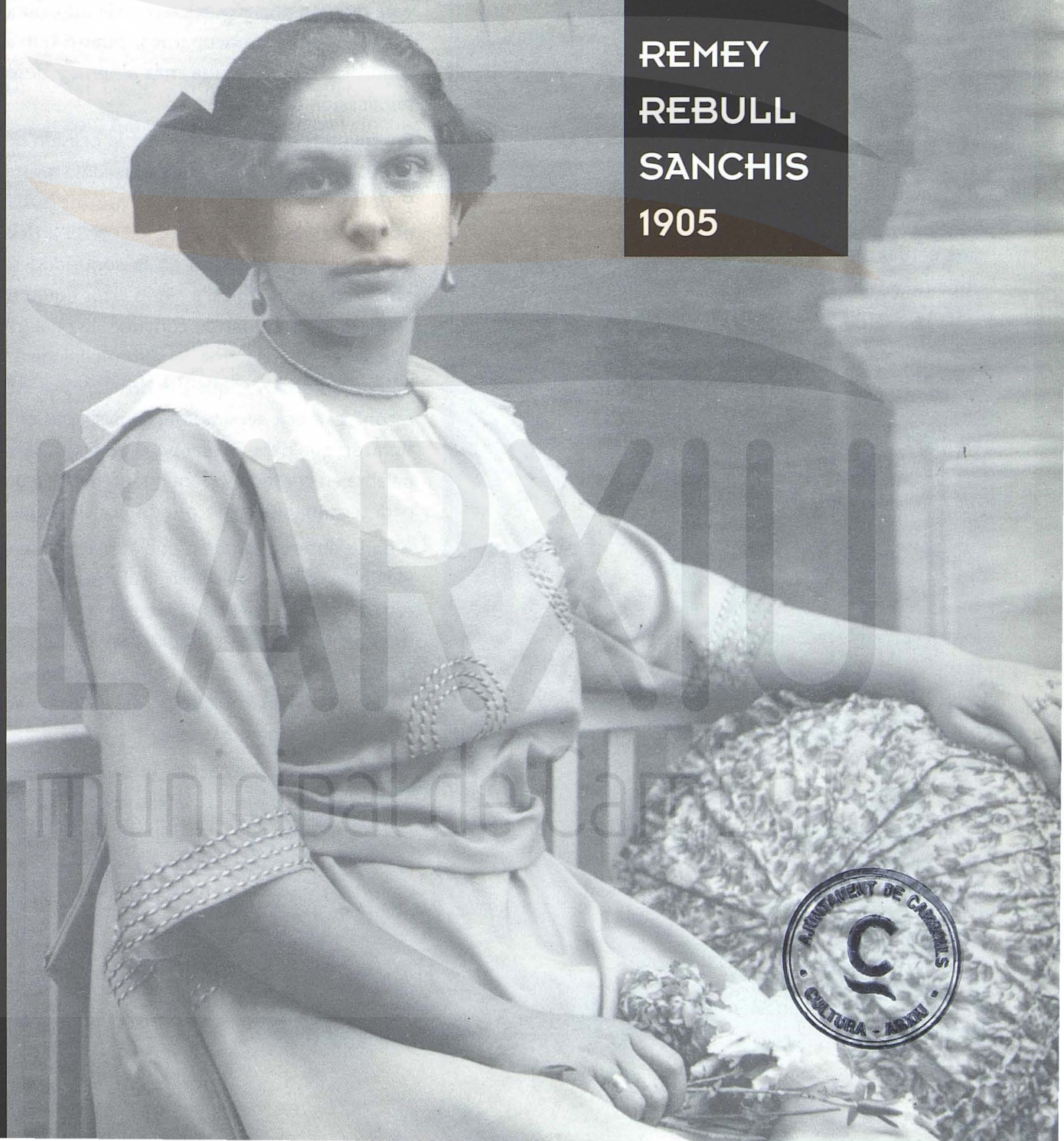


REMEY
REBULL
SANCHIS
1905



OPINIÓ DE LA GENT

RECUPEREM "LA VEU"

Si fa un any que "la Veu del Casal" es va deixar d'editar, per manca de col·laboració entre d'altres motius, penso que actualment estem en un millor moment perquè aquesta surti amb més força. Amb aquestes noves edicions volem posar a l'abast de tots, el dia a dia del Casal i del que es té programat per tal que tots els usuaris hi puguin participar. Per aquest motiu invito a tothom a col·laborar i aportar idees per a la revista, ja que aquesta és la revista en que tota persona gran pot exposar el que pensa, les seves inquietuds, les propostes de millora pel funcionament del Casal, A més a més si tots participem segur que la revista tindrà la continuïtat que tots desitgem, essent un orgull per a tots.

Jo crec que el fet d'exposar idees i pensaments es el que fa més fàcil la unió i la convivència, una i altra fonamentals per mantenir un Casal més sòlid i humà. L'arquitectura pot ser molt rellevant, però el principal és que la gent estigui unida i faci pinya.

És un orgull pel Casal poder comptar amb la gran afluència i participació de la gent a totes les activitats que es realitzen, activitats que a la llarga s'incrementaran.

Anton Mendoza

CARTES AL DIRECTOR

NUEVA SECCIÓN "LA VEU DEL CASAL"

Considero un acierto el que en nuestra revista se abra la sección "Cartas al Director" en la que pueda opinarse respecto a cualquier circunstancia que encierre interés, tanto para la misma como para sus lectores. Quizá con esta medida conseguiremos mayor grado de aportación para que pueda ser publicada cada mes, aunque si así fuese, no debe preocuparnos, puesto que a veces y según los casos, resulta más amena y deseada una publicación trimestral.

Por mi parte quiero aprovechar la ocasión que se nos brinda, para manifestar que en la última revista número 9 del mes de febrero en la que me satisface ver publicado en "Opinió de la Gent" el artículo sobre pensiones de viudedad en la seguridad social, he observado que debido a algún error figura la palabra "conjugue" en lugar de cónyuge, lo cual transforma esta última en una forma del verbo "conjuguar". También he podido observar que por dos veces se escribe "sin razón" es decir separado en dos sílabas en lugar de sinrazón que debe figurar en el original, puesto que la palabra en cuestión va junta por referirse a una acción o determinación que puede considerarse injusta.

A parte observo también que al pie del escrito figura el D.N.I., me permito indicar al respecto que si bien es requisito indispensable anotarlo por el autor en su escrito, no es norma el publicarlo puesto que al lector no debe interesarle. El número del documento en cuestión queda archivado con el original para el caso de eventuales circunstancias.

Expuesto lo que antecede y asumiendo que todos alguna vez o algunas veces nos equivocamos, me pongo Sr. Director a su disposición, como siempre, para colaborar en la nueva etapa que sin duda alguna y con éxito ha de seguir nuestra revista "La Veu del Casal".

J. Sabaté G.

IV ANIVERSARI DEL CASAL MUNICIPAL DE LA GENT GRAN (14-25 DE FEBRER)

GUANYADORS DELS TORNEIG DE BILLAR, BOTIFARRA, DOMINÓ I ESCACS

BILLAR: 1er. Robert Benaiges
2on. Antón Arbó
3er. David Fortuny

BOTIFARRA: 1er. Joan Brufau-Josep Sellarés
2on. Robert Benaiges-Joan Tutusaus
3er. David Fortuny-Josep Morell

DOMINÓ: 1er. David Fortuny-Josep Morell
2on. Basiliu Saladie-Guillermo Gimenez
3er. Joan Brufau-Josep Sellarés

ESCACS: **TORNEIG PRIMAVERA 2000:**
1er. F. Felip
2on. Joan Pujol
3er. David Fortuny
TORNEIG TARDOR 2000-2001:
1er. Francisco Felip
2on. P. Plana
3er. R. Pujals

GUANYADORS DEL CONCURS DE REBOSTERIA

Premi a la postra més bó:

Sra. Maria López (pastes de Galetes), Premi: 6.000.-Pta.

Premi al postra més ben presentat:

Sra. Joana Calderó (Pastís de fruites), Premi: 6.000.- Pta.

Premi al postra més original:

Sra. Angelina Rom (Pastís de poma), Premi: 6.000.-Pta.

GUANYADORS DEL CONCURS DE CARNAVAL

Premi a la disfressa més original:

Sra. Carmen Pérez, Premi: 6.000.-Pta.

Premi a la millor disfressa:

Josepa Figuerola, Premi: 6.000.- Pta.

Premi a la parella més original:

Joana Calderó-Antoni Rom, Premi: 12.000.- Pta.

Premi a la millor parella:

Josep Alentorn-Antònia Domènech, Premi: 12.000.-Pta.

Fotografies IV Aniversari:



Recepta de cuina

● Farcellets de col amb bolets variats

Ingredients: 1 col grossa, tomàquet, llet, farina, sal, pebre, oli d'oliva, avellanes, bolets variats, all, julivert, ceba i nou moscada.

Preparació: poseu a bullir la col amb unes gotes d'oli, mentre bull, tallem els bolets a làmines i els poseu a fregir en una paella i quan hagin xopat el seu propi suc hi poseu l'all i el julivert. Quan tingueu l'all daurat hi afegiu una cullerada de farina i ho remeneu; llavors hi afegiu una mica de llet i procureu que espesseixi bé, i si no es prou espès ho retireu del foc i hi afegiu farina sense deixar de remenar.

Quan la col estigui cuïta la poseu a escórrer i aneu traient les fulles amb compte per tal que no el trenquin. Les poseu damunt del marbre de la cuina ben estirades i hi poseu una cullerada ben gran del farcit dels bolets. Aneu fent farcells i els reserveu.

En una paella, hi poseu oli i quan estigui ben calent, hi poseu els farcells que prèviament haureu enfarinat i els feu fregir fins que quedin rossos. Un cop rossos, els poseu en una cassola amb l'oli de fregir, i hi afegiu una ceba grossa a trossos ben petits, un pessic de nou moscada, una cullerada de farina, sal i pebre i un rajolí de llet i ho poseu a coure. Quan estigui una mica espessit hi afegiu el tomàquet ben trinxat i deixeu que bulli una mica, després i agregeu les avellanes picades i procureu que no bulli; ho deixeu cinc minuts i ja està llest per menjar.

Dòlors Ribes

GUANYADORS DEL SORTEIG DEL BALL DELS DIUMENGES

4 de febrer.....	Pilar Rom / Victorio David
11 de febrer	Juanita Calderón / A. Vargas Martín
18 de febrer	Juanita Llauredor / Vicenta Beltrán
25 de febrer	María López / Trini Rives

● Pastes de galetes

Ingredients: 40 galetes maria (que siguin primes), 1 litre de llet, 1 paquet de flam de sobre, 4 cullerades de sucre (dos per fer el flam i dos per tirar sobre les galetes), canyella en pols (al gust), 2 ous i oli abundant.

Preparació: es col·loquen 20 galetes amb la sola cap amunt. Es fa el flam amb el litre de llet i 2 cullerades de sucre. Quan el flam està fet es tira una cullerada de flam a cada galeta de les que hem deixat preparades i ràpidament es fica a sobre una altra galeta perquè s'enganxin bé. Han d'estar calentes.

Es baten dos ous en un plat i es posa una paella al foc amb abundant oli. Amb un altre plat barrejem les dues cullerades de sucre i la canyella.

S'arrebossen les galetes a l'ou i es fregeixen. Quan es treuen del foc s'hi tira per sobre la barreja de sucre i canyella.

Bon profit, amb aquesta postra tan exquisit !!

Maria López

1er. Premi a la millor postra

Concurs de Reboisteria IV Aniversari del Casal Municipal

Temps passats

● El carnaval

Encara que quan "La Veu del Casal" arribarà a les mans dels lectors ja haurem entrat a la Quaresma, i d'aquesta ja en vaig parlar en un número anterior, no estarà de més recordar el carnaval de Cambrils en èpoques passades, ja que aquesta festa de tipus popular, desimbolta i lúdica, sempre havia tingut un fort arrelament a la nostra Vila.

Anys enrera, posem a començaments del segle passat, el XX no ho oblideu, a Cambrils hi havia tot un cúmul de societats de tipus recreatiu, cultural i fins i tot amb pinzellades socials que acollien entre totes una bona part de la gent del poble, quasi exclusivament homes, ja que les dones en aquell temps no es posaven en llibres de cavalleria i normalment s'estaven a casa entretingudes en les seves feines o dins el cercle de tertúlies amistoses.

No cal dir que una d'aquestes festes era el carnaval. Mai no es feia unitàriament, com l'hem vist aquests anys enrera, sinó que cada societat se l'organitzava al seu aire: les comparses, famoses a Cambrils, les carrosses, les desfilades i els balls, cadascú a la seu de la seva entitat, portaven de cap a la gent que, en un ambient pagès i a l'hivern, donava per fer festa el diumenge, dilluns i dimarts, que eren els dies clau del cicle.

Els cambrilencs del moment deien que els balls de Sant Antoni eren els primers del carnaval, però en realitat quan la festa començava era el dijous gras que tenia una gran implantació no solament a Cambrils sinó a tota Catalunya. Les típiques berenades, al tros o al pinar, amb amanides i botifarra, les coques de llardons i, a casa nostra, el menjablanc eren obligats i molts anys la festa acabava en ball.

El diumenge i el dimarts es feia ball a la plaça, cal dir també que més tard el dilluns se'l van fer seu els pescadors que al Pòsit tenien el seu ball de disfresses. A les nits els balls a les societats i el dimarts o, en ocasions, el dimecres hi havia l'enterrament del carnestoltes i, aquest sí que era un acte multitudinari, la lectura del testament on amb xirigotes i ironies, totes les autoritats i persones destacades del poble pel motiu que fos restaven retratades en accedir als llegats que feia el rei del carnaval en els que no hi estalviava res. A Cambrils, però, pel carnaval es celebrava un acte que era del tot característic: els geps. Es realitzaven el dimarts d'onze del migdia a la plaça Major i consistia en una batalla campal a càrrec de la canalla, que no podien sobrepassar els 12 anys i a base d'apedregar-se mútuament amb taronges agres, per la qual cosa se'n disposava prèviament una carretada al cap d'amunt de la plaça, davant l'Ajuntament, i d'una altra al cap d'avall, tocant al carrer de l'Hospital. Iniciar i acabar el "combat" només era a les mans i a la boca del "Salís" i el "Caballitos", dos personatges molt populars de l'època, que tocaven la "dolçaina" dalt del balcó de la Casa de la Vila. Quan començava el "Tirinnà", que era la peça musical obligada pel costum, s'iniciava la "taronjada" i quan la música parava és que era l'hora de plegar. Els espectadors eren pràcticament tot el poble que, pel compte que hi tenia havia de guardar les distàncies a fi d'evitar els projectils.

Com que la festa va originar algun que altre conflicte, una ordre de l'Alcalde Ferran Ortoneda va suprimir-la l'any 1916. Una supressió que va ser per sempre ja que els geps no han ressuscitat mai més.

Josep Salceda i Castells

INFORMACIÓ I SERVEIS DEL CASAL

HORARI DEL CASAL I LA CAFETERIA

De dilluns a dissabte: de les 10 del matí a les 8 del vespre
Diumenges: de les 12 del migdia a les 8 del vespre

MENJADOR

De dilluns a diumenge de l'1 del migdia a les 3 de la tarda

PERRUQUERIA

De dimarts a divendres de les 10 a la 1 i de 2/4 de 4 de la tarda a les 8 del vespre i els dissabtes de les 10 a les 8 del vespre.

PODOLOGIA

Dijous de les 9 del matí a les 2 del migdia.

VIATGES

29 de març viatge a Tortosa-St. Carles de la Ràpita, Preu 3.000.- PTA

AJUNTAMENT DE CAMBRILS

Regidoria de Sanitat, Benestar Social i Ensenyament
Plaça de l'Ajuntament, 4
43850 Cambrils
Tel. 977794561
Fax: 977794572
e-mail: sso.cambrils@altanet.org

DIMARTS 24 D'ABRIL

Es convoca als usuaris del Casal a l'Assamblea General en 1a convocatòria a les 16:00 h i 2a a les 16:30 h. Tot usuari interessat en assistir-hi cal que porti carnet de soci.

Repasando la historia

CAPÍTULO I

Lo que hoy es Cataluña y si queremos saber de donde venimos, donde somos y donde queremos proyectar nuestro futuro, tenemos que conocer bien nuestro pasado. Como podemos conocer la historia de nuestra familia si no sabemos donde tenemos nuestras raíces. Si no sabemos la historia de nuestro país no lo podremos amar, porque solo se ama aquello que se conoce.

Una vez efectuada esta pequeña introducción, empezaremos analizar la historia de nuestro país.

La historia nos habla de los primeros pobladores. Desde la edad de piedra, pasando por la de bronce, hierro, fenicios, indoeuropeos, celtas, griegos, iberos, cartagineses, romanos, godos y musulmanes, ya que, los caminos lógicos por donde transitar desde el sur al norte y viceversa seria cruzando Cataluña, no solamente durante el paleolítico, sino a lo largo de toda la historia. El desplazamiento durante siglos de poblaciones motivados por la supervivencia, o las guerras, propició que se quedasen en lo que hoy es Cataluña.

Mientras Don Pelayo reconquista Covadonga en el 722. OTGER CATALÓ "Noble del Castillo de Cataló" (supuestamente localizado en la Gascuña, origen del nombre de Cataluña)

La emprendió en los Pirineos y no tardó en verla realizada con el auxilio de los huestes de Carlomagno, que conquistó lentamente Cataluña (Gerona 785; Barcelona 801, Tortosa 811), donde constituyó una marca fronteriza llamada "Marca Hispánica" de 150 Km. De ancho al sur de los Pirineos, para protegerse de los ataques de los musulmanes.

El nuevo estado llamado Marca Hispánica, lo constituyeron las tierras catalanas conquistadas a los musulmanes des del año 798.

El año 801 fue Barcelona convertida en la capital de la Marca Hispánica, siendo gobernada por condes dependientes directamente de los reyes francos.

El nombre de Cataluña no se difundió hasta la segunda mitad del siglo XII, para identificar el conjunto de los condados que se liberaron de la dominación musulmana.

En el año 1230 Jaime I introduce el huso del catalán en los documentos reales.

En el mismo año Ferrán III de Castilla-León ordena la traducción del Forum Iudicum al castellano.

NOTA: me resulta muy difícil extraer en un resumen de unos acontecimientos ocurridos durante tantos siglos sin dejarme alguno del interés general. Las fechas de los acontecimientos pueden variar según los historiadores. Mi intención es dedicarme, en futuras publicaciones, a los hechos más relevantes de cada época, empezaré por el paleolítico siguiendo por el neolítico y la edad de bronce en Cataluña.

Esta primera publicación la dedico en castellano para los amigos que tienen dificultades con el catalán, pero las futuras publicaciones las haré en catalán, esperando que pongan el interés para entenderlas.

Antoni Tufet Doladé

Entreteniments



Sinónimos y Antónimos

Localice en la primera sopa la relación de las siguientes palabras. A continuación busque en la otra sopa los antónimos que les corresponden.

D F B B L A N D O
E K J U K R J D F
S E R K E O K E L
P H R H P N J S A
I R H A G H O P Q
E K U B G J K A U
R G N L D F M C E
T M D A M F B I Z
O D F R M F D O A
C A L I E N T E J
K T R I S T E G D
F F L A Q U E Z A

☐ ANCHO
☐ BLANDO
☐ BUENO
☐ CALIENTE
☐ DESPACIO
☐ DESPIERTO
☐ FLAQUEZA
☐ GUAP0
☐ HABLAR
☐ TRISTE

SOLUCIONS DELS ENTRETENIMENTS DEL MES ANTERIORS

«Un intelectual es aquel que va a una biblioteca incluso cuando no llueve».

U C A M A R E R O N I Q
N T E L E C T U A L E O
O S R O T C E R I D O B
R A S E R T I A M E O E
E U E L Q U E R V E R
N A N A U N A E B H I N
I B O L I O N T C E C A
C A T I N T C N L U S N
O O C E U I A N D O T
C N B O L P L U E V E A



SOLUCIONS DELS ENTRETENIMENTS EL MES QUE VE

Consells varis per la llar

Recorda que quan piquis julivert per escampar-lo per damunt d'un menjar, abans has de posar-lo damunt un drap de cotó i eixugar-lo. Veuràs com no s'agrumolla i s'escampa més bé.

Hi ha vegades que ens descuidem alguna verdura per cuinar, i ens adonem compte que se'ns ha pansit. Per tornar-les a reviuire, les heu de posar amb un recipient amb aigua ben freda i unes rodanxes primes de patata, les hi deixeu una estona i ja veureu els resultats.

Quan us sobri pa del dia abans, no el llenceu mai, doncs el podeu fer boníssim i cruixent, com si fos acabat de treure del forn. L'heu de posar damunt el marbre de la cuina, el ruixeu amb unes gotes d'aigua i el poseu al forn suau durant uns cinc minuts, veureu quin bon resultat.

Segur que molts us heu trobat que quan compreu un enciam, al arribar a casa, hi veieu uns bitxos com si fossin folles, i quan el poseu a la nevera viuen i s'enganxen per tot arreu. Si us trobeu en aquest cas, el que heu de fer es desfullar l'enciam sense trossejar-ne les fulles, i poseu-les en una palangana amb aigua i dues cullerades de vinagre. Després d'una estona, aclariu les fulles amb aigua freda i eixugueu-les. Si la humitat desapareix de les fulles, les podeu posar a la nevera dins un pot de plàstic.

Hi ha vegades que a la cuina tan sols fas servir la meitat d'una ceba i l'altra et sobra. Per poder-la aprofitar sense que es faci malbé, la suques amb una mica de mantega o margarina i, al fer-la servir, tan sols has de tallar una làmina petita de la superfície de la ceba per treure la mica de mantega.

Si heu de fer servir patates, i les heu pelades força estona abans, i s'han tornat toves; pots recuperar l'aspecte anterior posant-les en una cassola amb aigua i glaçons, durant una mitja hora.

Un altre consell perquè no se us enganxin les patates quan les fregiu; heu de posar-les amb aigua gelada un cop tallades. Després les renteu a l'aixeta amb aigua freda i finalment les eixugueu abans de posar-les a la paella i amb oli ben calent.

H o r ò s c o p

● ARIES

Sembla que el moviment astral s'ha posat d'acord perquè durant aquest mes tot et surti perfecte. La salut serà excel·lent i en el terreny sexual et mostraràs més vigorós que mai. Les teves metes professionals es compliran segons els teus desigs i els teus ingressos augmentaran. El pitjor serà el teu mal geni: controla'l.

● TAURE

Aquest mes et permetràs un breu respir en la teva fugaç escalada cap l'èxit professional i decidiràs dedicar-li més temps a la teva família. Si tens fills, podràs complir al seu costat un somni llargament acariciat. Si ets solter, potser que al teu cor truqui una persona molt especial. La salut serà excel·lent.

● BESSONS

Sorgeixen conflictes entre les exigències familiars i socials i les que han que veure amb la teva professió. Hauràs de dedicar-li molt temps i energia en portar endavant un treball delicat i monòton i això farà que no puguis prestar-li massa atenció a les persones que t'aprecien. La salut va millorant.

● CRANC

Molts dels assumptes que et preocuparan durant aquest mes necessiten temps per desenvolupar-se, i no hi ha res que tu puguis fer per accelerar la seva resolució. Oscil·laràs entre períodes de gran egoisme i temporades d'extrema generositat. En quan a la teva salut, necessites relaxar-te i descansar més.

● LLEÓ

Aquest mes serà un mes especialment optimista i feliç. Lleó, dedicat a gaudir-ho. Si tens fills, viuràs amb ells moments màgics. Els teus assumptes financers milloraran, així com els de la teva parella. En el terreny laboral s'inauguraran bones perspectives. En quan als teus amics, et respondran com mai. La salut, excel·lent.

● VERGE

L'estrès t'angoixarà en excés, sobre tot fins el dia 20. Per evitar-ho, tindràs que asseure't a reflexionar i deixar clar quines són les teves prioritats. Durant aquest mes viuràs abocat en les activitats socials. En quan a les qüestions econòmiques, inverteix amb prudència i no gastis excés.

● LLIURA

Continuaràs avançant veloçment cap els teus objectius. El problema és que tant progrés no procedeix del teu esforç personal, sinó que t'arriba a través dels altres. No abuis doncs o, del contrari, certes persones es sentiran incòmodes i deixaran de gaudir del seu favor. Els teus ingressos augmentaran, gràcies a la teva parella.

● ESCORPI

Estaràs ansiós per veure els resultats del teu treball i aquests no tardaran en arribar. Mart en conjunció amb el teu planeta regent fa que desitgis riquesa i la desitgis ja. No es que et vagis a convertir en milionari de la nit al dia, però si que et faràs amb uns ingressos bastant alts amb els que no comptaves. Problemes musculars.

● SAGITARI

Mes ple de contradiccions i ambivalències, Sagitari. Plutó entrarà en el teu signe i gràcies a ell canviaràs alguna cosa de la teva obstinada actitud i entendràs que per sobreviure necessites aconseguir cert consens amb els demés. La teva competitivitat laboral et crearà conflictes. Presta'ls-hi més temps als teus fills, si els tens.

● CAPRICORNI

Aquest mes haurà a la teva vida una guerra secreta, encoberta i molt intensa. Els participants semblen ser familiars. La causa són assumptes d'una vida passada. Pot que en un principi et vinguis avall però, al final, sortiràs reforçat. En el terreny professional necessitaràs més temps i en l'amorós, no haurà canvis.

● PEIXOS

Lluitaràs per la teva realització personal i no necessitaràs complaure als demés. Faràs tot el possible per millorar en el teu treball i aprofitaràs el temps. Aquest mes serà ideal per resoldre assumptes financers ja que els números se't donaran de meravella. La lluna plena t'ajudarà a aconseguir harmonia romàntica i social.

● AQUARI

Encara que la teva prioritat sigui posar en ordre la teva vida emocional i familiar, no hauràs de deixar de costat l'aspecte professional. En aquest àmbit s'auguren canvis radicals als que has d'estar atent. Aquests et motivaran a provar nous camps i a desenvolupar aquestes magnífiques idees que tenies guardades en el teu cap.

Racó dels poetes

ANIVERSARI, 1923-1988

Ja sabem que no hi som tots pel que es veu, no ha estat possible, però els que hi som, hi som contents i per fer-ho més agradable.

Molts no hi podem ser per problemes de salut altres, encara és més trist, ja no ho poden pas triar, doncs un dia per desgràcia la veu se'ls va apagar.

És per això que desitjo que els tinguem al pensament. No podem pas fer la festa si no recordem... com si aquí fossin presents.

El pensament que m'envolta en aquest precís moment em recorda breument la veu que amb molta força em diu... Desperta que passa el temps!

La veritat és aquesta, el temps ha anat passant, sent així cosa justa perquè és per tots igual.

Però en aquest camí ja no parlem de dreces, ni de flors de romaní perquè en les enredaderes s'han enganxat, pel destí, moltes il·lusions esperades que ens portaven a bon fi.

També hem tingut moments de glòria, però no tots igual, que guardem com una joia dins del cor sempre ignorant.

De projectes, n'hi ha hagut molts de realitzats, no tants per molt que n'hàgim complert bona part en quedaran.

Per altra part, tots els goigs que guardem profundament serveixin perquè tots junts allunyin del davant nostre els rancors del pensament.

Esperem que la trobada ens ompli de felicitat, segueixi en bona harmonia que és d'això del que s'ha tractat.

I per últim.....

A la terra que ens va veure néixer i que ens va donar el somriure fem que, amb els nostres esforços i sempre amb la voluntat de Déu, els nostres descendents feliços hi puguin viure.

Andreu Roca Musté
1er. Premi poesia en català
III Concurs St. Jordi '00

DEDICADO A CAMBRILS CAMBRILS, 15 DE FEBRERO DE 2001

Hace treinta años
que de mi casa salí,
buscando una nueva vida,
buscando un mejor porvenir

Abandoné a mi familia,
con el dolor de mi corazón,
todo lo hice por ellas
para darlas una vida mejor

Después de rodar por estos mundos,
después de tanto caminar,
desesperado y desilusionado,
aún pueblecito llamado Cambrils,
aquí vine a parar
aquí encontré trabajo,
buena gente y mi felicidad

Un año más tarde,
a por mi familia me fui.
Una vez todos juntos
no puedo describir
la felicidad que sentía
en este pueblo llamado Cambrils

Aquí pasé buenos tiempos,
también pase tiempos malos,
pero con la ayuda de Dios
y el apoyo de la gente de este gran pueblo
Dios nos dió fuerza
para poder superarlo

Aunque mis raíces
son extremeñas,
y nunca las podré olvidar,
pero tú, pueblo de Cambrils,
siempre en mi corazón
siempre tendrás un buen lugar

Pueblo de Cambrils, nunca te podré pagar
lo mucho que me ayudaste
en los momentos amargos
que por desgracia tuve que pasar

Nunca podría terminar,
esta humilde poesía,
ya que tantas y tantas cosas
me quedan por contar
que nunca acabaría

Francisco Soto

S a l u t

La parada cardíaca

Tinc una pacient de fa molts anys, que ha sofert dues parades del cor i se n'ha sortit. Avui porta un desfibril·lador personal que es dispara normalitzant la circulació ventricular.

La parada cardíaca –episodi clínic de suma gravetat– és un procés que apareix bruscament sense avisar i moltes vegades sense haver donat simptomatologia cardíaca anteriorment. En el 80% dels casos obeeix a una brusca fibril·lació ventricular –arítmia maligna– que constitueix en una sèrie de contraccions al cor, desorganitzades i ineficaces. El cor es dispara a més de 200 pulsacions però no bombeja sang suficient a zones vitals (cervell, el mateix cor, pulmons ...) amb pèrdua de coneixement i suspensió de la respiració o es fa imperceptible. Si aquesta situació no es corregeix en els primers 10-12 minuts, la mort és inevitable perquè el cor deixa de funcionar. És més propi de barons a partir dels 45 anys i de dones post-menopàusiques.

La forma de corregir aquesta fibril·lació maligna consisteix en fer una descàrrega elèctrica amb un desfibril·lador, que és un aparell amb uns elèctrodes que es col·loquen sobre el pit del malalt per disparar un xoc elèctric. Hi ha aparells d'aquests portàtils, que gairebé no requereixen manteniment i que seria molt convenient disposar-los en llocs de gran concentració de públic, sobretot a aquell públic que està sotmès a pressió i emocions o crispacions (camps de futbol, estadis, circuits de carreres) i també estacions, grans magatzems, aeroports, polisportius.

Quan apareix l'esmentat procés es sospita, procedeix ràpidament trucar a urgències. Hi ha un telèfon 112 implantat en diverses comunitats, mentre ràpidament iniciarem una reanimació cardio-pulmonar: malalt estirat boca amunt; pressió sobre el tòrax fort i intermitent, massatge sobre el cor fort i de forma circular; respiració boca a boca bufant fort amb els llavis adaptats als llavis del malalt i de forma sincrònica amb les pressions sobre el tòrax. Evidentment que han d'ésser dues o tres persones. Si només n'hi ha una, que faci el que pugui: el més important és la trucada i el boca a boca. Si es disposa d'un desfibril·lador i no hi ha personal mèdic, de manera valenta i sense atabalar-se convé col·locar sobre el pit els elèctrodes segons les indicacions gràfiques que sempre porta l'aparell.

En el moment de donar la descàrrega és precís que ningú estigui tocant la víctima. Moltes vegades és necessari fer més d'una descàrrega i tot seguit controlar pols i respiració, màscara d'oxigen si se'n disposa, abans, donar tres o quatre bufetades més que res per a donar-nos compte de si recupera la consciència. Esperar els equips d'urgència i que sigui el que Déu vulgui.

Dr. Rafael Pasaldos

Capitols d'una novel·la

"CARTAS A UNA HIJA"

Querida hija en esta carta voy a contarte algo de mis sentimientos, de los cuales no puedo contarte de palabra.

En una de las estancias que hago en Cambrils, para descansar de la vida cotidiana y del estrés que nos produce hoy en día el trabajo, pues bien una tarde que, como muchas otras, doy un paseo por la orilla del mar y casi siempre descanso en una roca que hay en un espigón en la cual paso muchos ratos pensando, meditando mirando las hermosas puestas de sol. El acceso a dicha roca lo tengo fácil ya que por medio de una pequeña cala es fácil llegar. Si esta roca pudiera profundizar en mis pensamientos, podría explicar más cosas de mí que yo misma, algunas veces pienso, en vosotros mis hijos en mí, en mi vida, la parte nostálgica que llevo dentro, la parte romántica. Lo que me gustaría hacer cuando sea mayor, la compañía que me gustaría compartir el día de mañana para no sentirme sola, aquel amor que llevo dentro que me gustaría compartir en mis últimos años de mi vida, amor puro que a nuestra edad se valora tanto, amor sincero con ganas de compartir lo bueno y lo poco de malo que ya nos queda, para vivir una paz que a la vez que es interior pasa también a exteriorizar, que ya a nuestra edad lo das todo sin pedir nada a cambio, porque el tiempo de odiar, envidiar o malgastar nuestra vida ya nos pasó como pasó también el ardor y a veces la tontería de nuestros años majos. Dios mío como quisiera asemejarme a una de esas mujeres que al cabo de la vida tienen una persona que las acompaña a subir o bajar, lo que son, los eslabones de la vida, Dios mío es verdad que el pensamiento es la boca de la casa.

Aquí termino un capítulo más o una carta más, en la próxima continuaré con mi pequeña aventura en la playa.

Tu madre.

Vivències de la gent gran

SORTIDA

CULTURAL AMB

LES AULES

D'EXTENSIÓ

UNIVERSITARI



El dia 15 de novembre passat va tenir lloc una sortida cultural de l'Aula d'Extensió Universitària de la Gent Gran del nostre Casal.

Am un grup de 28 participants vam començar la visita al Palau de la Generalitat de Catalunya a la Plaça Sant Jaume, on forem atesos degudament i seguint les explicacions d'un guia. Vam admirar la Capella de Sant Jordi amb el seu gòtic flamíger a l'entrada i la part renaixentista.

Després vam visitar el Pati dels Tarongers i la Sala Martínez-Torres. La magnitud del saló Sant Jordi amb les seves pintures impresionistes i el seu balcó amb tanta tradició històrica. Podem destacar un quadre amb molta llum en un claustre d'un convent amb monjos, obra de Josep Maria de Martí.

També vam visitar l'auditori on normalment es fan conferències i reunions. Seguidament vam travessar la plaça i vam visitar una exposició permanent sobre Barcelona, als baixos de l'Ajuntament, molt interessant.

Després de localitzar el restaurant, va quedar una estona de lleure que vam aprofitar per visitar l'Església de Sant Jaume i la Plaça Reial.

Al finalitzar el dinar ens vam dirigir al Museu de la Ciència de "la Caixa". Abans d'entrar al Planetari vam visitar el Museu acompanyats d'un guia voluntari.

La visita al Planetari va ser organitzada en una sessió per nosaltres sols, la qual va ser molt espectacular i instructiva. Posteriorment, vam visitar el Museu, ja que encara quedava molta cosa per a veure.

Un retorn agradable, va completar aquesta sortida cultural a Barcelona.

Josep Maria Vallès

President de les Aules d'Extensió Universitària de la Gent Gran a Cambrils



Visa Cambrils

Porti Cambrils a la butxaca

"la Caixa" treu la Targeta Visa Cambrils. La primera targeta que diu d'on ets. Només has de triar una de les dues imatges que t'ofereix i la modalitat de Visa que t'estimis més: Visa Or, Visa Classic o Visa Electron. A més, pel fet de ser titular d'una Visa Ciutat, et beneficiaràs de tots els avantatges de les targetes financeres de "la Caixa". Ara, vagis on vagis, ja pots portar amb tu la teva ciutat a la butxaca.

 "la Caixa"

FOTOGRAFIES DELS TALLERS QUE ES REALITZEN AL CASAL MUNICIPAL, CURS 2000-2001

Taller escaiola i marmolina

Taller de ceràmica



Taller de ganxet

Taller de punts de coixí



Taller de costura



Taller de pintura

Taller de tapis



Taller de ioga



Taller decoració fusta



Si desitgeu anunciar-vos a la Revista, demaneu informació a la coordinadora del Casal.

Edita: AJUNTAMENT DE CAMBRILS
Regidoria de Benestar Social
Casal Municipal de la Gent Gran. Tel. 977 79 51 92

Coordinació: Coordinadora del Casal i vocalia de cultura
Maquetació i Impressió: Arts Gràfiques Saragossa, s.l.

El Casal Municipal de la Gent Gran de Cambrils, forma part de la Federació d'Associacions de la Tercera Edat de Catalunya (FATEC) des del 23 de setembre de 1997 amb el número 480.