

LA VEU DEL CASAL



INFORMATIU MENSUAL

**SANT JORDI, LA PRINCESA,
LA ROSA, EL LLIBRE I EL DRAC**



nº 196 abril 2018



Carrer Tibidabo, 7- 08197 Valldoreix

Telf. 935 898 689

Correu elect. casal.avis@valldoreix.cat

www.avisvalldoreix.santcugatentitats.net

CURIOSITATS

Avui he vist unes senyores molt ben arreglades a la porta del Casal. Això em pica la curiositat: on deuen anar? De moment les segueixo, arribem a l'estació. Allà es troben amb algunes més i algunes treuen el bitllet. És una activitat externa, penso jo.

Efectivament, s'enfilen al tren. Deu senyores empolainades esveren la concurrència: -Seguin, seguin, si els plau- Totes o gairebé totes col·locades. Gràcies, els plau!

On baixaran? Per ara no tenen pressa, la conversa és animada, van passant estacions. Arribem a Sarrià però no baixen. Muntaner, Gràcia, Pro-

vença (ara es comencen a moure) Catalunya última estació, baixen. Es reagrupen i... Rambla avall. S'aturen davant d'un establiment. Em pregunto: potser aniran a sopar? Però no demanen gran cosa: un entrepà o una pasta i una beguda.

Afino l'oïda i sento: -Teniu les entrades?-. Això va d'espectacle. Efectivament s'aixequen, paguen la consumició i de bracet, al teatre Romea. Avui fan "Adossats".

Així és com he descobert que al Casal un cop al mes deu senyores elegants gaudeixen d'una obra de teatre triada per una d'elles: gràcies Maribel!

Follet tafaner



© Marçal Guardiola i Sánchez
<http://www.wefex.com>



EDITORIAL

Com cada any hem celebrat l'Assemblea de socis. Podeu recordar la llarguissima Memòria de les activitats que s'han dut a terme? Les podríem resumir en culturals, esportives, lúdiques, d'aprenentatge (no és mai tard) i de relació entre nosaltres i amb el món exterior que ens envolta.

Es tracta de donar vida als anys perquè els anys passen però nosaltres volem viure'ls plenament.

Tenim l'ocasió d'aprendre i mantenir el que ja sabíem tot compartint amb els amics les nostres experiències i potser també les nostres preocupacions.

Estem contents de tenir un Casal viu però això és cosa de tots.

Esperem la vostra participació perquè qualsevol activitat representa un moviment interior de feina amagada que recau sobre no massa persones.

Pensem aquella dita: **No és qüestió de bufar i fer ampolles...**

Socis protectors



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



**IMPREMTA
RÀPIDA
DIVERSA**

en paper,
plàstic,
fusta...

Llibres
Revistes

Flyers
Targetes i targetons
Triptics

Postals
Sobres
Capses

Records
Clauers
Llapis
Imants

Trofeus
Metacrilat
Expositors

Renodrac
Pg Ratapinyada 13
VALLDOREIX

93 589 38 12

Menjadores i caixes niu

WWW.RENODRAC.ES

Visites culturals



El dia 10 d'abril anirem al Palau Güell. Tot i que alguns ja el coneixeu, val la pena tornar-hi. Gaudirem d'una visita guiada, anomenada "La vida a Palau" pel mòdic preu de 3 euros. El Palau Güell és un edifici dissenyat per l'arquitecte Antoni Gaudí entre 1886 i 1890. L'empresari i mecenes barceloní Eusebi Güell va encarregar al seu amic Gaudí la construcció de la seva residència familiar, que havia de ser també un punt de trobada de la burgesia d'aquell moment. És la primera obra de gran magnitud que Eusebi Güell va confiar a Gaudí i destaca per com l'arquitecte va concebre l'espai i la llum. Gaudí emprà amb gran profusió la decoració en rajola ceràmica, així com els arcs parabòlics, cartel·les de maó vist i rematades en forma de templets o cúpula. L'edifici s'estructura en diverses plan-

tes funcionalment diferenciades, amb una entrada amb forma d'arc de catenària de dimensions impressionants i una distribució de les estances al voltant del saló central, l'eix principal i vertebrador de l'edifici. Al terrat hi ha vint xemeneies que, lluny de ser tractades com a simples xemeneies Gaudí les va concebre com a escultures. El Palau va ser inscrit a la llista del Patrimoni Mundial per la UNESCO pel seu valor universal excepcional el 1984. **Ens trobarem a l'estació de Vallldoreix a les 10 hores.**



VISITA A LA LLOTJA DE PESCADORS – DIA 24 D'ABRIL

Tal i com vàrem anunciar, el 24 d'abril visitarem la **Llotja de Barcelona**. L'èxit de la proposta ha fet que serem un grup important. No hi ha problemes d'aforament, no us preocupeu ! Sí algú més hi està interessat, encara és a temps d'acompanyar-nos. Com que la visita comença a les 15.30 h, hem trobat un restaurant molt a prop on podríem gaudir d'un bon dinar i de l'entranyable companyia del grup de les culturals. El menú surt a 15,50 € més un 10 % si volem estar a la terrassa. És important però, que ho digueu, els que hi esteu interessats, amb 10 dies d'antelació per a fer la reserva. Trobada a les 11.45 h estació VDX, pels que venen a dinar. Els que no veniu al restaurant, ens trobarem a les 15.30 h davant del bar Casa Juanito, carrer de l'Escar nº 7

Preu de la visita, 10 €

SORTIDA EN EL PAILEBOT SANTA EULÀLIA PER NAVEGAR PEL LITORAL BARCELONÍ

Us proposem una sortida en vaixell el 23 de maig. Podrem gaudir durant 2h30 d'una extensa vista de la ciutat, des del mar, sempre a una certa distància de la costa.

En el Santa Eulàlia es navega de manera tradicional, és un veler construït l'any 1918 per al transport de mercaderies. El Museu Marítim de Barcelona l'ha restaurat rigorosament i li ha retornat el seu aspecte original: pailebot de tres pals amb l'aparell de goleta. És un dels darrers grans velers de treball en actiu de la Mediterrània, reflex d'un moment socioeconòmic, tècnic i industrial molt significatiu en la història del país: el final de la marina mercant a vela. L'any 2011, el Govern de la Generalitat el va declarar **Bé Cultural d'Interès Nacional**. El Santa Eulàlia, en ser un vaixell de càrrega disposa d'una gran bodega per a les mercaderies. No disposa de cap de les comoditats d'un vaixell de passatge, no hi ha cabina per aixoplugar-se si plou, no hi ha tendal per cobrir-se del sol, no hi ha seients i a mar es pot arribar a balancejar força, tant per vent com per mar de fons.

Des del Museu Marítim volem que gaudiu de la navegació i que passeu una estona ben especial. Hem preparat un seguit de recomanacions. Tenint-les en compte, podreu vèncer els inconvenients i gaudir-ne plenament. Per tal de fer les reserves us enviem la informació amb dos mesos d'antelació, per poder programar la sortida. A tots els interessats us farem arribar les recomanacions per a la navegació. Preu de la sortida 12 €. Trobada estació VDX 8.30 h – Trobada Moll de la Fusta 9.30 h.



Recordeu fer la reserva a Secretaria amb temps per tal de programar la visita adequadament.



DIA DE LA DONA

Una tarda normal de dimecres. La sala gran preparada perquè avui hi ha una xerrada amb motiu del dia de la dona. A les 5 la sala té bon aspecte. Però...ai las! contratemps. Els minuts passen i la conferenciant i la seva acompanyant no arriben. Impaciència, neguit. Trucades de mòbil... Mentre, unes notes al piano... Una persona present a l'acte distreu el públic amb una lectura molt interessant; però no era això! Per fi després de bona estona i gràcies a la col·laboració d'assistents s'ha resolt el problema i tenim la conferenciant entre nosaltres.



Protocol: salutació del president i presentació de la Pilar Mercadé a càrrec de la seva amiga Rosa, i disculpes, malgrat no ser culpable del retard, per part de la tertuliana.

Comença la xerrada/conferència. De manera entenedora i amena amb llenguatge precís, va donant pinzellades de tota una experiència personal molt i molt interessant. L'explicació manté l'atenció molt viva entre els assistents cosa que demostra que és seguida amb interès. En el marc de les seves pròpies vicissituds, que no han estat poques, valora i enalteix l'esperit de qualsevol dona enfront de les adversitats. Hem pogut adonar-nos que ha estat una lluitadora pels seus drets i pels dels altres. Dedica moments a comentar el seu llibre **"Soc l'Eli"**.

En el decurs de les seves paraules fa un elogi abrandat de la vellesa. S'ha de gaudir de cada moment i de cada etapa de la vida i s'han de deixar enrere les lamentacions. Solament vivint cada moment intensament i en plenitud, podem ser feliços i encomanar felicitat als altres.

Els minuts han anat passant i per posar punt i final a la seva intervenció llegeix una mena de pensament personal sobre l'etapa final de la vida, en el qual moltes de les oients ens hi hem vist reflectides.

Aplaudiments a la seva intervenció. Molt amablement signa un exemplar del seu llibre i el dedica al Casal.



S'acaba la vetllada amb un pica-pica i amb una bona tertúlia entre els assistents, comentant sobretot, el plaer d'haver escoltat una persona amb unes idees clares que amb la seva empatia encomana energia positiva. Quin privilegi ser membres d'aquest Casal tan actiu!

CONSELLS DEL PADRÍ I DE LA PADRINA

El padrí vol estalviar energia perquè el rebut de la llum ha pujat molt últimament. Llavors el que fa és :

A l'hivern no posa el termòstat de la calefacció a més de 21graus durant el dia i a la nit el posa a 19. No el baixa més perquè la padrina és fredolica. Fa servir sempre el rentavaixelles a plena càrrega.

També desconnecta els aparells electrònics quan no s'utilitzen.

Sabeu que és un "bernat"? El padrí us ho explica:

És una barra de ferro acabada en ganxo penjada a la paret per l'altre extrem. Servia per faltar per dins les portes de l'entrada de les masies. A la nit s'encaixava la barra en una anella de ferro collada al darrere la porta i quedava immobilitzada.

Antoni Mallol

RACÓ DE REFLEXIÓ

LA BELLESA O LA SORDIDESA DE LA VELLESA

Podem convertir el pas i els avatars dels anys en quelcom lluminós, ple de pau i alegria o en quelcom sòrdid, ombrívol i inquietant. Nosaltres elegim!

Si ens ancorem en el lament, en el victimisme o en l'inconformisme, la vida serà densa i fosca perquè ens haurem quedat detinguts en allò que creiem que som, o sigui en la clofolla; però si connectem amb el nostre JO profund i intentem entreveure el final del camí que transitem, com aquell que ens condueix a la immensitat i a la bellesa suprema, el goig, la pau i l'alegria ompliran el nostre cor i, alliberats per fi de la temporalitat, acceptant amb amor les vicissituds que se'ns presenten i comprenent des del fons de l'ànima que estem iniciant el camí de retorn a allò més bell que es pugui viure, farem del nostre temps un trànsit com una sala d'espera vers la llum i la bellesa i l'AMOR. Aquí estarem ancorats en l'ànima.

Rosa M Preckler

mai és tard per aprendre i escoltar

Parlem bé el català,

No s'ha de dir

Pollo
Polvera
Polvo
Polvos
Pomes (pedra)
Pontífice
Por (estar de)
Porcelana
Por doquier
Porfiar

Cal dir

Pollastre // Minyó, xicot
Polvorera
Pols
Pólvores
Pedra tosca
Pontífex
Ser fabulós, estupend, magnífic
Porcellana
Onsevulla
Porfidiejar

TALLER DE CATALÀ

DIA 4	Comentari del llibre "EL JARDÍ A L'OBAGA" de Blanca Busquets
DIA 11	Dictat comentat i exercicis
DIA 18	Dictat comentat i exercicis
DIA 25	Gramàtica/ lèxic

FILOSOFIA DE BUTXACA

"No hi ha res que la gent no pugui enginyar-se per elogiar, reprovar o trobar una justificació d'acord amb les seves inclinacions, prejudicis i creences".

JEAN BAPTISTE POQUELIN "MOLIÈRE" (1622-1673)

TALLER DE MÚSICA:



Dimarts 3: A les 18.00 h al Casal taller de música. 2a part de l'òpera "Anna Bolena", de Donizetti.



Dimarts 17: A les 18.00 h al Casal taller de música, 1a part de l'òpera "MARIA STUARDA" de Donizetti per Montserrat Caballé.

EL LLENGUATGE DE LA MÚSICA

El valor i els efectes que produeix una música depenen sobretot del context, que li sàpiga, o no, atorgar aquest valor i efectes. Cada conjunt de manifestacions musicals —amb els seus estils, gèneres, estructures, manifestacions, usos, funcions i càrrega simbòlica— tenen validesa exclusivament dins d'una societat (o diverses) que comparteix uns trets culturals. Cada música és plenament comprensible només en la mesura en què hom es fa seus certs elements de la cultura en la qual una determinada música s'hi insereix. És probable que la música de Mozart —probablement el més estimat dels músics occidentals— no tingui cap atractiu, interès o significat per a una persona d'una altra cultura. La música és un fenomen universal però no un llenguatge universal, si més no tal com s'havia imaginat al segle XVIII.

Atès el caràcter no sols artístic sinó també cultural de la música, cada sistema cultural ha desenvolupat les seves pròpies formes de música, i el grau d'importància de cada una d'aquestes tradicions pot estar en relació a la major o menor centralitat que aquesta ocupi en el seu sistema cultural particular.

En algunes manifestacions musicals no s'aprecia una voluntat veritablement artística —entesa com a vinculació a uns principis estètics, voluntat de sotmetre l'espectador / oient a una experiència estètica—; per tant, existeixen manifestacions musicals que són més aviat formes de comunicació i manifestacions culturals no necessàriament (ni prioritàriament) artístiques. La primera voluntat de la música no sempre és l'artística.

el comerç de proximitat col·labora amb el casal

Socis protectors



Llic. B.A. Pinto

**FARMÀCIA
VALLDOREIX**

OBERT TOTS ELS DIES DEL'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
farmaciavallldoreix@hotmail.com

**EL
RACÓ
DEL
PA**



T. 93 675 99 00

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

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 €

MACARRONS AMB MAIONESA D'ALL

Es poden fer amb bacallà o bé amb tonyina, de les dues maneres resulten bons.

INGREDIENTS per a 4 persones: 350. gr. de macarrons, 400 gr. de cebes, 500 gr. de tomàquets madurs, 200 gr. de bacallà esqueixat sec, 200 gr. maionesa preparada amb un all.

Poseu al foc un cassó amb aigua abundant i sal, i bulliu-hi els macarrons 10 o 15 minuts segons la pasta. Escorreu-los i passeu-los per sota l'aixeta amb un bon raig d'aigua freda, Reserveu-los.

Esbandiu el bacallà, que ja l'haureu tingut en remull la vigília i deixeu-lo escórrer mentre feu el sofregit.

Poseu una mica d'oli en una casso-

la i sofregiu-hi la ceba trinxada. Un cop s'hagi enrossit tireu-hi els tomàquets prèviament escaldats, pelats i trinxats, juntament amb un pessic de sucre, deixeu-ho coure fins que brilli anant-ho remenant, afegiu-hi el bacallà i deixeu que cogui tot junt una mica. Tasteu-ho.

Escorreu els macarrons i aboqueu-los a la cassola del sofregit, barregeu-los bé amb suavitat. Tapeu la cassola i deixeu-los que s'escalfin. Fora del foc i abans de servir-los barregeu-hi la maionesa.

La mateixa preparació, es pot fer, en lloc del bacallà, amb 200 gr. de tonyina en oli.

Mercè

Soci protector



Illustration of a red and white bus with a green and red logo on the roof. To the right, a man and a woman are shown. Below them is a red banner with the text "SERVEI A DOMICILI". Below the banner is the phone number "936 743 534" and the address "PLAÇA MAS ROIG". At the bottom right is the logo for "Condis Valldoreix". At the bottom left, there is a small red star and the text "CONSULTA CONDICIONS".

TINGUEM CURA DEL NOSTRE COS

- Per ajupir-nos i estirar-nos, primer de tot flexionem una cama i recolzem el genoll a terra. A continuació, flexionem l'altra cama i abaixem el maluc fins que quedem a terra, mentre hi recolzem les mans.
- Abans d'estirar-nos directament de panxa enlaire, ho fem de costat i posteriorment rodolem lleugerament fins que quedem mirant al cel.
- Per incorporar-nos, invertim la seqüència de moviments.



Extret del llibre de la FATEC

Associació Dret a Morir Dignament

Tal i com s'anunciava en l'anterior número, el passat dia 16 de març, va venir a visitar-nos, l'associació DMD. És una entitat sense ànim de lucre fundada l'any 1984 que defensa la llibertat de tota persona a decidir el moment i la manera de finalitzar la seva vida, especialment quan pateix un deteriorament irreversible.

A la reunió hi varen assistir divuit persones que ompliren els formularis. Ara hem de presentar-los al CAP de Valldoreix, per quedar registrats, la qual cosa ens permetrà que en els últims moments de la nostra vida puguem morir dignament per voluntat pròpia.

Per tots aquells que no vàreu poder assistir o no us en vàreu assabentar, us informem que la DMD, es trobarà a la Casa de Cultura de Sant Cugat, C/ Castellví, 8, a partir del 15 d'abril, els dilluns al matí de 10.30 a 13.30 h. Per a més informació Tel. 934123203.

LES PASSEJADES DE LA CARME I L'ISIDRE

6 de març: Hem fet un recorregut tot gaudint d'aquestes cinc masies de Vall-doreix. A Can Cussó uns ases estaven tranquil·lament passejant pel bosquet al costat del camí que puja a la masia. Un bon sol ens ha acompanyat i ha fet més esplèndida la passejada.



masia Can Cussó



masia ca n'Abadal



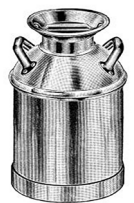
Masia Mas Fusté



masia ca n'Enric



masia Can Cadena



TREN TURÍSTIC A LA GARROTXA



Sortida en autocar des del Casal: dia 17 de maig - Hora: 8.00 h

Arribada a St. Joan Les Fonts, C/ Francesc Caula on ens recollirà el trenet aproximadament a les 11 h. Començarem fent la Visita a St. Joan Les Fonts, que us detallem a continuació:

RUTA SANT JOAN LES FONTS

Poble situat dins el Parc Natural de la Zona Volcànica. Visitarem l'església de l'antic Monestir Benedictí. Seguidament entrarem dins el barri vell, panoràmica del Pont Medieval i la majestuosa església parroquial. Anirem direcció el volcà de la Canya i la RUTA DE LES 3 COLADES de LAVA. Allà farem parada per visitar-les, així com el Salt d'aigua del Molí Fondo i la pedrera de basalt.



Quan s'acabi la visita a St. Joan les Fonts us espera un dinar a un restaurant de la zona, el Vertisol.

MENÚ

Entrants:

Crema de verdures
Amanida

1r plat

Arròs a la cassola
Patates d'Olot

2n plat:

Bacallà amb samfaina
Garró rostit

Postres a triar
pa, aigua, gasosa, vi i cafè

LA VALL DE BIANYA

Ruta de les esglésies i cases pairals. Sortida des d'Hostalnou direcció l'església romànica de Santa Margarida.

PREU: 38€



VIL·LA ROMANA DE CENTCELLES

De moment domina el gris. Diuen que escamparà, però de moment el plugim i el cel gris donen a l'inici de la sortida cap a Centelles un to intimista que el nostre Daniel trenca amb acolorides informacions il·lustratives. És que ho sap tot! És ben cert que és el nostre guia preferit. Brots verds surten arrencats sobre la terra llaurada que ens diuen que tot segueix el seu curs i que la collita és segura.

Al restaurant on dinarem ens ofereixen un pa boníssim i el dinar serà molt bo. Quan algú felicita el cuiner, després del dinar, li desitja una renovació del contracte...

-Bé; segur. Jo soc el propietari...

Seguim l'excursió i traspassat Constantí amb moltes banderes del "reino", ens apropem a la vil·la. Al fons, molt a prop, domina el paisatge la gran refinaria que és la tercera més gran d'Europa. Contrast històric amb les termes romanes que ens conduiran a l'antiga vil·la rural del I seglel aC. Aquests banys termals són molt extensos amb tepidarium (aclimatació inicial) caldarium (on s'escalfa la sala) i dues petites piscines individuals amb bancs per estar asseguts. La gran piscina col·lectiva i el frigidari on es feia l'últim bany amb aigua freda. Espectacular! També tenien latrines.

Aquest lloc on estem ara era un terreny d'explotació agrícola i lloc residencial on es gaudia de la natura. Però el que ens deixa sorpresos és el que no se sap què és: funció funerària? mausoleu? tomba? Aquesta edificació del seglel IV conserva una gran cúpula amb mosaics representatius paleocristians i altres temes construït amb mosaics, considerada la més antiga de l'antic imperi romà. Una de les visites més importants que mai s'ha fet.

Anem al "Pont del Diable" aqüeducte romà que duia l'aigua del riu Francolí a Tàrraco. Aquest aqüeducte és el més important de Catalunya (33m d'alçada) fet aixecar per August per garantir el subministrament d'aigua a la seva ciutat de l'Imperi. La filera d'arcades a sobre del barranc dels Arcs supera l'accident geogràfic. Ara ja no hi ha aigua i vam poder pujar al canaló obert d'uns 50 cm d'altura. Abans aigua i ara excursionistes, turistes i admiradors de la Història.

Altafulla, Vila Closa, declarada Patrimoni de la Humanitat. Petita, tancada, preciosa. El castell domina l'entorn. Recordem que ja hi havíem estat amb en Pere Bordes. Una fuetada de nostàlgia ens va recordar l'amic estimat.



Excursionistes del Casal



FESTA D'ANIVERSARIS

**Dissabte
dia 17 de març**



Anna, la directora de
**MUSICUS, Orquestra de Flautes
Dolces del Coll**

Aquesta Festa d'Aniversaris diríem que ha tingut un toc d'elegància, molt bona música, molta germanor, molta alegria i, en definitiva, un regal, com sempre, molt especial per a tots els que han complert anys així com per a tots els assistents. No ha faltat una rifa amb algunes "pífies" que ens han fet riure i un bon berenar. Un cop més **FELICITATS A TOTS!**

CONCERT DE VIOLONCELS I PIANO - dia 20 de març



Dins del Taller de música i en el cicle que hem encetat de música en directe (gràcies a les accions del Sr. Romani), en 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, ens han ofert un concert d'alt nivell i amb gran assistència de públic, majoritàriament socis del Casal però en alguns casos acompanyats d'amics propis.

El piano utilitzat hem pogut comprovar que té un so molt bo i ho hem d'agraciar al nostre amic i soci Josep M Oroval.

(solució a pàg. 21)

CONDICIÓ DE NAVEGABLE CONJUNT DE CLAVEGUERES	▼	CARALL D'EDAT AVANÇADA	▼	COMUNICARÀ AROMA A ALGUNA COSA	▼	CONJUNT DE FILS METALLICS PER ON PASSA EL CORRENT
▼		▼		MATÈRIA PÈTRIA US ANUL·LAT	➡	▼
MOIXA AFECTAT D'ALBINISME	➡		APECTUÓS PRESÈNCIA ANORMAL D'AIRE EN ELS PULMONS	➡	▼	
➡		FIGURADAMENT, MOLT PLE UNA RODONA	➡	▼		QUE MARCA DATES
SUBSTÀNCIA OBTINGUDA PER LIOFILITZACIÓ QUALIFICAT	➡	▼				▼
➡		SUD-EST FARÀ SABER ALGUNA COSA	➡	ACCIÓ DE DAWALLAR		
EN EL JOC DE CARTES QUE ES DESFAÇI D'UNA O MÉS PER SUBSTITUIR-LA PER ALTRES	NO ÉS SEDENTARI RUTLLIS	➡	▼	▼	VIU A LES CLAVEGUERES CAU DE L'AIKETA	
➡	▼		ON VAN ELS VIATGERS DEL TREN	➡	▼	DORMISQUEJA
CORRI EL VENT ARRENCO DE MÀIERA ARRISCADA	➡		TREBALLA A FER LLATA DIT DEL TUTOR NOMENAT PEL JUTGE	➡		▼
▼			▼		DO, RE, LA, SI CAUSA ROTACIÓ	➡
	ROSEGUI COM UNA RATA ARRAN COMES VOLADES	➡		CIUTAT ANDALUSA MULLALES PLANTES	➡	▼
➡	▼	QUALSEVOL DELS ESTERS DE L'ÀCID CARBÀMIC SENTÈNCIA POPULAR	➡	▼		LÍQUID QUE CIRCULA PER LES PLANTES
FRUIT DEL COCOTER HÀBITAT ABOMINABLE	➡	▼	ARBUST ESPINOS FLOC DE CABELLS	➡		▼
➡			▼	VORA DE LA MAR	➡	

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

Extractes del llibre “Lecciones de Vida” de Elisabeth Kübler-Ross i David Kessler

L'AMOR

L'Ésser que ets és l'Amor més pur.

L'amor ha de venir de l'interior.

Com aprenem a estimar-nos? A molts ens van ensenyar que estimar-se era negatiu perquè ho confonien amb l'egoisme. Experimentàvem recompenses si fèiem això o allò, si érem obedients. Ens feien creure que el seu amor era condicionat. El primer és nodrir la nostra ànima i sentir compassió de nosaltres. Quines activitats realitzem que ens facin sentir millor, més satisfets?

Quan ens estimem omplim la nostra vida d'activitats que ens facin somriure i que el nostre cor canti. Deixem entrar l'amor dels altres, agraïm-lo. No ens exigim tant.

Estimar és estar al costat de l'altre i preocupar-se per ell. Cap relació és insignificant o accidental. Tota trobada amb algú, sigui breu o profunda, positiva o no, és significativa.

No podem buscar un amor per a sentir-nos millor. Podem trobar un amor i sentint-nos bé però no solucionarà la nostra vida personal.

LA PÈRDUA

A la llarga ho perdrem tot menys el que importa.

Si acceptem que no podem conservar els nostres éssers estimats, podrem tenir la capacitat de valorar millor la infinitat d'experiències de les quals podem gaudir mentre estem aquí. I això en moles altres aspectes: objectes, salut, etc.

EL PODER no és una situació sòlida en la vida. Al contrari: és l'expressió de l'autenticitat, la força que hi ha al nostre interior. Tenim el poder de l'univers en el nostre interior. No ens cal controlar les coses perquè succeixin, si és que han de succeir. Les “casualitats” no existeixen, només les “manipulacions divines”. Aquest és el veritable poder. Entreguem el nostre poder quan ens preocupen les opinions dels altres.

És la nostra vida. El que importa és el que tu creus. No tens el poder de fer feliços els altres, però sí de fer-te feliç a tu.



DIUMENGE DE RAMS



*artesanes fent palmes i exposició
a una de les parades*



Les palmes i els palmons són fulles de palmera tendra treballades artesanalment, que els padrins regalen als fillols el dia de Rams. Els palmons són peces més grans i senzilles, fetes a partir d'una fulla sencera de palmera. Les palmes, en canvi, requereixen molta més tècnica, perquè tenen les fulles trenades amb filigranes, seguint procediments semblants als de la cistelleria. Antigament les palmes eren més utilitzades per les nenes i els nens solien portar palmons.

Són típics de la festivitat de Rams perquè rememoren l'entrada triomfal de Jesús a Jerusalem, on segons les escriptures va ser rebut per la multitud amb rams. Al principi de la missa del diumenge de Rams es fa una processó en què es beneeixen les palmes, els palmons i els rams de llorer. En algunes llars encara és tradició de penjar la palma beneïda al balcó i deixar-la-hi tot l'any, perquè hom creu que dona protecció i bona sort. Abans d'aquesta festa molts pobles i ciutats fan fires especialitzades on es poden trobar palmes, palmons i tota mena de cintes, flocs, figuretes i llaminadures per a ornar-les.

Als Països Catalans, tradicionalment, el dia de Rams es commemora anant a l'església a beneir el palmó dels nens, la palma de les nenes, o una branca de llor. Generalment també són els padrins els que regalen les palmes i palmons als fillols.

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.

Aproveiteu aquest espai, “DEL LECTOR”, per a suggerir activitats, felicitar amics, indicar coses a millorar al poble, denunciar, lloar... A la publicació podeu signar amb pseudònim, encara que a Redacció ha de constar el nom real de l’autor. Ànims! Pot ser molt útil!



TARDES DE LA MARIA ROSA (sessió de tarda)

Aquest mes seran els dies 10 i 24, amb històries distretes i disteses en companyia dels amics del Casal!

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

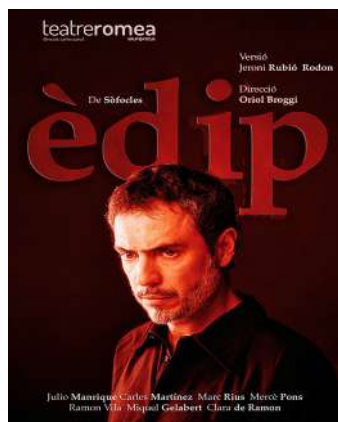
Dijous 19 a les 18.30 h ,
TARDA OBERTA

Àngel Comas presenta i comenta Las zapatillas rojas (The Red Shoes), una pel·lícula britànica de 1948 sobre ballet, inspirada en el conte d’Andersen i en la història real de la trobada de l’empresari Serguei Diaguilev i la ballarina Diana Gould. Una gran pel·lícula que converteix un ballet clàssic en un film fantàstic. Una obra mestra. Moira Shearer i Anton Walbrook en són els protagonistes. Fòrum visual i, per a qui vulgui, sopar compartit entre els assistents. Com sempre calculem que acabem a les 22.00 h, ja sopats.

TARDA DE TEATRE

“ÈDIP”, al Romea. Veure pàg. 22

(solució joc de la pàg. 17)



		CA	BLE		DA	TA	DOR		DOR	MI	TA		SA	BA
A	RO	MA	TIT	ZA	RA		GO	TA		RO	TA		TO	RI
		A	BO	LIT		DA	VA	LLA	MENT		RE		GA	
CA	RAM		EM	FI	SE	MA			DA	TI	U			BLE
	GUE	TA		O		NO	TI	FI	CA	RA			DI	TA
NA	VE	GA	BI	LI	TAT		CAR	BU	RIS		CO	ME	TES	
	CLA		AL		DO		DES		AR	RAN	CO		DE	

Calendari d'activitats no fixes del mes d'abril

Dimarts 3: passejada suau, 9.30 h a l'estació de valldoreix. Anirem pel **circuit inclusu des de Mas Roig fins al camí de la Salut**.

Divendres 6: A les 10.00 h sortida dels viatgers que van a la Terra Alta i Matarranya. (3 dies).

Divendres 6: A les 19.30h al Casal de Cultura, conferència **“La revolució de la longevitat”** amb **Beatriz de Balanzó de Angulo**, Llicenciada en psicologia i periodisme. Org.VEN . Col. Cultura EMD Valldoreix.

Dissabte 7: de 10.00 a 14.00 h, **“Trobada d'entitats i associacions de Valldoreix”** a l'Espai Garden. El Casal d'Avis hi participarà amb la venda d'objectes a benefici del projecte **Pro-Rwanda**. Esperem la vostra col·laboració, ja sigui portant objectes de “qualitat” per a vendre, com també comprant.

Dissabte 7 i diumenge 8: A les 21.00 i 19.00 h respectivament, a la Nau de Cultura, TEATRE : **“Folie à Deux\Sueños de un psiquiátrico”**, de Roger Cònsul per DomMia Teatre de Sant Cugat. Org. Grup de teatre Espiral. Col. Cultura EMD Valldoreix.

Dimarts 10: a les 10.00 h a l'estació de Valldoreix. Sortida Cultural, anirem al **PALAU GÜELL**. (Veure sortides culturals, pàg. 4).

Dijous 12: a les 18.00 h al Casal, XERRADA **“CARN, FAM I CANVI CLIMÀTIC. REPTES DEL SEGLE XXI”**, a càrrec de Xavier Cussó.

Dimarts 17: passejada 9.30 h a l'estació de Valldoreix. Anirem al **Mirador d'en Cors, font de l'Espinagosa i pantà de Vallvidrera**.

Dimarts 17: A les 18.30 h a l'estació de Valldoreix. Anirem al Teatre Romea a veure **“ÈDIP”**, preu 20 €.

Dijous 19: passejada suau, a les 9.10 h al Pg. Olabarria, parada autobús n. 1 direcció Sant Cugat. Anirem al **Pi d'en Xandri i Torrecendrera**.

Dijous 19, a les 18.30 h, **SESSIÓ OBERTA**, amb ÀNGEL COMAS. Fòrum visual: LAS ZAPATILLAS ROJAS. Sopar compartit (optatiu). Veure pàg. 21.

Divendres 20: A les 20.00 h. al Casal de Cultura, **“Fòrum Visual del VEN”**. Org.VEN . Col. Cultura EMD Valldoreix.

Dilluns 23: A les 17.00 h **CELEBRACIÓ DE SANT JORDI**, ens visitarà la Tinent d'Alcalde de Sant Cugat, Sra. Susanna Pellicer, i el Sr. Castelló, de l'EMD.

Dimarts 24: Sortida Cultural, visita a la **LLOTJA DE PESCADORS DE BARCELONA**, a les 11.45 h a l'estació de Valldoreix, per als que venen a dinar. Els que no vinguin al restaurant, ens trobarem a les 15.30 h davant del bar Casa Juanito, carrer de l'Escar nº 7. (Veure Sortides Culturals, pàg. 4).

Recordeu que totes les tardes es pot jugar al Casal, ja sigui a cartes, dòmino, Rummy, ping-pong o billar (en disposem de tres, un de carambola i dos americans)

NOTA: El dia 2 d'abril (dilluns de Pasqua) el Casal estarà tancat.

Calendari d'activitats fixes del mes d'abril

Dilluns

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

A les 10.00 h loga, amb Eulàlia Gudiol. (9-16-23)

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 (9-16-30)

A les 18.00 h Ball de coordinació (9-30)

A les 18.00 h Taller de ceràmica.

Dimarts

Dies 3-10-17-24

A les 16.00 h Tarda lúdica.

A les 16.30 h Taller de Memòria.

A les 18.00 h Sessió tarda (10-24)

A les 18.00 h Taller de música (3-17)

Dimecres

Dies 4-11-18-25

A les 11.00 h loga, amb Eulàlia Gudiol

A les 11.00 h Taller d'anglès.

A les 16.00 h Perruqueria.

A les 16.00 h Tarda lúdica.

A les 16.30 h Taller d'informàtica amb Ricard Cluet.

A les 16.45 h Taller de català (Veure programació)

A les 18.00 h Racó de Reflexió (11)

A les 18.00 h Poesia: L'escola mallorquina: **Joan Alcover, Miquel Costa i Llobera** (18)

A les 18.00 h Sàpiens (25)

A les 18.00 h Ping-pong.

Dijous

Dies 5-12-19-26

A les 09.30 h Taller d'informàtica, iniciació, amb Montse Julià.

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.

Divendres

Dies 6-13-20-27

A les 09.30 h Informàtica amb Montse Roura nivell alt.

A les 10.30 h Informàtica amb Montse Roura 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. (6-20)

A les 18.00 h Ping-Pong.

Dissabte

Dies 7-14-21-28

A les 11.00 h. Petanca.

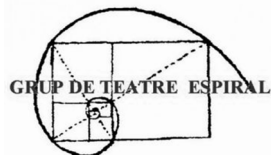
Benvolguts socis i sòcies del grup de Teatre Espiral del Casal d'Avis, les representacions de teatre d'aquesta 25a. Mostra es faran a la Nau de Cultura.

Per bé que l'aforament és limitat a 125 seients i la normativa no ens permet admetre més públic ni reservar seients amb noms, volem assegurar-nos que cap de vosaltres es quedi sense poder entrar. D'altra banda, guanyarem en comoditat i

Per tot això, us preguem aviseu la Isabel de Secretaria qui tenguí intenció de venir aquell dia concret i reservarem les vostres entrades fins mitja hora abans del començament de la representació.

Si teniu algun dubte, ja sabeu que podeu trucar a la Trini (600 373 802). Moltes gràcies.

La Junta d'Espiral



LA DIADA DE SANT JORDI

La diada de Sant Jordi
és diada assenyalada
per les flors que hi ha al mercat
i l'olor que en fan els aires,
i les veus que van pel vent:
" Sant Jordi mata l'aranya".

L'aranya que ell va matar
tenia molt mala bava,
terenyinava les flors
i se'n xuclava la flaire,
i el mes d'abril era trist
i els nens i nenes ploraven.

Quan el Sant hagué passat
tot jardí se retornava:
perxò cada any per Sant Jordi
és diada assenyalada
per les flors que hi ha al mercat

Joan Maragall (1860-1911)

Ajuntament
de SantCugat



Amb la col·laboració de:



Entitat Municipal de
Valldoreix