

LA VEU DEL CASAL

INFORMATIU MENSUAL

8 de març: Dia Internacional de les Dones



"MERCÈ DIOGÈNE"
Llapis color sobre fusta, 30 x 30cm

n. 240 - març 2022



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

no tot és negatiu

CURIOSITATS

És de suposar que tots sabeu que al Casal hi ha un petit grup que juga a la petanca, joc molt adequat per a la nostra “quinta” i que té molts seguidors arreu, com hem pogut comprovar en moltes ocasions.

Gaudim de dues pistes: una al costat de la sala gran i l'altra sota els plataners. Ara ve la curiositat: l'altre dia jugant, de sobte un peu va desaparèixer i va fer un forat al terra. Per sort sense més conseqüències.

De cop, l'equip es mobilitzà: pedres al forat i sorra per a tornar-lo a tapar. I aquí no ha passat res... es va seguir jugant!

Tots a una. Tant per a jugar com per a arreglar el que calgui.

INFORMACIÓ D'ÚLTIMA HORA

El Follet Tafari ha donat positiu. Alarma al bosc, quin daltabaix...

El Gran Follet ha convocat Assemblea General. No està per romanços.

Amb veu forta i clara ha donat les següents normes: mascareta obligatòria, confinament general, cadascú al seu arbre. Després d'aquestes dràstiques ordres, la corba de contagis ja va de baixa.

Els Follets contents esperen poder tornar a la seva normalitat.

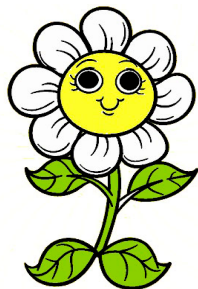
Follet Tafari



Hola Follet Tafari

En llegir les teves paraules ja gairebé puc sentir la primavera. Encara queden els darrers dies d'hivern, també ens porten la visita del Carnestoltes. Tant de bo ho celebren aquest any al Casal. M'encanta aquesta festa en què els humans es vesteixen de colors i alegria. Si l'organitzen t'espero allà, Follet.

Mentrestant, et desitjo que segueixis gaudint del sol i la rica natura que encara conserva Valldoreix.



A REVEURE!

PETÚNIA



Si us agrada el teatre i voleu participar a alguna de les sortides del Casal, recomanem formar part del GRUP TEATRE (whatsApp) és per aquest mitjà que ens arriba abans la sol·licitud de reserva. Informació a Secretaria.

L'AMETLLER

Quan el meu sogre ens va trobar una casa a Valldoreix, per encabir la família que, necessitava més espai on poder esbravar-se, molt encuriosits vam anar a veure-la.

En entrar al jardí hi havia un arbre. És un ametller, - va dir l'agent immobiliari, ja té molts anys-. D'això ja en fa cinquanta...

I, l'ametller continua. Ens dóna les ametlles que ens serveixen per a fer aquelles picades que assaboreixen els menjars.

Cada any, ja és un ritual, fills i nets, s'enfilen a les branques seques quan no s'hi arriba amb l'escala. Ves amb compte, diu l'àvia que observa l'operació.

És el primer arbre que anuncia la primavera que tots esperem amb il·lusió.

Des de la teva bellesa que continua amb els anys, ens dónes exemple de bellesa ben portada, perseverança i fruit cada any.

Gràcies ametller, arbre rosat!

EDITORIAL

M'ho he pensat dues vegades, però, sí, sí, ja toca.

Oblidem el refrany: Març, marçot mata la vella a la vora del foc i la jove si pot... Quina mala fama... deu ser pel vent que, a voltes, bufa fort. Li podríem demanar a canvi: porta joia i treu el fred.

Així doncs, enfoquem el març amb energia renovada pensant que el demà serà millor i donarà pas a una bella primavera. Ja ho anuncien els ametllers florits.

El Casal ens ofereix bones propostes: informàtica, anglès, català, pintura, memòria, coral, labor, esport amb gimnàstica, billar, ping-pong, petanca... També ball de coordinació.

Organitza sortides: visites, excursions, cinema, teatre.

Col·laborem-hi amb la nostra presència i gaudim amb els amics i socis que potser encara no coneixem però que aviat seran amics.

RECORDEM



Enric Sánchez: home afable, sempre saludant amb un somriure als llavis.

Amb el seu tac, ben enfundat, passava per la sala de jocs camí de la sala de billar. Organitzava les competicions, rebia els nous companys, n'era una institució.

Home de gran paciència, havia acceptat fer de mestre d'escacs, dels principiants que volíem introduir-nos en aquest joc tan interessant per al nostre cervell.

Gràcies pel teu exemple.

Hem perdut un amable mestre i amic.

Et recordarem sovint. Descansa en pau.

RACÓ DE REFLEXIÓ

EL MEU ROSTRE AL MIRALL

Aquest/a que veig soc jo?

Aparentment des de la meua visió corporal sí que ho soc però, realment em puc definir com aquesta imatge que veig? Soc solament això?

Més enllà d'aquesta imatge Jo sé que SOC això indefinible, extens, inabastable i etern perquè sento en mi la infinitud. No hi ha paraules que puguin definir-ho, però sento en el més profund que no tinc ni principi ni fi. Som un reflex de Déu en aquest trànsit anomenat vida.

Vull sempre viure plenament des de la profunda unió i el pas dels anys serà un triomf de l'esperit sobre la transitorietat de la matèria. Amén.

Estimats amics, les circumstàncies viscudes darrerament, arrossegaran força persones a un desconcert i a un estat de temor que pot crear angouxa, per aquest motiu, és bo agafar-nos a l'imperible i no viure en estat de temença, perquè passarà solament el que hagi de passar ja que no som ningú per a decidir. ABANDONAR-NOS AL DEVENIR I NOMÉS LLUITAR INTERIORMENT a fi de mantenir-nos fermes en allò que ÉS.

Recordem una vegada més que som éssers eterns transitant temporalment per la Terra.

Rosa M Preckler

CONSELLS DEL PADRÍ I DE LA PADRINA

Aquest mes encara som a temps de plantar arbres fruiters. Si penseu plantar una prunera i disposeu de prou espai, el padrí us recomana que la planteu a quatre vents i apartada dels altres fruiters. Aconseguireu un arbre ben fort i una collita abundant.

Si teniu un cirerer a l'hort, aneu en compte quan el podeu. Cal fer-ho després d'haver collit les cireres, és a dir els mesos de setembre i octubre En aquests mesos els talls de la poda cicatritzen perfectament ja que la saba circula bé per les branques On hi ha més producció de fruita és a les branques més curtes que són les que tenen la floració més abundant.

També es pot podar el cirerer el mes de febrer i març quan l'arbre és jove. D'això se'n diu poda de formació.



Antoni Mallol

VISITES CULTURALS

Dimarts dia - 8 de març

Reprenem les visites culturals amb una exposició de luxe, que ens ofereix CaixaForum amb el títol: **"La Màquina Magritte"**.

És una exposició monogràfica dedicada a l'obra de René Magritte, (Lessines, 1898 – Brussel·les, 1967) el cèlebre artista belga del segle xx. La mostra aplega prop de 65 pintures procedents de museus i col·leccions de diversos països, juntament amb una selecció de fotografies i de pel·lícules casolanes.

Magritte és el principal exponent artístic del que s'ha anomenat realisme màgic. Destre i meticulós en la seva tècnica, és notable per obres que contenen una gran juxtaposició d'objectes comuns en contextos poc corrents donant així un significat nou a les coses familiars.

Ens trobarem el dia 8 de març a les 11 a l'estació de Valldoreix. La visita és a 3/4 d'una però abans tindrem temps de prendre un cafetó.

Preu de la visita: 4 euros. Agraïm el pagament previ a Secretaria del Casal.

Dimarts dia 22 de març

CASES MODERNISTES A SANT CUGAT

Us proposem una ruta modernista entre arbres singulars. La passejada per les cases modernistes i noucentistes de l'eixample construïdes a finals del segle XIX i principis del XX, comença a la Plaça de Barcelona, on hi ha cases de poble catalanes d'aquest període, a tocar de l'avinguda de Gràcia on podrem contemplar la bellesa de les cases benestants.

La vila de Sant Cugat del Vallès, que esdevindria ciutat el 1978, va tenir fins a mitjan segle XX una activitat fonamentada en l'agricultura, i especialment en la vinya, conreu desenvolupat de manera significativa després de la Guerra del Francès i, sobretot, en obrir-se, el 1877, la carretera de Gràcia, que va afavorir el comerç amb Barcelona i va treure Sant Cugat del seu aïllament.

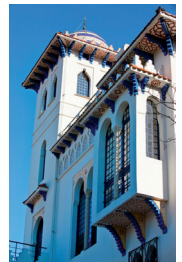
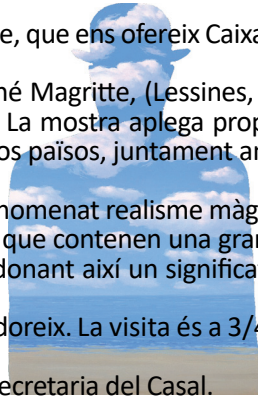
El modernisme que havia esclatat a Barcelona entre 1888 i 1900 arriba a Sant Cugat amb retard. Tardà uns 10 anys a anar-se introduint, moment en què experimentà un creixement urbà fruit de la millora de les comunicacions amb Barcelona i de l'arribada d'estiuejants. Aquest fet fou el marc inicial de l'arquitectura modernista a la vila.

La carretera de Gràcia es convertirà en un camí bidireccional, és a dir, que comencen a arribar famílies benestants barcelonines a la vila per passar-hi les vacances.

Els edificis construïts a la vila durant els inicis del modernisme, van ser promoguts per gent del poble, pagesos rics, que van abandonar el model tradicional rural i que van optar per estètiques consagrades.

La urbanització de l'Arrabassada s'iniciarà el 1896 i donarà lloc a la construcció d'habitatges de segona residència. Sant Cugat comença a considerar-se un lloc ideal: poble pagès presidit pel monestir, espai sense indústria i saludable, a prop del bosc. El 1917 s'obre una nova etapa perquè arriba el ferrocarril a Sant Cugat. Es redueix llavors el temps de viatge i molts estiuejants passen d'estar temporalment a la vila a viure-hi permanentment i treballar a Barcelona.

Trobada estació Vdx 10.00 h i/o Pça. de Barcelona 10.30 h. - Preu visita guiada 5 € -



Parlem bé el català,



No s'ha de dir

Siniestro
Siniestro (a diestro)
Sinnúmer
Síntoma
Sinvergüensa
Siquiera
Sisa
Sisseig
Sissejar
Siti

Cal dir

Sinistre
A tort i a dret
Sense nombre
Síntoma
Poca-vergonya
Baldament, almenys// Ni tan sols
Cisa, furt
Xiuxiueig
Xiuxiuejar
Setge

FILOSOFIA DE BUTXACA



*Dir què sentim. Sentir què diem. Concor-
dar les paraules amb la vida.*

Lucius Annaneus Sèneca (SÈNECA) 4aC-65dC
Filòsof nascut a Corduba actual Còrdova, mort a
Roma, on fou obligat a llevar-se la vida.

Les paraules de Sèneca reflecteixen la importància de ser
sincer amb un mateix i actuar conforme a allò que sentim.

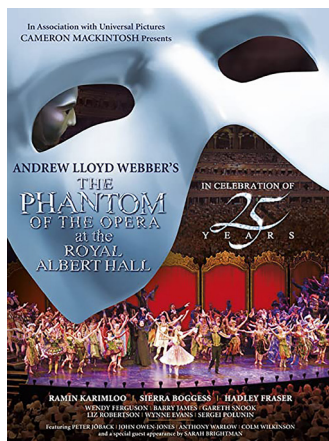
PROGRAMACIÓ DE CATALÀ PER AL MES DE MARÇ, SEMPRE PENDENTS DE COM ACTUÏ LA COVID.

ATENCIÓ: Com que el mes de març hi ha cinc dimecres, penso que seria bo
que el dia 2 féssim el comentari dels llibres pendents. La resta de programa-
ció seguiria igual.

DIA 2	Comentaris endarrerits : LA CUINERA DELS SENYORS, CALAVERES ATÒNITES, EL SILENCI.
DIA 9	Dictat corregit i comentat
DIA 16	Exercicis d'ortografia i lèxic
DIA 23	Exercicis de morfologia i sintaxi
DIA 30	Comentari del llibre " LLUM DE FEBRER" Elisabeth Strout

TARDES MUSICALS

Anem programant espectacles per a les TARDES MUSICALS. Per aquest mes de març hem triat un espectacle que no deixa indiferent. Un dels musicals que ha meravellat al llarg d'uns quants anys moltíssimes persones d'arreu del món: EL FANTASMA DE L'ÒPERA música d'Andrew Lloyd Webber. Enregistrament fet al ROYAL ALBERT HALL de LONDRES amb motiu dels 25 anys de la seva estrena.



Dimarts dia 15 de març
a les 6 de la tarda 1a part
Dimarts dia 22 de març
a les 6 de la tarda 2a part.

Anna

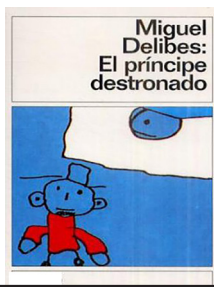
CLUB DE LECTURA - amb Mariona Masferrer

Dijous dia 10 de març, a 3/4 de 5 de la tarda, a la Biblioteca del Casal,
La Mariona reprèn el club després de l'acte de presentació del seu llibre
VIA FORA.



Ens trobarem com sempre per a comentar l'últim llibre recomanat, que serà **"EL PRÍNCIPE DESTRONADO"**.

Aquesta obra està traduïda al català, però la Mariona ens recomana la versió original en castellà per gaudir del llençuatge tan ric de l'autor.



Sinopsi d'el "EL PRÍNCIPE DESTRONADO"

És la història d'un nen, Quico, que complirà quatre anys. A Quico li passa una cosa important, li ha nascut una germaneta, Cris, que l'ha relegat a un segon pla. Ara, ja no és el rei de la casa; ara és el príncep destronat. Al llarg d'un dia, des que s'aixeca fent crits fins que cau rendit a la nit, assistim a les seves aventures, albirem els seus secrets...

FLAM DE VERDURES

Ingredients:

1 pebrot vermell de 200 gr.,
150 gr. de pastanagues tendres,
200 gr. de pèsols desgranats,
250 gr. de fulles d'espínacs congelats,
200 cc crema de llet, 2 ous i 2 rovells,
40 gr. de paté, mantega, sal i pebre.
1 motlle de Plum Cake de 9x22.

Escaliveu el pebrot, peleu-lo i tal·leu-lo a tires primes. Bulliu els pèsols amb aigua i sal. Peleu les pastanagues, i bulliu-les senceres. Bulliu els espínacs uns 3 minuts, escorreu-los bé prement-los amb els palmells de les mans.

Bateu els ous i els rovells, barregeu-hi la crema de llet i salpebreu. Seguidament unteu l'interior del motlle amb mantega i enganxeu-hi paper de forn, unteu-lo també amb mantega. Poseu els pèsols ben escorreguts, cobriu-los amb una porció de crema (ous + crema de llet) que teniu preparada, poseu al damunt, al llarg, la meitat de les tires de pebrot escalivat, intercalant-hi miquetes de paté, tapeu-ho amb la pastanaga tallada a tires, acabeu col·locant la resta del pebrot i el paté, aboqueu la meitat de la crema, amb molta cura, procurant que les verdures es belluguin el menys possible.

Barregeu els espínacs amb la resta de crema de llet acabant de omplir el motlle.

Poseu-ho a coure al forn a uns 200 °, al bany maria fins que estigui quallat (aproximadament uns 40 minuts). Sabreu si està, si premeu suaument el centre amb els dits, i aquest no cedeix.

Deixeu-lo refredar completament abans de desemmotllar-lo. Feu-lo a talls i poseu-los remuntats a la plàtera de servir.

Es pot acompanyar amb triangles de pa torrat untats amb paté. En una salsera a part serviu puré de tomàquet tebi.

NOTA: Encara que estem millorant quant a la Covid, recomanem que tothom que vingui al Casal utilitzi mascareta en espais tancats, obrir finestres durant les diferents activitats a l'interior i mantenir distància prudential entre l'un i l'altre. També és necessari usar el gel higiènic i rentat sovint de mans, sobretot després d'utilitzar els serveis de WC. No demanem prova d'antígens, però sí que esteu segurs de no haver tingut cap contacte estret amb alguna persona infectada. No baixem la guàrdia!

Bases per al concurs de fotografies de l'excursió a Penelles:

Els concursants hauran d'enviar per correu electrònic al casal.avis@valldoreix.cat tres fotografies en resolució 300 megapíxels (Mpx) del recorregut per Penelles, amb tres temes: Paisatge – mural – lliure. No s'acceptaran fotografies enviades per whatsapp, ja que perden resolució.

El Casal mantindrà l'anonimat per al jurat, que escollirà el primer i el segon concursant guanyador.

S'organitzarà una PANTOMACADA per divendres dia 18, en què es passaran les fotografies per la pantalla gran i s'anomenaran els guanyadors (1r i 2n premi).

comerç i serveis al nostre poble - Socis protectors



La nostra especialitat és la carn a la Brasa, sempre molt ben acompanyada de bones tapes i amanides.
Producte fresc i de proximitat.
Si no ens coneixes, no dubtis a contactar amb nosaltres i fer-nos una visita.
De Dimarts a Diumenge de 12 a 17 h. i de 19:30 a 00:30 h.
<http://larampa.cat/larampa.cat>
Carrer Moreneta de Montserrat, 44,
08197 Valldoreix



Qualitat i selecció | Servei a domicili



SANT CUGAT DEL VALLÈS
Rambla de Can Mora, 9 • T. 93 675 42 01
VALLDORÈIX
Rambla Mossèn Jacint Verdaguer, 15 • T. 93 250 91 74
totbo@totbo.com @totbostcugat www.totbo.com
Fes la teva comanda a la botiga o per telèfon i te la portem a casa teva el mateix dia.



**CARNISSERIES
CAN BERNAT**
Ramón Escayola, 91
Telf. 93 583 14 21
Varietat
de productes càrnics,
vedella ecològica i de pagès,
xai, cabrit, bous...



**BAR
RESTAURANTE
Angel**

Menús de lunes a viernes
Sábados gran surtido de tapas

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

El despertar de la consciència

Inspirat en el llibre de Borja Vilaseca: “Las casualidades no existen”

“No hi ha despertar de la consciència sense dolor. La gent és capaç de qualsevol cosa per evitar enfrontar-se a la seva pròpia ànima” C.G.Jung

En néixer, desconnectem de l'estat de plenitud i unió que vivíem amb la nostra mare i amb l'infinit. Per a compensar el dolor que ens causa la separació tenim l'amor de la nostra mare i tot el que ens envolta per explorar, amb la qual cosa, ens identifiquem amb el cos i la ment, creient que som un jo, separat de la realitat. A la vegada rebem nombrosos estímuls externs que reforcen el nostre “fals concepte d'identitat”. També som programats per l'escola i el sistema per a pensar d'una forma determinada.

Sovint es donen massa distraccions als infants perquè no s'avorreixin i no els deixem que explorin per ells mateixos. Molts nens i nenes diuen que tenen un amic al seu costat, però els adults no els creuen. Així ens anem separant de la realitat, del nostre ésser profund i esdevenim ignorants de qui som realment, desconexem el nostre interior i malvivim buscant quelcom fora de nosaltres. A menys que ens ho hagin ensenyat i viscut, tenim la sensació incòmoda que ens manca alguna cosa.

La societat contemporània viu en un estat d'hipnosi col·lectiva. I el sistema s'aprofita d'això. Per mitjà de la propaganda massiva, inserta missatges subliminals al nostre subconscient, així doncs, portem un estil de vida semblant, treballem, consumim i ens evadim amb tot el que ens presenten. En estar tan poc desenvolupats espiritualment, creiem que la felicitat depèn de poder aconseguir els nostres desitjos de benestar i de coses materials. Estem aferrats a les nostres idees i creences per por al desconegut. Ens costa explorar nous camins. L'ego no suporta assumir que es pot equivocar.

Però hi ha moments a la vida en què una gran adversitat ens descol·loca, fa trontollar les nostres creences, i potser caiem en un pou de foscor (“La noche oscura” de S. Joan de la Creu)

Com més fonda és la caiguda, més força hi ha per a despertar. Per això es diu que les pitjors experiències són també les millors. Les adversitats ens fan créixer i evolucionar espiritualment. Potser prenem consciència que el que hem perdut no és el que ens fa patir, sinó que patim perquè ens havíem perdut nosaltres. Tot el que ens passa a la vida és el que ens cal per retrobar el punt de connexió amb l'infinit que teníem en néixer.

Aleshores podrem comprendre que la felicitat resideix en el nostre interior i depèn de nosaltres cultivar-la. “Les flors que creixen en l'adversitat són les més belles de totes”(proverbi xinès)

La llum i la foscor són inseparables, són el mateix només que en diferents graus. Però la societat té tendència a valorar el que és lluminós i a condemnar allò que és fosc. Semblantment, els nostres defectes i les nos-

tres qualitats estan fets del mateix. No som els nostres defectes ni tampoc som les nostres qualitats, per tant no ens hem de menysprear per uns ni vanagloriar-nos per les altres. El repte consisteix a ser conscients i estar en pau amb tot el que és part de la nostra personalitat, però no hi ha culpes. Podem reconèixer els nostres defectes i aprendre d'ells. Com més ens coneixem a nosaltres, més capaços serem de comprendre els altres. Plató ens diu: "sigues sempre amable, ja que cada persona que et trobes, està lliurant una batalla de la qual no en saps res"

Carl Gustav Jung diu: "Allò al qual et resisteixes persisteix. El que acceptes es transforma". Cada u veu les coses a la seva manera, segons les experiències que ha viscut. Per això no podem jutjar ni criticar, com tampoc no hem de criticar-nos a nosaltres mateixos.

I Jiddu Krishnamurti diu: "Quan t'acceptes a tu mateix tal com ets sense intentar canviar-te, és quan de veritat comences a transformar-te".

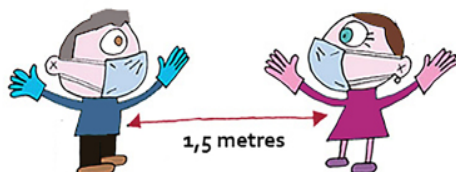
Amb el desenvolupament espiritual, l'afany d'aconseguir i acumular coses va desapareixent, i desprendre's de coses dona una satisfacció més fonda. A més, tot el que existeix i succeeix no ho és permanentment. Tot canvia i es transforma. Per això no cal aferrar-se a res, sinó gaudir del que podem mentre dura. Qualsevol estat d'ànim també és passatger. Per això no ens enganxem en allò que va succeir ahir, ni tinguem rancor per qualsevol fet del passat, potser ens va servir per aprendre quelcom.

A mesura que ens anem desenganxant de les coses o de les persones, comença una nova manera de relacionar-nos amb el món, aflorant unes altres qualitats de l'ésser com l'equanimitat, la serenitat i la paciència, que és l'art de fluir al ritme natural, vivint el dia a dia, moment a moment.

Segons la filosofia oriental, una força natural mou i guia l'univers. No podem evitar els esdeveniments que van succeint, però sí que podem acceptar-los humilment i qüestionar-nos què ens estan ensenyant. El repte és relaxar-nos i observar. Ens podem preguntar què puc fer per aquesta situació i veure com, el que està succeint, no ens impedeix de ser feliços. La causa de la infelicitat és la nostra incapacitat d'acceptar i fluir amb el que està passant. Rumi, un savi de l'Índia, diu: "No t'afligeixis, qualsevol cosa que perds, torna d'una altra forma".

Arriba un moment en què sabem estar en pau, encara que hi hagi moments de guerra a dins nostre. La veritable saviesa seria no barallar-nos emocionalment amb el que passa, deixant que les coses segueixin el seu curs natural. Tot està bé. Tot és necessari. I un dia o altre tot passarà.

Eulàlia Gudiol



PECULIARITATS DEL MÓN

Sabies que malgrat la guerra del Vietnam, els principals turistes que visiten el país són nord-americans? D'ençà que va acabar la guerra, l'any 1975, molts excombatents hi han tornat per retrobar-se amb llocs i persones.

Vietnam té dues capitals, al nord, Hanoi i al sud Ho Chi Minh, la visita de les dues ens dona una visió completa del Vietnam actual, fruit de la reunificació de l'any 1976; el nord, més tradicional i rural; el sud amb una incipient però ràpida modernitat.

Comencem per Hanoi que significa "entre rius" ja que el Riu Roig i el Riu Nhue l'envolten. Una de les zones més interessants i que recomano recórrer en "rickshaw" (vehicle cobert de dues rodes i amb tracció humana) és la zona del Barri Vell, trenta-sis carrers estrets i empedrats plens de botigues i d'artesans treballant al carrer: bambú, coure, fusta, teles, però també platets de la cuina tradicional i pastisseries plenes de dolços perquè als vietnamites els hi agraden molt.

A l'entrada del barri hi ha el Teatre de Titelles sobre l'aigua, un espectacle singular i molt ben elaborat, que no ens podem perdre, però que als occidentals ens resulta una mica difícil de pair per l'estil de música, unes vegades monòtona i d'altres massa aguda que surt d'instruments absolutament desconeguts per nosaltres.

En quedar entre dos rius descobrim diversos llacs i estanys amb pagodes a la part central de l'aigua com el Temple de la Literatura o la Pagoda d'un sol pilar, petitíssima, però molt venerada; només una sola persona pot estar-hi resant o portant ofrenes i la següent s'espera a la vorera.



Un lloc primordial a visitar és el Mausoleu d'Ho Chi Minh on reposa el seu cos embalsamat; grans cues des de primeres hores del matí per passar uns segons davant del cos del seu líder, molt estimat encara pels vietnamites.

El fet de pertànyer a l'antiga Indoxina ha deixat molts records de l'època de la dominació francesa, principalment edificis colonials com el Parlament i la Catedral de Sant Josep, coneguda com la Norte Dâme del Sud-est Asiàtic.

Una de les meravelles naturals més espectaculars del món, la Badia d'Halong, la tenim a només 160 km de Hanoi; es tracta d'un conjunt de més de dues mil illes petites i illots que formen un paisatge de somni que no et deixa indiferent. Vaixells locals, tipus "sampang" (de vela), estan preparats per portar-nos en una navegació idíl·lica a través d'aquesta badia anomenada "del Drac que baixa de la muntanya"

per fer-nos gaudir d'una nit sota el cel estelat, un dels moments més bonics del viatge.

La Badia d'Halong no és l'única d'aquestes característiques, però sí que és la més famosa, a poca distància se situen les de Bai Tu Long i la de Pan Ha amb les mateixes formacions càrstiques, enfonsades o mig enfonsades que no són tan conegudes pels turistes i, per tant, es mantenen més verges i autèntiques. Vietnam és un país molt allargat i amb poca amplitud. A la part central del país, l'antiga capital Hue, amb els seus antics palaus i les seves tombes reials, amb recintes uns dins dels altres que ens recorden el seu passat imperial; també hem de visitar la Pagoda Thien Mu, a la qual arribarem en barca pel riu del Perfum per després pujar un bon grapat de graons on hi trobem nens i nenes que ens venen les seves



flors, fetes de tela; cada color té el seu significat: blanc, ja no tinc amb mi ni el pare ni la mare; rosa, no tinc ja el pare; groc, ja no tinc la mare i lila, els tinc a tots dos. D'Hue ens desplaçem a Hoi An, jo diria la joia de la corona, una petita població a uns tres quilòmetres del mar que va ser un dels ports més decisius en el comerç de les espècies; conserva les cases dels comerciants que tenien una entrada directa des del mar (hi ha un canal des del mar a la ciutat), per descarregar les mercaderies, casa per casa, i així afavorir una correcta i ràpida distribució. El centre de la vila és per als vianants i s'hi accedeix per l'anomenat Pont Japonès increïblement ben conservat; tot el centre està declarat patrimoni de la humanitat per la Unesco.

Hoi An té també un doble atractiu, la gastronomia i els seus sastres que en vint-i-quatre hores et fan meravelloses camises, pantalons, faldilles i tota mena de ves-

tits amb teles de seda, georgette cotó, etc. I la gastronomia que ens regala els millors plats de la cuina vietnamita, com els plats de fideus gruixuts amb carn de porc, plats d'arròs amb cranc o gamba, i moltes sopes clares de verdura com la "pho"; no és costum menjar les postres al final del menjar, els dolços es mengen en ocasions especials i en algunes cerimònies com els casaments. No puc deixar de parlar-vos de la salsa de peix fermentat, imprescindible a la seva cuina, que fa

una olor infernal, però que dona un gust saladet a les elaboracions, molt peculiar. Baixem més al sud i ens trobem amb un dels rius més cabalosos d'aquesta zona asiàtica, el Mekong que forma un delta importantíssim pel dia a dia de l'economia del sud



del Vietnam. La desembocadura del riu i el seu delta se situa al Mar de la Xina. És zona d'arròs amb camps fins on arriba la vista, la meitat de l'arròs que es menja al país surt del Delta. Una de les activitats més curioses és visitar el mercat sobre l'aigua de Caí Be, petites embarcacions ofereixen els seus productes, però cada barca, un sol producte. Perquè se sàpiga què venen col·loquen uns pals molt llargs de bambú a la coberta amb una mostra del que porten, així el comprador que també va en barca, ho pot veure des de lluny, principalment són productes frescos. Un altre mercat molt recomanable on els vaixells són més grans i comerç amb barques i vaixells més petits, és el de Cai Rang, impressionant!

Deixem pel final Ho Chi Minh, la cocapital d'estructura molt moderna. Un tema del qual encara no he parlat, el trànsit, és demencial; el primer que t'ensenyen quan arribes a Vietnam és a travessar els carrers, tota una experiència que els primers dies del viatge sembla una tasca totalment impossible, però que quan marxis del país ja comences a dominar. Un dels museus més reconeguts de la ciutat és el Museu dels Vestigis de la Guerra del Vietnam, trist record d'atrocitats documentades amb tancs, vehicles blindats, peces d'artilleria i bombes repartides per tot el jardí.

I per acabar amb un bon regust us parlaré del mercat de Ben Than, de dia: fruites, verdures, carn, peix, etc. I a la part de dalt tota mena de roba, aixovar de la casa, sabates, etc. Però quan arriba l'hora de tancament del mercat es produeix una transformació que no dura ni vint minuts, desapareixen totes les parades exteriors i en el seu lloc comencen a aparèixer carrets, planxes, barbacoes, peixeres, taules i cadires i tot el voltant del mercat es converteix en un reguitzell de petits restaurants on sopar és una experiència molt gratificant per acabar el nostre períple.

Teresa Sanchis



Badia d'Halong

Recordeu: Necessitem els vostres escrits, poden ser comentaris, sensacions, fotografies, queixes, lloances... Ànims! Segur que podeu! També falten voluntaris per a passejades, marxa nòrdica, ceràmica... qualsevol activitat que creieu que podeu lliurar i compartir. Oferiu-vos a Secretaria i ens posarem en contacte per concretar i organitzar.

EL CANAL D'URGELL

He de confessar el meu escepticisme quant a l'interès que podia tenir per a mi la visita a les instal·lacions del Canal d'Urgell. Em podeu preguntar, i doncs per què hi vas anar? Les respostes, doncs n'hi ha més d'una, són senzilles, una per tenir un dia d'esbarjo amb una sortida envoltat de bona companyia, i una segona perquè crec fermament en la Teresa quan planifica una excursió i també, evidentment, per la meva estimació al Casal. Ara més que mai hem de fer costat en les diferents activitats que el Casal, (no oblidem el nostre Casal), planifica. La Covid ha espantat molts socis i el que és més de doldre, no sé amb quina intenció, són els rumors que si està tancat, que si no es fa res,...

Avui ha quedat demostrat que el Casal és viu i amb ganes de fer més coses que mai.

Però, tornem al tema del Canal. Ja a la entrada amb la rebuda que vàrem tenir, i amb l'explicació del que veuríem, la sensació de dubte va anar desapareixent i ja en entrar tots vam entendre que estàvem a punt de compartir una experiència diferent. Us explico com va començar la visita.

Vàrem entrar en una sala molt ben muntada on es reproduïen espais i roques que volien recrear una zona semblant a la de l'any 1852. La terra i per tant la pagesia, patia unes condicions de vida extremes per la sequera.

El lloc on ara trepitjàvem era anomenat el Clot del Dimoni, i s'estenia a 5 comarques, a la paret llegíem "EL SOMNI DE L'AIGUA, ni aigua per beure, ni un arbre per fer ombra". La guia, noia experta i enamorada de la seva feina, però sobretot, de la seva terra, ens hi va traslladar amb les seves explicacions i els audiovisuals que durant tot el recorregut anàvem veient i escoltant, així com amb el testimoni esfereïdor d'un pres polític condemnat a treballs forçats, -el feien treballar al túnel del Montclar, un túnel d'una llargada de 5 km completament en línia recta- "Em desperto. El cos em fa mal. Fa tres anys que treballo al túnel de Montclar. És l'estiu i dormim al ras. De matinada entrarem al túnel i no en sortirem fins que es faci fosc". Una vagoneta amb la seva via i estris com ara armilles negres, gorres, pics i pales, simulen la duresa que van patir.

A l'any 1346, Jaume compte d'Urgell demana als consellers la planificació del que segles més tard seria el canal d'Urgell, malgrat això no fou fins a l'any 1850 en què Jeroni Ferrer no obté la concessió per a la construcció del canal i organitza una S.A. per iniciar les obres, finalment un potent industrial de Barcelona, el Sr. Manel Girona aconsegueix la concessió per a 99 anys. El Sr. Girona es va arruïnar en l'obra, ja que durant molts anys els pagesos van tenir moltes dificultats per aprofitar l'aigua, en part, tant pel desconeixement dels sistemes de reg, com per les condicions del subsòl, ja

que després de tants segles de sequera s'havia format una capa impermeabilitzada que no absorbia l'aigua.

Aquesta monumental obra per la seva importància ja que en l'actualitat dona vida a 90.000 ha, neix a Ponts, es nodreix del riu Segre, i va seguint les protuberàncies del terreny, sempre amb un pronunciat desnivell que té l'avantatge de no precisar electricitat, a diferència del canal Segarra – Garrigues. Passa per diferents ciutats i pobles com Agramunt, Santa Maria de Montmagastrell, Mollerussa, Les Borges Blanques, i finalment l'aigua que no s'ha usat per al reg retorna al riu Segre a l'alçada de Montoliu de Lleida. Com que aquest canal, en part soterrat per evitar l'evaporació, no va ser suficient per abastir d'aigua tota la comarca, es construeix un altre canal de reforç que prové de la Noguera Pallaresa, el qual s'uneix al canal principal en diferents llocs, i, finalment, dona aigua a tota la comarca. El canal queda regulat pels embassaments d'Oliana i Camarasa. El reg s'efectua manualment per torns degudament establerts i en alguns llocs encara es rega seguint el sistema d'inundar les terres. Donada la forta salinitat del subsòl encara s'aixequen moltes veus en contra del sistema modern del gota a gota. Vàrem poder visualitzar un fragment del NO-DO on el llavors ministre el Sr. Silva Muñoz inaugurava el Canal. Finalment passats aquests 99 anys la concessió ha passat a ser de la Comunitat de Regants.

La nostra conclusió ha estat el gran desconeixement que molts teníem d'aquesta vital infraestructura, el gran esforç de la pagesia, i la força que avui en dia encara demostren per tirar endavant aquestes hortes els productes de les quals en podem gaudir tots nosaltres. Els vàrem fer extensiva la nostra ferma promesa que avui més que mai hem de comprar productes de la terra. De la nostra terra! Felicitats gent de l'Urgell.

A continuació després d'una passejada molt agraïda, vam arribar al restaurant situat quasi als afores on vam ser molt ben atesos i amb un àpat de primera categoria. Un restaurant anomenat L'Atrevit, que us recomano i on també hi podreu comprar oli d'una gran qualitat.

Finalment la visita al Museu dels Vestits de Paper. I de nou una altra sorpresa molt agradable i és que aquest museu és una meravella, un autèntic regal per a gaudir del bon gust, de la filigrana, de l'exquisida paciència i sobretot de l'art. En aquells vestits hi ha moltes hores invertides i una traça sorprenent. Com a detall solament dir-vos que tot, tot és en paper, fins i tot el fil, treballat de paper maixé, inclús les perles són de paper higiènic. No sé explicar res més, prefereixo que les fotos parlin per si soles. M'agradaria que amb les explicacions que us he donat, els que no ho coneixeu, feu una visita a Mollerussa.

Per cert, la propera sortida serà de les que també quedaran en el record. No us la perdeu, és el meu consell.



Fantàstics vestits fets de paper!



Al Centre d'Informació del Canal trobem també vehicles i estris de l'època



RECORDEM

Pepa Soro

Trista notícia per al Casal i sobretot per als socis més antics que tan la recordàvem i anàvem a visitar des que va marxar a viure a Alella.

Pepa, la persona que acollia a tothom que arribava a fer part del nostre grup i que tothom estimava. Sempre a punt de resoldre qualsevol dificultat.

Fou membre de la nostra Coral Esclat de Germanor i prenia part en moltes activitats i sortides. Una sòcia molt activa.

Amb el seu espòs Marc eren exemple de matrimoni obert i independent. Rep, doncs, Marc el nostre sentit condol.



SERVEI A DOMICILI

936 743 534

PLAÇA MAS ROIG

Condis
Valldoreix

CONSULTA CONDICIONS

**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



**El jardí de
les Delícies**

VINA A DESCOBRIR UN ESPAI ÚNIC
DE DIA I DE NIT

TERRASSA · JARDÍ

DEGUSTACIÓ · LUNCH · COPES · CÒCTELS

☎ 932 809 906 @el_jardi_de_les_delicies
Plaça Más Roig, 2 · 08197 Valldoreix

**EL
RACÓ
DEL
PA**



T. 93 675 99 00

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

607 774 698
633 851 606

Zona Valldoreix, Mirasol y St.Cugat



Llic. B.A. Pinto

**FARMÀCIA
VALLDOREIX**

OBERT TOTS ELS DIES DEL'ANY

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

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

**IMPREMTA
RÀPIDA
DIVERSA**

en paper, plàstic, fusta...

Libres Revistes
Flyers Tríptics
Targetes i targetons
Postals Sobres
Copies Records
Clauers Llapis
Imants Trofeus
Metallatjat Expositors



Renodrac
Pg Ratapinyada 13
VALLDOREIX

93 589 38 12

Menjadors i caixes niu

www.RENODRAC.ES

**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

Calçotada 2022

**AL CASAL! DISSABTE
5 DE MARÇ
a les 14.00 h**

PREU PER PERSONA 10 €

(PREU REAL 24€ - diferència per als socis a càrrec del Casal)

PREU PER ALS NO SOCIS 24 €

MENÚ

Còctel de benvinguda amb patates xips i olives
Calçots, mínim 15 per comensal
Carxofes només per als comensals que no vulguin calçots
Salsa romesco en racions individuals
Botifarra de pagès
Cansalada, costelles i mitjanes de xai
Patates al caliu amb allioli



POSTRES

Biscuits amb fruits secs i glop de moscatell

BEGUDA

Aigua, sangria en gerres, refrescs, cafès, tallats i infusions

Grup Papitu i Fills convida a una copeta de cava

Límit d'inscripció a secretaria: 1 de març

Proposem als assistents venir disfressats i, com ja es va fer en una anterior calçotada, hi haurà un obsequi als participants després d'una divertida desfilada. Prepareu les disfresses!



També s'organitzarà un Karaoke, així que veniu amb les cordes bucals ben entrenades



Entitat Municipal de
Valldoreix



Dia Internacional de la Dona

FUNDACIÓ
**VICKI
BERNADET**

FUNDACIÓN VICKI BERNADET

Ahora más que nunca...UN RETO COMÚN



El dia 8 de març se celebra el
DIA INTERNACIONAL DE LA DONA.

Nosaltres, **al Casal**, en farem una celebració el **proper dia 17 de març**, a la Sala Polivalent, a les 6 de la tarda.

Rebrem a la nostra convidada, **VICKI BERNADET**, fundadora d'aquesta entitat que porta el seu nom, i que en té experiència pròpia en el tema dels abusos sobretot a menors.

Abans de començar l'acte l'obsequierem amb una petita actuació de la nostra coral **ESCLAT DE GERMANOR**

La Fundació Vicki Bernadet neix a partir de l'experiència personal de la seva Presidenta, Vicki Bernadet, qui va ser víctima d'abusos sexuals des dels 9 als 17 anys. En el moment en què es va sentir preparada per a revelar-ho, a l'edat de 34 anys, es va haver d'enfrontar a la inexistència de recursos especialitzats on acudir per tal de trobar ajuda. El 1997 va crear la institució que presideix, perquè altres víctimes no haguessin de reviure la seva pròpia experiència i amb l'objectiu d'oferir una atenció integral i especialitzada a totes aquelles persones afectades directament o indirecta per un abús sexual a la infància.

Tema **MOLT IMPORTANT** que no podem deixar passar. Us convidem a aquesta trobada d'un interès extraordinari i segur que sorgiran molts comentaris al respecte. **NO HI FALTEU!** Recordeu: 17 de març a les 18.00 h (les 6 de la tarda)

En finalitzar l'acte serà un plaer fer un brindis!



SESSIÓ FAMILIAR - col·loqui cinèfil

Dijous dia 24, a les 18.30 h a la Sala polivalent.

Un tema una mica més dur que el del mes passat, però amb un bon final, us agradarà.

Ens trobem en aquesta sessió, que donarà força a comentar en acabar.

Sinopsi:

Després de sortir de presó en haver complert condemna per un crim violent, Ruth Slater (Sandra Bullock) es reinsereix en una societat que es nega a perdonar el seu passat.

VIATGE A BERLIN



SORTIDA: dia 28 de març - TORNADA: 31 de març

PREU SOCI: 940 €

PREU NO SOCI: 980 €

- condicionat que hi viatgin fins a 26 persones, o un mínim de 20

ESTADA A L'HOTEL LEONARDO BERLIN MITTE

SUPLEMENT HABITACIÓ INDIVIDUAL: 200 €

<https://www.leonardo-hotels.de/berlin>

En el moment de formalitzar la inscripció,
se sol·licitarà un dipòsit de 400 € per persona.

Data límit per apuntar-se 11/03/2022

Documentació per entrar a Alemanya:

- DNI en vigor
- Certificat de vacunació Covid imprès o en format QR al mòbil. Si alguna persona no disposa del certificat, pot consultar a Secretaria.

Els horaris de sortida i arribada s'indicaran pròximament



Calendari d'activitats no fixes del mes de març 2022

Dissabte dia 5: A les 14.00 h, **CALÇOTADA al Casal** (veure pàg. 19)

Dimarts dia 8: a les 11.00 h a l'estació de Valldoreix, **VISITA CULTURAL**. Anirem a CaixaForum/"La Màquina Magritte" (veure pàg. 5)

Dijous dia 10: A les 16.45, a la Biblioteca del Casal, **CLUB DE LECTURA** (veure pàg. 7)

Dijous 10: A les 18.00 h - Sortida al teatre Romea, a BCN: **Final de partida**

Divendres i dissabte, dies 11 i 12: Teatre a Valldoreix. **El Cercle** ens ofereix **L'APLAUDIMENT ÉS PER DINS**. A la Nau de Cultura a les 20.00 h (pàg. 22)

Dimarts dia 15: A les 18.00 h - **TARDA MUSICAL 1a part** (veure pàg. 7)

Dijous dia 17: Celebració del **DIA DE LA DONA** al Casal. veure pàg. 20.

Divendres dia 18: a les 20.00 h **PANTOMACADA de l'excursió de Penelles, amb concurs digital de fotografies** (no cal imprimir, es passaran per pantalla). Veure bases a pàg. 9.

Dimarts dia 22: **VISITA CULTURAL**. A les 10.00 h a l'estació Vdx i/o a les 10.30 h a la Pça. de Barcelona. **CASES MODERNISTES A SANT CUGAT**. Preu visita guiada 5 € (veure pàg. 5)

Dimarts 22: A les 18.00 h - **TARDA MUSICAL -2a part** (veure pàg. 7)

Dijous dia 24, a les 18.30 h a la Sala polivalent del Casal, **SESSIÓ FAMILIAR: IMPERDONABLE** (veure pàg. 20)

Dilluns dia 28: sortida dels viatgers a **BERLIN** (veure pàg. 21). Estada fins al dia 31. S'aniran donant indicacions mitjançant el grup de WhatsApp (horaris i diverses instruccions necessàries).



El Casal us pot ajudar per a la compra o reserva d'entrades (en aquest moment en disposem d'algunes)

Celebració del Dia Internacional de la Dona · (col·loqui divendres 11 de març després de la funció)



Calendari d'activitats fixes del mes de març 2022

Dilluns - Dies 7-14-21-28

A les 11.00 h loga, amb Eulàlia Gudiol
A les 16.00 h Taller de pintura.
A les 18.00 h Ping-pong.

Dimarts - Dies 1-8-15-22-29

A les 16.00 h Petanca
A les 16.30 h Taller de Memòria
A les 16.30 h Assaig Coral Esclat de Germanor

Dimecres - Dies 2-9-16-23-30

A les 11.00 h loga - Eulàlia Gudiol
A les 11.00 h Taller d'anglès
A les 17.00 h Taller de català
A les 17.00 h Ball de coordinació
A les 18.00 h Ping-pong.

**Recordeu: Dijous dia 10, a les
16.45 h, CLUB DE LECTURA
(veure pàg. 7)**

Dijous (dia 3 ST. Medir, Casal Tancat)

Dies 10-17-24-31

A les 10.15 h Exercicis de salut amb Maria Armengol.
A les 16.00 h Petanca
A les 16.30 h Treballs manuals
A les 17.00 h Servei de perruqueria - cita prèvia al telèfon 676969557
A les 18.30 h (dia 24) **SESSIÓ FAMILIAR** (veure pàg. 20)

Divendres - Dies 4-11-18-25

A les 9.30 h Informàtica. Montse R.
A les 18.00 h Ping-Pong (condicionat a programació especial)
Servei de Podologia - cita prèvia al telèfon 635 127 022 (Margarita)

Dissabte - Dies 5-12-19-26

A les 11.00 h Petanca

Extracte de l'Agenda Cultura i Joventut · de l'EMD de VDX - Març 2022

(En deferència als socis del Casal, actes del nostre poble a part dels organitzats per la nostra entitat) - Més informació a l'EMD de Valldoreix

Dimarts dia 8, 19.00 h · Biblioaccés Vall d'Or - Xerrada amb l'escriptora Marta Pessarrodona - Celebració del Dia Internacional de la Dona

Dijous dia 10 19.00 h · Sala d'Exposicions de l'EMD Vdx - Visita Exposició Fotogràfica "Caràcter"

Divendres dia 11 - a les 19.00 h Conferència: "L'endemà de les grans epidèmies" a càrrec del Dr. José Enrique Ruiz-Domènec. Informació: Àngels 648 221 022 / valldaurex@gmail.com - Organitza: Valldaurex

Divendres dia 18 - 20.00h · Cinema a la Nau - "El médico de Budapest" - Aforament limitat - Gratuït · Tiquets: www.entrapolis.com/ Organitza: VEN i Cultura-EMD Vdx

Dissabte dia 19 - 20.00 h · Sala Casal de Cultura - Lectura dramatitzada "Ramón" de Sergi Belbel - Direcció i producció: Sol.d'Oreix grup - Entrada gratuïta · reserva prèvia d'entrades 644 220 123 - Organitza: A P V de Valldoreix

Divendres dia 25 - 19.30h · Nau de Cultura - Inclòs en els actes del dia Mundial de la Poesia - "Hoy es siempre todavía" - Poemes, veu d'Alberto San Juan i la guitarra de Fernando Egozcue. - Gratuït - tiquets: www.entrapolis.com/entrades/25març

Divendres dia 25 - 19.30h · Sala Casal de Cultura - Conferència "Introducció a la Relativitat" amb Andreu Valls - Entrada gratuïta - Organitza: Associació Veïns Ca n'Enric La Miranda

HIMNE A LA PRIMAVERA

M'hauria agradat estar despert
aquell matí que amb un vestit verd
entre uns bladars
ell va arribar.

Venia xiulant, com un infant.
Tenia plenes d'ocells les mans
i cel amunt
els anava escampant.

El voltaven les abelles.
Duia un barret de roselles
i a la bandolera
em duia la primavera
el vint de març.

M'hauria agradat estar despert
o haver deixat els balcons oberts
i en el meu son
intuir com...,
teules i branques s'omplen de nius
i el roc eixut torna a mullar-se al riu
i el crit agut d'una perdiu.

I del conill la mirada
i olorar la matinada
que a la bandolera
ens va dur la primavera
el vint de març.

M'hauria agradat estar despert.
Jeure damunt d'un roc com un
lluert
de panxa al sol
i amb un flabiol,
i haver sortit a rebre'l com cal
i guarnir amb flors de paper els
portals
com si fos temps
de carnaval.

Però aquell matí jo dormia
tranquil, perquè no sabia
que a la bandolera
em duia la primavera
el vint de març.

Joan Manuel Serrat