

LA VEU DEL CASAL

INFORMATIU MENSUAL



*De juliol sense calor,
gardeu-nos, Senyor!*

*Qui no es banya pel juliol
no es banya quan vol.*

nº187 juliol 2017



Carrer Tibidabo, 7- 08197 Valldoreix
Telf. 935 898 689
Correu elect. casal.avis@valldoreix.cat
www.avisvalldoreix.santcugatentitats.net

Les activitats que anem fent

Què pot fer un follet a l'estiu? Doncs anar a jeure sota un pi..., però, després d'una estona, el seu instint de follet el porta a investigar en el bosc. I el seu bosc és el Casal.

Llavors pensa: Què faran aquest estiu els amics del Casal?

Curiosament alguns socis/es també han volgut descansar sota un pi i ves per on els he sentit parlar entre ells.

Uns diuen que faran de "cangurs" perquè els fills encara treballen.

Més tard una Sra. comenta: - Al casal fan cinema cada dimarts, podríeu venir.

-Ah! I abans fan jocs o bingo"- diu una altra.

I una tercera: - Crec que es farà una sortida molt original el segon dijous: sardinada i anada a la platja (Tossa de Mar) i visita a una subhasta de peix a Blanes.

La conversa segueix:

-Podríem trobar-nos alguna tarda per jugar a la canastra...

- Al "Rumi" a mi m'agrada més- Opina una altra

-Doncs ja ho alternarem. Una altra diu: - La meua filla ve a passar uns dies amb la seva família però ja m'ho combinaré.

- I el ping-pong - algú exclama - ens ho passem d'allò més bé, ens desfem de l'adrenalina i guanyem agilitat.

-Sabeu que han fet un nou camp de petanca sota els arbres? I quin jardí més maco tindrem si tots hi col·laborem- sentència algú del grup.

Vet aquí que sense moure'm he fet el tafaner que és la meua feina i he fet honor al meu nom.

Follet Tafari



EDITORIAL

Ja som a ple estiu. Canvi de plans i nous projectes. Serà difícil coordinar amb els fills i combinar els dies i els horaris que normalment no saben fins l'última hora. A la fi tirem pel dret i organitzem el nostre estiu. El Casal resta obert per a les vostres trobades, jocs i iniciatives. Els aficionats al ping-pong no tindran problema d'horaris Tindrem cinema cada dimarts després dels jocs o bingo casolà per als que així ho vulguin. No es faran tallers fins al setembre o octubre d'acord amb els professors. Cal aprofitar el jardí ara que el tenim de més fàcil accés. La revetlla ho ha fet palès. El 13 juliol, com heu vist anunciat, farem una sortida original: sardinada i bany opcional a la Costa Brava, Tossa de Mar concretament. A qui no el tempti el "blau element" podrà passejar per aquest bonic poble o bé seure a la vora de la mar. Després de dinar per completar la sortida podrem veure la subhasta del peix, des d'una terrassa, a Blanes. El Casal us desitja unes

BONES VACANCES!!!

FILOSOFIA DE BUTXACA:

El temps és massa lent per als qui esperen,
massa ràpid per als qui temen,
massa llarg per als qui pateixen,
Massa curt per als qui celebren ...
Però per als qui estimen, el temps és etern.

HENRY VAN DYKE (1852-1933)

Escriptor de contes, poeta i assagista nord-americà.

"NOTA DE LA REDACCIÓ:

Agraïm els vostres articles i preguem us atengueu a les següents normes: Envieu-los amb el vostre nom a Secretaria, per correu postal (c/Tibidabo, 7 - 08197 Valldoreix), o mail a laveuinformatiu2017@gmail.com, indicant "Assumpte: article per a LA VEU". Els escrits no podran sobrepassar els 2.500 caràcters comptant els espais i sense imatges, o un màxim de 1.500 si s'hi han d'incloure imatges; línies mecanoscrites de mida 12 punts. Les fotos es reduiran a la mida convenient segons l'espai disponible. --El Casal es reserva el dret de reduir i d'editar els escrits. Termini màxim de recepció dels articles el dia 20 del mes corresponent."

tornarem després de l'estiu

Durant els mesos de juliol i agost no hi haurà sortida de VISITES CULTURALS. Us informarem puntualment de quan tornarem a gaudir d'aquesta activitat que durant aquest curs ens ha permès compartir amb un grup molt nombrós.

Tampoc durant aquests mesos hi haurà sortides a Teatre, però ja estem pensant en una bona programació per al setembre/octubre.

BON ESTIU A TOTHOM!

EN PROJECTE

S'està planejant una sortida musical per al **diumenge 13 d'agost**, al **Festival Internacional de Música de Solsona**. Es tractaria d'anar amb autocar, al matí, per arribar a la Catedral a les 12.30 h i assistir a un petit concert d'orgue i corda; després dinar, visitar la ciutat i cap a les 6 de la tarda anar a El Miracle (a mitja hora de camí) per a un concert de cambra, de 7 a 8 del vespre. En acabar tornar directe a Vallldoreix.

Quan se sàpiga tot més concret s'anunciarà en un cartell, al Casal i agraïrem ens feu saber el vostre interès.

Els viatgers que van anar al Volga aneu-vos preparant per a la **PANTOMACADA i CONCURS DE FOTOGRAFIES** que celebrarem el proper mes de setembre. Més informació a LA VEU d'agost.

IMPREMTA RÀPIDA DIVERSA
en paper, plàstic, fusta...

Llibres Revistes
Flyers
Triptics
Targetes i targetons
Records
Clauers
Llapis
Imants
Trofeus
Metacrilat
Expositors

Renodrac
Pg Ratapinyada 13
VALLDOREIX
93 589 38 12

Menjadores i caixes niu
www.RENODRAC.ES

Socis protectors

L'ÚNIC FORN ARTESÀ DE VALLDOREIX

BONAPARTE
PA i DOLÇ

Rbla. Mossèn Jacint Verdaguer, 21
08197 Vallldoreix

Tel. 93 315 30 10
www.bonaparte.cat

CONSELLS DEL PADRÍ I DE LA PADRINA

Per conservar millor l'arròs, macarrons i altres pastes, guardeu-les en un pot amb unes fulles de llorer.

Amb les fulles de llorer també podreu combatre les arnes posant uns branquillons de llorer dins de l'armari

Aquest mes, el padrí ha plantat tomaqueres al seu hort. A mesura que van creixent els surten uns brots que es diuen "xupons" o cavallers. El padrí els treu tots perquè xuclen la saba de la planta i la debiliten i en disminueixen la producció.

Ara us poso una endevinalla:

Una paraula de cinc síl·labes amb tres vocals i totes les lletres.

Bones vacances per a tots!

Antoni Mallol

RACÓ DE REFLEXIÓ

Estem tan lligats al nostre jo individual i personal que quedem cecs davant la magnificència que hi ha més enllà.

Quan el "jo", que és el meu ego, observa, veu solament allò particular i temporal i ignora l'universal, però quan el JO -ànima- observa, pot "veure i sentir" el flux de l'univers.

La interconnexió entre ambdós "jo" és el que fa possible que la vida sigui miraculosa, perquè llavors es pot percebre el flux de l'univers i aquest respon a les nostres intencions i fent possible allò particular i responent a les nostres peticions.

La millor manera de connectar amb el Ser superior que som, és la meditació (deixar la ment en silenci) per la qual cosa posarem la nostra observació en la respiració lenta i profunda cada vegada que un pensament de la vida quotidiana cridi la nostra atenció.

Jesús digué: "Demaneu i rebreu, truqueu i se us obrirà, perquè aquell qui demana rep i al qui truca li obren" (personalment tinc els meus dubtes que ens donin gat per llebre)

Rosa M Preckler

Parlem bé el català, que no costa gaire

No s'ha de dir

Peixar
Peladilla
Pelambrera
Peleiar
Pelele
Peleteria
Pelillarg
Pelirroig o pelirrojo
Pelma
Pelo (al)

Cal dir

Péixer
Ametlla ensucrada
Pelussera
Barallar-se, batre's
Ninot
Pelleteria
Pèl·llarg
Pèl·roig
Paparra, corcó
Com l'anell al dit, a tomb.



TALLER DE CATALÀ NOTA INFORMATIVA:

A fi que pugueu fer la vostra planificació, els llibres per al proper curs són:

MES	TÍTOL	AUTOR/A
octubre	EL MESTRE	Màrius Mollà
novembre	LES SEDUCCIONS DE JÚLIA	Màrius Carol
desembre	EL DIARI D'ANTONI GAUDÍ	Julià Bretos
gener	A RITME DEL TEMPS	Josep M Espinàs
febrer	PEDRA DE TARTERA	Maria Barbal
març	EL QUE ET DIRÉ QUAN ET TORNI A VEURE	Albert Espinosa
abril	EL JARDÍ DE L'OBAGA	Blanca Busquets
maig	LA VIDA QUE APRENC	Carles Capdevila
juny	PAISATGE AMB BOIRA	Carme Meix

Els infants del Ferran i Clua de nou

La Senyora Marta Puiggalí i les quatre respectives professores, el dia 16 de juny al matí, han estant rebudes per 18 voluntaris entusiastes. Després de les presentacions de rigor, els infants de 3r de Primària, de nou anys, s'han dividit en grups de 8. Han participat amb gran interès tant a les classes de dibuix i ceràmica, com en els jocs de ping-pong, billar, petanca i els jocs de taula: cartes i dòmino.

Aquest intercanvi ja és una tradició. Fa anys s'inicià i després d'una aturada, s'ha reprès amb èxit. Tenir entretinguts i actius aquesta colla, representa una àmplia organització i coordinació, ja que els 50 nens/es, han d'anar passant per les 6 classes i jocs. En conjunt, representa una experiència inoblidable per als nens que descobreixen el nostre Casal i activitats, així com

per als voluntaris "avis" que hi participem. Ens divertim i gaudim tots plegats. Veure l'interès que mostren i com els infants s'apliquen a les novetats, és sorprenent, ja que són com una esponja que ho absorbeix tot i ho transformen en creativitat.

L'objectiu d'aquestes trobades és, que a més que coneguin el Casal, també puguin transmetre l'experiència, als seus pares i avis. Per aquest motiu se'ls lliuren els dibuixos i la ceràmica, a fi que s'ho emportin a casa i els mostrin.

És d'agrair als 18 voluntaris que, malgrat la calor, han dedicat el millor d'ells rodejats d'aquest bé de Déu. Ens ho hem passat magníficament, com es pot veure a les fotos d'Arturo, on estem tots plegats amb cara de felicitat.

Emili



VEDELLA AMB SALSA DE TONYINA

Ingredients per a 6 persones:

1 quilo aproximadament de tall rodó d'espàtlla de vedella en un tros, 1 tija d'api, 1 ceba, 1 pastanaga, 1 porro, 1 tros de nap, 1 tros de xirivia, 1 fulla de llorer, 1 os petit de vedella, 400 cc. de vi blanc, sec.

Per a la salsa: 1 llauna de tonyina ben blanca, amb oli d'oliva, 85 gr. escorreguda, 7 filets d'anxova amb oli, 3 cullerades de suc de llimona, 2 rovells d'ou, 150 cc. d'oli. 100 cc. de brou de coure la carn, 1 cullerada de tàperes.

3 ous durs, 1 cullerada de tàperes.

Salpebreu la carn, lligueu-la perquè no perdi la seva forma, i deixeu-la reposar.

Poseu una olla o cassola on hi càpiga just la carn, 1.200 cc. d'aigua, afegiu-hi les verdures tallades, la fulla de llorer i l'os de vedella, poseu-hi sal, i deixeu que bulli uns 30 minuts afegiu-hi la carn lligada i el vi, tapeu-ho i coeu-ho a foc suau durant una hora aproximadament o fins que estigui cuïta. Quan la carn estigui al punt, retireu-la de la cassola i seguidament coleu el brou. Poseu la carn en un recipient

que pugui quedar coberta pel brou. Deixeu-ho reposar unes hores fins que la carn estigui completament freda. (fins aquí es pot fer el dia abans)

Mentrestant, confeccioneu la salsa: Poseu en el recipient de la batidora, la tonyina, els filets d'anxova, el suc de la llimona, els 2 rovells i una cullerada de tàperes. Bateu-ho anant-hi tirant l'oli, com si féssiu una maionesa, afegiu 100 cc. del brou de coure la carn, trebal·leu-ho tot junt fins deixar una salsa consistent i cremosa.

Retireu la carn del brou, deslligueu-la i tal·leu-la a talls d'1 cm de gruix, col·loqueu-los escalonats damunt d'una plata. Cobriu-los amb la salsa preparada. Deixeu-la reposar tapada unes 2 o 3 hores en un lloc fresc.

Abans de servir-la, rodegeu-la amb rodanxes d'ou dur, i repartiu la cullerada de tàperes.

Mercè



Rose Marie de les tres ces “Colmado” Víctor, Cau Amic i Casalet



Rose Marie Marquès, naix el 1946 a la ciutat francesa de Lyon, i com molts de nosaltres, per casualitat, va aterrar a Valldoreix, on ha arrelat i on ha esdevingut sens dubte un dels personatges més populars i estimats. Arriba el 1963, quan Valldoreix, segons ella: “era poca cosa més que una urbanització amb vocació de poble, amb torres escampades arreu”.

El “Colmado” Víctor. Va ser el primer establiment de queviures de Valldoreix (1929). Pertanyia al seus sogres, i després el van regentar la Rose Marie i en Víctor, fins l'any 2006. A Valldoreix per aquella època les botigues eren petites i la majoria de la població eren estiuejants, i tant la Rose Marie com el Víctor eren molt coneguts i ells coneixien a tothom.

L'Escola Bressol i el Ferran i Clua. Membre de la fundació de l'Escola Bressol a l'època del batlle Sr. Martínez i col·laboradora des de l'AMPA amb l'escola

Ferran i Clua, lluitant per a tenir la millor escola pública del municipi.

El Casal d'Avis. Rose Marie, n'és cofundadora. Creat al 1994, a instàncies del batlle Francesc Orús, el primer president fou el Sr. Monfort. Des d'aleshores Rose Marie sempre ha col·laborat amb el Casal. A la Festa de Nadal obsequiava amb lots que confeccionaven amb l'ajuda dels alumnes de 8è de l'escola i veïns (p.ex. Paco Vidosa o Teresa Face-ries) que feien els seus donatius (veïns que han esdevingut membres del Casal). A l'actualitat segueix col·laborant generosament sempre que se la requereix.

El Casalet. Rose Marie i la seva filla Sònia, en tancar el “Colmado”, es van fer càrrec d'El Casalet, local emblemàtic del poble. D'això ja fa uns quants anys. De tothom és conegut l'ambient, l'adient servei, i la qualitat reconeguda. Acull els pares mentre els infants juguen a la plaça.

→

El Cau Amic, Ass. Protectora d'Animals. La Rose Marie, dona vital i emprenedora, amant dels animals. Degut a la manca de protecció oficial, gossos i gats es trobaven abandonats, en particular després de l'estiu. Per iniciativa de Rose Marie davant la problemàtica, conjuntament amb les companyes Carme Llompart, Mercè Carreras i Montse Vilaret, donaven refugi als animals on podien. Fou gràcies a la Montse Turu (voluntària d'El Cau Amic) qui en arribar a la

presidència de l'EMD cedeix un terreny a "El Cau Amic", a l'extrem sud de Valldoreix. Actualment hi troben refugi bastants gossos. Tanmateix, en aquesta admirable tasca, tenen cura, juntament amb veïns voluntaris, de les colònies de gats abandonats. Compten amb els veterinaris de la zona per a protegir els animals.

Emili

TALLER DE MÚSICA



Com a cloenda de les **TARDES MUSICALS** que al llarg de la temporada ens han anat oferint, en Josep M Romaní ens ha presentat un concert de primera. Han actuat **Daida Cabanas**, (neta del poeta santcugatenc Miquel Cabanas) i en **Pere Codó**. Especialment emocionant quan han interpretat **Nit Estelada** que el poeta va compondre en homenatge a la seva dona ja morta. Cal dir que l'Anna Miquel i l'Eduard Araujo, ens han llegit unes poesies del mateix poeta. Una tarda per no oblidar.

Cal destacar l'esplèndida feina feta pels responsables del taller de música, en **Josep M Romaní** i en **Josep M Castelló**, així com la col·laboració de l'**Eulàlia Gudiol** i l'**Anna Miquel**. Felicitats per aquesta deliciosa temporada musical. Els que no en sou habituals i us agrada la música, us esperem la temporada propera. Segur que la gaudireu.



SARDINADA i Platja a la Costa Brava

Sortida des de Valldoreix a les 8:00 h di-recció al Maresme, a Tordera per esmorzar, típica sardinada, sardines a la brasa, pa amb tomàquet i embotits de la zona. Aigua, vi, cafè.

En acabar anirem a Tossa de Mar, pobla-ció emblemàtica de la Costa Brava, casc an-tic amb carrers plens d'animació, botigues, etc..., no hem d'oblidar el casc antic, part de la població dins de muralles, d'un encant especial, per als que vulguin podran gaudir d'unes hores de platja. A les 13:15 h, tor-narem al restaurant per a dinar el següent menú:

**Pica-pica, embotit, patates, croquetes
Amanida catalana**

Pollastre i botifarra a la brasa amb guar-nició

Pa, vi, aigua

Copa de cava. Cafè i gotes, infusió

Rere aquest bon àpat anirem a Blanes, on podrem passejar pel seu passeig marítim fins arribar al port on, si puguem al Restau-rant de la llotja, podrem veure des de la seva terrassa la subhasta del peix. A les 18:15 h viatge de retorn a la nostra població.

Sortida: 13 Juliol 2017



Preu per persona: 38 €

Casal d'Avis de Valldoreix

L'exercici físic

QUAN PODEM PRACTICAR-LO?

Estar en forma significa utilitzar totes les oportunitats que es presenten al llarg del dia per practicar moviments. Fins i tot quan estem drets a la cuina o a la parada del metro podem, mitjançant exercicis senzills, fer quelcom per la mobilitat o per enfortir i relaxar els músculs.

Per exemple, podem respirar profundament, canviar el pes d'una cama a l'altra, aixecar i abaixar els talons, seure amb l'esquena recta o exercitar els dits de les mans o els peus.

QUI POT FER EXERCICI FÍSIC?

L'entrenament físic produeix beneficis a totes les edats; també a les persones més velles, que són les més fràgils. Per tant, totes les persones hem de practicar exercici, sempre adequat a les nostres possibilitats, perquè estiguem sempre tan físicament actius com puguem.

Deixem, però, que a partir d'ara parlin els dos protagonistes d'aquests consells, la Salut i en Pau:



La Salut



En Pau

Ells ens ensenyaran a moure el cos de la manera més saludable. Qui millor que els mateixos protagonistes per ensenyar-nos com ens hem de moure.

Al llarg d'aquest llibre, la Salut i en Pau ens expliquen diferents exercicis que fan en les seves sessions, per tal que els pugueu fer vosaltres mateixos, pel vostre compte, a casa. També ens recomanen una sèrie d'exercicis per practicar i gaudir a l'aire lliure, tant a la platja com a la muntanya.

tot passejant...

LES PASSEJADES DE LA CARME I L'ISIDRE

Passejada per Valldoreix (6 de juny)

Bonic i ombrívol el camí pel bosc fins l'aula de natura de l'escola La Floresta. Però molt assolellada l'anada cap a ca n'Abadal on hem donat fi a la passejada. Només 6 valents han arribat al castell de Canals.



masia ca n'Abadal



Amb la darrera passejada del dia 20 a la Font de Can Barba, ens acomiadem fins a finals de setembre, si no fa calor...!

Fins aviat!



el comerç de proximitat col·labora amb el casal

Socis protectors



Llic. B.A. Pinto

**FARMÀCIA
VALLDOREIX**

OBERT TOTS ELS DIES DE L'ANY

Laborables **Dissabtes i festius**
de 08:30 a 22:00 h **de 09:00 a 22:00 h**

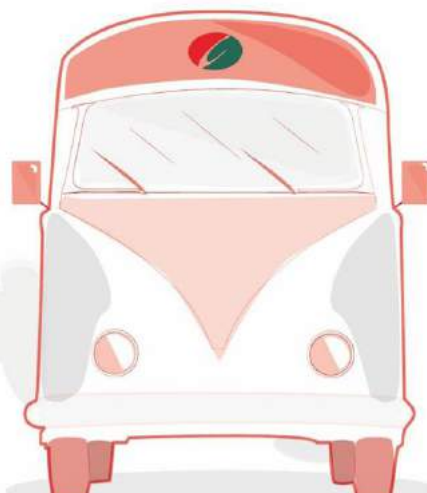
C. Església, 3 · 08197
Sant Cugat del Vallès - Barcelona
T. 93 674 28 71
farmaciavalldoreix@hotmail.com

**EL
RACÓ
DEL
PA**



T. 93 675 99 00

Av. Mas fuster 2, Valldoreix
elracodelpa.vdx@gmail.com



SERVEI A DOMICILI

936 743 534*

PLAÇA MAS ROIG

*CONSULTA CONDICIONS



Condis
Valldoreix

SETMANA DE LA GENT GRAN A VALLDOREIX



EXPOSICIÓ DE FOTOGRAFIA AVIS D'AHIR, AVIS D'AVUI

Es convida a tots a participar en l'exposició de fotografia
"Avis d'ahir, Avis d'avui",

a presentar-se durant la Setmana de la Gent Gran a Vallldoreix, del 2 al 8 d'octubre 2017

Inauguració dilluns 2 d'octubre a les 17 hores.

Sala Gran del Casal d'Avis - Carrer Tibidabo 7, 08197 Vallldoreix
Informació: Telèfon 93 589 86 89.

BASES DE PARTICIPACIÓ

TEMA:

Mitjançant testimonis fotogràfics volem evidenciar com eren els nostres avis i com són els d'avui. S'estima de molta importància la possibilitat que els participants puguin presentar fotografies corresponents a diferents generacions o que les fotografies aportin dades interessants respecte la vida quotidiana, diversions, treball, etc., sobretot en relació als nets.

FORMAT:

Còpies de fotografies o composicions (amb dues o més fotografies), en color o en blanc i negre, amb una mida aproximada de 21 x 29 (DA4, indistinta orientació). Les fotografies seran exposades tal i com siguin presentades i amb el nom del participant, prèvia selecció del comitè.

PARTICIPACIÓ:

Hi podran participar tots els que ho desitgin. Cada participant podrà aportar un màxim de 4 fotografies (o composicions), en el format establert. Un comitè escollit per a l'ocasió farà la selecció de les fotografies que formaran part de l'exposició i posteriorment de l'arxiu fotogràfic del Casal d'Avis.

LLIURAMENT DE FOTOGRAFIES:

Cada participant lliurarà a la Secretària del Casal les fotografies en un sobre tancat, dirigit a la Comissió Exposició de fo-

→

tografia “Avis d’ahir, Avis d’avui”, amb el nom, cognom, adreça i telèfon de contacte. Les fotografies no seleccionades seran tornades als seus propietaris abans de l’exposició. Cada fotografia haurà d’estar degudament identificada amb les dades del participant i amb una nota explicativa del contingut (noms, relacions, llocs, anys, o d’altres).

Data límit de lliurament de fotografies: 5 de setembre 2017.

ALTRES CONSIDERACIONS:

Segons el volum de participació en la mostra, la importància i la qualitat de les fotografies exposades, s’estima la possibilitat de fer un document imprès on quedi constància dels aspectes més rellevants de l’exposició.

La participació en l’exposició **AVIS D’AHIR, AVIS D’AVUI, Valldoreix 2017**, suposa l’acceptació d’aquestes bases.



Entitat Municipal de
Valldoreix



TAPA'S ROAD



Tel: 936 752 040
tapasroad@hotmail.com

Rambla de Mossèn Jacint Verdaguer, 55
08197 Valldoreix, Sant Cugat del Vallès

Tancat diumenge



Menú: 9,25 €



CAMPIONATS DE PRIMAVERA 2017

33è ANIVERSARI CASAL D'AVIS

PETANCA

PRIMERS: PACO VERDEJO
JOSEP GERHARD
EMILI WALIÑO



ESCACS

PRIMER: FÈLIX MESTRES
SEGON: JUAN CARLOS ONCHALOS
TERCER: JORDI PELLICÉ



BILLAR

PRIMER: ENRIC SÁNCHEZ
SEGON: FÈLIX MESTRES
TERCER: JUAN CARLOS ONCHALOS

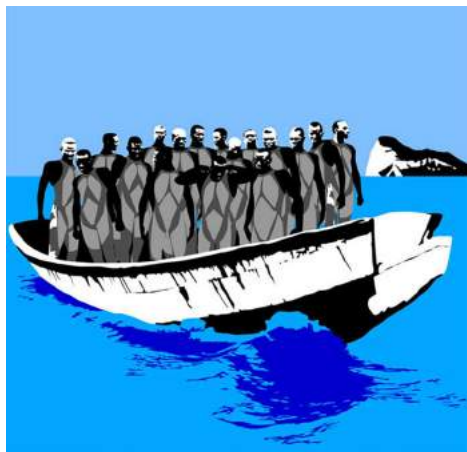


DÒMINO

PRIMERS: JUAN CARLOS ONCHALOS – RICARD CLUET
SEGONS: JORDI PELLICÉ – REGINA LLÀCER
TERCERS: ANTÒNIA LÓPEZ – MERCÈ GASPÀ



REBOMBORI



REFUGIAT

Home, tu que vens
d'un mar de sang roja,
tu que vens
d'una casa desfeta,
tu que vens
d'una família segmentada...
estires els braços
des d'una barca ofegada.

Tu que vens
d'un camp de fam,
i portes una roba que no tapa
la pell de gallina de l'horror.

Tu que vens
d'un mur invencible
que s'alça ferm
amb una tristesa immensa.

Tu que vens
d'una llàgrima que quan cau
reflecteix records amargs.

Vull que sàpigues
que quan arribis aquí
un cor sencer
t'acollirà!

Genís Llançó

el comerç de proximitat col·labora amb el casal

Socis protectors

organitzem actes privats i celebracions familiars
garantint una atenció personalitzada,
al Casalet pensem que cada esdeveniment és únic i especial



els laborables gaudeix del nostre menú

el casalet

cuina casolana mediterrània
carrer de sant albert 3 • 93 675 10 55 • 08197 valldoreix

**BAR
RESTAURANTE
Angel**



Menús de lunes a viernes
Sábados gran surtido de tapas

Mossèn Cinto Verdaguer, 13 • 08197 Valldoreix • 93 674 11 29

la veu del lector

Envieu-nos les vostres cartes amb el vostre nom i número del DNI, a **Secretaria**, per **correu postal** (c/Tibidabo, 7 - 08197 Vallldoreix), o **mail** a **laveuinformatiu2017@gmail.com**, indicant "**Assumpte: cartes a l'Informatiu**". Els escrits no podran sobrepassar les **15 línies mecanoscrites de mida 12 punts**. Les fotos es reduiran a la mida convenient segons l'espai disponible. --El Casal es reserva el dret de reduir i d'editar les cartes que ho requereixin.

Nostàlgia i imprudència

Que se n'ha fet de la nostra pça. de trobada amb els amics? A quin arquitecte se li ha acudit dissenyar una pça. amb un vèrtex imprudent que pot causar greus accidents de moto, bicicleta o vianant a peu? Increïble! També increïble que s'elimini un parc infantil (encara que poc concorregut perquè així és Vallldoreix) a l'avg. Mas Fuster per a deixar-lo muntanya pelada amb un absurd passadís que travessa fins la carretera...

Oriol G.

Potser no sabeu que a Vallldoreix tenim un equip de "handbol" (**HANDBOL VALLDOREIX**) que reuneix uns joves esportistes molt entregats. Els podeu animar i aplaudir quan juguen els seus partits al Pavelló del costat de l'escola Ferran i Clua (crec que no se'n fa ni poc ni gens de ressó i valdria la pena, perquè l'esport és el millor per a l'educació dels nostres joves). Demanaria a l'EMD no els abandoni!

A. Gironès



Un viatge amb mala sort

Des d'aquí vull donar les gràcies a tots els amics que des del vaixell que ens duia pel Volga van estar pendents de la meua salut i demano disculpes per la meua ingratitud, deguda a una mala experiència en un hospital on ni tan sols hi havia ningú que parlés la meua llengua i en el qual em vaig sentir segrestada i va ser molt dur; en arribar al vaixell no em veia capaç d'atendre les mostres d'afecte dels amics però des de l'hospital la sensació de suport de tots ells em va ajudar molt.

No ho puc canviar, però m'alegro que per a la majoria fos un viatge esplèndid. En el proper viatge l'únic metge en qui confiaré serà el nostre estimat Ricard Cluet!

Montse Roura

CINEMA FAMILIAR - dimarts a les 18.00 h



dia 4:

EL CLUB DE LOS POETAS MUERTOS

En un elitista i estricte col·legi privat de Nova Anglaterra, un grup d'alumnes descobrirà la poesia, el significat del "carpe diem" -aprofitar el moment- i la importància vital de lluitar per aconseguir els somnis, gràcies al Sr. Keating, excèntric professor.

dia 11: **CONTRATIEMPO**



Un jove i reeixit empresari, desperta a l'habitació d'un hotel al costat del cadàver del seu amant. Acusat d'assassinat, decideix contractar els serveis de Virginia Goodman, per tal de trobar un dubte raonable que el lliuri de la presó.

dia 18: **CAPITÁN PHILLIPS**



L'any 2009, en aigües internacionals a 145 milles de la costa de Somàlia, el vaixell de càrrega "Maersk Alabama", comandat pel capità de la marina mercant nord-americana, Richard Phillips (Tom Hanks), va ser abordat i retengut per pirates somalis.



dia 25: **LEYENDAS DE PASIÓN**

William Ludlow (Anthony Hopkins), un coronel abandonat per la seva dona, ha criat els seus tres fills en el seu gran ranxo de Montana. La Primera Guerra Mundial (1914-1918) i una bella dona canviaran la destinació de tots ells per sempre.

Calendari d'activitats no fixes del mes de juliol



Dissabte 1: a les 17:00 hores celebració de la Festa d'aniversaris pels nascuts a l'abril, maig i juny. Com sempre és sorpresa, però avancem que hi haurà una part que ens farà riure i un concert de piano que segur ens agradarà molt. Després rifa i berenar.



Diumenge 2: a les 19 h, al Casal de Cultura de VDX el grup de Teatre Espiral creixent presenta l'obra **ROCUI i el mar dels invisibles**.

Dijous 6: a les 18.00 h al Casal, xerrada sobre "Protecció sènior" de La Caixa.

Dijous 13: a les 8:00h al Casal d'Avis, Excursió a la Costa Brava - sardinada. (Veure excursió d'un dia, pàg 11)



Tots els divendres de juliol, a la Pça. del Casal de Cultura, hi haurà CINEMA A LA FRESCA, organitzat per l'EMD. →



Calendari d'activitats fixes del mes de juliol

Dilluns

Dies 3-10-17-24-31

A les 10.00 h Ioga, amb Eulàlia Gudiol (3-10)

A les 16.30 h Tarda lúdica.

A les 18.00 h Ping-pong.

A partir de les 16.30 servei de fisioteràpia a hora convinguda amb Secretaria.

Dimarts

Dies 4-11-18-25

A les 17.00 h Jocs dirigits amb Montse Julià.

A les 18.00 h Cinema familiar

Dimecres

Dies 5-12-19-26

A les 16.30 h Perruqueria

A les 16.30 h Ping-pong

A les 16.30 h Tarda lúdica.

Dijous

Dies 6-13-20-27

A les 16.30 h Servei de perruqueria

A les 16.30 h Ping-pong.

Divendres

Dies 7-14-21-28

A les 9.30 h Informàtica i mòbils amb Montse Roura (lliure per a tothom que hi estigui interessat)

A les 16.30 h Tarda lúdica.

A les 16.30 h Ping-Pong

A les 16.30 h Podologia (14-28)

Dissabte

Dies 1-8-15-22-29

A les 11.00 h Petanca



Aquest estiu el casal convida els socis a gaudir del jardí posterior, amb mànega inclosa per a remullar-se si ve de gust!

Serà agradable quedar amb els amics per a prendre un refresc o berenar fruita fresca (sindria, meló...)

Recordeu que totes les tardes son lúdiques, és a dir que podeu utilitzar el ping-pong tots els dies (excepte si hi ha algun acte), o el billar, mirar la tele de la sala d'entrada o fer jocs de taula.



Horari d'estiu

Juliol de 16.30h a 20.30 h

Agost de 16.30h a 20.30h

Del 7 al 20 tancat per descans estiuenc

ELEGIA

Les migdiades quan s'acluca el sol,
i les gotes rellisquen dins la fulla,
i cada clot se torna un bassiol
on s'hi miren la menta i la *cabrulla.



quan l'aigua salta i balla pel camí
i jeu enterbolida la muntanya,
aleshores voldria prop de mi,
l'amor asserenat d'una companya.



Estaríem quietes, ni dol ni antull,
vindria a capficar la calma nostra,
jo llegiria un llibre: en tombar un full,
per un moment li esguardaria el rostre.



Fóra encerclada d'aire com un vel,
la mirada a l'atzar, la boca muda,
daurada com el boll i com la mel:
un llessamí dins de la mà menuda.



Això és mon pensament,
si per l'espai tomba la pluja pàl·lida i lleugera;
això tan dolç que no ha de venir mai,
i cada dia l'ànima ho espera.

Cançons d'abril i de novembre
Josep M de Sagarra juliol 1915

*Cabrulla= trèbol pudent



Amb la col·laboració de:

