

## Conferència sobre l'etiquetatge nutricional a Blancafort

**Comunicació**  
Blancafort

El divendres 5 d'agost va tenir lloc la conferència "Etiquetatge nutricional". Aquesta conferència, organitzada pel Casal de la Gent Gran amb la col·laboració de l'Ajuntament de Blancafort i el Consell Comarcal de la Conca de Barberà, forma part del cicle d'activitats programades per a l'any 2016 projectades i dirigides especialment al col·lectiu d'aquest Casal, si bé es tracta d'actes oberts a tothom.

La conferència va estar a càrrec de la senyora Maria Pascual Compte, dietista-nutricionista col·legiada, Màster en Alimentació, Nutrició i Metabolisme, i professora associada de la Universitat Rovira i Virgili, la qual va estar preparant tot el material de presentació visual en tant els assistents arribaven i s'acomodaven.

La presentació i desenvolupament del temari proposat va girar a l'entorn de dos grans vessants. En una primera part es va parlar de l'alimentació saludable, tècniques culinàries i com fer la compra. A la segona part es va

aprofundir extensament en aspectes referents a l'etiquetatge nutricional, com desxifrar les etiquetes, i què trobem al mercat.

Així es va aprofundir en la dieta equilibrada, la qual ha de ser suficient, completa, harmònica i adequada per a cada situació fisiològica o patològica. Es van mostrar esquemes de base dels àpats, la seva planificació, continguts, distribució d'aliments en un dia i la freqüència de consum diari, setmanal o ocasional. Es van donar unes pautes d'ús de tècniques culinàries saludables, i les de pràctica ocasional de les quals no hem d'abusar, com fregits i arrebossats. Per tancar aquest primer bloc es va mostrar una imatge molt entenedora del contingut alimentari de la nevera perfecta.

El segon bloc es va iniciar amb la pregunta "com sabem si estem fent una bona compra?", amb una resposta convincent: llegir la informació nutricional! Seguidament es va aportar informació sobre les recomanacions nutricionals de l'OMS; dades de nutrició; semàfor nutricional relatiu a calories, sucre, greixos, greixos saturats i sal. Ja a la part final se'ns va presentar una



Dos instants de la conferència. FOTOS: CEDIDES

La conferència es va fer a càrrec de Maria Pascual Compte, dietista-nutricionista

nombrosa llista d'exemples d'etiquetatge nutricional de diversos productes existents en el mercat, i vam analitzar en cada cas la seva interpretació.

En conclusió, una aportació interessantíssima i que juntament amb la forma col·loquial i amena en què va ser plantejada, va mantenir la nombrosa assistència pendent en tot moment de les explicacions del ponent.



# Berenar d'estiu de l'Associació de Jubilats i Pensionistes de Blancafort

## Comunicació Blancafort

El diumenge 7 d'agost vam tenir l'ocasió d'assistir al berenar d'estiu organitzat per l'Associació de Jubilats i Pensionistes de Blancafort.

Efectivament, s'ha fet de nou aquesta activitat, que compta amb uns antecedents realment significatius. L'objecte pretès es consolida any rere any reunint un important nombre d'assistents, tanta en la present edició, amb la finalitat de reunir els associats residents i no residents almenys en una trobada que permeti mantenir els seus vincles plens de records i sentiments.

El berenar va començar a les 7 de la tarda i va consistir en un plat combinat fred, molt adequat i apetitos en aquesta època, acompanyat de la beguda, postres, i cafè, tot condicionat en una de les sales climatitzades del Casal que va semblar més convenient, i es va desenvolupar dins de l'ambient



En la present edició d'aquest berenar hi van prendre part setanta assistents

humà i de germanor que caracteritza la nostra gent.

No volem tancar aquesta nota sense fer un esment especial al nostre veí i amic Vicenç Espelt Civit, el qual d'una forma espontània ens va obsequiar amb la declamació d'un vers d'autoria pròpia, i que sota el títol "La Gent Gran", ens transmet els pensaments d'una persona que després de tota una vida de dur treball i ja en el seu crepuscle, només desitja una amable atenció, amor, estimació i afecte del seu entorn. Una audició esplèndida que va merèixer un llarg i fort aplaudiment general.

Des d'aquí el nostre reconeixement i felicitació a la Junta que ho ha fet possible, i agraïment per la seva dedicació i treball utilitzats en la seva organització i posada a punt.



El berenar va començar a les 7 de la tarda i es va fer a una de les sales del Casal el diumenge 7 d'agost. FOTOS: CEDIDES



## Setmana Jove de Blancafort 2016

### Comunicació Blancafort

Transcorregut un any, Blancafort és a punt de viure l'edició 2016 de la Setmana Jove.

En aquest context s'han organitzat una sèrie d'activitats, nou en total, les quals es desenvoluparan entre el 17 i el 25 d'agost. Dins d'aquest interval podem trobar diversitat d'esdeveniments dissenyats perquè l'entreteniment i participació sigui extensiu a totes les edats.

Si bé totes les activitats són de primera divisió, volem fer especial èmfasi en la pujada al Cap del Coll en la seva vuitena edició des de la seva recuperació per l'AE Blancafort l'any



S'han organitzat una sèrie d'activitats, nou en total, les quals es desenvoluparan entre el 17 i el 25 d'agost

2009. La prova consisteix en una cronoescalada de 8 km amb bicicleta sortint de la plaça del poble (452 m), des d'on pujaran al cap del Coll (712 m). Per donar més

varietat a la prova s'ofereix la possibilitat de dos recorreguts: Carretera i BTT.

Per la seva gran acceptació popular, es manté l'activitat dedicada al concurs de paelles, la qual es consolida any rere any amb una tendència a l'alça.

També es farà la tercera edició del Corretapes, activitat estrenada l'any 2014 amb molta força i massiva participació.

Especial esment a la Festa Jove (divendres 26 a partir de las 0.00 h) amb Lax'n'Busto + Discomò amb DJ Minitaks.

Des d'aquí volem agrair a l'organització el temps i treball dedicats en l'elaboració d'aquest programa que fem públic, i que ha fet realitat una vegada més la Setmana Jove.



Imatge de la passada edició de la Setmana Jove a Blancafort. FOTO: CEDIDA

### 6 ACTES DESTACATS

#### DEL 17 AL 19 D'AGOST

■ **Pista Poliesportiva**  
Torneig de futbol

#### DISSABTE 20

■ **17.00 h Plaça dels Arres**  
Bicicros

■ **19.00 h Plaça dels Arres**

#### Pujada al cap del Coll

#### DIUMENGE 21

■ **16.00 h Local Social**  
Concurs de butifarra

#### DILLUNS 22

Activitats organitzades pel  
Consell Comarcal

#### DIMARTS 23

■ **12.00 h Local Joves**

#### Concurs de FIFA

■ **22.00 h Plaça dels Arbres**  
Concurs de paelles

#### DIMECRES 24

■ **19.00 h Local Joves**  
Corretapes

#### DIJOUS 25

■ **22.00 h Plaça dels Arbres**  
Sopar del pollastre



# Blancafort entra de ple en la seva Setmana Jove 2016

## Comunicació

### Blancafort

Després de transcórrer un any, Blancafort ha encetat l'edició 2016 de la Setmana Jove, que a partir de demà dissabte, dia 20, viurà el seu gruu principal d'actes fins al dijous dia 25.

En aquest context s'han organitzat una sèrie d'activitats, nou en total, les quals es desenvolupen des d'aquest dimecres dia 17 i fins al 25 d'agost. Dins d'aquest interval podem trobar diversitat d'esdeveniments dissenyats perquè l'entrete-

niment i participació sigui extensiu a totes les edats.

Si bé totes les activitats són de primera divisió, volem fer especial èmfasi en la pujada al Cap del Coll en la seva vuitena edició des de la seva recuperació per l'AE Blancafort l'any 2009. La prova consisteix en una cronoescalada de 8 km amb bicicleta que surt de la plaça del poble (452 m), des d'on pujaran al Cap del Coll (712 m). Per donar més varietat a la prova s'ofereix la possibilitat de dos recorreguts: Carretera i BTT.

Per la seva gran acceptació popular, es manté l'activitat dedicada al concurs de

paelles, la qual es consolida any rere any amb una tendència a l'alça.

També es farà la tercera edició del Corretapes, activitat estrenada l'any 2014 amb molta força i massiva participació.

Especial esment a la Festa Jove (divendres 26 a partir de las 0.00 h de la nit) amb Lax'n'busto + Discomòbil amb DJ Minitaks.

Des d'aquí volem agrair a l'Organització el temps i treball dedicats en l'elaboració d'aquest programa que fem públic, i que ha fet realitat una vegada més aquesta Setmana Jove 2016.

## 6 ACTES DESTACATS

### DEL 17 AL 19 D'AGOST

■ **Pista Poliesportiva**  
Torneig de futbol

### DISSABTE, 20

■ **17.00 h Plaça dels Arres**  
Bicicros

■ **19.00 h Plaça dels Arres**

### Pujada al cap del Coll

### DIUMENGE, 21

■ **16.00 h Local Social**  
Concurs de butifarra

### DILLUNS, 22

Activitats organitzades pel  
Consell Comarcal

### DIMARTS, 23

■ **12.00 h Local Joves**

### Concurs de FIFA

■ **22.00 h Plaça dels Arres**  
Concurs de paelles

### DIMECRES, 24

■ **19.00 h Local Joves**  
Corretapes

### DIJOUS, 25

■ **22.00 h Plaça dels Arres**  
Sopar del pollastre



Estiu 2016



## Finalitza el Casal d'Estiu de Blancafort 2016

### Comunicació Blancafort

Un any més, l'Ajuntament de Blancafort ha organitzat el casal d'estiu a la seva població amb èxit. Ha tingut una durada de set setmanes, del 27 de juny fins al 12 d'agost, conduït per les mans professionals i expertes de les monitores Anna Maria Andevort Llubra, Anna Maria Ribera Novella, Gisela Obradó Remolà i Laura Oliveres Vidal.

El casal ha tingut una assistència força elevada i ha acollit nens de Blancafort però també dels pobles veïns, amb un total d'assistents de seixanta nens i nenes al llarg de tot el casal.

El centre d'interès d'aquest estiu ha estat la cultura britànica, ja que la llengua anglesa és cada vegada més present en el nostre dia a dia. Per aquest motiu hem de normalitzar aquesta llengua entre els més petits de casa i utilitzar-la sense problemes com fem amb les nostres dues llengües maternes, el català i el castellà. No obstant això, no és tan sols la llengua, sinó tot allò que l'envolta. La cultura d'altres països de parla anglesa ens pot ajudar a obrir nous horitzons i entendre la nostra d'una altra forma. Conseqüentment, el Casal ha decidit que aquest sigui el tema central des del qual han partit totes les activitats.

Les activitats que s'han fet han estat molt variades, tals com repàs a partir de primer de primària (en aquesta hora els més petits han fet activitats d'experimentació, se'ls ha explicat contes, han cantat cançons i treballat hàbits i rutines). S'han fet manualitats, tallers



Diferents moments de les activitats dutes a terme. FOTOS: CEDIDES

de musicoteràpia, de zumba i bollywood, de cuinar panqueques, xerrada sobre alimentació saludable, jocs cooperatius, sortides per

posar-nos en contacte amb el nostre entorn, dies de piscina, cinema, i sobretot, ho han passat d'allò més bé aprenent moltes coses tot

gaudint!!!

El divendres dia 12 a la tarda/vespre es va realitzar la festa de cloenda del Casal amb tots els nens i nenes,



les seves famílies i monitores amb un berenar sopar.

### Agraïments

Per acabar, volem donar

les gràcies a totes les famílies que han dipositat la confiança en nosaltres i han pogut gaudir un any més del nostre Casal d'Estiu.



## Els magnets i el joc de l'Oca, dins el programa de la Setmana Jove que s'ha viscut a Blancafort

Redacció  
Blancafort

Dilluns 22, a les 5 de la tarda, el joc de l'Oca va ser el protagonista de l'envelat de Blancafort. L'activitat va comptar amb una trentena d'infants i joves.

El joc de l'Oca de la Conca és una barreja entre el joc de l'Oca tradicional i el Trivial, però adaptat a la Conca de Barberà. El taulell és una lona de sis metres de llarg per quatre d'ample, aproximadament, que té serigrafiat un dibuix de la Conca de Barberà amb setanta caselles que corresponen als pobles i pedanies de la comarca. S'hi juga amb un dau gegant i hi poden participar quatre equips formats cadascun per un màxim de tres membres.

L'objectiu de l'Oca és contribuir a generar un sentiment de pertinença i d'arrelament municipal i comarcal i donar a conèixer la comarca. Per aquest motiu, quan els participants cauen a la casella del l'Oca, han de contestar una pregunta sobre la Conca de Barberà per tal de poder continuar avançant.

L'endemà al matí, a la



Tots els joves es van implicar en els diferents activitats i van passar bones estones. FOTOS: CEDIDES

piscina, es van dur a terme els tallers d'estiu. Els infants van poder escollir entre diferents models: una marieta, un mussol, una tortuga, un cargol, un pallasso, un

cuc, una flor... per realitzar un magnet. Tots tenen en comú l'ús de goma eva i de càpsules de cafè buides de tipus Nespresso.

Seguidament es va

realitzar la segona activitat, anomenada "Si lo sé no Bingo!" i pensada per a un públic adolescent i jove. Es tracta d'un bingo on no hi ha números, sinó

dibuixos i paraules que tenen relació amb els valors i les conductes de risc dels joves.

L'objectiu d'aquest joc és informar, assessorar i sensi-

bilitzar sobre les conductes de risc que són habituals entre els joves, i promoure valors que millorin la seva relació amb el medi que els envolta.





Blancafort celebrarà durant tres dies la seva Festa Major dins d'un conjunt d'activitats dissenyades perquè la participació i el gaudiment siguin extensius a totes les edats

# BLANCAFORT ES VESTEIX DE GALA PER VIURE LA SEVA FESTA MAJOR

FESTA MAJOR BLANCAFORT ■ DEL 26 AL 29 D'AGOST

## Comunicació Blancafort

La Festa Major és la festa més important de cada barri, poble, vila o ciutat. Les festes majors són el punt de trobada d'una comunitat local que es reuneix anualment a l'entorn d'uns escenaris comuns i que afirma la seva existència com a col·lectiu a partir d'uns referents compartits. Les festes majors catalanes se celebren almenys des del segle XIII, i solen durar tres dies, normalment coincidint amb un cap de setmana.

## Els coneguts

Lax'n'Busto seran els principals protagonistes de la Nit Jove, que es viure el primer dia de Festa Major

Així la nostra població, Blancafort, fidel a la seva tradició i coincidint amb l'última setmana d'agost, inicia la seva Festa Major 2016 avui, divendres dia 26, i durarà fins dilluns, dia 29.

La celebrarem dins d'un conjunt d'activitats dissenyades perquè la participació i el gaudiment siguin extensius a totes les edats.

Divendres, 26, a partir del migdia i fins a les 6 de la tarda, parc refrescant Mulla't a la piscina municipal, que revalida any rere any la seva acceptació i popularitat. A les 22.30 h l'actuació del mentalista i hipnotitzador Jeff Hipnosis. Ja a la mitjanit tindrà lloc la Festa Jove amb l'actuació de Lax'n'Busto i discomòbil amb DJ Minitaks.

Dissabte, 27, a les 0.30 h, el festival I Love 80's, un viatge en el temps que ens permetrà gaudir de nou el millor de la dècada dels anys vuitanta.

També diumenge, a les 18.00 h, podrem assistir a l'espectacle de ball per a



Ja es tot a punt a Blancafort perquè la festa comenci. FOTO: ARXIU

## L'apunt

No faltarà, com a colofó de la festa, el típic Sopar Popular del Gos, amenitzat en guany pel teclista i cantant Vicenç



Una imatge de l'any passat i cartell de la festa. FOTOS: ARXIU/CEDIDA

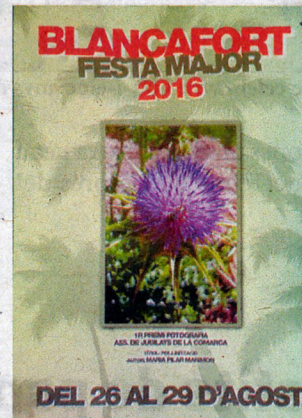
## Les festes majors

catalanes se celebren almenys des del segle XIII, i solen durar tres dies normalment coincidint amb un cap de setmana

totes les edats amb Ballet Glamour.

Ja dilluns tindrem l'ocasió de participar al tir a la diana i posteriorment assistir a una xocolatada popular, ambdues activitats organitzades per la Societat de Caçadors la Pau.

Com a tancament de la



festa, dilluns a la nit, un any més, podrem assistir al veterà i típic Sopar Popular del Gos amenitzat pel teclista i cantant Vicenç.

Aquestes són algunes de les activitats programades, si bé n'oferim moltes més, com espectacles i tallers infantils, concert, exhibició de balls tradicionals amb Folk3, i com no podia faltar, balls de tarda i nit.

Perquè tingueu tota la informació en detall us oferim el programa complet amb horaris i llocs.

**BAR IARRÉS** Ens trobareu a la plaça dels Arbres de Blancafort. També al Facebook.

**Oferim:**

- Menú diari i menjar per enàrrec
- Menjar per emportar
- Esmorzar de forquilla i ganivet
- Servei de cafeteria

**BONA FESTA MAJOR!**

Tot això, i molt més... vine i descobreix-ho!

**PA ARTESANAL**

ASSORTIT DE PASTES

COQUES

ESPECIALITAT EN

COQUES DE RECAPTE

**Bona Festa Major**

C/ La Creu, 5 • SOLIVELLA • Tel. 977 89 20 16

Arraval de Montblanc, 20 • Blancafort • Tel. 977 89 20 18

## 6 ACTES DESTACATS

### DIVENDRES, 26 D'AGOST

■ De les 12 del migdia a les 6 de la tarda  
Parc refrescant Mulla't a la piscina

■ A dos quarts d'11 de la nit  
Espectacle amb el mentalista i hipnotitzador Jeff a l'Envelat

■ A les 12 de la nit  
Festa Jove amb Lax'n'busto + Disco-Mòbil amb DJ Minitaks, a la plaça del Sindicat

### DISSABTE, 27 D'AGOST

■ A la 1 del migdia  
Tallers infantils amb La Gran Sabata, a la plaça dels Arbres

■ A les 6 de la tarda  
Espectacle infantil amb La Gran Sabata, a la plaça dels Arbres

■ De les 8 del vespre a les 10 de la nit  
Ball de tarda amb el quintet Cafe Latino, a l'Envelat

■ A dos quarts de 12 de la nit  
Ball de nit amb el quintet Cafe Latino, a l'Envelat

■ A dos quarts d'1 de la matinada  
Festival "I Love 80's", a la plaça del Sindicat

### DIUMENGE, 28 D'AGOST

■ A la 1 del migdia  
Missa Solemne, a l'església de Santa Maria Magdalena

■ A dos quarts de 2 del migdia  
Concert i exhibició de balls tradicionals amb Folk3, a la plaça dels Arbres

■ A les 6 de la tarda  
Espectacle de ball per a totes les edats amb Ballet Glamour, a l'Envelat

■ A dos quarts de 8 del vespre  
Ball llarg amb l'orquestra Gran Premier, a l'Envelat

### DILLUNS, 29 D'AGOST

■ A les 4 de la tarda  
Tir a la Diana organitzat per la Societat de Caçadors la Pau i Lloc, a la plaça del Sindicat

■ A les 6 de la tarda  
Xocolatada Popular organitzada per la Societat de Caçadors la Pau, a la plaça dels Arbres

■ A les 9 del vespre  
Típic Sopar Popular del Gos amenitzat pel teclista i cantant Vicenç, a l'Envelat

## FESTA MAJOR BLANCAFORT ■ DEL 26 AL 29 D'AGOST

### ENTREVISTA AMB L'ALCALDE DE BLANCAFORT

#### Magí Baltà Ventura

#### ■ Com valora aquest primer any de legislatura?

El valoro d'una manera molt positiva. Estem tirant els projectes del nostre programa electoral endavant amb un equip renovat, ple de gent jove amb moltes ganes de treballar pel poble.

#### ■ En quina situació es troba ara la localitat? Hi ha algun projecte a realitzar properament?

El poble es troba en una situació excel·lent gràcies que té uns molt bons equipaments, la majoria en ple funcionament, que donen als nostres convilatans un gran servei i de molta qualitat. En aquests moments estem pendent del nou pressupost de la Generalitat per poder posar el centre de dia en marxa. El projecte més immediat és la millora de la carretera TV-2337, que pròximament començarà la seva execució amb un pressupost de 700.000 euros, que seran subvencionats per la Diputació de Tarragona. Una

obra molt esperada per la població, en la qual es farà un carril de vianants per poder-hi passejar.

#### ■ Quins són els reptes principals per als propers tres anys?

El repte més important és fer realitat tots els projectes del nostre programa electoral. Entre aquests destacaria la millora del nostre cementiri per al pressupost del 2017. Un altre dels reptes importants és que la gent jove es quedi a viure al nostre poble, per això la nostra prioritat serà millorar la qualitat de vida de la nostra gent, cosa que ja hem anat fent durant tots aquests anys. Podem dir amb orgull que Blancafort compta amb els millors equipaments de tota la Conca.

#### ■ Com es presenta la Festa Major?

Molt bé, són dies per passar bones estones, per sortir amb amics i família i



El poble es troba en una situació excel·lent gràcies que té uns molt bons equipaments, la majoria en ple funcionament

per gaudir de les diferents activitats que han estat programades: festa jove, pallasos, balls a l'envelat, corre-tapes..., i tot un seguit d'actes pensats per a totes les edats.

#### ■ Quins actes en destacaria? Hi ha alguna novetat?

Destacaria la festa jove, amb l'actuació d'un grup tan reconegut com és Lax'n'busto. També destacaria l'actuació del mentalista i hipnotitzador Jeff Hipnosis i la festa I Love 80's, on viatjarem en el temps i tornarem a gaudir de la millor època dels anys vuitanta. Un altre dels actes importants és el

corre-tapes que organitza el grup de joves, en el qual participen totes les entitats del poble i establiments de restauració, un acte molt esperat i amb molt d'èxit, on s'apleguen més de dues-centes persones.

#### ■ El pressupost que s'hi ha destinat és el mateix d'altres anys?

En els últims anys no hem aplicat cap retallada en el pressupost de festes, ja que considerem que l'oci és molt important en la vida del poble. Això ha estat possible gràcies a la bona salut econòmica del nostre ajuntament.

#### ■ Finalment, una crida a la participació?

A tots els blancafortins i a tota la gent de la comarca, només em resta desitjar-vos que gaudiu de totes les activitats programades esperant que us agradin, i us animo que hi participeu amb els vostres familiars i amics.



**L'Ajuntament de**

**BLANCAFORT**

**DESITJA UNA BONA FESTA MAJOR**

**A TOTS ELS VILATANS I FORANS**

**QUE ENS ACOMPANYIN AQUESTS DIES**