

LA VEU DEL CASAL



INFORMATIU MENSUAL



JUNY mes de revetlles



nº 198 juny 2018



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

CURIOSITATS



Jo, **Petúnia**, et saludo, Follet Tafaner! Qui sóc jo és banal, bé ho saps. Allò important és que sempre llegeixo els teus articles i peripècies i m'agraden molt. I vull saber com ho fas. Què és el que et mou? En aquesta carta t'escric un seguit de preguntes. Entenc que potser algunes d'elles no les podràs respondre mai perquè posarien en risc la teva supervivència com a ésser anònim. Tanmateix, crec que la imaginació pot ser part de les respostes si ho estimes necessari.

Una de les coses que més m'intriga, és on t'amagues per observar. Saber si tens alguns llocs preferits, si és millor fer-ho des de les altures i a distància o enmig i camuflat. Quines facultats penses que ha de tenir un bon ob-

Avui he vist uns senyors que portaven una mena de bastó dins d'una funda. Anaven decidits pel passadís de la biblioteca que porta a una sala força gran amb tres taules de billar: una de caramboles i dues de billar americà.

Els he seguit i m'he amagat en un racó. Ara veuré què fan.

De la funda surt un pal que s'allarga fins a la mida d'uns altres pals que són a la paret: n'hi diuen: "taco" (en català tac).

servador? Es necessita entrenament físic? Ser follet et dóna habilitats especials per amagar-te? O per fugir... si algun cop has hagut de marxar o fins i tot escapar perquè has estat detectat com a un intrús.

I..., com recordes allò vist? Ho apuntes en un quadern immediatament? Uses una ploma estilogràfica d'aquestes afilades per a enganxar en el paper tots els detalls o potser fas servir un bolígraf senzill de tinta negra i espessa? O potser, ho fas amb tinta invisible? O només amb la memòria? Pot ser que una de les facultats de ser follet és que el teu cervell pugui atresorar bells moments. També m'agradaria que em parlessis de quines ocasions presencies. De si hi decideixes anar o hi vas a parar. I, si hagués de ser premeditat, què hi buscaries? Què és el que et genera curiositat? Fins aquí algunes preguntes que m'has despertat. Segueix tafanejant!



Comença el joc. Destapen la taula: hi ha boles plenes o llises (d'un sol color) i d'altres diferents que en diuen cintes (de dos colors) i a més a més una de blanca i una de negra. Les col·loquen estratègicament dins d'un triangle i les posen en un punt establert. El jugador que li toca començar es col·loca i amb la bola blanca apunta al conjunt de les boles i ... diàspora general en totes direccions. Ara podrà triar les

boles que vol (plenes o cintes) i ara les haurà d'anar ficant als forats. Quan comet alguna falta passarà el torn al seu adversari i el que aconsegueixi ficar-les totes i després la negra haurà guanyat. Si la negra cau abans d'hora al forat: partida perduda! Diu que fan campionats comptant un punt per a cada partida guanyada.

I no us explico l'entramat perquè potser m'armaria un embolic i... el "mestre" no hi estaria d'acord. He pogut observar que el billar és un joc que potencia la destresa, punteria i estratègia, coses molt interessants. Qualitats que ajuden a mantenir-se, estar a l'aguait i conservar-se. Val la pena!!!

Follet tafaner

examen final

EDITORIAL

Mes de juny: fi de curs.

Els nostres néts s'enfronten als resultats dels exàmens finals. Ara és l'hora de recollir els fruits dels treballs del curs.

També nosaltres podem fer un examen del funcionament del Casal. Comencem doncs, pensem-hi amb sinceritat.

Hem mantingut un bon ambient malgrat les diferents maneres de pensar i de sentir?

Quant als tallers: tenen el nivell que requereixen? els manca material?

Els esports: per què no augmenten els jugadors de petanca? El ping-pong ha format un molt bon grup, fidel i addicte, -la ubicació de l'espai a la sala gran porta problemes de coincidències-. Aquest grup ha ajudat a augmentar els jugadors de billar. Com va tot plegat?

Els jocs de taula: canastra, els dos grups que juguen podrien estar més agermanats? Com es podria recuperar i incrementar el nombre de jugadors de dòmino?

Ara ha sorgit l'afició pel "Rummy".

La Coral augmenta mica en mica, el nombre de cantaires, continuen, però, faltant homes.

Sabeu que tenim responsables de cada activitat, al qual hem d'adreçar-nos per a qualsevol qüestió que s'hi relacioni?

Les sortides culturals tenen molt d'èxit; les excursions i els viatges creiem que en general surten bé.

Les festes i celebracions es fan amb il·lusió.

Si l'examen ens el fem nosaltres és natural que ens posem bona nota superant el "Sufi" de llarg. Però ens interessen les vostres notes que podeu adreçar al vostre responsable o bé escriure una carta a La Veu.

Continuem endavant, sempre es pot millorar.



Visites culturals



Finalitza el curs de les Culturals i com a penúltima sortida, volem acomiadar-lo amb una visita d'alta qualitat artística.

El 12 de juny, tenim cita al Museu Nacional d'Art de Catalunya.

Gaudirem de la nova presentació que ha fet el museu, de la col·lecció Renaixement i Barroc. Serà una visita guiada d'una hora i mitja aproximadament. Són unes 300 obres, de les quals 22 mai no exposades anteriorment, amb la col·lecció Cambó i la Thyssen, ara integrades al recorregut.

Col·lecció Cambó. Entre 1927 i 1936, assessorat per experts internacionals, va començar a col·leccionar art, va llegar una cinquantena d'obres al museu, d'un alt nivell qualitatiu que abraça pintura europea del segle XIV a inicis del XIX. És l'aportació desinteressada de més valor que ha rebut el museu al llarg de la seva història.

Les obres comentades dels grans artistes; Rubens, Velázquez, Goya, Cranach, el Greco, Caracci, Tintoretto, Forment, Viladomat, ens esperen... Preu visita guiada : 4 €

Dia 26 de juny: FÀBRICA ANÍS DEL MONO, L'ANISET DE TOTA LA VIDA

Pareu-vos a pensar... ¿Quantes empreses coneixeu que estiguin venent el seu producte des de fa més de 140 anys? A Badalona n'hi ha una: **ANÍS DEL MONO**.

El **1868**, els germans i emprenedors Josep i **Vicenç Bosch Grau**, que havien fet fortuna gràcies a la importació de cacau i tabac d'Amèrica, van començar a comercialitzar aquest famós destil·lat de matalafaluga.

Anís del Mono potser és una de les marques comercials amb més anècdotes i llegendes a l'esquena. Per començar, parlem del seu protagonista. **Va existir en realitat el mico o va ser només una estratègia comercial?** Això i moltes coses més deixarem que ens les expliquin durant la visita...

Més que una fàbrica és un museu i, si us animeu, tindreu l'oportunitat de conèixer el procés de producció que se segueix per aconseguir el preuat líquid, que també compta amb el seu propi ingredient secret, **la sala de destil·lació**, on es conserven unes imponents bótes de fusta; així com el despatx gerencial, amb una preciosa llibreria en la qual s'arxiven metòdicament els resultats econòmics de cada exercici des de 1868. També és interessant veure les **primeres ampolles de la marca** i descobrir quina relació tenen amb un perfum parisenc. I acabarem la visita i la temporada de **sortides culturals** amb un dinar a prop del mar. (Procurem un preu assequible, com sempre).

El preu de la visita guiada és de 5 euros. Trobada a l'estació de Valldoreix a les 9.30 h.

ATENCIÓ: Cal que us apunteu i pagueu al Casal, hi ha temps fins el dia 21 de juny.



CONSELLS DEL PADRÍ I DE LA PADRINA



Per als que teniu un hort amb fruiters, si voleu evitar que les formigues i altres insectes s'enfilin per la soca de l'arbre, unteu les soques amb algun tipus de greix.

És molt recomanable que mengueu a poc a poc i amb calma i mastegant bé. No hem d'agafar una cullerada fins acabar de mastegar el que tenim a la boca. El vostre estómac us ho agrairà.

Antoni Mallol

RACÓ DE REFLEXIÓ

Com ser conscients dels nostres límits.

De vegades sentim que no podem més i diem “no puc més”, “estic esgotat/da”, “no tinc forces”, i... mirant el passat, pensem que abans les coses eren més fàcils, que avui la vida és molt complicada. Això passa perquè pretenem dur ara, el mateix ritme de fa deu o quinze anys.

Si caminem per la vida en contra del ritme que correspon a la nostra edat actual, evidentment patirem un estrès inaguantable i aclaparador.

Per què no ens deturem a sentir la resistència actual del nostre cos i de la nostra ment? Ahhh! Que difícil és, a vegades, acceptar els límits que imposa el pas del temps!

La nostra ànima és immortal però el cos no i succeeix que no sabem separar i donar a cada cosa el seu valor.

Si anem en contra del nostre ritme vital i traspassem el límit de resistència, tard o d'hora en patirem les conseqüències.

Prendre les regnes de la nostra vida significa prendre consciència dels nostres límits i adaptar la nostra manera de viure a la nostra capacitat i ritme actuals i no “pretendre” l'eterna joventut del cos i de la ment.

SOLAMENT L'ÀNIMA NO TÉ EDAT.

Rosa M Preckler

temps i por: no tinguem por

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

EL TEMPS

En general, el canvi no ens agrada però amb el temps tot canvia, canviem físicament i anímica. El canvi és una companyia constant, però no el considerem un amic. Els canvis ens espanten, suposa acomiadar-se d’una cosa coneguda per enfrontar-se a allò desconegut.

Vivim amb tota la càrrega del passat. El que vam ser ahir no defineix el que som en aquest moment. Viure això és una meravellosa llibertat. Cal desprendre’s de la cadena del passat. Al matí, en dutxar-nos, traiem també les càrregues emocionals. Renovem-nos cada dia. No es tracta d’oblidar el passat, sinó de veure’l com el que va ser. Instal·lem-nos en el present en què realment vivim. Alguns viuen en el futur, altres somnien en ell o el temen. Aquests plantejaments ens mantenen fora del temps.

En realitat el temps no existeix, és una invenció de l’home. No sabem el temps que ens queda de vida.

Experimentem plenament el moment present que té totes les possibilitats de felicitat i amor.

LA POR

Dins nostre hi ha un món sense pors esperant a ésser descobert. Si ens atrevim a avançar malgrat les pors, tindrem més oportunitats en la vida. Hem de viure lliures sense pors als judicis dels altres, sense restriccions.



Els nostres temors no eviten la mort, frenen la vida. La por ho obstrueix tot: l’amor, els sentiments, ser nosaltres mateixos. La bondat i l’amor vencen la por. Per superar la por hem de passar-nos a l’amor. Tenim moltes emocions que, en el més profund, sols són dues: Amor o Temor. En imbuir-nos d’amor comencem a eliminar pors.

Les nostres pors impliquen passat o futur (és el pensament qui les crea) només l’amor és en el present. La por utilitza diverses disfresses: ira, protecció, autosuficiència... Hem de convertir la por en saviesa. Visquem en l’amor començant per estimar-nos.

Aprèn a utilitzar el poder de l’amor, la bondat i la compassió. Tingues compassió de tu. Si vius amb pors no vius. Els pensaments o bé reforcen les pors o bé eixamplen l’amor: la por crea més pors, l’amor crea més amor, s’expandeix.

Parlem bé el català,

No s'ha de dir

Posseedor
Postin
Postre
Postre (a la)
Postrimeries
Potro
Potxo
Precís (ser)
Prenda
Prendes (de totes)

Cal dir

Posseïdor
Presumpció, to
Postres
A la fi
Acaballes, darrerries
Poltre
Passat// Esgotat, abaltit, xaruc
Caldre
Penyora//Peça, vestit//Qualitat, atribut//Joia
De totes les qualitats o virtuts

TALLER DE CATALÀ

DIA 6	Comentari del llibre "SOC L'ELI" de Pilar Mercadé
DIA 13	Dictat comentat i exercicis
DIA 20	Dictat comentat i exercicis. ÚLTIM DIA DEL CURS 2017/2018

FILOSOFIA DE BUTXACA

"Qui vol fer una cosa troba sempre un mitjà, qui no vol fer res troba sempre una excusa" *Proverbi àrab*

campions!

CAMPIONATS PRIMAVERA 2018

34è ANIVERSARI

PETANCA



PRIMERS: FRANCESCO CAVASSA
EMILI WALIÑO
ISIDRE ROVIRA



BILLAR

PRIMER: FÈLIX MESTRES
SEGON: PEPE MARTÍN
TERCER: JORDI PELLICÉ

Soci protector

CANASTRA

PRIMER: ROSA BARINGO
MONTSE ROURA
SEGON: ISABEL CASTELLS
NÚRIA CARRIÓ



IMPREMTA RÀPIDA DIVERSA

en paper, plàstic, fusta...

Llibres Revistes

Flyers

Triptics

Targetes i targetons

Records

Clauers

Llapis

Imants

Trofeus

Metacrilat

Expositors

Jocs

Renodrac

Pg Ratapinyada 13
VALLDORÈIX

93 589 38 12

Menjadors i caixes niu

www.RENODRAC.ES

ACTIVITATS QUE PODEM PRACTICAR

Caminar

Caminar cada dia entre 30 i 60 minuts és el tipus d'exercici que fem amb més freqüència. És la forma més natural que tenim de fer exercici. Caminant es millora la capacitat pulmonar, s'activa la circulació de la sang, es facilita la mobilitat en l'aparell locomotor i mantenim en l'estat adequat els ossos, músculs i lligaments. Abans de caminar, però, tinguem en compte els aspectes següents:

- Preferim fer-ho en espais que no siguin durs al contacte amb el peu, com el terra o la gespa.
- Els recorreguts han d'estar ben il·luminats i han de ser regulars i plans. Cal evitar les pujades i baixades brusques i prolongades, en les quals els genolls es puguin ressentir.
- Evitem d'anar per llocs amb molta circulació i pol·lució, perquè no podem respirar en condicions ideals.
- Engresquem altres companys perquè ens acompanyin. Així podem passar una bona estona tots plegats.



Extret del llibre de la FATEC

VIATGE A NÀPOLS I COSTA AMALFITANA

en projecte

del 25 al 28 de setembre 2018 (mínim 25 places)



Preu per passatger en allotjament doble: 725 €
(suplement individual 150 €)

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](mailto:farmaciovallldoreix@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 €

POLLASTRE AMB PINYA

Ingredients per a 6 persones:

6 quaters de pollastre de la part de la cuixa,
1 llauna de pinya,
200 cc. de llet,
100 cc. de xerès sec,
1 cullerada rasa de Maizena,
oli, sal i pebre.

Renteu els quaters de pollastre, i de cada quarter feu-ne dos talls, salpebreu-los i deixeu-los reposar durant una hora.

Poseu oli en una paella i enrossiu els quaters, traslladeu-los a una cassola i aboqueu-hi 200 cc. de suc de la pinya, 200 cc. de llet i 100 cc. de xerès sec. Tapeu la cassola i coeu el pollastre a foc suau fins que sigui tou.

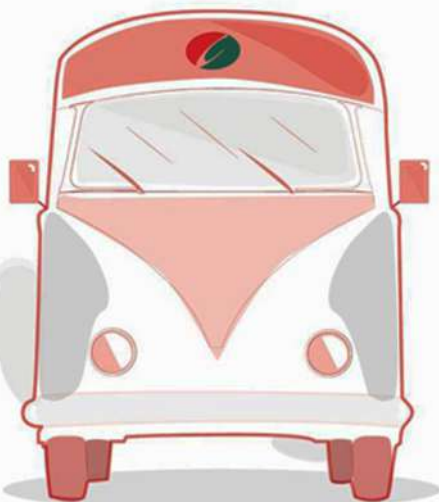
Retireu els quaters de pollastre, aboqueu el suc de la cocció en un cassó i torneu a posar el pollastre a la cassola. Poseu el cassó al foc i quan bulli, afegiu-hi la Maizena desfeta amb una mica d'aigua freda, remeneu-ho i deixeu que arrenqui el bull, aboqueu-ho a la cassola amb el pollastre, deixeu que cogui uns 5 minuts. Tasteu-ho i rectifiqueu-ho de sal.

Escorreu 12 rodanxes de pinya, i fregiu-les en una paella amb poc oli. Poseu-les damunt de paper de cuina a fi que absorbeixi l'oli.

Col·loqueu en una plata de servir el pollastre ben calent, acompanyat de les rodanxes de pinya fregides.

Mercè.

Soci protector



*CONSULTA CONDICIONS



Condís
Valldoreix

La carn, un aliment polèmic

El passat dijous 12 d'abril uns quants membres del Casal ens vam trobar per reflexionar sobre la nostra dieta actual, i en concret sobre el consum excessiu de carn i les seves conseqüències. Després de visualitzar el documental: un magro dilema (I), que aborda críticament el tema, es va obrir un animat debat.

A començaments de la dècada de 1960 cada ciutadà de l'estat espanyol consumia de mitjana poc més de 20 kg. de carn a l'any, és a dir, uns 50 grams al dia. Mig segle després, amb una població molt més nombrosa, consumim gairebé 100 kg. per habitant i any. Això ha estat possible per la transformació radical del nostre sistema alimentari i de la nostra dieta, basada en una ramaderia intensiva industrial, que concentra milers de caps de bestiar en autèntiques granges-fàbrica de carn, amb la selecció de races, la industrialització de la producció de pinsos, l'ús dels antibiòtics, hormones de creixement i els canvis tècnics i culturals en la distribució i el consum d'aliments, que han abaratit artificialment el preu de la carn alhora que el seu consum creixia de forma espectacular. El mateix havia succeït o estava succeint a EUA i Canadà, arreu d'Europa i, més recentment, a Índia o Xina.

La carn i els productes d'origen animal són una font important d'energia, proteïnes i vitamines i minerals, però el seu consum excessiu pot tenir greus conseqüències per a la nostra salut i la del nostre planeta.

La carn, industrialitzada i consumida en excés, pot provocar sobrepès, un augment de la incidència de determinats tipus de càncer, malalties metabòliques o resistència als antibiòtics.

Per altra banda, la creixent producció i consum de carn té greus implicacions per a la població pobre del món i la sostenibilitat del planeta:

La producció a gran escala de carn suposa un consum d'aigua, cereals, pastures, pinsos industrials amb un gran impacte ambiental, com la sobreexplotació de l'aigua dolça, la desforestació, la contaminació transgènica, l'abús de pesticides i fertilitzants químics als conreus, que contaminen la terra, l'aire i l'aigua subterrània i de rius i mars.

L'augment de la superfície agrícola dedicada a alimentar el bestiar (conreus i praderies) és sovint en detriment de la dedicada a alimentar les persones, encarint els aliments destinats a la població més pobre.

L'augment espectacular de la cabanya ramadera, especialment la vacuna, implica un augment de les emissions de metà, un dels principals gasos responsables de l'efecte hivernacle i el canvi climàtic.

L'acumulació de purins, que contaminen la terra i la capa freàtica, fonts i rius, el creixent cost energètic i ambiental de la producció, processament, transport i consum de la carn i derivats tenen també un elevadíssim cost ambiental.

I això sense entrar en altres temes polèmics com el maltractament animal.

I què podem fer davant aquesta situació?

Consumir menys carn, especialment la vermella, i consumir carn ecològica, més saludable, més gustosa i amb un impacte ambiental molt menor.

Exigint als nostres governants que el preu de la carn industrial incorpori els seus costos sobre la salut i el medi ambient, i que alhora protegeixin la producció d'aliments saludables i respectuosos amb el medi ambient i la nostra cultura.

Serà bo per a nosaltres i bo per al planeta.

LES PASSEJADES DE LA CARME I L'ISIDRE

15 de maig. Hem fet un tros d'un dels circuits de Valldoreix i la font de Can Barba. La riera amb l'aigua tan clara, la vegetació tan abundant i el dia clar i serè feien de l'espai una meravella.



22 de maig. Una suau passejada prop de rieres, on hem pogut veure alguns horts i observar un divertit espantall per a garantir una bona collita. Als voltants de la masia de ca n'Abadal unes cabres gaudien plàcidament del matí de primavera.



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

EXCURSIÓ A PALS I PERATALLADA

Dia: 21 de juny

Hora: 8.00 h



Sortida a l'hora indicada en direcció a Tordera. Arribada i esmorzar a un acreditat restaurant a base de:

**PA AMB TOMÀQUET, EMBOTITS DE LA ZONA,
VI, AIGUA I CAFÈ**

Seguidament, ens dirigirem cap a la comarca del Baix Empordà per visitar Pals, bonic poble medieval, envoltat encara per les seves muralles.

Després visitarem Peratallada, espectacular poble de carrers empedrats, on sembla que s'ha detingut el temps, un lloc on val la pena passar-hi el dia.

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

PICA-PICA

**FAVES A LA CATALANA
VEDELLA AMB BOLETS
POSTRES**

PA, VI, AIGUA, CAVA, CAFÈ I GOTES

A la tarda, farem un passeig pel Casc Antic de Tordera on coneixerem la seva Església parroquial de Sant Esteve, el Pont de ferro i el passeig fluvial entre altres racons insòlits

PREU: 39 €



LA GARROTXA



Al començament va ser un petit calvari: primera, punt mort i primera; un trajecte que es va triplicar en temps i cansament. Però el que no sabem és que més tard viuríem una experiència quasi mística, que esdevindria una de les excursions més formoses que quedaria gravada dintre de la part noble de les nostres emocions.

Garrotxa: Comarca gironina, prepirinenca, noms mítics de l'Empordà i del Vallespir. "Cançó d'amor i de guerra". Zona volcànica amb música del Fluvià que crea camins d'aigua a les valls. Salts d'aigua van acompanyar tot el camí. Terra privilegiada plena de silencis i de cants de fades. Tot verd, tots els tons de verd, amb taques roges de roselles. Arribem tard al trenet però el "Pitus", comprensiu i xerraire ens porta a Sant Joan les Fonts per admirar l'església romànica (a 958) on encara es poden sentir les pregàries dels benedictins. És preciosa.

El trenet no permet cansar-nos, ens porta cap a un gran salt d'aigua que impedeix la conversa i ens dirigim cap a la gran pedrera de la zona, on tres volcans van deixar tres estrats diferenciats sedimentats pel riu. Paret de basalt majestuosa d'on sortien les llambordes que emplenarien els carrers (... i a sota hi trobem la platja).

Una rotonda de dòlmens acariciats per l'aigua feta escuma que deixem enrere. A la zona hi ha quinze ermites romàniques, ara visitem la de Santa Maria de Vianya (a 858) amb una imatge original de Sta Margarida feta d'alabastre (XVIII).

Camps verds i vaques blanques que ens miren encuriosides. Tot verd. Tots els verds. Catalunya profunda, tossuda i fidel. Tot groc, als camps, llaços penjats als ferros dels ponts, als filferros dels camins, a les branques dels arbres, mentre que el trenet anava obrint camins nous que nosaltres estrenàvem, els lladrucs de dos amics jugaven amb les rodes sorolloses del trenet, com de juguina.

La delicada i etèria potentil·la emplenava de llum groga el paisatge.

Ara, mentre s'escriu aquesta crònica, veig que el paper abans blanc, ha esdevingut també verd, verd amb taques grogues.

Excursionistes del Casal



visita dels infants del Ferran i Clua

Tal i com estava previst el dia 11 de maig, han visitat el Casal d'Avis, 51 infants de la classe de tercer de primària del col·legi Ferran i Clua, de nou anys, acompanyats de les seves professores, la Marta i la Lourdes. Visita que ja s'ha convertit en una tradició. S'inicià fa uns anys, es va deixar de fer i ara es ve realitzant des de fa tres anys.

L'objectiu és que els infants sàpiguen que hi ha un Casal d'Avis molt actiu, que realitzem quantitat d'activitats per mantenir-nos en forma física i mental. Malgrat ser grans, mantenim l'esperit jove!

Per poder-los rebre i visitar les instal·lacions, un grup de 22 voluntaris, es va prestar a col·laborar i gaudir de l'experiència. Una vegada efectuada la presentació de rigor, en la sala gran, un grup de deu infants van poder participar en una classe de ioga dirigida per l'Eulàlia, de la qual quedaren encantats. A continuació, els 51 infants, es van dividir en sis grups, per participar en totes les activitats previstes i cada vint minuts s'anaven alternant. Des dels jocs de ping-pong, la petanca i el billar, a les de dibuix, la biblioteca i finalment la sala dels ordinadors.

La veritat és que els nens i nenes, s'ho van passar molt bé i descobriren un munt de coses i noves experiències que no oblidaran mai, i el avis que hi vàrem participar també vàrem gaudir d'aquesta entranyable experiència.



CONCERT D'AVIS I NÉTS

Com cada any la Coral Esclat de Germanor acaba el curs amb un concert en el qual a la primera part actuen els nens sols o amb els seus avis/ies i junts gaudeixen de la música.

És molt interessant com els nens que continuen estudiant milloren en el domini de l'instrument que han triat. Aquest any hem pogut escoltar clarinet, saxo, trompeta, guitarra i piano.

Les actuacions d'en Gerard i l'Albert van sorprendre el públic per la seva perfecció i sensibilitat.

Vam gaudir d'una peça a quatre mans d'en Gerard amb la seva àvia: un bonic vals de Tchakowsky.

Finalment un compositor, el Sr Edmund Eckart veí de Valldoreix, ens va obsequiar amb un temps del seu concert per a violoncel i piano dedicat a la seva filla Maria, una gran professional del violoncel. L'obra ofereix dificultats que requereixen un gran virtuosisme i també passatges amb una bonica melodia. Va ser un final brillant.

Abans de l'actuació de la Coral la Família Cardoner, que també hem vist créixer en el temps, van cantar dues cançons: una escenificada i l'altra a tres veus. Ens van omplir d'optimisme.

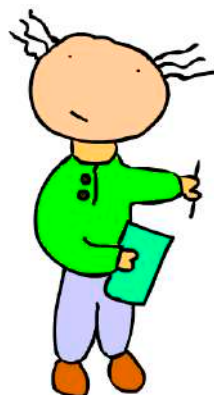
Va arribar el torn del concert de fi de curs de la nostra Coral, en el qual vam tenir la sort de comptar amb l'Albert i el Gerard per reforçar els baixos.

D'aquesta manera amb el bonic repertori de cançons es va acabar el binomi d'avis i néts.

Una vetllada molt agradable.

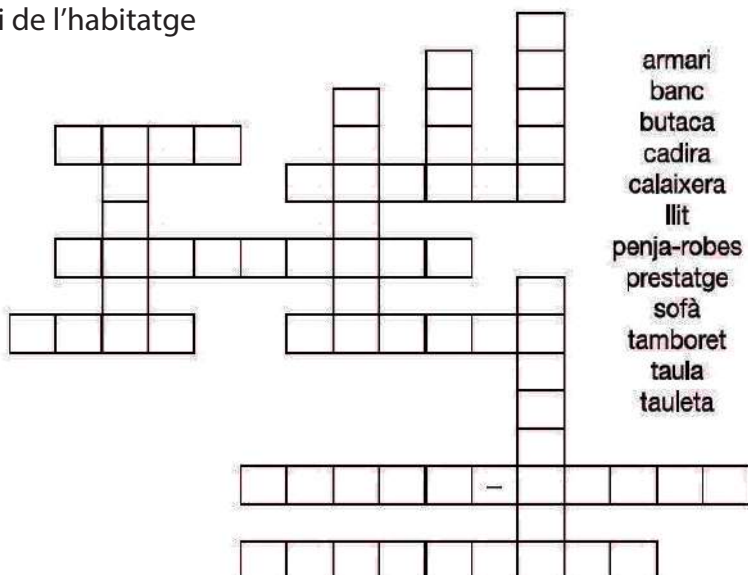


SUDOKU - Nivell mig



Solucions a pàg. 21

PARAULES CREUADES



FESTES PER A L'ESTIU

Diumenge 3: a les 19.00 h a la Nau de Cultura. L'obra de teatre **"TERENCI & MARIA AURÈLIA"**, producció pròpia pel grup de teatre **"A PEU PLA"**, de Badalona. Org. Grup de teatre Espiral. Col. Cultura EMD Valldoreix.



Dissabte 23: a les 22.00 h al Casal d'Avis. **REVELLA DE SANT JOAN**, amb coca i cava. Preu del tiquet 7 €. Cal portar el sopar i recollir el tiquet a secretaria. Us hi esperem!

Dijous 28: a les 18.00 h, **Inauguració EXPOSICIÓ DE TREBALLS DELS TALLERS DE MANUALITATS**. Brindarem amb cava pel final de curs i pensant ja en el curs següent.



Dissabte 7 de juliol, a les 17.30 h **FESTA D'ANIVERSARIS** per als nascuts durant els mesos abril, maig i juny.

Aquesta vegada la festa la celebrarem amb un berenar fresquet al jardí, ja que serà ple estiu. Hi haurà com sempre molta animació, regals, rifes...

GRUP DE TEATRE  **ESPIRAL**



TARDES DE LA MARIA ROSA (sessió de tarda)

Aquest mes seran els dies 12 i 26, amb històries distretes i disteses en companyia dels amics del Casal!

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

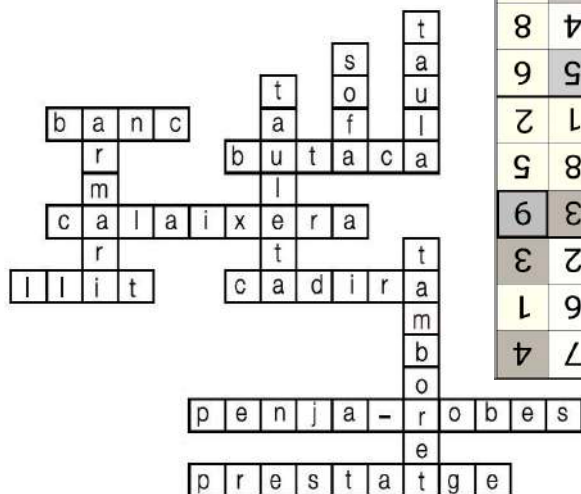


la veu del lector

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!

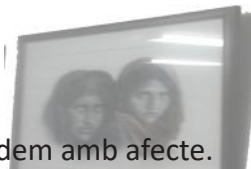
(solucions als jocs de la pàg. 19)



7	6	2	1	5	6	4	3	8
8	4	1	9	2	3	5	7	6
9	5	3	8	7	4	2	9	1
2	1	7	3	4	5	8	6	9
5	8	6	7	9	1	3	2	4
9	3	4	6	8	2	7	1	5
3	2	8	5	6	9	1	4	7
1	6	5	4	3	7	9	8	2
4	7	9	2	1	8	6	5	3



RECORDEM



Alfred Marquina, viu retrat del seu pare, que tots recordem amb afecte. Home col·laborador acceptà al moment la petició que se li va fer de dur a terme el taller de pintura del Casal. També va actuar amb els Marxosos, amb elegant encert.

Recordarem el teu pas discret, amable i generós entre nosaltres. Estem al teu costat amiga Sara.

Descansi en pau.

Calendari d'activitats no fixes del mes de juny

Dissabte 2: Sortida dels viatgers a Polònia.

Diumenge 3: a les 19.00 h a la Nau de Cultura. L'obra de teatre "**TERENCI & MARIA AURÈLIA**", producció pròpia pel grup de teatre "**A PEU PLA**", de Badalona. Org. Grup de teatre Espiral. Col. Cultura EMD Valldoreix.

Dimarts 5: a les 9.30 h a l'estació de Valldoreix, passejada. Anirem al **Bosc Literari i bosc Naturalista**.

Dijous 7: a les 9.30 h a l'estació de Valldoreix, **passejada SUAU**. Anirem **l'estany dels Alous**.

Dissabte 9: arribada dels viatgers de Polònia.

Dimarts 12: a les 9.15 h a l'estació de Valldoreix. Sortida cultural. Anirem al **Museu Nacional d'Art de Catalunya...** (veure sortides culturals, pàg. 4).

Dijous 21: a les 8.00 h al Casal. Sortida a **PALS I PERATALLADA**, preu 39 €. (Veure pàgina 15)

Dissabte 23: a les 22.00 h al Casal d'Avis. **REVEL·LA DE SANT JOAN**, amb coca i cava. Preu del tiquet 7 €. Cal portar el sopar i recollir el tiquet a secretaria. Us hi esperem! (Veure pàg. 20)

Dimarts 26: a les 9.30 h a l'estació de Valldoreix, sortida cultural. Anirem a visitar la "**Fàbrica Anís del Mono, l'aniset de tota la vida**", preu 5 €. **ATENCIÓ:** Cal que us apunteu i pagueu al Casal fins el dia 21 de juny. (Veure sortides culturals, pàg. 4).

Dijous 28: a les 18.00 h, **Inauguració EXPOSICIÓ DE TREBALLS DELS TALLERS DE MANUALITATS**. Brindarem amb cava pel final de curs i pensant ja en el curs següent.

S'estan formant **equips de CANASTRA** (parelles) pel **campionat** que començarà el juny i acabarà la primera setmana de setembre. Els equips guanyadors rebran els trofeus durant la **Festa Major**. Convidem tothom a participar-hi, homes i dones! Apunteu-vos a Secretaria.

Recomanat:

Dels nostres amics MUSICUS

Concert de Primavera NOCTURNS DE MOZART

Coral l'Harmonia i Músic'Al Cor
de Valldoreix

Diumenge 17 juny

A les 19.00 h

A la Nau de Cultura de Valldoreix
(c/Sant Albert 1)



Calendari d'activitats fixes del mes de juny

Dilluns

Dies 4-11-18-25

A les 10.00 h loga, amb Eulàlia Gudiol.

A les 16.00 h Tarda lúdica.

A les 16.00 h Taller de pintura (4-25)

Coral Esclat de Germanor: Joanna indicarà personalment dia trobada amb els/les cantaires.

A les 18.00 h Ping-pong.

A les 18.00 h Taller de ceràmica.

Dimarts

Dies 5-12-19-26

A les 16.00 h Tarda lúdica.

A les 16.30 h Taller de Memòria (5-12-19)

A les 18.00 h Sessió tarda (12-26)

A les 18.00 h Taller de música (19)

Dimecres

Dies 6-13-20-27

A les 11.00 h loga, amb Eulàlia Gudiol

A les 11.00 h Taller d'anglès (6-13-20)

A les 16.00 h Perruqueria.

A les 16.00 h Tarda lúdica.

A les 16.30 h Taller d'informàtica amb Ricard Cluet.(6-13-20)

A les 16.45 h Taller de català (6-13-20) (Veure programació)

A les 18.00 h Poesia (20)

A les 18.00 h Ping-pong.

Dijous

Dies 7-14-21-28

A les 09.30 h Taller d'informàtica, iniciació, amb Montse Julià (7-14)

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 1-8-15-22 (29 festa local)

A les 9.30 h Informàtica amb Montse Roura, nivell usuari experimentat (1 - 8)

A les 10.30 h Informàtica amb Montse Roura repàs general, mòbils i tauletes (1 - 8)

A les 16.00 h Tarda lúdica.

A les 16.00 h Taller de puntes de coixí.

A les 16.00 h Podologia (15)

A les 18.00 h Ping-Pong.

Dissabte

Dies 2-9-16-23-30

A les 11.00 h Petanca.

NOTA: Els tallers acaben oficialment el dia 22, excepte acord puntual entre els usuaris.

Soci protector



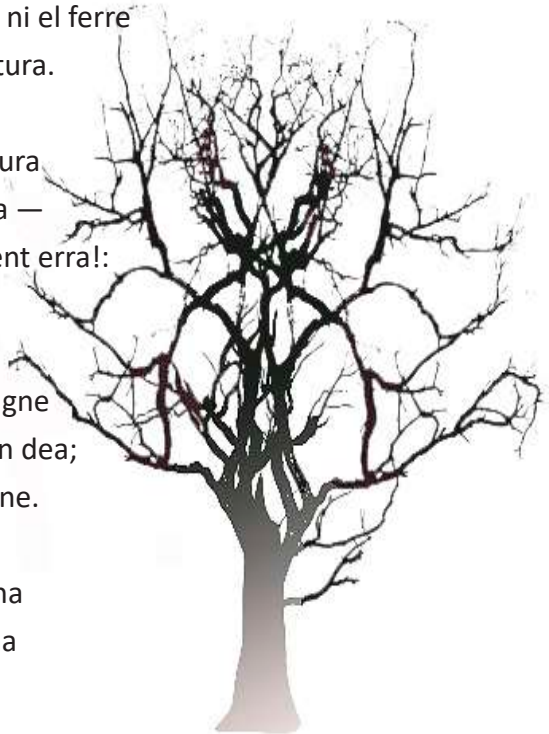
“NO PAS L’ATZAR NI TAMPOC LA IMPOSTURA...”

No pas l’atzar ni tampoc la impostura
Han fet del meu país la dolça terra
On visc i on pens morir. Ni el fust ni el ferre
No fan captiu a qui es dón l’aventura.

Clos segellat, oh perfecta estructura
De la mar a Ponent, i a l’alta serra —
Forests dels Pirineus—, on ma gent erra!:
A Ella els cors en la justa futura.

Sòl de beutats: la Mar és el teu signe
I els teus magnes cabdills la feren dea;
Pagà tribut i un temps fores insigne.

Oh vigorosa estirp! Esclava indigna
Que cobeges viltats: Sagna, i signa
El teu rescat, i el retorn a la Idea!



J V FOIX del poemari Sol, i de dol (1947)

Ajuntament
de SantCugat



Amb la col·laboració de:



Entitat Municipal de
Valldoreix