

SENDÈRIA.

Revista dels camins i el caminar — Any 2026

NÚM. 2

A la muntanya, córrer o caminar?

Dues maneres d'entendre
la nostra relació amb l'entorn



Marc Obiols | Obisual Media

Camins per a tothom

Els itineraris accessibles,
un repte al Pirineu

Riscos naturals i canvi climàtic

Implicacions sobre els camins

Caça i senderisme, és possible l'entesa?

Debat amb usuaris



«La inclusivitat real comença quan s'accepta que la diferència és la norma i no l'excepció»

Isaac Padrós Suárez

01

Obrint camí



Inventaris de camins: és hora d'avançar
Editorial

6

02

Camins d'oportunitats



A cop de desbrossadora i diners
Per Lorena Farràs

8

Camins per a tothom al Pirineu, una quimera?

Per Cesc Capdevila i Núria Garcia-Quera

14

03

Fent camí amb la recerca



Els camins: per què són com són?
Per Glòria Clavera

24

Riscos naturals i canvi climàtic als Pirineus: implicacions sobre els camins

Per Òscar Alemán

28

04

La via saludable



Els beneficis del caminar per a la salut integral

Per Josep Maria Mallarach

34

05

Moure's a poc a poc



La ciudanía ante el cierre de caminos públicos
Per Manuel Trujillo

38

06

Reflexions pausades



A la muntanya, córrer o caminar?
Per Aure Farran

44

Caça i senderisme, és possible l'entesa?
Debat amb usuaris

50

07

Senders amb història



Cinc camins pallaresos farcits d'històries
Per Jordi Castelló

60

2n concurs de microrelats sobre camins pirinencs
Textos premiats

66

08

Experiències amb empremta



De les travesses de muntanya als senders accessibles

Per Montse Rollán

Inventaris de camins: és hora d'avançar

Després de la gran rebuda que va tenir la revista l'any passat, de la qual us estem molt agraïts, arriba aquest segon número carregat de bons continguts. Deixeu-nos, però, recuperar una reflexió que feia la Sílvia Coll en el primer número: «Els camins públics són un bé que pertany a tothom». Ara bé, aquest caràcter públic es pot reforçar i garantir millor si els vials s'inclouen en els inventaris municipals de camins, uns instruments que tots els ajuntaments haurien de tenir i que enguany, com veureu tot seguit, rebran un bon impuls...

Quan el SENdÈRIA era un butlletí mensual, i ens remuntem al període que va dels anys 2014 al 2023, seguia una línia editorial amb les seves fílies i fòbies. Una de les nostres dèries, potser la més marcada, eren els inventaris de camins municipals. Aplaudíem amb les orelles, com es diu ara, cada vegada que sabíem de l'aprovació d'un nou inventari. Malauradament, no passava sovint: només una quinzena de notícies van explicar l'aprovació inicial o definitiva d'algun inventari o bé van animar els municipis a elaborar el que és una obligació per llei.

I quina és la novetat aquest 2026? D'entrada, l'inici d'una línia de subvencions llargament reivindicada per la Taula de Camins de l'Alt Pirineu i Aran. El passat 27 de febrer es publicava al DOGC la Resolució TER/494/2026, de 18 de febrer, per la qual s'aproven les bases reguladores de les subvencions per a l'elaboració (i també per a l'actualització) d'inventaris municipals de camins a les comarques de l'Alt Pirineu i Aran. Aquestes bases, molt esperades, facilitaran que diversos municipis pirinencs puguin fer els deures. Serà quan es faci el següent pas: la publicació de la convocatòria d'ajuts d'enguany, cosa que el seu òrgan impulsor, l'Institut per al Desenvolupament i la Promoció de l'Alt Pirineu i Aran (IDAPA), preveu que passi durant el segon semestre.

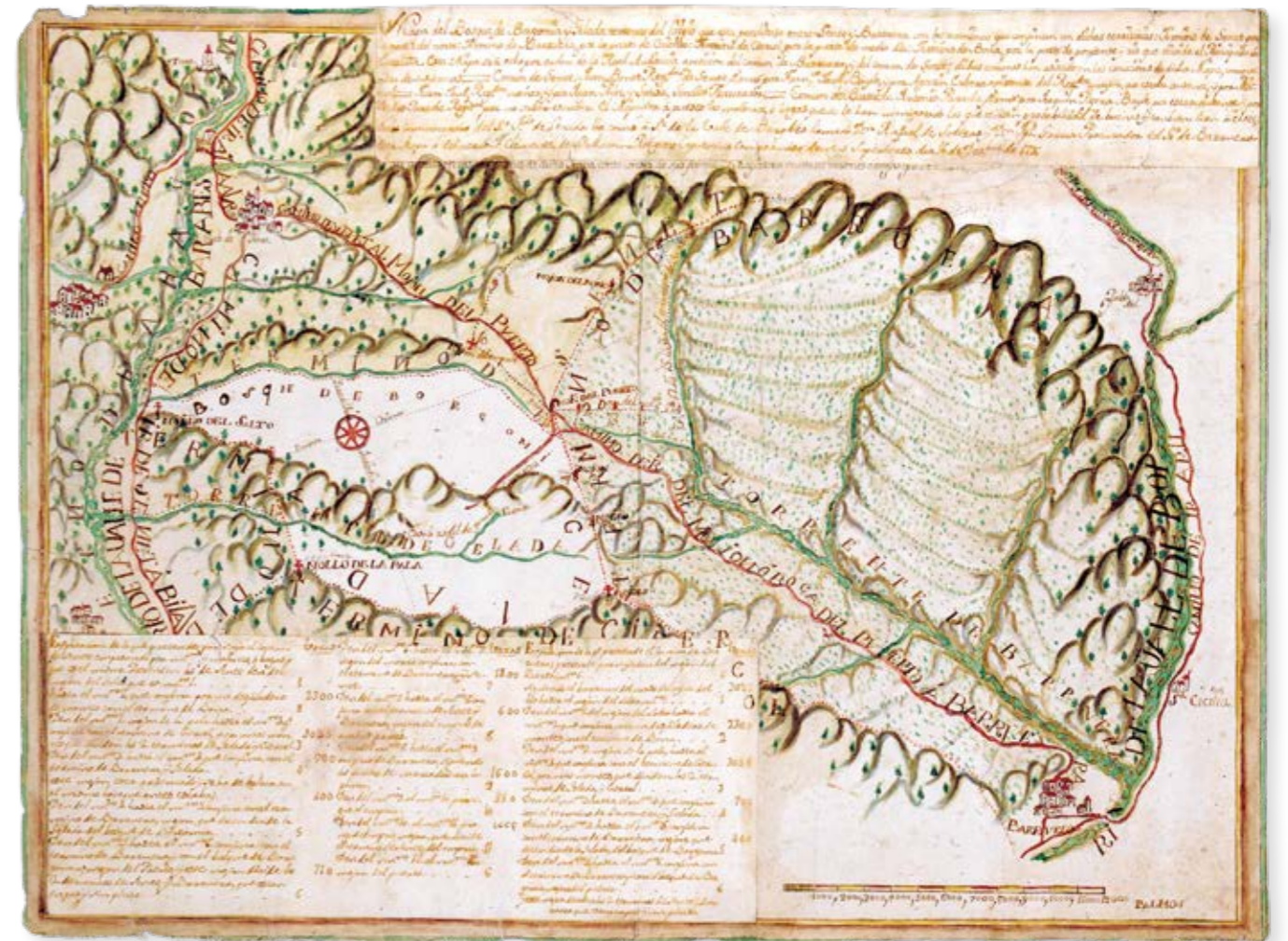
La importància dels inventaris es pot comprovar, per exemple, en dues notícies aparegudes aquest primer trimestre de l'any a la premsa (local, eh?, no és un tema que ocupi les portades). D'una banda, al municipi del Bruc, amb l'inventari municipal a informació pública, sorgia la «preocupació entre propietaris forestals perquè el nou catàleg de camins considera públics molts camins privats», com titulava l'AnoiaDiari. D'altra banda, a Badalona, un seguit d'entitats organitzaven la II Caminada reivindicativa en defensa dels camins públics, després que l'Ajuntament aprovés un inventari amb només deu camins de la quarantena que, segons l'estudi previ i un dictamen pericial posterior, mostraven indicis de ser públics.

No entrarem a valorar des de lluny qui té raó i el perquè. Només insistim en la necessitat que els ajuntaments es dotin d'aquesta eina (reiterem, obligatòria) i que, òbviament, s'elabori amb el màxim rigor tècnic, amb la màxima transparència i amb la màxima participació, la millor manera possible de resoldre qualsevol discrepància.

Tot això, sense perdre de vista que, només amb l'inventari aprovat, no n'hi ha prou. Cal una intervenció decidida dels ajuntaments per defensar el que és públic i, quan no hi és, de les associacions i col·lectius que sí que estan per la feina. En aquest mateix número, hi trobareu un article d'en Manuel Trujillo que és una mena de manual, entre tragicòmic i surrealista, dels passos a seguir davant del tancament d'un camí públic. I en molts casos, com veureu, comporta seguir un recorregut més sinuós, dret i extenuant que qualsevol que puguem trobar a la natura...

Agustí A. Andrés i Xavi Basora

Coordinadors editorials



La cartografia, històrica o actual, un suport important en l'elaboració dels inventaris de camins. A dalt, Mapa del Bosque de Borgomia y Gelada (1776); a sota, detall d'un mapa de l'Inventari de camins municipals de la Torre de Capdella (2017).

02

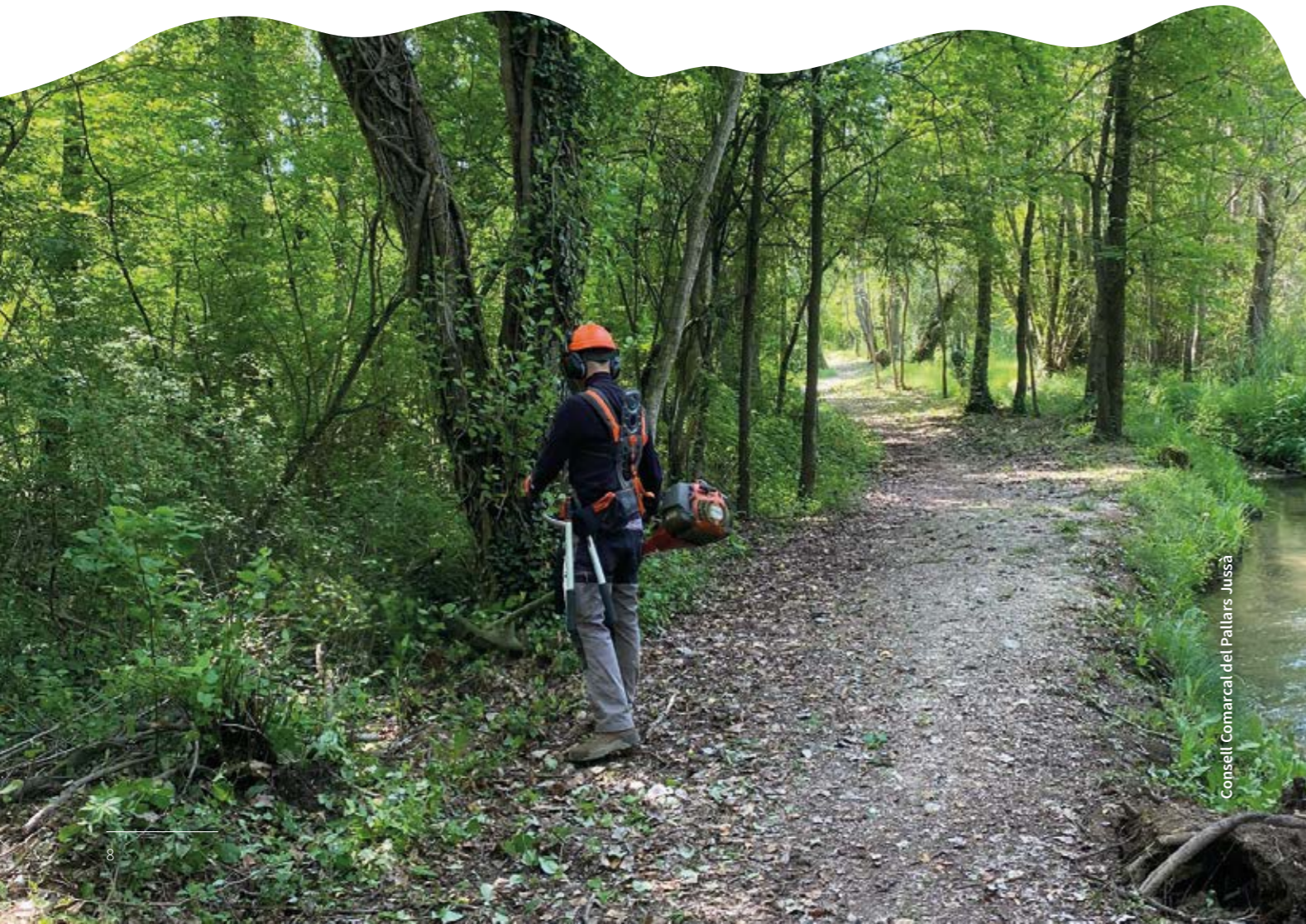
Camins d'oportunitats

A cop de desbrossadora i diners

Després de la vegetació, el pitjor enemic del manteniment dels camins és la manca de recursos econòmics



Lorena Farràs Pérez
Periodista



Consell Comarcal del Pallars Jussà

En el seu llibre *Nou viatge al Pirineu*, l'escriptora Núria Garcia-Quera afirma que «els camins són l'únic patrimoni de la humanitat que, per ser conservat, ha de ser trepitjat». A aquesta ja famosa frase s'hi podria afegir que en cas de no ser prou trepitjats, com succeeix en la majoria dels camins avui dia, la conservació es fa a cop de desbrossadora, però sobretot amb diners.

L'Alt Pirineu i Aran compten amb una extensa xarxa de camins. És l'herència d'èpoques passades, quan els seus habitants es desplaçaven a peu per anar a tot arreu. Llavors sí que eren trepitjats! Els senders tradicionals connectaven els diferents pobles, valls i conques. Ho feien, a més, d'una manera sàvia. Els murs de pedra seca aguantaven les ribes, s'empedrava el terra perquè el bestiar no rellisqués i els arbres se situaven en indrets estratègics perquè els caminants es poguessin refugiar del sol de l'estiu.

Aquest ric patrimoni que configuren els camins no sempre gaudeix del manteniment que es mereix. El primer obstacle rau en la seva propietat, que és municipal. «Els ajuntaments dels pobles més petits prou feina tenen amb el seu dia a dia per ocupar-se dels senders», reconeix Jordi Castilló, tècnic de protecció civil i medi ambient del Consell Comarcal del Pallars Jussà.

Si bé la titularitat dels camins és municipal, les inversions que s'hi destinen provenen de diverses fonts. La primera és el pressupost dels mateixos ajuntaments, tot i que pocs consistoris disposen d'una partida pressupostària específica per a aquest concepte, indica Castilló.

Pocs consistoris disposen d'una partida pressupostària per al manteniment de camins



Xavier Liana Baró

En comarques com el Pallars Jussà o l'Alta Ribagorça, per exemple, una part important dels recursos econòmics que s'inverteixen en els senders provenen del Consell Comarcal. Si anem més amunt en l'organigrama de l'administració pública, veurem que aquests ajuts als nou consells comarcals de l'àmbit de muntanya i al Consell General d'Aran deriven de la Direcció General de Polítiques de Muntanya, que convoca anualment una línia de subvencions específica per a camins no rodats.

Els camins dels espais naturals protegits
Els senders que tenen la "sort" de trobar-se en un espai natural de protecció especial —com ara un parc nacional o un parc natural— mereixen una menció especial. Els òrgans gestors d'aquests espais naturals compten amb un pressupost específic per a la conservació de camins, així com una brigada que dedica aproximadament la meitat de la seva jornada laboral a aquestes feines. Malgrat això, Natàlia Amores, tècnica de l'Àrea de Millora Rural i Manteniment del Parc Natural de l'Alt Pirineu fins a desembre de 2025, reconeix que «no arribem a tot».

Els parcs naturals compten amb brigades que dediquen la meitat de la jornada als camins

Els consells comarcals ajuden els consistoris en les gestions administratives, però les actuacions s'externalitzen a empreses especialitzades

El Parc Natural de l'Alt Pirineu comptava amb una brigada de cinc persones fins a l'any 2024 per al manteniment dels 900 km de camins que hi ha inventariats al territori protegit. Des d'aquell any, la plantilla ha augmentat en 10 persones, fins a les 15 places actuals, però la tècnica afirma que la mà d'obra disponible «continua sent insuficient per a tanta feina» i que «poques vegades hi ha hagut tota la plantilla al complet en actiu». Amb l'objectiu d'arribar a cobrir la totalitat de la xarxa de senders, el parc natural té previst enguany fer una contractació externa exclusivament per a la seva conservació.

Molt similar és la realitat del Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici, segons explica Josepmaria Rispa, tècnic d'aquest espai natural protegit. En aquest cas, la brigada està formada per un màxim d'unes deu persones en època punta (a l'estiu) i s'ocupa del manteniment dels 500 km de senders que es troben en el Parc Nacional i les seves zones perifèriques i d'influència. Tal com succeeix al Parc Natural de l'Alt Pirineu, el manteniment de senders és només una de les moltes feines que fa la brigada.

El manteniment per part d'ajuntaments

Tornem, de nou, fora dels límits dels parcs naturals i nacional. Els municipis més petits no només pateixen de falta de finançament, sinó també de falta de personal, tant tècnic com per als treballs de camp. «La majoria dels ajuntaments tenen molt poc personal, així que no es poden dedicar a inventariar camins o a ocupar-se del seu manteniment; les brigades municipals tenen moltes altres feines a fer abans que desbrossar senders», es lamenta Jordi Castilló.

Per suplir aquestes mancances, els consells comarcals compten amb tècnics que ajuden els consistoris en les gestions més administratives relacionades amb el manteniment dels camins. L'execució

de les actuacions, en canvi, se sol externalitzar a empreses especialitzades en aquesta mena de treballs.

Hi ha consistoris que mereixen una menció especial per la seva gran implicació en el tema que aquí ens ocupa. És el cas del de la Torre de Capdella (a la vall Fosca), l'únic ajuntament del Pallars Jussà que ha complert amb l'obligació legal d'inventariar els seus camins. A més a més, i a pesar de no tenir ni 800 habitants censats, aquest municipi sí que compta amb una partida pressupostària específica per al manteniment dels senders. D'un pressupost de 2,8 milions, 25.400 euros es destinen a la conservació de senders, gairebé l'1 % del total municipal.

Sílvia Coll, responsable de Comunicació i Turisme de l'Ajuntament de la Torre de Capdella, assenyala que «la primera lluita és incloure el manteniment dels senders al pressupost municipal». La segona és l'adjudicació de les actuacions. Aquest consistori pallarès va treure a concurs els treballs l'any 2024 per a un període de quatre anys. La persona adjudicatària és Xavier Llana, que està especialitzat en inventariar, manteniment, recuperació i senyalització de camins de senderisme i BTT.

«Un cop o dos a l'any fem una passada per desbrossar i treure pedres, branques i arbres caiguts», explica Llana. «Puntualment, també arreglem el terreny si hi ha hagut esllavissades i recuperem camins antics, tant per encàrrec com per iniciativa pròpia», afegeix aquest autònom, que té contractades tres persones per dur a terme aquestes tasques. Són actuacions bàsiques que massa sovint no inclouen treballs com la recuperació de murs de pedra seca. «No hi sol haver prou dotació econòmica per fer aquestes feines més laborioses i cada vegada hi ha més murs caiguts per falta de manteniment», adverteix.



01. Amb el pas del temps, les herbes envaeixen i estrenyen els camins



02. Les brigades desbrossen la vegetació, una tasca imprescindible



03. El camí "reneix" i es facilita el pas a tot tipus d'usuaris

Llana treballa per a diversos consistoris, entitats municipals descentralitzades, consells comarcals o associacions com Lo Podall. «Dels últims deu anys cap aquí hi ha hagut un interès creixent, sobretot en els darrers cinc. Les administracions públiques ho valoren com un servei, no només de cara al turisme sinó també per als veïns, perquè és una manera de fer salut, veure territori i per la història que atresoren els camins», indica aquest veí de Beranui.

Planificar i prioritzar

Si la primera lluita és disposar de pressupost i la segona és trobar qui executi les actuacions, la tercera és decidir les accions a dur a terme. Sílvia Coll assegura que tenir els camins inventariats és clau en aquest sentit. Des del Consell Comarcal del Pallars Jussà, Jordi Castilló reconeix que «no hi ha una planificació». El tècnic avança que aquest 2026 s'han marcat com a objectiu «establir una llista prioritària de camins perquè no s'arriba a tot». A falta d'aquesta prioritització, en la majoria dels casos s'actua per urgència o se seleccionen aquells camins més transitats, segons han coincidit a indicar els diversos experts consultats.

En la majoria dels casos s'actua per urgència o en aquells camins més transitats

En el cas del Parc Natural de l'Alt Pirineu, el calendari d'actuacions ve marcat per esdeveniments com ara curses, marxes populars o les falles. Un altre condicionant important és la meteorologia. Quan els camins de les zones més elevades estan coberts de neu, s'actua en els senders situats en cotes més baixes, sent la primavera la millor època de l'any per a aquesta mena d'actuacions. «La idea és tenir-los bé per a l'estiu», conclou Natàlia Amores.

Si bé el pitjor enemic dels camins és l'herba, la seva conservació requereix una gran varietat de tasques. «Prioritzem i fem el més essencial, sobretot treure l'herba, però fer un bon manteniment inclou moltes tasques tals com el marcatge, treure arbres caiguts, podar, despedregar, marcar trencaigües, refer murs de pedra seca...», enumera la tècnica del parc natural. «De vegades, comporta transportar material o personal amb helicòpter», afegeix. Més enllà de la varietat de tasques, durant les accions de manteniment també cal tenir en compte altres criteris, com ara la conservació de la biodiversitat associada (vegeu requadre).

Amores surt en defensa de totes les persones que ho fan possible: «Hi ha molta feina i no sempre es valora la gran tasca de la brigada, que treballa faci fred o calor, fent feines molt dures».

Al marge del manteniment liderat per les administracions públiques, cal esmentar totes aquelles persones que ressegueixen els camins amb un podall a la mà, així com tots aquells projectes de voluntariat o de finançament col·lectiu. Una feina de formiguetes caminadores que manté vius molts senders oblidats pels fons públics.

No sempre es valora la gran tasca de les brigades, que treballen faci fred o calor



Albert Cereza Castells

Manteniment de camins i conservació de la biodiversitat

Albert Cereza Castells

Ambientòleg i guia de fauna de l'empresa Salvatgines

Un camí és un corredor biològic i per això les accions de manteniment han de tenir en compte la biodiversitat que hi viu. A més, els senders generen ecotons (espais de transició) que aporten heterogeneïtat al territori i acullen una gran diversitat de flora i fauna. Els murs de pedra seca, per exemple, són utilitzats per petits animals com el llangardaix ocel·lat, la serp blanca, la sargantana roquera, la musaranya, la rata cellarda i molts insectes. I els plans del camí són clarianes on prosperen plantes que requereixen insolació directa.

Quan fem tasques de manteniment dels camins, petites accions poden ajudar a fomentar-ne la biodiversitat. Repassem les més destacades:

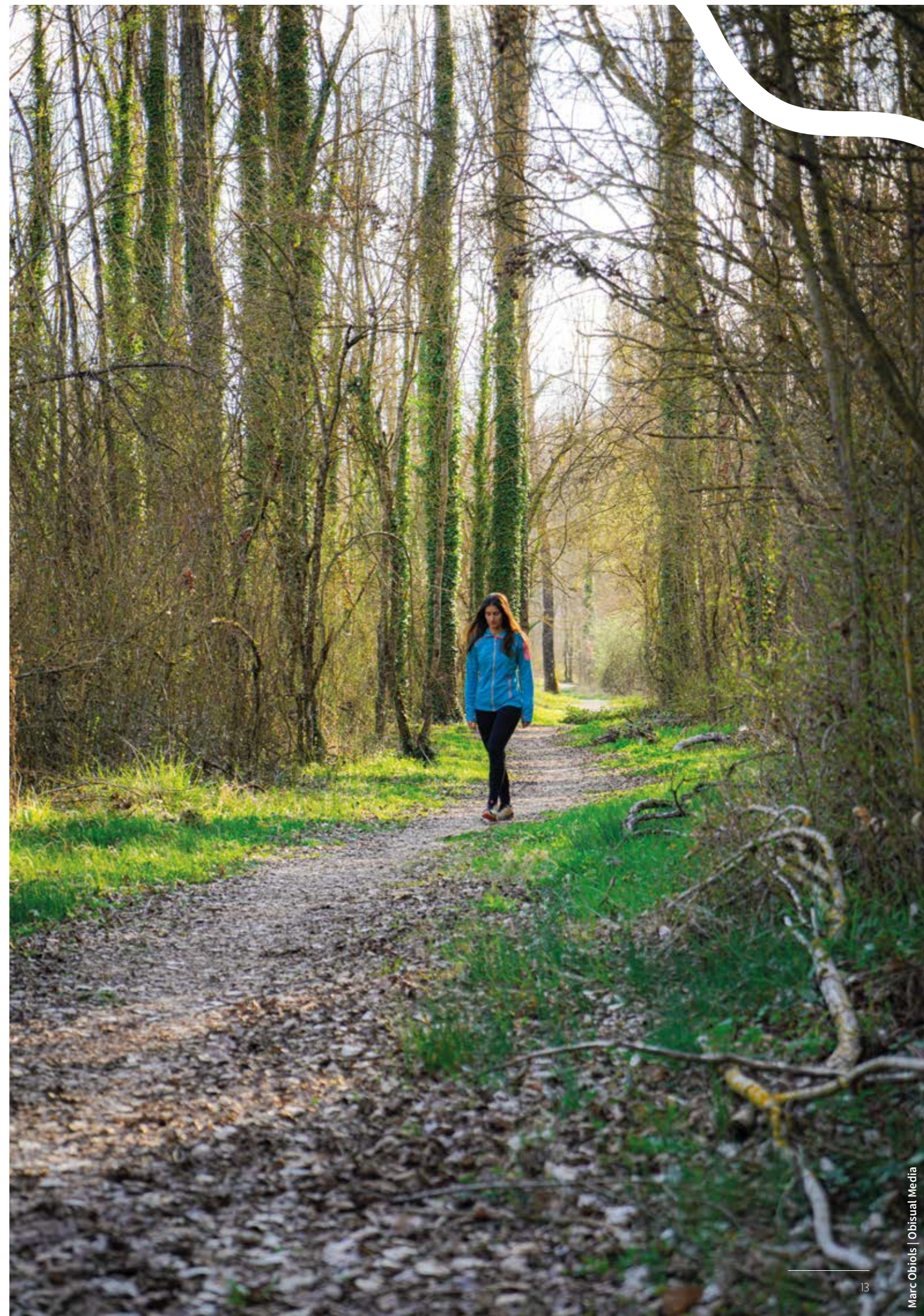
Murs de pedra seca. En restaurar-los convé deixar alguns forats més grans entre pedres. Així facilitarem que hi entri la fauna i es pugui refugiar a l'interior del mur.

Gestió de la biomassa. No cal triturar totes les restes de vegetació. Si les apilem al marge del camí, serviran d'amagatall per a rèptils i insectes. Si tallem un arbre al lateral del camí, deixem la soca d'uns 30-50 cm i afavorim els insectes xilòfags (que viuen a la fusta).

Segues selectives. Desbrossem deixant "illes" de vegetació florida per als pol·linitzadors i, si és possible, actuem després de l'època de floració.

Fruits i nidificació. Als laterals del camí, preservem arbustos que produeixen fruits (cireres salvatges, saüc, aranyoners), ja que serveixen d'aliment a l'avifauna. Cal evitar els treballs en època de nidificació i vigilar que no hi hagi nius.

Punts d'aigua. Quan hi hagi una surgència d'aigua, podem habilitar un abeurador amb un tronc o fer una petita bassa al terra. Són punts clau per a l'abeurada i la cria d'amfibis com la salamandra.



Marc Obiols | Obisual Media

Camins per a tothom al Pirineu, una quimera?

A partir d'entrevistes a experts, explorem com han de ser els itineraris accessibles al medi natural i els reptes que afronten als territoris de muntanya



Cesc Capdevila i Torrell
Guia intèrpret de l'Alt Pirineu



Núria García Quera
Escriptora i especialista en arqueologia lingüística a partir de la toponímia



Al llarg de la història els éssers humans hem estat una espècie profundament lligada al desplaçament i a la participació en la vida comunitària. Tanmateix, sempre hi ha hagut persones amb més dificultats per fer-ho. Amb el pas del temps, però, les societats han anat transformant la manera d'entendre la diferència. Els avenços socials, culturals i tecnològics han fet possible que avui parlem de drets, d'accessibilitat i d'inclusió amb una profunditat impensable fa només unes dècades.

En aquest context d'evolució cap a societats més justes, s'ha considerat pertinent preguntar-se fins a quin punt aquesta voluntat inclusiva ha arribat també al medi natural i, concretament, a un territori de muntanya com el Pirineu.

Aquest article es nodreix de l'anàlisi qualitativa de nou entrevistes estructurades a professionals i persones expertes vinculades a la gestió del territori, el guiatge de muntanya, l'accessibilitat, la inclusió social i l'experiència directa al medi natural (vegeu requadre). A partir de les seves respostes, l'article explora què vol dir realment parlar d'itineraris

accessibles al medi natural, quins col·lectius hi queden inclosos o exclosos, quines dificultats estructurals i culturals persisteixen i quins reptes i oportunitats s'obren al Pirineu.

Què és un itinerari accessible?

Tot i que el terme *itinerari accessible* s'utilitza amb freqüència, les entrevistes mostren que encara s'està lluny d'una aproximació consensuada.

D'una banda es troba el punt de vista més normatiu, segons el qual un itinerari pot ser considerat accessible si compleix íntegrament el *Codi d'accessibilitat de Catalunya*. Així, «un itinerari és accessible quan no obliga ningú a “adaptar-se” al camí, sinó que és el camí que s'ha pensat des de la pluralitat humana». Això implica un ús autònom, segur i còmode per a qualsevol persona, sense necessitat d'ajuda externa. Aquesta mirada posa l'èmfasi en aspectes com la continuïtat de la cadena d'accessibilitat des d'un aparcament, els lavabos accessibles, la senyalització adaptada (cartells a l'alçada corresponent, amb relleu, braille, QRs, informació en lectura fàcil, pictogrames), el pendent adient, el tipus de ferm,

l'amplada sense obstacles, els punts de descans, el mobiliari adaptat i un manteniment garantit.

D'altra banda es troben aproximacions més contextualitzades. Per exemple, hi ha qui parla d'*itineraris accessibles amb ajuda* com a recorreguts amb ferm compacte, desnivells molt suaus i senyalització específica, que poden ser transitats per persones amb mobilitat reduïda amb suport puntual d'una persona acompanyant en alguns trams.

En tot cas, més enllà de la dimensió física, diverses veus remarquen que l'accessibilitat no es pot reduir a una qüestió tècnica ja que «comença abans de posar un peu al camí». Així, un itinerari accessible també és aquell que ofereix informació prèvia a través de webs accessibles, llenguatge planer o fullets de lectura fàcil amb pictogrames. Que ofereix dades clares i honestes que permetin una experiència significativa i que estiguin pensades des de la diversitat de maneres de percebre, sentir i relacionar-se amb l'entorn. En aquest sentit, l'accessibilitat esdevé una condició transversal que afecta el relat, els ritmes i la manera d'acollir les persones. Per tant, és imprescindible que, sempre que es vulgui oferir aquest tipus d'itineraris, es faci amb cura per tal de no generar frustracions a les persones usuàries.

Una reflexió coral

Les veus que han contribuït a aquest article, i a les quals volem mostrar el nostre agraïment, són: **Adriana Ramon**, coordinadora de la xarxa de senders Itinerànnia (Ripollès-Garrotxa-Alt Empordà); **Àngels Gascueña Macarro**, de Guies d'Arrel, empresa especialitzada en guiatges de muntanya inclusivius; **Moisès Villanueva i Coello**, tècnic responsable de l'Àrea d'Ús Públic i Educació Ambiental del Parc Natural de l'Alt Pirineu; **Montse Rollan**, representant del grup d'accessibilitat d'ASPID a l'Alt Pirineu i Aran; **Èlia Mingot Garreta**, fisioterapeuta de l'Associació Narayan Equinoteràpia; **Isaac Padrós Suárez**, col·laborador de la Taula d'Ecoturisme de Catalunya, coautor del *Llibre Verd. Ecoturisme Universal a Catalunya*, cofundador de Multicapacitats i diputat al Parlament de Catalunya; **Ferran Martín Luque**, cap de l'Àrea d'Inclusió de la Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya (FEEC); **Marta Presseguer**, guia de Muntanyes de Llum i coordinadora de la formació d'inclusió en muntanya de l'Escola Catalana d'Alta Muntanya de la FEEC; i **José Luí's 'Cani'**, de MAU (Montañeros Amigos Unidos).

En qui pensem, quan parlem d'inclusivitat?

Quan es pregunta pels col·lectius que es tenen més presents en parlar d'inclusivitat al medi natural, la majoria de respostes coincideixen a assenyalar que la discapacitat física i sensorial, especialment la mobilitat reduïda, és la més considerada. Això no és casual: les barreres físiques són més visibles i més fàcilment mesurables, mentre que altres limitacions passen sovint desapercibudes.

En aquest sentit, les persones neurodivergents, amb trastorns de l'espectre autista, amb dificultats cognitives o amb problemes de salut mental, no es tenen en compte. Ni tampoc la gent gran, les famílies amb infants, les persones nouvingudes o aquelles que no disposen de recursos materials per accedir al medi natural.

La inclusió, doncs, no es pot abordar des de compartiments estancs: les discapacitats i les situacions d'exclusió

Les barreres físiques són més visibles, mentre que altres passen desapercibudes

La inclusivitat real comença quan s'accepta que la diferència és la norma i no l'excepció

s'interrelacionen, i una persona pot acumular múltiples factors de vulnerabilitat. La inclusivitat real comença quan s'accepta que la diferència és la norma i no l'excepció.

La barrera cultural en el disseny d'activitats inclusivius

Les dificultats per dissenyar o guiar activitats inclusivius no són només tècniques. Tot i que el cost de les infraestructures, el manteniment dels camins, la manca de serveis accessibles o la complexitat de l'orografia són factors rellevants, moltes veus coincideixen a assenyalar que la principal barrera és cultural.

Persisteix la idea que fer accessible una activitat és "rebaixar-la", complicar-la o desvirtuar l'experiència. Aquesta percepció genera por, rigidesa i renúncia, abans fins i tot de començar a dissenyar. A això s'hi afegeix la manca de formació específica, la poca disponibilitat de temps per observar els itineraris amb una mirada inclusiva i la dificultat d'anticipar necessitats diverses en grups heterogenis.

Des del guiatge es destaca la importància de gestionar expectatives: no tot pot ser accessible per a tothom, especialment en entorns d'alta muntanya. La clau del guiatge és el paper facilitador: saber escoltar, adaptar-se a les capacitats reals de les persones, oferir informació clara i garantir la seguretat. La conclusió d'un dels entrevistats és que «l'accessibilitat no és un manual tancat, és una pràctica viva».

Itineraris accessibles al Pirineu: reptes i requeriments

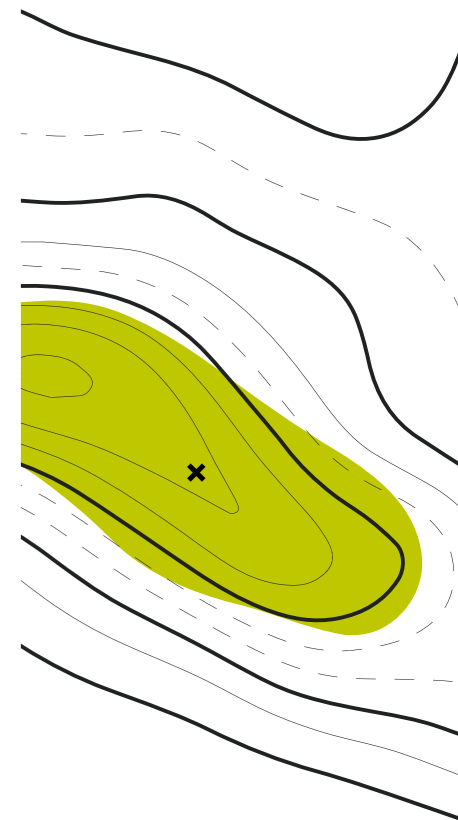
Els Pirineus són una serralada abrupta, amb grans desnivells i condicions climàtiques exigents. Això podria fer pensar que l'accessibilitat hi és gairebé impossible. Tanmateix, les entrevistes mostren una visió molt més optimista.

D'una banda cal diferenciar entre itineraris accessibles i les rutes que poden ser-ho gràcies als guies de muntanya i les eines de progressió: cadires joëlette o *handbikes* per



Marc Obiols | Obiusual Media

Hi ha itineraris accessibles i rutes que poden ser-ho gràcies als guies i les eines de progressió



a persones amb mobilitat reduïda; barres direccionals, audioguies accessibles o mapes en relleu per a persones amb discapacitat visual; bucles magnètics per a persones amb sordesa, etc.

D'altra banda, no es tracta de fer-ho tot accessible i modificar més la muntanya amb instal·lacions obsoletes i oblidades, sinó de fer accessible allò que ja és possible. Abans de crear nous itineraris,



Marc Obiols | Obiusual Media

es defensa la necessitat de millorar i mantenir adequadament els existents. Especialment aquells que ja es presenten com a accessibles, però també els camins vells que connecten pobles de fons de vall amb entorns de ribera, algunes pistes forestals o els itineraris semiurbans amb pendent moderat que circumval·len poblacions. Tots aquests recursos existents ofereixen oportunitats reals per dissenyar experiències inclusives de gran valor paisatgístic i cultural. A més, es reivindica una concepció de la muntanya que vagi més enllà del cim i del repte físic: «la muntanya també és silenci, textura, olor, memòria i relat».

Disposar de més itineraris accessibles i inclusius al medi natural requereix una combinació coordinada de factors tècnics, humans i polítics, però sobretot passar a entendre l'accessibilitat com una inversió social i no com una càrrega. Tan importants són les infraestructures (allotjaments accessibles, supressió de barreres arquitectòniques) i la disposició d'aparells de progressió, com la formació específica dels guiatges i dels voluntariats.

A més, tot això ha d'anar acompanyat de finançament estable —si la inclusió és un dret, no pot dependre exclusivament de subvencions puntuals— i d'una coordinació efectiva entre administracions, gestors d'espais naturals, entitats socials i empreses. Finalment, la voluntat política, una planificació per fases i la participació directa dels col·lectius implicats són claus per avançar cap a una accessibilitat real i sostenible.

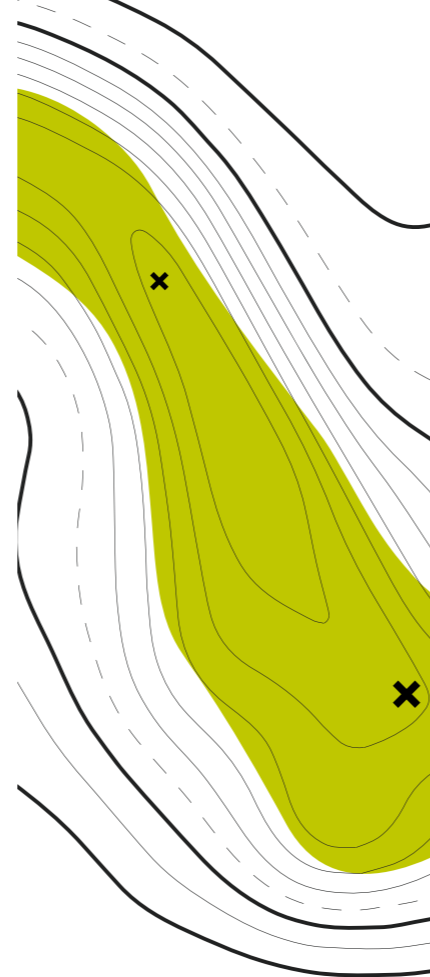
Cal entendre l'accessibilitat com una inversió social i no com una càrrega

El manteniment dels camins emergeix com un dels grans punts febles. Un itinerari pot néixer accessible i deixar de ser-ho ràpidament si no es mantenen el ferm, la senyalització, les passeres o els punts de descans. Elements aparentment menors, com un tronc caigut o un esglaó erosionat, poden esdevenir barreres infranquejables. La inclusió, per tant, no és només una qüestió de disseny inicial, sinó de gestió quotidiana amb una mirada plural.

Formació, competències i disseny participatiu

La formació necessària per treballar amb criteris d'accessibilitat universal va molt més enllà d'aprendre a utilitzar eines concretes, d'una expertesa en guiatges a l'entorn natural o de persones preparades en els punts d'informació. Cal conèixer les diversitats, entendre'n les implicacions físiques, sensorials i emocionals, i saber adaptar itineraris, ritmes i recursos a cada persona.

Tanmateix, totes les entrevistes convergeixen en un punt: les competències humanes són tan



importantes com les tècniques. Empatia, capacitat d'escolta, paciència, humilitat, respecte, comunicació inclusiva, creativitat i adaptabilitat apareixen de manera reiterada. «Treballar amb criteris d'inclusivitat vol dir acceptar que no ho saps tot i que aprendràs de les persones que acompanyes».

Un dels consensos més clars a les entrevistes és que no es poden dissenyar itineraris inclusius sense la participació directa dels col·lectius implicats. La inclusió no pot ser una validació final, sinó un procés compartit des de l'inici. Proves pilot, consultes, ajustos continus i avaluació crítica formen part d'una millora constant.

Quan les persones amb diversitat funcional participen activament en el disseny, el resultat no només és més accessible, sinó també més ric i significatiu per a tothom.

Beneficis i bones pràctiques en territoris de muntanya

El desenvolupament d'itineraris inclusius en territoris de muntanya genera nombrosos impactes positius, tant socials com econòmics i ambientals. Per començar promou «una societat més justa, trenca estereotips i normalitza la participació de les persones amb discapacitat en entorns naturals».

La inclusió també incrementa el benestar, la socialització i l'autoestima, alhora que dona noves oportunitats a famílies amb situacions diverses i enriqueix la cultura de muntanya amb valors de cooperació. Com apunta un testimoni, «quan un territori es creu inclusiu, envia un missatge molt potent sobre qui hi és benvingut».

Quan un territori es creu inclusiu, envia un missatge molt potent sobre qui hi és benvingut



A escala local, impulsa l'ocupació qualificada, desestacionalitza el turisme i reforça el teixit associatiu i la cohesió social. A més, obre la porta a un turisme més responsable i arrelat al territori.

Com a iniciatives reeixides, destaquen les vies verdes d'algunes comarques catalanes o, a Aragó, itineraris com els de Bonansa, Biescas o la Pradera de Ordesa. A Astúries, a la Senda del Oso, entre Tuñón i Entrago, es presten gratuïtament *handbikes* per seguir els 22 km.

Ara bé, la clau de l'èxit rau en el plantejament inicial. Tal com indiquen els experts, «tant al Pirineu com a fora, els exemples més interessants són aquells que han entès que la qualitat de l'experiència augmenta quan es pensa per a tothom. No són projectes "especials", són bons projectes».

Tot i els avenços assolits, les aportacions de les entrevistes mostren que la inclusió al medi natural continua sent un repte. Perquè parlar de camins accessibles no és parlar només de rampes, pendents o amplades. És parlar de dignitat i de la manera com entenem la relació entre les persones i el territori. El Pirineu, amb el seu gran atractiu, ofereix enormes oportunitats per repensar aquesta relació des d'una pluralitat humana que ateny a tothom, sigui en el passat, el present o el futur. Ens arremanguem?

A la muntanya, deixa't guiar

L'any 2019 l'IDAPA va llançar aquesta important campanya de comunicació, destinada a fomentar la contractació de guies professionals a l'Alt Pirineu i Aran. Els missatges i els productes comunicatius associats es mantenen plenament vigents.

SOMPirineu Taula de Camins
de l'Alt Pirineu i Aran



Quan viatgem arreu del món, no ens sol costar gaire contractar guies. En canvi, els públics català i espanyol, quan visitem destinacions del propi territori com ara els Pirineus, sovint som més reticents a pagar pels serveis d'un guia. És un fenomen, si més no curiós, que caldria capgirar per poder enfortir una professió que ajuda a arrelar persones als territoris rurals i de muntanya.

Així doncs, i per tal de començar a revertir aquesta situació, l'any 2019 l'IDAPA i la Taula de Camins de l'Alt Pirineu i Aran van idear i llançar una campanya singular. Titulada "A la muntanya, deixa't guiar", anava destinada a divulgar els motius pels quals val la pena pagar per un guia (*vegeu-los* a la pàgina següent) i a mostrar experiències reals de guiatge.

Vídeos inspiradors i un directori pioner

La campanya incorporava diversos productes comunicatius i tots ells, que segueixen plenament vigents, es poden consultar al microsite www.sompirineu.cat/deixatguiar.

En primer lloc, es va produir una sèrie de 6 vídeos que permeten fer un tastet de la gran diversitat d'activitats guiades que es poden viure arreu de l'Alt Pirineu i Aran (guiatges de muntanya, de fauna, de geologia, de cultura, etc.). Aquests vídeos se sintetitzen en un de resum i permeten veure guies en acció i escoltar testimonis de visitants de perfils diversos.

En segon lloc, es va editar un tríptic (en català, castellà i aranès) amb els 10 motius pels quals val la pena contractar un guiatge. Aquests materials es van distribuir entre les oficines de turisme i es poden descarregar al web de la campanya.

El tercer producte, el més pioner, és un directori de guies professionals. Es tracta d'una eina digital que permet cercar (o recomanar) guies que exerceixen a l'Alt Pirineu i Aran. Avui dia el directori ja inclou una cinquantena de guies, que poden tenir diverses especialitzacions (muntanya, natura, cultura, fotografia, etc.). Les cerques es poden fer per criteris diversos: territori on s'ofereixen els guiatges, idiomes parlats o especialitzacions.

Cada guia disposa d'una fitxa pròpia on l'usuari pot veure'n una fotografia, una breu descripció personal, les seves especialitzacions i les dades de contacte. També inclou les titulacions de què disposa i les associacions de guies de les quals és membre. Qualsevol guia s'hi pot inscriure de manera voluntària i gratuïta, si bé cal que compleixi uns requisits mínims.

Des l'IDAPA i la Taula de Camins s'han impulsat altres iniciatives paral·leles per promoure la professió dels guies, entre les quals destaquen els **Festivals de Senderisme dels Pirineus** (més informació a www.festivalssenderismepirineus.cat).

10 motius per contractar un/a guia

1

DIVERSIÓ

Amb els guies ens ho passarem bé, riurem i, fins i tot, ens faran emocionar. A la muntanya, si ens deixem guiar, viurem una experiència inoblidable.

2

COMODITAT

Durant una activitat guiada ens podrem despreocupar de seguir l'itinerari, ens ajudaran a creuar passos complicats... Així gaudirem al 100 % de l'entorn.

3

SEGURETAT

Els guies tenen formació i experiència per afrontar i evitar situacions de risc a la muntanya. També disposen de coneixements en primers auxilis.

4

APRENTATGE

Els guies ens ajuden a interpretar allò que veiem. També ens ensenyen la tècnica per practicar diverses activitats esportives de muntanya.

5

REFLEXIÓ

Amb els guies reflexionarem sobre com conservar millor la natura, quin futur els espera als territoris de muntanya, com salvaguardar la cultura local, etc.

6

PRIVILEGI

Amb els guies ens sentirem privilegiats. Accedirem a llocs poc visitats i descobrirem curiositats i detalls que, sense la seva ajuda, ens passarien desapercebuts.

7

INFORMACIÓ

Els guies coneixen bé l'entorn i ens ajuden a decidir nous llocs a visitar, restaurants locals on menjar, comerços on comprar, etc.

8

PASSIÓ PEL TERRITORI

Els guies són autèntics ambaixadors locals que ens transmeten estima pel territori, per la seva gent, per les seves tradicions i costums.

9

OCUPACIÓ

Els guies són professionals titulats. Contractant-los contribuïm a crear llocs de treball i al desenvolupament i manteniment de les zones de muntanya.

10

PREU AJUSTAT

El valor afegit que ens aporten els guies excedeix l'import que paguem per ells. Gràcies als guiatges, tornem a casa amb molt per explicar i recordar.



Més informació. www.sompirineu.cat/deixatguiar

Els camins: per què són com són?

Analitzem els factors geogràfics, històrics i culturals que permeten entendre la forma, el traçat i els usos originals dels senders



Glòria Clavera Ibáñez
Arquitecta-urbanista, especialista en ciència de la sostenibilitat i sistemes d'informació geogràfica

Com s'expliquen els camins? Per què passen per on passen? Qui els ha construït? Quan i per quin motiu? Encara podríem plantejar més qüestions pertinents i cadascuna d'elles no rebria una única resposta. Per això, aquest article no es proposa respondre directament aquestes preguntes, sinó fer emergir reflexions —mitjançant el treball de diferents experts en la matèria— que fan més comprensibles els interrogants sobre d'on venen i cap a on van els camins, i que ens ajuden a entendre'n l'origen i l'evolució.

Per abordar, d'entrada, el perquè de la forma i el traçat dels camins, és essencial entendre la diversitat geogràfica dels territoris. Si analitzem els factors geològics i topogràfics que influeixen en el seu recorregut, obtindrem una informació molt valuosa.

El relleu, el sòl i el clima

El traçat dels camins segueix el relleu natural del terreny, prioritzant la travessia per zones menys abruptes. Un exemple clar són les valls, passadissos naturals entre muntanyes que, per la seva condició,

El traçat dels camins segueix el relleu natural del terreny

solen connectar de manera senzilla dues zones entre si. Un altre cas són les collades, que permeten creuar muntanyes d'una manera més segura i còmoda. La composició del sòl també afecta la construcció i el manteniment dels camins. És evident que hi hauria una gran diferència entre fer passar un camí per un terreny arenós que per un terreny rocós, on existeix la possibilitat de construir bancals o marges amb les pedres extretes del mateix traç.

Així mateix, les condicions meteorològiques influeixen en la seva ubicació: els llocs més oberts o les parts a més alçària estan més exposats a condicions adverses com la neu, la pluja o els forts vents, així que històricament els camins solen passar per zones més protegides o resguardades d'aquests fenòmens per així afavorir la perdurabilitat del traçat.

La raó del ser dels camins

Més enllà dels factors geològics i topogràfics, el terreny natural on es recolzen els camins no és erm o neutre, sinó que és ple de significat. Compliquem l'equació, doncs, introduint les aportacions de Francesco Careri (al seu llibre *Walkscapes. El andar como práctica estética*) quan explora la interconnexió entre l'acció de caminar i la de percebre el món.

Des dels orígens, l'acte propi de caminar —tant des dels primers errants recol·lectors com dels primers nòmades primitius— ha estat una activitat essencial que ha permès als individus explorar i comprendre els espais propis i de l'entorn. L'acció de deixar empremta en el paisatge amb els menhirs com a acte simbòlic, l'accés als turons convertits en fites per la seva visibilitat i també com a expressió espiritual, o l'acte de vagar sense un destí fix amb l'objectiu d'explorar l'entorn, són intervencions humanes en el medi que generen fluxos de mobilitat tot modificant l'entorn i l'experiència humana en relació amb ell.

Per tant, els camins se sostenen sobre el terreny natural, però no només seguint les condicions topogràfiques del relleu (com el pendent) o les geològiques (com la duresa del sòl o l'erosió del terreny), sinó també seguint els senyals que la natura escampa i l'home descobreix i fa emergir.

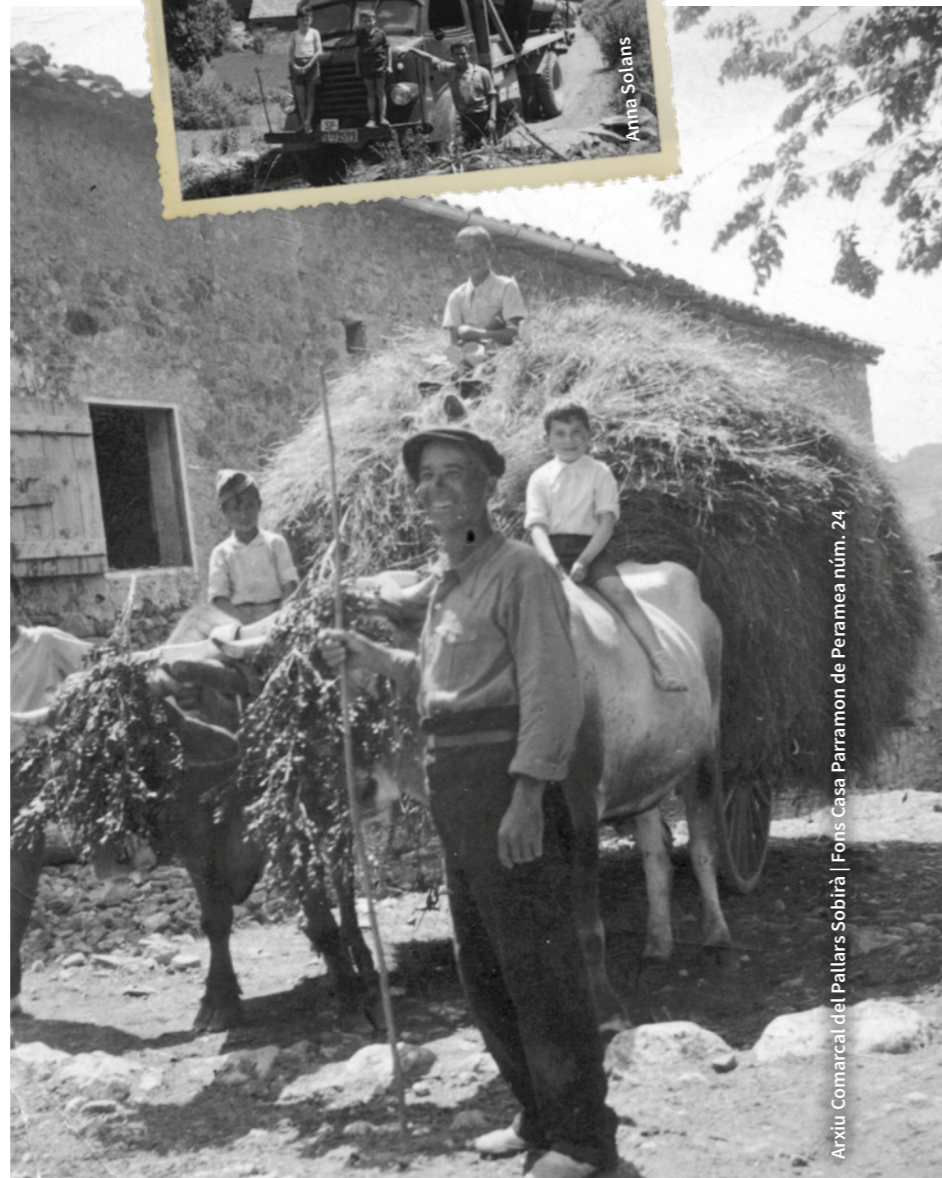
El terreny natural on es recolzen els camins no és neutre, sinó que és ple de significat

Encara hi ha altres lectures que ajuden a entendre la raó de ser dels camins. A l'estudi "Identificació dels camins i carreteres històrics del territori de l'Àrea Metropolitana de Barcelona", Teresa Navas i altres experts posen en relleu la relació entre els camins i les necessitats de connexió en cada moment històric. Així, uns van ser construïts per millorar la comunicació entre pobles o regions, altres per poder comerciar o facilitar la mobilitat de les persones i altres per accedir a les terres de conreu o als recursos naturals (com fusta, aigua o minerals). En tots els casos, l'organització productiva del sistema econòmic i social propi del moment, així com la lògica jeràrquica dels assentaments, defineix l'estructura de la xarxa viària sincrònica.

Per aquests motius, conèixer l'organització social, les activitats i les formes de vida de les diferents etapes històriques de l'entorn del camí aporta una gran quantitat d'informació. Les dades ens expliquen quina va ser la funció per a la qual van ser creats i ens ajuda a identificar el recorregut de punta a punta i la tècnica emprada en cada moment.



Anna Solans



Arxiu Comarcal del Pallars Sobirà | Fons Casa Parramon de Peramea núm. 24

La xarxa actual de camins és conseqüència de la sobreescritura successiva en el temps

La història que amaguen els camins

Per aprofundir en aquesta lògica, Arturo Soria Puig i José Ramón Menéndez de Luarca, autors de l'article "El territori com a artífici cultural" (publicat al núm. 99 de la revista *Ciudad y territorio*), expliquen que la xarxa actual de camins és conseqüència de la sobreescritura successiva en el temps: la xarxa medieval sobre la romana, la de la industrialització sobre la medieval i l'actual sobre totes elles. El territori, doncs, és el resultat de la sedimentació de totes les actuacions que, des de la prehistòria fins als nostres dies, han anat deixant marca.

Imaginar la història darrere d'un camí ajuda a entendre aquests conceptes. Suposem un camí ral d'origen medieval de connexió entre dos pobles. A mesura que un dels nuclis creix, els nous edificis s'organitzen al voltant del traçat i aquest primer tram esdevé carrer. Passen els anys i cal adaptar el camí ral al pas de carruatges o de cotxes i algunes parts sinuoses del camí són substituïdes per una traça recta, i part del camí esdevé carretera. Al cap d'un temps, la construcció d'una via d'alta capacitat mutila alguns trams del mateix camí i

Un camí és un sistema coral i calen diverses lectures per comprendre'l

acaben desapareixent. Amb totes aquestes transformacions, el camí original ha anat quedant absorbit amb el pas dels anys, i segles, per la trama urbana, les noves vies de connexió, o eliminat en alguns trams, però resten trams "fossilitzats" romanents en el territori. Tot plegat, és un substrat que persisteix amb capacitat per revalorar-se, en cas que hi hagi prou interès.

Els camins són estructures complexes influenciades per molts factors. El relleu natural, la composició del sòl i les condicions climàtiques de l'entorn del camí comprometen la seva construcció. La dimensió cultural i simbòlica que associem al recorregut li confereixen un caràcter únic i vital. Les intervencions humanes al llarg del temps modelen els traçats, reflectint diferents necessitats de connexió i accés als recursos segons l'època. La xarxa actual de camins és fruit de superposicions històriques, on les rutes antigues sovint conflueixen amb les noves, creant un teixit viari resultat de capes successives, de camins superposats o coexistents al llarg del temps.

En definitiva, un camí és un sistema coral i calen diverses lectures combinades per arribar a comprendre'l. Cada camí es desxifra des del coneixement de les condicions físiques, simbòliques i estètiques del terreny per on passa així com de les necessitats i històries de les diferents comunitats que l'han utilitzat.

Riscos naturals i canvi climàtic als Pirineus: implicacions sobre els camins

Els camins de muntanya sempre han estat exposats a processos naturals com l'erosió, però amb l'escalfament actual les destrosses són majors



Óscar Alemán Milán
Geògraf i guia d'Alta Muntanya
UIAGM

Quan parlem de seguretat a la muntanya convé distingir entre riscos naturals i riscos climàtics. En els primers, els fenòmens que generen el perill són propis de la dinàmica de la Terra (esllavissades, despreniments, allaus, fluxos torrencials, etc.), mentre que en els segons deriven directament de l'estat i l'evolució del clima (onades de calor, sequeres, pluges intenses, canvis en el règim nival, etc.). Avui dia, tots aquests perills s'intensifiquen pel canvi climàtic, però el seu impacte real com a risc depèn sobretot de l'exposició i la vulnerabilitat humanes. Sovint ambdós tipus interaccionen: per exemple, pluges extremes poden desencadenar corrents d'arrossegalls o esllavissades; temperatures altes persistents poden degradar el permagel (permafrost) i afavorir despreniments.

En aquest context, els Pirineus experimenten un escalfament accelerat. Segons l'Observatori Pirinenc del Canvi Climàtic, la temperatura mitjana ha augmentat entre 1,9 i 2 °C en les darreres dècades, a un ritme un 30 % superior a la mitjana planetària, amb increments que superen els 0,30 °C per dècada. Aquest escalfament sostingut comporta una reducció dràstica de la neu, altera els cicles hidrològics i incrementa riscos ambientals i socioeconòmics. En aquest mateix marc, cal considerar els incendis forestals com un risc climàtic emergent. L'actual combinació d'onades de calor cada cop més freqüents, sequeres i un augment significatiu de la biomassa forestal al Pirineu ha creat un escenari de gran vulnerabilitat.

Aquesta transformació es fa molt palpable en la criosfera pirinenca. Des dels anys vuitanta, les glaceres han retrocedit ràpidament (de 39 glaceres amb més de 800 hectàrees a 15 glaceres i 143 hectàrees, el 2023), amb aprimaments mitjans superiors als 6 metres per any en el període 2011-2020 i episodis locals de pèrdua superiors a 20 metres. Els anys hidrològics 2021/22 i 2022/23, especialment secs i càlids, van triplicar les pèrdues respecte a la mitjana de la dècada anterior, evidenciant un desequilibri molt marcat caracteritzat per poca acumulació de neu i temporades de fusió més llargues.

Efectes de l'escalfament global en els camins

El canvi climàtic no crea de nou tots els perills de muntanya, però n'amplifica la freqüència, la intensitat i l'àrea d'afectació, i modifica les finestres temporals de risc. Entendre aquesta interacció entre riscos climàtics i riscos naturals, amb la neu, el gel i el permagel com a vectors sensibles principals, ajuda a interpretar per què camins, itineraris i activitats físicoesportives a la muntanya es reconfiguren i requereixen noves estratègies d'adaptació.

El canvi climàtic no crea de nou els perills de muntanya, però els amplifica

Els camins i itineraris de muntanya han estat sempre exposats a processos naturals com l'erosió del traçat i els marges, la gelifracció que provoca desprendiments de pedres enmig de la via, les avingudes d'aigua que descalcen i desvien traçats, o els moviments en massa en pendents inestables.

Aquestes dinàmiques han motivat històricament solucions de protecció i manteniment, com el gran llegat cultural de murs de pedra seca, empedrats, drenatges i passos elevats, que han permès sostenir la funcionalitat dels camins en un medi canviant. En l'actualitat, un escenari ampliat d'escalfament pot generar destrosses majors sobre el traçat, ponts i infraestructures, així com multiplicar els talls temporals i el risc per a les persones.

Davant d'aquesta realitat, sembla pertinent avançar cap a una gestió adaptativa dels itineraris que permeti ajustar o modificar traçats quan calgui, reforçar o substituir els elements més vulnerables, revisar si els camins travessen zones d'exposició creixent a un perill natural i reforçar el monitoratge dels punts crítics. Igualment, convindria millorar la informació del risc que reben els usuaris i preveure un fons econòmic específic per atendre actuacions urgents. Amb aquesta mirada, és possible preservar la funcionalitat i la seguretat d'una xarxa de camins que opera, per naturalesa, en un entorn en transformació constant.

Els Alps, molt vulnerables

Aquesta cultura del risc és ben present en moltes muntanyes del món, però la magnitud dels esdeveniments, la vulnerabilitat i les necessitats d'adaptació varien segons les característiques de cada serralada. En sistemes muntanyosos fortament condicionats pels processos freds, on conflueixen pendents extrems, grans glaceres i permagel continu, són més probables els esdeveniments en cascada que poden afectar fons de vall

Els camins de muntanya han estat sempre exposats a processos naturals com l'erosió

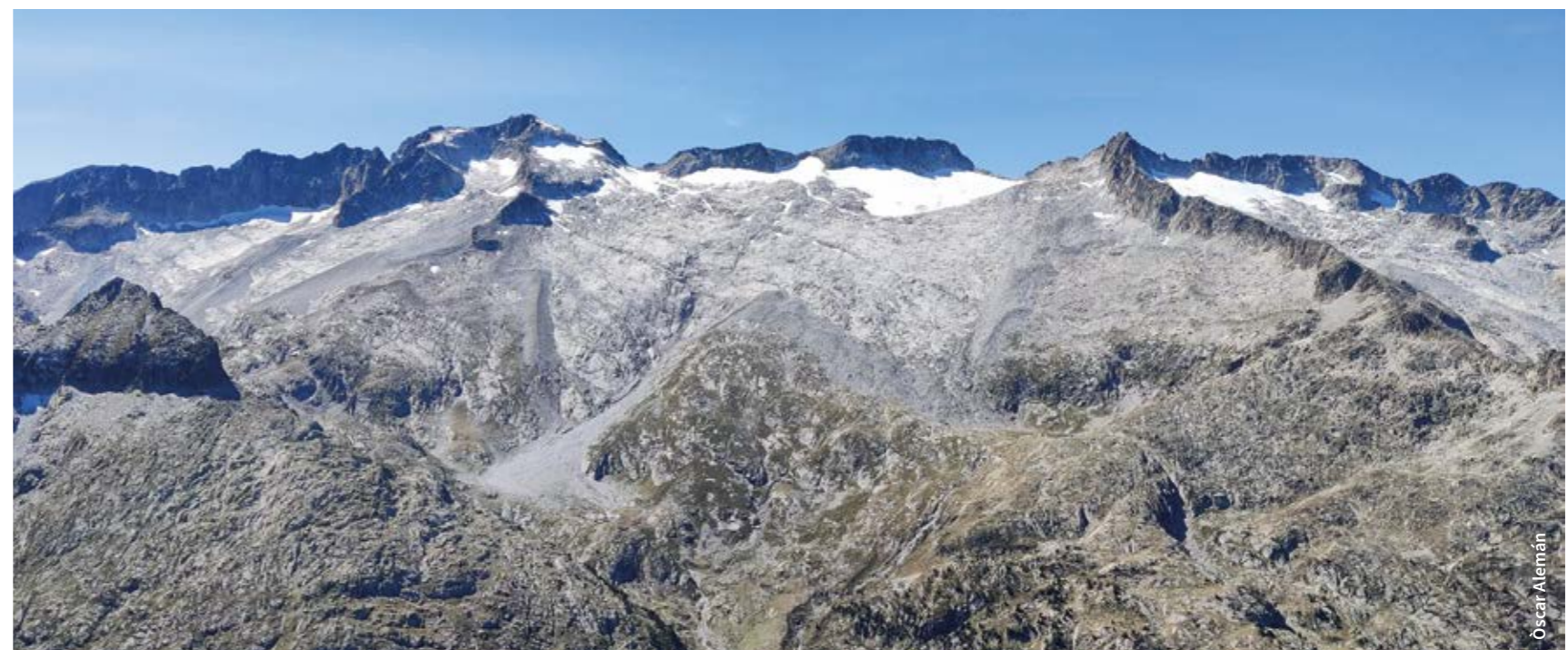


Jordi Gavaldà

Cal una gestió adaptativa dels itineraris que permeti ajustar traçats quan calgui

poblats. Als Alps, per exemple, recordem la destrucció dels pobles de La Béarde el 2024 i Blatten el 2025, on el component glacial va estar clarament involucrat en l'activació de la cadena d'esdeveniments.

Així mateix, la incidència sobre les rutes clàssiques d'alpinisme i els accessos d'alta muntanya s'ha fet palesa mitjançant tancaments i reconfiguracions forçades. Un cas paradigmàtic és la ruta normal del Mont Blanc (4.806 m) pel Couloir du Goûter, on la degradació del permagel provoca desprendiments recurrents. Aquesta inestabilitat, sumada a l'alta freqüentació i a la sinistralitat acumulada, obliga a tancar la via durant els estius més càlids i secs davant d'un risc inassumible.



Oscar Aleman

L'abast d'aquesta transformació ha invalidat, fins i tot, la bibliografia de referència. Estudis recents indiquen que el 97 % de les rutes del clàssic de Gaston Rébuffat (1973), *Massís del Mont Blanc: Les 100 millors ascensions*, han patit alteracions substancials o són directament impracticables. Es tracta d'una metamorfosi a escala humana que obliga l'alpinista a una adaptació constant, sovint llastrada per informació desactualitzada en guies excursionistes i portals web. En aquest nou escenari, l'experiència local i una avaluació acurada del risc esdevenen més indispensables que mai.

Als Pirineus, amb una criosfera més reduïda i un permagel discontinu i restringit a cotes altes, els episodis són de menor magnitud i freqüència, però suficients per condicionar la seguretat d'alguns itineraris clàssics.

El cas de l'Aneto (3.404 m) n'il·lustra bé la dinàmica. La ruta normal del Portilhon Superior, que travessa una glacera ja molt fragmentada, pateix desprendiments recurrents a la zona del pic de Coronas, relacionats amb la degradació estival del permagel. Les roques que impacten

a la glacera llisquen damunt del gel i escombren l'itinerari, motiu pel qual, des de fa més d'una dècada i sobretot a l'estiu, molts guies de muntanya prefereixen l'itinerari de l'ibón del Salterillo, que redueix el temps d'exposició i facilita la progressió en comparació amb l'itinerari clàssic, sovint condicionat pel gel negre i els blocs inestables. Una recomanació nascuda de l'experiència local que avui és ben coneguda gràcies a la difusió de les campanyes de conscienciació de Montaña Segura.

Al Pirineu català, tot i l'absència de glaceres actives, la criosfera es manté present amb neu estacional, congèstes persistents, permagel en massissos com els dels Besiberris i la Pica d'Estats, glaceres rocalloses, estanys gelats, així com alguns avencs amb gel permanent. Sense arribar a situacions tan crítiques com les de l'Aneto, aquests elements poden generar episodis puntuals de perillositat, especialment durant onades de calor o situacions meteorològiques extremes.

Foses de neu sobtades als Pirineus

Un fenomen ben conegut és la fosa sobtada, quan coincideixen un mantell nival important i precipitacions abundants en forma de pluja: el 18 de juny de 2013, la Val d'Aran i el Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici van patir danys materials extensos. Al planell de Riumalo (Vall de Boí) es van malmetre ponts i trams del camí cap al Besiberri Nord i al refugi Ventosa i Calvell, i el traçat es va haver de modificar per l'altra riba. Una mica més amunt, el barranc de Malavesina, en un sector de fort pendent amb till subglacial poc consolidat, va registrar una esllavissada que les tempestes recents han agreujat, fins al punt que l'accés actual presenta majors dificultats que abans i no disposa d'una alternativa fàcil.

A la Val d'Aran, l'episodi del 2013 va provocar danys molt importants que no es van restringir a les zones urbanes, sinó que van afectar greument la infraestructura destinada al senderisme. Es van malmetre ponts i trams de camins tradicionals a les riberes d'Aiguamòg, Valarties, Garona i Toran, en un territori que, a més, pateix amb freqüència danys per allaus de neu.

Més recentment, a principis de juliol del 2025, les pluges intenses al Parc Natural de l'Alt Pirineu van afectar l'itinerari clàssic de la Pica d'Estats pel port de Sotllo, amb un corrent d'arrossegalls afavorit per la presència de tarteres poc consolidades. En aquests casos, la neu pot intervenir de manera doble: per fosa sobtada i perquè la menor persistència nival deixa al descobert materials abans protegits, cosa que augmenta la probabilitat d'esllavissades, desprendiments i arrossegalls en cotes on aquests processos eren menys actius.

Cal ser curosos a l'hora d'interpretar la relació de causa i efecte entre canvi climàtic, degradació del permagel i desprendiments, perquè la dinàmica és complexa i multifactorial i encara més quan no hi ha un monitoratge específic de les variables ambientals implicades —això és extrapolable a fenòmens similars—. També cal tenir present que processos periglacials habituals com la gelifracció fragmenten la roca de manera ordinària i poden desencadenar col·lapses quan hi ha el pendent adequat.

Tot i això, hi ha episodis que, per la seva localització, finestra temporal i magnitud, apunten fort a la implicació del permagel. A l'estiu especialment càlid del 2023, la cara nord del pic de Saboredo (2.830 m) va registrar un gran desprendiment que diversos excursionistes van captar en vídeo. És un indret allunyat de les rutes més concorregudes del Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici i no



Marc Obiols | Obisual Media

A l'hivern la perillositat també evoluciona

La dinàmica és multifactorial i cal ser curosos quan s'interpreten els efectes del canvi climàtic

s'hi van produir danys personals, però un fenomen similar al collet de Contraix, pas clau de la coneguda ruta Carros de Foc, comportaria un risc molt més elevat.

Perills també a l'hivern

Com a contrapunt, cal tenir present que a l'hivern la perillositat també evoluciona, especialment en la dinàmica d'allaus i en la coberta de gel dels estanys. En aquest període, molts itineraris d'alta muntanya modifiquen el traçat per reduir l'exposició i facilitar la progressió, i, quan les condicions ho permeten, es travessen estanys gelats amb esquís o raquetes. Ara bé, els canvis en el gel lacustre associats a l'escalfament poden desplaçar o escurçar la finestra temporal segura per a aquests creuaments. L'estany de Gerber n'és un cas representatiu: s'hi combinen la dificultat d'avaluar l'estat del gel i l'existència de vessants laterals de fort pendent que condicionen el traçat hivernal més segur, fet que exigeix una valoració acurada abans d'emprendre el pas.

Als fons de vall, els processos segueixen actius tot i que els relacionats amb el fred hi tenen menys pes. Els canvis en el règim de pluges, la major radiació (menys dies ennuvolats), les sequeres persistents seguides de tempestes intenses i la pressió d'usos sobre el territori poden intensificar l'erosió i la perillositat en general. Exemples recents són l'erosió del camí de l'aigua al Pont de Suert, descalçat pel riu Noguera de Tor i origen d'un accident el 2024, o els recurrents desprendiments al popular camí tallat que travessa el congost de Mont-rebei (GR-1), que obliguen a tancaments periòdics, com els dels anys 2018 i 2020.

Referències bibliogràfiques

Observatori Pirinenc del Canvi Climàtic. (2023). *Butlletí d'indicadors de canvi climàtic dels Pirineus 2021-2023*. Comunitat de Treball dels Pirineus. <https://opcc-ctp.org/ca/eines/butlleti-climatic-biccpir>

Rico, I. & Izagirre, E. (2026). "Adaptation and challenges in mountaineering. The impact of climate change on the cryosphere of the Pyrenees and Alps". *Metode Science Studies Journal*, 16. <https://doi.org/10.7203/metode.15.30105>

Què cal fer, doncs?

Atenent els conceptes i casos exposats, podria esdevenir prioritari impulsar una cartografia de perillositat i risc dels itineraris més emblemàtics i avançar cap a una gestió adaptativa dels traçats. Aquestes accions convindria complementar-les amb el reforç d'elements estructurals, una millor comunicació del risc a l'usuari i una coordinació institucional sòlida, recolzada per protocols d'actuació, fons específics per a incidències sobrevingudes i campanyes de prevenció.

Aquesta estratègia guanyaria eficàcia amb un augment del monitoratge en punts crítics, aprofitant l'impuls de projectes transfronterers com *Pyrenees4clima*, que integra la informació climàtica en la gestió territorial, i *Permapyrenees*, clau per al coneixement i la cartografia del permagel.

Només amb una diagnosi i un seguiment robustos serà possible decidir on, quan i com actuar i, d'aquesta manera, reforçar la resiliència i la continuïtat d'una xarxa de camins, senders i itineraris que opera en un medi, per definició, canviant.

Els beneficis del caminar per a la salut integral

Les diverses dimensions de la salut humana es poden aprofitar de les diferents maneres de caminar



Josep Maria Mallarach i Carrera
 Doctor en biologia ambiental
 i coordinador de l'associació Silene



Que caminar va bé per a la salut en general és ben sabut i no cal argumentar-ho. Però hi ha moltes maneres de fer-ho i podem caminar en llocs, èpoques i moments molt diferents, de manera que els efectes que té en la nostra salut poden ser molt diversos. A més, la salut humana té diverses dimensions que es poden beneficiar de caminar, més o menys, segons quina sigui la nostra pràctica i dedicació. Us convidem, doncs, a fer una breu passejada pel ventall de beneficis que el fet de caminar pot aportar a la nostra salut integral.

Comencem pel lloc. Com més pur sigui l'aire i com més íntegre sigui l'ecosistema, més saludable serà l'experiència. Caminar per un corriol de muntanya, que solca boscos ben conservats, per la vora d'una riera neta o per una platja solitària amb oncs suaus que ens acaronen els peus nus és més saludable que no pas fer-ho a la vorera d'un vial amb alta densitat de trànsit, sorollós i contaminat, com és obvi.

Seguim pel recorregut i la durada. L'efecte en la salut serà diferent si caminem per un camí ral platxeríós o per un viarany rost. Canviarà, també, si l'exercici dura uns minuts o unes hores. Per a cada persona, segons l'edat, la constitució, el moment vital i la salut, hi haurà durades que seran òptimes. Si fa temps que no caminem al nivell òptim és prudent començar per camins més suaus i durades més curtes, i anar augmentant gradualment, sense forçar.

Quan, com i per on caminem

El temps en el cicle diari, en l'estacional i el meteorològic compta molt. Caminar de bon matí és més tonificant que no pas fer-ho al migdia. Caminar al captard sol ser relaxant. Caminar de dia o de nit, o fer-ho amb lluna plena o lluna nova, amb llanterna o sota la celèstia té efectes diversos. Caminar un dia assolellat primaveral acompanyat d'un oreig suau és bo per a tothom. En dies de meteors extrems, sigui de temperatura, quan bufen vents o cauen pluges intenses, caminar a l'aire lliure sol ser contraproduent per a la salut de la majoria de gent.

El ritme també és important. No és el mateix caminar una estona cada dia, o dia per altre, que fer-ho només un cop a la setmana o al mes. Semblantment, no té el mateix efecte en la salut física ni mental caminar a un ritme natural, un de molt més pausat, o fer-ho a un ritme enèrgic, sincronitzant la nostra respiració.

La bellesa i l'harmonia del paisatge per on caminem afecten el nostre psiquisme

L'estil de caminar també compta. Si fem servir bastons activem altres parts diferents que si no ho fem, sobretot si practiquem marxa nòrdica, que és un exercici molt més complet. D'altra banda, caminar amb sabatilles minimalistes (*barefoot*), amb sandàlies o espadnyes de veta demana una atenció més gran al lloc on posem el peu per no prendre mal i activa els reflexos de la planta dels peus. A més, caminar descalç o amb soles primes no aïllants ajuda a descarregar l'electromagnetisme que hàgim pogut acumular si treballem amb eines electròniques.

La bellesa i l'harmonia del paisatge per on caminem afecta el nostre psiquisme, com és natural. La bellesa visual, olfactiva i sonora, sempre renovada, ens afecta més del que pensem, en siguem o no conscients. Si estem amatents, si ens aturem a gaudir-ne, si escoltem els múltiples llenguatges de la natura, si ens obrim a la meravella i deixem que impregni el nostre ésser, aturant-nos de tant en tant, l'efecte benèfic s'intensificarà, sense cap dubte.

Caminar va bé per esbargir la boira, per espolsar cabòries que poden quedar enganxades. Caminar a l'aire lliure és molt recomanable per plantejar i desplegar converses vives, obertes de mires i creatives. També tenim una gran tradició de caminar tot cantant, sobretot en colles, una pràctica que eleva i vigoritza l'ànim. Per a aquells més inclinats a la reflexió, caminar ajuda a pensar millor, com va demostrar, fa més de dos mil·lennis, l'escola filosòfica dels peripatètics.



Marc Obiols | Obisual Media

Caminar conscient, amb atenció plena

Mentre caminem l'observació i la interpretació sorgeixen espontàniament, però si hi posem tota l'atenció de què som capaços, l'experiència es transforma: evita la dispersió mental i la connecta amb la realitat del present, l'ara i ací, una pràctica que es veu facilitada en entorns naturals bells i harmònics i en caminades que no superin els límits del benestar físic. Per accedir a l'atenció plena, tot caminant, el silenci és un requisit. No només el silenci exterior, sinó sobretot l'interior. Una ment calmada no sols ens relaxa, sinó que ens predisposa a la pau interior, des d'on podem accedir a la meditació o la contemplació, les facultats més elevades de l'ànima.

El caminar conscient demana afluïxar el ritme de vida per disposar de temps i alhora ajuda a relativitzar i desfer-se de neguits efímers. La constància en aquesta pràctica permet integrar-la a la nostra vida i assolir nivells més profunds de plenitud. El caminar conscient ens prepara per caminar meditativament, una modalitat d'interiorització, la pràctica de la qual ajuda a sintonitzar amb el nostre ésser més interior —el cor— i entrar en comunió amb el Tot. Així, doncs, les passejades o caminades silencioses, contemplatives, solitàries o en colles ben predisposades, ens ajuden a mantenir o restablir la salut física i mental.

El caminar conscient ajuda a relativitzar i desfer-se de neguits efímers

Per accedir a l'atenció plena, tot caminant, el silenci és un requisit

L'espiritualitat, entesa com la dimensió que engloba la qualitat dels vincles que mantenim amb nosaltres mateixos, amb el nostre entorn humà i no humà —ambiental— i amb la realitat inefable que dona sentit a la vida, configura el benestar psicològic i anímic. Quan natura i espiritualitat conflueixen tot caminant, solen desplegar-se vivències d'astorament o meravellament que poden donar lloc a transformacions profundes, fomentant la interioritat (el microcosmos), els vincles amb la comunitat (societat), la natura (el cosmos) i la dimensió transcendent de la realitat (metacosmos), totes les quals milloren la nostra salut integral.

Ja veieu si ens pot aportar beneficis a la salut el fet de caminar! Com més agràits estiguem del do de caminar, com més conscients siguem del ventall d'opcions i possibilitats que tenim al nostre abast, i cerquem en cada ocasió aquella que sigui més escaient, millor i més saludablement ho farem.



Marc Obiols | Obisual Media

La ciudadanía ante el cierre de caminos públicos

La acción colectiva para reabrir caminos debe seguir unos pasos administrativos y jurídicos que no siempre obtienen el resultado esperado



Manuel Trujillo Carmona
Técnico superior del IESA-CSIC, presidente de A Desalambrar y miembro de la PICP

La defensa de los caminos públicos se enfrenta a un recorrido largo y frustrante

La defensa de los caminos públicos se enfrenta, en la práctica, a un recorrido largo y frustrante para la ciudadanía. Un proceso de reacción que convierte algo tan placentero como salir al campo por un camino (que uno confía que está abierto) en un aprendizaje de temas administrativos, geográficos y judiciales.

El problema suele comenzar con el cierre de un camino utilizado tradicionalmente, al que le sigue una auténtica carrera de obstáculos —que suele llevar a la pérdida de la paciencia y la esperanza— y que termina, con frecuencia, en un laberinto administrativo y jurídico: dudas sobre la naturaleza pública o privada del trazado, falta de inventarios municipales accesibles, insuficiencia de medios para recuperar caminos cerrados y, en último término, judicialización del conflicto.

Este artículo se fundamenta en la experiencia acumulada por las asociaciones que forman la Plataforma

Ibérica por los Caminos Públicos (PICP) y describe los pasos más habituales que siguen quienes intentan mantener abiertos los caminos de uso público. Esta Plataforma cumple ya 19 años y ha organizado 17 jornadas en defensa de los caminos públicos —todos los años salvo los de la pandemia—, en las que se han relatado infinidad de casos de cierres de caminos y las luchas lideradas, con mayor o menor éxito, por los ciudadanos que los han sufrido.



Marc Obiols | Obisual Media

El inicio del problema: una persona recorre el campo y se encuentra un camino cerrado

1. El origen del problema: un camino cerrado

El inicio del problema suele ser simple: una persona recorre el campo y se encuentra un camino cerrado. A menudo se trata de un camino que había transitado antes sin impedimentos.

Ante la idea frecuente de que los caminos se cierran porque se abandonan y dejan de usarse, la experiencia sugiere que, en muchos casos, ocurre lo contrario: los cierres aparecen cuando el camino empieza a utilizarse más (senderismo, bicicletas, usos recreativos) y el propietario decide impedir el paso. Este cambio genera un punto de fricción clave: antes, con fincas abiertas o con paso tolerado, se caminaba “sin problema”; ahora la cuestión se transforma en una pregunta difícil: ¿es realmente un camino público o era un camino privado por el que se toleraba el paso?

2. El primer impulso ciudadano: un derecho evidente

Cuando alguien cree que tiene derecho a pasar —porque “siempre se ha pasado”— pueden ocurrir reacciones inmediatas: una acción directa (abrir la cancela; incluso retirar un candado) o llamar a fuerzas de seguridad (Guardia Civil/Seprona), esperando que “pongan orden”.

Sin embargo, estas vías suelen conducir a un callejón sin salida: si se abre la cancela al día siguiente se repone, con el riesgo de recibir una denuncia, y si se llama a la Guardia Civil la respuesta típica es que no es su competencia y que debe acudir al ayuntamiento.

3. La búsqueda de pruebas: Catastro, internet y asociaciones

Tras la primera frustración, mucha gente busca información en internet. Es habitual que aparezcan “reglas rápidas” (por ejemplo, identificar en Catastro referencias como “900” y asumir que eso prueba que es público, cosa que puede llevar a dar pasos falsos). En otro caso, se puede dar con información más certera, de colectivos en defensa de los caminos, o la web www.picp.es, donde se reúne mucha información sobre estas situaciones.

En ese punto, el problema se complejiza: el trazado que “siempre se anduvo” podría ser: un camino público municipal, una vía pecuaria, un camino dentro de un monte público, una servidumbre privada, o un camino privado con paso tolerado. Distinguir en qué caso se encuentra el camino cerrado es el primer paso para ver qué camino seguir.



Un ejemplo: el Camino del Cuarto del Baño (Cáceres)

Un caso ilustrativo es la lucha por la apertura del Camino del Cuarto del Baño, en Cáceres. El ayuntamiento lo eliminó del catálogo de caminos públicos. La Asociación de Vecinos de la zona presentó documentación histórica sosteniendo que el camino era inequívocamente público; el ayuntamiento desestimó el recurso.

Se presentó una demanda contencioso-administrativa contra el acuerdo municipal, que tras varios recursos se ganó; finalmente el ayuntamiento incluyó el camino en el inventario.

Sin embargo, años después, aún está pendiente de que se abra y acondicione el camino, por los recursos y oposición del propietario de la finca.



4. El ayuntamiento como pieza central... y el gran cuello de botella

En teoría, lo más razonable es dirigirse al ayuntamiento, que es quien debería saber si un camino es público y actuar en consecuencia. Pero la experiencia muestra varios escenarios recurrentes.

El primer escenario, existe un inventario y es accesible, sería el caso más favorable, aunque poco común. Y es que la gran mayoría de los municipios no tienen inventario de caminos, e incluso cuando lo tienen muchas veces el inventario no es fácilmente consultable.

Hay que dirigirse al ayuntamiento, quien debería saber si un camino es público

Incluso si existe inventario y el camino aparece, cuando se denuncia el cierre la respuesta municipal suele ser: silencio administrativo (no contestar); reconocimiento sin acción: “sí, parece público, pero recuperarlo es un problema”; falta de medios o miedo al pleito (se anticipa un litigio costoso con propietarios con recursos); condicionantes políticos o sociales (evitar conflicto con propietarios influyentes o empleadores locales); o exigencia de pasos previos: “habría que deslindar”, “inscribir en el Registro”, “incorporar a Catastro”, etc.

El resultado es que, aun figurando como camino público, el camino puede permanecer cerrado durante años.

En el segundo escenario, el más habitual, el camino no figura en el inventario o no existe inventario. Entonces la carga de la prueba recae, a menudo, en la ciudadanía: localizar documentación histórica, testigos y trazados. Y, a partir de aquí, solicitar al ayuntamiento que elabore un inventario, o que incorpore ese camino al inventario de bienes.

Pero el procedimiento puede demorarse (se alega falta de presupuesto, necesitan la ayuda de las diputaciones, no es la prioridad política). Y, si finalmente se hace, surgen alegaciones y recursos: en municipios con decenas de caminos, cada inclusión puede generar oposición y llevar a la judicialización del inventario, incluso a un juicio por cada propietario afectado, lo que dificulta aprobar un inventario completo y, más aún, avanzar hacia inscripciones en el Registro de la propiedad y deslindes.

En ocasiones, para obtener información pública básica, se termina acudiendo a mecanismos de transparencia.

5. El caso paralelo de las vías pecuarias

Cuando el camino resulta ser (o parecer) una vía pecuaria, el interlocutor principal deja de ser el ayuntamiento y pasa a ser la comunidad autónoma.

El patrón de obstáculos suele repetirse —y a veces intensificarse—: vías sin deslinde preciso, indefinición del trazado real, recursos que paralizan actuaciones, y falta de personal y prioridades.

6. Cuando todo falla: la judicialización

Tras años de bloqueo, algunas personas —pocas, porque requiere tiempo y dinero— optan por los tribunales. Se describen tres grandes rutas.

La vía del contencioso-administrativo se utiliza cuando el ayuntamiento no actúa (inactividad), o cuando adopta decisiones como declarar que el camino no es público o eliminar un camino del inventario.

La vía civil por sustitución (art. 68 de la Ley Reguladora de las Bases del Régimen Local) permite a vecinos o asociaciones impulsar la acción que el ayuntamiento no ejercita para lograr la declaración del carácter público. Es una vía compleja porque el ciudadano comparece sin las prerrogativas y capacidades de investigación de la administración y necesita probar que el camino es público, debiendo aportar la carga de la prueba, al contrario que cuando se ejercitan otro tipo de acciones.

Finalmente, aparecen también estrategias por la vía penal (contra el supuesto usurpador, o incluso contra responsables públicos), impulsadas a menudo por la “fatiga” acumulada tras años sin respuesta. Los resultados son inciertos: hay casos que prosperan y muchos otros se archivan por considerarse que la vía penal no es la adecuada.

Las administraciones involucradas han de tomar mayor conciencia del problema

Conclusión: coordinación institucional y límites de la acción ciudadana

Aunque las administraciones pueden tener dificultades reales (medios, personal, recursos), ello no puede ser excusa para que los ciudadanos/as tengamos que perder nuestra vida en conseguir algo tan simple como que un camino público esté abierto. Pero como la situación es esta, al menos la acción colectiva y la coordinación entre las personas preocupadas por este tema facilitan las cosas. Para ello la Plataforma Ibérica por los Caminos Públicos es una vía importante.

En cualquier caso, sería necesario que las administraciones involucradas tomaran mayor conciencia del problema, con un apoyo más sólido por parte de las diputaciones para la elaboración de los inventarios y la defensa jurídica de los ayuntamientos, y que se dieran mecanismos más ágiles y realistas de inventariado, deslinde, inscripción y recuperación. Y a nivel nacional, hay que tomar conciencia de la magnitud del problema y hacer los cambios necesarios en la legislación para clarificar los caminos considerados públicos y garantizar que no se puedan cerrar.



A la muntanya, córrer o caminar?

Confrontem dues ànimes que avui dia conviuen a la muntanya, la introspectiva i la competitiva, i que potser no estan tan allunyades com sembla



Aure Farran Llorca
Periodista



Marc Obiols | Obisual Media



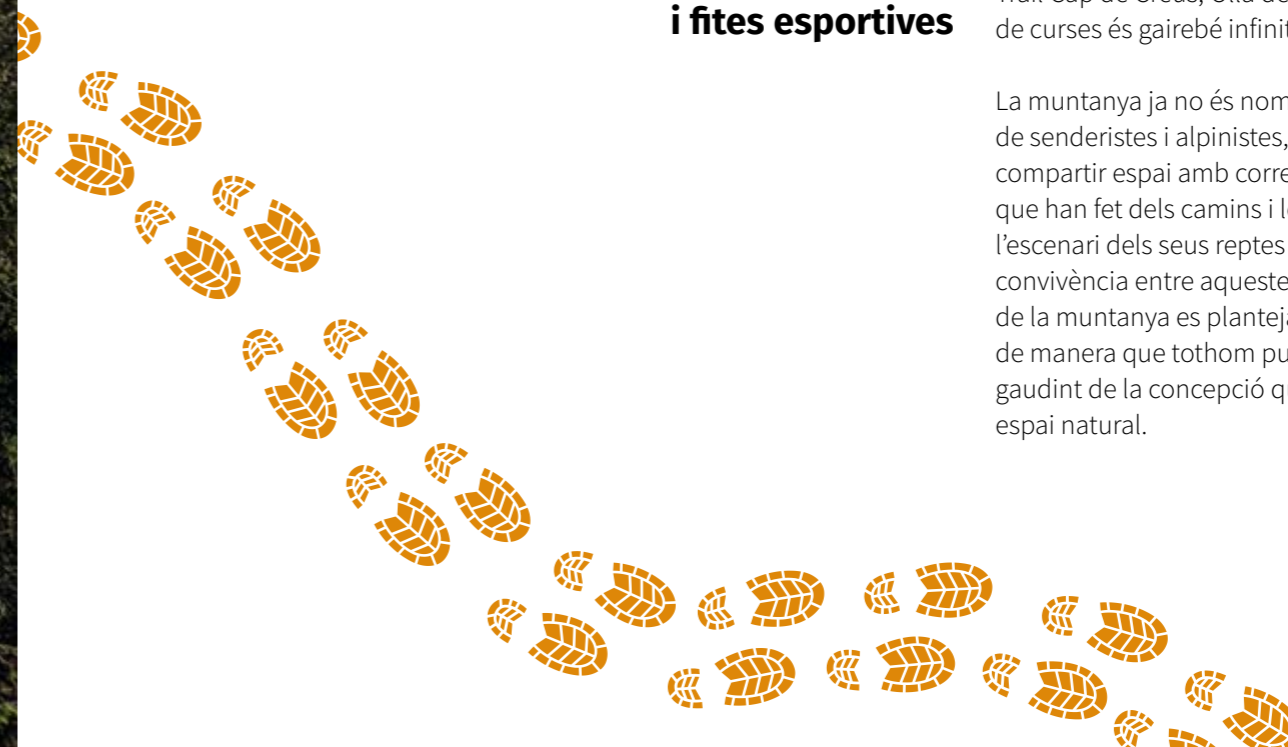
Anna Solans

La idea és apropar-se a la muntanya deixant de banda marques i fites esportives

En un món cada vegada més digital, on el temps ho condiciona tot i on tot cal fer-ho com més ràpid millor, ha pres força els darrers anys el moviment *Slow Mountain*, un concepte que va definir Juanjo Garbizu després d'haver posat sobre la taula tota una filosofia de vida, la *Monteràpia*. La idea d'aquest moviment es basa a situar la muntanya com a element indispensable per suportar i trobar l'equilibri d'una vida que transcorre massa de pressa. Garbizu veu la muntanya com una escola de valors i com un bàlsam que ens ajuda, de manera senzilla, assequible i eficaç, a prendre certa distància amb els problemes del dia a dia.

En el seu llibre *Slow Mountain* (Ed. Dièresis), Garbizu defensa la idea d'apropar-se a la muntanya deixant de banda marques, cronòmetres i fites esportives, amb una proposta que sembla totalment oposada a la realitat d'avui, on proliferen, i amb molt d'èxit, les curses de muntanya. Una llarga llista d'esdeveniments que posen a prova la resistència dels corredors i on pot semblar que l'únic que importa és arribar el primer. Ultra Pirineu, Transgavarres, Montsant 360, Trail Cap de Creus, Olla de Núria..., la llista de curses és gairebé infinita.

La muntanya ja no és només el paradís de senderistes i alpinistes, que ara han de compartir espai amb corredors i ciclistes que han fet dels camins i les muntanyes l'escenari dels seus reptes personals. La convivència entre aquestes dues ànimes de la muntanya es planteja com un repte, de manera que tothom pugui seguir gaudint de la concepció que té d'aquest espai natural.





El Pablo viu la muntanya des de la tranquil·litat, des del passar lent del temps



Pablo Batalla

No pensar només en el cim

En una línia propera al pensament de Juanjo Garbizu es mou l'asturià Pablo Batalla, llicenciat en història i escriptor. És autor de *La virtud en la montaña* (Ediciones Trea), on reivindica un accés a la muntanya lent, il·lustrat i anticapitalista, i del llibre *La bandera en la cumbre* (Capitán Swing), on aborda una història política del muntanyisme posant de manifest com totes les ideologies i grans moviments socials de la modernitat han promogut i practicat el muntanyisme.

Batalla es va enamorar de la muntanya de ben petit, gràcies a un professor que li va ensenyar a estimar-la i valorar-la des del joc, l'emoció i la descoberta. «La meua visió de la muntanya es va construir sobre aquesta llavor i d'altres que també va plantar el meu pare, i la percepció que en tinc avui continua sent aquesta, la de no pensar només en el cim, la de no córrer, sinó la de parar-te a mirar i a aprendre de la muntanya».

Batalla reconeix que quan camina per la muntanya sempre vol arribar al cim, però valora especialment el camí fins a arribar-hi. Tot i reconèixer que hi ha muntanyes que voldria conèixer més, com els Pirineus, també s'adona que, com més gran es fa, en té prou «amb les muntanyes que tinc a prop. Per molt que repeteixi,

segueixo descobrint llocs que no coneixia i això m'omple». I afegeix que cada vegada que vas a la muntanya assumeixes que «no serà igual, perquè canvia d'estació a estació, d'any a any. Canvia la muntanya i també un mateix, perquè el nostre estat d'ànim potser ha canviat i perquè recórrer un camí als 20 anys o als 50 fa que en tinguis una perspectiva molt diferent».

La muntanya compartida i respectada

El Pablo viu la muntanya des de la tranquil·litat, des del passar lent del temps. Tot el contrari que l'Anna Comet, atleta, entrenadora, periodista i conferenciant, que ha participat en algunes de les curses de muntanya més exigents del món. Va començar practicant l'esquí alpí per després passar-se a l'esquí de muntanya i al *trail running*.

Vinculada des de ben petita a la muntanya, reconeix que és el seu espai de referència; «la majoria de records que tinc estan vinculats a la muntanya i generalment amb l'esport de competició. A casa, sempre que podem estem a la muntanya, és una cosa que m'agrada que els meus fills visquin, que coneguin. I és on sempre trobo calma i pau». Incideix en aquests dos conceptes tot i que reconeix que «quan estàs competint, en pau precisament no estàs. Però la meua relació amb la muntanya és això, és aquesta tranquil·litat, sentir la natura. La solitud de la muntanya m'agrada molt, però també gaudeixo compartint-la, sobretot amb els meus fills o amb la meua parella».

Un compartir que també és essencial per a Pablo Batalla, que reconeix que a ell no el motiva anar sol a la muntanya, que necessita compartir el camí, que veu també com un temps d'aprenentatge, tot i que també li ofereixi moments d'introspecció.

I quins valors associa l'Anna a la muntanya? «La muntanya per a mi és, primer de tot, respecte, perquè has de saber que tu allà no hi tens res a fer». Comet recorda que la muntanya mana i et posa al teu lloc, perquè «de vegades, pot ser un entorn hostil que tu no domines o que no pots controlar. Per tant, has de tenir-li molt respecte, has de ser molt humil». A més, entén la muntanya com un lloc per a l'observació i on fugir de les comoditats i la immediatesa que marquen la nostra societat. Aquí traça un punt de trobada amb Batalla, que veu el senderisme o l'alpinisme com una aventura, com a compromís i activitat col·lectiva, com a conquesta pacient i laboriosa.

Una lletania mental d'exigència

L'autor de *La virtud en la montaña* es mostra molt crític amb l'auge de les curses de muntanya i amb aquesta concepció de *fast mountain* que s'ha anat imposant els darrers anys. La veu com una «transloció muntanyenca de com és el nostre món. El capitalisme neoliberal que ens governa és això, la velocitat, l'individualisme, el consumisme, l'eficiència, la productivitat, fer més amb menys, competir amb els altres. Això suposa que, en lloc que la muntanya sigui un espai de trobada amb els altres i amb la mateixa natura, com ho és per a mi, es converteixi només en un espai on competir amb altres, on sostenir un esforç amb una lletania mental d'exigència que al final no et deixa pensar en res més».



Jose Miguel Muñoz

Per a l'Anna la muntanya és, primer de tot, respecte



Batalla assegura que aquests nous muntanyencs volen una muntanya abalisada, accessible, lúdica i immediatament consumible, allunyada dels valors que se li suposen intrínsecs. L'individualisme contra el col·laboracionisme. L'obsessió contra l'observació. La velocitat versus la lentitud. Com a exemple posa els vídeos que corredors i alpinistes de postureig comparteixen a les xarxes socials mentre participen en curses arreu del món o paguen grans sumes de diners només per poder fer-se la foto fent un cim emblemàtic; «potser estan en un lloc preciós, però tu només veus la seva cara i els escoltes parlar d'ells, dels seus reptes, de les seves dificultats, però mai de com és el paisatge. El lloc és simplement un teló de fons d'aquesta gesta personal i egòlatra».

En té una percepció diferent l'Anna Comet, que diferencia el que és la competició a la muntanya, de la muntanya en ella mateixa. «Per a mi —diu— la competició a la muntanya és un compromís enorme amb tu mateix i un repte de superació, per això enganxa tant». Per a Batalla, el que val és poder mirar, escutar, contemplar, observar, i únicament pel plaer de fer-ho i pel que aprendràs.





El lloc és simplement un teló de fons de la gesta personal i egòlatra

Poden conviure les dues ànimes?

Un dels grans reptes entre aquestes dues maneres de viure la muntanya, com dèiem, és aconseguir una bona convivència. Batalla es mostra més escèptic sobre les opcions de compatibilitzar les dues coses i recorda algun episodi en què uns excursionistes no podien seguir el camí que volien perquè s'hi estava disputant una cursa. «Uns caminants mai no expulsen altres caminants d'un camí —recorda—. En canvi, els corredors sí que ho fan. I això, al final, és una privatització del camí, encara que sigui efímera. Tot plegat ens torna a parlar del món modern, que ens obliga a ser empresaris de nosaltres mateixos en constant competició amb els altres».

Comet ho veu diferent i es mostra convençuda que poden ser activitats plenament compatibles. «El que cal és que hi hagi respecte i comprensió dels uns amb els altres, perquè, al final, la muntanya és un lloc públic i mentre es respecti l'entorn, tothom té dret a estar-hi. Hem de poder fer compatibles les dues maneres de viure la muntanya. Hi ha espai per a tots i només cal que s'imposi la bona voluntat de cada persona». I aprofita per reivindicar que no pel fet de caminar o anar lent gaudeixes més de la muntanya: «Estic convençuda que pots gaudir del camí ja sigui caminant o corrent. Busques coses diferents amb cada opció i no té per què ser una cosa millor que l'altra. De cada moment en treus diferents experiències, sentiments o sensacions».

Pots gaudir del camí ja sigui caminant o corrent, tot i que busques coses diferents

Comet i Batalla sí que coincideixen en una cosa. L'atleta admet, amb franquesa, que en l'auge de les curses de muntanya «hi ha una part de moda» i alerta que de vegades hi pren part gent que no està prou preparada. Però creu que aquest auge s'explica, principalment, per la necessitat de reconnectar amb la natura que va sentir la gent després de la pandèmia del Covid.

Per la seva banda, l'asturià recorda que «al final, la història és pendular i podem tornar enrere com hi hem tornat amb tantes altres coses. En alguns àmbits es va imposant una mena de *conservadorisme*, podríem dir-ne, que s'acabarà traduït també en un retorn a formes més clàssiques d'aproximació a la muntanya. El que em preocupa, és clar, és el que haguem destruït irreversiblement pel camí. Per això no ens hem d'asseure a esperar que el pèndol torni, sinó que hem d'esforçar-nos dia a dia per salvar tot el possible. Perquè, quan el pèndol torni enrere, es trobi que hem protegit i conservat el màxim possible».



Pablo Batalla



Jose Miguel Muñoz

Caça i senderisme, és possible l'entesa?

Debat amb usuaris i administracions

A la tardor i a l'hivern, és habitual sortir a caminar, córrer o anar en bicicleta i trobar-se un cartell de prohibit el pas per batuda de caça. La legislació actual dona preferència a l'activitat cinegètica i obliga la resta d'usuaris dels camins a fer mitja volta. No tothom s'ho pren bé ni tothom fa cas de la prohibició. També es donen casos en què caminants o ciclistes es troben enmig d'una batuda sense saber-ho. Són situacions que generen conflicte i, en el pitjor dels casos, accidents greus o mortals. En aquest debat, diverses veus donen el seu punt de vista sobre qui hauria de tenir preferència en l'ús dels senders, la idoneïtat de disposar d'eines per comunicar les zones amb batudes de caça i la necessitat o no de canvis legislatius.

Cada cop que hi ha un incident es reobre el debat sobre si és suficient la informació disponible de les zones on es duen a terme batudes de caça.

VEUS IMPLICADES. Guies, caçadors i administracions públiques.

FEMKE TREEP (FT)

Guia de mitjana muntanya i presidenta d'AGAPA

L'Associació de Guies de l'Alt Pirineu i Aran (AGAPA) és una entitat de nova creació que dona veu als guies que resideixen i exerceixen en aquest territori.

ARIADNA ROCA MELINES (ARM)

Membre de la Colla de Carreu

És una de les poques dones caçadores del Pallars Jussà, organitza Lo Festival de Senderisme de la Conca Dellà i li agrada córrer pels camins de la comarca.

JOSEP M. LÓPEZ MARTÍN (JLM)

Subdirector general de Caça (DARPA)

La Subdirecció General de Fauna Cinegètica, Caça i Pesca Continental pertany al Departament d'Agricultura, Ramaderia, Pesca i Alimentació (DARPA) de la Generalitat de Catalunya.

IGNASI DOLL COS (IDC)

Regidor de Medi Ambient de l'Ajuntament de la Pobla de Segur

Aquest consistori del Pallars Jussà comunica les zones on es duen a terme batudes de caça a través de les xarxes socials Instagram i Facebook i de l'aplicació Línea Verde.



Els caçadors estan obligats a senyalitzar, sobre el terreny, els camins i pistes forestals que accedeixen a una zona de batuda. Amb quina antelació es col·loquen aquests senyals? Es posen en tots els accessos i camins potencialment afectats?

FT. Tampoc és que m'hagi trobat amb una batuda de caça tantes vegades, perquè la nostra temporada forta és a l'estiu i llavors no n'hi ha. No obstant això, quan coincidim és un problema. Hi ha cartells, però no a tots els accessos i camins potencialment afectats.

ARM. Sí que es posen en tots els camins afectats. L'antelació depèn molts cops de la cacera: si són camins molt concorreguts es posen el dia abans i, si no ho són, es posen a primera hora del mateix dia de la cacera.

JLM. Totes les zones de batuda han d'estar senyalitzades amb una senyalització oficial que s'ha d'ubicar en tots els accessos principals just abans de la batuda i no abans, perquè la zona on es caçarà no es decideix fins a última hora per diversos factors.

IDC. La senyalització es posa en començar les batudes i s'ubica sobretot en els camins principals, però en zones de muntanya com la nostra són molts els camins existents, cosa que dificulta que es puguin senyalitzar tots els accessos.

Més enllà de la senyalització sobre el terreny, comencen a desenvolupar-se sistemes digitals d'informació prèvia de les batudes. Fa mesos que funciona, per exemple, l'app InfoCaça, però només s'aplica a la província de Girona. És viable desplegar (o ja existeix) un sistema similar per al conjunt de Catalunya? Hi ha altres sistemes digitals més vinculats a les apps de missatgeria i les xarxes socials?

FT. Crec que desplegar un sistema similar a l'InfoCaça a tot Catalunya és una bona idea i, a més, una acció molt necessària. Una companya que també és guia m'ha explicat que al municipi de la Conca de Dalt, on viu, s'avisava de les zones de batuda a través de l'app eAgora, però aquesta informació només arriba al veïnat del municipi. A més, a cada lloc la comunicació funciona diferent.

ARM. Per informar de les caceres existeixen l'eAgora i les xarxes socials dels ajuntaments. Crec que una altra app

seria més feina, tant per a caçadors com per a senderistes, i molt més complicat si no se'n fa la difusió i la conscienciació adequada per les dues bandes.

JLM. Estem treballant en el desenvolupament d'una eina com la de Girona, que és una iniciativa de la Federació de Caça de Girona, però que abasti tot Catalunya. La nostra idea és que, continuant amb aquest model, siguin els caçadors els qui ho implementin i, des del DARPA, fer l'acompanyament. Ho estem intentant, però no és del tot fàcil desplegar la solució a tot Catalunya, ni per temes tecnològics ni pel gran volum de dades a gestionar.

IDC. És interessantíssim fer córrer la informació per tot arreu. Des de l'Ajuntament estem potenciant el senderisme i la bicicleta de muntanya i procurem que els caçadors ens informin de les zones de batuda per avisar la resta d'usuaris dels camins. Utilitzem Instagram, Facebook i Línea Verde, que és una aplicació.

Ja sigui en la senyalització sobre el terreny com a través dels sistemes digitals de comunicació prèvia, és suficient la informació que es dona? S'exposen clarament les zones afectades per l'activitat cinegètica?

FT. No es pot saber on hi haurà una batuda, fins i tot si ho preguntes al Cos d'Agents Rurals o als ajuntaments. Costa molt trobar informació, si és que n'hi ha. La nostra responsabilitat com a guies és estar informats sobre possibles afectacions com una batuda de caça, però no ens és possible.

ARM. Sí, s'exposa clarament la zona afectada, fins i tot amb mapes i zones marcades. D'altra banda, també hi ha la possibilitat de preguntar a l'ajuntament o al cap de colla dels caçadors.

JLM. Cal tenir present que els caçadors són els únics que tenen tot el dret i tots els permisos administratius per estar allà, així com autorització dels propietaris. Realment ells no haurien d'informar ningú,

Estem treballant en una app informativa que abasti tot Catalunya

sinó que és la resta de la societat la que s'hauria d'informar si en una zona hi ha una batuda.

IDC. La informació mai és suficient. Sempre, com més n'hi hagi, millor serà. Sí que és cert que en poc temps hem millorat molt perquè abans no hi havia res. Aquest avenç es tradueix en una millor convivència.

La convivència entre els caçadors i els altres usuaris del medi natural, com ara senderistes i ciclistes, és d'entesa o bé és una relació conflictiva? Hi ha marge de millora?

FT. No sé si és conflictiva, però està clar que no hi ha comunicació, així que sí que hi ha marge de millora. Fa falta un lloc clar on trobar la informació sobre a quin lloc i quin dia serà la batuda perquè és una activitat que té una gran afectació sobre la resta de persones que volem anar a la muntanya. Nosaltres ens podem adaptar, canviant de ruta per exemple, però no quan ens hi trobem en el mateix moment.

Els caçadors no haurien d'informar ningú, és la societat la que s'hauria d'informar

La senyalització es posa en començar les batudes i s'ubica als camins principals



Marc Obiols | Obisual Media



Ariadna Roca

ARM. La relació és d'entesa si tothom respecta les zones, tant caçadors respectant i senyalitzant com toca, com senderistes i ciclistes respectant les normes en cas de tall o prohibició d'accés a camins i senders.

JLM. Hi ha marge de millora, i tant que sí, perquè hi ha conflicte, sobretot quan, per exemple, un ciclista que ha fet 20 km es troba amb un senyal de caça que li prohibeix el pas i ha de tornar enrere. Hi ha persones que ho entenen, però n'hi ha d'altres que s'enfaden i arriben a faltar al respecte i, fins i tot, a insultar els caçadors. Fins i tot n'hi ha que llencen els senyals, posant en risc altres usuaris que sense saber-ho acaben entrant en una zona de la batuda.

IDL. Hi ha marge de millora, però s'ha de tenir en compte que s'està progressant adequadament. Hi ha moltes entitats i ajuntaments que estem treballant perquè la relació sigui d'entesa, especialment en territoris amb un entorn natural tan privilegiat com el nostre.

Ara que s'està treballant en una nova Llei de caça de Catalunya, caldria algun tipus de normativa (general o específica) per regular millor la convivència entre la caça i la resta d'activitats del medi natural, i que garantís una major seguretat de totes les persones implicades?

FT. Desconec la normativa actual, però està clar que cal una millor regulació. A més, es dona per descomptat que els caçadors tenen la preferència i que sí que avisen, i som sempre la resta d'usuaris els que ens hem d'adaptar, però potser no té per què ser així.

Els caçadors tenen preferència, però potser no té per què ser així

Una adequada conscienciació per les dues bandes seria una bona via de millora



Marc Obiols | Obisual Media

ARM. Una adequada conscienciació per les dues bandes seria una bona via de millora. No calen tantes normes a complir; mentre es compleixin les que ja hi ha no cal fer-ne de noves, sinó complir les existents.

JLM. Estem intentant adaptar els diversos usos mitjançant normativa. El principal és donar a conèixer l'activitat de la caça. No es tracta tant de prohibir com de fer més pedagogia perquè la resta d'usuaris entengui la funció que compleixen les batudes.

IDL. No tinc prou informació per poder parlar sobre aquest tema perquè no ho conec. Em falta informació.



Marc Obiols | Obisual Media

PETRA, connectar el Pirineu a través de la pedra seca

El projecte transfronterer PETRA treballa per preservar un coneixement ancestral i activar un patrimoni mil·lenari



El Pirineu està ple d'històries escrites amb pedra. Murs que delimiten prats, cabanes que han servit de refugi als pastors, feixes que han permès cultivar la muntanya o camins empedrats que connectaven pobles i valls. Són construccions discretes, sovint integrades amb naturalitat al territori, però darrere seu hi ha un coneixement ancestral: l'art de construir amb pedra seca.

Aquesta tècnica mil·lenària, basada en l'encaix pacient de pedres sense utilitzar cap tipus de morter, ha modelat el paisatge pirinenc durant segles. De fet, el seu valor cultural és tan important que el 2018 la UNESCO la va reconèixer com a Patrimoni Cultural Immaterial de la Humanitat.

Ara bé, com passa sovint amb el patrimoni quotidià, moltes d'aquestes construccions han quedat en l'oblit o es troben en procés de degradació. Alhora, el coneixement tradicional associat a aquesta tècnica corre el risc de perdre's si no es transmet a les noves generacions. Davant d'aquest repte compartit, diferents territoris del Pirineu han decidit unir esforços a través del projecte Interreg POCTEFA PETRA.



Petra

Interreg POCTEFA  Cofinanciat per la UNIÓ EUROPEA Cofinanciat per l'UNION EUROPEENNE



Una iniciativa per posar en valor la pedra seca

PETRA és un projecte de cooperació transfronterera que treballa per posar en valor el patrimoni de la pedra seca i reforçar-ne el paper en el desenvolupament cultural i turístic del Pirineu. En definitiva, per preservar la memòria d'una manera d'habitar el territori.

La iniciativa combina diferents línies de treball. D'una banda, es promou la recerca i documentació d'aquest patrimoni mitjançant inventaris, cartografia i eines digitals que permeten identificar i geolocalitzar construccions de pedra seca arreu del territori.

Al mateix temps, el projecte impulsa accions de formació i transmissió del coneixement, amb l'objectiu de preservar les tècniques tradicionals i afavorir la professionalització d'aquest ofici.

També és fonamental donar visibilitat a aquest patrimoni, i per a això es promouen accions de sensibilització i activitats divulgatives, i es creen itineraris culturals i ecoturístics per connectar diferents territoris pirinencs a través de la pedra seca.

Compartir coneixement i mirar cap al futur

Més enllà de les accions concretes, el projecte PETRA ha generat espais de trobada i reflexió entre professionals, institucions i comunitats locals.

Un exemple destacat d'aquest treball col·laboratiu van ser les Jornades de Pedra Seca celebrades a Andorra el novembre del 2025, que van reunir experts i persones interessades en aquest patrimoni per compartir experiències i debatre sobre el seu futur.

Aquestes trobades contribueixen a reforçar la xarxa d'agents que treballen en la conservació de la pedra seca i a situar aquest patrimoni com un element clau de la identitat pirinenca.

Una xarxa de territoris que comparteixen paisatge

El projecte PETRA és, sobretot, un exercici de cooperació entre territoris que comparteixen història, paisatge i patrimoni. La iniciativa està liderada per la Comunitat de Treball dels Pirineus (CTP) i compta amb la participació d'institucions i organismes de diferents regions pirinenques.

Entre els socis hi trobem l'Institut per al Desenvolupament i la Promoció de l'Alt Pirineu i Aran (IDAPA), el Govern d'Andorra, la Comarca de Sobrarbe, el Parc naturel régional des Pyrénées catalanes i el Parc naturel régional des Pyrénées ariégeoises.

També hi participen centres de recerca com la Universitat de Lleida i la Université de Pau et de Pays de l'Adour, que aporten coneixement científic en àmbits com l'arqueologia del paisatge, l'etnologia o l'arquitectura tradicional.

Aquesta diversitat d'agents permet abordar la pedra seca des d'una mirada global que combina patrimoni, recerca, territori i desenvolupament local.



Ramio Andorra



Projecte PETRA



IDAPA

El projecte PETRA: dades clau

Nom del projecte

PETRA – Valorització i promoció de les tècniques de pedra seca al territori transpirinenc

Objectiu principal

Promoure, preservar i donar visibilitat al patrimoni cultural de la pedra seca i reforçar el seu potencial com a recurs cultural i turístic sostenible.

Durada

Anys 2024-2026

Pressupost total

1.183.843,17 €

Finançament

El projecte PETRA està cofinançat al 65 % per la Unió Europea a través del Programa Interreg VI-A Espanya-França-Andorra (POCTEFA 2021-2027). L'objectiu del POCTEFA és reforçar la integració econòmica i social de la zona fronterera Espanya-França-Andorra.

Més informació

www.ctp.org/ca/projecte-petra

Cinc camins pallaresos farcits d'històries



Jordi Castelló Carretero
Naturalista i tècnic de medi ambient

Allò que diferencia els camins són les històries que han succeït al seu voltant

El Pallars Jussà compta amb una extensa xarxa de camins per descobrir a *plaeret*, un territori desconegut i autèntic a parts iguals. Per fer un tastet de la comarca, us presentem cinc camins pallaresos i algunes de les moltes històries que atresoren.

De camins n'hi ha per tot el món, primer oberts pels animals salvatges en els seus desplaçaments quotidians i més tard traçats pels humans per facilitar la mobilitat i el transport de mercaderies i persones. Ara bé, allò que diferencia els camins i els dona un al·licient per descobrir-los són les històries que han succeït al seu voltant.

Cada camí amaga relats apassionants, carregats d'emocions i sentiments, i tots integren la nostra història col·lectiva. Posar-los en valor és honorar els nostres avantpassats i la seva capacitat de tirar endavant en un context sovint difícil.

On ara hi ha boscos de ribera hi havia una gran zona d'horta que menaven les dones

1. De Tremp a Palau de Noguera, un homenatge a les dones rurals

Abans que s'inaugurés l'itinerari entre Tremp i Palau de Noguera l'any 2007, aquesta zona era una autèntica desconeguda entre la població local. En canvi, avui dia és un dels camins més utilitzats en el lleure veïnal. També forma part de la Ruta dels Llacs, un itinerari de 32 km que al seu pas pel Pallars connecta la Pobla de Segur i Terradets. El que la major part de les persones que transiten per aquest camí no saben és que sota Palau, on ara hi ha boscos de ribera i una vegetació salvatge, fins a principis de la dècada de 1970 hi havia una gran zona d'horta que menaven les dones.

La Pepita, una d'aquestes dones, va néixer l'any 1926 i de ben petita ja baixava pel camí de la font Ferrana fins als horts de Noguera per treballar-hi de valent. Hi anava a buscar aigua en grans gerres i baixava a fer-hi la bugada quan s'havien de rentar peces grans. Les anades i vingudes als horts eren constants. Havia de pujar fins al poble carregada amb pesades tines, amb roba molla o cistells plens de verdura. Un cop havien proveït el rebost, cada setmana carregaven un ruquet i pujaven a peu pel camí de Sant Joan per vendre l'excedent al mercat de Tremp.

Aquest camí, doncs, és un reconeixement a les dones de Palau i de totes les zones rurals, d'aquí i d'arreu del món, que han treballat i encara treballen molt dur i en silenci per tirar endavant les seves famílies.

2. Montllobar, talaia d'estrelles i terra de llops

Des de Tremp una carretera serpentejant s'enfila al coll de Montllobar, a 1.080 m d'alçària. Un cop allà, podem aparcar el vehicle i agafar el camí que puja fins al castell. Quan hi arribem, la panoràmica de la Conca de Tremp, cap a l'est, i del vessant ribagorçà amb el congost de Mont-rebei al fons, cap a l'oest, ens deixarà sense paraules. És una talaia amb molta energia, on hi passen coses màgiques si s'hi va amb predisposició a deixar-se sentir.

S'hi pot anar de dia, però val la pena pujar-hi a la tarda i gaudir de l'últim alè del dia. Tombats a terra, podem veure sortir la lluna plena, descobrir els astres que coronen el cel nocturn, mullar-se amb les pluges d'estels o meravellar-se amb la grandesa de la Via Làctia. Aquest cel és dins l'àmbit territorial Starlight del Montsec, un dels millors llocs del món per fer observació astronòmica i fruit de la llum de les estrelles.

Abans de retornar cap al coll, no deixeu de fer una ullada al vostre voltant. Potser hi descobrireu l'animal mític que va donar nom a aquesta serra, observant-vos des del serrat més alt. El topònim Montllobar ve de *Monte lupare*, una terra de llops, i encara hi queden molts testimonis de la convivència entre la ramaderia extensiva i aquest cànid salvatge. L'esperit dels pastors i els mastins que van guardar els ramats de moltons per aquesta serra, mantenint-los fora de l'abast dels llops, es deixa sentir en aquesta aspra muntanya.

**És una talaia
amb molta
energia, on hi
passen coses
màgiques**



Anna Sastre | Consell Comarcal del Pallars Jussà | @Visitjussa



Anna Sastre | Consell Comarcal del Pallars Jussà | @Visitjussa

3. El Roc de Personada, un univers literari

A la Conca de Dalt, hi ha una cinglera que s'aixeca imponent: el Roc de Personada. Els seus conglomerats eocènics s'encenen moltes tardes, quan el sol ponent la il·lumina, fet que li ha valgut el nom de Roca Roia. Per bé que de lluny sembla una paret vertical, en realitat és plena de feixes i replans més o menys connectats i carregats d'històries. Si li fem la volta, podrem experimentar-ne algunes d'allò més impressionants, igual que les vistes que tindrem des de la part més alta.

Enfilats per l'Escalrot, la canal de roca que ens permet ascendir ràpidament des del poble de Personada fins al capdamunt del Roc, hem de parar bé l'orella i potser escoltarem les veus dels soldats que van equipar aquest camí vertical. El front de la Guerra Civil Espanyola va aturar-se al Pallars Jussà durant vuit interminables mesos. Al Roc de Personada hi havia parapetats els soldats nacionals, des d'on controlaven l'estratègica muntanya de Sant Corneli i dirigien els projectils d'artilleria que sembraven la mort a tota la vall de Carreu.

**Al Roc hi havia
els soldats
nacionals i,
des d'allà,
sembraven la
mort a la vall
de Carreu**

Quan arribem dalt del Roc s'obre una panoràmica privilegiada de la Conca. Als nostres peus s'estén l'univers literari del Pep Coll, escriptor fill de Personada, que recrea a la perfecció la societat rural de la primera meitat del segle XX en un món en transformació. Una època en què la canalla guardava els últims escamots de cabres grimpan pel Roc, o feien de bovers en algun bancal proper, tot vivint en un contacte estret amb la natura i els seus cicles.

Avui dia tot això ha quedat en l'oblit. Ens acostem al Roc a fer exercici, a connectar amb un territori salvatge a les portes del Boumort. Allí, coronats pel vol dels voltors i algun trenclòs, notem l'energia d'aquest indret tan potent. I en obrir la ment, sentirem el batec de les moltes històries que atresora...

L'esperit d'aquells homes que van creuar el país per guanyar-se el jornal encara és ben viu

4. Roca Regina, vertigen envoltats de natura salvatge

La verticalitat de Roca Regina, amb una paret de 325-375 metres d'alçària, i la seva situació al cor del Montsec generen tal sensació de vertigen i immersió en la natura salvatge que no deixen indiferent ningú. Un espai ple d'històries d'interacció entre humans i natura, com les dues que tot seguit presentem.

Entre les dècades de 1950 a 1980, van arribar al Pallars Jussà els *pineros*, homes vinguts d'arreu de l'Espanya rural que van repoblar amb pins unes 30.000 hectàrees. Les pinedes que creixen a l'obaga de Roca Regina, com a bona part de la comarca, les van plantar ells per frenar la forta erosió del sòl, en una època amb un paisatge totalment desforestat. L'esperit d'aquells homes de camp que van creuar el país per guanyar-se el jornal encara és ben viu a les serres pallareses. Només cal recórrer els camins que les travessen per escoltar les seves veus, cançons, crits... que van canviar radicalment el paisatge.

Molts anys abans dels *pineros*, el Montsec era terra de frontera amb el món musulmà. Som al segle XI i una protagonista clau va ser Arsenda i el seu marit Arnau Mir de Tost. Tot i no ser noble, era una dona culta i emprenedora. Una parella que, en nom del comte d'Urgell, van conquerir aquestes terres i van ordenar el territori tal com el veiem ara: van edificar castells, esglésies i hospitals i van propiciar la creació de molts assentaments humans i dels camins que els unien.

Encara avui es pot veure el camí més emblemàtic que van fer construir, el que travessava Terradets aferrat amb pedra a les parets del congost, i els ponts que creuaven el riu. Va estar operatiu fins a principis del segle XX, quan es va obrir la carretera per portar el material utilitzat en la construcció de les noves infraestructures hidroelèctriques.



Jordi Tutusaus



Anna Sastre | Consell Comarcal del Pallars Jussà | @Visitjussa

5. El camí del Carrilet i el passat hidroelèctric

També conegut com la via verda de la Vall Fosca, el Carrilet ressegueix els 6 km de l'antic traçat del ferrocarril que unia l'estany Gento amb la cambra d'aigües de la central de Capdella. Aquest camí, situat a 2.140 metres d'alçària i a les portes del Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici, forma part d'una de les georutes del Geoparc Orígens.

Per arribar-hi podem agafar el telefèric (operatiu de juliol a setembre) que uneix el pantà de Sallente amb l'estany Gento, o pujar caminant per la canal de Pigolo des de la presa, en una ascensió de gairebé 2 km i uns 400 m de desnivell. Recórrer aquest camí ens transporta a principis del segle passat, quan la Vall Fosca es va transformar radicalment amb l'arribada de l'empresa Energía Eléctrica de Cataluña. En vint-i-tres mesos, quatre mil treballadors van ser capaços d'aixecar unes obres titàniques.

El Carrilet va començar a funcionar l'any 1911 i transportava el personal i el material per a la construcció del complex hidroelèctric de Capdella, la primera gran central del país. El que ara és un agradable passeig per un paisatge d'alta muntanya modelat per les glaceres, en aquella època era un lloc on guanyar-se el jornal, calçats amb espadnyes de roba i abrigats amb una americana de vellut ratllat.

Si quan camineu entre les travesses de la via us connecteu amb l'espai, de ben segur que notareu tota l'energia que s'hi va moure fa un segle. Sentireu el soroll de la locomotora travessant els túnels, la vibració sota els vostres peus cada cop que detonaven els explosius amb què perforaven la muntanya per comunicar els estanys entre ells, o les veus d'aquells homes endurits per una feina i unes condicions meteorològiques extremes. Un autèntic viatge en el temps.

El camí ens transporta al segle passat, quan la Vall Fosca es va transformar radicalment

2n CONCURS DE MICRORELATS SOBRE CAMINS PIRINENCS

Després de l'èxit de la 1a edició organitzada per la llibreria La Singratalla de Tremp, l'any 2025 va tenir lloc la 2a edició del concurs de microrelats sobre camins pirinencs, aquest cop amb el suport de la llibreria El Refugi de la Seu d'Urgell.

Després de llegir i valorar els 31 microrelats rebuts, el jurat va destacar-ne l'elevada qualitat dels textos i la connexió profunda amb els camins i l'entorn natural. Segons els membres del jurat, aquestes petites històries —totes elles amb alguna cosa que les fa interessants— generen emocions a qui les llegeix i mostren l'enorme creativitat dels autors. Així mateix, destaquen per la seva reivindicació del caminar i de la cultura popular.

Tal com vam fer a la passada edició, tot seguit reproduïm els tres microrelats guanyadors, amb estils i temàtiques ben diferents. La imatge de sota correspon al bosc de Carlac (Val d'Aran), un dels protagonistes del relat guardonat amb el segon premi.



1r PREMI
2n CONCURS DE MICRORELATS SOBRE CAMINS PIRINENCS

El camí de la bruixa

AURE FARRAN

”

Que la terra et sigui lleu, deien algunes. I no sabien el que es deien.

Dècades colgada per la terra d'aquest camí que avui es perd entre la malesa, però que lluita per seguir sent lloc de pas. Anys i anys que han fet que el meu record avui sigui llegenda. “Diuen que aquí hi ha enterrada una bruixa”, comenten encara molts passavolants, sense saber que no és llegenda, que encara hi soc, que la terra encara m'acaroni els ossos que avui gairebé són pols i les arrels dels arbres s'entrellacen amb les despulles d'aquella dona que vaig ser.

Em deien bruixa, però només perquè vaig aprendre a reconèixer tot allò que ens regala la natura. Cada llavor, cada arrel, cada bri d'herba, cada pètal, cada nèctar. Com la mare, i com l'àvia abans, de tot allò que ens trobàvem als marges dels camins en fèiem vida. O si més no, un remei que fes més dolç el trànsit cap al més enllà. Natura sàvia. Dones sàvies. Pecat mortal que ens va condemnar a l'oblit d'aquest camí.

Que la terra et sigui lleu, deien. I no, no sabien el que es deien.

El murmuri de Carlac

MARTA MONEDERO

”

Quan el poble encara fumava, entre olor de pa i llenya humida, he agafat el camí de Carlac, que allargava com una serp adormida, amb la pell coberta de fulles mortes que crepiten com el paper vell. Sé que em mira, que espera.

A l'ombra dels faigs centenaris, sento un murmuri entre fulles, pedres i molsa. No tens pressa, sembla suggerir-me. I té raó. Aquí el temps es recargola com una branca que no vol trencar-se. M'escolta el vent i les arrels m'alenteixen. Em venen ganes d'abraçar l'escorça platejada d'un bedoll prim, però no goso.

Les pedres d'Es Bòrdes de Carlac, testimonis d'hiverns durs i estius breus, s'expliquen secrets. Recorden el pas dels pastors, el pes del carbó, i les converses als rentadors. Tot el que jo ignoro, elles ho preserven.

A dalt, al Coret, el món s'obre. L'Aneto aguaita lluny, blanc i serè. I jo, només jo, i els meus esbufecs. De baixada, el camí em fa preguntes que no sé respondre. Potser algun dia, més endavant. Potser, per això, sé que hi tornaré.

Estrés policromàtic

MARC FERRO

”

Que què em passa?

Com explicar-li al psicòleg el primer dia de consulta que necessito fugir del gris-ciutat que m'empresona i em governa? Cada dia, avançant d'esma per la Diagonal, un estol de patinets desbocats em toregen camí a la feina mentre l'exèrcit coordinat de semàfors tricolors conspiren perquè algun taxi m'atropelli amb el seu fibló. Després d'intentar la hipnosi i la meditació, finalment, el terapeuta m'ha proposat construir un refugi mental, imaginar-me una illa deserta per invocar la calma del Carib quan el maleït estrés desperta la bèstia negra que viu en mi.

A l'instant, ajagut al divà, m'he vist levitant per la Carrua dels Matxos a l'estil Mary Poppins travessant la Mata d'Esterra. He patit una dissolència

psicològica: el mar turquesa-Carib ha mutat a blau-cel-Pla-de-Negua. El vermell-semàfor ha canviat a verd-pi i les vespes tigre-negres que eren taxis, són ara plàcids borinots daurats feinejant entre els nerets roses del Pla Nadals. En plena epifania he enviat petons a generacions de picadors i matxos que es refrescaven sota les roies moixeres de guilla de Tartero agraint-los haver esculpit la carrua per on floto cavalcant sobre una escombria. Ainet treu el nas en arribar a Faiedo. Allí les alzines verd-verdíssimes s'inclinen obrint-me un passadís d'honor i, llavors, abans que l'inefable doctor Freud acabés d'explicar-me el mètode caribeny, he vist la llum!

—Doctor, en lloc d'una illa turquesa... servirà un corriol pallerès multicolor?

De les travesses de muntanya als senders accessibles



Montse Rollán Espunyes
Representant del Grup d'Accessibilitat d'ASPID a l'Alt Pirineu i Aran



Els meus primers records relacionats amb caminar per la natura es remunten als set o vuit anys, durant les sortides amb els pares pel que ara es denomina el Parc Natural del Saja Besaya (a Cantàbria). Llavors era un lloc pràcticament verge i no recordo haver coincidit amb gaires persones en les nostres estades allà.

Practicàvem l'acampada lliure i els pares ens deixaven certa llibertat per moure'ns. El meu germà i jo fèiem petites incursions per les rodalies: envoltats de bedolls i falgueres, ens endinsàvem pels camins fins que ja no intuïem la proximitat de la zona d'acampada, moment en què desfèiem el camí. Anàvem a banyar-nos al riu Argoza: ens deixàvem endur pel corrent sobre uns tobogans naturals per acabar submergint-nos en una gran tolla. Recordo com empaitàvem granotes i caçàvem grills —que tot seguit tornàvem a deixar en llibertat—, com ens embadalíem observant el pas lent i bonhomios de les vaques tudanques al ritme del batallar de les esquelles i com miràvem el cel estrellat a l'escalfor de la foguera abans d'anar a dormir.

Més endavant van arribar les sortides a l'alta muntanya. Me'n venen a la memòria dues, encara amb els pares: un cap de setmana al refugi d'Airoto, en què ens vam despertar amb els entorns ben enfarinats un final d'estiu, i l'ascensió als estanys de Gémena, on vam acampar una nit de tempesta que semblava que havíem de sortir volant amb la tenda de campanya. Érem jovenets, entre 12 i 15 anys, però les sortides ja eren més exigents —pel desnivell i la distància— i posaven a prova la nostra inexperiència i ens feien sentir veritables exploradors.



De més gran la muntanya es va convertir en una afició habitual i els amics van substituir els pares. La joventut ens feia trescar per les muntanyes i anar al trot sense prestar gaire atenció al paisatge. La qüestió era anar amunt. L'escalada em va apropar a cims més exigents tècnicament i més tard vaig descobrir l'esquí de muntanya i de fons, que em permetien gaudir de l'entorn també a l'hivern.

No va ser fins anys més tard que vaig aprendre a gaudir de la muntanya de manera més introspectiva i serena. Recordo un any que preparava oposicions i necessitava desconnectar, motiu pel qual vaig decidir fer una travessa de quatre dies pel Parc Nacional d'Aigüestortes i Estany de Sant Maurici. Tot i que ja tenia 27 anys, era la primera vegada que anava sola a la muntanya. Faria nit en refugis, la qual cosa em permetria no haver d'anar gaire carregada: una mica de roba d'abric, el sac de dormir, una petita farmaciola, cantimplora, brúixola, mapa i quatre ganyips per fer passar la gana fins a arribar al refugi i fer un àpat més reconfortant.

Coneixia bé la zona, però era la primera vegada que lligava els itineraris, així que tenia especial cura de no badar i no perdre les fites. Feia algun pic senzill pel camí. El fet de no tenir ningú amb qui conversar em permetia prendre més consciència de l'entorn. A les collades parava, estenia el mapa i observava el paisatge intentant identificar tot allò

A la muntanya em sentia gran i poderosa, però alhora petita i vulnerable

que la vista podia abastar. Recordo una sensació ambivalent: d'una banda, sentir-me gran i poderosa per haver arribat fins allà dalt pels meus propis mitjans i tenir el convenciment que caminant podria arribar allà on volgués i, al mateix temps, sentir-me petita i vulnerable enmig d'aquella immensitat. Tot plegat, una experiència reconfortant i reveladora.

Des de llavors el meu cervell dona ordres als braços per propulsar una cadira de rodes

Un acte tan aparentment senzill com caminar implica un procés neurològic complex: el cervell dona ordres a les cames a través de la medulla espinal per tal de coordinar-ne el moviment. Als 31 anys vaig patir un accident i, des de llavors, el meu cervell dona ordres als meus braços per propulsar una cadira de rodes.

L'adaptació a la nova situació va ser progressiva, però el més complicat va ser trobar la manera de continuar gaudint de la muntanya. Els primers quatre o cinc anys després de la lesió era incapaç de veure reportatges de muntanya o de llegir-ne res relacionat. No podia sofrir la sensació d'impotència que em generava el fet de ser conscient que mai més podria tornar a pujar un cim o fer una travessa.

De mica en mica, m'he anat reconciliant amb aquesta pèrdua. Ja no puc fer llargues distàncies ni itineraris amb gaire desnivell, així que he substituït les travesses d'alta muntanya per vies verdes, senders accessibles, pistes forestals o carreteres secundàries en cotes més baixes, que també em permeten gaudir d'entorns naturals. Algunes ajudes tècniques, com una tercera roda o les *handbikes*, m'han permès ampliar horitzons i m'han facilitat l'accés a indrets amb paviment irregular i fer desplaçaments més llargs.

De vegades utilitzo aquestes sortides com un mitjà per mantenir-me en forma i gaudir de la sensació de fatiga. D'altres, simplement busco connectar amb la natura i netejar l'esperit fent una pràctica més pausada i contemplativa. En aquest sentit, l'afició a l'ornitologia m'ajuda. L'esquí de muntanya i de fons s'han transformat en esquí alpí adaptat.

Encara busco atansar-me tant com puc a la muntanya i la mirada se m'enfila amunt, amunt... cercant els cims que, malgrat ser-me inabastables, sempre m'acompanyen. I ara puc fer meves les paraules de Henry David Thoreau quan diu: «hi ha moments en què tota l'ansietat i l'esforç acumulats s'apaivaguen en la infinita indolència i el repòs de la natura».

**Vies verdes,
senders accessibles
i pistes forestals
també em permeten
gaudir de la natura**



Crèdits

COORDINACIÓ EDITORIAL

Agustí A. Andrés i Xavi Basora

CONSELL EDITORIAL

Arcadi Castelló, Sílvia Coll, Núria Garcia-Quera i Josepmaria Rispa (membres de la Taula de Camins de l'Alt Pirineu i Aran)

COORDINACIÓ TÈCNICA

Anna Solans | Creativa Disseny
Xavi Basora | Espai TRES

DISSENY I MAQUETACIÓ

Anna Solans | Creativa Disseny

FOTOGRAFIA

Marc Obiols | Obisual Media

COL·LABORACIONS

Òscar Alemán-Milán, Cesc Capdevila, Jordi Castelló, Glòria Clavera, Aure Farran, Lorena Farràs, Núria Garcia-Quera, Josep Maria Mallarach, Montse Rollán, Manuel Trujillo

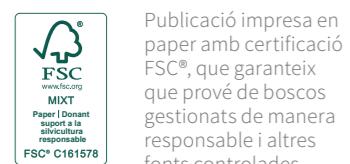
REVISIÓ LINGÜÍSTICA

Jordi Vidal

IMPRESSIÓ

GoPrinters

Una iniciativa de:



DIPÒSIT LEGAL L 357-2025
ISSN 3081-4855

SENDÈRIA.

sompirineu.cat/senderia @ x f



SENDÈRIA.

sompirineu.cat/senderia @ X f