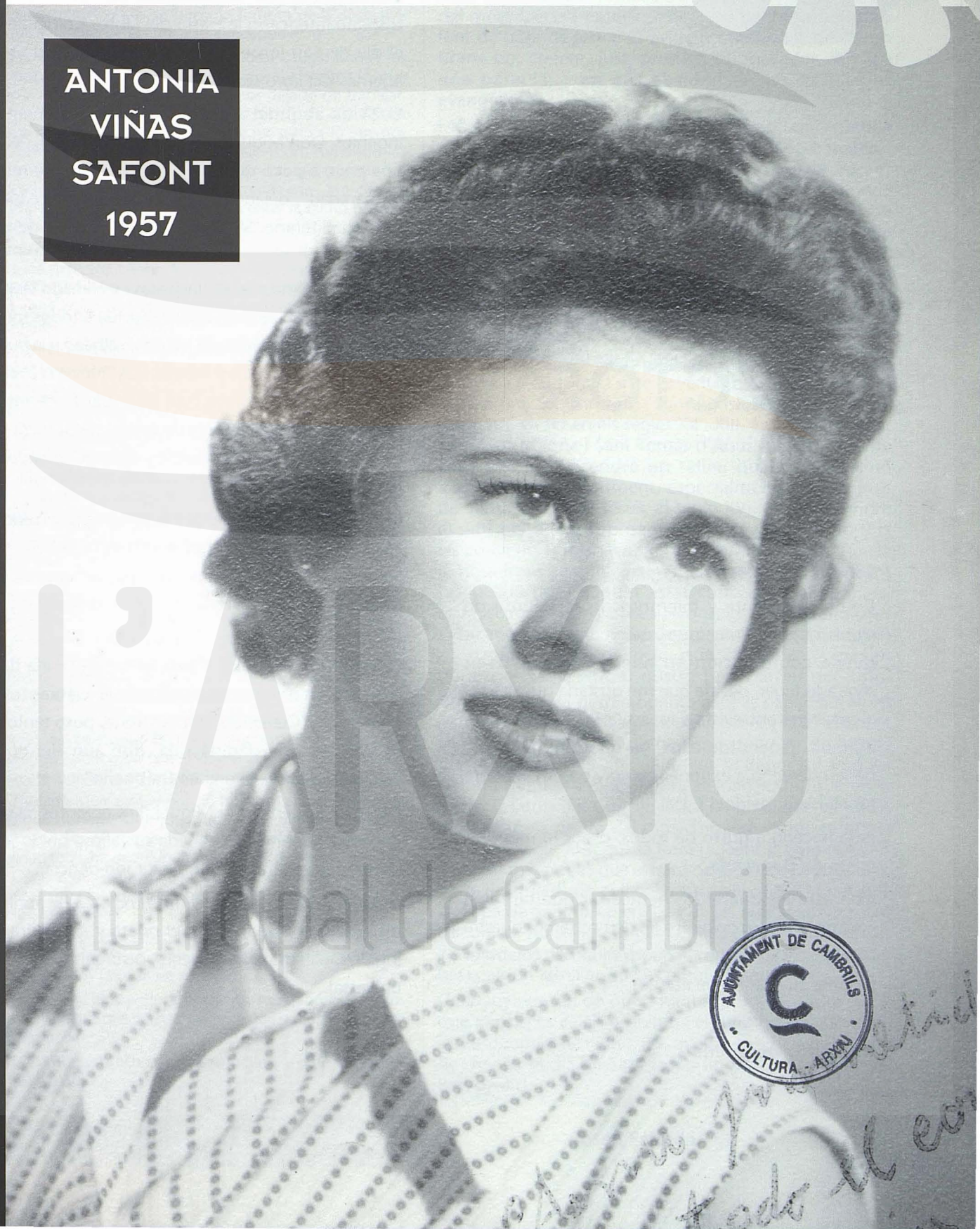


ANTONIA
VIÑAS
SAFONT
1957



CARTES AL DIRECTOR

Señora Directora:

Como Presidente y miembro de esta Junta de Gobierno, en primer lugar, quiero felicitarla por su buena coordinación en nuestra revista. Y en segundo lugar, decirle que me gustaría que llevara a cabo una entrevista a los usuarios para saber la opinión general de ellos, ya que también ellos tienen derecho a exponer como y de que manera funcionaría mejor el Casal.

Para hacerlo a gusto de todos, o por lo menos a gusto de la mayoría.

Con esto les queremos demostrar que también contamos con su opinión y les demostramos nuestra confianza y les damos la oportunidad de colaborar y poner su granito de arena.

Francisco Soto Mena

Día del Libro

El 23 de abril se celebra en todo el mundo Hispanoamericano la Fiesta del Libro. Coincidiendo con el día de San Jorge, en varias comunidades españolas, además del libro se regala una rosa.

El 23 de abril del año 1616 falleció el Príncipe de los Ingenios, Don Miguel de Cervantes Saavedra, "el soldado que poco a poco queriendo pintar a un loco retrató a la humanidad", dejándonos una completísima e inagotable herencia literaria. Sin duda alguna la mejor de todos los tiempos.

Sus obras en especial el "Ingenioso e Hidalgo Don Quijote de la Mancha", que ha sido traducida a todos los idiomas de los países civilizados del mundo, retratan a la humanidad en todos sus aspectos y valores. Sus "Novelas Ejemplares", comedias y otras obras han sido fuente de inspiración para que muchos autores de ayer y de hoy encontraran el camino del reconocimiento y aplauso del público y de la fama.

Lejos de sus pensamientos e imaginación tendría Don Miguel el poder creer que su literatura se haría universal y que casi 4 siglos después sus obras conservarían, por lo acertado de su visión del género humano, toda la actualidad.

Escribió Don Leopoldo Cano, general y poeta dramático español en su poesía dedicada a Cervantes "Y era manco...." "Cervantes con rica vena, puso tanto en cada escena, en una página sola, que aún siendo la obra española, España la encuentra buena".

No tuvo la suerte Don Miguel de Cervantes Saavedra de habérselo reconocido en vida su valiosa obra. Según sus historiadores murió en la mayor indigencia.

Se dió coincidencia que el mismo día 23 de abril de 1616 murió en su ciudad natal el poeta y autor dramaturgo inglés, Guillermo Shakespeare, otro genio de la literatura universal.

J. Sabaté G.

OPINIÓ DE LA GENT

CASAL DE LA GENT GRAN = HOGAR DE LOS JUBILADOS.

Deseo definir en nuestra Revista, lo que para mí significa UN HOGAR (en español) UN CASAL (en catalán).

H O G A R: procedente del latín "focarem" es lo que vulgarmente se dice el sitio donde antes se hacía la lumbre para cocinar y reunirse toda la familia de la casa a su alrededor.

En nuestro caso Hogar o Casal significa el local o lugar donde los jubilados podemos reunirnos y pasar todo el tiempo de que disponemos, y nos sobra ahora que hemos dejado de trabajar. Para matar el tiempo, como vulgarmente se dice, para distraernos lo más plácidamente posible. Lúdicamente jugando a lo que nos apetezca, leyendo la prensa, viendo la televisión, tomando las bebidas que nos agraden, en definitiva, pasándolo bien, con todos los jubilados con la máxima amistad y camaradería. Por ello no nos debe importar tratarnos todos de tu, con el máximo respeto que todos nos merecemos.

El Ayuntamiento de Cambrils nos ha construido este Casal que (con todos los defectos conocidos en su estructura) es quizá el local más bonito de nuestra ciudad y el más cómodo, con calefacción en invierno y aire acondicionado en verano, sin humos de cigarrillos, y muy saludable.

Ahora nos han prometido, y cuyos planos conocemos, que nos lo van a ampliar próximamente, en unos 1.900 m2.

La primordial y principal finalidad del Casal es que se produzca una buena y sana convivencia entre todos.

Y si alguna vez se pierde por algo ese respeto, pidamos perdón y en su caso perdonemos, pues otra cosa sería amargarnos la vida.

Yo, personalmente tengo un tono elevado de voz, que no lo hago de mala fe, sino por nerviosismo. Por lo que si alguno o algunos se han creído ofendidos o molestos, les pido perdón públicamente.

Ahora bien, a mí también creo que algunos me han ofendido de palabra, diciendo que yo no tenía las titulaciones que decía, ni había llevado las Empresas, de que presumía, como Jefe de Contabilidad en Sociedades Mercantiles Anónimas y Limitadas, otras de cierta importancia, sin por ello querer desmerecer a nadie.

En el mes de diciembre fui nombrado Tesorero del Casal Municipal de Cambrils, ante la Sra. Concejala y la Junta dije que lo aceptaba de buen gusto, con la única condición de no tener en caja el dinero, pues para ello disponíamos de una Libreta de Ahorros en "la Caixa".

Mi cometido es controlar la parte pecuniaria y hacer los correspondientes justificantes con el Visto Bueno del Sr. Presidente, y seguidamente ingresarlo en nuestra Libreta, cosa que así se hace.

Yo, como Titulado Mercantil, y por no haber hecho otra cosa en mi vida laboral durante 48 años, sino llevar contabilidades de empresas grandes y menos grandes, pero siempre con responsabilidad total, he decidido montar una contabilidad basada en el Plan General de Cuentas de España como la llevan todas las Empresas, pero con una sencillez y claridad tal que todos los socios la entenderán fácilmente.

Yo la expondré al finalizar cada trimestre en el tablón de anuncios del Casal, estando dispuesto a dar toda clase de explicaciones y justificaciones a todos los que las pidieran.

No quiero alargar más para no cansaros, sólo pido a todos los jubilados de CAMBRILS que vengán siempre que puedan a nuestro Casal ¡Disfrutemos de él!

Jubilados de Cambrils: procuremos pasarlo bien, y disfrutemos del Casal lo máximo posible.

Un saludo,

LUIS ARIÑO

Temps passats

● Sant Josep

No cal dir que no vaig ara a explicar la vida i miracles de Sant Josep que, per altra part, ens són força desconeguts. Ens en donen ences pistes els primers capítols dels evangelis de Sant Lluc i Sant Mateu quan narren la infància i adolescència de Jesús i el paper que hi va desenvolupar Josep. Però si d'entre tots els homes del món, Déu va escollir Sant Josep per representar-lo fent de pare de Jesús, és evident que hauria de ser un home bo, creient, just, prudent i treballador, sant en una paraula, com ens el dibuixen les narracions evangèliques.

Més aviat parlem de la seva festa i influència en la història moderna del cristianisme. Com ho va ser la seva mateixa vida, la santedat de Josep va restar amagada durant segles i segles en la història de l'Església. En la imatgeria molt antiga i en la pintura del primer mil·lenni de la nostra era la figura de Sant Josep sempre n'és absent, fora de les representacions de la infantesa de Jesús: naixement, presentació al temple, fugida a Egipte o el Taller de Natzarè. A ell tot sol o amb l'Infant no el trobem enlloc. Tampoc en les icones de l'Església Oriental. Ni tampoc era festiu el seu dia.

Es ja ben entrat el segon mil·lenni que el sant patriarca comença a destacar. I si bé és veritat que els pares antics, Sant Jeroni, Sant Ambròs i Sant Agustí ja havien insinuat quelcom, va ser en els segles XII i XIII, amb Sant Bernat, Sant Lleó Magne i Sant Tomàs d'Aquí, que la figura de Sant Josep va prendre un relleu que no faria sinó augmentar constantment, especialment sota l'impuls de Santa Teresa de Jesús, al segle XVI, que va prendre el sant per advocat posant sota la seva protecció tots els convents que anava fundant i arribant a dir aquella famosa frase de que "mai no havia demanat res a Sant Josep que no li hagués estat concedit". Carmelites, franciscans i altres ordes i congregacions religioses s'anaven posant sota el patronatge de Sant Josep i anaven propagant la seva devoció, que va arribar al màxim durant el segle XIX al nostre país i arreu del món.

Va donar-hi una gran empena el beat papa Pius IX en declarar-lo patró de l'Església Universal el 1870 i establir el 19 de març com festa de precepte. Des de llavors tots els papes: Lleó XIII, Sant Pius X, Benet XV, Pius XII i d'una manera especial el beat Joan XXIII, que el va declarar patró del Concili Vaticà II han escrit i predicat molt sobre la figura del sant. Tot això va fer, també a partir del segle XIX, que la festa de Sant Josep prengués cada dia més força i que el nom de Josep fos popularíssim entre l'element masculí del nostre país, fins al punt que la diada de Sant Josep era una de les més solemnement celebrada, no solament per l'Església, sinó també en les llars dels nostres pobles en les que difícilment no hi havia algun familiar que es digués Josep.

Catalunya es dol de que s'hagi suprimit aquesta festa, que encara es celebra com tal en una gran majoria de les autonomies de l'Estat. Ens queda, això sí, la possibilitat de menjar el dia de Sant Josep un bon plat de crema. Bon profit!

Josep Salceda.

Recepta de cuina

● SOPA DE FESTA MAJOR

Ingredients: un tros de gallina, un tros de prim de vedella, un braç o prim de xai, un os del garró de pernil, un tros de cansalada viada, api, cigrons remullats en aigua amb sal des del dia abans, col en cabdell, patates, carotes, all, porro, ceba, botifarra negra i blanca.

Per la pilota: 400gr. de xai i bou, 50 gr. de cansalada viada, alls, julivert, ou, una molla de pa, sal i farina.

Preparació: Per fer el brou: poseu l'olla amb aigua al foc, quan bulli afegiu-hi el prim de xai, el tros de gallina, el tros de prim de vedella, l'os del garró de pernil, la cansalada virada, els cigrons, l'api, la ceba, les carotes, l'all, el porro i les botifarres; quan arrenqui el bull, abaixeu el foc al mínim i deixeu-lo coure durant dues hores i mitja. Llavors, afegiu-hi la patata, la col i les mandonguilles; quan la col i les patates estiguin cuites, ja podeu colar el brou. Després l'heu de tornar a posar al foc i quan bulli afegiu-hi la sopa, que haurà de ser de pasta grossa. El bullit manteniú-lo calent dintre l'olla i quan la sopa es vagi a servir, coleu-ho posant en una safata la patata, el cigrons, la col i la carn del brou tallada a trossos al igual que la pilota.

Preparació de la pilota: barregeu les dues classes de carn trinxada i la cansalada tot ben picat, amb un gra d'all, el julivert i la sal. Trinxeu-ho tot i afegiu-hi la molla del pa tallada, l'ou batut i la farina. Treballeu-ho molt bé fins que us quedi una pasta ben barrejada, llavors agafeu-ne un bon pessic i amb la mà li heu de donar una forma ovalada. Després, enfarineu-la vigilant que no estigui molt atapeïda i la poseu al brou bullint.

Es un plat molt bó i que a més omple molt.

● PASTEL DE CHOCOLATE

Ingredients: 200 grams de chocolate fondant, 100 grams de azúcar, 1 brik de nata para montar, 150 grams de nueces (peso neto) y 3 huevos.

Preparación: Poner 100 gramos de chocolate troceado y la nata en un recipiente adecuado y calentarlo, a potencia media, durante dos minutos.

Batir las yemas con el azúcar hasta que estén cremosas; añadir el chocolate y las nueces molidas, mezclarlo bien e incorporar cuidadosamente las claras montadas a punto de nieve.

Verterlo en un molde adecuado, previamente untado con mantequilla, y cocerlo, a potencia máxima, durante 6 minutos.

Una vez tibio, desmoldarlo y colocarlo sobre una rejilla.

Fundir el resto del chocolate en el microondas durante 2 minutos y verterlo sobre el pastel. Puede servirse cortado en porciones y decorado con nueces.

Dejarlo en el refrigerador hasta el momento de servirlo.

NOTA: EN EL NÚMERO PASSAT, A LA RECEPTE DE PASTES DE GALETES, EN LLOC D'UN LITRE DE LLET S'HA D'UTILITZAR 1/2 LITRE.

R e p a s s a n t l a h i s t ò r i a

CAPÍTOL II "Les nostres arrels"

Els prehistoriadors han trobat, d'aquells temps, que els milers d'anys comptaven ben poc, al país que més endavant sera Catalunya.

El Homo Sapiens del Paleolític, s'extingí per motius no ben determinats, però probablement per incapacitat d'adaptació als canvis climàtics.

En el Paleolític (700.000 aC.) el Homo Erectus ja tenia presència a Catalunya en els jaciments com el de Puig d'en Roca o el complex de la Selva donen fe de l'home a Catalunya durant la prehistòria.

El Paleolític superior (36.000 aC.) l'Homo Sapiens a Catalunya es documentat a partir d'aquesta data, com l'Abri Romaní, a l'Anoia, L'Arbreda al Pla de l'Estany, El Cau de les Goges és la més important de les estacions catalanes del paleolític superior, de Sant Julià de Ramis, i la Borgrán d'Encarres de Serinyà, fou la primera pel qual es demostra plenament que el territori de Catalunya estigués ja habitat des dels temps del Paleolític.

L'art rupestre dins el territori català

Pintures més conegudes en el territori català.

Des de 1907: Cogul, Lleida (són del paleolític)

Des de 1921: Tivissa-Vandellòs, Tarragona (són del neolític)

Des de 1970: Ulldecona, Tarragona (són del neolític)

El Frescos de Cugul, estan pintats els uns al pany de la paret del fons, restant els de la dreta en pla còncav, i els altres al sostre. Tres classes de pictogràfics hi ha a la composició, la primera representa animals, cérvols, braus, cabres salvatges; la segona representa escenes de casa; i la tercera l'agrupament de figures, que representa una dansa ritual.

Els Frescos de Tivissa, es troben en dues coves del barranc de la Font de Vil·la; la Cova del Ramat i la Cova del Single. En la Cova del Ramat hi apareix un grup de cabres salvatges. En la Cova del Single hi ha figures d'arquers molt deteriorades.

Els Frescos de Vandellòs, es troben en dues coves del barranc de les Porciules, la Cova de l'Escoda i la Cova del Racó d'En Perdigó. En la Cova de l'Escoda hi ha figures de cabres i arquers, En la Cova del Racó d'En Perdigó hi ha figures d'arquers.

Els Frescos d'Ulldecona, es troben en diferents Balmas a l'abric de la Serra de la Pietat. Hi apareixen grups de cabres, cérvols, braus i figures d'arquers.

La cultura neolítica (5.000aC) és l'etapa en que el descobriment del conreu de la terra i de la ramaderia revoluciona la manera de viure dels homes els quals de nòmades a la recerca de l'aliment, es convertiren en sedentaris i acabaren vivint en pobles.

L'ús de nous materials en les edats prehistòriques no arracona del tot els materials anteriors. En l'edat del Bronze següen construint-se objectes de pedra i en la del ferro trobem objectes de pedra i de bronze.

L'evolució de l'edat del bronze és paral·lela a tot arreu i això permet datar els seus períodes, a través dels quals es perfeccionen el tipus d'útils, armes i ornaments i progressa la cultura humana.

Vet aquí els esmentats períodes i llurs respectiva extensió cronològica:

I 2500-1700 abans de Jesucrist

II 1700-1400 abans de Jesucrist, bronze antic

III 1400-1250 abans de Jesucrist, bronze mig

IV 1250-900 abans de Jesucrist, bronze final

Un exemple de l'urbanisme de la Catalunya occidental seria el poblat de Genó (Aitona-Lleida) únic poblat excavat en extensió pertanyent al bronze final (1100-900 aC) de 16 habitatges d'uns 35 m2 de mitjana que acollien una comunitat autosuficient, d'unes 80 persones, dedicades a l'activitat agro-pecuàries.

Aitona bressol de la Cervesa Europea

L'any 1997 uns arqueòlegs de Barcelona van trobar al poblat de Genó, dues ànfores de fang d'uns 3100 anys. Cada ànfora contenia antics grans de blat i ordi que havien estat deformades per fabricar la Cervesa. Les restes de cervesa trobades al poblat són les més antigues del continent europeu. Aquesta tenia 8º d'alcohol i era més consistent que la d'ara, no tan líquida.

La companyia San Miguel va proposar col·laborar amb l'equip de la Universitat de Barcelona per reconstruir el procés de fabricació d'aquesta cervesa prehistòrica, i després d'una investigació científica seriosa per produir una cervesa a l'estil de l'edat de Bronze, van elaborar una cervesa que s'anomena Zythos.

La pròxima publicació la dedicaré a la Guerra dels Segadors.

Antoni Tufet Doladé

Consells varis per la llar

● Si guardes menjar a les carmanyoles, i el tens alguns dies a la nevera després aquestes queden impregnades de l'olor. Per tal de fer-lo marxar, al rentar-les tens que afegir a l'aigua unes cullerades de bicarbonat, exactament tres per cada litre d'aigua.

● Si a casa teniu morter, ço o xocolatera de crom o coure, i no sabem com fer-lo net i brillant, el que heu de fer és una barreja en que hi heu de posar un got de vinagre i una cullerada de pebre vermell. Després fregueu la peça a netejar, amb un drap humit, amb aquesta barreja; finalment, poseu la peça sota l'aixeta i aclariu-la bé.

● Quan hagueu d'allargar els baixos d'una faldilla i pantaló, i no voleu que es noti el sec dels baixos arreglats, heu d'agafar un drap i el mulleu de vinagre blanc, després el refregueu bé damunt de la marca. Tot seguit, passeu per sobre la planxa a mitja temperatura, ja veureu que bé queda.

● Quan obriu una botella de vi i no us l'acabeu, per tapar-la amb el mateix tap, que estarà inflat i costarà molt d'entrar, heu de fer bullir el tap durant uns minuts i abans que es refredi l'introduïu a l'ampolla i veureu que fàcil entra.

● Les persones que treballen en alguna oficina, fàcilment es poden tacar amb el corrector. Per treure aquesta taca en arribar a casa, mulleu un drap amb vinagre blanc i refregueu-ho a la taca i veureu com desapareix.

● També us podeu tacar amb retolador, llavors mulleu ve la toca amb suc de llimona, procurant que es filtre bé el suc i tot seguit rentes la peça de roba com sempre, també marxen aquestes taques amb alcohol de 90°.

● Si tens una taula de vidre i aquesta s'ha ratllat, escampeu, amb un drap, crema dental, i la deixeu assecar. Després amb un drap sec retireu la crema i veuràs com les ratlles queden dissimulades.

● A moltes mestresses de casa els hi magrada cuinar amb cassoles de fang, cassoles que si no les mantens es trenquen sovint, molts cops al primer ús. Per tal de que això no passi heu de refregar bé la cassola amb un all, llavors l'ompliu-la d'aigua i ha deixar-la durant 24 hores. Un cop passades les 24 hores la buideu, l'eixugueu i la poseu al foc lent amb una cullerada d'oli, una ceba trencada i un grill d'all, i ho deixeu fins que comenci a cremar-se. Un cop fet tot això ja podeu utilitzar la cassola.

● Normalment si utilitzeu sabates tancades durant moltes hores al dia us produeixen durícies als talons dels peus, De vegades són incòmodes i fan mal; un exercici ideal és descalçar-ne mentre està veient la televisió i fer rodolar una pilota de tennis amb el peu, notareu molta millora

● Sovint, les dones volen fer tasques que habitualment realitzen els homes, i per no demanar-los-hi ho fem malament, com per exemple, clavar un clau amb una paret de guix. Per què la paret no s'escardi, heu de posar el clau amb un pot d'aigua bullint abans de clavar-lo o bé mulleu el clau amb amoníac.

● Per tal que el paper film per embolicar aliments no s'enganxi, poseu el rotlló a la nevera i a l'estar fred no s'enganxarà abans d'hora.

Salut

Colesterol bo; colesterol dolent

-Escolta Papa!

És la meua dona que hem crida. Ella sempre em diu "papa" des que vam tenir el primer fill. Els fills -fins a cinc- hem tracten de papa o papi, i si hem diuen? "Escolta, papi, guapo.... és que hem volen demanar "money".

-Papa, que m'escoltes? -insisteix la meua dona mentre jo estic fullejant el diari.

-Sí, sí, digues que vols, maca -contesto mig distret.

-Escolta'm. Què és això del colesterol bo i del colesterol dolent?. T'ho dic perquè, la Pilar, la del tercer pis, li ha dit el metge que té colesterol, i és del dolent.

-El colesterol -li contesto- és una substància que fabrica el mateix organisme. És un greix, que es necessita per a determinades funcions. I és imprescindible. És preocupant quan n'hi ha un excés a la sang...

Hi ha diversos tipus de colesterol. El tipus LDL és -podríem dir- el dolent i el tipus HDL és -podríem dir- el bo. El dolent es va dipositant a les parets de les artèries, quan circula amb la sang i va formant uns petits grànuls que es diuen ateromes que a poc a poc van embussant l'artèria i la van endurint (arteriosclerosi) fins a arribar a obstruir-les. L'organisme, que és molt llest, va condicionant altres alternatives del pas de la sang, però si no té temps, un racó del cos es queda sense sang i sobrevé un infart que pot ser de cervell, d'una cama o el cor, o d'un ronyó, etc. En canvi, el colesterol HDL, és a dir, el bo, rellisca -podríem dir- gràficament, sobre la paret interior de l'artèria i no produeix dipòsits, tot el contrari, arrossega els petits ateromes i els dilueix. Quan hi ha excés de colesterol cal fer una rigorosa dieta per eliminar greixos animals i fer exercici: caminar, nedar, fer gimnàstica, ballar, etc.. La meua dona ja no m'escolta, diu que m'enrotllo massa. Ja veig que a la dona no se li pot fer gaire cas. Ella ja té les seves fonts d'informació (la perruqueria, la porteria de casa, les revistes, la televisió, la ràdio, etc.). Jo interrompo les explicacions i continuo llegint la meua favorita font de desinformació, que és el diari.

Dr. Pasalodos

Ex-metge de Cambrils.

HORARI DEL CASAL I LA CAFETERIA

De dilluns a dissabte: de 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

Viatge a Montserrat el dia 10 de maig, preu: 3.600.-Pta.

ELECCIONS

El proper dimecres dia 18 d'abril es celebraran al Casal Municipal, eleccions per renovar el 50% de membres de la junta del consell de govern del casal municipal.

Les votacions es faran al Casal Municipal a partir de les 4 fins a les 8 de la tarda, sense interrupció.

El període de presentació de candidatures serà: del 24 de març al 2 d'abril.

El període electoral serà: del 3 al 17 d'abril.

(Per votar, cal presentar el carnet d'usuari del Casal (color taronja).

Així mateix, en el taulell d'anuncis s'exposarà la relació dels candidats amb les fotografies corresponents.

ASSEMBLEA GENERAL ORDINÀRIA

El Dijous dia 26 d'abril a les 4 de la tarda, en primera convocatòria i a 2/4 de 5 de la tarda, en segona, tindrà lloc l'Assemblea General Ordinària del Casal Municipal de la Gent Gran. L'ordre del dia serà:

1. Lectura i aprovació de l'acta de l'Assemblea General Ordinària celebrada el dia 26 d'abril del 2000

1. Informe de la Presidenta

1. Modificacions en el Reglament de Règim Intern del Casal Municipal

1. Estat de comptes de l'any 2000, per part del Tresorer del Casal

1. Projectes per l'any 2000

1. Donar compte del resultat de les eleccions, ratificació de càrrecs, i model electoral

1. Precs i preguntes

H o r ò s c o p

● ARIES

Els assumptes emocionals i familiars cobren major importància en aquest mes. Sentiràs certa inclinació a participar en cursos de relaxació o meditació i voldràs compartir amb els teus aquests nous coneixements. Lo professional passa a segon lloc, però tot continuarà sota el teu control. La salut, sense problemes.

● TAURE

Saturn surt del teu signe el dia 20, el que significa que la teva vitalitat general experimentarà una gran millora. En el terreny de les finances viuràs una època d'equilibri: potser els ingressos siguin menors que en els mesos passats, però trobaràs el mode més profitós d'administrar-los. En l'amor, certes turbulències.

● BESSONS

Aquest és un mes especialment important ja que saturn entra en el teu signe el dia 20 i en ell es quedarà aproximadament durant dos anys. La seva presència pot que canviï la teva forma de veure la vida. Et faràs més disciplinat i menys donat a la complacència personal. També t'aportarà seguretat i molta confiança en tu mateix.

● CRANC

Les teves aspiracions espirituals es veuran posades a prova aquest mes, quan xoquin amb la realitat del món el que vius. En el terreny econòmic, tingues compta amb les qüestions de compra-venta, sobre tot si es tracta del teu habitatge. No és la millor època per adquirir una o vendre la que tens. La teva salut serà excel·lent.

● LLEÓ

En el terreny romàntic, la teva vida serà tan inestable com emocionant, gaudeix del vertigen i oblidat d'aconseguir, de moment, una relació estable. Et centraràs massa en el treball i en altres assumptes com per dedicar-te massa temps a l'amor. Les finances es veuen borrascoses, vés amb peus de plom

● VERGE

Es possible que durant aquest mes et sorgeixi l'oportunitat de realitzar un viatge. La salut segueix sent el teu punt dèbil. Et sentiràs esgotat i sense energies, però mentre no moderis el teu ritme de treball no solucionaràs aquest problema. En les teves mans està. Serà un moment excepcionalment bo per la teva vida amorosa.

● BALANÇA

Les majors satisfaccions te les donarà la teva parella, per la que et desvius completament. A partir del dia 6 la majoria dels planetes es situaran a la meitat superior de la teva carta, el que t'obligarà a prestar més atenció al seu treball. L'entrada de saturn a la teva novena casa indica una mudança o el desig de fer-la.

● ESCORPIÓ

Et relacionaràs amb persones socialment bastant influents i això et serà molt profitós pels teus objectius professionals. Gràcies a ells aconseguiràs contactes importants que t'obriran les portes a noves inversions o negocis. En l'amor les aigües estan una mica turbulentes. La salut va millorant.

● SAGITARI

Progressaràs en la consecució dels teus objectius, però els teus progressos es quedaran en res si et deixes portar per la precipitació i les presses. En el terreny sentimental, el caos camparà de nou a les seves amples i tu t'entossudeixes en convertir la nit, dia. Et sentiràs especialment creatiu durant aquest mes.

● CAPRICORN

La salut continua bona, però descansa i relaxat més fins el 20. Aquesta data serà important per a tu perquè Venus et farà avançar en el terreny professional i amorós. També el 20, Saturn deixarà Taure i entrarà en Bessons, el que et donarà claredat a l'hora d'encarar el teu futur. El mes acabarà en festes.

● AQUARI

L'amor, encara que seguirà estable, serà font de diferències i petites disputes perquè cadascú voldrà imposar el seu criteri i voluntat. Tracte de cedir i, en el que no puguis, intenta que el diàleg sigui la teva eina principal. La salut serà plena i tindràs tanta energia que semblaràs no rendir-te mai davant l'esgotament.

● PEIXOS

Bon moment per lligar caps solts, acabar projectes i començar una nova etapa. L'àmbit familiar gaudeix d'una envejable comunicació i seràs tu el portaveu. Serà un mes de riquesa social. Coneixeràs gent nova i t'inscriuràs a totes les reunions i festes. Serà l'oportunitat per reunir-te amb vells amics.

Racó dels poetes

"La meva casa"

Al Baix Camp,
i al bell poble de Cambrils
vaig néixer, un 8 de desembre
del mil nou-cents vint-i-sis.

Vaig néixer al carrer del Forn
número sis.
Ja tinc 74 anys
i tota la vida, he viscut aquí.

Més deixeu-me preguntar...
trobaríeu gaire gent
què ha la casa que van néixer
encara estiguin vivint?

Ara que la vida porta
canvis sovint i millors
jo mai he volgut anar-me
del meu petit carrer.

I la casa, la meva casa
que els meus avis, i els meus pares
tant la varen estimar.
Amb records bons... i no tant
que jo mai podré oblidar.

Pots visitar, molts indrets
fins hotels de 5 estels,
més com la casa estimada
encara no he trobat res.

És el meu millor refugi
quan cansada o angoixada,
de coses que m'han passat.
Es una gran alegria,
quan al voltant de la taula,
amb les persones que estimo
les festes hem celebrat.

Caseta meva estimada,
carreró del nucli antic,
finestra plena de flors,
com tu, jo no en trobo cap.

Maria Mas Lluch

"La Rosa y el Zagal"

En mi jardín sonriente
entre chorros de agua clara
de un hermoso rosal brotaba
una hermosa rosa roja,
casi aterciopelada.
Esa hermosa rosa roja
en su tallo presumía
porque al pasar por su lado
la gente se detenía
contemplando su color
y su aromosa fragancia;
tan ufana se sentía
que no se dignaba mirar
lo que a su alrededor crecía.
Pero un día muy ventoso
una ráfaga de aire
su tallo lo cimbreado
y sin querer en un momento
su mirada recorrió
contempló que a su alrededor
había infinidad de flores
de fulgurantes colores
que en arriates crecían
sin darles a ella importancia
ni envidiarles su hermosura
ni su aromosa fragancia.

Pero un buen día un zagal
de la rosa se enamorado
con astucia y osadía
a la rosa con cuidado
del tallo arrancaría
para dársela a su amada
el día de los enamorados.
El rosal siguió creciendo
y más capullos brotaron,
pero esa rosa encarnada
orgullosa y presumida
quedase para adorno
en un vaso olvidada
viendo como poco a poco
sus pétalos se caían
dejándola abandonada.

Josefa Mendo

Entreteniments

La física.

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

ALAMBIQUE
ATMOLISIS
CAMPO
CRIOGENIA
DICOISIMO
ELECTRON
FISION
FLUIDO
FOCO
FOTOLISIS
FUERZA
GEOFISICA
GRAY
GRUPO
IMAN
ISOTOPO
ISOTROPO
LIBRACION
MASA
MATERIA
MATERIAL
OPTICA
OSMOSIS
POLARIZAR
PROTON
PROTONICO
REACCION
SIMPATIA
SUBLIMAR
VACIO

Cruzada

Coloque en la cuadrícula las palabras siguientes:

11 LETRAS ADOLECIENDO	6 LETRAS ACORAR ACUOSO BRASIL INCITE	CULO CURA LOOR LOSA NETA PINO RARA SEIS
10 LETRAS RESALTANDO	5 LETRAS ARANA BALAR CEBRA	3 LETRAS APA DON DOS ECO OLA
9 LETRAS ENARBOLAR ONDULANDO	4 LETRAS AROS BONO CARA CASO	
7 LETRAS RECAUDE RESACAS TRANCAS		

12 DIFERENCIAS Enric III



Vivències de la gent gran

EL PROGRAMA TRENQUEM BARRERES I OBLIDEM LA SOLEDAT AL CASAL MUNICIPAL

El Servei Trenquem Barreres i Oblidem la Soledat avarca tres eixos d'actuació:

- Atén a disminuïts, per tal de desplaçar-los als centres d'educació especial o bé al Taller Ocupacionals, a Reus i Tarragona
- Cobreix el desplaçament de persones grans al Centre de Dia Baix Camp de dilluns a divendres, prèvia sol·licitud dels avis o familiars, atès que hi ha familiars que no poden portar als avis beneficiaris d'aquest servei, durant l'horari de funcionament d'aquest –de les 10 a les 19 h-. Aquest servei es cobreix amb dos tipus de transport el microbús municipal i les ambulàncies en el cas de que l'avi estigui impedit, i és a càrrec íntegrament municipal.
- També atén a persones grans major de 52 anys que assisteixen al Casal Municipal de la Gent Gran, que tinguin el següent perfil:
 - Que tinguin alguna incapacitat física/psíquica per poder anar amb els seus propis mitjans al Casal
 - Que resideixin allunyats del Casc Urbà (en urbanitzacions, masies,...) i no tinguin cap mitjà per desplaçar-se al Casal

L'objectiu d'aquest servei al Casal Municipal és:

- Integrar a la gent gran a les activitats generals del Casal.
- Alleugerir la càrrega familiar als cuidadors de la persona gran en cas de malaltia física i psíquica.

L'horari de funcionament és de 15'30 a les 19 hores, durant tot l'any, de dilluns a divendres.

El servei de transport compta amb un conductor i un acompanyant, i el servei de Casal compta amb una treballadora familiar contractada per l'Ajuntament.

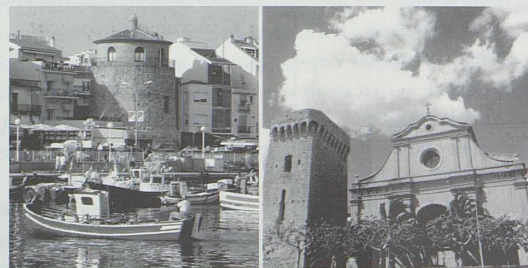
- Les tasques a desenvolupar per la treballadora familiar són:
- Controlar l'arribada i la sortida dels usuaris al Casal
 - Atenció als usuaris amb dificultats (acompanyar-los al lavabo, donar-los-hi berenar...)
 - Control de medicació durant l'horari de funcionament del servei
 - Animació del grup

On i a qui es sol·licita?

Les sol·licituds s'adreçaran directament a l'Ajuntament de Cambrils, per tal de poder gaudir d'aquest servei, especificant les necessitats i adjuntant la documentació adient que es comunicarà i demanarà al Departament de Benestar Social de l'Ajuntament de Cambrils.

Documentació a aportar:

- Sol·licitud adreçada al Sr. Alcalde-President de l'Ajuntament de Cambrils
- DNI del sol·licitant i beneficiari
- Informe mèdic del doctor de capçalera del beneficiari (facilitat el model d'informe per l'Ajuntament)
- Cartilla de la Seguretat Social.
- Fotografia de carnet del beneficiari



Porti Cambrils a la butxaca

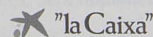
Visa Cambrils



Visa Cambrils

Porti Cambrils a la butxaca

"La Caixa" crea la Targeta Visa Cambrils. La primera targeta que dis
d'un est. Només has de triar una de les dues imatges que t'ofereix i la
modalitat de Visa que t'estima més: Visa Or, Visa Clàssic o Visa Electron.
A més, pel fet de ser titular d'una Visa Clàssic, et beneficiaràs de tots els
avantatges de les targetes financeres de "la Caixa". Ara, vagis on vagis,
ja pots portar amb tu la teua ciutat a la butxaca.



POTI - POTI FOTOGRÀFIC

