de Catalunya reconeguda per aquesta qualitat acústica.

Fou declarat Parc Nacional el 21 d'octubre de 1955 el Parc Nacional i la seva àrea perifèrica abracen 10 municipis: Alt Àneu, la Guingueta d'Àneu, Esterrí d'Àneu, Espot, Sort, la Torre de Capdella, la Vall de Boí, Vilaller, Vielha e Mijaran i Naut Aran. La protecció que suposa el segell de ZEPQA implica un pla d'actuacions per conservar l'ambient i millorar-lo, així com promoure activitats de sensibilització, educació ambiental, turisme sostenible i limitació de nivells sonors, que seran de no més de 50 decibels de 8 a 21 hores i de 40 entre les 21 i les 8 hores.

La calma del parc d'Aigüestortes s'acompanya d'una qualitat lumínica del seu cel que també ha merescut un altre reconeixement internacional. L'any 2018 va rebre la certificació com a Reserva i Destí Turístic Starlight per l'excel·lent visió nocturna dels astres. Això ha donat un gran impuls al turisme astronòmic i al desenvolupament d'activitats divulgatives sobre aquest recurs natural. És el primer parc català que rep aquesta distinció per part de la Fundació Starlight i un dels primers de l'Estat a obtenir-la.

Aigüestortes té una superfície de 14.199 hectàrees, més 26.733 hectàrees de la zona perifèrica que abasten quatre comarques: el Pallars Sobirà, el Pallars Jussà, l'Alta Ribagorça i la Val d'Aran. El parc s'erigeix com a exemple de protecció i conservació del patrimoni natural i cultural dels Pirineus, al mateix temps que és motor i ambaixador de la seva demografia i economia. La riquesa de la seva flora i fauna li atorga un valor genuí com a hàbitat natural de

muntanya. Va ser el primer parc de l'Estat a rebre la certificació Q de qualitat turística, l'any 2006, i ostenta altres reconeixements com les certificacions ambientals EMAS i ISO 14001.

Dos accessos principals, des de les poblacions d'Espot i Boí, disposen de Cases del Parc com a punts de benvinguda a l'espai natural i proporcionen informació per gaudir al màxim i amb seguretat de tot el que ofereix. Es recomanen principalment unes excursions per iniciar-se en el coneixement del parc com el Camí dels Enamorats, la Roca de la Cremada, l'Estany Llong o el tomb a l'estany de Sant Maurici pel mirador i Amitges. Guies professionals poden acompanyar la descoberta, que també es pot experimentar per lliure en aquest enclavament pirinenc excepcional on, entre altres vivències, és possible observar fenòmens glacials com les valls en forma d'U i els estanys naturals. El paisatge inclou prats alpins i tarteres, i les parets més baixes de la zona estan cobertes per boscos d'avets i pins. Alguns dels cims del parc tenen altituds properes als 3.000 m.

Als pobles de Senet i Llessui també hi ha centres d'informació del parc que, a més de les nombroses rutes que s'hi poden seguir, organitza moltes activitats per a totes les edats durant tot l'any, amb la possibilitat de consultar-les i inscriure-s'hi a través del seu web. També a l'estació superior del telefèric d'Estany Gento es troba ubicat un petit centre d'informació obert els mesos d'estiu, mentre funciona el telefèric. Des d'aquest centre es poden fer sortides guiades.

Turisme accessible

El Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici ha fet un esforç perquè totes les persones puguin gaudir del parc. S'hi han habilitat diversos recorreguts accessibles, que permeten a les persones amb mobilitat reduïda conèixer i gaudir dels llocs més emblemàtics del Parc Nacional, com l'altiplà d'Aigüestortes i el llac de Sant Maurici. Per a això s'han construït unes passarel·les de fusta, integrades en l'entorn del parc, per les quals poden transitar perfectament persones en cadira de rodes, amb croses o altres dificultats per desplaçar-se, o persones invidents.

Més informació:

Casa del Parc Nacional de Boí (seu administrativa)

Casa del Parc Nacional d'Espot

www.parcsnaturals.gencat.cat/es/aiguestortes



FOTO: Mont-rebei. **Ricardo Giancola**

GEOPARC ORÍGENS DELS PIRINEUS CATALANS

La riquesa geològica i paleontològica, el patrimoni natural, històric i cultural de la Conca de Tremp-Montsec van merèixer l'any 2018 la designació de la zona com a Geoparc Mundial de la UNESCO. L'espai reconegut comprèn 19 municipis de les comarques del Pallars Jussà, la Noguera, el Pallars Sobirà i l'Alt Urgell.

Orígens és el nom que rep aquest geoparc. La seva visita és un sorprenent viatge enrere fins a la formació de l'univers, de la Terra i dels Pirineus, seguint el rastre dels últims dinosaures, però també de l'evolució dels humans i la formació de noves formes de vida. Amb aquesta experiència de visita es promouen alhora activitats educatives vinculades a la geologia, la paleontologia, la història i la hidroelectricitat. La proposta és per a totes les edats, a través de la interacció amb escoles, instituts i universitats, així com visitants particulars o grups d'amics.

El geoparc disposa de tres seus, totes situades a Tremp. La seu científica al Centre de Suport Territorial Pirineus de l'Institut Cartogràfic i Geològic de Catalunya (ICGC); la seu administrativa, ubicada a l'Ajuntament de Tremp, i el Centre de Visitants, l'Epicentre, és el punt de partida per a la visita als vestigis naturals, i també és un punt d'informació sobre totes les activitats a l'entorn més proper i la descoberta dels seus productes d'alimentació locals, les seves festes i tradicions, els museus i moltes rutes a seguir.

Més informació:

Orígens UNESCO Global Geopark
Plaça de la Creu, 1 - 25620 Tremp (Lleida)
Web: www.geoparcorigens.cat

TERRITORI DE CONGOSTOS

Tres congostos, el de Mu (Alòs de Balaguer), Collegats i Mont-rebei, donen rostre a una sublim oferta de flora, fauna, rutes i vies d'escalada que contribueix a posicionar encara més amunt l'atractiu natural de Lleida.

A uns dos quilòmetres a l'oest de la població d'Alòs de Balaguer, a la comarca de la Noguera, hi ha el Congost de Mu, poc abans que el riu Segre barregi les seves aigües amb les del Noguera Pallaresa. És un Espai d'Interès Natural i Reserva de Fauna Salvatge amb un singular pas d'aigua entre muntanyes, en un paisatge impressionant de roques verticals. Corriols, passarel·les en la roca i un pont penjat permeten endinsar-se en una emocionant experiència naturalista.

Continuant cap al nord, apropant-nos més al Pirineu, entre les comarques de la Noguera i el Pallars Jussà, localitzem el congost de Mont-rebei. Aquest canyó entre Aragó i Catalunya talla de nord a sud la serra del Montsec; és una espectacular formació dels Prepirineus catalans. Són unes 600 hectàrees de propietat que l'any 1999 la Fundació Catalunya-La Pedrera, com a mecenes del territori, va adquirir per preservar-ne els valors naturals i paisatgístics. Gran part d'aquesta extensió s'inscriu en l'Espai d'Interès Natural (PEIN) del Montsec i en la Reserva Natural Parcial del Congost de Mont-rebei. Des del

2005, el congost és considerat també Refugi de Fauna Salvatge. No el travessa cap carretera, ferrocarril ni línia elèctrica. Només hi passa un camí de ferradura parcialment excavat a la roca, un pas que permet una experiència privilegiada i emocionant entre parets de més de 500 metres de caiguda vertical. Plantes com l'orella d'ós i la corona de rei, i rapinyaires com el trençalòs, l'àliga daurada o el voltor comú, però també llúdrigues, s'hi poden veure fàcilment. Rouredes, alzines, boixedes i brolles formen la seva emblemàtica vegetació, i coves i avencs a la roca augmenten encara més l'encant d'aquest indret.

I al camí que transcorre entre les comarques del Pallars Jussà i el Pallars Sobirà, el congost de Collegats és una de les altres joies esculpides en les muntanyes de Lleida. És una estreta escletxa de 5 km de longitud oberta entre altes parets de roca, per on el riu Noguera Pallaresa s'obre pas cap al sud. En aquestes parets, l'aigua ha creat formes en la pedra que recorden molt les ondulacions en l'obra de l'arquitecte Antoni Gaudí. Sempre sura la possible inspiració del geni en el congost pallarès, que forma part de l'Espai Natural de Noguera Pallaresa-Collegats dins del Pla d'Espais d'Interès Natural (PEIN) i de la Xarxa Natura 2000.

EL PARC NATURAL DE L'ALT PIRINEU

Una vintena d'espècies de flora amenaçades d'extinció o difícils de trobar en altres llocs del món tenen el seu hàbitat al Parc Natural de l'Alt Pirineu. És la llar també de 284 varietats de vertebrats. Té una gran diversitat orogràfica, amb pics tan emblemàtics com la Pica d'Estats, a 3.143 metres d'altitud, que el fan el cim més alt de Catalunya, boscos de pins i avets, prats alpins i 144 llacs. Entre altres paratges destaca el de Certascan, l'estany glacial més extens de Catalunya. Paisatges de mitjana i alta muntanya de la serralada pirinenca que són l'enclavament d'uns 200 hàbitats diferents. Hi viuen isards, galls fers, perdius blanques, trencaossos, pardals d'ala blanca, el llangardaix pallarès, tritons pirinencs i una important població d'aus carronyaires, entre moltes altres espècies. L'os bru també habita el Parc Natural de l'Alt Pirineu.

El trobem al centre del Pirineu català i és el parc natural més gran de Catalunya. Les seves 79.317,21 hectàrees representen un terç de l'extensió de tots els parcs naturals catalans junts. Va ser creat l'any 2003 i al seu territori hi trobem 15 municipis de les comarques del Pallars Sobirà i l'Alt Urgell: Alt Àneu, la Guingueta d'Àneu, Esterri d'Àneu, Alins, Llavorsí, Esterri de Cardós, Lladorre, Tírvia, Vall de Cardós, Farrera, Rialp, Soriguera, Sort, les Valls de Valira i Montferrer i Castellbò. La vida als seus pobles, les seves festes i tradicions i la cura d'horts i prats que els envolten, amb ramats extensius de vaques, ovelles, cabres i cavalls, donen al parc natural un encant especial, perquè sumen atractiu a la visita, que pot compaginar la interacció amb la gent dels pobles, molts d'ells productors agroalimentaris, amb les sortides a la natura, amb passejades a peu, en bicicleta de muntanya, a cavall, o acompanyats en un vehicle tot terreny per guies locals. A l'hivern, l'esquí, alpí i de muntanya, també té els seus recorreguts enmig dels paisatges del parc.

Més informació:

<http://parcsnaturals.gencat.cat/ca/xarxa-de-parcs/alt-pirineu/inici/>



FOTO: Estany d'Ivars i Vila-sana. Pla d'Urgell. S. Iglesias

EL PARC NATURAL DEL CADÍ-MOIXERÓ

Continuant el recorregut pirinenc cap a l'oest, a la mateixa comarca de l'Alt Urgell on hem deixat el Parc Natural de l'Alt Pirineu, entrem al Parc Natural del Cadí-Moixeró. Són 41.342 hectàrees sobre 17 municipis de les comarques de l'Alt Urgell, el Berguedà i la Cerdanya: Alàs i Cerc, Alp, Bagà, Bellver de Cerdanya, Castellar de n'Hug, Cava, Das, Gisclareny, Gósol, Guardiola de Berguedà, Josa i Tuixent, la Vansa i Fórnols, Montellà i Martinet, Riu de Cerdanya, Saldes, Urús i Vallcebre.

La protecció de la serra del Cadí va motivar la creació d'aquest parc natural l'any 1983 i, segons les Directives d'Aus i d'Hàbitats de la Unió Europea, és l'àrea protegida de Catalunya amb el major nombre d'hàbitats i espècies d'interès europeu, gairebé un centenar.

Dues grans serres connectades pel Coll de Tancalaporta integren una trentena de quilòmetres de muntanya entre les conques dels rius Segre i Llobregat. El Pedraforca, amb 2.506 metres d'altitud, és el seu cim més conegut i freqüentat per alpinistes i escaladors.

Més informació:

<http://parcsnaturals.gencat.cat/ca/xarxa-de-parcs/cadi/inici/>

ÀREA NATURAL DEL PALLARS JUSSÀ

La natura al Pirineu de Lleida és generosa en singularitat, amb molts i variats indrets destacables. L'aigua és protagonista perquè marca el paisatge seguint el riu Noguera Pallaresa avall, que s'agermana amb el Flamicell per formar, a l'altura de la Pobla de Segur, el pantà de Sant Antoni, que és un petit paradís per meditar sobre tanta bellesa natural. L'embassament de Terradets, en el camí del Pallars Jussà a la Noguera, és un petit mar entre muntanyes. Però l'aigua encara emmiralla més racons pallaresos, llocs tan singulars com l'Espai d'Interès Natural Estanys de Basturs, dos estanys càrstics que podrem envoltar a través de senders que desperten les ganes de passejar-hi. Són indrets dibuixats per l'aigua, la mateixa que va omplir d'estanys la Vall Fosca, que és el santuari de la llum i de l'energia que venen del cel. Com la força de l'aigua movent turbines fa néixer l'electricitat és la història que ens explica en primera persona aquesta vall pallaresa.

RESERVA NACIONAL DE CAÇA DE BOUMORT

I en el triangle on conflueixen els límits del Pallars Jussà, el Pallars Sobirà i l'Alt Urgell, hi tenim les més de 13.000 hectàrees d'extensió de la Reserva Nacional de Caça de Boumort. En els seus boscos de pinassa, pi roig i rouredes regna el cérvol. A Boumort s'hi concentra la major població dels Pirineus d'aquest vertebrat, gairebé 700 exemplars. Isards, cabirols i daines, però també galls fers, senglars, picots negres, el mussol pirinenc i la becada, l'aufrany, l'àguila daurada, el falcó pelegrí o el duc acompanyen el cérvol en la seva vida diària. De mitjans de setembre i fins a mitjans d'octubre, el concert de la brama del cérvol delecta els visitants que poden viure un captivador espectacle sonor. És el moment del zel dels mascles, que emeten el seu so gutural greu marcant territori per aparellar-se amb les femelles. És l'experiència d'ecoturisme que es pot viure als paratges de muntanya de l'Alt Urgell, l'Alta Ribagorça, la Cerdanya, el Pallars Sobirà i la Val d'Aran, però, amb gran diferència, la reserva de Boumort és un lloc paradigmàtic per escoltar-ho. Diverses empreses autoritzades ofereixen acompanyament professional en excursions pensades per viure-ho sense interferir en el desenvolupament natural d'aquesta expressió animalística.

Entre els carnívors que també viuen a Boumort destaquen la guineu, el teixó i la fagina, i és la zona de Catalunya amb més presència de trencalossos. Per tot plegat, l'any 1991 es va constituir la reserva, amb l'objectiu de protegir, fomentar i aprofitar les espècies animals que hi viuen en estat salvatge i preservar els seus propis ecosistemes.

I, sense deixar el Pallars Jussà, encara una altra singularitat com a zona de fauna. A la coneguda com a àrea de la Terreta, al municipi de Tremp, una sorprenent geologia és hàbitat de gairebé totes les espècies de voltor que es coneixen a Europa. La morfologia de les muntanyes del congost de Mont-rebei fa possible endinsar-s'hi i pujar escales fetes en la roca de les gegantines parets de la serra més occidental del Montsec. L'aigua, al fons del pas entre parets, ofereix una perspectiva encara més impressionant des d'un pont penjat sobre ella.

I a la veïna Conca Dellà, animals, però de fa milions d'anys. Els nombrosos vestigis paleontològics que s'hi ha trobat són objecte d'estudi internacional. Ous, petjades i restes òssies de dinosaures han convertit la zona en un museu a l'aire lliure que, en connexió amb el centre museístic de la Conca Dellà, a Isona, contextualitza totes les troballes que són peces en el trencaclosques de l'evolució de la Terra.

Més informació:

<http://agricultura.gencat.cat/ca/ambits/medi-natural/casa/guia-cacador/on-cacar/reserves-nacionals-casa/boumort/>

ESTANY D'IVARS I VILA-SANA

L'Estany d'Ivars i Vila-sana és la història d'un aquífer que, després de la seva dessecació, l'any 1951, va ser recuperat l'any 2005 i revalorat de tal manera que avui ha esdevingut lloc de parada a Europa de nombroses aus en el seu camí migratori. Hi arriben atretes per un ecosistema que és hàbitat de moltes altres espècies d'aus autòctones com ànecs, gavines, fredelugues, fotges i fins a més de 200 tipologies que s'hi poden veure en les diferents èpoques de l'any. L'estany és un mirall d'aigua de 126 hectàrees, amb un perímetre d'uns sis quilòmetres. El canal d'Urgell abasteix d'aigua el que ha esdevingut la principal zona humida de l'interior de Catalunya i al seu voltant es poden seguir itineraris naturals proveïts de miradors, aguaites i plafons d'orientació i interpretació ambiental d'aquest privilegiat entorn. També hi ha habilitats dos punts d'informació sobre les activitats més enriquidores en aquest indret, com les passejades a peu o amb bicicleta.

Els particulars programes d'activitats que organitzen els parcs i espais naturals de Lleida despleguen propostes de turisme actiu en els seus entorns que es poden fer durant l'any, adaptant l'oferta a les condicions climatològiques de cada moment i a la salvaguarda dels ecosistemes que fan del seu territori un espai vital per a espècies de fauna i flora. Les figures de protecció atorgades a aquests espais naturals de Lleida són les que garanteixen, de fet, que les activitats que s'hi duen a terme sempre estiguin en sintonia amb la preservació del medi que els fa extraordinaris.

Més informació:

<https://estanyivarsvilasana.cat>

LLEIDA, DESTÍ ECOTURÍSTIC:

La certificació "Biosphere Destination", com a destí turístic responsable i sostenible, obtinguda durant la primavera del 2021 per a tota la demarcació de Lleida, és un dels objectius del Pla Estratègic per al període 2019-2022 impulsats pel Patronat de Turisme de la Diputació de Lleida. El pla vol posicionar el territori a mitjà i llarg termini com a destinació sostenible líder en turisme d'interior i de muntanya. Quatre pilars fonamentals, l'excel·lència, la responsabilitat, l'ecologia i la innovació, sustenten aquest propòsit i marquen les accions sobre les quals el territori actua per millorar el seu posicionament en l'àmbit turístic.

La consecució de la certificació "Biosphere Destination" per al conjunt del territori de Lleida és un reconeixement per part del Global Sustainable Tourism Council (GSTC) i estableix per a les destinacions turístiques pautes i requisits que les orienten en el seu camí cap a la sostenibilitat. Haver obtingut aquesta certificació és la corroboració de l'alineació d'evolució de Lleida amb els 17 Objectius de Desenvolupament Sostenible de les Nacions Unides (ODS) i l'Acord de París contra el Canvi Climàtic. Així, els valors vinculats a la sostenibilitat identifiquen ara les comarques del Pirineu i les Terres de Lleida sota la marca "Ara Lleida", que inclou el territori i tota la seva varietat de productes, una oferta per gaudir durant tot l'any tant quantitativament com qualitativament. El repte del model de turisme sostenible pel qual Lleida aposta és equilibrar la qualitat amb la quantitat, una fita que implica el treball de desestacionalitzar i diversificar l'oferta turística per aconseguir un reequilibri territorial d'aquest reclam de visites. Innovar en el que ofereix cada destí dins de la demarcació de Lleida ha de contribuir a assolir-ho.

El Patronat de Turisme, a més d'impulsar els treballs per a la certificació "Biosphere" per al conjunt del Pirineu i les Terres de Lleida, actualment ha ofert a totes les empreses vinculades amb el sector turístic una nova eina digital per crear el seu pla de sostenibilitat i, així, fer més sostenible la demarcació en col·laboració amb l'Institut de Turismo Responsable (ITR). Es tracta de la plataforma "Biosphere Sustainable Lifestyle", que ajuda les empreses a desenvolupar plans de sostenibilitat personalitzats.

Créixer econòmicament afavorint la creació i el manteniment de recursos per garantir la vida de la població local i la plena ocupació de la seva gent, i que es faci preservant els valors culturals i la diversitat del seu patrimoni, són les premisses de la planificació d'aquest nou model de gestió sostenible del turisme.

I els diferents reconeixements a aquest esperit sostenible que el Pirineu i les Terres de Lleida ja han obtingut confirmen l'adequada resolució del territori en l'adaptació als canvis que la preservació del planeta ens demana. Per això, Lleida ja disposa d'aquestes distincions: "Biosphere Destination" per a tot Lleida (la Val d'Aran ja la va rebre el 2014); Montsec Destinació Turística i Reserva Starlight; el Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici Starlight, i l'acreditació com a Geoparc Orígens dels Pirineus Catalans de la UNESCO la Conca de Tremp-Montsec, en reconeixement a la seva riquesa geològica i paleontològica.

FOTO: Aitona. Segrià. **M. Trilla**



Altres exemples d'innovació i sostenibilitat

Un dels onze anomenats Grups d'Acció Local (GAL), les entitats que promouen i desenvolupen accions que estimulen l'economia del món rural, és l'Associació Leader Ponent. Des d'ella s'ha fet una aposta ferma per posicionar les comarques de Ponent com a destinació ecoturística. Per fer-ho, té al seu abast una vintena d'espais naturals situats al Segrià, l'Urgell, el Pla d'Urgell i les Garrigues. Les seves accions de sostenibilitat es treballen a partir dels recursos propis del territori, i això implica esperonar les entitats locals, associacions, empreses privades i tots els agents econòmics per desenvolupar el propòsit comú de progrés ecosostenible tot preservant els espais naturals de Ponent.

Senyalitzar rutes i itineraris de turisme actiu sostenible és una de les accions ja en marxa a través del projecte anomenat Ponent Actiu, que promou la Diputació de Lleida per mitjà del Patronat de Promoció Econòmica, que comprèn fins a 58 projectes a les quatre comarques on centra la seva feina l'Associació Leader Ponent.

El paisatge de la flor

La floració d'arbres i plantes és el gran espectacle dels camps cada primavera. I diversos municipis de les comarques lleidatanes del Segrià i les Garrigues, d'aquesta eufòria floral n'han fet un motiu de visita. Quan als seus arbres de préssecs, nectarines, paraguaians i ametlles els surten les flors, els colors rosa, porpra i blanc de les plantacions s'erigeixen en reclam de mirades i passejades.

El municipi d'Aitona ha esdevingut els darrers anys un lloc paradigmàtic d'aquest Fruiturisme, una veritable immersió agrosensorial. El passeig entre arbres fruiters es complementa, a més, amb una visita al nucli antic del poble, entrant a la seva capella de Sant Gaietà, del segle XVI, i contemplant la façana barroca de l'església de Sant Antolí, de finals del XVIII. Són unes tres hores d'una vivència que combina diferents propostes.

Aquesta iniciativa va merèixer l'any 2019 el premi de la Generalitat de Catalunya com a Millor experiència turística, com una excel·lent idea d'apropament al món agrícola i descoberta de l'entorn natural i cultural d'Aitona.

Motor econòmic local, la producció fructícola enriqueix també aquesta proposta de dinamització socioeconòmica de tota la zona. Sobre el fil conductor de la fruita dolça del territori s'organitzen també rutes de cinema –seguint localitzacions de la pel·lícula Segon origen–, safaris fotogràfics pel sublim paisatge d'arbres fruiters i una altra proposta participativa en la qual els pagesos mostren com es recull la fruita, conviden a provar-ho i a tastar els fruits.

Altres municipis veïns del Segrià, com Albatàrrec, Alcarràs, la Granja d'Escarp, Montoliu, Seròs, Soses i Torres de Segre, i altres de les Garrigues, han engegat activitats similars obertes a tothom.

Més informació:

Patronat de Turisme de la Diputació de Lleida

<https://www.lafloracio.cat>



AVENTURA. TURISME ACTIU. LLEIDA EN TRES DIMENSIONS

El Pirineu i les Terres de Lleida lideren l'oferta d'activitats de turisme actiu en totes les dimensions: aigua, terra i aire. I en les propostes als espais aquàtics, el descens de les aigües més braves, en barca de ràfting o en canoa, són referent a tot l'Estat. Les poblacions de Sort i la Seu d'Urgell són escenari de competicions internacionals de piragüisme.

El riu Segre és el principal afluent de l'Ebre i la principal artèria hidrogràfica de Lleida. El nodreixen més de 120 afluents que neixen a diferents comarques. En el seu recorregut per terres lleidatanes omple al seu pas diversos embassaments i canals de camí cap a l'enclavament on es produeix el seu aiguabarreig amb les aigües del Cinca, per continuar, ja com a Ebre, fent via fins al mar. En cada tram per on passen, el Segre i cadascun dels seus afluents són riu i són vivència, de paisatge, de reg per als camps i d'emocionants experiències esportives.

La generositat dels recursos fluvials a les capçaleres de les valls pirinenques ha contribuït a omplir d'emoció els rius Segre, Noguera Pallaresa (fins a 50 km navegables), Valira i Noguera Ribagorçana, i el Garona a la Val d'Aran. Diverses modalitats esportives, com ara una passejada en barca sobre les aigües tranquil·les d'un embassament, esdevenen experiències d'immersió natural en l'entorn paisatgístic. Més de dues-centes empreses posen els seus tècnics en activitats d'oci a l'aire lliure al servei de la satisfacció de les experiències en rius, embassaments i canals amb seguretat i respectant tots els ecosistemes que són, alhora, escenari d'esbarjo i activitat física i hàbitat de persones, flora i fauna autòctones.

Més informació:
www.esports.aralleida.cat

FOTO: Ràfting. Noguera Pallaresa. I. Sebé

L'ATRACCIÓ PEL RÀFTING I ALTRES ESPORTS D'AVENTURA

Navegar en rius o pantans esdevé, de manera més tranquil·la o més moguda, una dansa amb l'aigua. Però fer-ho amb un bot de goma, ple d'aire, sobre les aigües braves d'un riu ens enlaira en emocionants salts que permeten sentir-nos fusionats amb la natura. És l'aventura que aporta un major nombre de serveis contractats d'activitats de turisme actiu a les comarques del Pirineu i les Terres de Lleida, amb quatre rius en excel·lents condicions per a la pràctica del ràfting, el rei dels esports d'aventura en aigües ràpides de riu. Lleida manté el seu lideratge en oferta d'activitats de turisme actiu.

El Noguera Pallaresa, que recorre la comarca del Pallars Sobirà i part del Pallars Jussà, és el bressol del ràfting, una modalitat esportiva d'aventura molt demandada per públic familiar i grups de totes les edats. També se'n fa al Ràfting Parc de La Seu d'Urgell; al riu Garona, a la Val d'Aran, i al Noguera Ribagorçana, a l'Alta Ribagorça, sota el guiatge d'empreses especialitzades en esports d'aventura al riu.

A més de ràfting, altres esports que es practiquen en aquests rius són diferents modalitats de caiac i l'hidrospeed.

I, de l'aigua que esquiva les pedres i els revolts del riu, a la que brolla de manera natural entre les roques muntanyoses, en barrancs, que són un altre atractiu per als qui aprecien els reptes d'aventura. En diferents enclavaments del Pirineu de Lleida, una sèrie de barrancs conviden a practicar-hi el descens, també guiats per tècnics que dominen les singularitats d'aquesta experiència, des de les empreses d'esports d'aventura presents al territori. És una altra manera de sentir la immersió en la natura, enmig d'esclerxes rocoses, amb l'esquitx de l'aigua.

L'ATRACTIU DE LA PESCA

La pesca de truites, amb canya i cistell, és una de les activitats tradicionals, especialment als pobles del Pirineu, que amb els anys ha passat de ser una

pràctica habitual com a complement a l'economia de pagès en totes les cases que tenien un riu o un estany a la vora, a ser un reclam com a vivència esportiva. Les diferents societats de pesca gestionen els vedats on es pot practicar la pesca esportiva en rius, embassaments i estanys, que a Lleida reben cada any molts professionals de la pesca amb mosca, francesos i de tot l'Estat.

El Noguera Pallaresa, a la comarca del Pallars Sobirà, és un dels rius més preuats per aquests pescadors. A la seva part més alta, fins a 240 quilòmetres de rius, 32 llacs naturals de muntanya, tres llacs artificials i un embassament de pesca intensiva són un veritable tresor per al gaudi d'aquest esport. I el mateix curs, a la part més baixa, posa a disposició dels pescadors 50 quilòmetres de riu que recorre el Pallars Sobirà i el Pallars Jussà. Iniciatives com la creació de l'escola municipal de pesca a Soriguera contribueixen a formar futurs pescadors que, amb ganes de dominar l'art de la captura, aprecien tot el ritual d'immersió en la natura i el regal de la tranquil·litat en racons de determinats trams de riu, una experiència que només pràctiques com la pesca garanteixen.

A la demarcació de Lleida hi ha 85 zones de pesca controlada, que equival a més de la meitat de les que hi ha a tot Catalunya. Només a les comarques del Pirineu de Lleida hi ha uns 600 quilòmetres d'aigües on la pesca està autoritzada. Són a les conques dels rius Noguera Pallaresa, Noguera Ribagorçana, Garona, Segre i Ribera Salada, a les comarques del Pallars Sobirà, el Pallars Jussà, la Val d'Aran, l'Alta Ribagorça, l'Alt Urgell, la Cerdanya i el Solsonès. I, amb trams de règim especial, també són espais de pesca els embassaments d'Oliana, Alòs de Balaguer, Sant Llorenç de Montgai, Santa Anna, Canelles, Sant Antoni, Terradets i Rialb.

Més informació:

Federació Catalana de Pesca Esportiva i Càsting a Lleida

Tel. 973 35 37 62 - www.fcpeic.cat



FOTO: Vall de Boi. Alta Ribagorça. O. Clavera

SENDERISME

Caminar, passejar, respirar l'aire pur dels boscos pirinencs, o vorejar camps que es despleguen com llençols de colors al voltant dels pobles de la plana de Lleida, és l'antídoto de mals de cap fruit de l'estrès i les preocupacions i cabòries. La pandèmia de la COVID ens ho ha fet més evident que mai. I a Lleida els senders de Gran Recorregut (GR), antics camins de pastor, han anat brodant itineraris, circuits i rutes per practicar aquesta desintoxicació de problemes, una estona al dia o durant unes quantes jornades. Diverses guies mostren possibles entorns per caminar i la dificultat de cada tria perquè tothom hi trobi el nivell que el farà aprofitar i gaudir més de la sortida. La demarcació de Lleida disposa de 5.780 quilòmetres de camins abalisats, amb 10 GR, 30 senders de petit recorregut i 52 centres d'informació per a caminants.

Moltes de les rutes senyalitzades són temàtiques, com les dels forns de calç i de la pedra seca, a la comarca de les Garrigues. 'Perseguits i salvats' se situa al Pirineu lleidatà, sobre 150 quilòmetres d'itineraris de fugida de l'Holocaust nazi a la Segona Guerra Mundial.

Carros de Foc és una de les altres grans propostes de caminada al Pirineu, 55 quilòmetres que es poden distribuir en fragments de ruta que uneixen els diferents refugis on es va fent nit. El Cinquè Llac i la Via Calda en són altres on els darrers anys s'ha incrementat la presència de caminants. Tant les rutes de senderisme com de trekking baten rècords de participació en les diferents travessies programades i han esdevingut una activitat turística de primer nivell. El paisatge que s'hi descobreix hi té molt a veure.

Per a corredors, el territori disposa de centres de Trail Running, a Espot i a la Vall de Boí, i durant l'any s'organitzen curses de muntanya aprofitant corriols i antics camins de pastor, que són lloc d'entrenament de corredors professionals i amateurs en qualsevol estació.

CICLOTURISME

Els meravellosos paisatges dels diferents espais naturals de les comarques de Lleida, tant del Pirineu com del pla, són un destí molt demandat pels aficionats al cicloturisme i el senderisme, que poden fer-hi nombroses excursions curtes i travessies circulars mentre gaudeixen de la natura, els monuments, les festes i la gastronomia de la zona.

A més, les carreteres lleidatanes concentren 77 ports de muntanya de 1a i 2a categoria, amb trams amb pendents que superen el 6% i amb punts de fins al 15%.

Per als esportistes als quals els agrada la BTT, el territori lleidatà ofereix 2.987 km de rutes per innombrables pistes forestals. Els 6 centres de BTT homologats distribuïts per les comarques de Lleida disposen d'una gran oferta de rutes senyalitzades, classificades en quatre nivells de dificultat, des de les més tècniques per alta muntanya a les fàcils pel fons de les valls i les zones del pla.

La via cicloturística InterCatalunya, que unirà Lleida i Girona al llarg de 300 quilòmetres per mitjà de camins rurals ja existents, carrerades ramaderes, vies urbanes, trams ferroviaris en desús i carreteres amb poca densitat de trànsit, ja té senyalitzat el primer tram de 67,7 km fins a Cervera.

ESCALADA, VIES FERRADES I ESPELEOLOGIA

La geologia dels Pirineus ha dotat Lleida de parets úniques al món on els escaladors de més prestigi a escala mundial hi han posat la seva atenció, la mirada i el cos. Abraçar la natura com es fa des de l'escalada té en terres de Lleida molts enclavaments precisos i idonis per fer-ho. Vies d'extrema dificultat són el gran al·licient dels escaladors professionals, però per als que comencen també hi ha punts molt convenients per practicar aquest esport. Peramola i Oliana (Alt Urgell), Mont-rebei (Pallars Jussà-Noguera) i Sant Llorenç de Montgai (Noguera) són exemples de l'excel·lència de les muntanyes que l'escalada escull.

Les vies ferrades i coves per practicar l'espeleologia també s'expliquen per l'àmplia varietat orogràfica de la demarcació de Lleida.



FOTO: J. Bas



FOTO: Cervera. La Segarra. J. Clariana

MOTURISME

La brillant carrera motociclista dels germans cerverins Marc i Àlex Márquez va motivar l'obertura d'un espai dedicat als cèlebres esportistes dins del Museu de Cervera. Batejat amb el nom "l'm93" (web: <https://museudecervera.cat/ca/c/im-93-27>), és una exposició que repassa la vida esportiva dels pilots Marc Márquez, campió del món de Moto GP, i Àlex Márquez, campió del món de Moto3, amb motos, trofeus i indumentària que els han acompanyat en les seves competicions.

Aquest pot ser un punt de partida, arribada o parada per als aficionats a la conducció en motocicleta, com a part de les moltes rutes que es poden triar als Pirineus i les Terres de Lleida. Muntanyes i plana són al·licient sobre les dues rodes motoritzades, vehicle per sentir la temperatura del territori, el contorn de les muntanyes pirinenques i la dolçor de l'aire a la demarcació lleidatana.

Les motos han escrit un bon tros d'història. Bassella, un petit nucli de l'Alt Urgell, acull el Museu de la Moto (www.museumoto.com), una sorprenent exposició que repassa la història d'aquest mitjà de transport. Són més de mil metres quadrats on s'exposen unes 200 motos de marques nacionals i internacionals, entre les quals destaquen diversos prototips i exemplars únics al món. En aquest espai de rememoració, el visitant hi troba un reclam diferent, que també l'apropa a un paisatge, a uns espais naturals a la serralada pirinenca, de camí cap a la capital de l'Alt Urgell, la Seu d'Urgell, a tocar de la frontera amb Andorra, el país veí, que brinden oportunitats de senderisme, escalada i descoberta de més patrimoni cultural en aquell racó pirinenc.

El Patronat de Turisme ha impulsat el projecte "Moturisme Ara Lleida", un producte turístic, pioner a nivell estatal amb la finalitat de promocionar de manera específica el turisme entre el col·lectiu d'aficionats a viatjar en moto. Aquest projecte estableix un sistema de garantia mitjançant un segell de qualitat que identifica actualment uns 50 establiments d'allotjament turístic i 34 de serveis complementaris de restauració, cafeteries i museus, entre altres. Per a l'obtenció d'aquest segell distintiu, els responsables dels establiments d'allotjaments han hagut de superar un curs amb tallers on-line i presencials.

Vinculat amb aquest projecte, el Patronat de Turisme de la Diputació de Lleida ha editat un desplegable amb informació detallada sobre 10 rutes moturístiques i 2.000 quilòmetres de recorreguts per carreteres amb corbes i paisatges de gran bellesa pel Pirineu i les Terres de Lleida que abracen el conjunt de les comarques lleidatanes. El desplegable inclou també la relació dels establiments d'allotjament turístic i els establiments complementaris que tenen el segell distintiu de "Moturisme Ara Lleida".

Més informació:

Web: www.aralleida.cat

LLEIDA A CAVALL

Les sortides a cavall, en passejades curtes o en travesses de més d'un dia, són cada cop més apreciades, perquè és cada vegada més sabut que a la immersió en l'entorn natural, en aquesta pràctica s'hi suma el contacte directe amb l'animal i l'enriquiment que aquesta connexió amb els equins té sobre les emocions. En qualsevol època de l'any, a les comarques de Lleida hi trobem hípiques preparades amb professionals del món del cavall i l'equitació que guien excursions eqüestres, una altra manera diferent de gaudir del paisatge.

L'AVENTURA ÉS TAMBÉ AL CEL

El mateix cel privilegiat per l'excel·lent visibilitat nocturna dels estels al Pirineu de Lleida i a l'àrea de la Noguera, on hi ha el Centre d'Observació de l'Univers (COU), és també escenari d'experiències per fer sobreixir la nostra adrenalina, com el vol en parapent i en ala de pendent. Allà mateix, al municipi d'Àger, des dels cims de les seves serres es fan alguns dels salts més encoratjadors que es poden practicar, el salt que més alimenta el coratge físic. Tant al peu de la serra del Montsec, a la vall d'Àger, com al municipi d'Organyà, a l'Alt Urgell, es fan enlairaments en vol biplaça o individual, en parapent, ala delta o paracaigudes, que poden ser d'iniciació o de nivells avançats. Volar és ben possible sota el cel de Lleida. I es pot fer també en globus aerostàtic, ultralleuger, i amb altres modalitats com l'heliesquí, avioneta, helicòpter, paramotor, heli-trekking, heli-bike i heli-fish.

BUNGEE JUMPING

El salt al buit, una impressió encara més forta que mantenint el vol en un passeig agermanat amb el vent, té a la comarca del Solsonès un dels emplaçaments més esplèndids de Lleida per a la seva pràctica.

És el salt amb corda elàstica, conegut amb el terme anglosaxó de bungee jumping. Són 122 metres d'altura que confereixen a aquesta presa el tercer lloc més alt del món per a aquest salt esportiu, només superada per una altra de 160 metres a Romania i la més alta del món, a Suïssa, de 220 metres. Al Solsonès, una possibilitat és llançar-se amb la corda elàstica que passa dels 15 als 45 metres, o bé amb una altra que, dels 28, s'estira fins als 90. Emoció extrema de caiguda al buit en un paratge espectacular.

Més informació:

www.bungee.cat





FOTO: Estació d'esquí Aransa. La Cerdanya. **Estació d'esquí Aransa**

ESQUÍ, RAQUETES I SNOWBOARD

L'hivern a Lleida desplega més de 500 quilòmetres de catifes de neu per lliscar, derrapar o caminar sobre muntanyes vestides de blanc distribuïdes per 11 estacions per a la pràctica de l'esquí alpí i l'esquí de muntanya. És el domini esquiable més gran de tot l'Estat espanyol, que disposa de 160 quilòmetres de muntanyes innivades amb 1.472 canons de neu i 145 quilòmetres de circuits per gaudir de passejades amb raquetes de neu. Onze complexos hivernals poden rebre al Pirineu lleidatà més de 110.500 esquiadors per hora en 80 remuntadors i en més de 26.000 places en allotjaments turístics, a banda dels apartaments. Hi ha pistes i activitats per a qualsevol nivell de preparació, i moltes activitats complementàries a l'esquí, com sortides en trineu tirat per gossos.

Les estacions lleidatanes han rebut reconeixements internacionals. Baqueira Beret, a la Val d'Aran, va ser el 2014 la segona millor estació al concurs "Best Ski Destinations"; Boí Taüll, a l'Alta Ribagorça, va rebre els guardons, els anys 2018 i 2019, de millor estació del país durant la celebració dels World Ski Awards que van tenir lloc a Àustria. I Port Ainé, al Pallars Sobirà, va ser triada el 2020 pel diari britànic The Guardian com la millor estació petita d'Europa. L'esquí és motor econòmic i demogràfic al Pirineu de Lleida.

De les 11 estacions d'esquí del Pirineu de Lleida, sis són d'esquí alpí (Baqueira Beret, Boí Taüll, Espot, Port Ainé, Port del Comte i Tavascan) i set, de nòrdic (Aransa, Lles de Cerdanya, Sant Joan de l'Erm, Tuixent-la Vansa i Virós-Vallferrera). Tavascan i Baqueira Beret ofereixen les dues disciplines.

PISTES REVERSIBLES

Quan la neu se'n va, l'activitat a les pistes d'esquí no s'atura. Primavera, estiu i tardor, es pot continuar gaudint de les muntanyes i tot el paisatge que les envolta, amb propostes lúdiques i esportives també adaptades a cada edat i preparació física. Trekking i senderisme, terapèutiques dinàmiques d'orientació, sortides per conèixer el patrimoni cultural i natural, flora i fauna dels voltants, tir amb arc, excursions amb quads, cavalls o BTT, iniciació a l'escalada, són algunes activitats que els complexos hivernals del Pirineu ofereixen als mesos fora de la temporada d'esquí. Amb l'objectiu de desestacionalitzar l'oferta turística i convertir-se en un motor de promoció turística i econòmica durant tot l'any, Baqueira Beret, Boí Taüll, Port Ainé i Espot Esquí, a més de Port del Comte, ofereixen un ampli ventall d'opcions d'oci i esport, turisme actiu i esports d'aventura. Algunes de les estacions disposen de parcs d'aventura, com és el cas de Port del Comte.

Més informació:

Baqueira Beret (la Val d'Aran) - www.baqueira.es

Boí Taüll (l'Alta Ribagorça) - www.boitauill.cat

Espot Esquí (el Pallars Sobirà) - www.esportesqui.cat

Port Ainé (el Pallars Sobirà) - www.portaine.cat

Port del Comte (el Solsonès) - www.portdelcomte.net

Tavascan (el Pallars Sobirà) - www.tavascan.net

Aransa (la Cerdanya) - www.aransaesqui.cat

Lles de Cerdanya (la Cerdanya) - www.lles.net

Sant Joan de l'Erm (l'Alt Urgell) - www.santjoandelerm.com

Tuixent-la Vansa (Alt Urgell) - www.tuixent-lavansa.com

Virós-Vallferrera (el Pallars Sobirà) - https://www.totnordic.com/totnordic_2017/estacions/viros-vallferrera/

Tot Nòrdic - www.totnordic.com

CULTURA I PATRIMONI



En el marc de l'exuberant natura del Pirineu i les Terres de Lleida, 231 municipis són baguls farcits de singularitats culturals. L'estima de la gent als seus pobles i el reconeixement al valor del seu passat han salvaguardat, a cada generació, festes centenàries, tradicions que avui són espectacles d'autenticitat, com les falles al Pirineu, la baixada per la muntanya de troncs encesos a la nit per il·luminar l'arribada de l'estiu, que la UNESCO va declarar Patrimoni Immaterial de la Humanitat. Festivals de música en viu, com el de Música Antiga dels Pirineus, el de Música als Castells o la Trobada d'Acordionistes a Arsèguel, són a l'ADN del territori lleidatà. Fires com la del Teatre de Tàrraga, la de Títelles a Lleida o el Dansàneu a les valls d'Àneu, que és la gran festa de la dansa, són els seus batecs culturals, els d'una terra feta de costums i commemoracions de les quals en fa la festa que convida a descobrir-les. I, a través seu, motiu per endinsar-se en el coneixement de la seva història explicada per vestigis i monuments. Dòlmens, pintures rupestres, temples romànics, gòtics, barrocs, un ric patrimoni de cultura guia aquesta lectura d'un viatge per totes les etapes de la història. Una altra designació de Patrimoni de la Humanitat, el conjunt romànic de 8 esglésies i una ermita de la Vall de Boí, a l'Alta Ribagorça, són testimoni de la cura per l'art al territori, que, entre moltes altres singularitats destacables, disposa de la Seu Vella de Lleida, decla-

rada Bé d'Interès Nacional i candidata a ser designada Patrimoni de la Humanitat per la UNESCO. El poblat iber dels Vilars d'Arbeca, un conjunt arqueològic amb vestigis únics a Europa, i les construccions de Pedra Seca, una tècnica tradicional característica de cultures mediterrànies que a Lleida conserva nombroses mostres, posen en relleu aquesta atenció al patrimoni. A la Seu d'Urgell hi ha l'única catedral romànica conservada a Catalunya, i el seu temple romànic més petit, Sant Salvador del Corb, és al municipi de Peramola, a l'Alt Urgell.

Lleida és també territori de castells, molts dels quals són avui visitables i fins i tot allotjament per als visitants. A les pedres de les seves parets, a fora i a dins, la història medieval del país ens parla, tant o més que els museus, ermites, esglésies i monestirs de Lleida. En ells repassarem totes les etapes del temps passat. Les rutes temàtiques que s'organitzen a cada indret significatiu de manera especial d'aquest patrimoni cultural faciliten la seva descoberta. Combinen estades d'un o més dies, de desconexió, tastos gastronòmics i les visites als llocs emblemàtics.

Més informació:
<https://cultura.aralleida.cat/>

LLLEIDA UNIVERSAL

El primer reconeixement de la UNESCO en terres de Lleida va arribar el 1998, quan es va declarar Patrimoni Mundial el conjunt d'art rupestre de l'arc mediterrani de la península Ibèrica, que inclou 757 jaciments i pintures rupestres, dels quals 16 es troben a la demarcació lleidatana. La Roca dels Moros del Cogul, situat a la comarca de les Garrigues, n'és el més conegut i representa un dels conjunts d'art rupestre més emblemàtics i millor conservats de Catalunya.

A tots aquests reconeixements cal afegir altres tres, rebuts l'any 2018. D'una banda, la UNESCO va dictaminar com a territori excepcional el que abraça el Geoparc Orígens Conca de Tremp-Montsec. Un Geoparc és una marca de qualitat mundial concedida per la UNESCO, que reconeix els valors geològics excepcionals d'un territori habitat i que busca el desenvolupament local sostenible a través de la conservació i promoció del seu patrimoni. I el cel del Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici va obtenir l'acreditació de Destinació Turística i Reserva Starlight, la mateixa que ja té reconeguda des del 2013 la serra de Montsec, on es troba el Centre d'Observació de l'Univers (COU). També centenars de construccions de pedra seca de les comarques de la plana de Lleida han entrat a formar part del Patrimoni Cultural Immaterial de la Humanitat de la UNESCO com l'art de construir murs en pedra seca, tradicional en zones rurals de Croàcia, Xipre, França, Grècia, Itàlia, Eslovènia, Espanya i Suïssa.

LA JOIA ROMÀNICA DE LA VALL DE BOÍ

La Vall de Boí (l'Alta Ribagorça) és un municipi format per 8 petits nuclis de població i és coneguda pel seu important patrimoni natural i cultural, especialment les seves esglésies d'estil romànic llombard, declarades Patrimoni de la Humanitat per la UNESCO l'any 2000.

El reconeixement del romànic de la Vall de Boí com a Patrimoni Mundial ha donat impuls a aquesta zona dels Pirineus. Hi ha augmentat el nombre de visitants de les 9 esglésies romàniques distingides i els bells paisatges de la vall. Un dels elements artístics més característics i singulars és el Crist de Sant Climent de Taüll, que també és una de les imatges emblemàtiques més utilitzades per promocionar Catalunya.

El patrimoni romànic de la Vall de Boí el formen les esglésies de Sant Climent i Santa Maria de Taüll, Sant Joan de Boí, Santa Eulàlia d'Erill la Vall, Sant Feliu de Barruera, la Nativitat de Durro, Santa Maria de Cardet, l'Assumpció de Còll i l'ermita de Sant Quirc de Durro. Totes van ser construïdes als segles XI, XII i XIII seguint models procedents del nord d'Itàlia (romànic llombard), que es caracteritzen pel treball acurat de la pedra, els campanars estrets i la decoració exterior d'arcs cecs i bandes llombardes.

Destaquen els frescos murals de les esglésies de Sant Climent i Santa Maria de Taüll i Sant Joan de Boí, que es conserven al Museu Nacional d'Art de Catalunya, així com totes les escultures produïdes pel taller d'Erill, i especialment el Davallament de Santa Eulàlia d'Erill.

Des del Centre del Romànic de la Vall de Boí, situat a Erill la Vall, s'informa i guia en les visites a les esglésies. Va ser creat amb la finalitat de gestionar, promoure i difondre el valor dels seus singulars temples i per organitzar-ne el servei de visites guiades. El centre consta de cinc àrees ben diferenciades: la recepció de visitants i punt d'informació, la sala d'exposicions temporals, una sala de conferències, l'àrea destinada a la biblioteca i les oficines de promoció i gestió. D'altra banda, amb el lema "Mil anys de Romànic" s'ha incorporat una nova instal·lació pedagògica i interactiva, l'objectiu de la qual és estimular el visitant a conèixer millor el món romànic.

Més informació:

Oficina del Patronat de la Vall de Boí
Tel. 973 69 40 00 - www.vallboi.com

Centre d'Interpretació del Romànic
Tel. 973 69 67 15 - www.vallboi.com/centreromantic/centre

FALLES: LLUMS A LA NIT DE LES MUNTANYES I EMOCIONS AL COR

L'1 de desembre de 2015 la UNESCO va declarar les Falles del Pirineu Patrimoni Cultural Immaterial de la Humanitat. És una festa que atrau gent de tot Catalunya i més enllà, un ritual mil·lenari per donar la benvinguda al solstici d'estiu que consisteix a fer baixar troncs encesos (falles), carregats a l'espatlla, des del cim d'una muntanya quan es fa fosc. Fins a 63 pobles de Catalunya, Aragó, Andorra i França celebren aquesta tradició, i a Lleida ho fan els de Boí, Taüll, Erill la Vall, Barruera, Durro, el Pont de Suert, Llesp, Casós, Vilaller i Senet, a la comarca de l'Alta Ribagorça; Arties i Les, a la Val d'Aran;

Isil i Alins, al Pallars Sobirà, i la Pobla de Segur, al Pallars Jussà.. En la seva celebració, una colla de joves baixen amb troncs encesos de les muntanyes fins al centre del poble, on els esperen la resta d'habitants, i encenen una gran foguera, normalment un tronc de grans dimensions –la falla– preparat durant setmanes. La nit continua amb música i dansa. La data tradicional és Sant Joan, però el calendari s'ha estès a tot l'estiu a les diferents poblacions.

A l'Alta Ribagorça s'organitzen rutes que uneixen la participació en la festa de les falles amb la visita a esglésies romàniques de l'entorn, com Sant Quirc de Durro. Aquesta és una de les propostes del Centre del Romànic de la Vall de Boí. Els mateixos camins que recorren els fallaires la nit de la festa també han estat senyalitzats i són ara un atractiu sender per a excursionistes. Hi ha 10 itineraris marcats.

Més informació:

Patronat Comarcal de Turisme de l'Alta Ribagorça - www.turismealtaribagorca.cat
Patronat de la Vall de Boí - www.vallboi.com



FOTO: Sant Climent de Taüll. Alta Ribagorça J. Adria

VESTIGIS RUPESTRES, PATRIMONI MUNDIAL

La Roca dels Moros és el nom que rep un dels jaciments rupestres de més valor de tota la península Ibèrica, una cavitat en la pedra habitada des del Paleolític. La balma és un aixopluc natural format per un bloc de pedra sorrenca esllavissada en la part de la muntanya assentada al cantó del riu Set, afluent del Segre. Es troba al municipi del Cogul, a la comarca de les Garrigues, i va ser reconegut l'any 1998 com a Patrimoni Mundial de la UNESCO. S'hi poden veure pintures d'art llevantí fetes al VIII-V mil·lenni aC i representacions neolítiques de creences d'habitants posteriors, un conjunt sublim en termes de conservació de 42 figures pintades i 260 elements gravats sobre la roca.

Però el del Cogul és només un dels 16 jaciments arqueològics lleidatans reconeguts per la UNESCO com a dipositaris de pintures rupestres de gran valor, perquè són les primeres expressions artístiques de l'home dins de la primitiva civilització mediterrània i l'embrió de posteriors manifestacions plàstiques. La distinció internacional la tenen també la Cova de Cogulló, a Vilanova de Meià; la dels Vilasos, a Os de Balaguer, i les de la vall de la Coma i la Balma dels Punts, totes dues a l'Albi. Com a elements de característiques singulars s'hi consideren també la Roca del Rumbau de Peramola o els abrics de la Granja d'Escarp, trobats com a conseqüència de prospeccions minaires. A aquests jaciments s'hi afegeixen l'abric de la vall d'Ingla, a Bellver de Cerdanya; les Roques Guàrdies, a les Borges Blanques; les Aparets, a Alòs de Balaguer; la cova d'Antona, a Artesa de Segre; la Balma del Pantà i la Cova del Tabac, a Camarasa; la Balma de les Ovelles, a Tremp, i les pintures rupestres d'Alfés. Tots aquests jaciments són el primer patrimoni cultural de rang mundial que han aconseguit les comarques de Lleida.

PEDRA SECA: PATRIMONI IMMATERIAL PER LA UNESCO

Marges de camins, petits murs que separen finques, però també cabanes de volta que al seu dia eren refugi de pastors, dipòsits d'aigua, pous, forns i basses, han estat aixecats amb una tècnica tradicional que avui es considera com un veritable art constructiu. Art of dry stone: knowledge and techniques (L'art de la pedra seca: coneixement i tècniques) és una proposta internacional que promou la preservació de totes les construccions fetes així, pedra a pedra, sense material d'unió més que el mateix contrapès de cada roc.

Lleida està farcida de construccions fetes amb aquesta tècnica, sobretot se'n conserven a la Plana de Lleida, a les comarques de les Garrigues, el Segrià, el Pla d'Urgell, l'Urgell, la Segarra i la Noguera. I des de novembre del 2018 el seu conjunt ostenta el reconeixement de Patrimoni Cultural Immaterial de la Humanitat, en ser aprovada per la UNESCO la candidatura conjunta presentada per Xipre, Grècia, Croàcia, Eslovènia, Suïssa, Itàlia, França i Espanya. D'aquestes construccions populars, a Catalunya se'n coneix la seva traça des del temps dels ibers, al segle VI aC. I l'època en què se'n van fer més va ser des de finals del segle XVIII fins a finals del XIX.

Al poble de Torrebesses, al Segrià, hi ha el Centre d'Interpretació de la Pedra Seca. El seu objectiu és estudiar i divulgar tot allò vinculat a la pedra seca, però també a la feina pagesa i la vida rural.

Més informació:

Centre d'Interpretació de la Pedra Seca de Torrebesses
www.turismetorrebesses.com/

LLEIDA CIUTAT:

EL TURÓ DE LA SEU VELLA

L'antiga catedral de la ciutat de Lleida, coneguda com la Seu Vella, és un edifici romànic-gòtic ubicat dalt del turó que porta el seu nom, un mirador privilegiat de tot el tramut urbà de la capital. Dedicat a Santa Maria, el temple es va construir al mateix lloc on hi havia hagut abans una mesquita musulmana i els treballs per aixecar-la van fer-se entre els segles XIII i XV. Les singularitats del seu claustre, les portes d'accés i el campanar, amb 7 campanes, el destaquen com un monument candidat a la designació de Patrimoni de la Humanitat per la UNESCO.

Altres visites culturals a la ciutat de Lleida passen pel Castell de la Suda o del Rei i el seu propi centre d'interpretació. És una fortalesa medieval d'origen musulmà, documentada ja l'any 882, que té dos punts principals d'interès: la Sala Noble, habilitada com a centre d'interpretació, amb informació històrica i arquitectònica del castell, i la terrassa panoràmica, accessible amb ascensor, amb vistes de la ciutat i de punts tan llunyans com l'Aneto. El conjunt monumental forma part del Museu d'Història de Catalunya.

Més informació:

Tel. 973 23 06 53 - www.turoseuvella.cat
Centre d'Interpretació de la Suda - www.museudelleida.cat



FOTO: Cogul - Les Garrigues. S. Iglesias



FOTO: Pedra Seca. La Segarra. J. Clariana

LA VIDA DELS TEMPLERS

Monjos i a la vegada guerrers són els coneguts templers, que duïen una vida disciplinadament rígida d'oració i entrenament per a la batalla. La ciutat de Lleida ha dedicat al record d'aquella manera de viure un espai al castell de Gardeny, situat en un dels tres turons de la capital. Allà hi ha ara el Centre d'Interpretació de l'Orde del Temple de Gardeny. La seva visita forma part de la ruta Domus Templi, un itinerari seguint el curs dels rius Cinca, Segre i Ebre, de Montsó fins a Tortosa, que passa pel llegat patrimonial arquitectònic dels templers dels segles XI i XII. Al castell de Gardeny es pot veure com era la Casa Templera de Gardeny, quins eren els ideals del Temple i com vivia la milícia monacal. Allà mateix hi ha també una oficina d'informació i serveis turístics.

Els altres edificis referents de la cultura a la ciutat de Lleida són La Llotja, que és Palau de Congressos i Teatre, en un edifici emblemàtic que ha contribuït a catapultar la capital lleidatana com a segona gran ciutat de turisme de negocis de Catalunya, després de Barcelona.

Turisme de Lleida
Tel. 902 25 00 50 - Web: www.turismedelleida.com

TRES NAUS, TRES ABSIS

A dues passes de l'edifici del Bisbat de Lleida hi ha la segona joia arquitectònica més preuada de la ciutat, després de la Seu Vella. És l'església de Sant Llorenç, construïda entre els segles XII i XV, amb una nau central romànica i dues gòtiques als laterals. Tres naus i tres absis que atresoren destacades peces del patrimoni escultòric de Catalunya i, des del 1990, un orgue que ambienta celebracions eucarístiques i ofereixen concerts que magnifiquen encara més la bellesa del temple.

L'ATRACCIÓ JUEVA A LA CIUTAT DE LLEIDA

Les darreres obres d'urbanització al centre de la capital lleidatana van deixar al descobert restes de l'antic barri de la Cuirassa, que, fins al segle XV, havia estat habitat per una de les comunitats jueves més importants de l'antiga Corona d'Aragó. Tenien fins i tot escola pròpia de medicina. Tot el conjunt descobert ha merescut la instal·lació de diverses passarel·les que faciliten un recorregut senyalitzat amb plafons informatius per poder identificar i contemplar els vestigis que ens parlen de com eren el tram urbà medieval, les cases, el clavegueram i, en definitiva, la vida d'aquesta comunitat. S'hi han trobat

estrís únics a la península. I un gran espai verd veí, els Jardins de la Cuirassa, també s'han habilitat per al gaudi de la gent. Ara tot el conjunt del call es pot conèixer en una visita guiada que, amb el nom de "Les veus de la Cuirassa", fa sentir la companyia dels testimonis que hi van viure, simulats amb veus.

Més informació:
Turisme de Lleida
Tel. 973 70 03 19 - www.turismedelleida.cat

UN PASSEIG PEL MUSEU DE LLEIDA

El Museu Diocesà i Comarcal de Lleida és un dels principals referents culturals a la demarcació. Exhibeix gairebé un miler d'obres d'art des de la Prehistòria fins al segle XVIII, entre les 10.000 peces artístiques del seu fons. Les obres exposades a la seva mostra permanent pertanyen a les antigues col·leccions del Bisbat de Lleida, de la Diputació Provincial i del Capítol Catedralici. Un audiovisual ens situa en la Prehistòria i a través de la seva col·lecció artística repassa les diferents etapes amb exemples d'obres com la Roca dels Moros del Cogul, el baptisteri de Bovalar (Seròs) o un joc d'escacs del temps del califat fatimita tallat en cristall de roca que procedeix del poble d'Àger, a la Noguera. Després de l'època andalusina, trobem el magnífic joc, provinent d'Àger, i el romànic del segle XIII també llueix la seva esplendor cultural al museu lleidatà. Quan s'hi repassen els segles XIV i XV, apareix la construcció de la Seu Vella i l'Escola de Lleida, amb destacats artistes locals de renom en l'estil gòtic. Renaixement i Barroc tenen un espai a la capella del que va ser l'antiga Llar de Sant Josep, dins del mateix museu, que va integrar també l'antiga església del convent carmelita construït originalment en aquest lloc.

Més informació:
Museu de Lleida Diocesà i Comarcal
Tel. 973 28 30 75 - www.museudelleida.cat

VILARS D'ARBECA

La fortalesa dels Vilars d'Arbeca, a la comarca de les Garrigues, és considerada única en el món ibèric. És un complex sistema defensiu concebut el 750 aC per ser inexpugnable, fins cap a l'any 325 aC, quan va ser abandonat. La seva muralla de cinc metres d'amplada i dotze torres, una barrera de pedres clavades i un fossat de tretze metres d'amplada, expressa el poder del príncep o cabdill sobre les comunitats del territori que dominava.



Fortaleses de defensa física van dotar Lleida de nombrosos castells i torres que avui, com a atractius miradors, aixequen la vista sobre el territori, al qual esglésies i ermites tenien també la seva funció. En elles es vetllava per la fertilitat de la terra, la salvaguarda de les collites i la salut dels pagesos i les seves famílies. A tots els pobles, al Pirineu i en comarques de la plana lleidatana, veneraven els seus sants i, encara avui, en celebren els aplecs, especialment concentrats al mes de maig.

CASTELLS DE PONENT

El riu Sió, un dels afluents del Segre que transcorren per la plana de Lleida, és el fil conductor i dona nom a un itinerari turístic que porta a conèixer una vintena de castells de les comarques de la Segarra, l'Urgell i la Noguera. La Ruta dels Castells del Sió recorre uns 70 quilòmetres seguint el curs del riu Sió, passant pels municipis de Cervera, Balaguer, Torà, Tàrraga, Vilagrassa i Anglesola, en una immersió en la riquesa cultural, paisatgística i gastronòmica de la terra. En un viatge d'estampes tan fotogèniques com els camps de cereal, es visiten castells, torres de defensa i esglésies, construccions de mitjans del segle XI, quan els cristians van conquerir la zona. La ruta inclou la visita guiada a set castells (Montsonís, Castell Formós de Balaguer, Florejacs, les Pallargues, Vicfred, les Sitges i Montclar) i al seu pas per la Segarra també és possible veure els palaus de Montcortès de Segarra, Concabella, Ratera i l'Aranyó, tots ells antigues forteses. A l'Urgell, la ruta porta a veure el castell de Montfalcó, d'Ossó de Sió, i a la Noguera, les forteses de Preixens, les Ventoses, Montgai i Pradell, aquesta darrera, torre de defensa que després de la Reconquesta va esdevenir castell. La proposta també permet veure esglésies com les de Sant Esteve de Pelagalls, Sant Salvador de Concabella i Sant Pere de Muller. I en aquest passeig medieval són també protagonistes, per les seves antigues muralles de protecció, el monestir de Sant Ramon i els pobles de Montfalcó Murallat, Cervera, Guissona, Agramunt, Cubells i Balaguer.

Des del Centre d'Interpretació dels Castells del Sió, ubicat al castell de Concabella, al municipi de Plans de Sió, s'aprofundeix en la Ruta dels Castells del Sió i la història de les forteses per mitjà de panells informatius, fotografies i un audiovisual.

Més informació:

Centre d'Interpretació dels Castells del Sió a Concabella. Tel.: 973 55 41 51

CASTELLS DE FRONTERA AL PALLARS JUSSÀ

Una quinzena de castells a la comarca del Pallars Jussà ajuden a marcar sobre el mapa la línia d'antigues divisions territorials. Elevats sempre dalt de turons, són alhora llibres oberts d'història i miradors de primera. Per la seva arquitectura i estat de conservació, el castell de Mur és considerat l'emblema dels castells de frontera dels comtats catalans.

Patis d'armes, torres de vigilància i voltes de canó més o menys conservats ajuden a imaginar la vida en aquestes imponents fortificacions que formen

part d'una ruta que inclou també la visita al recinte de la ciutat emmurallat de Tremp, que encara conserva tres de les seves torres

CATEDRAL ROMÀNICA

A la Seu d'Urgell hi ha l'única catedral romànica de Catalunya, Santa Maria d'Urgell. I al costat del seu claustre hi ha el Museu Diocesà d'Urgell, perquè la capital de l'Alt Urgell acull la seu del Bisbat d'Urgell. I a uns 20 minuts en cotxe de la Seu hi ha el poble d'Organyà, on va ser trobat el text en català més antic que es coneix: les Homilies d'Organyà. Al centre d'interpretació creat per difondre la importància de la troballa s'hi pot veure una reproducció dels escrits. Els originals es guarden a la Biblioteca Nacional de Catalunya. I al mateix poble es pot visitar la col·legiata de Santa Maria d'Organyà, l'església romànica del segle X on l'any 1904 es van trobar les Homilies.

Abans de deixar la comarca de l'Alt Urgell, una senzilla excursió al municipi de Peramola ens du a fer la volta a la muntanya coneguda com la Roca del Corb, i al cim d'un dels massissos del conglomerat hi veurem les ruïnes de l'ermita romànica més petita de Catalunya.

ROMÀNIC AL SOBIRÀ

El romànic, que va donar la volta al món l'any 2000 per mitjà de 8 esglésies i una ermita de la Vall de Boí declarades Patrimoni de la Humanitat, a la resta del Pirineu hi té molts altres temples no tan coneguts. Els del Pallars Sobirà, com Sant Pere del Burgal, Santa Maria d'Àneu, Sant Serni de Baisca o Sant Pere de Sorpe, es presenten en l'espai que la comarca ha dedicat a aquest estil arquitectònic al poble de Son del Pi, a les Valls d'Àneu. El Centre de Documentació dels Pirineus (CEDPIR) l'ha posat en funcionament com a Punt d'Interpretació del Romànic del Pallars Sobirà. Són 100 metres quadrats d'exposició interactiva, on es projecten audiovisuals que endinsen en les esglésies i ermites d'aquest estil artístic, i es donen a conèixer moltes altres construccions amb tècniques de l'estil llombard i l'arquitectura civil i militar del romànic de ponts, torres i castells comunicats al llarg de la conca del riu Noguera Pallaresa.

Més informació:

Centre de Documentació dels Pirineus

www.pyrenea.com

VALLBONA I ELS MONESTIRS DEL CISTER

Pau, resar i treballar, pilars fonamentals de la regla de Sant Benet, han estat des de fa més de 850 anys les consignes de vida als monestirs de l'orde del Cister. I al municipi de Vallbona de les Monges, a la comarca de l'Urgell, una comunitat de monges, dedicades a la pregària, la contemplació i l'horticultura, la ceràmica i la preparació d'estampes i recordatoris, també porten una hostatgeria. L'allotjament monàstic convida a viure una aproximació a l'experiència mística dels monestirs, a respirar el seu silenci i contemplar una vida tranquil·la i fidel a uns principis cristians que des de fa més de 850 anys han fet del monestir de Santa Maria de Vallbona un lloc

FOTO: Vallbona de les Monges. L'Urgell. L. Sansen





FOTO: Pintures Santi Moix- Pallar Sobirà. **B. Chalamanch**

especial, però també un lloc d'acollida per als visitants. Tot el conjunt obeeix a una línia constructiva d'acord amb la regla de Sant Benet, amb sobrietat i funcionalitat. Situada en una gran sala gòtica d'arquitectura austera, hi trobem la farmàcia que portaven les monges, amb estris singulars, pots de ceràmica, balances, herbes medicinals i pots de vidre per fer-hi ungüents. Es poden fer visites guiades a tots els espais del monestir oberts al públic, com la farmàcia, una visita que pot ser part també de la Ruta del Cister, la descoberta de Santes Creus i Poblet, els altres dos monestirs cistercencs, propers, però ja fora de Lleida.

Més informació:
www.monestirvallbona.cat/historia-del-monestir/

EL BARROC DE RINER

Cinc dels conjunts més importants del Barroc a Catalunya es conserven al Solsonès. Per això la comarca ha reservat un lloc a la difusió del seu patrimoni artístic corresponent a aquest període. És l'Espai Barroc, i està ubicat a la Casa Gran del Miracle, al poble de Riner. La seva visita, que presenta un audiovisual i una exposició interactiva per situar-se en el patrimoni barroc del Solsonès, va lligada a la descoberta dels seus cinc monuments principals: el santuari del Miracle de Riner; les capelles de la Verge dels Colls de l'església de Sant Llorenç de Morunys i de la Verge de la Mercè a la catedral de Solsona, i les esglésies de Sant Pere de Matamargó de Pinós i de Sant Pere de Madrona de Pinell. La Ruta del Barroc inclou, a més de les visites, un dinar ambientat al segle XVIII.

Més informació:
 Oficina de Turisme del Solsonès - <http://turismesolsones.com>

NATURA I ART SE CELEBREN AL POBLE DE SAURÍ

Saurí, un petit nucli del municipi de Sort (Pallars Sobirà), és l'exemple d'una realitat comuna a molts poblets del Pirineu de Lleida. Retaules i pintures al fresc



FOTO: Ermita romànica de Corbas. La Cerdanya **Francesc Tur**



FOTO: Església romànica del talló. La Cerdanya. **Francesc Tur**

han estat recuperats a les seves esglésies o ermites, que s'obren al públic i s'hi organitzen visites guiades per aprendre de l'art i les tècniques de recuperació, en aquest cas amb els frescos de l'església de Sant Víctor de Saurí, per mitjà del pintor Santi Moix. En la seva intervenció artística, ha reinterpretat escenes de la tradició cristiana amb elements de la natura que envolta l'església. El color de les pintures murals, aplicades directament a les parets del temple amb la tècnica pròpia de la pintura i arquitectura romàniques, al fresc, esdevé així homenatge a l'espai natural de muntanya on es troba i al mateix temps esleva un cant a l'espiritualitat.

LES CLAUS DE LES ESGLÉSIES DE LA CERDANYA

Al Pirineu, la mateixa fe que mou muntanyes les va esquitxar de petits temples de la bellesa dels quals, a la comarca de la Cerdanya, ha motivat la creació de dues rutes, la de la Solana i la de la Baga, que marquen el camí de la visita a vuit esglésies. Santa Maria d'All (Isòvol), Santa Maria de Quadres (Isòvol), Santa Cecília de Bolvir i Sant Climent de Talltorta (Bolvir) es visiten dins de la Ruta de la Solana. I Santa Maria de Talló (Bellver de Cerdanya), Sant Julià de Pedra (Bellver de Cerdanya), Sant Joan Baptista de Riu de Cerdanya i Sant Pere d'Alp formen part de la Ruta de la Baga. Aquesta iniciativa de descoberta ha estat impulsada per Turisme de la Cerdanya en col·laboració amb el Bisbat d'Urgell.

Més informació:
www.cerdanya.org/visitesesglesies
 Turisme de la Cerdanya - Tel. 972 14 06 65

ANTIC COMERÇ

El poble de Salàs, al Pallars Jussà, dona la benvinguda als curiosos d'un passat amb el taulell de botiguer com a protagonista. El comerç a peu de carrer i les relacions veïnals a través dels productes d'ús quotidià han ressuscitat comerços antics d'aquesta vila. Entrant ara a la seva farmàcia, estanc, barberia, merceria-perfumeria, ultramarins i colonials, impremta, quiosc i cafè fem un viatge a finals del segle XIX i fins a mitjans del segle passat, quan aquests comerços

eren els principals llocs d'abastiment del que feia falta a totes les cases del poble i a les masies i nuclis més petits dels voltants. Salàs, que havia estat cèlebre per la seva fira de bestiar, fins al punt de considerar-la una de les més grans de la península, ara ho és perquè rememora el comerç antic, el de proximitat, el del bon dia amb nom propi de cada client de les botigues que la vila ha anat recuperat en un projecte únic a Catalunya. La recreació amb mobles, envasos i etiquetatge fidels a l'època de què ens parlen els ha fet ara museu, on respirem l'esperit d'un temps i l'entranyable record viu d'una manera de fornir-nos que el comerç just i el consum de productes de proximitat als nostres dies ens ajuden a tornar a apreciar.

Més informació:
www.botiguesmuseusalas.cat

AMB ELS PEUS A LA MEMÒRIA HISTÒRICA

Llibertat, justícia social i progrés, conceptes cabdals en el pensament de qui va ser el primer president de la Generalitat de Catalunya, Francesc Macià, volen ser també arguments de reflexió per entendre les arrels del catalanisme, al centre cultural que el poble de les Borges Blanques ha dedicat al polític. L'Espai Macià, un edifici al mig del nucli urbà, s'inclou en la Xarxa d'Espais de la Memòria de Catalunya. També és punt de partida de la descoberta d'una comarca que és un gran paradís d'oliveres, olives i mans que en fan oli. I el seu Oli Verge amb DO Les Garrigues és considerat un dels millors olis del món.

Més informació:
Espai Macià
Tel. 973 14 08 74 - Web: www.espaimacia.cat

PERSEGUITS I SALVATS

L'exili que va viure l'expresident Macià va marcar també la vida de milers de persones que entre els anys 1939 i 1944 van decidir creuar els Pirineus des de França fugint dels soldats nazis a la Segona Guerra Mundial. La llibertat que somiaven era a l'altra banda de les muntanyes, per camins que han estat recuperats i senyalitzats a les comarques de la Val d'Aran, l'Alta Ribagorça, el Pallars Sobirà, l'Alt Urgell i la Cerdanya. Són cinc rutes que es poden seguir gràcies al projecte 'Perseguits i salvats'.

Un dels itineraris d'exili des del departament francès de l'Arieja al Pallars Sobirà passant per l'Alta Garona ha estat batejat com "El Camí de la Llibertat" i es pot complementar amb la visita a la Presó-Museu de Sort. I l'última d'aquestes rutes d'evasió senyalitzades ha estat impulsada per la Diputació de Lleida i ressegueix el recorregut que va fer conèixer-se, i enamorar-se, al Pirineu, el francès Dan Ehrlich i l'holandesa Betsy Wijnberg, que després es van casar. El camí enllaça les comarques de la Val d'Aran i el Pallars Sobirà des del Tuc dera Girèta, Montgarri, Pont de Perosa, Bordes de Perosa i el refugi Fornet, fins a arribar a Alòs d'Isil.

Les rutes de fugida de l'Holocaust, com aquestes, han esdevingut un atractiu per al poble israelià, que aprofita per visitar el Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici. Cada any uns 300.000 ciutadans israelians visiten Catalunya motivats per la cultura i la natura dels nostres paisatges i Lleida és a la seva agenda de viatge.

UN MUSEU DE VESTITS DE PAPER

Fa 44 anys que la població de Mollerussa, capital de la comarca del Pla d'Urgell, organitza el Concurs Nacional de Vestits de Paper, on arriben les creacions més originals de moda amb aquest material. L'espectacularitat d'alguns dels dissenys d'època, fantasia i moda actual que han participat en les desfilades del concurs es pot veure al museu que la població els ha dedicat. Són gairebé un centenar de vestits d'original confecció únicament amb paper, només cosits a mà o a màquina.

Més informació:
Museu de Vestits de Paper de Mollerussa.
Tel. 973 60 62 10
www.museuvestitspaper.cat

UNA LLAR DE LA CULTURA PAGESA AL PIRINEU

La matança del porc i l'elaboració dels embotits per al consum propi a les cases, la conservació dels aliments, la distribució de les diferents estances de l'espai de vida privada, i les tasques domèstiques de dones i homes es donen a conèixer a l'interior d'una autèntica llar palleseira com ho és Casa Gassia. Ubicada en un dels carrers del nucli antic d'Esterrí d'Àneu, al Pallars Sobirà, aquesta casa va esdevenir Ecomuseu de les Valls d'Àneu perquè, parlant de la vida al Pirineu, permetia mostrar portes endins un habitatge tal com eren la majoria i, al mateix temps, les feines del camp, el treball de la terra i amb



FOTO: Museu del paper. Pla d'Urgell. **N. Souto**

els animals. L'Ecomuseu de les Valls d'Àneu és la llar de la cultura ancestral, la memòria del territori, els seus costums, tot això transita al voltant d'aquesta casa palleseira, tal com eren totes a les valls pirinenques fins a meitat del segle XX. Des d'ella irradien atractives propostes com la visita guiada a esglésies, obradors de formatge i rutes tematitzades, de dia i de nit, amb veu de dones que van tenir el seu paper en la història de les Valls d'Àneu.

Més informació:
www.ecomuseu.com

AUTÈNTICS PASTORS DE MUNTANYA

La vida pagesa i la ramaderia viuen al Pirineu de Lleida al camí del record i la tradició, i la renovació i sang nova de joves incorporacions a granges i cases de pagès. L'Escola de Pastors de Catalunya té la seva seu a l'antiga rectoria del petit nucli d'Enviny, al municipi de Sort. I cada any una quinzena d'alumnes segueixen el curs homologat pel Departament d'Agricultura, Ramaderia i Pesca de la Generalitat per esdevenir pastors d'ofici. Explotacions familiars i sostenibles mediambientalment són al seu horitzó, inspirades en la tradició agroramadera del Pallars. A la vall d'Àssua, al Pallars Sobirà, la localitat de Llessui ha habilitat l'edifici de les antigues escoles com a Ecomuseu dels pastors de la vall, que ens parla d'aquest ofici des dels seus orígens fins a l'actualitat i ens mostra les eines, els usos de la llana i la dalla, que han ajudat els pobles a viure de la terra i del bestiar.

Més informació:
www.turisme.sort.cat

MÚSICA A LLOCS SORPRENENTS DE LLEIDA

La música pren a Lleida un relleu especial perquè a les seves comarques es desplega un calendari de festivals que trien llocs molt especials per celebrar-hi concerts en directe. Un d'ells és el Festival de música antiga dels Pirineus, que programa espectacles musicals en una trentena de municipis. El programa Música sota les estrelles combina la música amb la visita al Centre d'Observació de l'Univers (COU) al Montsec i l'experiència de contemplar el cel de nit en un enclavament privilegiat per fer-ho per la seva excel·lent visibilitat nocturna dels astres. El Cicle de Música als Castells aixeca els millors sons melòdics als cims de les fortificacions medievals, per gaudir de concerts amb vistes als camps i als pobles. I al poble d'Arsèguel convoquen cada any la Trobada d'Acordionistes del Pirineu, des del 1976. Ermites, esglésies, castells, catedrals i espais naturals esdevenen així escenari de desconexió amb totes les notes del pentagrama de companyia, fent-nos sentir també el batec d'indrets especials, per la història que custodien les seves pedres i per l'entorn paisatgístic on es troben.



A la ciutat de Lleida, amb el nom i el record del pianista i compositor Enric Granados s'ha concebut l'auditori, que és espai de creació, promoció, investigació i ensenyament de la música i eix vertebrador de la vida musical de la capital. L'Auditori Enric Granados és referent per a tot un territori que la música fa vibrar, des dels Pirineus fins a la Plana.

Més informació:
www.femap.cat
www.parcstronomic.cat
www.auditorienricgranados.cat

ELS MUSEUS DE L'AIGUA

L'aprofitament de la força de l'aigua en l'impuls que pren des dels cims del Pirineu per fer anar les turbines que transformen aquest vigor en electricitat va fer omplir d'embassaments la Vall Fosca, al Pallars Jussà. Tota la planificació i construcció de les gegantines infraestructures hidrogràfiques es donen a conèixer en fotografies, plànols, maquetes i audiovisuals al centre museogràfic que recorda l'espectacular obra. El Museu Hidroelèctric de Capdella narra, així, la història de l'aigua que ens va portar la llum a les cases. El telefèric d'Estany Gento que feien servir els empleats del complex hidroelèctric és avui un atractiu mitjà de transport per als visitants, que poden així apropar-se a una de les entrades del Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici. Com vivien, l'escola i les botigues que tenien i l'hospital que es va construir l'any 1912 per als obrers que van arribar d'arreu de l'Estat s'expliquen també en aquesta Vall Fosca, paradigmàticament fàbrica de llum. L'hospital es va fer de cartró i, per impossible que semblés, encara avui s'hi poden visitar les seves restes, la salvaguarda de les quals li ha merescut la catalogació com a Bé Cultural d'Interès Local.

A la Vall Ferrera, la serradora i el molí fariner del poble d'Àreu també expliquen com la força de l'aigua permetia serrar troncs. La d'Àreu és una de les dues úniques serradores hidràuliques que es conserven íntegres a Catalunya i l'única en disposició de funcionar. A la vall d'Ora, a la comarca del Solsonès, també es poden visitar diverses serradores hidràuliques i molins fariners.

Tota la feina que temps enrere va fer l'aigua que brollava de les muntanyes, avui és font de salut per al cos, gràcies als balnearis que a Lleida posen aigua mineromedicinal al servei de les persones. El turisme termal té a Lleida espais de cura del cos immersos en entorns naturals que també fan la seva contribució

al benestar. Els balnearis de Caldes de Boí (Alta Ribagorça), Rocallaura (Urgell), Banys de Sant Vicenç (Alt Urgell), Banys de Tredòs, Termes d'Arties i Baronia de Les (Val d'Aran) són una invitació a deixar-se abraçar pels beneficis de la natura, portes endins dels espais de salut, i amb tota la riquesa del paisatge on són situats.

Més informació:
www.vallfosca.net
www.turisme.pallarsobira.cat
www.turismesolsones.com

EXPRESSIÓ TEATRAL EN CARRERS I PLACES

A la capital de l'Urgell, Tàrraga, l'art d'escenificar hi té un escenari de primer nivell. S'hi exhibeixen arts escèniques contemporànies, llibertat creativa expressada en places i carrers. FiraTàrraga és la marca comercial de la Fira de Teatre al Carrer de Tàrraga. Des del 1981, cada segon cap de setmana de setembre la població esdevé aparador d'innovadores propostes teatrals, un mercat internacional d'agents que contracten espectacles, alhora que explosió de sorpreses per a tots els públics.

Més informació:
www.firatarrega.cat

MURALS QUE EMBELLEIXEN POBLES

A Penelles, un petit nucli de població de la Noguera d'uns 500 habitants, l'any 2016 una parella de veïns molt creatius va enginyar una convocatòria d'artistes perquè pintessin les parets del poble amb suggerents dibuixos. Va ser la seva manera de posar el focus sobre la localitat per atraure mirades a través de l'art. Van batejar la iniciativa com el GarGar Festival de Murals i Art Rural. Des d'aleshores, cada any han aplegat diferents artistes i moltíssima expectació de gent vinguda d'arreu. L'èxit d'aquesta iniciativa, que ha vestit meravellosament les parets del poble, ha encomanat el mateix desig i aventura a diverses poblacions de les rodalies. Ara una ruta per totes elles ha esdevingut a la Plana de Lleida un artístic reclam turístic que fa descobrir petites localitats, fins ara molt anònimes per als visitants, a través de fantàstiques creacions d'art.

Més informació:
www.gargarfestival.com



FOTO: Arxiu Festival Esbaïola't

PROJECTE CHARM

L'experiència immersiva en pobles europeus amb carisma és el propòsit del projecte CHARM que lidera l'Agència Catalana de Turisme, amb el suport del Patronat de Turisme de la Diputació de Lleida, i que té abast continental. La iniciativa pretén crear una ruta entre sis països que uneixi 10 pobles amb encant i distinció pel seu patrimoni històric i natural. Taüll, a l'Alta Ribagorça, ja en forma part i, com totes les poblacions seleccionades, ofereix una setantena d'activitats basades en el seu patrimoni cultural i natural. A través d'experiències innovadores, es pretén crear fluxos cap a zones rurals menys turístiques i descongestionar altres àrees més visitades.

El projecte té finançament europeu i, per desenvolupar-lo, l'Agència Catalana de Turisme compta amb el suport de 6 socis als altres països participants que són: Turismo Vivencial (TUVI), Tradições de Outora (TDO-Portugal), Institut für Tourismus und Bäderforschung in Nordeuropa (NIT), Tour Guide Fox (TGF), Software Engineering Italia-Swing:IT, i la Red de Regiones Europeas por el Turismo Sostenible y Competitivo (NECSTOUR).

Més informació:

Patronat Comarcal de Turisme de l'Alta Ribagorça
www.turismealtaribagorca.cat
 Patronat de la Vall de Boi
www.vallboi.com

L'ENCANT DELS POBLES

Tot el que es fa als pobles, festes populars de llarga tradició, originals fires, iniciatives culturals que donen a conèixer el seu patrimoni i l'entorn natural, donen relleu i il·luminen les poblacions en el mapa. Però n'hi ha que brillen per si mateixes més que unes altres, per l'encant dels seus carrers i cases empedrats, la decoració dels seus balcons amb flors o la seva entranyable ubicació enmig de la natura.

Tres municipis de Lleida, Montsonís a la Noguera, Arties a la Val d'Aran i Taüll a l'Alta Ribagorça tenen la distinció de Pobles amb Encant. Una distinció que promou l'Agència Catalana de Turisme (ACT). Pobles amb Encant es fixa en nuclis de menys de 2.500 habitants. D de la humanitat e Montsonís en destaquen el seu castell salvaguardat per la mateixa família durant 30 generacions, un antic forn de pa i les seves esglésies romàniques de Sant

Maria i Sant Urbà, els fanals tradicionals de l'enllumenat públic i els carrers empedrats. Taüll es va donar a conèixer al món amb la declaració de la UNESCO que va fer Patrimoni de la Humanitat 8 esglésies de la seva vall, dues de les quals, Sant Climent i Santa Maria, es troben al seu municipi. A les portes del Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici, Taüll recull també un motiu d'orgull per un altre reconeixement mundial: la baixada de Falles que celebra aquest poble pirinenc. Pel que fa a Arties destaca pels seus amplis espais naturals com el Lac de Mar o l'ascens al mític Montarto, la seva cultura com podrien ser les festes del foc que són Patrimoni Immaterial de la Humanitat per la UNESCO, o la seva gran oferta de patrimoni, gastronomia, oci o esports.

Però de pobles amb el seu encant propi n'hi ha molts més. Bagergue, el nucli més alt de la Val d'Aran, a gairebé 1.500 metres d'altitud, és considerat un dels més macos de l'Estat, segons l'associació Pueblos más bonitos de España, creada l'any 2011. El reconeixement estatal respon a la seva bellesa, la seva església romànica de Sant Fèlix i el Museu eth Corrau, que mostra estris del modus de vida local. Aquest nucli aranès també ostenta la distinció de Viles Florides de Catalunya.

D'altra banda Solsona i la ciutat de Lleida compten amb el distintiu de ciutat al caràcter. Solsona es considera Ciutat amb Caràcter pel seu Carnaval, Corpus i Festa Major, el Museu Diocesà, els vestigis de les muralles medievals i el conjunt catedralici de la capella de la Verge del Claustre i el Palau Episcopal. La capital del Solsonès és el segon municipi de Lleida amb aquest distintiu que promou el turisme cultural. Pel que fa a la ciutat de Lleida ha estat distingida amb la marca turística 'Ciutat amb caràcter' com a destinació de turisme cultural en un marc de ciutats mitjans amb una forta personalitat històrico-cultural. La marca reflecteix l'aposta per la cultura com a element de singularització i, alhora, dona un fort impuls al turisme cultural a la ciutat.

Més informació:

Foment Torisme Val d'Aran - www.visitvaldaran.com
 Turisme de l'Alta Ribagorça - www.turismealtaribagorca.cat
 Turisme de Solsona - www.solsonaturisme.com
 Turisme de Lleida - www.turismedelleida.cat
 Turisme Noguera: www.turismenoguera.cat

GASTRONOMIA I PRODUCTES DE LA TERRA



FOTO: C. C. de les Garrigues

L'oli i la fruita dolça porten Lleida en el seu etiquetatge fronteres enllà, tant o més com ho estan fent també des de fa temps formatges, carns i torrons amb denominacions d'origen com la DOP Formatge i mantega de l'Alt Urgell i la Cerdanya, la DOP Pera de Lleida i la DOP Oli de les Garrigues, la DO Vi Costers del Segre i les IGP Vedella del Pirineu i Torró d'Agramunt.

Som a la terra dels sabors, i el paisatge dels seus camps de conreu de cereal i arbres fruiters i vinyes ens ho mostra. En línia amb l'aposta per la sostenibilitat del territori impulsada pel Patronat de Turisme de la Diputació de Lleida, cada vegada són més les propostes per als visitants de descoberta gastronòmica completa: des de la visita als camps o explotacions on neix la matèria primera, com l'experiència de la floració dels camps de presseguers a Aitona, entre d'altres pobles del Segrià i de les Garrigues, fins als restaurants on preparen les

especialitats culinàries amb aquells productes, passant per la contextualització de tradicions familiars i el desig de la gent dels pobles de salvaguardar maneres de cuinar i festes que les honoren.

A tot el territori de Lleida van sorgint campanyes d'àmbit local o comarcal com ara Al teu gust. Aliments del Pallars; Menja't l'Urgell; Origen Cerdanya, o Noguerament Bo i jornades gastronòmiques dedicades a diferents productes, com el bolet (Alta Ribagorça, Pallars Jussà, Solsonès...), el caviar i l'esturió (Val d'Aran) o l'oli (Garrigues). També diversos col·lectius de cuiners han fet pinya per donar a conèixer les peculiaritats de les seves elaboracions i productes propis. En són exemples al Pallars el grup de la Xicoia i, a la plana, Noguera Cuina i All Cuiners de Lleida.

RUTES QUE FAN VENIR GANA

Les Garrigues es considera l'epicentre de l'oli de Catalunya, tant en quantitat de producció com en reconeixement del seu oli verge extra. La comarca va tenir la primera denominació d'origen d'oli d'oliva de l'Estat, la DOP Garrigues, que inclou uns quants productors d'oli de la variant arbequina de pobles de les comarques veïnes del Segrià i l'Urgell, tradicionalment terres de secà i denominades 'Garrigues històriques'. Però, a més d'aquestes tres comarques, també trobem oli de molta qualitat a la Noguera i al Pallars.

Les terres de Lleida, a més, són l'origen de l'oliva arbequina, una varietat molt apreciada per cuiners d'arreu que ha fet una gran fama mundial. El poble d'Arbeca n'és el seu bressol. Els molins que durant segles s'han emprat per aquesta producció, marges de pedra seca i camps de conreu de l'olivera marquen el camí pel que la terra convida a caminar i gaudir de la riquesa del territori, el seu modus vivendi des de temps dels fenicis, que van portar les oliveres a la terra lleidatana. Els monestirs medievals, com el de Vallbona de les Monges, ja produïen el seu oli. Avui, la recuperació de varietats autòctones ens donen a conèixer aromes i sabors ancestrals.

L'oli és protagonista de l'oleoturisme amb una gran varietat de propostes i oferta oleoturística que inclou tastos d'oli, tallers de cuina, recorreguts històrics i visites a centres d'interpretació de l'oli amenitzades amb el relat dels guies. Tot està pensat per gaudir-ne en família o grup, són més d'una trentena d'activitats pensades per a qualsevol edat sobre la història viva d'aquest ingredient culinari tan present a casa nostra.

Ruta de l'oli i l'aigua

Les Borges Blanques i Vila-sana organitzen "La ruta de l'oli i l'aigua", que porta a visitar el patrimoni cultural i natural d'una comarca de secà, les Garrigues, i una de regadiu, el Pla d'Urgell. I també a les Garrigues, el Centre de la Cultura de l'Oli de Catalunya, a la Granadella, ens descobreix el conreu de les oliveres i les construccions típiques de pedra seca, seguint un itinerari amb 'burricleta' (bicicletes elèctriques).

El vi és també fil conductor de passejades per la terra. A Lleida es localitzen set zones diferents d'una mateixa Denominació d'Origen, Costers del Segre. Des d'ella, cellers, restaurants, hotels, empreses turístiques i institucions impulsen la Ruta del Vi de Lleida-Costers del Segre, que esquitxa amb experiències per gaudir amb el cultiu de vinya i la producció de vins de les subzones del Pallars, Artesa de Segre, Garrigues, la Vall del riu Corb, l'Urgell, el Segrià i Raimat.

I encara un altre producte que s'identifica amb les Terres de Lleida, el cereal, ha agermanat el pa i la cervesa com a guies turístics. Les grans extensions de conreu de cereal han convertit Lleida en el graner més important de Catalunya. Des de temps dels primers pobladors ibers, hi ha constància de producció

de pa i cervesa a les terres de Ponent. La cervesa San Miguel hi va néixer i ara obre al públic el seu Centre d'Interpretació de la Cervesa, visitable amb reserva concertada. A Bell-lloc, al Pla d'Urgell, la cervesera catalana Estrella Damm també disposa d'una factoria per proveir-se de malt. La cervesa té la seva proposta de vivència d'esbarjo i descoberta. Impulsada per l'Associació de Cervesers Artesans de Lleida, aplega activitats i experiències al voltant d'aquesta beguda feta artesanalment a base d'aigua, blat maltat i llúpul que organitzen sis petites productores de cervesa compromeses en la promoció i difusió d'aquesta elaboració ancestral.

A pràcticament totes les comarques de Lleida hi trobem elaboradors artesans de formatges i embotits. Els ramats d'ovelles, cabres, vaques i poltres de les contrades de muntanya dels Pallars Jussà i Sobirà, l'Alt Urgell, la Cerdanya, l'Alta Ribagorça, la Val d'Aran o el Solsonès, així com a la Noguera, la Segarra, l'Urgell, les Garrigues o el Segrià, pasturen al costat d'obraders formatgers i carnisers on preparen carns fresques de qualitat i especialitats locals com la girella, el xolís, lllonganissa o botifarres de tota mena. I cada cop més obraders són oberts al públic per fer pròxims el producte i la seva elaboració.

I a les cuines de restaurants escampats per tot el territori lleidatà, menús amb productes de quilòmetre zero, propostes d'Slow Food, fires, mercats i tastos de productes de temporada omplen el calendari de cites a les Terres de Lleida i al Pirineu, demostrant que el territori és un veritable rebost de Catalunya.

RECONeixEMENTS INTERNACIONALS

El restaurant Fogony de Sort, al Pallars Sobirà, compta ja més de quinze anys amb una estrella de la Guia Michelin. L'ha tornat a renovar aquest 2021, com ho han fet també els restaurants La Boscana de Bellvís (el Pla d'Urgell) i Malena de Gimènells (el Segrià). La Boscana, a més, ha estat reconegut com el cinquè millor restaurant de l'Estat espanyol segons el rànquing d'El Tenedor, elaborat a partir de les valoracions i les opinions que els clients del restaurant li atorguen durant l'any, tenint en compte una sèrie de criteris com les notes obtingudes pels restaurants durant el 2020, el volum d'opinions durant aquest any, les visites a la fitxa de l'establiment i les reserves generades.

Al Solsonès, el restaurant Casa Albets de Lladurs (el Solsonès) ha rebut l'estrella verda Michelin que premia els restaurants i cuiners compromesos amb la defensa del medi ambient. I el cuiner Mateu Blanch, propietari del restaurant Caravista de Lleida (el Segrià), ha estat guardonat aquest 2021 com a "Xef de l'Any" per la prestigiosa Guia Gourmand.

Més informació:

Patronat de Turisme de la Diputació de Lleida
www.aralleida.cat/gastronomia
www.aralleida.cat/oleo-turisme/



FOTO: Agramunt. L'Urgell. L. Sansen



FOTO: I. Sebé

TURISME EN FAMILIA



FOTO: Parc Astronòmic Montsec. La Noguera. S. Ribas

La Vall de Boí, a l'Alta Ribagorça, i les Valls d'Àneu, al Pallars Sobirà, van ser els primers territoris de Lleida a obtenir un segell de Turisme Familiar. El dona l'Agència Catalana de Turisme a municipis especialment sensibles amb aquest segment de públic, adults amb infants, per al qual adapten equipaments i serveis.

Especialment en els darrers anys, moltes de les comarques de Lleida s'han anat consolidant com a destí de turisme familiar. Diverses certificacions de la Generalitat de Catalunya ho avalen. Fins i tot alguns agents de promoció turística del territori han promogut la concepció d'equipaments específicament pensats per al gaudi en família. És l'exemple de Pirineus-

Noguera Pallaresa, la darrera àrea de Lleida que s'ha afegit a les àrees certificades com a Destí de Natura i Muntanya en Família, com la Vall de Boí i les Valls d'Àneu. Pirineus-Noguera Pallaresa inclou els municipis de Baix Pallars, Llavorsí, Rialp, Soriguera i Sort i fins a 45 dels seus establiments turístics. Per la seva banda, la Val d'Aran ha rebut el segell de turisme familiar, que atorga la Federació Espanyola de Famílies Nombroses (FEFN), en reconeixement a la seva oferta orientada al públic familiar. El territori ofereix al més petits un gran nombre d'activitats dirigides al seu desenvolupament físic, cognitiu i d'oci, com ara campus infantils, botigues especialitzades, guarderies o propostes d'oci infantil.

Equipaments amb segell de Turisme Familiar

El Parc Astronòmic Montsec (PAM) està adherit al segell d'Equipament Familiar de l'Agència Catalana de Turisme. Això garanteix el seu esforç per integrar la seva acció a l'entorn de manera sostenible, un fet que encara reforça més el seu compromís amb el planeta que la certificació Starlight de la UNESCO representa. El segell d'Equipament Familiar també assegura que el Centre d'Observació de l'Univers (COU) disposi d'una oferta dirigida a totes les edats i tipologies d'usuaris, i especialment a les famílies amb nens, amb serveis com ara canviadors per a nadons i adaptació de les exposicions i activitats per a les diferents edats dels menors. Juntament amb el segell d'Equipament Familiar, el COU també incorpora la certificació Starlight, que assegura experiències sostenibles de preservació del patrimoni cultural i la millora de l'economia local reduint l'impacte negatiu per al medi ambient. L'adaptació de les instal·lacions a l'accés i gaudi de persones amb mobilitat reduïda o necessitats especials també la comprèn el certificat. L'esquí és un esport familiar. S'encarreguen de confirmar-ho algunes de les estacions de muntanya dels Pirineus de Catalunya, certificades com a equipaments familiars per l'Agència Catalana de Turisme. Al Pirineu de Lleida Port-Ainé, Espot Esquí i Boí Taüll compten amb aquesta certificació. Totes tres estacions despleguen un ampli ventall d'opcions per fer amb els més menuts.

Una altra instal·lació amb la certificació de Turisme Familiar és el Zoo del Pirineu. Ubicat al municipi d'Odèn, al Solsonès, exhibeix una quarantena d'espècies d'aus rapinyaires i animals autòctons. També el Rafting Parc La Seu d'Urgell i l'estació d'esquí de Port Ainé han aconseguit la distinció de llocs idonis per anar-hi amb infants, perquè ofereixen molts paquets turístics aptes per al públic infantil. Al parc de la Seu, ho fan amb activitats com el ràfting, el piragüisme i els circuits per recórrer amb bicicleta. També la granja escola La Manreana Parc, a la comarca de les Garrigues, amb tot tipus d'animals i un centre de natura i fauna, ostenta l'acreditació d'equipament de turisme familiar.

Però Lleida és eminentment acollidora amb el públic familiar. Els allotjaments de turisme rural i càmpings ho faciliten molt. Apropen a l'entorn natural, on les famílies amb nens tenen una gran vivència de llibertat. I propostes com el Tren dels Llacs, el recorregut turístic i paisatgístic entre Lleida i la Pobla de Segur travessant diverses comarques, inclouen atractius especials per als infants. En aquest cas, durant el trajecte, a l'interior del tren s'hi fa una petita actuació teatral i un tast de coca de recapte.

I al nord de la comarca del Pallars Sobirà, un animal tan emblemàtic i atractiu per als menors com ho és l'os endinsa les famílies en la natura, per seguir els itineraris on fan vida els ossos bruns que viuen en llibertat a les muntanyes de Lleida. La Casa de l'Os, al poble d'Isil, és el punt de partida de les excursions per seguir la Senda de l'Os, després de conèixer, a la seva llar, com són i com viuen aquests grans amics dels nens.

Més informació:

La Vall de Boí - www.vallboi.cat/ca

Les Valls d'Àneu - www.vallsdaneu.org/

Pirineus-Noguera Pallaresa - <http://turisme.pallarssobira.cat>

Parc Astronòmic Montsec - www.parcastonomic.cat

Zoo del Pirineu - www.zoopirineu.com

Rafting Parc La Seu d'Urgell - www.raftingparc.cat

Ski Pallars - www.skipallars.cat

Ferrocarrils de la Generalitat de Catalunya - www.trendellsllacs.cat

Patronat de Turisme de la Diputació de Lleida - www.aralleida.com

Casa de l'Os bru dels Pirineus - www.casaosbru.org



FOTO: Port Ainé. Pallars Sobirà. **Marisa Tartera**



FOTO: Tren dels llacs. La Noguera. **Oriol Clavera**

LLEIDA, CONSCIÈNCIA ACCESIBLE

FOTO: Parc Nacional d'Aigüestortes. R. Llimargas Llop

Consciència d'inclusió per al gaudi de qualsevol persona, al marge dels seus condicionants físics o psíquics, és un concepte que forma part de la sostenibilitat que el progrés demana per al bé comú.

A la demarcació de Lleida, més de la meitat dels hotels, pensions, hostals, fondes i apartaments estan adaptats a la normativa europea sobre barreres arquitectòniques i disposen de serveis per a persones amb alguna discapacitat. Les comarques de la Plana i del Pirineu de Lleida disposen en l'actualitat d'un centenar d'establiments i equipaments adaptats a persones amb dificultats de mobilitat o necessitats especials. La gran majoria d'aquests espais es troben a les comarques de muntanya i a la ciutat de Lleida. Són hotels, empreses d'esports d'aventura, equipaments de transports, rutes i espais naturals, museus, centres culturals i estacions d'esquí.

Una de les primeres actuacions que es van fer en un espai natural a Lleida, amb consciència d'inclusió a través de l'accessibilitat, va ser la instal·lació de la passarel·la de 450 metres que dona entrada al pla d'Aigüestortes, a 1.835 metres d'altitud, dins del Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici. Aquell pas adaptat, com el qual ara n'hi ha alguns més, és un itinerari adaptat a persones amb mobilitat reduïda, apte per circular-hi amb cadira de rodes i també molt apropiat per a famílies amb infants. I a l'espai natural de l'Aiguabarreig Segre-Cinca, al municipi de la Granja d'Escarp (el Segrià), hi ha instal·lada una passarel·la de fusta d'uns 700 metres de longitud ubicada dins d'un bosc de ribera on es poden observar diverses espècies d'aus.

Al municipi de Clariana de Cardener, al Solsonès, l'empresa de guies de muntanya Tirant Milles ha ampliat les instal·lacions de la caseta del pantà de Sant Ponç per adaptar-les a persones amb mobilitat reduïda, a famílies amb cotxes adaptats i a gent gran. També han introduït la cadira amfibi per facilitar l'accés al bany i a l'ús de caiacs per a qualsevol persona al marge de les seves limitacions. I aquests són només alguns exemples concrets de la Lleida que salva obstacles obrint pas a tothom.

Pistes per a tota capacitat

Lleida ha estat una demarcació molt activa en l'adaptació de la pràctica de l'esquí a persones amb alguna discapacitat. L'estació d'esquí nòrdic de Sant

Joan de l'Erm disposa d'una passarel·la de fusta de 400 metres per facilitar el pas de qui té problemes de mobilitat, a més de senyalització interpretativa per a persones invidents. I estacions com Baqueira Beret (Val d'Aran) i Boí Taüll (Alta Ribagorça) faciliten l'experiència a la neu a persones amb especials dificultats de mobilitat, posant a la seva disposició professors especialitzats, equips adaptats, remuntadors acomodats i tot tipus de material didàctic de suport per a elles. L'estació de Tavascan (Pallars Sobirà) ha estat la primera de tot l'Estat a preparar circuits inclusius, batejant la iniciativa amb l'eslògan "Sumant Capacitats".

Els avenços tecnològics, amb eines de realitat virtual, per exemple, han facilitat molt l'adaptació dels establiments turístics. El Patronat de Turisme de la Diputació de Lleida, conjuntament amb l'Associació de Paraplègics i Discapacitats Físics de Lleida (ASPID), han posat en marxa un programa d'informació turística que ofereix més d'un centenar d'establiments i instal·lacions totalment accessibles al turista amb discapacitat. L'objectiu de l'acció és que cap grup de població quedi exclòs del turisme.

Aquests serveis inclouen hotels, balnearis, cases de turisme rural, vedats de pesca, camps de golf, espais culturals, museus, estacions d'esquí, centres de turisme actiu, el Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici i espais naturals com l'Aiguabarreig Segre-Cinca, el camí natural d'Utxesa, el Parc de la Mitjana, l'Estany d'Ivars i Vila-sana i les Planes de Son.

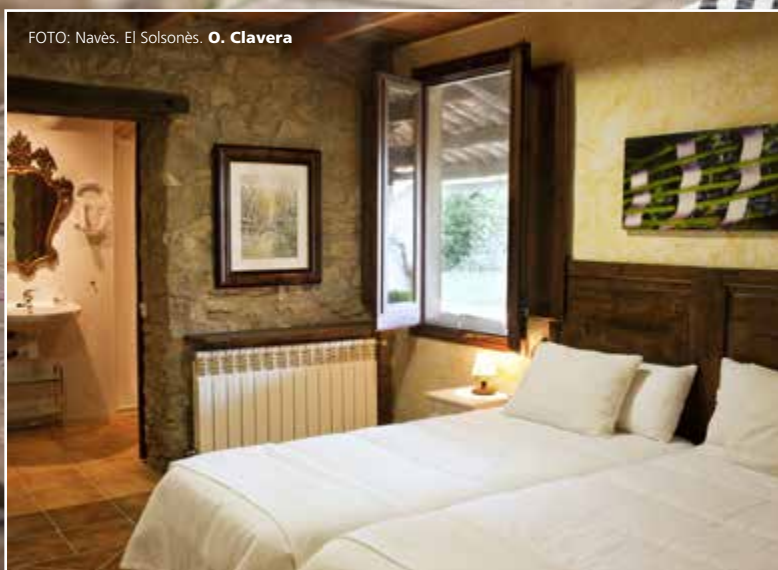
Més informació:

Agència Catalana de Turisme - www.turismeperatohom.catalunya.com/ca/
Patronat de Turisme de la Diputació de Lleida
www.lleidatur.com/turismeaccessible
Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici
Web: www.parcscatalunya.net/aiguestortes.htm

Ajuntament de Seròs
Web: www.svt.es/seros

Ajuntament de Lleida (Sostenibilitat)
Web: www.sostenibilitat.paeria.es

VIATJAR-HI, MOURE-S'HI I FER-NIT



A les 13 comarques de la demarcació de Lleida s'hi pot arribar amb cotxe, o amb transport públic, autobús o tren, des de Barcelona i Saragossa/Madrid. Lleida ciutat, la capital de la demarcació, és a 156 quilòmetres per carretera de Barcelona. Des de Lleida hi ha una connexió amb tren fins a la Poble de Segur i des d'allà es pot agafar l'autobús de línia per continuar cap als pobles del Pirineu més alt de la demarcació lleidatana.

En el conjunt de la demarcació, amb dades de gener de 2021 hi ha un total de 4.850 establiments turístics amb 75.580 places d'allotjament de mercat entre hotels, càmpings, turisme rural, apartaments turístics, refugis, instal·lacions juvenils, albergs i habitatges d'ús turístic.

Per tipus d'allotjament, l'oferta d'hoteleria és de 416 establiments amb 19.427 places (a l'estiu no estarà oberta al 100 % de la oferta); turisme rural, 665 cases i 4.874 places, i càmping, 63 establiments i 22.784 places, de les quals més de 4.000 són de bungalows. La resta de l'oferta engloba

els 30 apartaments turístics (amb 674 places), els 38 albergs (2.780), els 66 refugis (2.072), les 28 cases de colònies (2.263), les 6 granges escola (686) i 3.531 habitatges d'ús turístic-HUTS, amb 19.420 places, una modalitat que pràcticament ha doblat la seva oferta en els darrers anys. A aquest valor cal afegir-li unes 38.000 segones residències que sumarien unes 190.000 places. Es a dir Lleida compta amb unes 265.000 places d'allotjament turístic.

D'altra banda, el territori té un nombre cada vegada més gran de punts de càrrega de vehicle elèctric. Fins ara, les comarques de Lleida disposen de més d'un centenar de punts de recàrrega per als vehicles elèctrics, cosa que permet que aquests automòbils es desplacin pel territori de forma similar a com ho fan actualment els vehicles convencionals.

Més informació:
Patronat de Turisme de la Diputació de Lleida
www.aralleida.cat

NATURA I PAISATGE

El cim més alt de Catalunya, la Pica d'Estats, i l'espai natural protegit més gran, el Parc Natural de l'Alt Pirineu, són als Pirineus de Lleida, on també hi trobem l'únic parc nacional en territori català, el Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici. Només al Pirineu, més de 120.000 hectàrees del seu territori són espai natural protegit. El Parc Natural del Cadí-Moixeró, l'Àrea Natural del Pallars Jussà i l'Estany d'Ivars i Vila-sana són llocs molt atractius per a l'observació de fauna i flora i per seguir rutes de passeig i activitats d'aprenentatge sobre natura.

La preservació de la seva vintena d'espais naturals protegits és prioritat del Patronat de Turisme de la Diputació de Lleida, així com el compromís de créixer de manera sostenible; per això va promoure i ha aconseguit la certificació de destinació turística Biosphere, que audita i assessora en el compliment dels Objectius de Desenvolupament Sostenible (ODS) fixats per l'ONU a l'agenda 2030.

La designació de Geoparc Mundial de la UNESCO reconeix la riquesa geològica i paleontològica, el patrimoni natural, històric i cultural de la Conca de Tremp-Montsec, que comprèn 19 municipis de quatre comarques.

Lleida és terra de congostos. Els de Mu, Collegats i Mont-rebei concentren una fauna i flora particulars i vies d'escalada molt preuades. I el paisatge de la pedra seca, construccions al camp en què no s'utilitza més que pedres encaixades en parets, cabanes, petits murs que fan de marge, també pren avui, en temps de sostenibilitat, una important revaloració que és motiu, a més, de descoberta del territori. Fins i tot la floració dels arbres fruiters ha esdevingut espectacle per a aquesta descoberta de pobles de la plana de Lleida; el seu paisatge, ara, condueix una mirada plaent, de calma, d'estima per una terra generosament fèrtil i propera.

AVENTURA, TURISME ACTIU

Terra, aigua i aire al Pirineu i les Terres de Lleida són un gran destí de turisme actiu. Senderisme, pesca, cicloturisme, moturisme, escalada, espeleologia, rutes en vies ferrades i vol en globus, parapent, ultralleuger i altres moltes modalitats, sols o acompanyats, poden practicar-se durant tot l'any. Amb excepcions, com l'exercici de la pesca, per al qual cal tenir en compte els temps de veda.

A l'hivern, el Pirineu de Lleida disposa de 500 quilòmetres de superfície esquiable, on es complementa la neu natural amb la innivació artificial. Esquí alpí i nòrdic, snowboard i altres activitats sobre la neu donen pas a la primavera i l'estiu a un gran ventall d'activitats esportives, com el ciclisme de muntanya o el trekking, sobre els mateixos espais de muntanya envoltats d'un paisatge per contemplar en qualsevol època de l'any.



CULTURA I PATRIMONI

La festa de les Falles, que dona la benvinguda a l'estiu amb l'encesa de troncs amb foc i que és Patrimoni Immaterial de la Humanitat, dona el tret de sortida als Pirineus de Lleida de celebracions populars a tots els seus petits pobles. També de moltes de les activitats culturals que més visitants rebran, els mesos en què la gent de la capital es mou o s'instal·la als pobles d'origen o destins per a les seves vacances i desconexió.

Festivals de música en viu, com el de Música Antiga dels Pirineus, o els que tenen lloc en castells, el Dansàneu o la Fira del Teatre a Tàrraga i de Titelles a Lleida, són part de l'oferta cultural d'espectacles en viu per tot el territori. Els 231 municipis de la demarcació lleidatana guarden alguna forma de tresor, sigui patrimoni arquitectònic, vestigis que expliquen el nostre passat, propostes culinàries que ens connecten amb els productes autòctons i manifestacions artístiques que, amb música, dansa o belles arts, ens parlen de maneres ancestrals de viure, costums, idearis per despertar esperit crític per al progrés de la humanitat.

Els vestigis rupestres del Cogul, el barroc de Riner, els Castells de Ponent, els monestirs del Cister, el rescat de la petjada jueva a la ciutat de Lleida, són pàgines d'un llibre de Prehistòria i d'Història on hi podem posar els nostres peus i escoltar els guies que ens fan proper el passat.

La fortalesa defensiva dels Vilars d'Arbeca, a les Garrigues, és considerada única al món ibèric. Al petit poble de Saurí, al Pallars Sobirà, s'han recuperat frescos de la seva església de Sant Víctor, una intervenció artística que esdevé reclam per descobrir l'entorn natural del temple. A la Seu d'Urgell hi trobem l'única catedral romànica de Catalunya, i a la Cerdanya, dues rutes porten a visitar vuit esglésies de la comarca. També són 8 les

esglésies, més una ermita, romàniques, les joies de l'Alta Ribagorça que van ser declarades per la UNESCO Patrimoni de la Humanitat. Al poble de Son del Pi, a la comarca veïna del Pallars Sobirà, hi ha un espai dedicat a l'art romànic, i al Pallars Jussà, al nucli de Salàs, la recuperació d'antigues botigues rememora el petit comerç de proximitat de principis del segle passat.

A la ciutat de Lleida, un passeig pels seus museus ens porta a descobrir l'art religiós des de la Prehistòria i ens passeja per diferents estils artístics. El Museu Diocesà i Comarcal de Lleida, el Turó de la Seu Vell i l'església de Sant Llorenç són prescripcions de visita cabdals a la capital lleidatana. I la del castell de Gardeny també, si volem conèixer la vida dels templers a l'edat mitjana, o l'Espai Macià, per conèixer tot sobre el qui va ser primer president de la Generalitat de Catalunya, en una comarca, les Garrigues, plena d'oliveres que ostenten una DO que figura entre les millors del món.

Les rutes de fugida de les guerres, creuant els Pirineus, són avui camins per al senderisme on exercitar també la necessària memòria històrica.

Pobles amb encant, com Montsonís, a la Noguera; Taüll a l'Alta Ribagorça i Arties a La Val d'Aran, i amb visites a fer que esdevenen veritables sorpreses, com el Museu de Vestits de Paper, a Mollerussa, les pintures murals als carrers i places de Penelles i altres nuclis propers; l'Ecomuseu de les Valls d'Àneu, a Esterri d'Àneu i l'Ecomuseu dels pastors, a Llessui; el Museu Hidroelèctric de Capdella, a la Vall Fosca són atractius de les viles lleidatanes que ens recorden que som on som perquè venim d'on venim.





GASTRONOMIA I PRODUCTES DE LA TERRA

La gastronomia lleidatana es distingeix per la seva àmplia gamma de productes autòctons ben situats a escala mundial. Les denominacions d'origen pròpies de l'oli d'oliva de les Garrigues, el vi Costers del Segre, la Pera de Lleida, la Vedella del Pirineu i el Torró d'Agramunt són les més destacades, però moltes comarques dediquen en diferents temporades campanyes de promoció d'especialitats de productes de la terra o elaboracions pròpies. A la demarcació, diversos restaurants tenen estrelles Michelin.

LLEIDA ACCESSIBLE

El Pirineu i les Terres de Lleida disposen d'un centenar d'establiments i equipaments adaptats a persones amb dificultats de mobilitat o necessitats especials. La majoria són a les comarques de muntanya i a la ciutat de Lleida. Són hotels, empreses d'esports d'aventura, equipaments de transports, rutes i espais naturals, museus, centres culturals i estacions d'esquí.

Baqueira Beret (Val d'Aran) i Boí Taüll (Alta Ribagorça) faciliten l'experiència a la neu a persones amb especials dificultats de mobilitat i l'estació de Tavascan (Pallars Sobirà) ha estat la primera de tot l'Estat a preparar circuits inclusius, batejant la iniciativa amb l'eslògan "Sumant Capacitats". A la pàgina www.lleidatur.com/turismeaccessible s'informa dels equipaments accessibles de les comarques de Lleida.



MÉS DE 30 ANYS D'ARA LLEIDA. PREMI PICA D'ESTATS

L'any 1989 es va crear el Patronat de Turisme de la Diputació de Lleida, que amb la marca 'Ara Lleida' ha promocionat tots els atractius de la demarcació, amb el compromís de donar a conèixer i preservar els valors del territori. Són valors que han quedat reflectits en els treballs periodístics que gràcies a la convocatòria anual del premi Pica d'Estats donen a conèixer els tresors de la terra lleidatana. El premi és un dels més ben considerats en l'àmbit periodístic i el seu jurat el conformen reconeguts professionals del món de la comunicació, presidits pel degà del Col·legi de Periodistes de Catalunya.

TURISME EN FAMÍLIA

El Pirineu i les Terres de Lleida són una destinació ideal per passar unes vacances familiars. El caràcter familiar i de proximitat caracteritzen el tarannà dels establiments turístics de Lleida. Petits allotjaments rurals i càmpings integrats en entorns de natura accessibles posen a l'abast de les famílies amb nens moltes activitats d'esbarjo. Tres destinacions acreditades amb la marca "Natura i Muntanya en Família" per l'Agència Catalana de Turisme: La Vall de Boí (Alta Ribagorça), Les Valls d'Àneu i Pirineus-Noguera Pallaresa (Pallars Sobirà) amb una trentena d'empreses del territori.

Diversos equipaments que organitzen propostes de turisme a la demarcació de Lleida ostenten el segell de Turisme Familiar de l'Agència Catalana de Turisme. El tenen per exemple el Parc Astronòmic Montsec, a la Noguera; el Zoo del Pirineu, al Solsonès; l'empresa Ràfting Parc La Seu d'Urgell, a l'Alt Urgell. La proposta de passeig del Tren dels Llacs entre Lleida i la Pobla de Segur i la visita a la Casa de l'Os Bru, al poble d'Isil, són només alguns dels al·licients per als més petits de casa.



VIATJAR-HI, MOURE-S'HI I FER-HI NIT

A les 13 comarques de la demarcació de Lleida s'hi pot arribar amb cotxe propi o de lloguer, o en transport públic, autobús o tren de gran velocitat, des de Barcelona i Saragossa/Madrid. Lleida ciutat, la capital de la demarcació, és a 156 quilòmetres per carretera de la ciutat de Barcelona.

El Pirineu i les Terres de Lleida disposen de 59.000 places d'allotjament; 401 hotels amb 20.805 places en total i 61 càmpings amb 22.149 places. 4.404 places són en allotjaments de turisme rural i completen l'oferta 3.054 places en apartaments turístics, 1.795 en refugis i 6.689 a les instal·lacions juvenils tipus alberg.



Diputació de Lleida
Patronat de Turisme