

LA VEU DEL CASAL



INFORMATIU MENSUAL



n. 222 - agost 2020



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

que els somnis es facin realitat...

CURIOSITATS

Després de la intensa cerca d'uns informatius que no existeixen en paper perquè es van fer digitals, he caigut del niu de la Covid gràcies a una amiga que m'ho ha dit.

Ai Déu meu! Els follets anem d'esma i ens adormim.

Ara us explicaré el somni que he tingut darrerament:

De bon matí havia anat al Casal. Estava davant la porta per fer el tafaner com sempre. En aquestes arribava un autocar marca Franquesa. Començava a arribar gent amb maletes de totes mides i anaven pujant a l'autocar enmig d'un alegre batibull: -"On és el meu lloc?"- deia una -"Vine aquí"- deia una altra". Salutacions, petons, ganes de gaudir desbordants.

El xofer de nom Josep ajudava les persones amb dificultats, tothom el coneixia, el saludaven, l'apreciaven.

Sembla que ja hi eren tots, la guia els havia anat comptant i recomptant. L'autocar d'il·lusions avançava, s'havia d'arribar puntual a la primera visita concertada.

L'arrencada em desperta, Quina llàstima, ara que m'ho estava passant tan bé...que tingueu bon viatge!!!

Follet tafaner



Soci protector

EDITORIAL

Continuem amb la mateixa incertesa. Quan acabarà aquesta època tan dolenta amb tot el que comporta?

El Casal en rep les conseqüències i seguim amb les mateixes incògnites que ens fan incapaços de fer projectes a curt termini i de donar-ne informacions.

Ben mirat, ara és temps de vacances, però, hem perdut una mica la noció del temps. Aquesta pandèmia ens ha fet insegurs en molts aspectes.

Una cosa sí que tenim clara: l'amor pel Casal i per les persones que el formen.

Tenim guardat tot l'afecte en una caixa que quan la podrem obrir serà com un esclat d'il·lusions i projectes, abraçades i petons reprimits. Serà el més meravellós castell de focs mai vist...

De moment. Pacència i Esperança!!!



RACÓ DE REFLEXIÓ

Enfront el caos que estem vivint, veritablement no sabia per on començar a escriure. Cercant en els meus llibres de què podria parlar en aquests moments de confusió i dolor, he topat, suposo perquè Déu així ho ha disposat, amb el llibre intitulat L'ART DE BENEIR i, d'entrada, em semblava que beneir, en aquests moments no em sorgia de l'ànima. Malgrat tot, sé que no hi ha casualitats i que hem de beneir qualsevol circumstància que sorgeixi a les nostres vides. Si m'aparegué aquest llibre entre les mans era per alguna cosa. Així doncs crec fermament que no és casualitat, sinó que hem de beneir qualsevol circumstància que aparegui a les nostres vides, encara que no compreguem.

Pierre Pradervand en el seu llibre L'ART DE BENEIR ens parla entre moltes altres coses de la llei de l'harmonia universal.

"Quan en la nostra jornada sorgeixi algun succés inesperat que us desconcerti i trenqui els vostres plans, prorrompeu en benediccions perquè, llavors, la vida està a punt d'ensenyar-vos una lliçó encara que la seva copa pugui semblar-nos amarga".

Aquest esdeveniment que creieu tan indesitjable, de fet l'heu suscitat vosaltres mateixos a fi d'aprendre la lliçó que se us escaparia si vacil·léssiu a l'hora de beneir-lo.

Hi ha una llei d'harmonia fonamental que dirigeix l'univers: DARRERE EL VEL DE LES APARENCES, LA VIDA PORTA, EXACTAMENT, EL QUE NECESSITEM.

Rosa Ma Preckler

al pic de la calor

CONSELLS DEL PADRÍ I DE LA PADRINA

Els que teniu plantades escaroles a l'hort procureu regar-les molt sovint .Si no ho fem així se us espigaran totes i no les podreu menjar.

El poeta persa Rumi va dir "EL SILENCI ÉS EL LLENGUATGE DE DÉU
Cal que dediqueu una bona estona a escoltar el silenci. Segur que us anirà bé.

Potser no sabeu què són les CARASSES i quin significat tenen.

El padrí us ho explica.

LES CARASSES són cares de pedra penjades a algunes façanes de carrers de
de Ciutat Vella a BCN. Servien per a anunciar que allí hi havia un bordell.

Ara una endevinalla molt fàcil

Quina coseta és que al pit tenim i que quan entra a fora es queda?

Que tingueu unes bones vacances i fins al mes que ve!



Antoni Mallol

*hortènsia del jardí del Casal,
regal i plantació del padrí*

NOTA IMPORTANT!

Preguem als socis que no hagin satisfet la quota del 2020 ho facin com més aviat millor. Donat que no tenim Secretaria per culpa del confinament, podeu fer-ho mitjançant transferència o ingrés al nostre compte: ES76 2100 2776 3102 0006 8248

També podeu domiciliar el pagament, indicant-nos el vostre número de compte i girarem el rebut per l'import corresponent. Aquest sistema seria el millor, ja que així cada any giraríem l'import de la quota sempre a primers d'any, data en què, a partir del 2021, es passaran tots els rebuts.

Parlem bé el català,

No s'ha de dir

Retaïla
Retar
Retén
Retenedor
Retintín
Reto
Retony
Retonyar
Retortijón
Retossar

Cal dir

Tirallonga
Reptar
Recanvi, prevenció, reforç
Retenidor
Dring // Sorna, èmfasi
Repte
Rebrot, renou
Rebrotar, rebrollar
Recargolament, torçó
Guimbar, saltironejar // Entremaliejar

FILOSOFIA DE BUTXACA

NO ENS ATREVIM A MOLTES COSES PERQUÈ SÓN DIFÍCILS, PERÒ SÓN DIFÍCILS PERQUÈ NO ENS ATREVIM A FER-LES

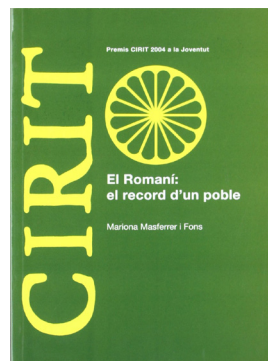
*Lucius Anneus Seneca (SÈNECA) filòsof obligat a suïcidar-se.
Corduba, actual Còrdova, 4 aC - Roma 65 dC*



Si us agrada llegir, per aquest estiu us recomanem aquests 2 llibres d'escriptors valldoreixenques,

EMPAR MOLINÉ, amb el seu "ABANS NO ÉREM AIXÍ". Escriptora sarcàstica, més commovedora i amb més sentit de l'humor que mai.

i MARIONA MASFERRER, amb CRIT, Estudi sociolingüístic sobre la llengua dels gitanos, amb atenció especial a la parla dels gitanos catalans.



En aquest enllaç hi trobareu els llibres més recents amb la sinopsi i crítica de cada obra.

<https://www.llibres.cat/>

el comerç de proximitat col·labora amb el casal

Socis protectors

CLÍNICA DENTAL VALLDOREIX

Dra. Mercè Bellosta

— Estètica Dental —

— Implants —

— Odontologia general —

— Nens i adults —

C/Albert Rosas, 4 (Valldoreix)
Tel. 93 589 11 56
cdvalldoreix@hotmail.com
www.clinicadentalvalldoreix.com

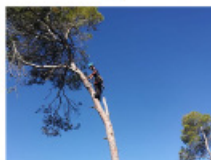


DESAVIA

SERVICIOS DE JARDINERÍA
www.desavia.es - info@desavia.es



- Mantenimiento
- Puesta a punto
- Podas y Talas
- Sistema de Riego



PROMO Mantenimiento 99€!

Llámanos o envíanos un mensaje

Te visitamos sin compromiso

Zona Valldoreix, Mirasol y St.Cugat



607 774 698

633 851 606



BAR RESTAURANTE Angel



Menús de lunes a viernes
Sábados gran surtido de tapas

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

BARQUETES DE CARBASSONS

Ingredients per a 4 persones: 2 carbassons de 500 gr cadascun, 200 gr de patates 1 ceba petita, 1 porro, 1 all, 100 gr de botifarra negra, 50 gr formatge ratllat, farina, oli, sal i pebre.



Renteu els carbassons, talleu-los de llarg a llarg, i cada meitat la partiu pel mig, quedaran 8 barquetes. Amb el buidador retireu-ne la polpa. Deixeu-hi un gruix d'un cm. a la polpa. Reserveu-la.

Bulli les barquetes en una cassola amb aigua i sal, coeu-les al "dente", poseu-les a l'escorredora d'una en una i de cap per avall, deixeu-les escórrer.

Piqueu la polpa reservada, filetegeu la ceba, ratlleu la patata, trinxeu el porro, talleu la botifarra negra a rodanxes primes.

Fregiu en una paella amb oli la polpa del carbassó, la ceba, la patata i el porro, salpebreu-ho, quan comenci a agafar color acabeu de coure-ho tapat, remeneu-ho sovint, coeu-ho fins que quedin les verdures estofades, tireu-hi l'all premsat, escameu-hi una cullerada de farina, remeneu-ho bé, coeu-ho uns minut més, rectifiqueu-ho de sal, si cal.

Deixeu-ho refredar una mica i repartiu el farciment entre les barquetes de carbassó, repartiu-hi els talls de botifarra negra, poseu-les en una plata refractària untada lleugerament amb oli, que quedin ben ajustades.

Escampeu-hi el formatge ratllat pel damunt i poseu-ho al forn calent a gratinar. Aquest plat tant el podeu servir calent com fred.

Mercè

En aquest enllaç al BLOG DE CUINA DE LA MERCÈ, hi trobareu moltes idees per a cuinar des del confinament:

<https://cuinaalaveudelcasal.blogspot.com/>

Soci protector



**CARNISSERIES
CAN BERNAT**

**Ramón Escayola, 91
Telf. 93 583 14 21**

**Varietat
de productes càrnics,
vedella ecològica i de pagès,
xai, cabrit, bou...**

PECULIARITATS DEL MÓN

Sabies que existeix a la conca de l'Amazones una espècie de dofí que té la peculiaritat de ser de color rosa i que viu en les aigües del riu, concretament a la conca del riu Napo, al seu pas per Perú?

Des del riu Amazones i durant uns 350 Km. el riu Napo és navegable per a embarcacions fluvials o fèrries que inicien el seu recorregut a Iquitos i que recorren els pobles riberencs.

Aquests dofins d'aigua dolça que poden arribar a fer fins a 2,5 m. de llargada i a pesar prop de 200 kg., són un 40% més intel·ligents que els humans; les seves vèrtebres cervicals no estan fusionades, això els



dóna una mobilitat de 180° que els permet moure el cap, gran avantatge per a caçar en les aigües poc profundes i als aiguamolls. Busquen revolts tranquils del riu perquè sempre rastregen el fons del riu per a trobar el seu menjar: Peix gat, piranyes, petits mol·luscos i fins i tot tortugues.

Tenen una cria cada dos o tres anys que neix de color gris però que al llarg de la seva vida es va tornant rosa, color més accentuat en els mascles.

És juganer i curiós i quan una canoa s'acosta al seu hàbitat, no pot deixar de jugar, passant d'un costar a l'altre i saludant amb el seu morro arrodonit. Els indígenes de l'Amazones diuen que el dofí rosa es transforma en un ser fantàstic, en forma humana que emergeix del riu per seduir homes i dones i conduir-los a la seva ciutat encantada, submergida sota les aigües.

La majoria dels dofins roses són quasi cecs degut a les aigües tèrboles i fangoses que constitueixen el seu hàbitat, mancança que supleixen amb els altres sentits i la seva gran intel·ligència.

Aquests dofins constitueixen la població de dofins de riu més gran del món; les altres quatre espècies de riu estan al Ganges (Índia), a l'Indo (Pakistan), al Riu de la Plata (Argentina i Uruguai), no obstant això estan en perill d'extinció a conseqüència del desplaçament dels colons que conreen les terres desforestant la selva amazònica, l'extracció d'or a les mines properes, a la FIBA que aboquen mercuri, a l'aigua i el tràfic fluvial que augmenta al riu fent molt perillosa la supervivència d'aquesta espècie tan curiosa.

LES NOSTRES ACTIVITATS

BALL DE COORDINACIÓ

Avui parlarem del **Ball de Coordinació**, una de les activitats desconegudes per a molts i que crec que és una de més destacades entre totes les que organitza el Casal. Segurament el fet que per manca d'espai es faci a la Nau de Cultura li resta aquest reconeixement que mereix.

Ja sé que quan celebrem la Festa del Casal i la de Nadal veiem les balladores sobre l'escenari desenvolupant un parell o tres dels números que amb il·lusió ens han preparat, i sí, han merescut el nostre aplaudiment.

El Ball de Coordinació de la mà de dues expertes professores/ balladores, la **Magda Roda** i la **Montse Ferrer**, amb l'ajut d'en **Josep Riera**, aconsegueix una harmonia de moviments que precisen, tal com diu el nom, coordinació, ritme, anar a l'uníson amb totes les altres balladores, lleugeresa i sobretot, i que per a mi és el més important, concentració. És necessària aquesta concentració absoluta, ja que si per un moment el pensament s'allunya del ritme, es perd l'harmonia del ball en línia.

Jo particularment us recomano aquesta disciplina, us ho passareu molt bé, fareu exercici i treballareu les neurones, fets aquests que a la nostra edat són molt importants.

És que no sé ballar, és que no tinc ritme, és que el country no m'agrada... No. Fora tòpics, excuses, a més del country, segurament el més popular, es ballen cha cha chàs, tangos, salses, etc, tot un extens i variat repertori i us garanteixo que tots, tots som capaços de fer-ho bé, els assajos serveixen per això. I si ens equivoquem no passa res, per això tenim les dues mestres que ens corregiran una i les vegades que faci falta. Després quan es presenten els balls assajats en les festes assenyalades, si voleu sortireu i si no voleu no, però us garanteixo que us ho haureu passat molt bé a més d'haver fet exercici, coordinació i concentració. En l'actualitat (abans de l'aturada) són entre 15 i 20 les balladores, totes dones. Homes, a veure si us animeu! Es fa els dilluns de 18 a 19 h a la Nau de Cultura.

Us podeu apuntar a secretaria, és gratuït.

Josep



el comerç de proximitat col·labora amb el casal

Socis protectors

L'ÚNIC
FORN
ARTESÀ DE
VALLDOREIX

BONAPARTE

PA I DOLÇ

Rbla. Moisés
Jacint Verdaguer, 21
08197 Valldoreix

Tel. 93 315 30 10
www.bonaparte.cat

**El jardí
de les
Delícies**
—
BAKERY - COFFEE

Plaça Mas Roig, 2
telèfon: 93 280 99 06
VALLDOREIX

Obert de 8 a 20 h

Caps de setmana
a partir les 19 h

SOPARS, COPES I CÒCTELS



SERVEI A DOMICILI

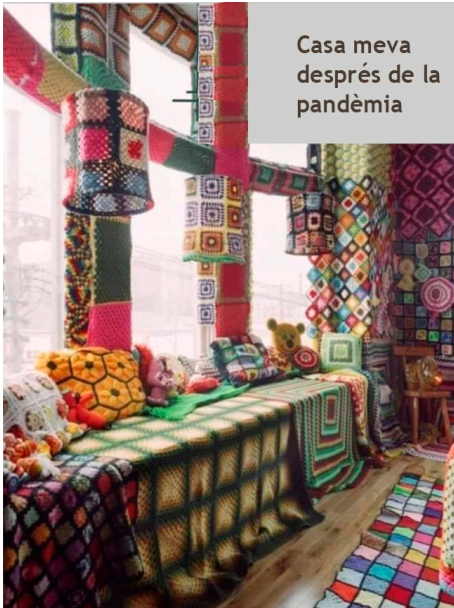
936 743 534

PLAÇA MAS ROIG

Condis
Valldoreix

CONSULTA CONDICIONS

CONSEQÜÈNCIES



Casa meva
després de la
pandèmia

Expressions populars d'aquí a 40

- Una quarantena de dos mesos hauries d'haver passat tu.
- La teva generació està acomodada, us falta una pandèmia.
- Quan jo era jove, qui tenia gos era un privilegiat.

Consell als nostres nets:

Consells als nostres nets: "i sobretot que mai no us falti paper higiènic"

**Avui és un dia especial, obrim l'últim paquet de paper d'WC que va comprar el teu besavi el 2020

ES VEN GOS

de febrer 2020
amb 30.000 km



Perdoneu...

NOVA DITA

"Quan tinguis gos sortiràs al carrer"



Dia 1 de la quarantena: m'ho prendré com una oportunitat per a millorar la meua salut, tant física com mental.

Dia 3 de la quarantena: degut a raons personals, m'estic menjant una "lassanya" a la dutxa.

UNA DIVERTIDA RONDALLA

EL FRARE

Una vegada, a l'hostal d'una comarca on del fòtil que es posa al llit per escalfar-lo se'n diu frare van llogar una minyona d'un poblet, on, del mateix fòtil, en diuen ruc.

S'escaigué que el mateix dia de llogar-la va arribar a l'hostal un pobre frare mendicant, el qual cansat d'anar caminant per aquells mons de Déu va demanar si li donarien acolliment per aquella nit.

Els hostalers hi accediren. Serviren el sopar al frare i a tota la gent de l'hostal. Quan s'acostava l'hora d'anar a jeure, la mestressa que diu a la minyona:

- Porta el frare al meu llit.

El bon frare que estava ja endormiscat vora la llar de foc, va seguir la criada i es ficà a la cambra i al llit de la mestressa.

Al cap d'una estoneta diu la mestressa a la minyona:

- Ja pots treure el frare del meu llit i porta'l al de les noies.

La minyona despertà el frare, que ja roncava i li diu que la mestressa disposava que havia d'anar-se'n a un altre llit.

L'home s'alça una mica contrariat, i se n'anà al llit de les noies.

No feia gaire que hi era que l'hostalera diu a la minyona:

- Vés: treu el frare del llit de les noies i porta'l al teu.

Hi va, i, amb un xic d'esforç torna a despertar-lo.

Aleshores diu el frare:

- Més valia que m'haguessin dit que no volien donar-me acolliment, no pas trencar-me el son tantes vegades i fer-me rodar per tots els llits de la casa!

La minyona li donà la raó i anà a enllestir la cuina.

En ésser hora de retirar-se, diu a la mestressa:

- On he de dormir jo ?

- Ai, ai, a la teva cambra!

- I el frare?

- Ves! El frare, posa'l sota el llit.

- Pobre home! Després que ha escalfat tots els llits de la casa fer-li passar la nit sobre les rajoles fredes!

- I ara! De què te les heus!

- No em dieu que posi el frare sota el llit?

- Sí!

- Per això us dic: - Pobre home!

- Però de qui parles?

- Oi! Del frare que ha vingut aquesta nit.

- Què has fet?





- Oh! El que m'heu manat: que portés el frare a escalfar tots els llits de l'hostal.

- Jo t'he dit que hi portessis el frare, és a dir, l'escalfador.

- El frare, el frare... m'haguéssiu dit el ruc! Replicà la criada.

- I d'aquesta manera va quedar desfet el malentès.

Des de sempre el món de les rondalles, m'ha fascinat. N'hi ha tantes i tan variades!

Aquesta en concret, me l'explicava la mare i em feia molta gràcia.

El frare era un estri escalfallits, un petit recipient amb mànec llarg i tapa foradada que s'omplia de brases i es posava entre la roba del llit a fi d'escalfar-lo (veure imatges)



Llic. B.A. Pinto

**FARMÀCIA
VALLDOREIX**

OBERT TOTS ELS DIES DE L'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
farmaciavalldoreix@hotmail.com

Socis protectors

**EL
RACÓ
DEL
PA**



T. 93 675 99 00

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

VIURE CONSCIENTS

L'Ésser (Déu o la Consciència Universal, com cadascú prefereixi) és la vida única, eterna i omnipresent, per damunt de la miríada de formes que estan subjectes al naixement i la mort.

Tanmateix, l'Ésser no està tan sols per damunt nostre sinó també en les profunditats de cada forma com una estructura essencial, invisible i indestructible. Això significa que és accessible per a tu ara com a l'essència més profunda, la teva veritable naturalesa.

Però no vulguis copsar-ho amb la ment. No intentis comprendre-ho. Només ho pots saber quan la ment està quieta, quan ets present del tot i intensament, en l'Ara.

La incessant fressa mental ens impedeix trobar aquell reialme de repòs interior que és inseparable de l'Ésser. La ment és un instrument superb si la utilitzem correctament, però si no podem aturar el corrent mental, aturar els pensaments, llavors en som esclaus, llavors és la ment la que ens utilitza. L'inici de la llibertat és la consciència que no ets aquesta entitat: el pensador. Saber això et

permet observar el pensador. En el moment que comences a observar-lo s'activa un nivell superior de consciència. Aleshores comences a adonar-te que hi ha un enorme reialme d'intel·ligència per damunt del pensament. També t'adones que totes les coses importants de debò –la bellesa, l'amor, la creativitat, la joia, la pau interior– sorgeixen d'un lloc per damunt de la ment. Comences a despertar.

Quan algú va al metge i diu “sento una veu al cap” probablement l'enviïn al psiquiatre. De manera molt similar, gairebé tothom sent una veu, o diverses, al cap i contínuament. La veu comenta, valora, compara, es queixa, li agrada o no li agrada, etc. La veu no és necessàriament rellevant en la situació en què et trobis, pot estar revivint un passat o assajant o imaginant situacions futures. Sovint imagina coses que van malament i resultats negatius, d'això se'n diu preocupació. Un altre pas per alliberar-te dels pensaments és observant-los, escoltar aquesta veu. Escolta-la imparcialment, o sigui, no jutgis ni condemnis el que sents. Aviat te n'adonaràs: la veu és allà i jo soc aquí observant-la, escoltant-la. Aquesta consciència del “soc aquí” sorgeix d'un lloc més enllà de la ment.

(Com quan un s'atura a observar la respiració i s'adona de la meravella de com funciona el cos. De la mateixa manera podem observar les nostres emocions, tot el que sentim en un moment donat o quan parem atenció a un dolor físic).





També pots crear un interval en el corrent mental dirigint el focus de la teva atenció cap a l'Ara. Limita't a ser intensament conscient del moment actual. Això és molt satisfactori de fer. D'aquesta manera apartes la consciència de l'activitat mental i crees un interval de no-ment en el qual estàs plenament alerta però no penses. Aquesta és l'essència de la meditació.

En la vida diària pots practicar això dedicant tota l'atenció a qualsevol activitat rutinària. Per exemple, cada vegada que pugis i baixis les escales de casa, dedica molta atenció a cada passa, fins i tot a la respiració. Sigues plenament present. O quan et rentis les mans, presta atenció a totes les percepcions associades amb l'activitat, el so i el tacte de l'aigua, el perfum del sabó, etc. Sigues conscient d'una sensació de presència callada però poderosa (El Silenci que ens envolta i ens habita).

ECKHART TOLLE

Fragments del llibre "El Poder de l'Ara"

Tenim tot l'estiu per a practicar-ho! BONES VACANCES

RECORDEM

Sense fer soroll ens ha deixat **Núria Torras**, dormint, tal com era ella discreta, senzilla. Sempre present al Casal en moltes activitats.

De les primeres sòcies als inicis, als primers temps. La trobarem a faltar.

Donem el nostre sentit condol al seu espòs Miquel.

Núria descansa en pau.



També, de sobte, ens ha deixat **Mercè Puig**, sòcia assídua del Casal.

La recordarem en el seu lloc jugant al rummy amb el seu somriure tranquil tant si guanyava com si perdia.

Descansa en pau. Et trobarem a faltar.

Recordem Andreu González

Ens ha arribat la notícia de la mort d'Andreu González, espòs de Montserrat Julià, responsable del Taller de Memòria, després d'una dolorosa malaltia. Formaven un matrimoni exemplar. Montse, rep el nostre més sentit condol. Descansi en pau.

EL NOSTRE CASAL

El dia 15, va ser un dia esperat per molts soci/es. I és que teníem previst celebrar la FESTA DEL CASAL. En circumstàncies normals era la festa de fi de la temporada, l'Alfons ens preparava un boníssim ponx de fruites i aprofitant la fresca teníem una trobada entranyable. Aquest any, malauradament, les circumstàncies han canviat. Però, dins de les normes de seguretat marca-des, per què no fem una trobada? Sí! No! És oportú? No és oportú?

Moltes van ser les preguntes i també, els dubtes. Quan ho vam començar a anunciar les veus d'alguns socis van saltar de seguida, per uns era una idea fantàstica, donades les ganes que molts tenien de retrobar-nos, altres van posar el crit al cel. Després de consultes amb les autoritats competents i de plantejar un programa de seguretat molt acurat, vàrem decidir tirar la festa endavant, i així, el pati del Casal s'omplí de la millor il·l·lusió per l'esperada trobada. Tampoc no preteníem ser massa colla, calia evitar grups superiors a cinc persones, la previsió era d'una cinquantena de socis i així va ser.

Amb un ordre i control estrictes (es prengué la temperatura a tothom que entrava així com també el nom) Vàrem fer una bona disposició de les cadires amb taules ben espaiades. La fruita es va servir en tres taules ben distanciades. No hi van faltar el gel desinfectant, mascaretes per si algú no en portava, guants per servir, i així vàrem poder gaudir d'un bon tall de síndria i de meló, i també d'una copeta de cava per poder fer el brindis per tots els socis, pel Casal i per Valldoreix.



la preparació de la fruita, guants, mascaretes i còfia!





No hi ha fotografia, però la Carme Ferrer, la Teresa Bordes i l'Arturo van fer els controls d'assistents, temperatura i gel de mans

Cal dir que la festa es va desenvolupar al pati i, com estava previst, en cap moment es va entrar a l'interior del Casal. Vàrem poder gaudir de la companyia de les autoritats de l'EMD, encapçalades per la Sra. Susanna Herrada, a les quals agraïm la seva presència i sobretot el seu suport en tot moment.

Gràcies a tot plegat la vetllada fou molt agradable i va ser molt ben valorada per tots els assistents. Cal donar les gràcies a totes les persones de la Junta i voluntàries que van col·laborar perquè tot sortís com esperàvem.

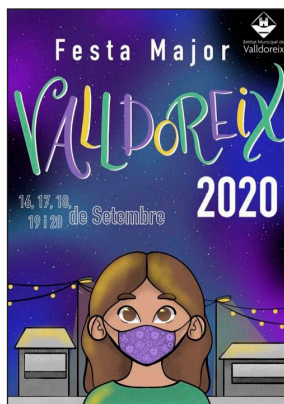
Gràcies a tots i en especial als assistents per confiar en nosaltres, així com pel seu suport i presència.

Josep

LA RESPONSABILITAT ENS DONA FORÇA.

Aquest és el missatge que lluirà a la façana de l'Ajuntament de Sant Cugat fins a nou avís per encoratjar la ciutadania a continuar sent responsables. Evitar rebrots està a les nostres mans seguint la recepta: distància + mans + mascareta.

L'Ajuntament fa una crida a continuar amb 'la responsabilitat' davant la propagació de la Covid-19 amb una pancarta que penja des d'aquest dilluns i 'fins nou avís' de l'edifici. Elaborat a partir de les imatges que els sancugatencs van enviar per fer una cadena humana virtual al principi de la pandèmia, el lema que es pot llegir a la seu consistorial és '**La responsabilitat ens dona força**'.



La **Festa Major de Valldoreix** arribarà a la vila del 16 al 20 de setembre amb una desena de propostes. L'EMD ha decidit tirar endavant amb la programació malgrat desconèixer en quin estat es trobarà la pandèmia de la Covid-19 en el moment que s'hagin de celebrar els actes de la festa grossa. El pregó anirà a càrrec de **Montse Gavagnach**, directora del CAP de Valldoreix. La cultura, la música i l'esport protagonitzen les principals propostes d'enguany, que es concentraran sobretot de divendres a diumenge.

REFLEXIÓ

Tot això ho veig molt bé, fins i tot la decisió de celebrar d'alguna manera la Festa Major, però... i el Casal d'Avis? Quin avenir podem esperar? Obrirem al setembre? Personalment crec que som capaços d'aplicar les mesures de seguretat que són necessàries, perquè la vida és el primer. Potser haurien de prendre alguna decisió els nostres governants, perquè probablement no morirem de Covid, però sí de tris-

tesa, falta de mobilitat i a alguns que vam deixar de veure el febrer ja no els tornarem a veure mai més. Per a nosaltres, gent gran, perdre 1 any de la nostra vida crec que és molt greu. Evidentment cada persona prendria la seva pròpia responsabilitat i molts no acudirien, però preocupa quan de temps es pot allargar això...

Montse. Disposada a rebre opinions, potser contràries, sobre el tema.

LA VEU DEL LECTOR

En aquests moments d'una pandèmia que no haguéssim imaginat mai que hauríem de viure, al nostre Casal hem volgut celebrar una festa de final de curs. Sí, diferent, però una trobada d'amics, entranyable. Ens hem vist, hem xerrat i hem menjat, síndria i meló. Tot molt controlat: a l'entrada, mesurant la febre, els melons i les síndries desinfectats i tots amb mascareta. Hem brindat, per la salut, que és el bé més preuat. Amb salut podem fer-ho tot i superar tots els esglaons que ara hem d'escalar per a superar tots aquests obstacles. El nostre Casal és magnífic, tenim jardí i l'hem d'aprofitar.

Tothom va estar molt content de la trobada que va ésser un parèntesi en aquests temps difícils.

I segueixo...

Aquest dimarts 28, ens hem trobat al jardí del Casal per fer una xerrada i una meditació.

Hem tingut la sort que la Montse Taché s'ha ofert per guiar-la, i pròximament repetir aquestes trobades profitoses per a tots.

Ha estat una molt bona idea intercanviar experiències, ens hem relaxat i recuperat energies positives. També agrair al Casal tots els mitjans de desinfecció i presa de temperatura per a poder fer una activitat segura i a la Montse Roura que ens ha obert i s'ha encarregat de fer el protocol de seguretat.

Encarna Jordana

Dimarts 28, a les 7'30 de la tarda, ens vam trobar al jardí del Casal un petit grup -5 dones- per dialogar i fer una mica i de relaxació/meditació, a dirigit per Montserrat Taché. Vam passar una hora molt agradable, instructiva i interessant. És molt important tenir moments de silenci i trobada amb un mateix, especialment en els temps d'incertesa que

vivim, com també el poder-nos comunicar amb els altres.

Vam decidir que ho podríem fer cada setmana, el Casal ens brinda l'espai i tothom hi és benvingut. Aprofito per agrair a la Montserrat Taché la seva valuosa ajuda. *Eulàlia Gudiol*

NOTA DE LA REDACCIÓ: Envieu-nos cartes o articles amb el vostre nom i número del DNI, a Secretaria, per correu postal (c/Tibidabo, 7 - 08197 Valldoreix), 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.

EL QUI ESTIMA UNA DONA ÉS COM AQUELL...

El qui estima una dona és com aquell
que tomba en la negror d'una dreuera,
però guaita de sobte el llum vermell
de la dolça masia que l'espera.

No hi ha sotrac ni angúnia ni verí
que li mantingui l'ànima enfonsada,
si pot al capdavant del seu camí
adormir-se en el cor de l'estimada.

Ai, no tinc jo la pau del vianant!
Una ventada grisa m'estavella;
no puc haver en la fosca vacil·lant
ni un gresol ni el lluir d'una clivella.

L'amor sempre se'm torna esquerp i breu;
per mi sols l'ombra i el fondal amaga,
i només m'aconhorta dintre meu
una mica de llum que se m'apaga.



Juny 1913

JOSEP M DE SAGARRA
Cançons d'abril i de novembre