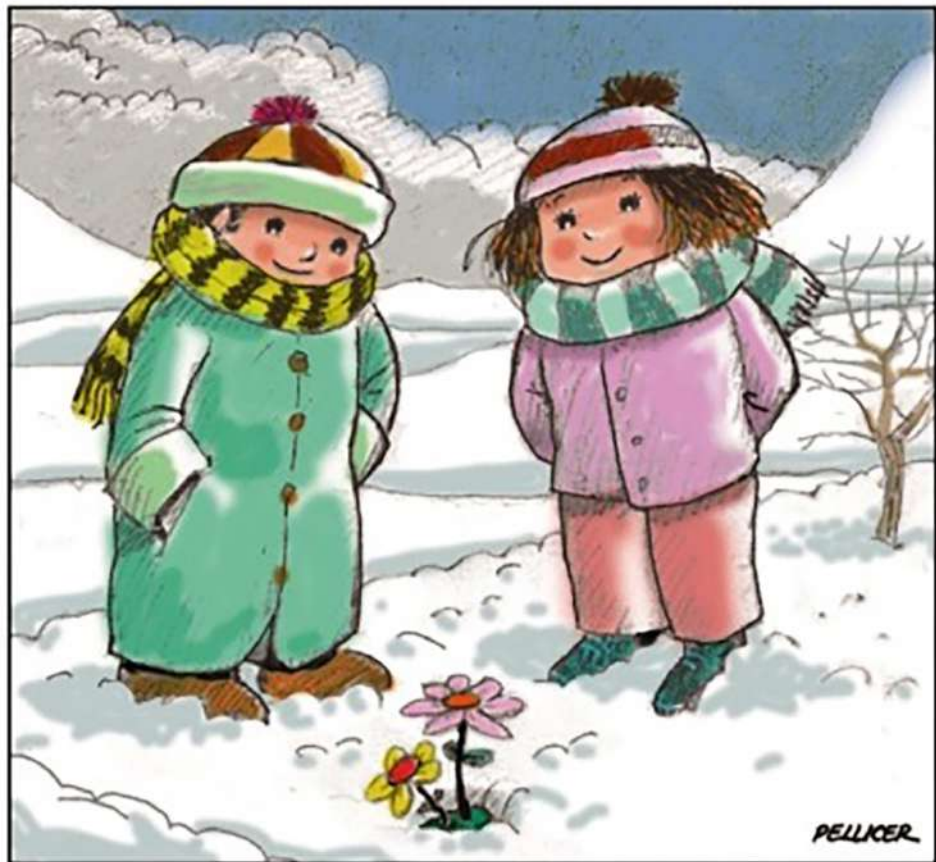


LA VEU DEL CASAL



INFORMATIU MENSUAL



nº 195 març 2018



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

CURIOSITATS

Avui és dia de Carnestoltes i com que no necessito disfressa perquè sempre la porto a sobre, aniré al Casal i passaré desapercebut enmig de tots. Trobo primer una senyora molt maca amb una perruca rosa i unes galtes pintades de vermell. No era aquest matí amb els de la petanca?, m'ha costat reconèixer-la.

Arriba un mexicà amb el seu "sarape" i la seva tieta Sherlock Holmes amb la seva gavardina gorra i pipa. Són les nostres incondicionals Tereses.

Ara veig una pageseta estrangera amb el seu barret de palla i el mocador per al sol amb el seu etern somriure.

He vist una altra noia amb perruca i la confonc amb la primera però aquesta va amb disfressa completa i no para de ballar. Al seu costat hi ha un cowboy que es cuida de la música que comença a sonar.

Una parella russa, si més no, pels seus casquets autèntics.

Dues noies molt ben maquillades amb dues orelles com Mickey han preparat el berenar i reben la gent. S'obre la porta i arriba la Vilma: perfecta disfressa molt treballada, fins i tot el cabell recollit amb un os de petit dinosaure. Digna de premi.

Ara ve un casteller "of London" que no té por de caure. Té la solució amb la perfecta infermera molt ben disfressada de dalt a baix.

La rua es tanca amb una noia de cabaret i una turista.

Després de la xocolata amb melin-

dros toca ballar: congues improvisades, balls de coordinació, balls amb moviments, lambada i fins i tot el tango.

Els que ballen s'ho passen molt bé i també els que s'ho miren, l'alegria s'escampa per la sala.

Crec que s'ha de felicitar els que ho han organitzat i també els que han contribuït a l'animació que no ha decaïgut en cap moment. Moltes gràcies!

Passi-ho bé fins l'any que ve...

Follet tafaner

Soci protector

EDITORIAL

Encara que estem a ple hivern ja s'albira la nova estació de la primavera.

Així ens ho fan saber uns arbres, uns arbres atrevits i valents. Els ametllers i les mimoses s'han guarnit amb els seus millors vestits: les seves flors són una meravella, una repetida esperança.

Seguim doncs la mostra natura que així ens ho ensenya, seguim caminant i no perdem la il·lusió.

El Casal ja torna a programar sortides i viatges, per cert, molt ben rebuts pels socis. I és que ja ho trobàvem a faltar.

Tornarem a treure el nas per la geografia catalana: Tarragona romana, Vilars rurals d'Arnes (Horta de St. Joan) i al juny: l'estranger, aquest any: Polònia.

Passejarem junts descobrint noves cultures i coneixerem més el nostre petit i dissortat país: Catalunya.

Siguem positius, cal que neixin flors a cada instant...

EL DRET A MORIR DIGNAMENT

Millor preveure-ho

Ja se sap, no ens agrada, pensar en coses desagradables i menys quan es tracta de la mort. Per tal d'evitar patiments innecessaris arribada l'hora, cal prendre decisions a temps i no amagar la realitat.

L'Associació del Dret a Morir Dignament, després de la conferència que ens van fer l'any passat, s'ha ofert a venir al Casal, el divendres 16 de març, a les 18.00 h, per a fer un taller perquè totes les persones que hi estiguin interessades puguin omplir el seu Document de Voluntats Anticipades (DVA). El Document imprès i l'activitat s'ofereixen gratuïtament a tots els que hi vulguin participar.

"El DVA (també dit Testament Vital) és un document on hi fas constar les teves preferències sobre les cures i tractaments que vols rebre o rebutjar quan no puguis expressar-te personalment. El DVA no té validesa mentre la persona pugui expressar-se, i es pot modificar en qualsevol moment".

Evita discrepàncies familiars o mèdiques.

Si voleu fer la tramitació cal que porteu

- el DNI Original
- número de mòbil o de telèfon fix
- Dades de la persona que volem que sigui el nostre representant. No cal portar el seu DNI però hem de saber el seu nom i cognoms, número de DNI, domicili, població i número de telèfon.

Visites culturals



LITA CABELLUT – RETROSPECTIVE, DIA 13 DE MARÇ

Lita Cabellut és una artista fèrtil, amb una abundosa obra que s'ha anat nodrint des que tenia només 15 anys i va descobrir la pintura al Museu del Prado de la mà de la seva família adoptiva. En aquesta exposició presentem una mostra que resumeix els darrers 10 anys de creació.

Un recorregut, doncs, per algunes de les sèries més significatives que han acompanyat les reflexions d'una de les artistes més significatives del panorama artístic internacional contemporani.

Lita Cabellut és una artista l'obra de la qual depassa els límits de la pintura convencional. Determinada, lliure, de caràcter fort i apassionada, Cabellut defensa una pintura desvinculada de les directrius que marquen el mercat artístic. Per ella l'art ha d'estar per sobre de tot això i l'artista ha de ser totalment lliure perquè només d'aquesta manera es pot aconseguir l'art per l'art.

Per la seva condició de dona, així com per les seves circumstàncies vitals, Cabellut defensa la seva profunda connexió amb el gènere femení, fet pel qual gran part de la seva obra gira al voltant de la condició de gènere.

Treballa amb llenços de grans dimensions i amb una paleta del tot estudiada i personal, i és que els seus colors, com la seva obra, són intensos i temperamentals, així com el tractament de la factura, matèrica i voluptuosa. Cal destacar que, tot i que també fa servir l'oli, moltes de les seves pintures estan realitzades amb la tècnica de la pintura al fresc.

El preu de la visita guiada és de 5 €. Ens trobarem a l'estació de Valldoreix a les 10:30.

EN PROJECTE:

Us convidem a descobrir la Llotja de pescadors de Barcelona: un lloc desconegut per molts, on es manté el respecte per un treball d'antany que s'ha anat modernitzant sense perdre la seva essència. Una zona d'enllaç entre terra i mar, situada en un entorn privilegiat i fascinant, el barri de la Barceloneta, en ple cor de la ciutat.

Seria el dia 24 d'abril a les 15.30 h, i pensem que, tenint en compte l'horari, podríem dinar a la Barceloneta i després participar en la subhasta del peix, objectiu principal de la visita. Ens fan un preu especial: 10 €

Esperem que ens mostreu el vostre interès per tal de fer la reserva.



CONSELLS DEL PADRÍ I DE LA PADRINA

Quan la padrina fa puré de verdures, de tant en tant hi afegeix unes culle-rades de flocs de civada. Donen molt bon gust al puré i al mateix temps són un complement alimentari.

Aquest mes ja es va allargant el dia i tenim més hores de sol. Convé revisar el nostre sistema de reg per tenir-lo preparat i que les plantes del nostre hort no pateixin set.

Ara una dita:

Març, marçot, mata la vella a la fora del foc i la jove si pot.

ATENCIÓ: abrigueu-vos bé!

Antoni Mallol

RACÓ DE REFLEXIÓ

Teresa de Jesús digué de la imaginació que era la boja de la casa i realment aquesta frase amaga tota la veritat d'aquest instrument mental que ens ha estat donat.

Necessitem ser els amos de la nostra imaginació i no permetre que camini al seu aire fent-nos pensar qualsevol bajanada, tant referent a fantasies de por, com d'il·lusions sense sentit, perquè, en cada moment de la vida, passarà allò que Déu ens tingui destinat i no per molt donar-hi voltes en pensar/imaginar, canviaran les coses. Si fins els cabells tenim comptats! De què serveix passejar-se per la ment patint i imaginant futuribles de colors o núvols negres?

Descansar en l'abandonament de l'impredictible amb confiança i pau igual que el nen descansa, sense pensar, en els braços de la mare.

Sant Joan de la Creu en les seves "Cançons de la nit fosca de l'ànima" va escriure:

"Quedéme y olvidéme
el rostro recliné sobre el Amado
cesó todo, y dejéme
dejando mi cuidado
entre las azucenas olvidado"

Rosa M Preckler

el comerç de proximitat col·labora amb el casal

Socis protectors



Llic. B.A. Pinto

**FARMÀCIA
VALLDOREIX**

OBERT TOTS ELS DIES DEL'ANY

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

C. Església, 3 · 08197
Sant Cugat del Vallès - Barcelona
T. 93 674 28 71
[farmaciavallldoreix@hotmail.com](mailto:farmaciovallldoreix@hotmail.com)

**EL
RACÓ
DEL
PA**



T. 93 675 99 00

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

TAPA'S ROAD

Tel: 936 752 040
tapasroad@hotmail.com

Rambla de Mossèn Jacint Verdaguer, 55
08197 Vallldoreix, Sant Cugat del Vallès
Tancat diumenge

Menú: 9,25 €

Parlem bé el català,

No s'ha de dir

Pluma
Plumilla
Plusvalia
Poc més o menys
Pòcima
Poderiu
Poetissa
Poguer
Polea
Polilla

Cal dir

Ploma
Trempe
Plus-vàlua
Si fa no fa, mica més mica menys
Apòzema, beuratge
Poder, potestat
Poetessa
Poder
Politja
Arna

TALLER DE CATALÀ

DIA 7	Comentari del llibre “EL QUE ET DIRÉ QUAN ET TORNI A VEURE” d'Albert Espinosa
DIA 14	CELEBRACIÓ DEL DIA DE LA DONA Xerrada a càrrec de Pilar Mercadé Nubiola
DIA 21	Dictat comentat i exercicis sobre el dictat
DIA 28	VACANCES DE SETMANA SANTA

FILOSOFIA DE BUTXACA

“El dolor per fort que sigui, es pot suportar millor si estem convençuts que amb el temps ens curarem. La pitjor calamitat és tolerable si creiem que passarà. L'angoixa més penosa s'alleuja tan aviat com la tranquil·litat està a la vora”

BRUNO BETTELHEIM PSQUIATRE AUSTRIAC (1903 1990)

TINGUEM CURA DEL NOSTRE COS

- Quan treballem les cervicals, no inclinem el cap massa enrere. Podem decantar el cap de manera lateral mantenint la posició una estona, notant com s'estiren els músculs del coll. És important que fem aquest tipus d'exercicis asseguts, per si ens maregem.



- Quan recollim o deixem un objecte pesant, ho fem frontalment, mai de costat.



COCA DE POMA

A fi de complaure la petició de companys assistents a la FESTA D'ANIVERSARIS, del dia 20 de gener, dono la recepta per fer-la:

Ingredients:

6 ous
250 gr. de sucre
100 gr. de farina
100 de coco ratllat, 4 cullerades de llet
10 cullerades d'oli
4 culleradetes de llevat Royal
pell de llimona ratllada
600 gr. de pomes Golden
1 motlle de 30x25x5.

Unteu tot el motlle amb mantega, al fons poseu-hi un paper untat també amb mantega, i enfarineu-lo. Refineu el coco amb un molinet.

Seguidament, munteu les clares a punt de neu amb 4 cullerades de sucre. Reserveu-les.

En un bol poseu-hi els rovells, la resta del sucre, un pessic de sal, la llimona ratllada, bateu-ho fins que blanquegi i augmenti el seu volum, afegiu-hi l'oli, la llet i seguidament el coco, quan tot estigui ben incorporat aneu-hi posant porcions de farina barrejada amb el llevat, tot tamisant-la. Ho podeu batre amb la batedora elèctrica fins arribar a aquest punt.

Amb una espàtula de goma afegiu-hi suaument les clares reservades, en tres o quatre porcions, quan ho tingueu ben barrejat ompliu el motlle. Deixeu-ho reposar uns 30 minuts.

Mentre, peleu les pomes, tal·leu-les en quatre trossos, traieu-ne el cor, i tal·leu-les molt fines (màxim 2 mm.), i cobriu totalment la pasta amb els talls escalonats, empolvoreu-la amb sucre. Fiqueu el motlle al forn a 170 °, durant 30 minuts. Cinc minuts abans d'acabar la cocció obriu el forn i si la poma no s'ha enrossit, enceneu el grill perquè aquesta quedi daurada. Deixeu refredar una estona la coca, i desemmoltleu-la de manera que la poma quedi al damunt.

Tritureu melmelada d'albercoc, i amb un pinzell abrillanteu la poma.

Soci protector



**L'ÚNIC
FORN
ARTESÀ DE
VALLDOREIX**

BONAPARTE

PA I DOLÇ

Rbla. Mossèn
Jacint Verdaguer, 21
08197 Valldoreix

Tel. 93 315 30 10
www.bonaparte.cat

Mercè

RUTA ROMANA PER TARRAGONA



Dia: 15 DE MARÇ, 2018

Hora: 08:00

Sortida a l'hora indicada en direcció a **Torredembarra**, on esmorzarem al restaurant CLAMAR a base de:

PA AMB TOMÀQUET I PERNIL, VI, AIGUA I CAFÈ O TALLAT

Seguidament visitarem...

La Vila romana de Centcelles

Vila del S.IV situada a la zona rural de l'Imperi Romà, a Constantí, i dedicada a l'explotació de les riqueses agrícoles i ramaderes. Ha esdevingut un monument clau de l'art paleocristià i hi destaca la seva cúpula decorada amb un mosaic amb escenes de caça, bíbliques i altres figures de dubtosa interpretació. Es tracta del mosaic en cúpula més antic de l'Imperi romà.

Seguirem cap a Tarragona, on ens sorprendrà l'imponent aqüeducte romà del segle I a.C declarat Patrimoni de la Humanitat, també anomenat el **PONT DEL DIABLE**.

A continuació tornarem a l'acreditat restaurant per a dinar a base de:

AMANIDA VARIADA

PAELLA DE LA CASA

PERNIL A LA CATALANA AMB GUARNICIÓ DE PERA AL VI

CREMA CATALANA

PA, VI, AIGUA, CAVA, CAFÈ I GOTES

I, a la tarda, farem un passeig pels carrerons i racons de la Vila Closa d'Altafulla!

PREU: 38€





3 DIES A LA TERRA ALTA I MATARRANYA EN UN VILAR RURAL! DEL 6 AL 8 D'ABRIL, 2018 - Hora de sortida: 10:00

1r. dia: VALLDOREIX – GANDESA – ARNES

Sortida a l'hora indicada en direcció a Gaudesa, on visitarem un dels edificis considerats com la Catedral del vi i catalogat com a Bé Cultural d'Interès Nacional: **LA COOPERATIVA DE GANDESA**. És una de les Set Meravelles de Catalunya, escollides el 2007. Va ser fundada el 1919 i s'encarregà la seva construcció a l'arquitecte modernista Cèsar Martinell, deixeble de Gaudí i de Puig i Cadafalch. Seguirem cap a Arnes per a l'acomodació en el nostre Vilar Rural. Dinar. A la tarda, gaudirem d'una visita al poble, d'Arnes, que té la seva història lligada a la Mel. Visitarem el seu **Museu de la Mel**, un Museu molt preparat tecnològicament amb pel·lícula, imatges 3D i on coneixerem aquest art i les eines tradicionals de Crestar. Encara tindrem temps de gaudir de les activitats dirigides que el Vilar ens ofereix o simplement ens relaxarem a la zona d'aigües. Sopar i allotjament.

2n. dia: ARNES – VALL-DE-ROURES – HORTA DE SANT JOAN

Esmorzar. Al matí, visitarem **VALL-DE-ROURES** i el seu Casc Antic amb el monumental Ajuntament renaixentista. Dinar al Vilar. A la tarda, s'anirà a Horta de Sant Joan, coneixerem el casc antic, que Picasso immortalitzà en algunes de les seves obres, i entrarem a l'**Ecomuseu dels Ports**, on coneixerem el territori, la població i el patrimoni d'aquestes terres. Seguirem per gaudir del nostre Vilar i de les seves activitats dirigides i de la zona d'aigües. Sopar i allotjament.

3r dia: ARNES – DELTA DE L'EBRE - VALLDOREIX

Esmorzar i sortida cap a les terres de l'Ebre. Allà farem una panoràmica del **DELTA DE L'EBRE**. Passarem pels seus pintorescos pobles com ara Deltebre, el Pont nou del Riu, la Casa de Fusta, Poblenou del Delta, l'Encanyissada...

Seguirem cap a Sant Carles de la Ràpita per fer el dinar d'acomiadament a base de: **GRAN BUFET LLIURE DE PEIX, MARISC I CARNS, POSTRES, PA, VI, AIGUA, CAVA I CAFÈ**

i, a una hora prudencial tornada al lloc d'origen.

Preu: 220 €

Supl. Hab. Individual 45 €

Hotel previst Vilar Rural ****

El preu inclou: autocar, guia acompanyant, assegurança de viatge.

Règim de menjar indicat al programa amb aigua i vi (Dues pensions Completes + dinar extra a restaurant), Entrada a la Cooperativa de Gaudesa, Entrada al Museu de la Mel, entrada a l'Ecomuseu dels Ports.



ACONSELLEM FER LA RESERVA JA!

EXPOSICIÓ DE PINTURES DE CARME LLOMPART



**Inauguració:
divendres dia 9 a les 18.30 h al Casal.**

CARME LLOMPART naix a Maó, quan l'illa era un indret idíl·lic, on encara el paisatge era verge. Es banyava a la caleta a Sa Mesquida, i recorria prats i, pel "Camí de Cavalls", acariciava Sa Taula megalítica.

De ben jove sentí la inclinació pel dibuix i assistí a les classe del pintor Joan Vives Llull. Com tots aquells que s'han criat a ses illes, quedà impregnada per la bellesa i atrapada per sempre més dels colors de sa illa. Per

aquells que encara no heu gaudit del port de Maó, quan s'hi arriba amb vaixell, és una imatge inoblidable. Inoblidable com la bellesa de sa illa, que la Carme sap plasmar en els seus llenços.

Als anys setanta, arriba a Valldoreix, s'inscriu a l'Escola d'Art, de Sant Cugat. Sovint segueix passant llargues temporades a Maó, per retrobar-se amb sa illeta, la qual cosa li permet retrobar les fonts d'inspiració. Quan pinta un quadre s'hi infiltra i ho plasma amb sentiment.

Ha practicat diverses tendències pictòriques. De jove, com sol ser habitual, hi predomina la pintura realista: copia la realitat. Però poc a poc evoluciona el seu art i es decanta per l'impressionisme, hi domina la impressió que produeix la llum impac-tant. És en els darrers anys, quan la seva paleta es decanta cap a l'expressionisme, es concentra en l'essència de les vistes de Maó i el paisatge divers de l'illa.

Carme, sensitiva i artista, expressa també els sentiments amb la música i l'escriptura. Li encanta el cant com ho expressa admirablement a la Coral l'Harmonia i escriu contes i faules que han estat publicats.

Emili



DIA DE LA DONA

El dimecres dia 14 de març a les 5 de la tarda, amb motiu del DIA de la DONA, xerrada a càrrec de Pilar Mercadé Nubiola experta en temes socials, activista veïnal de Ciutat Vella, impulsora i directora de projectes a les persones desfavorides del barri. Fou membre del Consell Consultiu de Benestar Social de l'Ajuntament de Barcelona, coordinadora del Grup de Pobresa. Va participar en el Consell Social del Síndic de Greuges de Catalunya. Guanyà el certamen Francesc Candel. Fa cursos de Narrativa i Novel·la a l'Ateneu Barcelonès. Us hi esperem!

PROGRAMA RWANDA PERE BORDES

Sí; ja sabem que sempre us hem informat del treball i el seu resultat econòmic de tot el que fem (tots) per Rwanda . Però ara, a primers d'any us volem presentar el global perquè en pugueu tenir coneixement exacte.

Qui té un cert poder, per petit que sigui, qui té la responsabilitat econòmica, per petita que sigui, sempre, ha de poder justificar l'estat de comptes. Els humans som tan fràgils i el poder, per petit que sigui és tan corruptible, que tan sols la transparència ens podrà mantenir nets.

Així doncs us informem que, entre tots, hem pogut enviar a l'Àfrica negra, l'any 2017, aquests diners :

Mercadet abril	517	€
Caramelles	379	€
Mercadet setembre	717	€
Donatius	25	€
Apadrinaments 34 nens		
a 150 € anuals per infant	5.100	€
TOTAL	6.738	€

Són molts diners per als nostres nens perquè això és condició indispensable, que tot vagi dirigit a la millora integral per a ells sense cap altra dedicació. I així es fa segons ens assegurin les religioses que duen a terme la tutela (escolaritat, salut, alimentació, habitatge)

Podem estar satisfets. Ho estem.

Us volem, però , exposar un tema: què passarà quan no pugui rebre l'ajut perquè nosaltres ja no podem ajudar-lo perquè hem marxat? Ens hi hem trobat.

La majoria som gent gran...

Podríem deixar una quantitat en el nostre testament?

Podríem demanar a algú que ens estimi que continuï?

Podríem comprar un terreny, una casa... al nen per al dia de demà? (Algú ja ho ha fet). Són quantitats assumibles.

Estem demanant massa?

Us estimem.

A la propera fira de Sant Jordi, a l'abril, tornarem a muntar una parada.

Una vegada més us demanem la vostra col·laboració aportant objectes interessants per tal de poder mostrar una parada atractiva i així aconseguir una bona recaptació, la que, com veieu, s'envia íntegrament per als nens de Rwanda.

També us esperem a la fira, gràcies!!!

TALLER DE MÚSICA:



Dimarts 6: A les 18.00 h al Casal taller de música. 1a part de l'òpera "Anna Bolena" de Donizetti.



Dimarts 20: A les 18.00 h al Casal taller de música. Música en directe, amb Peter Thiemann, primer violoncel·lista de l'Orquestra del Liceu, Seon-hee Myong, pianista concertista, i Guillaume Terrail, nou violoncel·lista de l'orquestra del Liceu.



Soci protector



*CONSULTA CONDICIONS



SERVEI A DOMICILI

936 743 534

PLAÇA MAS ROIG



Condis
Valldoreix

FESTA D'ANIVERSARIS DE MARÇ!

Aquesta vegada també la farem grossa! Piquem moolt alt! Oferirem als que fan anys durant el primer trimestre de l'any un concert en tota regla i els acompanyarem tot el Casal per a felicitar-los i gaudir de bona música!



MUSICUS, l'Orquestra de Flautes Dolces de la Mare de Déu del Coll



Després, com sempre, rifa, regals i berenar. També com sempre, ja ho veureu, especialitats casolanes de pastissos amb què contribueixen els assistents i amb els quals ens llepem els dits.

Serà el dissabte dia 17 de març a la Sala Gran del Casal, a les 17.30 h. El concert començarà a les 18.00 h.



**US HI ESPEREM!
NO US PERDEU UN CONCERT
COM AQUEST,
ÉS UN PRIVILEGI!**

LES PASSEJADES DE LA CARME I L'ISIDRE

20 de febrer

Passant pel Bosc Literari, i per la masia de Can Trabal arribem a Can Vilallonga que actualment és un acollidor restaurant, que conserva tota l'antiguitat.



El Bosc Literari en la seva 14a. edició commemora els 100 anys de l'arribada del tren a Sant Cugat amb fotografies de les estacions del municipi.



22 de febrer

Passejada suau pels camins de la zona del Molí de Canals amb trobada sorpresa a mig camí del Carles i la Gaby, veïns de la zona.



ENTRETENIMENTS

SOPA DE LLETRES

En aquesta sopa de lletres hi ha el nom de 12 carreres universitàries. Les paraules poden estar escrites del dret o del revés i en posició horitzontal o vertical.

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

solució a pàg. 23

EMBARBUSSAMENTS

T'atreveixes a llegir de pressa aquests embolics sense embarbussar-te?

-Senyora, diu la senyora si s'enyora. – No senyora, la senyora no s'enyora.

Plou poc, però pel que plou, plou prou.

Un tigre, dos tigres tres tigres.

Cards verds taquen, secs piquen si es toquen.

En quin tinter té tinta en Ton?

Duc com puc un ruc a un duc rus i mut.

Babau, beu vi bo i viu bé.

A cap cap cap que déu deu deu.

Paula, para la taula! Para-la bé que el pare ja ve.

Un plat pla, blau clar, ple de pebre negre està.

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

ASSEMBLEA ANUAL DE SOCIS 2018

Data:	Dijous 22 de març de 2018
Lloc:	Seu Social c/ Tibidabo, 7 de Valldoreix
Hora:	Primera convocatòria > 17:00 hores Segona convocatòria > 17:30 hores
ORDRE DEL DIA DE L'ASSEMBLEA ANUAL DE SOCIS	
22 DE MARÇ DE 2018	
1. Lectura i aprovació, si s'escau, de l'acta de l'assemblea anterior.	
2. Lectura i aprovació, si s'escau, de la Memòria d'activitats 2017.	
3. Presentació i aprovació, si s'escau, de l'Estat de comptes a 31-12-2017.	
4. Proposta i aprovació, si s'escau, del Pressupost 2018.	
5. Presentació i proposta de nou membre de la Junta (Assumpta Pla)	
6. Gestió tallers (informàtica, manualitats, català, coral...)	
7. Festes especials (calçotada, dinar aniversari Casal...)	
8. Setmana de la Gent Gran	
9. Tardes lúdiques – jocs de taula, petanca i ping pong	
10. Promoció Casal	
11. Novetat: sessió oberta, amb Àngel Comas	
12. Costura (arranjaments) al taller de manualitats	
13. Torn obert de suggeriments i crítiques.	

ODA A MI MATEIX



Quan vaig començar a estimar-me vaig anar comprenent que sempre i en cada ocasió em trobaria en el lloc adequat i en el temps correcte, i que tot el que succeeix, succeeix per al meu ésser en harmonia, i fou a partir d'aleshores que vaig poder tranquil·litzar-me.

Avui sé que a aquest estat se l'anomena **CONFIANÇA**.

Quan vaig començar a estimar-me vaig poder reconèixer que el dolor emocional i la pena només eren advertències perquè no visqués contra la meva veritat.

Avui sé que a aquest estat se l'anomena **AUTENTICITAT**.

Quan vaig començar a estimar-me vaig deixar d'envejar la vida dels altres, i vaig poder observar que tot el que succeïa en el meu entorn era un estímul a créixer espiritualment.

Avui sé que a aquest estat se l'anomena **MADURESA**.

Quan vaig començar a estimar-me vaig deixar de robar-me (hurtar) el meu temps i ja no vaig dissenyar grandiosos projectes de futur. Avui només faig el que em produeix diversió i alegria, el que estimo, el que desencadena els meus somriures, i ho faig a la meua manera i seguint el meu ritme.

Avui sé que a aquest estat se l'anomena **HONESTEDAT**.

Quan vaig començar a estimar-me em vaig alliberar de tot allò que era insà per a mi, em vaig alliberar d'aliments insans, persones insanes, coses insanes, situacions insanes, i sobretot em vaig alliberar del que m'apartava de mi mateix. Al principi vaig anomenar això "egoisme saludable", però avui sé que s'anomena

AMOR A MI MATEIX

Charlie Chaplin

la veu del lector

NOTA DE LA REDACCIÓ: Envieu-nos les vostres cartes o articles 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"** ó **"article per a LA VEU"**. Els escrits per a les cartes no podran sobrepassar les 15 línies mecanoscrites de mida 12 punts, i per als articles 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 les cartes o articles que ho requereixin.

Aproveu aquest espai, "LA VEU DEL LECTOR", per a suggerir activitats, felicitar amics, donar indicacions de coses a millorar al poble, denunciar, lloar... A la publicació podreu signar amb pseudònim, encara que a Redacció ha de constar el nom real de l'autor. Anims! Pot ser molt útil!



Dijous 1 de març, a les 19.00 h, SESSIÓ OBERTA

Àngel Comas explicarà històries i anècdotes del rodatge i dels protagonistes.

Soparem en família al casal, compartint allò que portem per a l'àpat.

Dimarts 13 i dimarts 27 a les 18.00 h

TARDES DE LA MARIA ROSA (sessió de tarda)

amb històries distretes i disteses en companyia dels amics del Casal!

Informació al plafó de l'entrada del Casal i/o a Secretaria



ATENCIÓ: Dimarts 13, a les 18.30 h ens trobarem a l'estació de Vallldoreix per anar al Teatre Romea a veure "ADOSSATS", comèdia sobre la manca de comunicació, protagonitzada per una família normal que viu en una casa adossada del Vallès.

Preu 22 euros.

Feu la reserva aviat a Secretaria, com sempre disposarem de 10 entrades.

Calendari d'activitats no fixes del mes de març

Dijous 1: A les 19.00 h al Casal “**SESSIÓ OBERTA**”, amb el crític cinematogràfic **ÀNGEL COMAS**. (Veure pàg. 21)

Divendres 2: A les 19.30 h a la Nau de Cultura , cinema mut “Keaton i Carola” acompanyat amb música en viu . Org. VEN Col. Cultura EMD Valldoreix.

Dimarts 6: Passejada, a les 9.10 h al Pg. Olabarria, parada autobús n. 1 a Sant Cugat. Anirem a l'ermita de Sant Medir.

Dimarts 6: A les 18.00 h al Casal taller de música. 1a part de l'òpera “Anna Bolena”, de Donizetti. (Veure pàg. 14)

Divendres 9: A les 18.30 h al Casal, Inauguració de l'exposició de PINTURES de **CARME LLOMPART** (veieu pàg. 12).

Diumenge 11: A les 19.00 h. a la Nau de Cultura, “**MARES, FILLES I FILLS**”, de Guido dei Matioli. Org. Grup de teatre **ESPIRAL**. Col. Cultura EMD Valldoreix.

Dimarts 13: A les 10.30 h. A l'estació de Valldoreix, sortida cultural, anirem a l'Espai Volart a veure l'exposició de Lita Cabellut “**RETROSPECTIVE**”. Cal apuntar-se. (Veure sortides culturals, pàg. 4).

Dimarts 13: A les 18.30 h. A l'estació de Valldoreix, anirem al Teatre Romea a veure “**ADOSSATS**”. Preu 22 euros. (Veure sinopsi pàg. 21).

Dimecres 14: a les 17.00 h. al Casal, amb motiu del **DIA de la DONA** , xerrada a càrrec de **PILAR MERCADÉ NUBIOLA** (veure pàg. 12).

Dijous 15: A les 8.00 h al Casal, excursió d'un dia. Anirem a **TARRAGONA**. (Veure pàg. 10).

Divendres 16: A les 18.00 h al Casal, vindran voluntaris de l'associació del Dret a Morir Dignament i ens donaran indicacions útils per entendre i ajudaran als que ho desitgin a omplir correctament el Document de Voluntats Anticipades. Cal portar el DNI original. És gratuït. (Veure pàg.3)

Dissabte 17: A les 17.30 h celebració de la **FESTA D'ANIVERSARIS** per als nascuts durant els mesos de gener, febrer i març. (Veure pàg. 15)

Dimarts 20: a les 9.30 h a L'estació de Valldoreix. Passejada **SUAU**. Anirem a veure els cirerers florits de Can Domènec.

Dimarts 20: A les 18.00 h al Casal **TALLER DE MÚSICA**. Música en directe, amb **PETER THIEMANN**, primer violoncel·lista de l'Orquestra del Liceu, **SEON-HEE MYONG**, pianista concertista, i **GUILLAUME TERRAIL**, nou violoncel·lista de l'orquestra del Liceu. (Veure pàg. 14)

Dijous 22: **ASSEMBLEA ANUAL DE SOCIS**. Primera convocatòria a les 17.00 h - Segona convocatòria a les 17.30 h. SALA GRAN. (Ordre del dia a pàg. 19)

NOTA:

El dies **30 de març** (divendres Sant) i **2 d'abril** (dilluns de Pasqua) el Casal estarà tancat.

Calendari d'activitats fixes del mes de març

Dilluns

Dies 5-12-19-(26 a confirmar)

- A les 10.00 h loga, amb Eulàlia Gudiol
- A les 16.00 h Tarda lúdica.
- A les 16.00 h Taller de pintura.
- A les 16.30 h Assaig Coral Esclat de Germanor.
- A les 18.00 h Ping-pong.
- A les 18.00 h Ball de coordinació.
- A les 18.00 h Taller de ceràmica.

Dimarts

Dies 6-13-20-27

- A les 16.00 h Tarda lúdica.
- A les 16.30 h Taller de memòria (6-13-20)
- A les 18.00 h Sessió tarda amb la Maria Rosa (13-27)
- A les 18.00 h Taller de música.(6-20)

Dimecres

Dies 7-14-21-28

- A les 11.00 h loga, amb Eulàlia Gudiol
- A les 11.00 h Taller d'anglès (7-14-21)
- A les 16.00 h Perruqueria.
- A les 16.00 h Tarda lúdica.
- A les 16.30 h Taller d'informàtica amb Ricard Cluet (7-14-21)
- A les 16.45 h Taller de català (7-14-21)
- (Veure programació)

A les 18.00 h Poesia (21) - Joan Maragall

A les 18.00 h Ping-pong (7-21-28)

Dijous

Dies 1-8-15-22-29

- A les 09.30 h Taller d'informàtica, iniciació, amb Montse Julià (1-8-15-22)
- A les 11.15 h Exercicis de salut amb Maria Armengol.
- A les 16.00 h Servei de perruqueria.
- A les 16.00 h Tarda lúdica.
- A les 16.30 h Taller de labors de retalls i punt de mitja (1-8-15-22)

Divendres

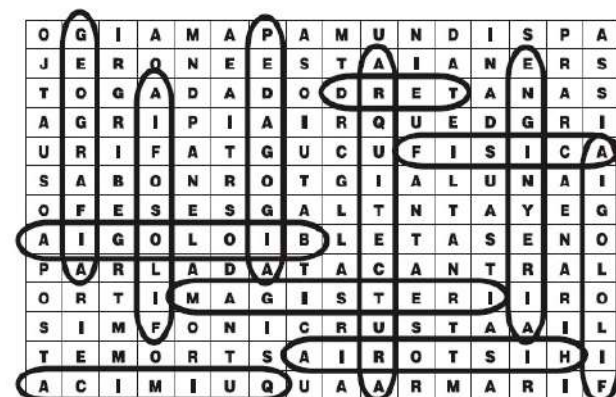
Dies 2-9-16-23 (30 Festa)

- Informàtica amb Montse Roura
- A les 9.30 h l(personalitzat per usuaris amb mínima experiència
- A les 10.30 h repàs general, mòbils i tauletes.
- A les 16.00 h Tarda lúdica.
- A les 16.00 h Taller de puntes de coixí.
- A les 16.00 h Podologia (9-23)
- A les 18.00 h Ping-Pong. (2-9-23)

Dissabte

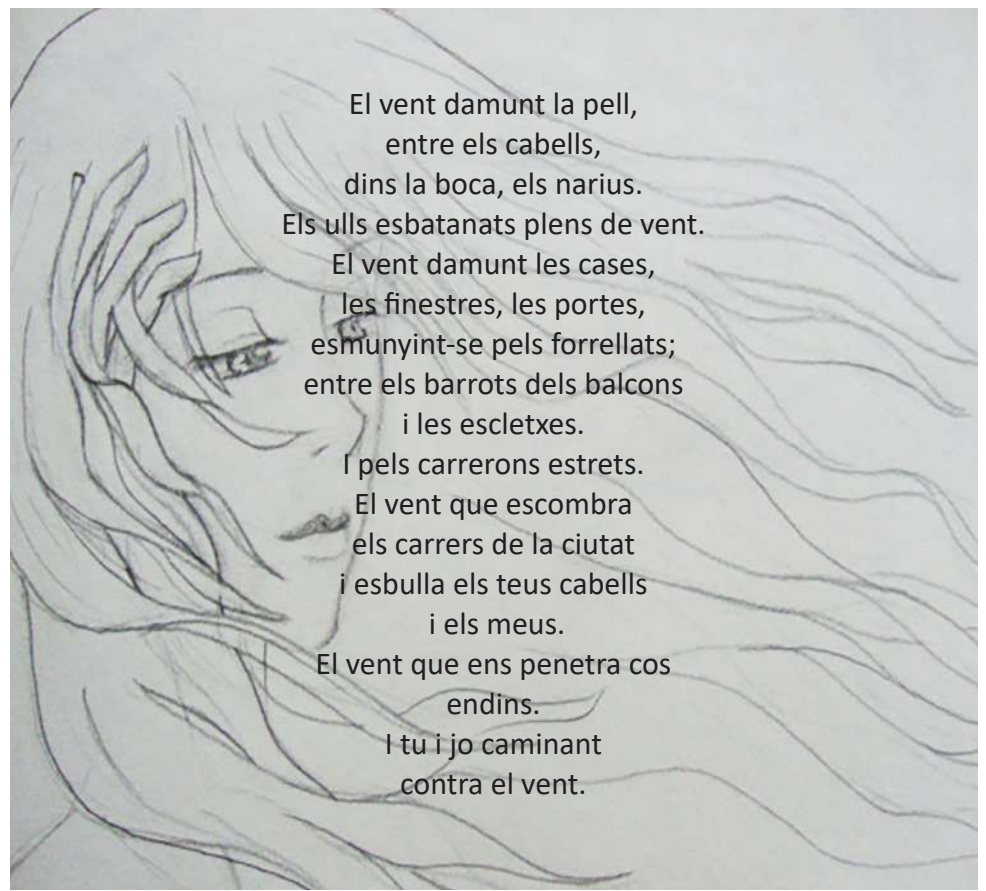
Dies 3-10-17-24-31

- A les 11.00 h. Petanca



Solució a la sopa
de la pàgina 17

EL VENT DAMUNT LA PELL



El vent damunt la pell,
entre els cabells,
dins la boca, els narius.
Els ulls esbatanats plens de vent.
El vent damunt les cases,
les finestres, les portes,
esmunyint-se pels forrellats;
entre els barrots dels balcons
i les esclotxes.
I pels carrerons estrets.
El vent que escombra
els carrers de la ciutat
i esbulla els teus cabells
i els meus.
El vent que ens penetra cos
endins.
I tu i jo caminant
contra el vent.

Montserrat Abellò
Any del centenari del seu naixement (1918- 2018)

Ajuntament
de SantCugat



Amb la col·laboració de:



Entitat Municipal de
Valldoreix