Anys Daurats

REVISTA TRIMESTRAL DE L'ESPLAI DE LA GENT GRAN
DE LA SEU D'URGELL ● NÚM. 1 ● 2011

Obra Social
Fundació "la Caixa"

Benvolguts amics,
benvolgudes amigues.

En primer lloc vull felicitar-vos per la iniciativa d'iniciar des de l'Esplai de la Gent Gran una publicació adreçada als vostres socis. La comunicació és important en tots els col·lectius i evidentment és fonamental també a casa vostra, ja que representeu un grup molt gran de persones.

Ara, l'Esplai comença una nova etapa amb l'elecció d'una nova junta a la qual vull felicitar i desitjar tota mena d'encets. També aprofito per agrair la feina feta per l'anterior junta de l'Esplai. En tots els casos, passar al davant d'un projecte col·lectiu de forma voluntària és alhora gratificant i complicat. És per aquest motiu que vull agrair en nom de l'Ajuntament a totes les persones que formen i han format part de les juntes de l'Esplai aquest gest voluntari que ens ajuda a tenir una ciutat millor.

I precisament en això estem treballant constantment. La Seu és un bon racó del món per viure, tant pels joves com per la gent més gran. Des de la responsabilitat ciutadana que tenim tots i cadascú de nosaltres, cal que cada dia dediquem un moment a preguntar-nos com podem fer-ho millor.

Molt sovint, quan passo pel costat de l'Esplai de la Gent gran, em faig aquesta pregunta: com podem fer-ho millor? Sobretot pensant en la gent que durant molts anys s'ha esforçat perquè la Seu que avui tenim sigui com és gràcies a l'esforç de moltes generacions.

La resposta: treballar molt, tenir ambició col·lectiva, sentit comú i sobretot estimar la ciutat i la gent. Aquest és el nostre compromís que avui vull compartir amb tots vosaltres en aquesta nova publicació a la qual desitgem una llarga vida.
Una abraçada i sort,

Albert Batalla i Siscart
Alcalde

Voldria donar-vos l'enhorabona en primer lloc, per la iniciativa d'aquesta publicació. Un cop més demostreu que l'edat no és una limitació per a res, sinó un estímul per seguir mantenint en aquesta etapa de la vida la plena activitat. Heu estat pals de paller en les vostres famílies i ho seguiu sent avui més que mai, segurament cuidant de néts i nétes i ajudant als vostres fills i filles, però tot i així, manteniu l'energia per també col·laborar i participar en les activitats del casal i ser-ne el motor.
Des del Consell Comarcal creiem en la necessitat de donar suport a les entitats que ajudeu a tenir una societat més cohesionada i participativa, en tots els racons de la comarca. És per això que us felicitem per haver començat aquest projecte, us encoratgem a començar-ne de nous. La gent gran de la nostra comarca heu estat sempre un exemple a seguir, gràcies a vosaltres som el que som i ens en podem sentir molt orgullosos. Per tant, seguiu marcant el camí tal i com heu fet sempre. Molta Sort en aquesta nova etapa.

Jesús Fierro i Rugall
President
Consell Comarcal Alt Urgell

Benvolguts socis / Benvolgudes sòcies de l'Esplai.

Em plau adreçar-vos aquestes paraules després d'haver-me fet càrrec de la presidència de l'esplai.

En primer lloc vull donar-vos les gràcies a tots per haver confiat en mi i en la nova junta.

En aquesta nova etapa, plena d'il·lusió per part de tota la junta, us volem fer partícips, perquè treballeu colze a colze amb nosaltres, perquè cada dia us pugueu sentir més a gust a les nostres instal·lacions i en les nostres activitats.

En el moments actuals en què ens trobem, és quan tenen valor les coses importants, l'afecte, la solidaritat, l'amor, la unió, l'esperança i l'amistat. Amb voluntat i fent pinya entre tots junts, aconseguirem els objectius que ens hem marcat.

No dubteu en cap moment a donar-nos la vostra opinió, en els nostres encerts i en els nostres errors, i en allò que entre tots pugem millorar. I sobretot recordeu que per meva part i de la nova junta, trobareu sempre uns amics, que han començat aquesta nova etapa amb l'únic objectiu que el nostre Esplai sigui un referent per a la nostra ciutat. Moltes gràcies.

Julio Moreno

La Nova Junta

En l'Assemblea General que es va celebrar el dia 18 de novembre de 2010 a l'Esplai de la Gent Gran de la Seu d'Urgell es va escollir una nova junta directiva amb els següents vots:

Julio Moreno	**168 vots**
Juani Menduiña	**120 vots**
Antoni Temprado	**90 vots**
Josep Mir	**77 vots**
Imma Espuñes	**74 vots**
Lluïsa Cortés	**72 vots**
María-Amparo Cortés	**71 vots**

President
Julio Moreno

Vicepresident
Antoni Temprado

Secretària
Juani Menduiña

Tresorera
Imma Espuñes

Vocal
Josep Mir

Vocal
Lluïsa Cortés

Vocal
Amparo Cortés

Acta Electoral de 18 de novembre de 2010
Esplai Associació de la Gent Gran de la Seu d'Urgell
Mesa electoral: President: Sr. Carles Dalmau
Vocals: Sra. Àgueda Vilafranca i Sr. Antoni Majoral
Interventor: Sra. Lourdes Baulies Dalmau
Cens electoral: 986 socis. Han votat: 188

Assemblea General Ordinària

El dimarts dia 11 de gener es va celebrar la primera Assem-blea General Ordinària de la nova junta als locals de l'Esplai, amb l'assistència de Lurdes Baulies Dalmau, regidora dels Esplais de la Gent gran de Lleida, amb una assistència d'uns 175 socis i amb el següent ordre del dia

1/Lectura i aprovació, si s'escau, de l'acta de l'assemblea anterior

2/Estat de comptes del 2010

3/Pressupost per al 2011

4/Memòria 2010 i Activitats per a 2011

5/Proposta augment de quota a 13

6/Precs i preguntes

Cal destacar que en l'estat de comptes de l'any 2010. La nova junta s'ha trobat amb un dèficit d'uns 1.400 . A causa d'unes ajudes que en el seu dia se li van prometre a la junta anterior i segons ells que mai es van arribar a cobrar

El pressupost presentat per l'actual junta per aquest any és de 35.803,50

En precs i preguntes, van intervenir els socis interessant-se per diversos temes, entre ells es va preguntar quin havia estat el motiu que no es cobressin les ajudes pactades. La Sra. M. Carme Carbonell va

prendre la paraula fent una exposició dels motius que varen provocar el dèficit.

La Senyora Lurdes Baulies , en referència als càrrecs i al dèficit, va resaltar que aquest Esplai gaudeix d'una administrativa i que això comporta un despesa extra que no està contemplada en el pressupost, es l'únic esplai de Catalunya que te aquest privilegií.

La votació i aprovació de l'assemblea, va ser aprovada per àmplia majoria.

En l'apartat d'activitats per al present any, es va proposar crear una revista, per la Gent Gran de la Seu, amb el nom de "Anys Daurats"; aquesta revista serà trimestral i amb un tiratge inicial de 200 exemplars, en la qual podran participar totes les persones grans que vulguin donar la seva opinió

Des d'aquí donem les gràcies al CONSELL COMARCAL i en especial al seu president Sr. Jesús Fierro i Rugall per la seva implicació en el projecte de la nostra revista.
També es va proposar la col·locació de penjadors de roba en tots els lavabos, i d'una bústia de suggeriments.

Campionat de botifarra. Una taula rodona mensual, projecció d'algun audiovisual i activar els jocs de taula

Per part dels socis col·laboradors s'ha proposat trobades amb altres esplais per intercanvi d'experiències i activitats entre diferents esplais, suggeriment que la junta tindrà en compte per considerar-la molt interessant.

Pel que fa a l'apartat del ball dels diumenges i festes, s'ha comentat amb socis i aficionats aquesta activitat i hem considerat que un músic els dies més assenyalats (Carnestoltes, Santa Llúcia, Dia de l'Esplai etc.) S'ha demanat la col·laboració econòmica per el lloguer del músic i afortunadament hem rebut una bona acceptació.

També s'ha demanat la recuperació del ball de fanalet (l'elaboració la duen a terme desinteressadament diverses voluntàries de l'Esplai, des d'aquí gràcies a totes elles per la seva tasca).

Vull animar a tots els socis que, si tenen més suggeriments, ens els facin arribar. Les vostres idees ens seran molt útils per dur a terme altres activitats.

Una cordial salutació.

Antoni Temprado

Un agraïment per a ells

Antics presidents de l'Esplai

Fes-te soci de l'Esplai i gaudeix de totes les activitats i serveis que t'oferim per només 13 l'any

Nom _____

Cognoms _____ NIF _____

Domicili _____

CP _____ Població _____

Data de naixement _____ Telèfons _____

Correu Electronic _____

DOMICILIACIÓ BANCÀRIA

Nom i Cognoms Titular Cte. _____

Codi Banc Codi Sucursal D.C. Compte

SARDINADA

Organitzada pel Club Petanca Seu i L'Esplai

Dia 16 d'abril
a les 6 de la tarda

Lloc: Camp Municipal de Petanca

Preu: 7

MENÚ

1. Sardinada

2. Amanida

3. Carn a la brasa

4. Pa amb tomàquet

5. Begudes, vi, cava, refrescos, postres i cafè

Informació i inscripcions:
OFICINA DE L'ESPLAI

PLACES LIMITADES

US HI ESPEREM!

Activitats que fem la Gent Gran

Moltes persones més joves que nosaltres, tenen una idea equivocada de la mal anomenada tercera edat. Ens acostumen a dir ancià, avi, vell, Matusalem, madur, senil, longeu, anyós i una infinitat de sinònims més sense adonar-se que som tot el contrari. Que ens sentim amb el mateix ànim d'esperit que se senten ells, que en veritat som uns joves madurs amb ganes de continuar treballant, amb les mateixes ganes de quan érem joves i amb una saviesa i un coneixement que ens ha donat la vida que és el nostre major tresor. I com una imatge val més que mil paraules, us presento en aquest reportatge un seguit d'activitats amb imatges, que efectuem a l'Esplai de la Gent Gran.

Comencem amb una mica d'exercici

I una mica de ball

Instal·lacions

Tallers i visites

PROGRAMACIÓ D'ACTIVITATS 2010-2011

● **BALLS DE SALÓ**
DIA: **DILLUNS de 18,30 a 20,00 h.**
Monitora: Silvia Regueiro (places limitades)

● **TALLER DE MEMÒRIA**
DIA: **DIMARTS i DIJOUS - DIMARTS: de 17,00 a 18,00 h. DIJOUS: de 17,30 a 18,30 h.**
Monitora: Sra Irene Esparó (places limitades)

● **CANT CORAL**
DIA: **DIMECRES a les 17 h. Professor: Mn. Agustí Brescó**

● **GIMNÀSTICA DE MANTENIMENT**
DIA: **DIJOUS. 3 torns: de 10,00 a 11,00 h. / de 11,00 a 12,00 h- / de 12,00 a 13,00 h.**
Monitora: Sra. Maite Chinchilla (places limitades)

● **TALLER DE DIBUIX , PINTURA I CERÀMICA**
DIA: **DIJOUS de 15,30 a 17,00 h**
Professora: Sra. Carme Invernon (places limitades)

● **TALLER DE LABORS / MANUALITATS**
DIA: **DIVENDRES de 16,00 h a 18,00 h.**
Monitores: sòcies voluntàries (places limitades)

● **CURSETS D'INFORMÀTICA**
Cursets de 20 i 24 h: iniciació, internet, edició, fotografia digital...
S'anunciaran dates i horaris (places limitades)

● DIA: **DIVENDRES de 16,00 h a 18,00 h.**
Repàs d'informàtica amb monitors voluntaris (places limitades)

● **TAULA RODONA**
DIA: **1r DIMARTS de mes les 18,00 h (places limitades)**

Informació i inscripcions: a l'Esplai de la Gent Gran tel. 973 351866
jbilatsseu@mailpersonal.com

● **NOVETAT: Iniciació en breu de la creació del club de billar L'Esplai**

AJUT I INFORMACIÓ AL NECESITAT
A I N
SI NECESITES AJUDA, COMPTA AMB NOSALTRES.
SI NO LA NECESSITES, COMPTEM AMB TU

La vida és canvi. El canvi és vida

Taula rodona

El dia 8 de febrer, a les 6 de la tarda, es va celebrar la primera taula rodona proposada per la nova junta. Hi van participar 14 socis entre homes i dones de totes les edats. Va ser una reunió molt animada en la qual es van tocar diversos temes d'actualitat que afecten l'Esplai.

Es va parlar dels viatges que organitza l'Esplai i que té programats per aquest any, de la remodelació de les activitats, taller de memòria, gimnàstica de manteniment i cant coral...
Del ball que se celebrarà el dia 13 diumenge dedicat a Sant Valentí, dia dels enamorats, en què està previst celebrar el ball del Fanalet (Des d'aquí vull donar les gràcies a totes les voluntàries de l'Esplai que estan duent a terme l'elaboració manual dels fanalets) i també està previst engalanar l'Esplai per als dies de Carnaval que estan a la volta de la cantonada.

Aquesta taula rodona es va proposar per tenir un contacte permanent entre tots els socis que vulguin participar, en ella està previst parlar de diferents temes, tant els que afecten l'Esplai de la Gent Gran, com els que afecten la nostra ciutat, i comarca i, esclar, la salut i política.

La tertúlia, que en principi tenia una durada d'una hora (de les 18h a les 19h), es va allargar una hora més a causa de l'entusiasme que van tenir tots els assistents a participar.

La propera tertúlia tindrà lloc el pròxim primer dimarts del mes de març a les 18 h. Des d'aquí demano a tothom que vulgui participar-hi, no dubteu a posar-vos en contacte amb la junta, les places seran limitades.

Antoni Temprado
Vicepresident

MAVISA
MADERAS Y VIRUTAS SEO, S.A.
- FUSTES DEL PAÍS I D'IMPORTACIÓ
- EINES, MAQUINÀRIA I MATERIALS PER A LA CONSTRUCCIÓ
- PAVIMENTS
- SANITARIS
- ELECTRODOMÈSTICS
- MOBLES DE CUINA
- SUB. INDUSTRIALS
MAVISA: Avinguda Valls d'Andorra,5 - 25700 LA SEU D'URGELL - Tel. 973 350 027
Fax 973 354 376 - apt. 144 - www.mavissa.es - mavissa@mavissa.es

* * *
Hotel LA SEU
Ctra. Lleida, 32
25700 La Seu d'Urgell
Lleida
Tel. 973 35 24 00
Fax 973 35 34 10

MAPFRE
COMES BALLETBÓ, S.L.
Agència d'assegurances - nº ref.2749
Av. Pau Claris, 33
25700 La Seu d'Urgell
Tel. 973 354 762 - 973 352 313
e-mail: jcomesb@mapfre.com

Entrevista amb Pere Farràs i Oliva

Bona tarda i bon any, Pere. Com ja saps, formo part de la junta de l'esplai i estem iniciant una revista i et voldria fer unes preguntes: Fa temps que vius a la Seu?
Et podria dir que pràcticament tota la meva vida activa. Vaig arribar a La Seu l'any 1956 per la tasca militar, procedent del quarter de transmissions de Barcelona. Sóc fill de Penelles i estic casat a Linyola.

Quan et vas jubilar, et vas fer soci de l'esplai?
La veritat és que no, encara que bons amics meus com el Jacques, el Pep Ros i el meu amic i veí Pascasio prou que havien insistit. Jo sóc ocell de camp, no m'agrada ni anar als bars a jugar cartes, sóc molt donat a fer la meva, m'entens?

Ara ets soci i vas assistir a les últimes votacions.
Sí, efectivament. He de dir que no en tenia informació massa positiva, de com funcionava, no per res mal fet, ja que al no ser-hi no puc valorar, però persones molt properes sé que se'n van sortir.

Tot i així, tu et vas fer soci.
Saps? No en tenia cap ganes, però em vaig trobar amb el meu amic Joan Framis al club de la petanca i amb el Julio i entre ells van sortir alguns comentaris sobre l'esplai amb els canvis de junta i les ganes de renovar o aportar novetats. Tot plegat ho vaig trobar molt interessant i em vaig fer soci, però he de dir que la meva dona ja fa temps que ho és.

> **"Jo sóc ocell de camp, no m'agrada ni anar als bars a jugar a cartes, sóc molt donat a fer la meva**

Sé que ets una persona molt detallista, què ens pots dir de l'Esplai?
Doncs sempre que això es contempli com una crítica positiva, i tenint en compte el poc temps que el freqüento, el punt per mi molt valorat és la gent de la junta actual, i des d'aquest modest comentari els he de felicitar a tots, i també he de dir que m'agrada i valoro molt la tasca de l'Antoni amb les classes d'informàtica, el seu comportament, paciència i amabilitat amb tots i també amb mi quan hi vaig. Destacar la neteja i el bon rotllo, també el bon servei del bar, la televisió que em recorda els vells temps, quan anàvem als bars per veure els partits de futbol M'agrada que la zona de lectura estigui separada, però al meu entendre hi falta més diversitat de periòdics.

Lluïsa Cortès

FARMÀCIA PERUCHET
MARIA TERESA PERUCHET i CASAL, Farmacèutica
Telèfon: 973 355 550 - Fax: 973 360 851
C. Joaquim Viola Lafuerza, 14-18 25700 LA SEU D'URGELL Lleida

simac electrònica
venda
instal·lacions
reparació
servei tècnic
lloguer
hi-fi
dvd/video
audio portàtil
h. cinema
videocàmeres
tv/cd
C/Mare Janer, 39
Tel. 973 35 23 18 - Fax 973 35 41 67
25700 LA SEU D'URGELL
simac@logiccontrol.es

Entrevista con M. Carmen Carbonell

Hoy hablamos con Mari Carmen, ex-presidenta del Esplai . A todos nos gusta hablar de nuestra familia, de nuestros amigos, etc. Esta sección de nuestra revista es para conocer un poco más a personas,de nuestro entorno del Alt Urgell, un taxista, un médico, un ama de casa, un pintor, etc. Hoy estoy con Mari Carmen, ex-presidenta del Esplai, ahora continua dedicándonos su tiempo en hacer labores de solidaridad ayuda en la labor contra el Cáncer, Caritas, guía, etc.

Hola Mari Carmen. Encuentras a faltar tu trabajo de presidenta del Esplai ¿Qué quieres decir a la nueva junta y a los socios?

La junta cada 3 años es conveniente renovarla porque entran nuevas ideas y nuevas maneras de hacer las cosas. Sí os puedo decir que estoy muy satisfecha, porqué con el nuevo presidente, Julio, hemos trabajado 2 años juntos. Sé cómo piensa y su forma de ser, al resto de la junta los conozco a todos, son personas a las que les tengo una gran estima y estoy segura de que lo harán lo mejor posible.

Un poco de curiosidad… Mari Carmen: eres hija de la Seu?

Soy hija de la Seu, nací en la calle Mayor.

Estudiaste en un colegio de monjas, ¿fue positivo o negativo para ti?
Para mí, muy positivo. Me he desenvuelto muy bien en la vida en todas mis actividades

¿Qué libro estás leyendo?

Ahora estoy leyendo el libro "Catedral de la Seu", es un libro muy interesante.

¿Tu actor preferido?

Kirk Douglas. Alain Delon. etc.

¿Alguna faceta por descubrir de tu personalidad?

Me gusta la cocina cuando tengo ganas, y viajar a sitios que me gustan, soy sencilla y normal.

Gracias Mari Carmen, por responder a esta entrevista. Te deseamos lo mejor.

Pilar

COMERCIAL CARMEN

CARNISSERIA - XARCUTERIA

Dr. Llorenç Tomàs i Costa, 42
Tel. 973 360294
La Seu d'Urgell

Per a qui és pare o mare i per a aquells que ho seran

Hi ha un període en què els pares quedem orfes dels nostres fills.
Ells creixen independentment de nosaltres, com arbres murmurants i ocells imprudents.
Creixen sense demanar permís a la vida, amb una estridència alegre i, de vegades, amb presumida arrogància.
Però no creixen cada dia. Creixen de sobte! Un dia, s'asseuen a prop teu i amb increïble naturalitat, et diuen qualsevol cosa que t'indica que aquesta criatura, fins ahir en bolquers i passets tremolosos i insegurs, ha crescut. Quan va ser que no ho vas percebre? on van quedar les festes infantils, els jocs a la sorra i els aniversaris amb pallassos? varen créixer en un ritual d'obediència orgànica i desobediència civil.
Ara ets aquí, a la porta de la disco, esperant ansiós, no només que no creixi, sinó que aparegui... Allà hi ha molts pares al volant, esperant que surtin àgils sobre patins, amb els seus pèls llargs i solts, i més enllà estan els nostres fills, entre hamburgueses i gasoses, en les cantonades, amb l'uniforme de la seva generació i les seves incòmodes motxilles a l'esquena. I aquí estem nosaltres, amb els cabells blancs... I són els nostres fills, els que estimem tot i els cops dels vents, de les escasses collites de pau, de les males notícies i les dictadures de les hores.
Ells van créixer observant i aprenent amb els nostres errors i els nostres encerts, principalment amb els errors que esperem que no repeteixin...
Hi ha un període en què els pares anem quedant orfes de fills, i ja ni tan sols els busquem a les portes de les discoteques i els cinemes.
Va passar el temps del piano, el futbol, el ballet, la natació... Van sortir del seient del darrere i van passar al volant de les seves pròpies vides.
Potser hauríem d'haver anat més al costat del seu llit a la nit, per escoltar la seva ànima respirant, i les converses i confidències entre els llençols de la infància. I quan van ser adolescents... aquells dormitoris plens d'adhesius, pòsters, agendes acolorides i discos ensordidors!
No els deixis créixer sense mostrar-los tot el teu afecte Al principi ens acompanyaven al camp, a la platja, a piscines i reunions amb amics, sense oblidar el Nadal.

> **Els néts són l'última oportunitat de reeditar el nostre afecte. Per això cal fer alguna cosa més, abans que creixin!**

Hi havia 'baralles' per aconseguir el costat de la finestra del cotxe, les comandes de xiclets o la música de moda.
Després va arribar el temps en què viatjar amb els pares es va tornar un esforç i patiment, ja que era molt difícil separar-se dels amics i els primers nuvis.
Resta esperar: En qualsevol moment ens donen néts. El nét és ara d'afecte ociós i estancat. Per això els avis són tan desmesurats. I es descontrolen tant amb l'expressió d'afecte.
Els néts són l'última oportunitat de reeditar el nostre afecte. Per això ¡Cal fer alguna cosa més, abans que creixin!...
Només aprenem a ser fills quan som pares ...I només aprenem a ser pares quan som avis!

Antoni Temprado

Algunes dades sobre la festa del 2 de febrer

Situat al bell mig del hivern, aquest dia s'anomena de diverses maneres: la Candelera, festa de la Llum, Purificació de la Mare de Deu, i altres. Tothom coneix la dita: "Si la candelera plora, el fred és fora, si la Candelera riu, el fred es viu". Això va ser ben veritat l'any 1956, que molts recordem, que precisament aquest dies van començar a registrar temperatures molt baixes, que duraren fins el dia 24 o 25 del mateix febrer. Personalment són les que he viscut més baixes a la nostra ciutat. En aquesta vintena de dies el termòmetre mai va pujar dels 0 graus, i un dia, no se exactament quin, que va marcar DIVUIT (-18º) negatius.
Aquest dia es clouen les festes de Nadal. L'Església celebra la festa de la Presentació de Jesús al Temple. Molts anys enrere era dia festiu. Hi ha alguna població important a Catalunya que encara ho té en compte. Aquest és el cas de Valls, capital de l'Alt Camp., on cada DEU ANYS fan la festa decennal de "la Candelera", precisament en anys con aquest que la xifra de l´any acaba en 1. "Tiren la casa per la finestra", fan multituds d'actes culturals, esportius i altres, durat una setmana. A la nostra comarca ho celebrem naturalment més modestament
A la Seu ho commemoren les persones i entitats relacionades amb "la llum", i des de fa uns anys, el moviment cristià per gent gran "VIDA CREIXENT" que fa la seva festa patronal . A la Catedral hi ha una solemne Eucaristia, sempre que pot, oficiada pel nostre Arquebisbe. Primer es beneeix la LLUM (les candeles) i tot seguit la santa missa concelebrada per varis sacerdots, amb la Catedral plena a vessar
Per problemes d'espai d'aquest full no puc comentar més coses d'aquest dia tan important, com és la Candelera.

> **Tothom coneix la dita: "Si la Candelera plora, el fred és fora; si la Candelera riu, el fred és viu.**

Carles Dalmau

Ràdio Seu

El passat dia 27 de gener es va participar en la tertúlia mensual, que Ràdio Seu ofereix (Gent Gran, Gent Activa). Els temes que es van tocar en aquesta ocasió van ser: La Calderada de Sant Antoni Abad, la forma en què el fred afecta les persones grans, i activitats noves que s'estan portat a terme a l'Esplai de la Gent Gran... Van participar en la tertúlia el Julio Moreno, la Imma Espuñes, la Maria Corts i l'Antoni Temprado. Aprofitem aquestes línies per animar a totes aquelles persones grans que vulguin acompanyar-nos a les tertúlies que ho facin a través de l'oficina de la Gent Gran.

Xerrades

La Paqui és de La Vansa i la Maria de Lles. Si fa bon temps van a passeig i se'ls fa més curt explicant-se coses del passat, de cada dia i algunes que sols ho han sentit a dir.
Avui fa un dia tranquil i la Maria està animada a donar la volta al Parc del Segre, però la Paqui té dolor en un genoll, encara que al final també s'anima. La Maria li diu que això és del temps:

-Dona, no veus que ja som mes velletes que els camins, i no et preocupis que de tornada ja pujarem per l'ascensor.

- Jo, de La Vansa trobo a faltar les caminades buscant herbes medicinals que, de fet, ens anaven millor que els medicaments d'avui, a més encara fèiem alguna pela perquè les portàvem al mercat de la Seu. Tu, Maria, també veníeu al mercat?

- I tant! I amb el camió de la llet del Sebastià, que avui en dia estan molt mal acostumats, nosaltres sí que fèiem lo que fos per vindre al mercat!

- Nosaltres, Maria, ens trobàvem igual per vindre a la Seu, teníem el camió del Nadal que també feien la llet, i a fe de món que teníem un xòfer de bon veure; si no recordo malament em sembla que es deia Agustí. Saps? a la nòvia sempre la posava davant, al seu costat, i jo al darrere, però, esclar, és que era molt maca la noia!

- Ahir vaig llegir una cosa

Paqui

Maria

curios,a Paqui, un tal Careme, un cuiner que va néixer a París, va ser el que va millorar les condicions de treball dels cuiners; com el barret i l'uniforme blanc, com un símbol de net i polit, què et sembla? És curiós, veritat? I tan segur que molts que porten el barret de cuiner ni ho saben, això.

- Fa un dia tranquil, Maria, i hi ha força gent passejant

- A mi em fa més gràcia això del Parc del Segre per passejar que no les barques aquestes que van amunt i a vall.

- Deixa'ls fer dona, cadascú avui en dia fa el que vol, la qüestió és fer esport! No veus quantes activitats fan a l'Esplai? A mi la que més m'agrada és la de la memòria.

> “
>
> Jo, de la Vansa trobo a faltar les caminades buscant herbes medicinals que, de fet, ens anàvem millor que els medicaments d'avui

- Doncs jo, si em pogués treure 20 anys del damunt, et ben asseguro que faria informàtica, i no en parlem del mestre, eh, que totes en parlen molt rebé.

- Mira, Paqui, vaig veure un reportatge per la tele que parlaven de la prostitució. Em va fotre una vergonya! Però com que estava sola me'l vaig tragar tot. Era dels temps antics, nomes et diré que parlaven de l'any 1480.

- Que dius! I que fots mirant aquestes coses? Ja et fotrà, ja, el mossèn, si ho sap!

- Collons! Ai, Senyor, perdó! No li ho diré pas, dona, em fotria una penitència de cal pare i senyor meu. Vols que t’ho expliqui o no?

- Esclar, dona, suposo que no pecarem, perquè llavors ja seria arriscar massa, Maria.

- Doncs deixem-ho i parlem de coses que puguem parlar fort i clar, ja que quan vols no te n’assabentes de la meitat.

- Ho pots ben dir, si no fós per mi no sortiries mai de casa.

- Va, coi, parlem d'una altra cosa.

- No sé de què cony vols parlar ara.

- I si parléssim de la felicitat?

- Prou, però diuen que la felicitat col·lectiva no existeix, ho sabies això? Diuen que és una qüestió personal, individual. És una il·lusió de l'esperit que pot produir-se en una època tardana de la vida.

- Què dius? Ara sí que me la fots! O sigui que estem al punt ideal. Tu creus que ens pot passar a nosaltres?

- Diu que, de vegades, és factible; per ser-ho, la primera cosa que es necessita és tenir una excel·lent opinió d'un mateix. En aquesta etapa de la vida hom tendeix a raonar d'aquesta manera.

- Mira, Paqui, jo sóc una dona d'una certa categoria, d'un cert volum, d'una indubtable presència, tu no creus que amb una mica de sort n'hauria pogut tenir més?
- Esclar que si, però no es pot negar, és la meva situació, ningú no podrà discutir-me-la. Saps què et dic, Maria?

- Canviem de conversa perquè tu i jo ja no estem per discutir d'aquestes coses,.

- Ja ho sé, Maria i estan com estem no crec que ara, a fé de Déu, ens hagi de vindre la felicitat.

- Si, però a aquesta edat i en el transcurs d'aquesta etapa, ha calgut adaptar-se a la vida, i moltes il·lusions s'han perdut i les que no, crec ja les hem oblidat. Saps que et dic? En aquesta edat ja hem donat moltes voltes al coixí i finalment ja em trobat la posició justa.

> **Què dius tu bon rotllo, que vols fer-te la moderna, ara?**

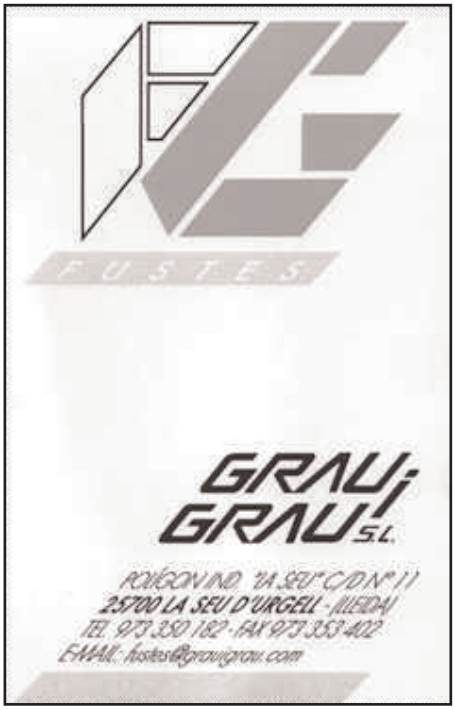
- Tu fixa't, aquest com hi va... Donarà més voltes que un ventilador. He, he he! Apa, anem retirant i, si et sembla, ens apropem a l'Esplai que sempre hi ha gent de bon rotllo.

- Què dius tu, bon rotllo, que vols fer-te la moderna ara? Es diu bona gent, dona.

- Ai, Déu meu, si et veiés el Tonet diria que aquesta dona meva me l'han canviat!

-Va anem, i farem una til·la perquè m'has fotut un cap com un temple!!

La Lluna



Col·laboradors:

Pirenaica Societat Cooperativa

Sra. Maria R.

Sra. Mercè S.

Estudi sobre la gent gran de la Seu

S´ha presentat públicament l'estudi sobre la realitat de la gent gran de la nostra ciutat, encarregat per l'Àrea d'Atenció a les Persones de l'Ajuntament de la Seu d'Urgell, en el qual hi destaca que el 16% dels urgellencs té més de 65 anys. La presentació va anar a càrrec dels sociòlegs que l'han elaborat, Joan Micó i Pepita Batalla, del Centre de Recerca Sociològica, l'alcalde de la Seu, Albert Batalla, i la regidora de la Gent Gran, Teresa Casassas, davant d'una representació del col·lectiu de les persones grans de la Seu i professionals del sector.

En la presentació, l'alcalde urgellenc, Albert Batalla, va afirmar que la principal conclusió que es desprèn d'aquest estudi és que "la Seu d'Urgell és un bon lloc per envellir". Batalla va remarcar també que la Seu és una ciutat on la gent gran és molt activa, ja que practica alguna activitat física i dóna un cop de mà a la família. "En definitiva -va afegir l'alcalde de la Seu- és un col·lectiu indispensable per la qualitat de vida de les famílies urgellenques".

Per la seva part, la regidora de la Gent Gran, Teresa Casassas, va assenyalar que aquest estudi sobre la realitat de la gent gran de la Seu "és molt complet" i que va ser encarregat pel Consistori urgellenc amb l'objectiu de tenir una diagnosi de la situació actual de les persones grans, així com poder conèixer i analitzar les seves condicions. A més a més, Casassas va afegir que "des de l'Ajuntament també es volia saber el grau de coneixement que té el col·lectiu de gent gran envers els serveis que estan orientats per a ells".

> **Albert Batalla afirma que la principal conclusió que se'n desprèn és que "la Seu és un bon lloc per envellir"**

Resum de l'enquesta sobre la gent gran

Segons van explicar els sociòlegs responsables d'elaborar aquesta diagnosi, Joan Micó i Pepita Batalla, aquest estudi s'ha elaborat a través d'una enquesta personal realitzada durant el passat mes de juliol, dirigida a la població de 65 anys o més resident a la Seu d'Urgell, a través d'una mostra de 373 persones.

Una primera data que sorgeix en aquest estudi és que del total de les persones enquestades el 60,6% són dones, mentre que el 39,4% són homes. "Percentatge molt similar al cens municipal", van indicar Micó i Batalla.

De les persones enquestades, la franja d'edat majoritària és la

que comprèn dels 80 anys i més, amb el 33,8%; mentre que el 28,2% es troben entre els 75 i els 79 anys, seguit de les de 65 a 69 anys que representen el 22,3% de l'enquesta. Per últim, el 15,8% són persones entre els 70 i els 74 anys d'edat.

Els temes tractats a l'enquesta són: els ingressos i despeses; l'habitatge; les xarxes de relacions; salut; activitats de la vida diària; hàbits alimentaris; activitat física i temps lliure; qualitat de vida i satisfacció; i serveis per a la gent gran.

De tot això n'han sortit les següents conclusions:

75% tenen habitatge de propietat (71% sense pagaments pendents).

65% no tenen dificultats per arribar a final de mes amb els ingressos de la llar (un 18% tenen dificultats ocasionalment, un 10% sovint i un 6% sempre).
78% tenen algun familiar a la Seu (sense comptar els que viuen a la mateixa llar) o als voltants, sobretot fills i néts, i la majoria veuen algun d'aquests familiars cada dia o gairebé cada dia.

42% considera que la seva salut és bona o molt bona, un 41% regular i un 17% dolenta o molt dolenta.

98% tenen algun problema de salut i un 85,5% necessiten algun tractament (medicació) o control de salut, però un 72% diuen que en els darrers tres mesos no han tingut cap problema de salut que hagi limitat les seves activitats socials, familiars, etc. Habituals.

> **Un 42 % considera que la seva salut és bona o molt bona; un 41 %, regular; i un 17 %, dolenta o molt dolenta**

Entre les persones que necessiten ajuda per fer alguna de les activitats de la vida diària o de les tasques domèstiques, el 60% consideren que reben suficient ajuda, un 28% necessitaria més ajuda de la que rep i un 7% no reben ajuda.

70,5% preferirien rebre ajudes que els permetin quedar-se a casa en cas de tenir algun problema que els dificultés la seva vida normal.

66% surten a caminar cada dia o gairebé cada dia i un 25,5% fan algun esport o activitat física a part de caminar (gimnàstica, natació, ioga, etc.).

60% tenen alguna afició (llegir, labors, hort, jocs de taula, etc.).
45% pensen que tenen una qualitat de vida bona o molt bona, un 48% regular i un 7% dolenta o molt dolenta.

90% estan satisfets amb la seva família

90% estan satisfets amb les condicions del seu habitatge

82% estan satisfets amb les seves relacions d'amistat

70% estan satisfets amb el temps de lleure

60% estan satisfets amb el seu estat anímic

51% estan satisfets amb la seva situació econòmica

Dels serveis adreçats a la gent gran que ofereix l'ajuntament són més coneguts l'Hospital de dia i el Centre de dia (per sobre del 70%), seguits del Servei d'atenció domiciliària, el Servei de teleassistència (entre un 42% i un 53%) i el menys conegut és el Servei de bugaderia (15%). I els més utilitzats són el Centre de dia i el Servei de teleassistència (al voltant d'un 6% cadascun).

> **Un 66 % surten a caminar cada dia o gairebé cada dia i un 25,5 % fan algun esport o activitat física**

Instituto Obrero, actual emplaçament de l'Esplai.

Oficina de "la Caixa" de la plaça Patalín fa un grapat d'anys i actualment.

CADÍTOURS
AGÈNCIA DE VIATGES
C. Major, 77
Tel.: 973 35 02 35
Fax: 973 35 33 49
C. Comtat d'Urgell, 8
Tel.: 973 36 01 77
Fax: 973 35 36 54
25700 - LA SEU D'URGELL

ASSESSORIA EMPRESARIAL
NAVARRO grup
Assegurances de tot tipus, i al millor preu.
Sol.liciti pressupost, sense compromís.
NAVARRO ISCLA ASSESSORS, S.L.
Av. Pau Claris, 16 - baixos
Tel. 973 35 11 09
Fax. 973 35 25 77
info@navarro.gs
25700 La Seu d'Urgell (Lleida)
Plaça Cabrinety, 13 baixos
Tel. 972 88 44 51
Fax. 972 88 12 65
17520 Puigcerga (Girona)
www.navarrogrup.com

Estació de cotxes de línia, 19....

Arxiu, Miquel Planella

Grup del carrer Major, al quiosc del Casimiro

Les Valls de Valira

Sant Serni de Tavèrnoles.

Historia

El municipio se formó en 1970 al unirse los términos de Anserall, Ars, Civís, Arcavell y Bescaran. La cabecera municipal corresponde a Anserall.

Cultura

La iglesia parroquial de Anserall corresponde al templo del antiguo monasterio de Sant Serni de Tavèrnoles de la que únicamente se conservan los ábsides de origen románico y el transepto con dos absidiolos.

La iglesia parroquial de Os de Civís está dedicada a Sant Pere. Es de origen románico, de nave única con capillas laterales. El abside es rectangular. En su interior se encontraba una pintura al fresco de estilo gótico que representaba la Santa Cena. El fresco se conserva en el Museo Diocesano de Urgel. Os de Civís pertenece geográficamente a Andorra aunque administrativamente siempre ha formado parte de las comarcas catalanas. La única forma de acceder al municipio es mediante una carretera que parte de Sant Julià de Lòria, en territorio andorrano. No hay entrada desde España.
En Bescaran se encuentra una torre campanario que perteneció al monasterio de Sant Martí de Bescaran. Este cenobio se fundó en fecha desconocida y en 914 quedó unido al de Sant Sadurní de Tavèrnoles, finalizando la vida monacal en el mismo. La torres de base cuadrada de origen románico y se construyó en el siglo XI. Tiene un total de seis pisos y los tres superiores están decorados con frisos con arquerías de estilo lombardo. El campanario recuerda en estilo a los que pueden encontrarse en las iglesias del valle de Boí. No se conserva nada más del antiguo templo del monasterio.

> **La iglesia parroquial de Anserall corresponde al templo del antiguo monasterio de Sant Serni de Tavèrnoles**

Otro templo de origen románico es la iglesia de Ars dedicada a Sant Martí. Consta de una nave y tiene un campanario de estilo románico-lombardo. Presenta ventanas germinadas con arquerías en la parte superior. En el Museo Nacional de Arte de Cataluña se conserva una gaveta realizada en orfebrería con esmaltados, del siglo XIII.
En Argolell se encuentra la Iglesia de Santa Eugenia de Argolell. Es románica de una nave con ábside en semicírculo. El Museo Nacional de Arte de Cataluña conserva fragmentos de pinturas murales encontradas en este templo. Se cree que fueron realizadas a principios del siglo XII.

Anserall celebra su fiesta mayor en el mes de septiembre. En Os de Civís las fiestas son en el mes de junio.

Sudokus fàcils

No s'ha de repetir cap xifra en una mateixa fila, columna o subquadrícula

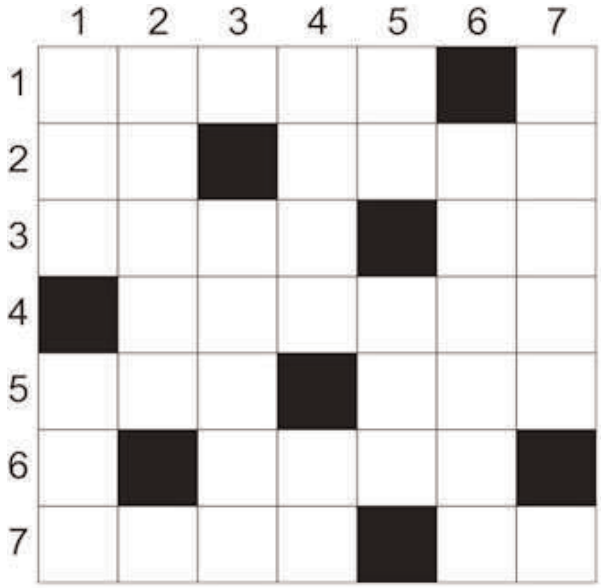
3	2		4	1	6
5		1			4
			6	5	
	5		3		
4		2			5
6	1			2	3

1	4			3	6
	2	1		5	
		3	4		
		4	3		
	5			2	
6	3		5	4	1

Mots encreuats

HORITZONTALS
1. Elefant pelut de l'any de la picor. L'última de febrer. 2. Centre d'Operacions. Menjo ous i botifarra abans de tornar a l'escola. 3. Una pastilla per rentar-se'n les mans. Campió a casa. 4. Els més buscats de la tardor. 5. El millor amic d'en Trencapins. Corre molt i mulla la samarreta. 6. Lletra ben arrodonida. Príncep àrab carregat de petroli. 7. Barret obligatori sobre dues rodes. Gat decapitat.

VERTICALS
Casa de pagès a l'entrada de Masquefa. Activitat ideal per passar l'estona. 2. Finalitza de la millor manera possible. Surt de l'orella. 3. Molí sense oli. Per sucar-hi pa i llepar-se'n els dits. 4. Crit de dolor anti-Caputxetes. Closca de marisc. 5. Obren les tisores. I després tanquen parèntesi. 6. Camps, boscos, muntanyes i algunes mosques. 7. Ni morena, ni pèl-roja, groguenca al mig de l'arrossar. Romàntic al marge del romànic.



Animamos a todos los socios a que participen en el mayor número de actividades que se organizan desde el Esplai, tanto físicas, manuales como mentales.
El hábito de estas actividades permite satisfacer en buena parte las necesidades del cuerpo y de la mente.

El pasado dia19 del mes de diciembre, a las 16 Horas se celebró en el Esplai el tradicional sorteo de Navidad, en presencia de nuestro Presidente Sr. Julio Moreno y de varios socios que quisieron estar presentes y ayudarnos en la extracción de la bolas, desde aquí queremos felicitar a los afortunados

Los días 7 y 8 de Marzo se celebrara el Carnaval
Como cada año tenemos previsto un lujoso baile de disfraces. Con estupendos premios a todos aquellos que queden clasificados, entre los mejores disfraces, animamos a todos/as a que participéis.

Así mismo os animamos en la elaboración de esta revista; todo socio/a que quiera publicar un artículo, una receta de cocina, una poesía, una anécdota, un chiste, un pasatiempo etc.
Cualquier cosa que se le ocurra y quiera expresarlo, no dude en ponerse en contacto con cualquier miembro de la junta, tendrá todo nuestro apoyo para elaborar su aportación.

Consejos para el hogar / Hoy: Armarios

Para mover los armarios con facilidad
No es fácil mover un armario pesado, no empotrado, para limpiar o pintar. Una forma fácil de hacerlo es echando talco en el suelo hasta el sitio donde se vaya a ubicar el mueble.

Trucos caseros contra los insectos en los armarios
Guerra contra las polillas. Para alejar las polillas de los armarios, lo más efectivo es colocar clavos de cocina en los bolsillos de los abrigos y chaquetas o ponerlos sobre los suéteres u otras prendas de lana que no vayas a utilizar durante la temporada.

Bolsitas y saquitos perfumados
Para mantener un buen olor dentro de los armarios, se recomienda confeccionar bolsas o saquitos y dentro colocar, secas y machacadas, hojas de romero y tomillo. Luego, se cose con un cordón.

A tus pies
Los armarios o muebles de zapatos quedan, en muchas ocasiones, con mal olor. Para evitar esto, se aconseja colocar un recipiente pequeño que contenga un poco de bicarbonato.

Ropa de otra temporada
Si tienes mucha ropa para otra temporada en el armario, se recomienda colgar cada prenda con fundas plásticas o de tela, para que queden bien resguardadas del polvo y no se pongan parduscas. Las bolsas plásticas de basura son también una buena alternativa, y económica. Si las prendas son de cuero o gamuza, mejor en bolsas de tela.

Corbatas
Usa un perchero forrado con tela para colgar las corbatas. También puedes utilizar ganchos; además es un buen lugar para los cinturones.

Successos

Detecten que el gitano que estafava a gent gran ara actua a Olot

Bernard Giménez
Font de la noticia: El Punt
Comarques Gironines

Bernard Giménez, el gitano de Perpinyà especialista a entabanar ancians per robar-los o estafar-los, és l'home mudat i ben parlat que en els darrers dies ha enganyat o intentat enganyar almenys quatre persones grans a Olot. Aquesta és la conclusió a què han arribat els municipals d'Olot després de recollir les denúncies dels afectats i la descripció de l'home, que es presenta a casa de les víctimes normalment amb l'excusa d'oferir-los unes jaquetes de molta qualitat i fent-los creure que té alguna relació amb algun conegut o algun amic seu. Diu que el seu pare havia estat sabater, i mostra unes sabates molt boniques i valuoses. En vista de la detecció a la ciutat de l'entabanador, la policia comunicarà els fets al jutjat i també vol alertar la població perquè estigui previnguda.
El mes de desembre Giménez rondava per Banyoles, on va intentar entabanar tres ancians, tot i que en principi només va aconseguir endur-se la cartera d'un d'ells, que contenia 100 euros. L'estratègia d'aquest conegut estafador sempre és guanyar-se la confiança de les víctimes fent-los creure que havien tingut alguna relació en el passat per després oferir-los algun regal, que després acaben pagant car, o demanar-los diners amb alguna excusa.
El 2008, Giménez ja va estafar dos jubilats a Banyoles fent-los creure que havien treballat junts feia anys. Un cop es va haver guanyat la seva confiança i va entrar a casa seva, els va oferir regals (joies, jaquetes de pell) que deia que havia portat de França; assegurava que eren molt i molt valuoses, i que només volia que li paguessin l'IVA. Va aconseguir que li paguessin 700 euros per unes peces que no tenien cap valor. Per aquests dos casos va ser detingut a la Jonquera, va quedar lliure i va fent de les seves.

Curs de Petanca

Inici del curs: dia 2 d'abril. Fins al dia 30 d'abril

Lloc: Camp Municipal de Petanca de la Seu d'Urgell

Dies: dissabtes, de 4 a 5 de la tarda

Inscripcions a l'oficina de l'Esplai. **No cal portar boles**

Recepta de Cuina

Per Pilar Aguilar

Pollastre per a celebracions especials

Lo hacia mi madre.
En una cazuela se pone el pollo a trozos con manteca de cerdo y un poco de aceite de oliva.
Se le añade trozos de cebolla y ajos enteros.
Se espolvorea con sal y canela en polvo.
Se pone al fuego y con una espátula de MADERA le vas dando vueltas, cuando haga falta.
Cuando este medio hecho se rocía con coñac y se le añade ciruelas con hueso y los piñones, se retira del fuego cuando este doradito.
¡Está buenísimo!

Telèfons d'interès

Emergències	112
Bombers	973 35 00 80
Policia Municipal (des de mòbil i fixe)	973 35 04 26
Guàrdia Civil	973 35 00 81
Sant Hospital	973 35 00 50
Ajuntament de La Seu d'Urgell	973 35 00 10
Parc Olímpic del Segre	973 36 00 92
Correus	973 35 07 24
Jutjat	973 03 81 80
Biblioteca de Sant Agustí	973 36 06 66
Policia Municipal (des de fixe)	092
Mossos d'Esquadra	088
Policia Nacional	973 35 09 25
CAP	973 35 04 70
Consell Comarcal de l'Alt Urgell	973 35 31 12
Bisbat d'Urgell	973 35 00 54
Estació d'Autobusos	973 35 00 20
Palau d'Esports	973 35 16 21

Obra Social

Fundació "la Caixa"

Esplai de la Gent Gran

Al bell mig de la ciutat de la Seu d'Urgell en el centre històric entre la catedral i el Bisbat d'Urgell hi ha l'Esplai de la Gent Gran.

Aquest lloc de convivència, com el seu entorn imposa amb tota la seva solemnitat, esta establert damunt de quatre pilars: imparcialitat, comunicació, veritat, i amistat.

Això el converteix no en un lloc qualsevol, sinó en un model d'Esplai imitat arreu de Catalunya.

Si les activitats que es realitzen van des de les culturals, socials, humanes i tradicionals, la que més destaca és la del voluntariat. I això neix fruit de moltes hores de treball i dedicació tan dels membres de la seva junta com dels propis socis de l'Esplai.